

FIANO di MOBILITÀ

Scuola Astica



TENERO-CONTRA



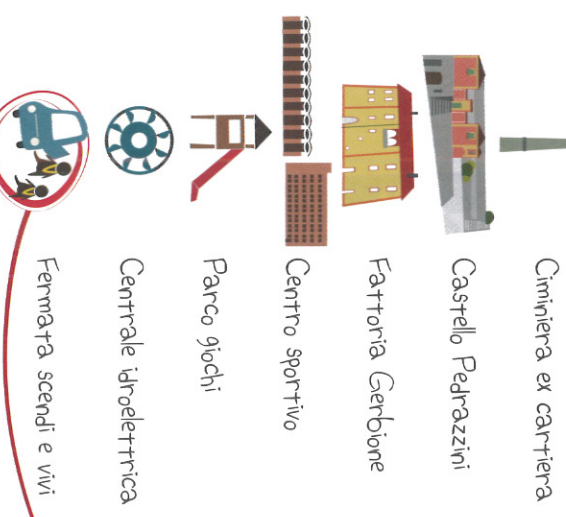
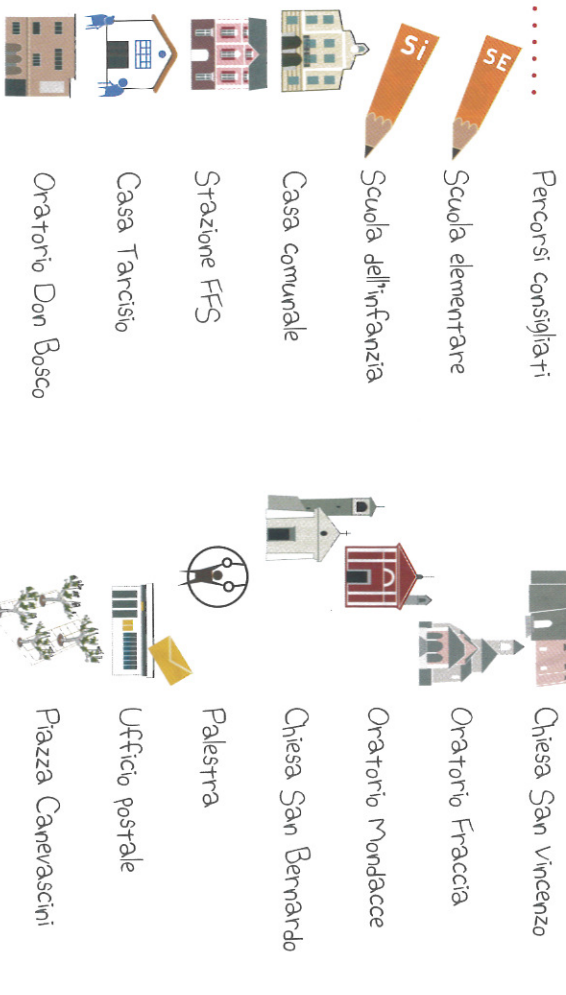
A PIEDI 4 MINUTI CIRCA

= circa 250 metri



lago maggiore

LEGENDA



Fermata scendi e vivi
Le fermate scendi e vivi sono stazioni facilmente riconoscibili per le auto dei genitori, sufficientemente distanti dalla scuola, dove gli allievi possono salire e scendere dall'auto in sicurezza e proseguire verso la scuola a piedi, in sicurezza, da soli o con gli amici.



A Scuola A Piedi? Sicuro!

Andare a scuola da soli, vuol dire diventare grandi e aiutare l'ambiente! All'inizio fatti sempre aiutare da un adulto. Quando avrai imparato bene, potrai andare da solo!

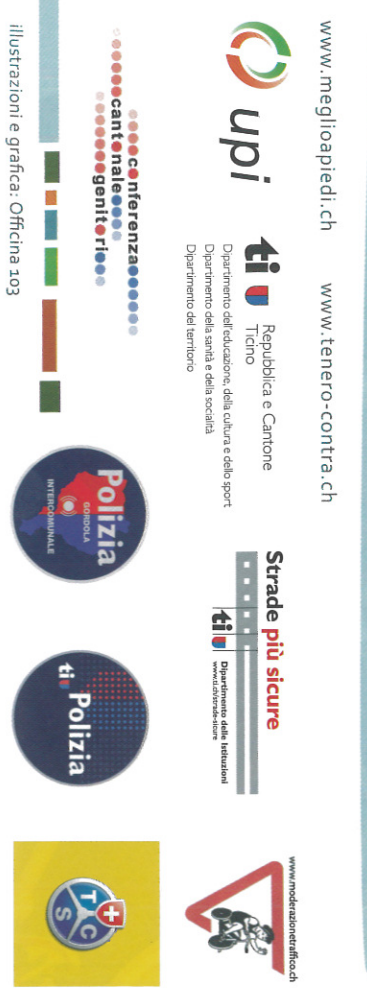
1. Indossa sempre il TRICKI catarifrangente! Rifletti! Fatti vedere!
2. Scegli di aiutare l'ambiente! Vieni a scuola a piedi! Se ti accompagnano in auto chiedi di poter scendere al più vicino percorso consigliato casa-scuola.
3. Non correre mai lungo la strada! In strada si cammina e si rispettano le regole. Cammina lungo il marciapiede. Quando non c'è, cammina lungo la strada e fai molta molta attenzione.

5. Quando devi attraversare, fermati! Guarda a sinistra, a destra poi ancora a sinistra. Assicurati che le auto ti abbiano visto e siano ben ferme. Poi attraversa senza correre.
6. Quando c'è l'isola spartitraffico, fermati di nuovo e guarda ancora bene che non ci siano auto: se ci sono, assicurati che ti abbiano visto e si siano fermate.
7. Dove non c'è il passaggio pedonale, cerca di attraversare dove vedi meglio e dove gli altri (le auto) possano vederti.
8. Di nuovo, fermati! Guarda a sinistra, poi a destra, e ancora a sinistra e attraversa solo quando sei sicuro che non c'è nessuno o quando le auto sono ferme.
9. Attenzione: se sbuchi dietro un'auto in sosta, gli automobilisti non ti vedono! Cerca di non farlo, trova sempre il posto più sicuro per attraversare!
10. Al semaforo attraversa solo quando c'è il verde e controlla sempre che le auto ti abbiano visto e che siano ferme!
10. Ricorda: la strada non è un parco giochi: segui le regole e fatti vedere!

Care bambine e cari bambini,

questa mappa rappresenta il paese di Tenero-Contra a misura vostra! Vi trovate indicati i percorsi casa scuola consigliati, le fermate Scendi e Vivi dove farvi accompagnare da mamma e papà in auto per poi proseguire a piedi verso la scuola, i parchi giochi, i luoghi che amate di più e tante novità!
Potete portarla sempre con voi per imparare, ogni giorno, qualcosa di nuovo: disegnateci i vostri luoghi preferiti e colorate in rosso il percorso che fate ogni giorno per andare a scuola. Ricordate, quando camminate per la strada, di rendervi sempre visibili con la bandoliera e di rispettare le regole della strada.

Buon viaggio e buon divertimento... a piedi!



Movimento e salute

Muoversi sul percorso casa-scuola aiuta a rimanere sani e in forma!

Il percorso casa-scuola è ideale per fare più movimento quotidiano. Nonostante questo sono sempre meno gli allievi che si recano a scuola a piedi.

Il movimento giornaliero deve inoltre includere attività che rinforzano le ossa, stimolano il sistema cardiocircolatorio, potenziano la muscolatura, mantengono la mobilità articolare e migliorano la destrezza.

Secondo le raccomandazioni sul movimento dell'Ufficio Federale dello Sport (UFSPO), dell'Ufficio Federale della Sanità Pubblica (UFSPP), della Fondazione Promozione Salute Svizzera e della Rete Svizzera Salute e Movimento (HEPA), bambini e ragazzi dovrebbero muoversi almeno un'ora al giorno, tutti i giorni della settimana in periodi di almeno 10 minuti consecutivi.

almeno un'ora al giorno

mantenere la mobilità
rinforzare le ossa
stimolare il sistema cardiocircolatorio
migliorare la destrezza

più volte alla settimana

attività quotidiana o sport

A Scuola con il Bus? Sicuro!

Ecco alcuni suggerimenti importanti per viaggiare in sicurezza:

1. Punta la sveglia! Preparati in tempo per non arrivare tardi alla fermata dello scuolabus!
2. Rifletti! Fatti vedere! Indossa la pettorina catarifrangente: anche se vai a scuola in bus, sulla strada sei comunque un pedone.
3. In attesa del bus aspetta composto sul marciapiede o ai bordi della strada: le fermate e la strada non sono un parco giochi!
4. Quando arriva il bus, mantieni la distanza dalla porta d'ingresso e aspetta che sia fermo.
5. Mantieni un comportamento corretto ed educato: non schiamazzare, non arrecare disturbo all'autista ed evita di mangiare e sporcare i sedili.
6. **Non attraversare mai la strada davanti o dietro il bus!!!** Le auto non ti possono vedere! Aspetta che il bus sia ripartito poi: guarda bene a sinistra, a destra, poi ancora a sinistra: solo quando sei sicuro che le auto ti abbiano visto e si siano fermate attraversa la strada, senza correre.

PIANO DI MOBILITÀ SCOLASTICA

TENERO-CONTRA

meglio a piedi

Care famiglie,

il percorso casa-scuola è un nuovo spazio pensato per i nostri figli. Accompagnateli, insegnate loro il tragitto e poi lasciateli andare da soli, poiché sono al sicuro dal traffico!

Andando a scuola a piedi si permette ai nostri figli di imparare a muoversi correttamente stando attenti al traffico veicolare, ad essere indipendenti, ad utilizzare i corti tragitti per fare movimento, a scoprire il luogo in cui abitano e a conoscere altri bambini con cui parlare e giocare. Offrite loro questi vantaggi e nello stesso tempo date un buon esempio per inquinare meno l'aria.

Contribuiamo a far crescere i nostri figli in un ambiente sano e stimolante per lo sviluppo!



Sono trascorsi due anni da quando abbiamo organizzato la serata informativa sul tema Tragitto Casa-Scuola (Progetto Mobilità Scolastica) con relativi decreti tra i quali l'Arch. Federica Corso Talento.

Oggi, grazie al prezioso lavoro svolto dal Municipio (in collaborazione con l'AGT-C, il Dir. Scolastico e la polizia comunale), siamo lieti di potervi consegnare una prima parte tangibile di questo progetto ancora in fase di realizzazione. Nei prossimi mesi nuovi interventi (viabilità, parchi giochi, ...) all'interno del nostro Comune confermeranno la volontà e l'importanza di proseguire su questa strada.

Assemblea Genitori Tenero-Contra:
Mauro Marchesi, Eric Junod e Martina Omni

