

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2019

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ ΤΙΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ
ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ ΚΑΙ
ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΤΟΠΙΚΟΥΣ
ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ



Ας περπατήσουμε
όλοι μαζί!

#mobilityweek



ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ

POLIS - European Cities and Regions networking for innovative transport solutions

Dagmar Köhler

DKoehler@polisnetwork.eu

Balázs Németh

BNemeth@polisnetwork.eu

Thomas Mourey

TMourey@polisnetwork.eu

EUROCITIES

Juan Caballero

juan.caballero@eurocities.eu

TABLE OF CONTENTS

Εισαγωγή στο παρον εγχειριδιο	4
Γενικές πληροφορίες σχετικά με την εκστρατεία	5
Θεματικές κατευθυντήριες γραμμές 2019	7
Το φετινο θεμα: <i>Ας περπατησουμε ολοι μαζί!</i>	8
Εγχειριδιο για τους τοπικούς συμμετέχοντες	30

Εισαγωγή στο παρόν εγχειρίδιο

Το παρόν Εγχειρίδιο περιλαμβάνει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες για τις κωμοπόλεις και τις πόλεις που σκοπεύουν να διοργανώσουν την ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΕΒΔΟΜΑΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ από τις 16 έως τις 22 Σεπτεμβρίου.

Περιλαμβάνει:

- ♦ τις Θεματικές Κατευθυντήριες Γραμμές για μια επεξήγηση του θέματος για το 2019
- ♦ το Εγχειρίδιο για τους τοπικούς συμμετέχοντες, όπου παρουσιάζονται οι προϋποθέσεις για τη συμμετοχή σε αυτήν την ευρωπαϊκή πρωτοβουλία.

Το Εγχειρίδιο ξεκινά με γενικές πληροφορίες σχετικά με την εκστρατεία. Επίσης, περιλαμβάνει έναν κατάλογο χρήσιμων συνδέσμων στο τέλος του εγγράφου.

Ο στόχος αυτής της δημοσίευσης είναι να εμπνευστούν οι τοπικοί συμμετέχοντες, ώστε να διοργανώσουν ελκυστικές δραστηριότητες στο πλαίσιο της εκστρατείας, να υλοποιήσουν συναφή μέτρα μόνιμου χαρακτήρα και να γιορτάσουν την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο.

Ακόμη, υπάρχει ένα κεφάλαιο για τον τρόπο συμμετοχής στα Βραβεία της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.

Οι κωμοπόλεις και οι πόλεις έχουν την ευχέρεια να προσαρμόσουν αυτές τις κατευθυντήριες γραμμές στο τοπικό πλαίσιο. Οι πληροφορίες που περιλαμβάνονται εδώ δεν είναι εξαντλητικές. Νέες ιδέες είναι πάντοτε καλοδεχούμενες για τη συμπλήρωση αυτού του Εγχειριδίου.

Γενικές πληροφορίες σχετικά με την εκστρατεία

Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΕΒΔΟΜΑΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ πραγματοποιείται κάθε χρόνο από τις 16 έως τις 22 Σεπτεμβρίου. Αυτή η ευρωπαϊκή πρωτοβουλία ενθαρρύνει τις κωμοπόλεις και τις πόλεις να εισαγάγουν και να προωθήσουν μέτρα βιώσιμων μεταφορών και να καλέσουν τους πολίτες να δοκιμάσουν εναλλακτικούς τρόπους μεταφοράς, αντί της χρήσης του αυτοκινήτου.

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή έχει θέσει δύο φιλόδοξους στόχους για την αστική κινητικότητα:

- ♦ τη σταδιακή κατάργηση των αυτοκινήτων που χρησιμοποιούν συμβατικά καύσιμα στις πόλεις μέχρι το 2050
- ♦ την πορεία προς την αστική εφοδιαστική αλυσίδα με μηδενικές εκπομπές στα μεγάλα αστικά κέντρα μέχρι το 2030.

Η Ευρωπαϊκή Επιτροπή για τις μεταφορές, Violeta Bulc, εστιάζει σε τέσσερις τομείς προτεραιότητας: καινοτομία, ψηφιοποίηση, απεξάρτηση από τον άνθρακα και άνθρωποι.

Από την υιοθέτησή της το 2002, ο αντίκτυπος της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ αυξάνεται σταθερά, τόσο στην Ευρώπη όσο και σε ολόκληρο τον κόσμο. Το 2018, η εκστρατεία έσπασε το ρεκόρ συμμετοχών της: 2.792 κωμοπόλεις και πόλεις από 54 χώρες διοργάνωσαν δραστηριότητες κατά τη διάρκεια αυτής της εβδομάδας.

Περισσότερες από τις μισές συμμετέχουσες κωμοπόλεις και πόλεις υλοποίησαν μόνιμα μέτρα, τα οποία ανέρχονται συνολικά σε 8.848 και εστιάζουν πρωτίστως στη διαχείριση της κινητικότητας, την προσβασιμότητα και τις νέες ή βελτιωμένες υποδομές ποδηλάτου.

Η εβδομάδα κορυφώνεται κατά την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο, όπου οι συμμετέχουσες κωμοπόλεις και πόλεις διαθέτουν μία ή περισσότερες περιοχές αποκλειστικά για πεζούς, ποδηλάτες και δημόσια μέσα μεταφοράς για μία ολόκληρη ημέρα. Το 2018, 1.153 κωμοπόλεις και πόλεις γιόρτασαν την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο.

ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΕΣ ΓΡΑΜΜΕΣ 2019

Οι Θεματικές Κατευθυντήριες Γραμμές εξηγούν το θέμα και την πρόσκληση για δράση της φετινής εκστρατείας (*Ας περπατήσουμε όλοι μαζί!*), τα οφέλη του ασφαλούς περπατήματος και ποδηλασίας, τα απαραίτητα μέτρα πολιτικής για ασφαλέστερο περπάτημα και ποδηλασία και κάποιες ιδέες δραστηριοτήτων γύρω από το ετήσιο θέμα.



**Ας περπατήσουμε
όλοι μαζί!**

Το φετινό θέμα: Ας περπατήσουμε όλοι μαζί!

Η πρόσκληση για δράση της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ **ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** το 2019 είναι: Ας περπατήσουμε όλοι μαζί! Αυτή φέρνει στο προσκήνιο το φετινό θέμα “Ασφαλές περπάτημα & ποδηλασία” και αναδεικνύει σαφώς έναν τρόπο μεταφοράς που πολύ συχνά υποτιμάται: το περπάτημα.

Μαζί, το περπάτημα και η ποδηλασία αποτελούν τους ενεργητικούς τρόπους μετακίνησης. Οι τρόποι αυτοί είναι ζωικής σημασίας για το μέλλον των κωμοπόλεων και των πόλεών μας σε ολόκληρη την Ευρώπη. Πριν 50 χρόνια, περπατούσες ή χρησιμοποιούσες ποδήλατο μόνο αν δεν μπορούσες να έχεις αυτοκίνητο. Τώρα, οι πόλεις της Ευρώπης δεν μπορούν πλέον να αντέξουν την υπερεξάρτησή μας από το αυτοκίνητο. ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΜΕ να το αντέξουμε.

Η εκστρατεία της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ **ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** για το 2019 προτρέπει τους ανθρώπους να επιλέξουν τους ενεργητικούς τρόπους μετακίνησης ή να συνδυάσουν περπάτημα και ποδηλασία με τις δημόσιες συγκοινωνίες. Εκτός από την ευελιξία, το περπάτημα και η ποδηλασία προσφέρουν και πολλά άλλα οφέλη, όπως είναι η κοινωνική και οικονομική προσβασιμότητα, η αξιοπιστία, οι μηδενικές εκπομπές ρύπων και ο θετικός αντίκτυπος στην υγεία. Πάνω απ’ όλα, όμως, οι πόλεις στις οποίες κυριαρχεί η ενεργητική κινητικότητα αλλάζουν προς το καλύτερο.

Για να εξασφαλίσετε όλα αυτά τα πλεονεκτήματα, το περπάτημα και η ποδηλασία πρέπει ΝΑ ΕΙΝΑΙ ασφαλή και ΝΑ ΦΑΙΝΟΝΤΑΙ ασφαλή στο κοινό.

Οι τοπικές αρχές θα πρέπει να παρέχουν οδικές υποδομές που να μην καθιστούν πια τους πεζούς και τους ποδηλάτες “ευάλωτους χρήστες του οδικού δικτύου”, ώστε αυτοί να μπορούν να κινούνται απρόσκοπτα και να αισθάνονται ασφαλείς μέσα στις πόλεις. Περισσότεροι άνθρωποι θα επιλέξουν να περπατήσουν ή να ποδηλατήσουν εάν στο οδικό δίκτυο εξασφαλίζεται επαρκής χώρος για τους πεζούς και τους ποδηλάτες. Καθώς οι δρόμοι γίνονται ασφαλέστεροι για περπάτημα και ποδηλασία, οι πόλεις γίνονται περισσότερο δεκτικές για τους πολίτες με πολύ

περισσότερο δημόσιο χώρο προσβάσιμο για όλους, συμπεριλαμβανομένων των μικρών παιδιών και των γονέων τους, των ηλικιωμένων, των απόμων με μειωμένη κινητικότητα και των απόμων με αποσκευές.

Η επένδυση σε ασφαλείς και άνετες υποδομές για ενεργητικούς τρόπους μετακίνησης δεν αποτελεί μόνο μια επένδυση για όσους αυτοπροσδιορίζονται ως πεζοί ή ποδηλάτες: είναι μια επένδυση για όλους. Οι άνθρωποι κινούνται πεζοί όταν περπατούν προς την στάση του λεωφορείου, το σιδηροδρομικό σταθμό ή τον χώρο στάθμευσης τους, όταν πάνε για μια βόλτα με τους φίλους και την οικογένειά τους, όταν επισκέπτονται μια νέα πόλη ή απλά όταν διασχίζουν το δρόμο για να ψωνίσουν ή να επισκεφθούν έναν γείτονα. Οι ασφαλείς και προσβάσιμες υποδομές αποτελούν επένδυση για το σύνολο της κοινωνίας.

Και ας μην ξεχνάμε: Είμαστε ΟΛΟΙ υπεύθυνοι για τη διασφάλιση του σεβασμού και της ασφάλειας του συνόλου των χρηστών του οδικού δικτύου.

Κάντε την πόλη σας κατάλληλη για περπάτημα και ποδηλασία - και κάντε την πόλη σας βιώσιμη.

Το 2019, ας περπατήσουμε όλοι μαζί!



Τα πλεονεκτήματα του περπατήματος και της ποδηλασίας



3 καρδιάς + **2** χρόνια



25min + **7** χρόνια

Το περπάτημα και η ποδηλασία έχουν ένα ευρύ φάσμα πλεονεκτημάτων. Σε αυτή την ενότητα, οι τοπικοί υπεύθυνοι εκστρατείας μπορούν να βρουν δεδομένα και αριθμητικά στοιχεία που θα τους βοηθήσουν να υποστηρίξουν καλύτερα το ασφαλές περπάτημα και την ασφαλή ποδηλασία στις πόλεις.

ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Οι ποδηλάτες ζουν κατά μέσο όρο δύο χρόνια περισσότερο από ό,τι οι μη ποδηλάτες και παίρνουν 15% λιγότερες μέρες άδεια από την εργασία λόγω ασθένειας¹.

25 λεπτά γρήγορου περπατήματος την ημέρα προσθέτουν έως επτά χρόνια στη ζωή σας - μια μεγάλη μελέτη στη Νορβηγία² παρακολούθησε μια ομάδα ηλικιωμένων ανδρών ηλικίας από 70 έως 80 ετών και διαπίστωσε ότι μόνο 30 λεπτά καθημερινής άσκησης όπως η ποδηλασία επέτρεψε στους άνδρες αυτούς να ζήσουν μέχρι και πέντε χρόνια περισσότερο σε σύγκριση με τους άνδρες που δεν είχαν κάποια σωματική δραστηριότητα.

1. CTC: Safety in Numbers. Halving the risks of cycling. <https://bit.ly/2EUEh86>

2. Holme, I., & Anderssen, S. A. (2015). Η αύξηση της σωματικής δραστηριότητας είναι εξίσου σημαντική με τη διακοπή του καπνίσματος για τη μείωση της συνολικής θνησιμότητας στους ηλικιωμένους άνδρες: 12 χρόνια συνεχούς παρακολούθησης της μελέτης Όσλο II. British Journal of Sports Medicine, 49(11), 743-748.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΑ ΟΦΕΛΗ

Ένας μετακινούμενος με ποδήλατο, ο οποίος ταξιδεύει 8 χλμ για να πάει στη δουλειά του, τέσσερις ημέρες την εβδομάδα, αποφεύγει 3.220 χλμ οδήγησης ετησίως, που ισοδυναμούν με 380 λίτρα βενζίνης και 750 κιλά εκπομπών CO₂³.

Ένα άτομο που αντικαθιστά πέντε διαδρομές κάτω των 2 χλμ την εβδομάδα με περπάτημα από την μετακίνηση με αυτοκίνητο μειώνει το αποτύπωμα άνθρακα του κατά 86 κιλά το χρόνο (Potter 2004, αναφορά από την Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Ποδηλατών).

Οι άνθρωποι στα αυτοκίνητα αντιμετωπίζουν συνήθως επίπεδα ρύπανσης διπλάσια από αυτά που αντιμετωπίζουν πεζοί και ποδηλάτες⁴. Η διαφορά οφείλεται κυρίως στο γεγονός ότι ένα κλειστό περιβάλλον (όπως μέσα σε ένα αυτοκίνητο) είναι επιρρεπές σε υψηλότερη συγκέντρωση ρύπων στον αέρα από ότι ένα ανοικτό περιβάλλον αέρα. Επιπλέον, δεδομένου ότι η ποδηλασία είναι συχνά ο ταχύτερος τρόπος κινητικότητας στις αστικές περιοχές - ιδιαίτερα κατά τις περιόδους αιχμής - οι ποδηλάτες περνούν λιγότερο χρόνο στην κυκλοφορία και ως εκ τούτου επηρεάζονται λιγότερο από τη ρύπανση.

Η ατμοσφαιρική ρύπανση αναιρεί τα οφέλη για την υγεία της ποδηλασίας και του περπατήματος. Όχι, τα οφέλη για την υγεία υπερτερούν των κινδύνων. Μια μελέτη δείχνει ότι τα οφέλη για την υγεία από την ποδηλασία και το περπάτημα αντισταθμίζονται μόνο μετά από 7 ώρες

3. <http://bit.ly/2L2zF3l>

4. Dons, Evi & Int Panis, Luc & Van Poppel, Martine & Theunis, Jan & Wets, Geert. (2012). Προσωπική έκθεση στην αιθάλη σε μικροπεριβάλλοντα μεταφορών. Ατμοσφαιρικό περιβάλλον.



↓ **750** κιλό

CO₂



↓ **86** κιλό



Οι λιγότερες μεταφορές με μηχανοκίνητες μεταφορές σε αστικές περιοχές και πιο ενεργά μέσα μπορούν να βελτιώσουν τις κοινωνικές συνδέσεις και να ενισχύσουν την αλληλεπίδραση μεταξύ γειτόνων

ποδηλασίας ή 16 ώρες περπάτημα σε ένα μέσο αστικό περιβάλλον. (Tainio ea. 2016)⁵

ΚΟΙΝΩΝΙΚΑ ΟΦΕΛΗ

Οι άνθρωποι που ζουν σε έναν δρόμο χωρίς οδική κυκλοφορία γνωρίζουν και στηρίζουν τους γείτονές τους σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό από τους ανθρώπους σε δρόμους με έντονη κυκλοφορία. Μικρότερη μεταφορά με μηχανοκίνητα μέσα στις αστικές περιοχές και περισσότεροι ενεργητικοί τρόποι μεταφοράς μπορούν να βελτιώσουν τις κοινωνικές σχέσεις και να ενισχύσουν την αλληλεπίδραση μεταξύ γειτόνων. (Πηγή: Aldred/ Πανεπιστήμιο Westminster)

20 άνθρωποι μπορούν να περπατήσουν στο ίδιο χώρο που καταλαμβάνεται από ένα αυτοκίνητο. (The Ramblers Association, 2010)

Οι διαδρομές πεζών αποτελούν βασικό τμήμα σχεδόν όλων των διαδρομών των δημόσιων συγκοινωνιών, οπότε η βελτιωμένη υποδομή πεζών ωφελεί τις δημόσιες μεταφορές. Μια μελέτη δείχνει ότι μια πόλη με ένα οδικό δίκτυο προσανατολισμένο στην πεζή μετακίνηση προκαλεί σημαντική αύξηση της δυνητικής ζήτησης για τις δημόσιες συγκοινωνίες⁶.

5. Tainio, M., Nazelle, A. D., Gotschi, T., Rojas-Rueda, D., Kahlmeier, S., Nieuwenhuijsen, M., Woodcock, J. (2016). Μπορεί η ατμοσφαιρική ρύπανση να ακυρώσει τα οφέλη για την υγεία από την ποδηλασία και το περπάτημα; Journal of Transport & Health, 3(2).

6. García-Palomares, J. C., Sousa Ribeiro, J., Gutiérrez, J., & Sá Marques, T. (2018).). Ανάλυση της εγγύτητας των δημόσιων συγκοινωνιών: ο ρόλος του σχεδιασμού του οδικού δικτύου. Boletín

ΟΦΕΛΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Τα οφέλη για την υγεία από την ποδηλασία υπερτερούν των κινδύνων ασφάλειας κατά έναν συντελεστή 20 προς 1.⁷

Η ασφάλεια σε αριθμούς: Υψηλότεροι αριθμοί πεζών και μετακινούμενων ποδηλάτων κάνουν ασφαλέστερα το περπάτημα και την ποδηλασία. Το φαινόμενο αυτό εξηγείται από την εκ των πραγμάτων αυξημένη προσοχή των οδηγών προς τους πεζούς και ποδηλάτες. Για παράδειγμα, ο κίνδυνος συμβάντος κατά το περπάτημα σε μια κοινότητα με διπλάσιο περπάτημα μειώνεται κατά 66%.⁸

Επιπλέον, η ποδηλασία δεν είναι τόσο επικίνδυνη όσο συνήθως πιστεύεται. Αν και κάθε θάνατος είναι σημαντικός, κατά μέσο όρο στο Ηνωμένο Βασίλειο υπολογίζεται μόνο ένας θάνατος για κάθε 32 εκατομμύρια χιλιόμετρα ποδηλασίας. Το ποσοστό αυτό είναι περισσότερο από 800 φορές παγκοσμίως.⁹

Οι ειδικοί συμφωνούν ότι πρέπει να περπατήσουμε τουλάχιστον 6.000 βήματα την ημέρα για να βελτιώσουμε την υγεία μας και 10.000 για να χάσουμε βάρος. Ακούγεται πολύ, αλλά, περπατώντας για να πάμε στη δουλειά και παραμένοντας δραστήριοι καθ'όλη τη διάρκεια της ημέρας, αυτά τα βήματα προστίθενται γρήγορα.

<https://bit.ly/2JLZ0uy>

de la Asociación de Geógrafos Españoles, 76, 102-130.

7. Mayer Hillman (1993) Cycling and the promotion of health, Policy Studies

8. Jacobsen, P. L. (2003). Η ασφάλεια σε αριθμούς: Περισσότεροι περπατητές και ποδηλάτες, ασφαλέστερο περπάτημα και ποδηλασία. Πρόληψη τραυματισμών, 9(3), 205-209

9. Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Ποδηλατών (ECF), <https://bit.ly/2NDaRkZ>



↓ 66%
κίνδυνος ατυχημάτων

Χρόνος που περνάει σε τοπικά καταστήματα



ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΑ ΟΦΕΛΗ

Η δημιουργία δρόμων πιο φιλικών προς τους πεζούς και τους ποδηλάτες οδηγεί σε απτά οικονομικά οφέλη για τα τοπικά καταστήματα, τα εστιατόρια κλπ. Υπάρχουν πολλά παραδείγματα που καταδεικνύουν ότι όπου ηρεμεί η μηχανοκίνητη κυκλοφορία, η μείωση των χώρων στάθμευσης ή το κλείσιμο ενός δρόμου προς τα αυτοκίνητα ωφελούνται οι τοπικές επιχειρήσεις.

Για παράδειγμα, μετά την εφαρμογή του νέου σχεδίου κινητικότητας της Μαδρίτης και του κανονισμού για την πρόσβαση σε αστικά οχήματα (UVAR) στο κέντρο, οι αγορές το Δεκέμβριο του 2018 αυξήθηκαν κατά 9,5% στη Gran Vía (περιοχή χωρίς αυτοκίνητα), κατά 8,6% στον κέντρο της Μαδρίτης και κατά 3,3% στη συνολική αστική περιοχή.¹⁰

Ομοίως, στο Ηνωμένο Βασίλειο, μια έρευνα κατέδειξε ότι μετά την εισαγωγή νέων υποδομών πεζών σε μια συνοικία του Λονδίνου, το 66% των πεζών δήλωσαν ότι έχουν προβεί σε περισσότερες αγορές, και το 90% των τοπικών επιχειρήσεων συμφώνησαν ότι οι αλλαγές στο δρόμο είχαν ως αποτέλεσμα τη συνολική αύξηση των αγορών.¹¹

Μια μελέτη¹² που πραγματοποιήθηκε με επικεφαλής τη Γαλλική Ομοσπονδία Ποδηλατιστών (Fubicy) και το CNRS και με την υποστήριξη της γαλλικής κυβέρνησης διαπίστωσε ότι οι οδηγοί αυτοκινήτων ξοδεύουν κατά μέσο όρο μόνο 53,7% του χρόνου που περνούν οι

πεζοί στα τοπικά καταστήματα. Οι ποδηλάτες περνούν περισσότερο χρόνο σε τοπικά καταστήματα από τους οδηγούς αυτοκινήτων: κατά μέσο όρο το 60,4% του χρόνου που περνούν οι πεζοί στα τοπικά καταστήματα. Οι πεζοί και οι ποδηλάτες τείνουν να εισέρχονται σε τοπικά καταστήματα πιο συχνά από τους οδηγούς αυτοκινήτων.

Εκτός από το οικονομικό όφελος για τις τοπικές επιχειρήσεις, η ενεργητική κινητικότητα έχει επίσης ως αποτέλεσμα την σημαντική εξοικονόμηση πόρων για τα ίδια τα άτομα. Βελγική μελέτη¹³ που ανατέθηκε από την περιφερειακή κυβέρνηση των Βρυξελλών διαπίστωσε ότι ο μέσος κάτοικος των Βρυξελλών που αντικαθιστά το αυτοκίνητο με το ποδήλατο εξοικονομεί 2.853€ κάθε χρόνο. Στο ποσό αυτό περιλαμβάνονται δαπάνες όπως η συντήρηση του οχήματος, φόροι και καύσιμα, χωρίς να συμπεριλαμβάνεται επιπλέον και το κόστος πιθανής αγοράς οχήματος.



€2,853

Αποταμίευση/έτος

10. El País, El gasto en Navidad aumentó un 8,6% en Madrid Central frente al 3,3% en el resto de la ciudad, 22. Januar 2019, <https://bit.ly/2Hr8r6n> + <https://bit.ly/2EZVYU8>

11. Living Streets, 2018, The Pedestrian Pound, <http://bit.ly/2FkLgQO>

12. Fubicy and ADEME, 2003, 'Piétons et cyclistes dynamisent les commerces de centre-ville et de proximité', μελέτη με επικεφαλής τη Fubicy, με τη συνεργασία του ADEME. Dossier du vélo urbain n°6,

Αύγουστος 2003 - έκδοση Ademe ap.°4841

13. Transport & Mobility Leuven. (2012). Impact et potentiel de l'usage du vélo sur l'économie et l'emploi en Région de Bruxelles-Capitale. Les effets directs et indirects de l'usage du vélo en 2002, 2012 et 2020, pour le Ministère de la Région de Bruxelles-Capitale.

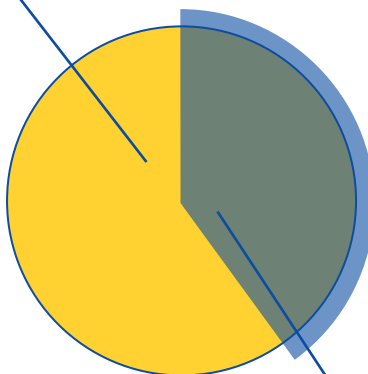
Μακροπρόθεσμα μέτρα στις ευρωπαϊκές πόλεις

Τι μπορούν να κάνουν οι τοπικές αρχές για να προωθήσουν τη χρήση ενεργητικών τρόπων μετακίνησης; Διαβάστε ορισμένα παραδείγματα δράσεων και μέτρων που μπορούν να λάβουν οι πόλεις.

Υπάρχει σημαντικό δυναμικό ανθρώπων που περπατούν και ποδηλατούν περισσότερο σε πόλεις όπου οι αποστάσεις είναι γενικά μικρές. Για παράδειγμα, οι Λονδρέζοι κάνουν καθημερινά σχεδόν 2,4 εκατομμύρια διαδρομές με μηχανοκίνητους τρόπους (αυτοκίνητο, μοτοσικλέτα, ταξί ή δημόσιες συγκοινωνίες) ενώ θα μπορούσαν να τις περπατήσουν (διαδρομές με μήκος κάτω από 2 χιλιόμετρα). Το 40% αυτών των μετακινήσεων θα απαιτούσε από τους περισσότερους ανθρώπους να περπατήσουν λιγότερο από 10 λεπτά. Μία μελέτη εντόπισε άλλες 1,2 εκατομμύρια μηχανοκίνητες μετακινήσεις που θα μπορούσαν να γίνουν εν μέρει με περπάτημα (όπως οδήγηση ή λήψη λεωφορείου προς/από το σιδηροδρομικό σταθμό)¹⁴.

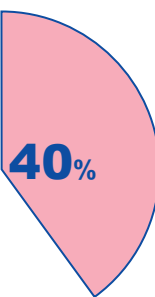
Ως εκ τούτου, θα πρέπει να γίνουν επενδύσεις σε υποδομές περπατήματος και ποδηλασίας για την ενεργοποίηση αυτού του δυναμικού. Ωστόσο, οι Ευρωπαίοι πολιτικοί και διοικητικοί φορείς λήψης αποφάσεων συχνά ανησυχούν για την αύξηση της κυκλοφοριακής συμφόρησης κατά την εισαγωγή μέτρων προώθησης της πεζής μετακίνησης και της ποδηλασίας στις κωμότητες και τις πόλεις τους. Ωστόσο, αρκετές μελέτες περιπτώσεων που δημοσιεύθηκαν μέσα από το έργο FLOW¹⁵ καταδεικνύουν ότι η εγκατάσταση υποδομών περπατήματος ή ποδηλασίας μειώνει πραγματικά την κυκλοφοριακή συμφόρηση. Για

2.4 εκατομμύρια
ταξίδια ημερησίως με
μηχανοκίνητους τρόπους



40% θα έπαιρνα οι
περισσότεροι άνθρωποι
λιγότερο από **10** λεπτά
για να περπατήσουν

η βελτιωμένη
υποδομή
πεζών στο
Στρασβούργο
οδήγησε
σε μείωση
του χρόνου
ταξιδιού με
λεωφορεία



παράδειγμα, η δημιουργία βελτιωμένων υποδομών για πεζούς στο Στρασβούργο οδήγησε σε μείωση 40% του χρόνου διαδρομών των λεωφορείων.

Μπορούν να ληφθούν διάφοροι τύποι μέτρων για την προαγωγή της ποδηλασίας και του περπατήματος και για να καταστούν ασφαλείς αυτές οι μορφές κινητικότητας.

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΓΙΑ ΒΙΩΣΙΜΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

Προκειμένου να σχεδιαστεί με συνέπεια το περπάτημα και η ποδηλασία στις πόλεις και να ευθυγραμμιστούν οι στρατηγικές περπατήματος και ποδηλασίας με τη γενική στρατηγική για την αστική κινητικότητα, είναι απαραίτητο να υιοθετηθούν ειδικά σχέδια ή στρατηγικές. Αυτά τα έγγραφα σχεδιασμού μπορούν να αποτελούν μέρος ή μπορούν να ενσωματωθούν στο σχέδιο βιώσιμης αστικής κινητικότητας ΣΒΑΚ (SUMP) μιας πόλης.

Στην Πολωνία, η Κρακοβία ήταν η πρώτη πόλη που υιοθέτησε βιώσιμη πολιτική μεταφορών το 1993 με στόχο την καλύτερη χρήση του χώρου και τη δίκαιη αντιμετώπιση όλων των διαφορετικών τρόπων μεταφοράς. Στο πλαίσιο αυτό, η πόλη χωρίστηκε σε τρεις ζώνες (Α, Β και Γ). Όλες οι ζώνες Α σχεδιάστηκαν μόνο για πεζούς και ποδηλάτες, οι ζώνες Β επέτρεπαν περιορισμένη πρόσβαση στα μηχανοκίνητα οχήματα, και οι ζώνες Γ ήταν κυρίως για την κυκλοφορία των αυτοκινήτων. Σε όλες τις ζώνες, σημαντικός στόχος ήταν να καταστεί η πόλη πιο προσβάσιμη σε άτομα με μειωμένη κινητικότητα. Ως εκ τούτου, στην Κρακοβία τοποθετήθηκαν συστήματα φωνητικών πληροφοριών στα φανάρια, αρκετά κράσπεδα χαμήλωσαν στις διασταυρώσεις, και εγκαταστάθηκαν ανελκυστήρες σε μεγάλες πολυεπίπεδες διασταυρώσεις. Σε ορισμένα πεζοδρόμια προστέθηκαν απτικές γραμμές (ανάγλυφοι οδηγοί) που υποδεικνύουν την πλησιέστερη διασταύρωση στους τυφλούς. Αυτή η βελτιωμένη υποδομή ωφέλησε όλους τους χρήστες, και όχι μόνο τα άτομα με μειωμένη κινητικότητα.¹⁶

Το Καντόνι της Βασιλείας στην Ελβετία ενσωμάτωσε το περπάτημα και την ποδηλασία στον πυρήνα του τοπικού σχεδίου βιώσιμης αστικής κινητικότητας. Αυτό το στρατηγικό έγγραφο προβλέπει την εφαρμογή ενός συνδυασμού υποδομών και μέτρων ευαισθητοποίησης. Μεταξύ των πιο σημαντικών μέτρων συγκαταλέγονται η δημιουργία μιας γέφυρας ποδηλασίας και περπατήματος πάνω από μια επικίνδυνη διασταύρωση,

14. Μεταφορές για το Λονδίνο, 2017, Ανάλυση των δυνατοτήτων περπατήματος

15. Γρήγορα στοιχεία Flow: <https://bit.ly/2ve8wJS>

16. European Commission, 2017, Health Equity Pilot Project, Walkability in Kraków, <http://bit.ly/2L2NDCr>

η δημιουργία περισσότερων χώρων στάθμευσης ποδηλάτων σε σημαντικούς κόμβους δημόσιων συγκοινωνιών και εξατομικευμένες εκστρατείες σχεδιασμού μεταφορών.

Επιπλέον, η απόδοση των ρόλων του “Υπεύθυνου περπατήματος” και του “Υπεύθυνου ποδηλασίας” στο προσωπικό της δημοτικής διοίκησης, όπως ανατέθηκαν στην περίπτωση της Βιέννης¹⁷ μπορεί να βοηθήσει στον καλύτερο σχεδιασμό και συντονισμό των σχεδίων και δράσεων ενεργητικής κινητικότητας.

ΒΕΛΤΙΩΜΕΝΗ ΥΠΟΔΟΜΗ

Όταν μιλάμε για υποδομές περπατήματος και ποδηλασίας, είναι απαραίτητη η παροχή ευρύχωρων, άνετων, ασφαλών και καλά συντηρημένων πεζοδρομίων και ποδηλατικών λωρίδων.

Στο κέντρο του Παρισιού δημιουργήθηκε ένας νέος χώρος οκτώ εκταρίων χωρίς αυτοκίνητα για περπάτημα, ποδηλασία και αναψυχή κατά μήκος του ποταμού Σηκουάνα¹⁸. Μέχρι πρόσφατα, η περιοχή ήταν ένας συμφορημένος αυτοκινητόδρομος ταχείας κυκλοφορίας κατά μήκος του ποταμού με έντονη μηχανοκίνητη κυκλοφορία. Έξι μήνες μετά την πρόσβαση των ποδηλατών και των πεζών στην αποβάθρα, το Παρίσι κατέγραφε 1.349 λιγότερα αυτοκίνητα (28,8%) κάθε μέρα στο κέντρο της πόλης (Φεβρουάριος 2017 σε σύγκριση με το 2016). Το μέτρο αυτό εντάχθηκε σε ένα πλαίσιο μεγάλων επενδύσεων σε ποδηλατοδρόμους και την δημιουργία εκτεταμένων ζωνών μέγιστης ταχύτητας 30 χλμ/ώρα, ζωνών «συνάντησης» μέγιστης ταχύτητας 20 χλμ/ώρα και περιοχές πεζών¹⁹.

Οι υποδομές ποδηλασίας και περπατήματος δεν προορίζονται μόνο για μεγάλες πόλεις όπως το Παρίσι. Μεσαίου μεγέθους πόλεις, όπως η Vitoria-Gasteiz (Ισπανία), Groningen (Κάτω Χώρες) ή Graz (Αυστρία) λαμβάνουν καινοτόμα μέτρα για να γίνει η ενεργητική κινητικότητα όσο εύκολη και άνετη γίνεται.

17. Πόλη της Βιέννης: <https://bit.ly/2Gsa5kw>

18. Πληροφορίες Παρισιού: <https://bit.ly/2ZtFVpS>

19. Πόλεις χωρίς αιθάλη: <https://bit.ly/2IRNv7J>



Η Vitoria-Gasteiz ήταν πρωτοπόρος στην εισαγωγή της ιδέας των “υπερτετραγώνων”.²⁰ Η πόλη χωρίστηκε σε μια σειρά αγροτεμαχίων, μέσα στα οποία δόθηκε προτεραιότητα στους ανθρώπους που κινούνται με τα πόδια ή με ποδήλατο. Τα αυτοκίνητα και τα μέσα μαζικής μεταφοράς μεταφέρθηκαν έξω από τα τετράγωνα στους γύρω δρόμους. Το 2014, μετά την εφαρμογή των υπερτετραγώνων, η Vitoria-Gasteiz πέτυχε ποσοστό 67% όσον αφορά στους ενεργητικούς τρόπους μεταφοράς²¹.

Στην πόλη του Groningen, στο βόρειο τμήμα της Ολλανδίας, αναπτύχθηκαν υποδομές ποδηλασίας από τη δεκαετία του '70, για να αποδοθούν τα σχετικά πλεονεκτήματα στους ποδηλάτες έναντι των οδηγών αυτοκινήτων. Οι υποδομές περιλαμβάνουν πολλούς “δρόμους ποδηλασίας” οι οποίοι είναι δρόμοι που έχουν σχεδιαστεί ως ποδηλατικές διαδρομές αλλά στις οποίες επιτρέπονται και αυτοκίνητα. Αυτός ο τύπος υποδομής βελπώνει σημαντικά την ασφάλεια της κίνησης των ποδηλατών. Ο δήμος συνεχίζει να εφαρμόζει την καινοτομία στην ποδηλατική υποδομή με την εισαγωγή θερμαινόμενων ποδηλατοδρόμων και ευφυών φαναριών που δίνουν προτεραιότητα στους ποδηλάτες²². Σύμφωνα με την εθνική κυβέρνηση της Ολλανδίας, το ποσοστό της ποδηλασίας στο Groningen φθάνει σχεδόν το 50%²³.



Στο Graz υιοθετήθηκε μια σφαιρική στρατηγική για την προαγωγή της ενεργητικής κινητικότητας μέσω επενδύσεων σε υποδομές ποδηλασίας και εκστρατείες ενημέρωσης. Το ποδηλατικό δίκτυο της πόλης αποτελείται από 123 χλμ ποδηλατοδρόμων, εκτός από τις φιλικές προς το ποδήλατο ζώνες 800 χλμ και μέγιστης επιτρεπόμενης ταχύτητας 30 χλμ/ώρα. Το Graz διαθέτει επίσης έναν από τους μεγαλύτερους παρακείμενους

20. Τα μέτρα CIVITAS: <https://bit.ly/2Utlm>

21. EPOMM: <https://bit.ly/2XGygCZ>

22. The Guardian, How Groningen invented a cycling, <https://bit.ly/2emxN54>

23. Υπουργείο υποδομών και διαχείρισης υδάτων, 2018, Cycling Facts, <https://bit.ly/2vqpzAF>

πεζόδρομους στον κόσμο (6% στο κέντρο της πόλης)²⁴. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα ένα υψηλό μοίρασμα στην επιλογή των τρόπων μεταφοράς τόσο για την ποδηλασία όσο και για το περπάτημα: 20% για κάθε τρόπο μεταφοράς²⁵.

Μια μικρότερη πόλη, νικήτρια του βραβείου της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ **ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** του περασμένου έτους, η Ηγουμένισα (Ελλάδα) βελτίωσε το δίκτυο ποδηλάτων της (δημιουργία νέων λωρίδων, επέκταση, ανακαίνιση, σήμανση) και ανέπτυξε δημόσια συστήματα ενοικίασης και διαμοιρασμού ποδηλάτων. Επίσης ο δήμος δημιούργησε και διέυρυνε πεζοδρομημένους δρόμους, βελτιωμένα πεζοδρόμια, διασταυρώσεις οδών και διαβάσεις πεζών.

ΧΩΡΟΙ ΣΤΑΘΜΕΥΣΗΣ ΠΟΔΗΛΑΤΩΝ

Η παροχή επαρκών λύσεων στάθμευσης ποδηλάτων είναι απαραίτητη για την προαγωγή της αστικής ποδηλασίας, τη δημιουργία σύνδεσης με τα μέσα μαζικής μεταφοράς ή απλώς για να επιτρέπεται στους ανθρώπους να περπατούν στο κέντρο της πόλης αφού φτάσουν εκεί με ποδήλατο.

Πολλές ευρωπαϊκές πόλεις επενδύουν σε εγκαταστάσεις στάθμευσης ποδηλάτων και μερικές φορές δημιουργούν τεράστιες δομές για να ταιριάζουν με τη ζήτηση. Στην Ουτρέχτη, για παράδειγμα, της Ολλανδίας, το πάρκο ποδηλάτων που βρίσκεται κάτω από το σιδηροδρομικό σταθμό θα έχει την ικανότητα να αποθηκεύσει 12.500 ποδήλατα μέχρι τα τέλη του 2020.²⁶ Αν και το επίτευγμα μπορεί να φαίνεται λιγότερο θεαματικό, οι βουλγαρικές πόλεις είναι εξίσου πολύ δραστήριες στην δημιουργία νέων πάρκων ποδηλάτων, καθώς ο εθνικός κανονισμός στάθμευσης ανέφερε από το 2016 ότι πρέπει να δημιουργηθούν θέσεις στάθμευσης ποδηλάτων σε διαφορετικές τοποθεσίες σε αστικές περιοχές. Ο κανονισμός ισχύει για οικιστικές περιοχές (1,5 θέση στάθμευσης ανά διαμέρισμα), φοιτητικές κατοικίες (1 θέση στάθμευσης ανά 2 κρεβάτια), κτίρια γραφείων (1 θέση στάθμευσης ανά 100m² γραφείου), καταστήματα (1 θέση στάθμευσης ανά 35m²) (1 θέση στάθμευσης ανά 30 επιβάτες/ώρα)²⁷ μεταξύ άλλων.

24. Πόλεις χωρίς αιθάλη: <http://www.sootfreecities.eu/sootfreecities.eu/public/city/graz>

25. EPOMM: http://www.epomm.eu/tems/result_city.phtml?city=1&list=1

26. City of Utrecht: <http://bit.ly/2MWtOPV>

27. ECF, 2018, Προσαρμογή των κτιρίων για βιώσιμη κινητικότητα, <https://bit.ly/2UKIPVF>

Ο καινοτόμος σχεδιασμός της υποδομής σταθμεύσεως ποδηλάτων αποτελεί χαρακτηριστικό των ευρωπαϊκών πόλεων όπως το Hradec Králové στην Τσεχική Δημοκρατία, όπου χτίστηκε το 2015 ένας πλήρως αυτοματοποιημένος πύργος στάθμευσης²⁸. Ο πύργος των επτά ορόφων παρέχει ασφαλή χώρο στάθμευσης για πάνω από 110 ποδήλατα σε χώρο μόλις 8 m x 8 m. Ο πύργος βρίσκεται σε άμεση γειτνίαση με το σιδηροδρομικό σταθμό, έτσι ώστε η εγκατάσταση στάθμευσης να είναι ορατή και να επιτρέπει στους κατοίκους να μετακινούνται απρόσκοπτα με βιώσιμους τρόπους.

ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΝΕΩΝ ΕΡΓΑΛΕΙΩΝ ΓΙΑ ΠΕΡΠΑΤΗΜΑ ΚΑΙ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ

αύξηση των
μαθητών που
περνούν στο
σχολείο στο
Γκντανσκ ως
αποτέλεσμα
ενός ενεργού
παιχνιδιού
κινητικότητας



Η χρήση εφαρμογών για κινητά και άλλες ηλεκτρονικές συσκευές μπορεί να βοηθήσει τις πόλεις να κινητοποιήσουν τις κοινότητές τους και να κάνουν τους ανθρώπους να περπατούν και να χρησιμοποιούν ποδήλατο περισσότερο. Ο δήμος του Gdansk (Πολωνία) εισήγαγε ένα παιχνίδι ενεργητικής κινητικότητας σε ορισμένα τοπικά σχολεία. Οι μαθητές θα μπορούσαν να καταχωρήσουν τις μετακινήσεις περπατήματος και ποδηλασίας που κάνουν, πατώντας τις εξατομικευμένες κάρτες τους σε ηλεκτρονικούς αισθητήρες. Τρεις μήνες

μετά την εκστρατεία, ο αριθμός των μαθητών που περπατούν στο σχολείο έφτασε το 57,4%, έναντι 48,4% πριν την εκστρατεία²⁹. Στη Μπολόνια, η εφαρμογή Bella Mossa επιβραβεύει³⁰ τους ποδηλάτες και τους πεζούς με βραβεία όπως εισιτήρια κινηματογράφου ή δωρεάν ποτά σε μπαρ συνεργαζόμενων επιχειρήσεων. Η εφαρμογή επιτρέπει στον δήμο να διατηρεί ενεργούς 15.000 χρήστες σε τακτική βάση.

Η εισαγωγή ηλεκτρικών ποδηλάτων βοηθά στην προαγωγή της χρήσης ποδηλάτων για μακρύτερες μετακινήσεις και καθιστά πιο προσβάσιμη την ποδηλασία, για παράδειγμα για τους ηλικιωμένους. Με τη συμπερίληψη ηλεκτρικών ποδηλάτων στους δημόσιους στόλους διαμοιρασμού ποδηλάτων τους, οι πόλεις μπορούν να κάνουν τα ηλεκτρικά

28. ENDURANCE, 2015, Bike Tower – Αυτόματο σύστημα στάθμευσης για ποδήλατα, <https://bit.ly/2CoE8y>

29. Ενημερωτικό δελτίο SWITCH: <https://bit.ly/2XFwvG5>

30. Ορθή πρακτική REFORM <https://bit.ly/2GuwwFS>

ποδήλατα διαθέσιμα σε όλους. Δύο εξαιρετικά παραδείγματα αποτελούν το Μιλάνο με το πρόγραμμά του BikeMi³¹ και η Μαδρίτη με το πρόγραμμά της BiciMAD³². Αυτές οι πόλεις προσφέρουν αντίστοιχα 1.150 και 2.028 ηλεκτρικά ποδήλατα στους κατοίκους τους. Αν και ο στόλος της Μαδρίτης είναι 100% ηλεκτρικός, τα ηλεκτρικά και συμβατικά κοινόχρηστα ποδήλατα του Μιλάνου μοιράζονται τους ίδιους σταθμούς τοποθέτησης.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΚΑΙ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟΠΟΙΗΣΗ

Εκτός από το να κάνει την ποδηλασία και το περπάτημα ασφαλέστερα, η δημιουργία ζωνών μέγιστης επιτρεπόμενης ταχύτητας 30 χλμ/ώρα επιτρέπει την μείωση της μηχανοκίνητης κυκλοφορίας και, ως εκ τούτου, την μείωση του θορύβου και των εκπομπών ρύπων σε ορισμένες περιοχές. Στη Γερμανία, οι Υπουργοί Μεταφορών ενέκριναν συγκεκριμένες νομικές αλλαγές για να διευκολύνουν την εισαγωγή ζωνών μέγιστης επιτρεπόμενης ταχύτητας 30 χλμ/ώρα κατά μήκος των κύριων δρόμων κοντά σε σχολεία, νηπιαγωγεία και νοσοκομεία. Μέχρι στιγμής, έχουν περιοριστεί σε περιοχές κατοικιών.

Η πρωτοβουλία School Streets βοηθά στην αύξηση της αυτονομίας, ασφάλειας και μεταφοράς για παιδιά που φοιτούν σε δημοτικά σχολεία στο Bolzano. Η εφαρμογή δημιουργεί ένα χρονικό περιορισμό στην πρόσβαση αυτοκινήτων σε συγκεκριμένους δρόμους γύρω από ένα σχολείο για μια σύντομη περίοδο (π.χ. 15 λεπτά) κατά τη διάρκεια των ωρών αιχμής από την αρχή έως το τέλος της σχολικής ημέρας. Αυτό το μέτρο εμποδίζει αποτελεσματικά τους γονείς από το να αφήνουν και να παίρνουν τα παιδιά με αυτοκίνητο στις σχολικές πύλες. Υπάρχουν περίπου 6.000 παιδιά δημοτικού σχολείου στο Bolzano, το οποίο προσμετρά ένα 80% ποσοστό μετακίνησης χωρίς αυτοκίνητο σε σχέση με το σύνολο των μετακινήσεων εντός της πόλης. Για να καταδειχθεί το μέγεθος της συμφόρησης που η πρωτοβουλία School Streets αποτρέπει, υπολογίζεται ότι αν τα 6.000 παιδιά οδηγούνταν με αυτοκίνητο στο σχολείο, θα υπήρχαν τουλάχιστον 4.800 επιπλέον μετακινήσεις στο οδικό δίκτυο κατά τις ώρες αιχμής. Αυτό ισοδυναμεί με το 8% του συνολικού ημερήσιου όγκου των μετακινήσεων με αυτοκίνητο³³.



31. Ιστότοπος BikeMi : <https://www.bikemi.com/en/service-info/info/whats-bikemi.aspx>

32. Ιστότοπος BiciMAD : <https://www.bicimad.com/index.php?s=que>

33. FLOW, 2018, Ο ρόλος του περπατήματος και της ποδηλασίας στη μείωση της κυκλοφοριακής



**ΟΙ
ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ
ΣΤΟ ΛΕΩΦΟΡΕΙΟ
ΠΕΖΟΠΟΡΙΑΣ
ΤΟΥ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ
ΣΧΟΛΕΙΟΥ ΣΤΗΝ
ΚΟΡΔΟΒΑ
ΜΕΤΑΦΕΡΘΗΚΑΝ
ΠΛΗΡΩΣ Ή
ΜΕΡΙΚΩΣ ΣΤΟ
ΠΕΡΠΑΤΗΜΑ**

43.7%

Μια πιλοτική μελέτη σχετικά με μια υπηρεσία που ονομάστηκε “λεωφορείο περπατήματος” (δηλ. ομάδα περπατήματος προς το σχολείο) για ένα δημοτικό σχολείο στην Κόρδοβα (Ισπανία) έδειξε ότι το 43,7% των συμμετεχόντων άλλαξαν εντελώς ή εν μέρει την επιλογή τρόπου μετακίνησής τους από την χρήση ιδιωτικών οχημάτων με περπάτημα. Μια μελέτη των Kingham και Ussher (2007) αναφέρει ότι τα «λεωφορεία περπατήματος» προς στο σχολείο μπορούν να συμβάλλουν στην ενίσχυση της αίσθησης συνοχής της κοινότητας και να βοηθήσουν τα παιδιά να αναπτύξουν κοινωνικές δεξιότητες σε νεαρή ηλικία. Η ιδέα εξαπλώνεται τώρα σε πολλές χώρες, συμπεριλαμβανομένης της Ιρλανδίας, όπου πόλεις όπως το

Δουβλίνο, το Waterford και το Limerick προωθούν αυτή την ορθή πρακτική.

Οι εκστρατείες περπατήματος και ποδηλασίας δεν απευθύνονται μόνο στα παιδιά - στις Βρυξέλλες, εκστρατείες ευαισθητοποίησης, όπως το “Bike to Work”³⁴ ή το “Bike Experience”³⁵, βοήθησαν στην επίτευξη μετατόπισης του τρόπου μετακίνησης προς την ποδηλασία, ενώ το περπάτημα προωθείται με την επέκταση της κεντρικής πεζοδρομημένης περιοχής σε 50 εκτάρια, τη δεύτερη μεγαλύτερη πεζοδρομημένη περιοχή στην Ευρώπη.

συμφόρησης, <https://bit.ly/2a01oAX>

34. Ιστότοπος Bike to work: <https://www.biketowork.be/>

35. Ιστότοπος Bike Experience: <https://bikeexperience.brussels/>

Ποιες δραστηριότητες μπορούμε να οργανώσουμε για την προώθηση της πολυτροπικότητας?



Χρησιμοποιήστε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και εμπλέξτε τους κατοίκους σας:

- Προωθήστε το περπάτημα και την ποδηλασία στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Χρησιμοποιήστε το φετινό κάλεσμα για δράση και την αντίστοιχη ετικέτα #: Ας περπατήσουμε όλοι μαζί! & #WalkWithUs
- Πρόκληση περπατήματος: ξεκινήστε μια καμπάνια στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και εμπλέξτε τους τοπικούς ιδιοκτήτες καταστημάτων. Κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου, ρωτήστε ανθρώπους πόση ώρα θα χρειαστεί για να περπατήσουν μέχρι το αγαπημένο τους καφέ ή πάρκο. Και έπειτα δείτε αν έχουν δίκιο! Στοιχηματίζουμε ότι υπερεκτιμούν το χρόνο. Ενώ είναι εκεί, μπορούν να ψωνίσουν ή να έχουν ένα καλό καφέ και κέικ, και στη συνέχεια να ακολουθήσουν μια διαφορετική διαδρομή για το σπίτι.
- Οργανώστε έναν διαγωνισμό selfie στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και δείτε ποιος δημοσιεύει φωτογραφίες του εαυτού του χρησιμοποιώντας τα πιο ενεργητικά μέσα κινητικότητας για να φτάσει από το σημείο Α στο σημείο Β για να κερδίσει το βραβείο! Το βραβείο μπορεί να είναι ένα ωραίο προϊόν ή μια υπηρεσία που σχετίζεται με το περπάτημα ή/και την ποδηλασία.



Το περπάτημα και η ποδηλασία δεν αφορούν μόνο την κινητικότητα, αλλά και τη σύνδεση των ανθρώπων:

- Η ενεργητική κινητικότητα είναι φθηνή και θα πρέπει να είναι διαθέσιμη σε όλους. Δείξτε ότι μια πόλη που είναι εξοπλισμένη για περισσότερο περπάτημα και ποδηλασία είναι επίσης προσβάσιμη για τα άτομα με μειωμένη κινητικότητα.
- Ζητήστε από τους ανθρώπους να μοιραστούν την εμπειρία περπατήματος και ποδηλασίας τους. Για παράδειγμα, οι “πρωταθλητές” ενεργητικής κινητικότητας μπορούν να συνοδεύσουν εθελοντές στις καθημερινές τους μετακινήσεις για μια εβδομάδα και να τους δείξουν τα ωραιότερα δρομολόγια.

- Σε εταιρείες και σχολεία, ζητήστε από τους ανθρώπους να υποδείξουν πού ζουν πάνω σε ένα χάρτη. Οι άνθρωποι που μετακινούνται κατά μήκος των ίδιων διαδρομών θα μπορούσαν να μετακινούνται μαζί, με τα πόδια ή με ποδήλατο!
- Οργανώστε διαγωνισμούς ενεργητικής κινητικότητας μέσα ή ανάμεσα σε χώρους εργασίας, γειτονίες και σχολεία για να ενθαρρύνετε τους ανθρώπους να χρησιμοποιούν ποδήλατο και να περπατούν περισσότερο. Δώστε ένα πραγματικό κίνητρο για να αφήσουν το αυτοκίνητο στο σπίτι: προσφέρετε ένα πολύτιμο βραβείο (π.χ. ένα ποδήλατο ή μια επιπλέον ημέρα διακοπών).
- Συνεργαστείτε με άλλες πόλεις και λάβετε μέρος σε διαγωνισμό μεταξύ πόλεων μέσω μιας κοινής εφαρμογής για κινητά. Ποιος θα κάνει τα περισσότερα βήματα;
- Υπάρχουν τόσοι τρόποι ενεργητικής κινητικότητας: περπάτημα, ποδήλατα, ηλεκτρονικά ποδήλατα, ποδήλατα για τη μεταφορά φορτίων, πατίνια και ακόμη τροχοπέδιλα, σκέιτμπορντ ή ιπτάμενες σανίδες. Οργανώστε ένα προσωρινό “σημείο ενεργητικής κινητικότητας” όπου οι άνθρωποι μπορούν να δοκιμάσουν νέους τρόπους κινητικότητας.
- Εφαρμόστε ένα προσωρινό συμμετοχικό σύστημα σηματοδότησης. Οι άνθρωποι μπορούν να γράψουν σε πινακίδες την απόσταση και το χρόνο που χρειάζονται για να φτάσουν σε ένα συγκεκριμένο σημείο με τα πόδια ή με ποδήλατο.
- Πολλοί άνθρωποι γνωρίζουν τις πόλεις τους μόνο με το αυτοκίνητο. Οργανώστε “εναλλακτικές εκδρομές” με τα πόδια ή με ποδήλατο και βοηθήστε τους να ανακαλύψουν διαφορετικά την πόλη, ως τουρίστες στην πόλη τους!
- Χρησιμοποιήστε την εβδομάδα δραστηριοτήτων για να δημιουργήσετε ‘αναδυόμενα’ πάρκα ή ‘αναδυόμενες’ θέσεις συνάντησης. Αντί για θέσεις στάθμευσης, οι άνθρωποι έχουν χώρο για να συναντήσουν νέους φίλους και να διασκεδάσουν!



Εμπλέξτε τους κατοίκους της περιοχής και τα ενδιαφερόμενα μέρη για τη βελτίωση του περπατήματος και της ποδηλασίας όλο το χρόνο:

- Χρησιμοποιήστε την καμπάνια για να πραγματοποιήσετε μια έρευνα με κατοίκους της περιοχής σχετικά με το πώς αισθάνονται για το περπάτημα και την ποδηλασία στην κωμόπολη ή την πόλη σας, τι αλλαγές θα ήθελαν να δουν και τι θα τους έπειθε να αφήσουν το αυτοκίνητο στο σπίτι. Εάν η πόλη σας διεξάγει μια διαδικασία διαβούλευσης π.χ. για ένα σχέδιο βιώσιμης αστικής κινητικότητας, η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ **ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** είναι η τέλεια ευκαιρία για να ξεκινήσετε τη διαδικασία!
- Συνεργαστείτε με τους τοπικούς φορείς διαμοιρασμού ποδηλάτων και προτείνετε καλές προσφορές κατά τη διάρκεια της εβδομάδας δραστηριοτήτων. Ο Σεπτέμβριος είναι μια καλή στιγμή για να μάθετε μια νέα συνήθεια για τη μετακίνηση προς το σχολείο ή την εργασία.
- Υπάρχουν πολλές κινητές εφαρμογές για να κάνετε το περπάτημα και την ποδηλασία πιο άνετα και ελκυστικότερα. Γιατί να μην δουλέψετε με μία από αυτές τις εφαρμογές για να προτρέψετε τους ανθρώπους να περπατούν και να ποδηλατούν περισσότερο.³⁶
- Εργαστείτε με τα μέσα ενημέρωσης για να αποκτήσετε τακτική παρουσία στο τοπικό ραδιόφωνο. Μερικοί ραδιοφωνικοί σταθμοί προσφέρουν μειωμένους συντελεστές για τοπικές πρωτοβουλίες, αλλά ίσως μπορείτε ακόμη να διαπραγματευτείτε κάποια δωρεάν κάλυψη ή χορηγία.
- Εργαστείτε με τις εταιρείες τρένων ή/και τις εταιρείες δημοσίων μεταφορών της πόλης σας και βεβαιωθείτε ότι οι άνθρωποι ενθαρρύνονται να περπατούν ή να μετακινούνται με ποδήλατο προς τους σταθμούς τους. Ο λειτουργικός και εύκολος στη χρήση χώρος στάθμευσης ποδηλάτων μπορεί σίγουρα να βοηθήσει.



Η εκπαίδευση αποτελεί κλειδί για την αύξηση του ποσοστού του περπατήματος και της ποδηλασίας μακροπρόθεσμα:

- Όσο νωρίτερα τα παιδιά ανακαλύψουν το περπάτημα και την ποδηλασία στην πόλη, τόσο περισσότερο αυτά θα τα προτιμούν και θα επιμένουν σε αυτά ως ενήλικες. Αναπτύξτε παιδαγωγικά εργαλεία ή/και παιχνίδια μαζί με σχολεία και κάντε τη νέα γενιά την γενιά της ενεργητικής κινητικότητας.



Η εκπαίδευση αποτελεί κλειδί για την αύξηση του ποσοστού του περπατήματος και της ποδηλασίας μακροπρόθεσμα:

- Έχουν γίνει προσπάθειες να καταστούν τα φορτηγά οχήματα και τα βαρύτερα αυτοκίνητα (γνωστά και ως SUV) λιγότερο επικίνδυνα σε περίπτωση σύγκρουσης με πεζούς ή ποδηλάτες. Πολλά ατυχήματα θα αποφεύγονται, επειδή θα είναι εφοδιασμένα με συστήματα ανίχνευσης πεζών και ποδηλατών. Άλλες βελτιώσεις περιλαμβάνουν την απευθείας όραση για τους οδηγούς φορτηγών και ημιφορτηγών. Παρουσιάστε παραδείγματα ασφαλέστερων οχημάτων σε συνεργασία με τοπικούς ιδιοκτήτες στόλων και αυξήστε την ευαισθητοποίηση.
- Οργανώστε μια καμπάνια για παιδιά και ενήλικες σχετικά με τους ανακλαστήρες ποδηλάτων, οι οποίοι μειώνουν τον κίνδυνο εμπλοκής σε ένα ατύχημα έως και 85%. Εμπνευστείτε από τη δανική “Εθνική Ημέρα Ανακλαστήρα”: Διανείμετε ανακλαστήρες ασφαλείας και οργανώστε ένα “Τρέξιμο ανακλαστήρων”.



Προσαρμόστε τη γλώσσα και τα μηνύματά σας:

- Για να ενθαρρύνετε τους ανθρώπους να κινούνται με τα πόδια ή με ποδήλατο, χρησιμοποιήστε επιχειρήματα που έχουν σαφή αντίκτυπο στην καθημερινή τους ζωή: είναι φθηνότερο, είναι μια δωρεάν συνεδρία γυμναστικής, είναι ταχύτερο από τη χρήση του αυτοκινήτου. Τα επιχειρήματα για την υγεία ή/και το περιβάλλον είναι μερικές φορές υπερβολικά αφηρημένα.
- Ενθαρρύνετε τον αμοιβαίο σεβασμό μεταξύ όλων των τρόπων μετακίνησης και υπενθυμίστε στους χρήστες οχημάτων ότι οι πεζοί και οι ποδηλάτες έχουν προτεραιότητα, ως πιο ευάλωτοι.
- Για να προωθήσετε το περπάτημα και την ποδηλασία, χρησιμοποιήστε την υπάρχουσα, άνετη και ευχάριστη υποδομή και προάγετε τη σεβαστή συμπεριφορά.
- Μην μιλάτε πάρα πολύ για την ασφάλεια, στο μυαλό των ανθρώπων οδική ασφάλεια = κίνδυνος
- Όταν ρυθμίζετε την πρόσβαση οχημάτων σε ορισμένες ζώνες, δεν την κλείνετε (στα αυτοκίνητα), στην πραγματικότητα την ΑΝΟΙΓΕΤΕ (στους ανθρώπους)!

36. <http://mobilityweek.eu/eu-initiatives/social-biking-challenge/>



Να είστε φιλόδοξοι

- Οργανώστε μια ημέρα χωρίς αυτοκίνητα σε όλη την πόλη
- Καθώς η φετινή ημέρα χωρίς αυτοκίνητα πέφτει την Κυριακή (22 Σεπτεμβρίου), θα μπορούσατε να σχεδιάσετε και να προωθήσετε μια εναλλακτική προσφορά για οικογένειες και τουρίστες, προσκαλώντας τους να δοκιμάσουν όλες τις επιλογές κινητικότητας. Καθώς οι δρόμοι σας θα είναι ελεύθεροι από αυτοκίνητα, μπορείτε να οργανώσετε ένα φεστιβάλ, όπως αυτό στη Βιέννη <https://www.streetlife.wien/streetlife-festival>
- Γιατί να μην σπάσετε ένα παγκόσμιο ρεκόρ; Υπάρχουν πολλά παγκόσμια ρεκόρ που μπορείτε να δημιουργήσετε ή να σπάσετε. Χρησιμοποιήστε τη φαντασία σας και δημιουργήστε ένα παγκόσμιο ρεκόρ ενεργητικής κινητικότητας με τους κατοίκους της περιοχής σας
- Εμπνευστείτε από το “Κουτί Δραστηριοτήτων” για τοπικούς υπεύθυνους εκστρατείας που εκπονήθηκε από τον γερμανικό εθνικό συντονιστή της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.
- Μεταξύ των ιδεών: έναρξη ενός διαγωνισμού φωτογραφίας με ανθρώπους που αναπαράγουν την διάσημη εικόνα των Beatles Abbey Road σε... μια διάβαση πεζών. Γιατί να μην συμμετάσχετε στον ευρωπαϊκό διαγωνισμό φωτογραφίας; Βρείτε περισσότερες πρωτότυπες ιδέες (στα γερμανικά) στην διεύθυνση <https://www.umweltbundesamt.de/europaeische-mobilitaetswoche-downloads>
- Επιλέξτε μερικές ιδέες από τα καλύτερα παραδείγματα που εντόπισε η Ευρωπαϊκή Ομοσπονδία Ποδηλατών: <https://ecf.com/sites/ecf.com/files/141223-Map-of-Ideas.pdf>

Πόροι

European Commission

DG MOVE https://ec.europa.eu/transport/home_en

- Urban Mobility: <https://bit.ly/2kLbVDu>
- Road Safety, Walking and Cycling as Transport Modes <https://bit.ly/2TIOFeg>
- Cycling: <https://bit.ly/2I7O0O0>

European organisations, platforms and projects

CIVITAS: <https://civitas.eu/>

- Thematic Group: Car-Independent Lifestyles: <https://bit.ly/2UISIWM>
- CIVITAS INSIGHT, The high potential of walking: <https://bit.ly/2KPuky6>
- CIVITAS INSIGHT, Accessible mobility: enabling independent living for all: <https://bit.ly/2Gx7DdO>

Eltis: <http://www.eltis.org/>

Walk 21: <https://www.walk21.com/>

European Cyclists Federation: <https://ecf.com/>

- ECF Map of ideas: <https://bit.ly/2Civ4e>

FLOW: <http://h2020-flow.eu/>

- FLOW Quick Facts: <https://bit.ly/2ve8wJ5>

ISAAC, Pedbike planner: <https://www.pedbikeplanner.eu/#home>

National and local initiatives and good practices

- Activity box (and other materials) developed by the German EUROPEANMOBILITYWEEK National Coordinator: <https://bit.ly/2Br5Lmz>
- Vienna's platform for walking: <https://www.wienzufuss.at/> and cycling: <https://www.fahrradwien.at/>
- Transport for London. Economic benefits of walking and cycling: <https://bit.ly/2qQVqYO>

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΤΟΠΙΚΟΥΣ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΝΤΕΣ

Το Εγχειρίδιο για τους τοπικούς συμμετέχοντες εξηγεί τα τρία κριτήρια συμμετοχής (δραστηριότητες κατά τη διάρκεια της εβδομάδας, μόνιμα μέτρα και Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο) και τον τρόπο ηλεκτρονικής εγγραφής. Επίσης, περιλαμβάνει ένα κεφάλαιο σχετικά με τα Βραβεία ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.

ΤΑ ΤΡΙΑ ΚΡΙΤΗΡΙΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ

Οποιαδήποτε κωμόπολη ή πόλη της Ευρώπης και εκτός αυτής καλείται να συμμετάσχει στην ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ. Η ηλεκτρονική εγγραφή τους θα εγκριθεί, εφόσον πληρούν τουλάχιστον ένα από τα παρακάτω κριτήρια:

- ❖ Διοργάνωση δραστηριοτήτων κατά την εβδομάδα μεταξύ 16 και 22 Σεπτεμβρίου, λαμβάνοντας υπόψη το ετήσιο θέμα.
- ❖ Εφαρμογή τουλάχιστον ενός νέου μόνιμου μέτρου που συμβάλλει στη μετάβαση από το ιδιωτικό αυτοκίνητο στα βιώσιμα μέσα μεταφοράς. Μέτρα που εφαρμόστηκαν κατά τους τελευταίους 12 μήνες είναι επίσης επιλέξιμα, με την προϋπόθεση ότι προωθούνται κατά τη διάρκεια της εβδομάδας μεταξύ 16 και 22 Σεπτεμβρίου.
- ❖ Διοργάνωση, κατά προτίμηση στις 22 Σεπτεμβρίου, της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο, με τη χωροθέτηση ενός ή περισσότερων περιοχών αποκλειστικά για τους πεζούς, τους ποδηλάτες και τα δημόσια μέσα μεταφοράς για τουλάχιστον μία ολόκληρη μέρα (1 ώρα πριν και 1 ώρα μετά τις εργάσιμες ώρες).

Μόνο οι κωμοπόλεις και οι πόλεις που δεσμεύονται και για τα τρία παραπάνω κριτήρια θα αποτελέσουν «Χρυσούς Συμμετέχοντες» και θα πληρούν τις προϋποθέσεις συμμετοχής στα Βραβεία της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (ανατρέξτε στο παρακάτω κεφάλαιο).

ΠΩΣ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΕΓΓΡΑΦΗ

Μεταβείτε στον ιστότοπο www.mobilityweek.eu και κάντε κλικ στο κουμπί της εγγραφής.

Αφού δημιουργήσετε λογαριασμό για πρώτη φορά ή συνδεθείτε στον λογαριασμό που έχετε από την περσινή χρονιά, θα πρέπει να συμπληρώσετε το ηλεκτρονικό έντυπο εγγραφής. Μπορείτε να επιλέξετε τη γλώσσα σας.

Οι κωμοπόλεις και οι πόλεις θα πρέπει να δώσουν τις παρακάτω πληροφορίες:

- ◆ Δραστηριότητες που διοργανώθηκαν κατά την εβδομάδα μεταξύ 16 και 22 Σεπτεμβρίου.
- ◆ Μόνιμα μέτρα που εφαρμόστηκαν κατά τους τελευταίους 12 μήνες και προωθήθηκαν κατά την εβδομάδα μεταξύ 16 και 22 Σεπτεμβρίου.
- ◆ Πληροφορίες για τις ζώνες στις οποίες απαγορεύτηκε η διέλευση αυτοκινήτων κατά την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο και τις δραστηριότητες που διοργανώθηκαν εκείνη την ημέρα.
- ◆ Σχετικές πρωτοβουλίες της ΕΕ στην οποία συμμετέχει η κωμόπολη ή η πόλη σας.

Μετά την ολοκλήρωση της ηλεκτρονικής εγγραφής, ο Εθνικός Συντονιστής σας θα επικυρώσει την υποβολή. Μετά την έγκρισή της, θα σταλεί ένα αυτοματοποιημένο email επιβεβαίωσης. Μόνο μετά από αυτό το email θα δημοσιευτεί ηλεκτρονικά η συμμετοχή της κωμόπολης ή της πόλης σας στη σελίδα «Συμμετέχοντες».

Participating cities

54 Participating countries in 2018 (total cities: 2792)

	Albania	8
	Andorra	1
	Argentina	4
	Austria	559
	Belarus	66
	Belgium	97
	Bosnia and Herzegovina	6
	Bulgaria	25
	Croatia	16
	Cyprus	2
	Czech Republic	30
	Ecuador	2
	Estonia	6
	Finland	23
	France	55
	Georgia	1
	Germany	52
	Greece	62
	Hungary	...



Θα μπορείτε να ενημερώνετε τις πληροφορίες που δώσατε ανά πάσα στιγμή έως τα τέλη Σεπτεμβρίου.

Εάν είναι απαραίτητο, μπορείτε εύκολα να ενημερώσετε το προφίλ της κωμόπολης ή της πόλης σας με το όνομα και τη διεύθυνση email του τοπικού συμμετέχοντος εντός του δήμου που είναι υπεύθυνος για την ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ. Εάν η κωμόπολη ή η πόλη σας διαθέτει ήδη προφίλ, αλλά δεν θυμάστε τα στοιχεία σύνδεσης ή τη διεύθυνση email, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον Εθνικό Συντονιστή σας ή με την Ευρωπαϊκή Γραμματεία για βοήθεια.

Η υπογραφή της Χάρτας είναι υποχρεωτική μόνο όταν κάνετε αίτηση για το Βραβείο της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.

ΠΩΣ ΝΑ ΞΕΚΙΝΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΣΑΣ

Ξεκινήστε αναλύοντας το ετήσιο θέμα, εξετάζοντας τι συνεπάγεται και ορίζοντας ένα σημείο εστίασης που εξυπηρετεί την κωμόπολη ή την πόλη σας και το εθνικό πλαίσιο. Δώστε προτεραιότητα στην ορθή πρακτική που υφίσταται ήδη. Ίσως μπορείτε να εξετάσετε τρόπους επέκτασης ή περαιτέρω ανάπτυξης της και κατόπιν να σχεδιάσετε αλλαγές για τη βελτίωσή της.

Εξασφαλίστε πολιτική στήριξη. Εάν η διοίκησή σας δυσκολεύεται να συνδεθεί με το ετήσιο θέμα, επειδή δεν το θεωρεί σχετικό με την πόλη σας, ζητήστε από τον Εθνικό Συντονιστή σας μια επιστολή στήριξης.

Μην είστε πολύ επιθετικοί ή αρνητικοί στα μηνύματα που θα επιλέξετε να μεταδώσετε. Ενώ δεν είναι ρεαλιστικό να περιμένει κανείς ότι θα απομακρυνθούν τα ιδιωτικά αυτοκίνητα, τα φορτηγά και άλλα οχήματα από τους δρόμους για την αντιμετώπιση των αρνητικών οικονομικών επιπτώσεων που επιφέρει η ατομική μεταφορά με μηχανοκίνητα μέσα, σίγουρα μπορούμε να δείξουμε ότι υπάρχει πληθώρα διαθέσιμων επιλογών για τη μετακίνηση του κοινού και τη μεταφορά εμπορευμάτων από τις επιχειρήσεις.

Συγκεντρώστε τα στοιχεία σας. Συγκεντρώστε τα δεδομένα και τα αριθμητικά στοιχεία που υποστηρίζουν τη βιώσιμη κινητικότητα στην κωμόπολη ή την πόλη σας. Χρησιμοποιήστε τα ως αποδείξεις, για να δώσετε έμφαση στα μηνύματά σας προς διαφορετικές στοχευμένες ομάδες.

Οικοδομήστε αποτελεσματικές εταιρικές σχέσεις. Η επίτευξη της έξυπνης και βιώσιμης κινητικότητας είναι μια χρονοβόρα διαδικασία που απαιτεί όχι μόνο πολιτική στήριξη, αλλά και εταιρικές σχέσεις ειδικά γι' αυτόν τον σκοπό. Οι τοπικές αρχές ενθαρρύνονται να συνάψουν τέτοιες εταιρικές σχέσεις και να εμπλέξουν όσο το δυνατόν περισσότερο τους τοπικούς παράγοντες. Κάθε τοπική αρχή θα πρέπει να αναζητήσει τοπικούς εταίρους που σχετίζονται με τις διαφορετικές εκδηλώσεις και να συντονίσει την προετοιμασία της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ σε στενή συνεργασία μαζί τους.

Επομένως, οι δήμοι θα πρέπει να καθιερώνουν εταιρικές σχέσεις με οργανισμούς (δημόσιων) μεταφορών, ενώσεις για το περιβάλλον, την υγεία και τον αθλητισμό, τοπικές εταιρείες (συμπεριλαμβανομένων των εξωτερικών επαφών τους, π.χ. πελάτες, προμηθευτές, συνεργάτες), τα (τοπικά) μέσα ενημέρωσης κ.λπ.

Οι εταιρείες συχνά ενδιαφέρονται να συμμετάσχουν, για να δείξουν ότι αποδέχονται την ευθύνη τους στην αντιμετώπιση της κλιματικής αλλαγής και φροντίζουν για την κοινότητα και την υγεία των υπαλλήλων τους. Οι τοπικές αρχές θα πρέπει να

αξιοποιήσουν αυτά τα σημεία, για να εξασφαλίσουν τη συμμετοχή περισσότερων εταίρων.

Επιχειρήσεις, οργανισμοί και άλλοι δυνητικοί εταίροι που δεν πληρούν τα κριτήρια ώστε να συμβάλλουν στην ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (16-22 Σεπτεμβρίου), αλλά σκοπεύουν να διοργανώσουν συμπληρωματικές δραστηριότητες κατά τη διάρκεια του έτους, μπορούν να εγγραφούν μεμονωμένα. Χάρη στη λειτουργία ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ, αυτοί οι οργανισμοί μπορούν να μεταβούν στον ιστότοπο www.mobilityweek.eu/about-mobilityactions και να καταχωρίσουν τη δράση τους.

Αξιοποιήστε υφιστάμενες πρωτοβουλίες Είτε σε τοπικό είτε σε περιφερειακό ή εθνικό επίπεδο, πιθανότατα θα υπάρχει μια σειρά πρωτοβουλιών που σχετίζονται με το επίκεντρο της εκστρατείας σας με τον έναν ή τον άλλο τρόπο. Εάν ευθυγραμμιστείτε με αυτές, μπορείτε να ενισχύσετε το επιχείρημά σας, να επεκτείνετε τα μηνύματά σας και να μειώσετε την προστάθεια.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΜΕΤΑΞΥ 16 ΚΑΙ 22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

Ζητείται από τις κωμοπόλεις και τις πόλεις να παραμείνουν εστιασμένες στο ετήσιο θέμα της εκστρατείας κατά την ανάπτυξη του προγράμματός τους. Ωστόσο, μπορούν να διοργανώσουν δραστηριότητες σε συγκεκριμένα θέματα που σχετίζονται με τις βιώσιμες αστικές μεταφορές. Ακολουθούν ορισμένα παραδείγματα επαναλαμβανόμενων δραστηριοτήτων.

Επίσημη έναρξη ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Οι δημόσιες και επικοινωνιακές εκδηλώσεις στις 16 Σεπτεμβρίου αποτελούν τον ιδανικό τρόπο έναρξης της εκστρατείας. Κατά τη διάρκεια μιας εκδήλωσης έναρξης μπορείτε:

- ◆ Να υπογράψετε δημοσίως τη Χάρτα με έναν πολιτικό εκπρόσωπο, για να δείξετε την αφοσίωσή σας
- ◆ Να παρουσιάσετε τα μόνιμα μέτρα που έχει σχεδιάσει η κωμόπολη ή η πόλη σας
- ◆ Να εισαγάγετε ειδικές προσφορές, όπως εισιτήριο με ειδικές τιμές για τα δημόσια μέσα μεταφοράς
- ◆ Να διοργανώσετε μια περιήγηση πεζοπορίας με ξεναγό ή έναν γύρο ποδηλασίας με μεγάλο αριθμό συμμετεχόντων

Και μη ξεχάσετε να καλέσετε από πριν τα μέσα ενημέρωσης, τους εταίρους και τους κατοίκους!

Δραστηριότητες δημόσιων μέσων μεταφοράς

Όλοι οι παράγοντες των δημόσιων μεταφορών είναι σε θέση να χρησιμοποιήσουν την εκστρατεία ως μια ευκαιρία για να προωθήσουν πολυτροπικές λύσεις, αποδεικνύοντας ότι μπορούν να προσφέρουν μια πραγματική εναλλακτική στα αυτοκίνητα ιδιωτικής χρήσης.

Ακολουθεί μια σειρά δράσεων ειδικά για τα δημόσια μέσα μεταφοράς.

- ♦ Μετάβαση στον χώρο εργασίας με δημόσια μέσα μεταφοράς: εισαγάγετε ειδικές προσφορές, προσφέρετε ποτά μετά την εργασία σε κοντινές στάσεις ή στο λεωφορείο, δημιουργήστε μια πρόκληση για τους μετακινούμενους, διοργανώστε μιας συζήτησης μεταξύ των φορέων δημόσιων μέσων μεταφοράς και των μετακινούμενων, ενημερώστε τους επιβάτες για τα συστήματα συνεπιβίβασης ή συλλογικής χρήσης αυτοκινήτου κ.λπ.
- ♦ Προσβάσιμες δημόσιες μεταφορές: συνεργαστείτε με οργανώσεις για άτομα με αναπηρία, διοργανώστε δραστηριότητες με αναπηρικά αμαξίδια ή με κλειστά μάτια, για να κατανοήσουν οι άλλοι άνθρωποι τις προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα άτομα με μειωμένη κινητικότητα κ.λπ.
- ♦ Επικοινωνία με τους πελάτες και το προσωπικό: διενεργήστε μελέτες για να καταγράψετε την ικανοποίηση και τις προσδοκίες των χρηστών, διοργανώστε επισκέψεις στην υπηρεσία ελέγχου των δημόσιων μεταφορών με πληροφορίες σχετικά με τη συχνότητα, την ταχύτητα και τις διαδρομές, διοργανώστε μια έκθεση καινοτόμων δημόσιων μεταφορών με δοκιμαστικές διαδρομές με νέα καθαρά και έξυπνα οχήματα κ.λπ.

Δραστηριότητες ποδηλασίας

Η ποδηλασία σχετίζεται με όλες τις πτυχές που καθιστούν μια πόλη «κατοικήσιμη». Τα ποδήλατα εξοικονομούν χώρο και ενέργεια και δεν δημιουργούν ηχορύπανση ούτε ατμοσφαιρική ρύπανση.

Όλες οι προτάσεις δραστηριοτήτων που παρατίθενται εδώ επιδιώκουν να προσελκύσουν την προσοχή στα οφέλη της ποδηλασίας.

- ♦ Μετάβαση στον χώρο εργασίας με ποδήλατο: δημιουργήστε ένα σημείο πληροφόρησης, δημιουργήστε ένα σύστημα «καθοδήγησης» νέων ποδηλατών από πιο έμπειρους ποδηλάτες, διοργανώστε μια ημέρα «Με ποδήλατο στη δουλειά», προσφέρετε πρωινό σε άτομα που μεταβαίνουν στη δουλειά τους με ποδήλατο, αξιοποιήστε διαθέσιμες εφαρμογές για προκλήσεις ποδηλασίας, συμμετέχετε στην Πρόκληση Ομαδικής Ποδηλασίας κ.λπ.
- ♦ Ποδηλατικές υπηρεσίες και υποδομές: συνεργαστείτε με τοπικές ποδηλατικές



ενώσεις, προσφέρετε μια υπηρεσία επισκευής ποδηλάτων, διανέμετε πληροφορίες σχετικά με τις ασφαλείς ποδηλατικές διαδρομές, διοργανώστε μια βόλτα σε έναν ποδηλατόδρομο που εγκαινιάστηκε πρόσφατα, ζητήστε από τις τοπικές ποδηλατικές ενώσεις ή την αστυνομία να δώσουν στα ποδήλατα σειριακό αριθμό κατά της κλοπής κ.λπ.

- ♦ Η ποδηλασία είναι μόδα: διοργανώστε μια έκθεση νέων μοντέλων και πρωτότυπων ποδηλάτων, πραγματοποιήστε μια επίδειξη μόδας με ρουχισμό ποδηλασίας ή αναπτύξτε κιτ ποδηλασίας κ.λπ.

Δραστηριότητες περπατήματος

Παρόλο που μερικές φορές παραγνωρίζεται, περπάτημα αποτελεί σημαντικό μέσο μετακίνησης. Οι προτεινόμενες δραστηριότητες μπορούν να διοργανωθούν εύκολα.

- ♦ Μετάβαση στον χώρο εργασίας με τα πόδια: παρακινήστε τις εταιρείες να ανταμείβουν το προσωπικό που μεταβαίνει στη δουλειά με τα πόδια (για παράδειγμα προσφέροντας πρωινό, χρηματικά κίνητρα ή δύο επιπλέον λεπτά της ώρας ανά ημέρα στην ετήσια άδεια), ζητήστε από τον διευθύνοντα σύμβουλο να περπατήσει στους δρόμους γύρω από τις εγκαταστάσεις της εταιρείας, για να αξιολογήσει την προσβασιμότητα για τους πεζούς κ.λπ.
- ♦ «Ζωντανοί δρόμοι»: συνεννοηθείτε με τους δημοτικούς συμβούλους να περπατήσουν στην πόλη, για να αξιολογήσουν προβλήματα όπως τα φυσικά εμπόδια, τα σπασμένα πεζοδρόμια, η παράνομη στάθμευση, η απόρριψη σκουπιδιών κ.λπ.
- ♦ «Ημέρα Στάθμευσης»: καλέστε τους κατοίκους να κάνουν δημιουργική χρήση

- ♦ των χώρων στάθμευσης, φυτέψτε δέντρα σε μια λιγότερη ελκυστική οδό, κανονίστε να συμμετάσχουν οι καταστηματαρχές στην εκστρατεία
- ♦ Σχολεία: τα παιδιά συνοδεύονται από αξιωματικούς υψηλού επιπέδου κατά την καθημερινή τους μετάβαση στο σχολείο με τα πόδια, οποιοδήποτε είδος διαγωνισμού ή δραστηριότητας, όπως το Φιδάκι, είναι καλή ιδέα, χρησιμοποιήστε νέες τεχνολογίες για να προσελκύσετε τα παιδιά κ.λπ.
- ♦ Πράσινες διαδρομές: διοργανώστε πεζοπορίες/ποδηλατικές εκδρομές ή πικνίκ σε υφιστάμενες και ανεπίσημες (με προφυλάξεις) πράσινες διαδρομές με τη συνοδεία τοπικών αντιπροσώπων

Προαγωγή της ορθολογικής χρήσης αυτοκινήτου

Εκείνοι που χρειάζεται να χρησιμοποιούν το αυτοκίνητό τους για ορισμένους σκοπούς μπορούν επίσης να συνεισφέρουν σε ένα πιο βιώσιμο αστικό περιβάλλον.

Θα μπορούσε να εξεταστεί ένα ευρύ φάσμα δραστηριοτήτων, όπως αυτές που αναφέρονται παρακάτω. Οι εν λόγω δραστηριότητες κυμαίνονται από την προσεκτική και ασφαλή οδήγηση έως την αύξηση του αριθμού των επιβατών ανά αυτοκίνητο (συλλογική χρήση αυτοκινήτου).

- ♦ Προσφέρετε στους οδηγούς αυτοκινήτων που έχουν κολλήσει στην κυκλοφοριακή συμφόρηση ένα «μπαλάκι καταπολέμησης του άγχους» ή άλλο αντικείμενο που θα τους κάνει να συνειδητοποιήσουν τις συνέπειες της συμπεριφοράς τους
- ♦ Προτρέψτε τις σχολές οδήγησης να προσφέρουν ενεργειακά αποδοτική εκπαίδευση (οικολογική οδήγηση)
- ♦ Προωθήστε την οικολογική οδήγηση μεταξύ των επαγγελματιών οδηγών, όπως οι οδηγοί σχολικών λεωφορείων, οι οδηγοί ταξί, οι οδηγοί εταιρειών και ιδρυμάτων κ.λπ.
- ♦ Ξεκινήστε μια εκστρατεία με τα τοπικά πρατήρια βενζίνης, ώστε να ενθαρρύνουν τον τακτικό έλεγχο της πίεσης των ελαστικών (η πίεση κάτω από 0,4 bar συνεπάγεται αύξηση της κατανάλωσης καυσίμου κατά 10%)
- ♦ Διοργανώστε διαγωνισμούς όπου οι οδηγοί αυτοκινήτων θα παραδίδουν το δίπλωμα οδήγησής τους για ορισμένο χρονικό διάστημα και σε αντάλλαγμα θα παραλαμβάνουν ένα εισιτήριο για τα δημόσια μέσα μεταφοράς
- ♦ Όταν μεταδίδετε πληροφορίες για την οδική κυκλοφορία στις τοπικές ραδιοφωνικές εκπομπές, καλέστε τους οδηγούς να αλλάζουν συνήθειες και να κάνουν συνδυασμούς με άλλους τρόπους μεταφοράς, εάν θέλουν να αποφύγουν την κυκλοφοριακή συμφόρηση
- ♦ Παρουσιάστε συστήματα συλλογικής χρήσης αυτοκινήτου και συνεπιβίβασης
- ♦ Σε περίπτωση που δεν υπάρχει σύστημα συλλογικής χρήσης αυτοκινήτου στην πόλη σας, διενεργήστε μια έρευνα, για να εντοπίσετε δυνητικούς χρήστες



- ♦ ενός τέτοιου μελλοντικού συστήματος
- ♦ Διοργανώστε μια έκθεση όπου το κοινό θα μπορεί να δει και να δοκιμάσει καθαρά, ηλεκτρικά, υβριδικά οχήματα και οχήματα φυσικού αερίου
- ♦ Δείτε μήπως ο δήμαρχος θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει ένα ηλεκτρικό όχημα κατά την ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ, για να προσελκύσει την προσοχή των μέσων ενημέρωσης

Δραστηριότητες αστικών εμπορευματικών μεταφορών

Η βιώσιμη κινητικότητα δεν αφορά μόνο στον τρόπο με τον οποίο μετακινούμαστε εντός των κωμοπόλεων και των πόλεων μας, αλλά και στον τρόπο με τον οποίο μεταφέρουμε εμπορεύματα. Για να προωθήσετε τις βιώσιμες αστικές εμπορευματικές μεταφορές, μπορείτε να διοργανώσετε μια βόλτα με ποδήλατα μεταφοράς φορτίων, μια επίδειξη παράδοσης αγαθών, να παρουσιάσετε νέα συστήματα συλλογικής χρήσης ποδηλάτων μεταφοράς φορτίων, να διαχειριστείτε τον εφοδιασμό της εκδήλωσής σας με ποδήλατο μεταφοράς φορτίων κ.λπ.

Μεταξύ του 50% και του 70% των μεταφορών εμπορευμάτων στις ευρωπαϊκές πόλεις θα μπορούσε να πραγματοποιείται με ποδήλατα (μεταφοράς φορτίων), σύμφωνα με έρευνα του πανεπιστημίου Vrije Universiteit των Βρυξελλών και την εμπειρία του έργου Cyclelogistics.

Δημιουργήστε έναν ειδικό χώρο για παραδόσεις. Μια πλατφόρμα ή ένας χώρος στάθμευσης έξω από τις ζώνες απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων θα μπορούσε να διατεθεί αποκλειστικά για τις παραδόσεις των εμπορευμάτων που προορίζονται για τα καταστήματα. Κατόπιν, καθαρά οχήματα θα μπορούσαν να παραδίδουν τα εμπορεύματα στα καταστήματα.

Προαγωγή της διαχείρισης της κινητικότητας

Η διαχείριση της κινητικότητας μπορεί να αποτελέσει ένα ισχυρό εργαλείο για την επίτευξη της αλλαγής στη συμπεριφορά. Κατά την ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ, οι τοπικές αρχές μπορούν να δημιουργήσουν συμπράξεις με σχολεία και εταιρείες και να υλοποιήσουν σχέδια για τη σχολική κινητικότητα και την κινητικότητα των εργαζομένων.

Για να ενθαρρύνετε την αλλαγή συμπεριφοράς, μπορείτε να διοργανώσετε δραστηριότητες όπως να προωθήσετε τη βιώσιμη μετακίνηση των εργαζομένων με εταιρικά ενημερωτικά δελτία, να απονεμίσετε βραβεία σε βιώσιμες εταιρείες, να συστήσετε μια ομάδα εργασίας υπαλλήλων ή να ορίσετε έναν συντονιστή για θέματα κινητικότητας κ.λπ.

Δραστηριότητες ΣΒΑΚ

Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ είναι μια μεγάλη ευκαιρία να δημιουργηθεί ενδιαφέρον για τα Σχέδια Βιώσιμης Αστικής Κινητικότητας (ΣΒΑΚ). Μπορείτε να διοργανώσετε διάφορες δραστηριότητες, για να προωθήσετε περαιτέρω το ΣΒΑΚ σας:

- ♦ Παρουσιάστε μια έκθεση με τα πιθανά σενάρια για την ανάπτυξη των μεταφορών
- ♦ Διοργανώστε ένα συνέδριο για το σχέδιο αστικής κινητικότητας
- ♦ Κανονίστε συναντήσεις στις γειτονίες σχετικά με την αστική κινητικότητα
- ♦ Παρουσιάστε/Εφαρμόστε ορισμένα από τα μέτρα του σχεδίου αστικής κινητικότητας (νέες διαδρομές λεωφορείων, νέες εγκαταστάσεις στάθμευσης και μετεπιβίβασης, ποδηλατόδρομοι, πράσινα σχέδια μετάβασης στην εργασία, κέντρα κινητικότητας κ.λπ.)

Αναψυχή και φιλικές δραστηριότητες

Οι δραστηριότητες αναψυχής θα μπορούσαν να δώσουν την ευκαιρία στους πολίτες να εξερευνήσουν την πόλη με ασφάλεια και να την απολαύσουν σε ένα πιο ήρεμο περιβάλλον χωρίς αυτοκίνητα. Ωστόσο, το επίκεντρο της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ θα πρέπει να είναι οι αστικές μεταφορές και όχι ο αθλητισμός ή ο πολιτισμός.

- ♦ Ειδικές υπηρεσίες κλειστής διαδρομής για την εξερεύνηση της πόλης
- ♦ Περιηγήσεις οργανωμένες από ξεναγούς ή περιηγητικές λέσχες
- ♦ Αγώνες πεζοπορίας σε σύμπραξη με καταστήματα αθλητικών ειδών, σχολεία, ενώσεις κ.λπ.
- ♦ Κάρτες-κλειδί ξενοδοχείων που επιτρέπουν επίσης την πρόσβαση σε δημόσια



- ♦ μέσα μεταφοράς ή συστήματα συλλογικής χρήσης ποδηλάτου
- ♦ Διοργανώστε δωρεάν συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις, παραστάσεις δρόμου με καλλιτέχνες, κλόουν κ.λπ. σε δημόσιους χώρους
- ♦ Διαθέστε έναν κενό τοίχο στην κεντρική πλατεία, για να συγκεντρώσετε τις απόψεις του κόσμου
- ♦ Ζητήστε από τοπικές αθλητικές ενώσεις ή/και καταστήματα και επιχειρήσεις αθλητικών ειδών να διοργανώσουν αθλητικές δραστηριότητες στους δρόμους
- ♦ Προσφέρετε μετακινήσεις με ιδιαίτερες μορφές μεταφοράς όπως οι άμαξες με άλογα, τα τουριστικά τρενάκια, τα ηλιακά σκάφη κ.λπ.

Δραστηριότητες σχετικά με την υγεία

Οι συνέπειες των μεταφορών στην υγεία επηρεάζουν το μεγαλύτερο μέρος του πληθυσμού και ιδιαίτερα ευπαθείς ομάδες, όπως τα παιδιά και τους ηλικιωμένους.

Οι τοπικές υγειονομικές υπηρεσίες, οι εταιρείες υγειονομικής ασφάλισης, οι ιατρικές ενώσεις και οι αθλητικές οργανώσεις μπορούν να είναι κατάλληλοι εταίροι για τη διοργάνωση δραστηριοτήτων κινητικότητας και υγείας.

- ♦ Ζητήστε από το δίκτυο παρακολούθησης της ποιότητας του αέρα, την υπηρεσία περιβάλλοντος ή/και ενέργειας (EEA, IEE) ή τα κέντρα πληροφόρησης και τεκμηρίωσης για τον θόρυβο (INCE, CIDB) να διοργανώσουν μια έκθεση για τον αέρα και τον θόρυβο
- ♦ Ζητήστε από την αστυνομία ή/και τα κέντρα τεχνικού ελέγχου αυτοκινήτων να προσφέρουν ανηρρυπαντικούς ελέγχους στα οχήματα που βρίσκονται σε χώρους στάθμευσης αυτοκινήτων

- ◆ Ζητήστε από τους οργανισμούς υγειονομικής ασφάλισης να παρέχουν πληροφορίες για τα οφέλη της φυσικής άσκησης, τον τρόπο ένταξης της φυσικής δραστηριότητας στην καθημερινή ρουτίνα κ.λπ.
- ◆ Ζητήστε από ένα νοσοκομείο ή από γιατρούς να προσφέρουν «ελέγχους υγείας» (μέτρηση αρτηριακής πίεσης, κυκλοφορίας, βάρους, οστικής πυκνότητας κ.λπ.), για να αυξηθεί η ευαισθητοποίηση για την υγεία
- ◆ Χρησιμοποιήστε μια φορητή συσκευή μέτρησης της ποιότητας του αέρα, η οποία θα μπορούσε να χρησιμοποιείται σε διαφορετικούς τρόπους μεταφοράς

MONIMA ΜΕΤΡΑ

Ένας ενημερωμένος κατάλογος των μόνιμων μέτρων θα εμφανίζεται στο ηλεκτρονικό έντυπο κατά την πραγματοποίηση της εγγραφής σας. Αυτό το κεφάλαιο αποτελεί απλώς μια εισαγωγή στον μακρύ κατάλογο των μόνιμων μέτρων που μπορεί να εφαρμόσει η κωμόπολη ή η πόλη σας.

Οι συμμετέχουσες κωμοπόλεις και πόλεις καλούνται να παρουσιάσουν τα νέα μόνιμα μέτρα τους τα οποία συμβάλλουν στην τροπική μετάβαση από το ιδιωτικό αυτοκίνητο σε περιβαλλοντικά ορθά μέσα μεταφοράς.

Όπου είναι εφικτό, τουλάχιστον ένα από αυτά τα μέτρα θα πρέπει να είναι η μόνιμη ανακατανομή του οδικού χώρου υπέρ του βαδίσματος, της ποδηλασίας ή των δημόσιων μέσων μεταφοράς, π.χ. φαρδύτερο πεζοδρόμιο, νέος ποδηλατόδρομος ή λεωφορειόδρομος, νέα ρύθμιση ήπιας κυκλοφορίας, χαμηλότερο όριο ταχύτητας.

Αυτά τα μέτρα δεν χρειάζεται να είναι ακριβά. Δείχνουν τη δέσμευση της τοπικής αρχής για τη βιώσιμη αστική κινητικότητα. Ορισμένα πιθανά μόνιμα μέτρα είναι:

Δημόσιες μεταφορές

- ◆ Βελτίωση και επέκταση του δικτύου δημόσιων μεταφορών (λωρίδες για οχήματα με μεγάλη πληρότητα, νέες στάσεις, νέες γραμμές, αποκλειστικοί χώροι κ.λπ.)
- ◆ Αύξηση της συχνότητας, εισαγωγή υπηρεσιών express κ.λπ.
- ◆ Χρήση οικολογικών οχημάτων για στόλους δημόσιων μεταφορών (ηλεκτρικά, υβριδικά, οχήματα με φυσικό αέριο κ.λπ.)
- ◆ Πολυτροπική έκδοση εισιτηρίων
- ◆ Ολοκληρωμένες υπηρεσίες για διάφορες μορφές δημόσιων μεταφορών
- ◆ Διαπραγμάτευση με τους φορείς των μέσων μεταφοράς για τη δημιουργία στάσεων κοντά σε μεγάλους εργασιακούς χώρους
- ◆ Είσοδος ποδηλάτων στα οχήματα σε ώρες εκτός αιχμής

- ◆ Κατασκευή νέων σχαρών στάθμευσης ποδηλάτων σε στάσεις των δημόσιων μέσων μεταφοράς
- ◆ Προσαρμογή στάσεων λεωφορείου
- ◆ Παροχή πληροφοριών για δρομολόγια και άλλα θέματα σε προσβάσιμη μορφή (μεγάλα γράμματα, γραφή Μπράιλ, ηχητική μορφή κ.λπ.)
- ◆ Προσαρμογή των υποδομών, ώστε να καταστεί δυνατή η προσβασιμότητα (λεωφορεία με χαμηλό πάτωμα, ανελκυστήρες, ράμπες κ.λπ.)
- ◆ Εξασφάλιση πληροφοριών για το επίπεδο προσβασιμότητας μέσω ιστότοπων, εφαρμογών κινητών συσκευών, φυλλαδίων κ.λπ.
- ◆ Παρουσίαση των διαδρομών, των ιστότοπων ή των εφαρμογών με νέα μορφή, ανοιχτές υπηρεσίες ενημέρωσης για πολυτροπικές μετακινήσεις και καταγραφή της άποψης των πελατών

Εγκαταστάσεις ποδηλάτων

- ◆ Βελτίωση του δικτύου και των εγκαταστάσεων ποδηλάτων (επέκταση, ανακαίνιση, σήμανση, χώρος στάθμευσης, κλειδαριές κ.λπ.)
- ◆ Δημιουργία συστημάτων δημόσιων ποδηλάτων ή συστημάτων συλλογικής χρήσης ποδηλάτων
- ◆ Δημιουργία ενός σημείου πληροφόρησης ή περιπτέρου για την ενημέρωση των εργαζομένων, των κατοίκων, των επισκεπτών κ.λπ.
- ◆ Παροχή αποδυτηρίων και εγκαταστάσεων ντους για ποδηλάτες
- ◆ Εγκατάσταση ασφαλών και στεγασμένων χώρων στάθμευσης ποδηλάτων
- ◆ Αγορά ποδηλάτων για δημόσιο ή εταιρικό στόλο κοινόχρηστων ποδηλάτων
- ◆ Εγκατάσταση δημόσιας υπηρεσίας επισκευής ποδηλάτων
- ◆ Μεταφορά του χώρου στάθμευσης ποδηλάτων στην είσοδο των κτηρίων δημόσιας διοίκησης, γραφείων, εμπορικών κέντρων κ.λπ.

Περιοχές πεζών

- ◆ Δημιουργία ή διεύρυνση των χώρων για πεζούς
- ◆ Βελτίωση των υποδομών: πεζογέφυρες, πεζοδρόμια, διαβάσεις πεζών, φωτισμός κ.λπ.
- ◆ Ανακατανομή ή πεζοδρόμηση δημόσιου χώρου

Νέες μορφές χρήσης και κατοχής οχημάτων

- ◆ Έναρξη διαδικτυακών συστημάτων συνεπιβίβασης και συλλογικής χρήσης αυτοκινήτων
- ◆ Ορθολογική χρήση αυτοκινήτου (οικολογική οδήγηση κ.λπ.)
- ◆ Χρήση καθαρότερων οχημάτων
- ◆ Εγκατάσταση σημείων φόρτισης ηλεκτρικών οχημάτων

Διακίνηση εμπορευμάτων

- ◆ Νέοι κανονισμοί για τη διακίνηση εμπορευμάτων
- ◆ Χρήση καθαρότερων οχημάτων
- ◆ Δημιουργία εξεδρών εκφόρτωσης για μεταφορά εμπορευμάτων

Στάθμευση

- ◆ Δημιουργήστε νέες ζώνες στάθμευσης ή απαγόρευσης στάθμευσης
- ◆ Επιβάλλετε πιο αυστηρούς κανόνες στάθμευσης
- ◆ Παρέχετε πληροφόρηση για τους κανονισμούς στάθμευσης
- ◆ Καθιερώστε ευέλικτο ωράριο εργασίας για να μειωθεί η συμφόρηση στις ώρες αιχμής
- ◆ Διαθέστε τις καλύτερες θέσεις στάθμευσης (πιο κοντά στην είσοδο) σε όσους εφαρμόζουν το σύστημα συνεπιβίβασης
- ◆ Παρέχετε μια εγγυημένη μεταφορά στο στίπι σε όσους εφαρμόζουν το σύστημα συνεπιβίβασης, σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης
- ◆ Μεταφέρετε το χώρο στάθμευσης αυτοκινήτων από την είσοδο του γραφείου

Συστήματα ήπιας κυκλοφορίας και περιορισμένης πρόσβασης

- ◆ Προγράμματα ελάττωσης της ταχύτητας κοντά σε σχολεία
- ◆ Μείωση των ζωνών εξωτερικής στάθμευσης
- ◆ Δημιουργία σταθμών «στάθμευσης και μετεπιβίβασης»
- ◆ Μόνιμος περιορισμός της πρόσβασης στα κέντρα των πόλεων

Προσβασιμότητα

- ◆ Έναρξη σχεδίων προσβασιμότητας
- ◆ Δημιουργία εγκαταστάσεων για άτομα με μειωμένη κινητικότητα
- ◆ Αφαίρεση των αρχιτεκτονικών εμποδίων
- ◆ Χαμήλωμα και διεύρυνση πεζοδρομίων
- ◆ Δημιουργία ανάγλυφων πεζοδρομίων και κεκλιμένων επιπέδων για αναπηρικά αμαξίδια
- ◆ Εγκατάσταση συσκευών ήχου στους φωτεινούς σηματοδότες



Διαχείριση κινητικότητας

- ◆ Υιοθέτηση σχεδιασμού διαδρομών για χώρους εργασίας και σχολεία
- ◆ Δημιουργία κέντρων κινητικότητας και υπηρεσιών

πληροφόρησης

- ◆ Ανάπτυξη εκπαιδευτικού υλικού
- ◆ Σχέδια αστικής κινητικότητας σε συνεργασία με τοπικούς παράγοντες
- ◆ Παροχή κινήτρων και επιδομάτων σε εργοδότες
- ◆ Διευκόλυνση της πρόσβασης σε επιχειρήσεις ή άλλους κοινωνικούς χώρους

ΗΜΕΡΑ ΧΩΡΙΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ

Η Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο προσφέρει μια εξαιρετική ευκαιρία πειραματισμού με νέα μοντέλα κυκλοφορίας και βιώσιμων μεταφορών. Όμως, η διοργάνωση της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο θα πρέπει να σχεδιαστεί σωστά εκ των προτέρων, καθώς η απαγόρευση της κυκλοφορίας οχημάτων στους δρόμους μπορεί να αποτελέσει γραφειοκρατική πρόκληση.

Πότε πραγματοποιείται η Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο;

Ενθαρρύνουμε όλες τις ευρωπαϊκές κωμοπόλεις και πόλεις να συνεχίζουν να διοργανώνουν την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο κατά την αρχική της ημερομηνία: 22 Σεπτεμβρίου.

Εάν εξυπηρετεί καλύτερα τον σκοπό της εκδήλωσης, μπορεί να μεταφερθεί σε οποιαδήποτε άλλη ημέρα της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (16-22 Σεπτεμβρίου). Μπορούν να διοργανωθούν περισσότερες από μία ημέρες χωρίς αυτοκίνητο κατά τη διάρκεια αυτής της εβδομάδας.

Εάν η κωμόπολη ή η πόλη σας διοργανώνει και άλλη ημέρα χωρίς αυτοκίνητο κατά τη διάρκεια του έτους (π.χ. τον Μάρτιο ή τον Ιούνιο), σας ενθαρρύνουμε να την καταχωρήσετε ως ΔΡΑΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ.

Τι θεωρείται Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο;

Μία ή περισσότερες περιοχές με απαγόρευση της κυκλοφορίας αυτοκινήτων μπορούν να οριστούν σε μια κωμόπολη ή μια πόλη. Οι περιοχές θα είναι κλειστές για μηχανοκίνητη κυκλοφορία κατά το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας (π.χ. μία ώρα πριν έως μία ώρα μετά τις συνήθεις εργάσιμες ώρες).

Μόνο πεζοί, ποδηλάτες, δημόσια μέσα μεταφοράς και καθαρότερα οχήματα, όπως τα οχήματα με LPG (υγραέριο), NGV (φυσικό αέριο), τα ηλεκτρικά οχήματα κ.λπ. θα μπορούν να εισέρχονται.

Εάν οριστούν περισσότερες από μία περιοχές, θα μπορούσαν να συνδεούνται με



μονοπάτια πεζών. Οι περιοχές με απαγόρευση της κυκλοφορίας αυτοκινήτων θα μπορούν επίσης να συνοδεύονται από μια ουδέτερη ζώνη με συγκεκριμένες πληροφορίες για τους οδηγούς αυτοκινήτων.

Γιατί είναι σημαντική η συμμετοχή στην Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο;

Η Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο είναι ένα από τα τρία κριτήρια συμμετοχής στην ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ και είναι υποχρεωτική, εάν η κωμόπολη ή η πόλη σας επιθυμεί να δηλώσει συμμετοχή για το Βραβείο.

Όμως, η Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο είναι πολύ περισσότερα. Πολλές κωμοπόλεις και πόλεις αξιοποιούν την ευκαιρία να δημιουργήσουν ζώνες πεζών για τη συγκεκριμένη ημέρα και να διοργανώσουν μεγάλες ανοιχτές εκδηλώσεις στον δημόσιο χώρο που απελευθερώνεται.

Πέραν του εορταστικού χαρακτήρα, η εκδήλωση αποτελεί την ιδανική ευκαιρία να δουν οι κάτοικοι πώς θα ήταν το κέντρο της πόλης ή μια περιοχή χωρίς αυτοκίνητα.

Επιπλέον, η Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο έχει απήχηση <https://bit.ly/2YMZCHX>. Μετρήστε την ποιότητα του αέρα και τον θόρυβο τη συγκεκριμένη ημέρα, μία ημέρα πριν και μία ημέρα μετά. Κοινοποιήστε τα αποτελέσματα στους κατοίκους. Δείξτε τους ότι η αλλαγή στη συμπεριφορά τους και η αποδοχή ενός τρόπου ζωής που εξαρτάται λιγότερο από το αυτοκίνητο είναι μέρος της λύσης. Διακυβεύεται η καταπολέμηση της κλιματικής αλλαγής, η βελτίωση της υγείας μας και η ποιότητα ζωής στις κωμοπόλεις και τις πόλεις μας.

Πώς ορίζεται η περιοχή χωρίς αυτοκίνητα;

Η τοποθεσία και το μέγεθος των περιοχών με απαγόρευση της κυκλοφορίας αυτοκινήτων θα πρέπει να επιλεγούν με προσοχή, λαμβάνοντας υπόψη το τοπικό πλαίσιο. Οι περιοχές αυτές μπορούν να εξυπηρετήσουν στα εξής:

- ◆ Να προβληθούν ειδικά θέματα (θόρυβος, ποιότητα του αέρα κ.λπ.)
- ◆ Να παρουσιαστούν ή να δοκιμαστούν τα σχεδιαζόμενα μέτρα (π.χ. η δημιουργία μόνιμης ζώνης πεζών)
- ◆ Να πραγματοποιηθούν δραστηριότητες που στοχεύουν σε συγκεκριμένες ομάδες (παιδιά, εργαζομένους κ.λπ.)
- ◆ Να αναδειχθεί η δέσμευση των επιχειρήσεων που βρίσκονται στην περιοχή

Κατά την επιλογή περιοχών για τη διοργάνωση της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο, θα πρέπει να λάβετε υπόψη τον αριθμό επισκεπτών στις εν λόγω περιοχές σε μια «συνηθισμένη» ημέρα και τον προβλεπόμενο αριθμό επιπλέον επισκεπτών κατά την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο.

Οι εγκαταστάσεις στάθμευσης που θα χρειαστούν στη γύρω περιοχή θα πρέπει επίσης να ληφθούν υπόψη.

Εάν η κωμόπολη ή η πόλη σας ορίσει περισσότερες από μία περιοχές απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων, βεβαιωθείτε ότι συνδέονται μεταξύ τους.

Πώς διασφαλίζεται μια περιοχή χωρίς αυτοκίνητα, κάνοντας ταυτόχρονα εξαιρέσεις;

Η πρόσβαση στις περιοχές με απαγόρευση της κυκλοφορίας αυτοκινήτων θα επιτηρείται και θα εγκατασταθούν διαχωριστικά κιγκλιδώματα. Η βοήθεια της αρχής αστικής κυκλοφορίας, της αστυνομίας και του προσωπικού άλλων τοπικών αρχών θα είναι απαραίτητη.

Θα πρέπει να συνταχθεί ένας σύντομος κατάλογος εξουσιοδοτημένων οχημάτων. Εκτός από τα καθαρότερα οχήματα (LPG, NGV, ηλεκτρικά κ.λπ.), εξαιρέσεις μπορούν να γίνουν για επαγγελματίες του κλάδου της υγείας, άτομα με αναπηρίες και επείγουσες εργασίες επισκευών.

Οι υπηρεσίες έκτακτης ανάγκης (αστυνομία, πυροσβεστική, ασθενοφόρα) και οι εργάτες των εταιρειών ηλεκτρισμού ή αερίου θα έχουν αυτομάτως το δικαίωμα εισόδου στην περιοχή.

Απήσεις για εξαίρεση που δεν περιλαμβάνεται στον ανωτέρω κατάλογο θα πρέπει να

απευθύνονται στην αρμόδια υπηρεσία του δήμου. Οι εξαιρέσεις πρέπει να διατηρούνται στο ελάχιστο.

Οι κάτοικοι θα πρέπει να κληθούν να μετακινήσουν τα αυτοκίνητά τους την προηγούμενη ημέρα, για να ελευθερωθούν οι δρόμοι. Μπορεί να χρειαστεί να διατεθούν ειδικοί χώροι στάθμευσης και να υπογραφούν συμβάσεις με τους φορείς εκμετάλλευσης των χώρων στάθμευσης.

Μια εναλλακτική θα ήταν να επιτραπεί στους κατοίκους να οδηγήσουν τα αυτοκίνητά τους έξω από τη περιοχή, αλλά να μην επιστρέψουν πριν από μια καθορισμένη ώρα. Σε αυτήν την περίπτωση, θα πρέπει να αφήσουν τα αυτοκίνητά τους σε χώρο στάθμευσης.

Οι παραδόσεις θα επιτρέπονται έως μια ορισμένη ώρα (που θα καθοριστεί) σε συμμόρφωση με τις γενικές προϋποθέσεις. Για τους εμπόρους που χρειάζονται παραδόσεις κατά τη διάρκεια της ημέρας, μπορεί να δημιουργηθεί μια ζώνη φόρτωσης έξω από την περιοχή. Το φορτίο θα παραδίδεται από αυτό το σημείο με ποδήλατα μεταφοράς εμπορευμάτων ή καθαρά οχήματα.

Ποιοι εναλλακτικοί τρόποι θα παρέχονται κατά την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο;

Τα δημόσια μέσα μεταφοράς είναι ο πιο άμεσος και αποτελεσματικός τρόπος μετακίνησης κατά την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο. Οι παρακάτω ενέργειες θα είναι επιθυμητές:

- ◆ Μεγαλύτερη συχνότητα υπηρεσιών
- ◆ Μεγαλύτερη προσβασιμότητα για άτομα με μειωμένη κινητικότητα
- ◆ Ειδικές τιμές εισιτηρίων ή δωρεάν μεταφορά
- ◆ Συγκεκριμένα κίνητρα (συνδυασμός στάθμευσης και εισιτηρίου λεωφορείου ή εισιτηρίων λεωφορείου και τρένου, εισιτήρια με προσφορά έκπτωσης σε κινηματογράφους, κολυμβητήρια κ.λπ.)

Επίσης, θα ήταν καλό να λειτουργήσουν υπηρεσίες κλειστής διαδρομής για τη σύνδεση των χώρων στάθμευσης αυτοκινήτων με το κέντρο της πόλης ή με συγκεκριμένες διαδρομές (ξεναγήσεις στην πόλη, περιφερειακούς δρόμους κ.λπ.)

Καθαρότερα αυτοκίνητα (LPG, NGV και ηλεκτρικά) μπορούν να χρησιμοποιούνται εντός των περιοχών απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων για την παράδοση εμπορευμάτων ή για την εξυπηρέτηση ατόμων με αναπηρία.

Τα ποδήλατα είναι επίσης μία από τις κύριες εναλλακτικές:

- ◆ Επιδιώξτε τη συμμετοχή τοπικών ποδηλατικών ομάδων και ενώσεων
- ◆ Προσφέρετε τη δυνατότητα ενοικίασης ποδηλάτων σε εγκαταστάσεις «στάθμευσης και μετεπιβίβασης», σιδηροδρομικούς σταθμούς, στάσεις λεωφορείων κ.λπ.
- ◆ Προσφέρετε συνδυασμένα εισιτήρια λεωφορείου και ποδηλάτου ή στάθμευσης και ποδηλάτου
- ◆ Η προσφορά ενός ποδηλάτου έναντι των κλειδίων ή της άδειας του αυτοκινήτου είναι επίσης μια καλή πρωτοβουλία
- ◆ Προβλέψτε στελεχωμένες, στεγασμένες εγκαταστάσεις στάθμευσης ποδηλάτων
- ◆ Ορίστε ασφαλείς ποδηλατικές διαδρομές με καλή σήμανση έξω από τις περιοχές απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων
- ◆ Μην ξεχάσετε τη χρήση ποδηλάτων μεταφοράς φορτίων για τον εφοδιασμό της εκδήλωσής σας και άλλα πολλά!

Πού θα αφήσετε το αυτοκίνητό σας;

Εγκαταστάσεις στάθμευσης και μετεπιβίβασης

Προκειμένου να ενθαρρυνθούν οι κάτοικοι να αφήσουν τα αυτοκίνητά τους και να χρησιμοποιούν τα δημόσια μέσα μεταφοράς, μπορούν να δημιουργηθούν ασφαλείς εγκαταστάσεις στάθμευσης στα προάστια. Αυτοί οι χώροι στάθμευσης αυτοκινήτων θα πρέπει να έχουν έναν υπάλληλο και το ωράριο λειτουργίας τους θα πρέπει να συμβαδίζει με το ωράριο της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο. Μπορούν να είναι δωρεάν ή όχι (για παράδειγμα, συνδυασμένο εισιτήριο για στάθμευση και λεωφορείο ή στάθμευση και ποδήλατο). Οι εγκαταστάσεις στάθμευσης που δεν βρίσκονται κατά μήκος τακτικών γραμμών δημόσιων μέσων μεταφοράς θα πρέπει να εξυπηρετούνται από ειδικές υπηρεσίες κλειστής διαδρομής.

Χώροι στάθμευσης ειδικής εξυπηρέτησης

Ειδικό χώρο στάθμευσης θα πρέπει να δημιουργηθούν κοντά στις περιοχές απαγόρευσης της κυκλοφορίας των αυτοκινήτων για όσους χρειάζεται να χρησιμοποιήσουν τα αυτοκίνητά τους. Αυτοί οι χώροι στάθμευσης μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να αποβιβαστεί κάποιος, για στάθμευση μικρής διάρκειας (λιγότερο από μια ώρα), για να διευκολυνθεί η συλλογική χρήση αυτοκινήτου, για την παράδοση εμπορευμάτων κ.λπ. Δεν θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ως χώροι στάθμευσης μεγάλης διάρκειας και θα πρέπει να στελεχώνονται για όλη την ημέρα. Υπηρεσίες κλειστής διαδρομής μπορούν να παρέχονται από αυτούς τους χώρους στάθμευσης προς το κέντρο της πόλης.

Χώροι στάθμευσης των κατοίκων

Οι χώροι στάθμευσης θα πρέπει να προορίζονται αποκλειστικά για τη χρήση των κατοίκων. Θα πρέπει να βρίσκονται μέσα ή κοντά στα όρια των περιοχών απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων. Θα πρέπει να ανοίξουν μόνο μια ημέρα πριν την εκδήλωση και να παραμένουν ανοιχτοί μέχρι την επόμενη ημέρα της εκδήλωσης. Μπορούν να εφαρμοστούν ειδικές χρεώσεις για τη στάθμευση, προκειμένου να ενθαρρυνθούν οι κάτοικοι να αφήνουν τα αυτοκίνητά τους στους χώρους στάθμευσης αυτοκινήτων για όλη την ημέρα. Οι λεπτομέρειες μπορούν να ρυθμιστούν με τους υπεύθυνους του χώρου στάθμευσης

Ποιοι μπορεί να είναι οι καλύτεροι εταίροι στη διοργάνωση της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο;

Η διοργάνωση της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο μπορεί να αποτελέσει αιτία ανησυχίας για ορισμένους καταστηματαρχές. Γι' αυτόν τον λόγο θα πρέπει να καταβληθούν ειδικές προσπάθειες, ώστε να συμμετέχουν στα πρώιμα στάδια της διοργάνωσης.

- ♦ Επικοινωνήστε ειδικά με καταστηματαρχές μέσω ενός επίσημου εγγράφου με εξατομικευμένες πληροφορίες σχετικά με τον τρόπο μετάβασης στο κέντρο της πόλης χωρίς αυτοκίνητο
- ♦ Συνδέστε το όνομα της στάσης ενός λεωφορείου, τραμ ή μετρό με ένα κατάστημα
- ♦ Διαφημίστε καταστήματα του κέντρου της πόλης σε εμπορικά προϊόντα προώθησης της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (για παράδειγμα, τοποθετώντας τα λογότυπα των καταστημάτων στον χάρτη της περιοχής απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων)
- ♦ Δημιουργήστε έναν ειδικό χώρο για παραδόσεις και χρησιμοποιήστε καθαρά οχήματα γι' αυτές
- ♦ Διανείμετε εισιτήρια δημόσιων μέσων μεταφοράς στα καταστήματα
- ♦ Ενθαρρύνετε τους καταστηματαρχές να καταλάβουν τον δημόσιο χώρο που ανακτήθηκε από την απαγόρευση της κυκλοφορίας των οχημάτων ως προέκταση του δικού τους χώρου πωλήσεων (εξώστες ή χώρος για πάγκους στον δρόμο). Ωστόσο, η Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο δεν θα πρέπει να μετατραπεί σε μια τεράστια εμπορική εκδήλωση που διοργανώνεται για εμπορικούς σκοπούς.

ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ ΚΑΙ ΑΝ ΚΑΝΕΙ Η ΚΩΜΟΠΟΛΗ Η Η ΠΟΛΗ ΣΑΣ ΤΗ ΦΕΤΙΝΗ ΧΡΟΝΙΑ, ΒΕΒΑΙΩΘΕΙΤΕ ΟΤΙ...

Προκειμένου να διασφαλιστεί η συνέργεια σε ευρωπαϊκό επίπεδο και για να έχουν οι πολίτες την αίσθηση ότι ανήκουν σε ένα παγκόσμιο κίνημα, μη ξεχάσετε τα εξής:

- ♦ Εφαρμόστε με συνέπεια τις Εικαστικές Κατευθυντήριες Γραμμές <http://www.mobilityweek.eu/communication-toolkit/>
- ♦ Να είστε δημιουργικοί: σκεφτείτε νέα μέτρα και δραστηριότητες και κοινοποιήστε τα στον Εθνικό Συντονιστή σας ή στην Ευρωπαϊκή Γραμματεία <http://www.mobilityweek.eu/contact/>
- ♦ Προωθήστε το hashtag #mobilityweek και ακολουθήστε τους επίσημους λογαριασμούς στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης
Facebook www.facebook.com/EuropeanMobilityWeek
Twitter <https://twitter.com/mobilityweek>
Instagram <https://www.instagram.com/europeanmobilityweek/>
YouTube www.youtube.com/user/europeanmobilityweek
Flickr www.flickr.com/photos/europeanmobilityweek
- ♦ Χρησιμοποιήστε τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης, έχοντας υπόψη τα ακόλουθα σημεία:
 - Κοινοποιήστε περιεχόμενο που είναι συναφές με το ακροατήριό σας
 - Διορθώστε τυχόν λάθη, αλλά με σεβασμό (διαχωρίζοντας τα γεγονότα από την προσωπική γνώμη)
 - Αλληλεπιδράστε, μιλήστε για τα επιτεύγματα των εταίρων σας και των υποστηρικτών σας
 - Μη στέλνετε ανεπιθύμητα μηνύματα
 - Κάντε ορθογραφικό έλεγχο και επιβεβαιώστε την ορθότητα των συνδέσμων σε ό,τι δημοσιεύετε
 - Μη δεσμεύστε να αναλάβετε οποιαδήποτε δράση, εκτός εάν έχετε εξουσιοδότηση για κάτι τέτοιο
- ♦ Στείλτε ενημερωτικές επιστολές σε καθεμία από τις πιο ευάλωτες στοχευμένες ομάδες (καταστηματαρχές, επιχειρήσεις, κατοίκους των περιοχών απαγόρευσης της κυκλοφορίας αυτοκινήτων), για να τους ενημερώσετε σχετικά με την ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ και να τους καλέσετε να λάβουν μέρος στη διοργάνωσή της
- ♦ Εγγραφείτε στο διμηνιαίο ηλεκτρονικό ενημερωτικό δελτίο μας <http://www.mobilityweek.eu/newsletter/>
- ♦ Προσκαλέστε τους δημοτικούς υπαλλήλους να συμμετάσχουν στη διοργάνωση της εκστρατείας, παρακινήστε τα μέλη του προσωπικού να

χρησιμοποιούν περισσότερο τους βιώσιμους τρόπους μεταφοράς και ξεκινήστε ένα βιώσιμο σχέδιο μετάβασης στον χώρο εργασίας ειδικά για αυτούς

- ♦ Να παρακολουθείτε και να αξιολογείτε τις δράσεις σας (αριθμός νέων χρηστών των δημόσιων μέσων μεταφοράς χάρη σε μια συγκεκριμένη δράση, αριθμός των ανθρώπων που αποφάσισαν να πιάσουν να χρησιμοποιούν το αυτοκίνητό τους μετά την εκστρατεία, αριθμητικά στοιχεία για τη βελτίωση της ποιότητας του αέρα, μείωση του θορύβου, άποψη των πολιτών για τα σχέδια και τις δράσεις σας κ.λπ.)
- ♦ Συνδέστε τις δραστηριότητές σας με σχετικές πρωτοβουλίες της ΕΕ (Έργο EDWARD - Ευρωπαϊκή Ημέρα Χωρίς Θάνατο από Τροχαίο, Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Αθλητισμού, CIVITAS, Σύμφωνο των Δημάρχων κ.λπ.)
- ♦ Χρησιμοποιήστε άλλους χρήσιμους πόρους που είναι διαθέσιμοι ηλεκτρονικά (φυλλάδιο, αφίσα, οδηγός βέλτιστων πρακτικών) <http://www.mobilityweek.eu/campaign-resources/>

Όλο το επικοινωνιακό υλικό διατίθεται στα αγγλικά. Το παρόν εγχειρίδιο, το ετήσιο φυλλάδιο και η αφίσα, καθώς και το βίντεο της εκστρατείας είναι διαθέσιμα σε όλες τις επίσημες γλώσσες της ΕΕ.

ΤΑ ΒΡΑΒΕΙΑ ΤΗΣ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Το Βραβείο της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ απονέμεται στις τοπικές αρχές που κρίνεται ότι έκαναν ό,τι ήταν δυνατόν για να αυξήσουν την ευαισθητοποίηση σχετικά με τη βιώσιμη κινητικότητα κατά την τελευταία ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (16-22 Σεπτεμβρίου).

Από το 2017, απονέμεται σε δύο κατηγορίες: ένα βραβείο για τους μεγαλύτερους δήμους και ένα για τους μικρότερους δήμους.

Στοχεύει στην προώθηση επιτυχημένων εκστρατειών και στην αύξηση της ευαισθητοποίησης σχετικά με την ανάγκη για τοπική δράση στον τομέα της βιώσιμης αστικής κινητικότητας.

Οι τελικοί υποψήφιοι βραβεύονται σε μια λαμπρή τελετή στις Βρυξέλλες τον Μάρτιο και το έργο τους παρουσιάζεται σε διάφορα βίντεο και εκδόσεις.



Κριτήρια επιλεξιμότητας

Ορισμένα κριτήρια ισχύουν και για τις δύο κατηγορίες.

Οι τοπικές αρχές είναι επιλέξιμες για το Βραβείο της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ εφόσον:

1. Έχουν κάνει ηλεκτρονική εγγραφή στον ιστότοπο www.mobilityweek.eu
2. Έχουν υποβάλει την υπογεγραμμένη Χάρτα
3. Είναι «Χρυσόι Συμμετέχοντες», δηλαδή πληρούν και τα τρία παρακάτω κριτήρια:

διοργάνωση δραστηριοτήτων κατά τη συγκεκριμένη εβδομάδα που σχετίζονται με το ετήσιο θέμα

εφαρμογή τουλάχιστον ενός νέου μόνιμου μέτρου για τη μείωση της χρήσης ιδιωτικών αυτοκινήτων

διοργάνωση της Ημέρας Χωρίς Αυτοκίνητο

4. Βρίσκονται στην ΕΕ-28, σε υποψήφιες χώρες για ένταξη στην ΕΕ, σε δυνάμει υποψήφιες χώρες για ένταξη στην ΕΕ που αποτελούν μέρος της Διαδικασίας Σταθεροποίησης και Σύνδεσης (SAP), σε χώρες του Ευρωπαϊκού Οικονομικού Χώρου (ΕΟΧ) ή σε χώρες της Ευρωπαϊκής Ζώνης Ελεύθερων Συναλλαγών (ΕΖΕΣ). Αυτές οι χώρες είναι: Αλβανία, Αυστρία, Βέλγιο, Βοσνία και Ερζεγοβίνη, Βουλγαρία, Γαλλία, Γερμανία, Δανία, Ελβετία, Ελλάδα, Εσθονία, Ηνωμένο Βασίλειο, Ιρλανδία, Ισλανδία, Ισπανία, Ιταλία, Κάτω Χώρες, Κοσσυφοπέδιο¹, Κροατία, Κύπρος, Λετονία, Λιθουανία, Λιχτενστάιν, Λουξεμβούργο, Μάλτα, Μαυροβούνιο, Νορβηγία, Ουγγαρία, Πολωνία, Πορτογαλία, Πρώην Γιουγκοσλαβική Δημοκρατία της Μακεδονίας, Ρουμανία, Σερβία, Σλοβακία,

1. This designation is without prejudice to positions on status, and is in line with UNSCR 1244 and the ICJ Opinion on the Kosovo Declaration of Independence

Κριτήρια αξιολόγησης

Μια ανεξάρτητη επιτροπή εμπειρογνομόνων στην αστική κινητικότητα θα αξιολογήσει:

1. Την ποιότητα των δραστηριοτήτων που παρουσιάζουν το ετήσιο θέμα
2. Το σχέδιο δράσης για τις εκδηλώσεις και τη συμμετοχή του κοινού
3. Τη στρατηγική επικοινωνίας
4. Τον αντίκτυπο των μόνιμων μέτρων
5. Το πεδίο εφαρμογής των εταιρικών σχέσεων με τους τοπικούς φορείς

Διαδικασία συμμετοχής

Οι τοπικές αρχές που επιθυμούν να δηλώσουν συμμετοχή για το Βραβείο της ΕΥΡΩΠ ΑΪΚΗΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣ **ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** θα πρέπει:

- ♦ Να συμπληρώσουν το έντυπο συμμετοχής στα αγγλικά, παρέχοντας τις απαιτούμενες λεπτομέρειες
- ♦ Να υποβάλουν το έντυπο συμμετοχής με τον τρόπο που επισημαίνεται στον ιστότοπο της εκστρατείας
- ♦ Να συμπεριλάβουν ένα ψηφιακό αντίγραφο της υπογεγραμμένης Χάρτας
- ♦ Να υποβάλουν έναν χάρτη της περιοχής όπου απαγορεύθηκε η κυκλοφορία μηχανοκίνητων οχημάτων κατά την Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο
- ♦ Να αποστείλουν υποστηρικτικό υλικό, όπως φωτογραφίες (σε καλή ανάλυση), βίντεο, εργαλεία επικοινωνίας και αποκόμματα τύπου
- ♦ Όλα θα πρέπει να σταλούν μεταξύ 23 Σεπτεμβρίου και 23 Οκτωβρίου

Τελετή απονομής και Βραβείο

Η τελετή απονομής του Βραβείου της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣΕΒΔΟΜΑΔΑΣ **ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** πραγματοποιείται στις Βρυξέλλες, παρουσία του Επιτρόπου Μεταφορών της ΕΕ. Συνήθως, λαμβάνει χώρα τον Μάρτιο. Κατά την τελετή, παρουσιάζεται και το Βραβείο Σχεδιασμού Βιώσιμης Αστικής Κινητικότητας.

Σε καθεμία από τις νικήτριες τοπικές αρχές απονέμεται ένα προωθητικό βίντεο διάρκειας έως τριών λεπτών, το οποίο παρουσιάζει τα επιτεύγματά τους ως υπερασπιστές των βιώσιμων αστικών μεταφορών στην Ευρώπη.

ΣΧΕΤΙΚΟΙ ΣΥΝΔΕΣΜΟΙ

Ιστότοπος και έγγραφα της Ευρωπαϊκής Ένωσης

- ♦ European Commission - Mobility and Transport portal <https://bit.ly/1epTAxu>
- ♦ European Commission - Clean transport, Urban transport <https://bit.ly/2US0w8o>
- ♦ European Commission - Sustainable Transport <https://bit.ly/2vjGggO>
- ♦ European Commission - Intelligent Transport Systems (ITS) <https://bit.ly/2fSaRtl>

Έργα και πρωτοβουλίες της ΕΕ

- ♦ CIVITAS www.civitas.eu
- ♦ Eltis www.eltis.org
- ♦ BiTiBi project – Bike Train Bike www.bitibi.eu
- ♦ EBSF_2 project: <http://ebsf2.eu/>
- ♦ FLOW project <http://h2020-flow.eu/>
- ♦ FREVIEW project <https://freview.eu/>
- ♦ MaaS4EU project: <http://www.maas4eu.eu/>

Πρωτοβουλίες τοπικών αρχών, οργανώσεων και εξειδικευμένων εταιρειών

- ♦ BKK Budapest, launch of the FUTÁR tool: <https://bit.ly/2sMaf2L>
- ♦ FUTÁR tool: <http://futar.bkk.hu>
- ♦ Blue Bike: <https://www.blue-bike.be/en>
- ♦ City of Esch-sur-Alzette, Pedestrian signposting, <https://bit.ly/2BQlcC9>
- ♦ City of Paris, Paris respire: <https://bit.ly/2HxHWRQ>
- ♦ Hitch: <http://www.hitchit.co/>
- ♦ International Post Corporation, Parcel Lockers webpage: <https://bit.ly/2oyyKf7>
- ♦ MaaS Alliance: <https://maas-alliance.eu/>
- ♦ MaaS Global: <https://maas.global/>
- ♦ The Money Advice Service (car cost calculator): <https://bit.ly/1Ds8xRu>
- ♦ Le Moniteur Automobile (car cost calculator): <https://bit.ly/2HmdTUg>
- ♦ Mulhouse Alsace Agglomération, news item on Compte Mobilité: <https://bit.ly/2EZAu7s>
- ♦ RATT Timisoara, bike-sharing webpage: http://www.ratt.ro/velo_tm.html
- ♦ STIB Brussels, walking map: <https://bit.ly/2ZpuAHb>
- ♦ Street Life Festival 2018, Vienna, <https://www.streetlife.wien/streetlife-festival>
- ♦ Swiss Federal Railways, Multimodal webpage: <https://bit.ly/2CMV6xz>
- ♦ Tisséo Toulouse, Pastel Card: <https://bit.ly/2l4sUPx>
- ♦ Transport for London (TfL), walking map: <https://bit.ly/1MIEkxp>
- ♦ UPS, trial of electric tricycles: <https://bit.ly/2F322Nl>

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2019

