

KOLESARJENJE V VSEH ŽIVLJENJSKIH OBDOBJIH

Cilj partnerstva LIFE CYCLE, ki združuje 10 skupin v 9-ih državah, je predstaviti kolesarjenje kot naravno obliko vsakodnevnega prevoza. Strokovnjaki za javno zdravstvo, mestni svetniki, strokovnjaki za prevoz in kolesarske skupine se skupaj osredotočajo na spreminjanje sedečega načina življenja v aktivnega z dodajanjem telesne dejavnosti vsakodnevnim opravilom. S spodbujanjem telesno aktivnega življenjskega sloga se LIFE CYCLE bori proti naraščajočim trendom debelosti in prekomerne prehranjenosti.

LIFE CYCLE je v celoti posvečen kolesarjenju, od vrtca do upokojitve. Kolesarjenje že v zgodnjem otroštvu postane prijeten del življenja. Kasneje otroci kolesarijo do šole, nato do službe in trgovine. LIFE CYCLE bo kot del Programa javnega zdravja EU sestavil priročnik z navodili, kako izvesti preizkušene aktivnosti, da boste tudi Vi lahko kolesarili v vseh življenjskih obdobjih.



CINDI GOSTITELJ LIFE CYCLE RAZVOJNEGA SREČANJE

Z zaključkom obdobja krepitve mreže deležnikov projekta je februarja potekalo 2. srečanje partnerstva LIFE CYCLE s poudarkom na razpravah, prilagoditvah in optimizaciji aktivnosti partnerjev ter prvi različici intervencijskega priročnika projekta. Vsaka od aktivnosti je bila predstavljena in obravnavana na delavnicah. Skupaj s končnimi koraki so bile v strnjeni obliki predstavljene celotnemu konzorciju. Obravnavana je bila komunikacijska strategija, vključno z glasilom in spletno stranjo LIFE CYCLE.

Določili smo oblikovanje in vsebino glasila ter naloge za prvo izdajo razdelili partnerjem. Poleg splošnih glasil projekta bomo izdali tudi državne različice. Naslednje partnersko srečanje bo potekalo jeseni.



LIFE CYCLE V SLOVENIJI: OTROCI, TEKMOVANJA IN KOLESARIMO NA DELO

Glavne LIFE CYCLE aktivnosti, ki se bodo v Sloveniji pričele spomladi 2009, predstavljajo sodelovanje z in izboljšave obstoječih projektov. LIFE CYCLE Slovenija bo spodbujal kolesarjenje preko igre pri predšolskih otrocih ter mladinska kolesarska tekmovanja. Odraslim bo namenjena kampanja »Kolesarimo na delo« ter tečaji varnega kolesarjenja. Kolesarski dogodki in različne igre ob pomembnih dnevih, kot je Dan brez avtomobila, bodo organizirani za vse starosti in celotne družine. Cilj je tudi posredno vplivati na kolesarsko infrastrukturo.

V projekt sta vključena dva geografska vzorca prebivalstva, mestni in ruralni. Četrtna skupnost Bežigrad v Ljubljani predstavlja mestni vzorec prebivalstva, ruralni vzorec pa predstavljajo Beltinci v Prekmurju.

LIFE CYCLE NA MADŽARSKEM: KOLESARIMO DO SLUŽBE V BUDIMPEŠTI

Madžarski kolesarski klub je svojo prvo akcijo "Kolesarimo na delo!" pričel 6. aprila. Uslužbenci se lahko potegujejo za nagrade, v kolikor v pettedenski kampanji vsaj osemkrat kolesarijo na delo. Podeljen bo naslov "podjetje, ki največ kolesari", poteka pa tudi tekmovanje za skupino z najdaljšo prekolesarjeno razdaljo. V pilotni akciji jeseni 2008 je sodelovalo več kot 8000 ljudi. Pričakovano je, da bo v službo, namesto da bi se odpeljali z avtomobilom, tokrat kolesarilo še več ljudi. Pri tej LIFE CYCLE akciji, ki se bo ponovno odvijala jeseni 2009, z Madžarskim kolesarskim klubom sodeluje Ministrstvo za promet, telekomunikacije in energijo.

Za vsebino te publikacije so izključno odgovorni njeni avtorji. Vsebina publikacije ne predstavlja mnenj Evropskih skupnosti. Evropska komisija ni odgovorna za kakršno koli uporabo informacij, ki jih vsebuje ta publikacija.

CINDI SLOVENIJA IN PARTNERJI V SLOVENIJI

CINDI Slovenija se je za koordinacijo in izvedbo aktivnosti v sklopu projekta LIFE CYCLE na področju Beltincev dogovoril z Zavodom za zdravstveno varstvo Murska Sobota. Za sodelovanje pri projektu pa smo dogovorjeni tudi z različnimi partnerji v Sloveniji, ki nam bodo na različne načine prijazno pomagali pri izvedbi aktivnosti.

AKTIVNOSTI V LJUBLJANI

■ Izobraževanja o kolesarjenju

Za vzgojitelje, učitelje in športne pedagoge se bo izvedla delavnica o kolesarjenju. Z namenom vpeljave kolesarjenja v zdravstveno-vzgojne delavnice, ki potekajo po zdravstvenih domovih po Sloveniji, se bo izvedlo tudi izobraževanje za zdravstveno-vzgojne izvajalce.

■ Predšolski otroci in osnovnošolci

Kolesarjenje se bo v vrtcu Jelka preko pravljič, igrac, igrin in drugih aktivnostih spodbujalo že pri najmlajših. V vrtcu in osnovni šoli se bo uredil prometni kotichek. Organiziran bo prometni dan in umetniški natečaj povezan s kolesarjenjem ter delavnica o kolesarjenju. Osnovnošolce se bo spodbujalo k udeležbi na kolesarskih tekmovanjih in dogodkih. Kolesarjenje se bo vpeljalo tudi v športne dneve, tematske dneve itd. Še dodatno se bo spodbujalo kolesarjenje pri starših, da bodo dober zgled svojim otrokom.

■ Odrasli in družine

Izvedel se bo »Tečaj varne vožnje za kolesarje«. Zaposlene se bo spodbujalo h kolesarjenju na delovno mesto v kampanji »Kolesarimo na delo«. Odrasli bodo vabljeni k udeležbi na kolesarjenju z županom po Ljubljani in na preizkus telesne zmogljivosti. Celotne družine bodo vabljene na različne kolesarske dogodke.



AKTIVNOSTI V BELTINCIH

■ Najmlajši v projektu

V vrtcu Beltinci bomo skupaj s policistom imeli delavnice za starše in otroke. Vsebina delavnice je preprečevanje poškodb in uporaba kolesarske čelade. Izvedli bomo kolesarjenje skupaj s starši. Ravnateljica vrtca Beltinci je prisluhnila povabilu in si v svoj letni načrt 2009/2010 zadala še številne cilje.

■ Nadgradnja vsebin kolesarskega izpita

Za učence petega in šestega razreda osnovne šole Beltinci smo izvedli šest delavnic z vsebino prve pomoči ter jim ponudili možnost opravljanja kolesarskega izpita na Prometno varnostnem poligonu Španik v Murski Soboti. S spremstvom policije se bomo podali na pot. Formirala se bo izpitna komisija, ki bo prisotna na poti, ko bodo učenci kolesarili (cca. 10 km), ocenjevala vožnjo na poligonu in zopet vožnjo nazaj do šole (cca. 10 km.).

■ Seniorji

Pripravili bomo delavnico o spretnostni vožnji, kjer bo podarek na ravnotežju. Pri kolesarjih je pogosto vzrok padcev tudi alkohol in v ta namen bomo pripravili delavnico in simulacijo vinjenosti s pomočjo posebnih očal.

■ Potujoča razstava

V lokalni skupnosti deluje atraktivna skupina kolesarjev, Društvo ljubiteljev starodobnih koles – Dimeki. V projekt smo jih vključili kot potujočo razstavo. Ob tednu evropske mobilnosti bodo sodelovali kot promotorji varovanja okolja in vzpodbujanja zdravega življenjskega sloga v številnih lokalnih skupnostih.