



3 GIUGNO 2023

GIORNATA MONDIALE DELLA BICICLETTA

La bicicletta è una delle invenzioni più importanti nella storia del pianeta. Ogni giorno, e in tutto il mondo, le persone si stanno facendo del bene semplicemente scegliendo di pedalare. La bicicletta fornisce a milioni di persone un mezzo di trasporto alimentato dall'energia del proprio corpo, che produce benessere, nonché libertà, e indipendenza, tutelando l'ambiente, attraverso una mobilità sostenibile rispetto al trasporto motorizzato.

*Perciò il 12 aprile 2018, l'Assemblea Generale delle Nazioni Unite ha dichiarato il **3 giugno** la Giornata mondiale della bicicletta, che è in uso già da oltre due secoli.*



In che modo ci aiuta la bicicletta?

La bicicletta è un modo ecologico, sicuro e salutare per viaggiare ovunque. È un tipo di mobilità di cui dobbiamo fare un più ampio uso se vogliamo proteggere il mondo dai danni di una produzione insostenibile di CO2. L'utilizzo della bicicletta può aiutare a migliorare l'ambiente e, per questi motivi, merita molta più attenzione di quella che riceve attualmente.

Ci sono molte ragioni per celebrare la Giornata mondiale della bicicletta ed usarla come il nostro modo di trasporto quotidiano o, comunque usarla nel nostro tempo libero anche per il nostro benessere fisico.

Infatti, un'attività fisica regolare di intensità moderata, come camminare, andare in bicicletta o fare sport, ha benefici significativi per la salute, a tutte le età.

I vantaggi di una moderata ma costante attività fisica garantiscono a tutti una migliore qualità della vita ed un maggiore rispetto dell'ambiente.



I volontari S.C.U. ASI FIAMMA Santa Venerina