

## Consigli e buone pratiche per pedalare in famiglia

### Bimbi in bici

FIAB e WWF si fanno promotori di un agile manuale per i genitori che vogliono avvicinarsi per la prima volta, o vogliono approfondire il tema della pratica dell'andare in bicicletta con i propri figli piccoli (0-12 anni).

Pedalare in famiglia è una bellissima esperienza che rende più vicini adulti e bambini, perfetta occasione per condividere valori e sensazioni, come il rispetto per il proprio corpo, il rispetto del prossimo e dei suoi tempi, la voglia di avventura e di nuove esperienze vissute lungo la strada.

La bici rappresenta un mezzo ideale per apprezzare al meglio il paesaggio e l'ambiente in cui si pedala, esperienza che, all'interno dell'abitacolo di un'automobile, per quanto confortevole, è impossibile replicare. Andare in bicicletta in famiglia, è quindi un modo per cercare l'integrazione tra le persone, grandi e piccoli, e con l'ambiente.

Per i bambini la bicicletta è un'opportunità di crescita, è la scoperta dell'ambiente in una modalità più alla loro portata. Se abbastanza grandi e non trasportati dagli adulti, guidando autonomamente un mezzo proprio i bambini imparano a muoversi da soli, acquisendo indipendenza e curiosità per il mondo.

Questo nuovo e innovativo manuale proposto da FIAB e WWF è quindi un invito per lasciare a casa dubbi e perplessità. Che seggiolino comprare? Ce la faranno i bambini? Che cosa mi devo portare? Dove posso pedalare con piacere e senza rischi per me e i miei figli? Vivere esperienze su due ruote faranno diventare grandi e uniti genitori e figli. Pedalare per credere!

### Bimbi in bici

Roberto Furlani, Silvia Malaguti

### Consigli e buone pratiche per pedalare in famiglia

FIAB e WWF si fanno promotori di un agile manuale per i genitori che vogliono avvicinarsi per la prima volta, o vogliono approfondire il tema della pratica dell'andare in bicicletta con i propri figli piccoli (0-12 anni).

Pedalare in famiglia è una bellissima esperienza che rende più vicini adulti e bambini, perfetta occasione per condividere valori e sensazioni, come il rispetto per il proprio corpo, il rispetto del prossimo e dei suoi tempi, la voglia di avventura e di nuove esperienze vissute lungo la strada.

La bici rappresenta un mezzo ideale per apprezzare al meglio il paesaggio e l'ambiente in cui si pedala, esperienza che, all'interno dell'abitacolo di un'automobile, per quanto confortevole, è impossibile replicare. Andare in bicicletta in famiglia, è quindi un modo per cercare l'integrazione tra le persone, grandi e piccoli, e con l'ambiente.

Per i bambini la bicicletta è un'opportunità di crescita, è la scoperta dell'ambiente in una modalità più alla loro portata. Se abbastanza grandi e non trasportati dagli adulti, guidando autonomamente un mezzo proprio i bambini imparano a muoversi da soli, acquisendo indipendenza e curiosità per il mondo.

Questo nuovo e innovativo manuale proposto da FIAB e WWF è quindi un invito per lasciare a casa dubbi e perplessità. Che seggiolino comprare? Ce la faranno i bambini? Che cosa mi devo portare? Dove posso pedalare con piacere e senza rischi per me e i miei figli? Vivere esperienze su due ruote faranno diventare grandi e uniti genitori e figli. Pedalare per credere!

Piano dell'opera

1. Perché andare in bicicletta con i propri figli

2. Consigli pratici per cominciare

Come insegnare ai bambini ad andare in bicicletta in strada (in città, fuori città, lungo le ciclovie&hellip;)

Quale bicicletta comprare per me e per il bambino

Quali accessori e come sceglierli: seggiolino posteriore e anteriore, carrello, cestino, portapacchi, borse, portabici per l'auto...

Come vestirsi e vestire i bambini per andare in bicicletta; come attrezzarsi per pedalare in sicurezza (dal casco alle luci, al gilet per aumentare la visibilità...)

Piccole riparazioni e manutenzioni che si possono fare da soli, coinvolgendo i bambini

3. Come preparare l'uscita in bicicletta e motivare i bambini

4. Sezione cicloturistica

Esempi di diverse tipologie di itinerari cicloturistici in Italia e all'estero: gita da un giorno, vacanza weekend, vacanza di più giorni

FIAB e WWF: un progetto congiunto. Perché un manuale per le famiglie in bicicletta

L'impronta ecologica calcola quanta superficie usiamo con il nostro stile di vita. Se utilizziamo più di quanto viene messo a disposizione di tutti gli abitanti della Terra, sfruttiamo in modo eccessivo il nostro pianeta: nei mari viene pescato troppo, le foreste vengono abbattute, i campi coltivati diventano sempre meno fertili, in atmosfera immettiamo troppa CO2 e le nostre strade sono sempre più congestionate.

Il tempo libero, le vacanze e la mobilità rappresentano un grande onere per il clima e la qualità della nostra aria.

Non è la fabbricazione dei veicoli, bensì il loro utilizzo a consumare le risorse fondamentali. Attraverso un comportamento diverso per quel che riguarda i mezzi di trasporto possiamo ridurre la nostra impronta ecologica: ridurre i tragitti e viaggiare meno o/e usare mezzi sostenibili; tra questi, la bici è la regina.

Il turista in bicicletta rispetta l'ambiente del paese che ha scelto di visitare, rispetta il territorio che ha scelto di esplorare, non disturba le persone che ha scelto di conoscere lungo il suo percorso, non ingombra i centri storici delle città d'arte e si ferma facilmente dove vuole per godere di tutto ciò.

WWF Italia ([www.wwf.it](http://www.wwf.it)), la più grande associazione ambientalista italiana che fa parte del WWF, la più grande organizzazione mondiale dedicata alla conservazione della natura e FIAB ([www.fiab-onlus.it](http://www.fiab-onlus.it)), l'organizzazione nazionale di riferimento per le politiche di mobilità basate sulla bicicletta, hanno quindi deciso di lavorare assieme per realizzare questo manuale pensato, in modo particolare, per chi, tra poco, si prenderà in carico il futuro del nostro Pianeta.