



Carta internazionale del camminare

Creare collettività sane, efficienti e sostenibili,
nelle quali le persone decidono di camminare

Noi sottoscritti, riconosciamo i benefici del camminare,
inteso come indicatore chiave di una comunità sana, efficiente,
socialmente inclusiva e sostenibile

e affermiamo il diritto universale delle persone
di poter camminare in sicurezza e di godere di spazi pubblici
di alta qualità sempre e ovunque.

Ci impegniamo a ridurre le barriere fisiche, sociali e istituzionali che
limitano l'attività del camminare.

Lavoreremo con gli altri per aiutare a creare una cultura
in cui le persone scelgono di camminare.

E ci impegneremo a rispettare e promuovere
attraverso azioni locali

questa Carta internazionale e i suoi principi strategici:

1. Incremento della mobilità inclusiva
2. Spazi e luoghi progettati e organizzati rigorosamente per le persone
3. Miglioramento delle reti pedonali
4. Uso del territorio e pianificazione dello spazio adeguati
5. Riduzione dei pericoli stradali
6. Riduzione della criminalità e della paura della criminalità
7. Maggior supporto da parte delle autorità
8. Creazione di una cultura del camminare

Firma _____

Nome _____

Occupazione _____

Data _____



Carta internazionale del camminare

Camminare è la prima azione che un bambino vuole compiere e l'ultima a cui un anziano vuole rinunciare.

Camminare è l'esercizio fisico che non necessita di una palestra.

È la prescrizione senza la medicina, il controllo del peso senza la dieta, il cosmetico che non si trova in farmacia.

È il tranquillante senza pillola, la terapia senza psicanalista, la vacanza che non costa un centesimo.

Per di più non inquina, consuma poche risorse naturali ed è molto efficace: non necessita di attrezzature particolari, si gestisce in autonomia, è sicuro ed è naturale come respirare.

John Butcher, Fondatore di Walk21, 1999

Introduzione

Noi, cittadini del mondo, stiamo affrontando una serie di problemi complessi e interrelati: i nostri stili di vita stanno diventando sempre meno salutari, abbiamo un sistema dei trasporti inefficiente, l'ambiente in cui viviamo è sottoposto a crescente pressione per assecondare i nostri bisogni.

La qualità e la quantità del camminare – inteso come attività giornaliera in qualunque luogo – è un indicatore primario, unico e dimostrato della qualità della vita. Pertanto le Autorità che si preoccupano di creare delle comunità e dei luoghi più sani ed efficaci possono conseguire importanti risultati semplicemente incoraggiando a camminare.

Questa Carta, elaborata a seguito di un'ampia discussione tra esperti di tutto il mondo, indica come creare una cultura nella quale le persone scelgono di camminare. Può essere sottoscritta da singoli cittadini, organizzazioni, autorità o comitati di quartiere che ne supportano la visione e i principi strategici, anche indipendentemente dalla reale ed effettiva capacità di favorirne l'attuazione.

Invitiamo a supportare questa Carta non solo firmandola ma incoraggiando amici, colleghi, istituzioni, organizzazioni nazionali e locali a lavorare con voi al fine creare una "comunità di camminatori" sana, efficiente e sostenibile, in tutto il mondo.



Contesto

Pendolari frettolosi, gente che fa shopping, escursionisti, innamorati a zonzo, turisti a passeggio... tutti camminiamo. Camminare è un diritto fondamentale e universale, indipendentemente dalle nostre capacità o dalle motivazioni. E continua a costituire uno degli aspetti principali della nostra vita.

Tuttavia in molti Paesi le persone camminano sempre meno.

Perché camminare quando si può andare in macchina?

Camminare non è più una necessità, piuttosto è diventato un lusso.

Camminare sembra un'attività troppo facile, troppo comune, troppo banale, veramente troppo economica

per essere intesa come una modalità di spostamento

o come uno stile di vita per mantenersi in forma.

Scegliamo di non camminare perché abbiamo dimenticato quanto sia facile, piacevole e benefico.

Viviamo in uno degli ambienti più favorevoli che l'uomo, come specie, abbia mai conosciuto in tutta la sua lunga storia,

eppure diamo per scontata le nostre capacità naturali.

Come conseguenza diretta della nostra inattività,

sono in aumento i casi di obesità, depressione, malattie cardiache, aggressività al volante, ansia e isolamento sociale.

Camminare invece è salutare, rende felici e offre una via di fuga.

Ha la capacità di ristabilire e preservare la salute dei muscoli, del sistema nervoso e delle emozioni dando allo stesso tempo un senso di indipendenza e fiducia in se stessi.

Più una persona cammina, meglio si sente: è più rilassata

e accumula meno confusione mentale. Camminare fa bene a tutti.

Visione

Creare un mondo in cui le persone scelgono di camminare e sono messe nella condizione di camminare, intendendo ogni singolo passo come un modo per spostarsi, guadagnare in salute, in equilibrio e in felicità.

Un mondo in cui le autorità, le organizzazioni e gli individui:

- riconoscono i benefici del camminare;
- si impegnano a creare comunità sane, efficienti e sostenibili;
- lavorano insieme per superare le barriere fisiche, sociali e istituzionali che spesso limitano la scelta delle persone di camminare.

Principi e azioni

Questa Carta internazionale riconosce i bisogni delle persone che camminano e fornisce un quadro comune al quale ispirarsi per aiutare le autorità ad adattare le linee politiche vigenti, tramite attività e relazioni in grado di creare e sostenere una cultura in cui le persone possono liberamente scegliere di camminare.

Per ciascun principio strategico, la Carta offre una lista pratica di opportunità e di azioni applicabili in gran parte delle comunità locali, anche se in alcuni contesti specifici potrebbero aver necessità di adeguamenti o modifiche per rispondere a esigenze particolari.

01. La Mobilità favorisce l'inserimento sociale

Le comunità hanno il diritto di usufruire di strade, piazze, palazzi e trasporti pubblici accessibili a prescindere da età, abilità, sesso, condizioni economiche, lingua, etnia, cultura e religione, rinforzando la libertà e l'autonomia di tutti e contribuendo all'integrazione sociale, alla solidarietà e alla vita democratica.

AZIONI

- Garantire a tutti la possibilità di muoversi in sicurezza e in autonomia, fornendo al maggior numero possibile di persone e nel maggior numero possibile di luoghi libero accesso pedonale, in particolare a trasporti ed edifici pubblici;
- Assecondare i bisogni dei diversamente abili, provvedendo alla costruzione e al mantenimento di servizi di alta qualità e di strutture che favoriscano l'integrazione.

02. Spazi e luoghi progettati e organizzati rigorosamente per le persone

Le comunità hanno diritto a vivere in un ambiente sano, comodo e invitante che risponda perfettamente ai loro bisogni, nonché di godere liberamente delle attrattive dei luoghi pubblici, in tranquillità e in sicurezza, lontano da inquinamento e rumori.

AZIONI

- Progettare strade adatte ai pedoni e non solo alle macchine, tenendo presente che la viabilità costituisce uno spazio sociale non dedicato unicamente ai mezzi di trasporto e che,

di conseguenza, necessita di una progettazione a fini sociali e di misure tecniche specifiche. Ciò può includere la riprogettazione di spazi stradali, l'implementazione di aree pedonali, la creazione di zone chiuse al traffico veicolare, che possano essere godute da tutti, favorendo l'interazione sociale, il gioco e lo svago per grandi e piccini;

- Rendere disponibili strade e viali puliti e ben illuminati, liberi da ostruzioni, larghi abbastanza da permettere il transito a tutte le ore, con attraversamenti pedonali sicuri e diretti;
- Assicurare la presenza di numerose panchine e bagni pubblici e zone che rispondano alle necessità di tutti;
- Progettare adeguatamente gli spazi in relazione al clima: per esempio prevedendo zone d'ombra alberate o ripari;
- Progettare strade dotate di una segnaletica chiara e di pannelli informativi in loco che mirino ad incoraggiare gite all'aria aperta ed escursioni a piedi;
- Valorizzare, sviluppare e mantenere spazi urbani verdi e corsi d'acqua di alta qualità e pienamente accessibili.

03. Integrazione delle reti e multimodalità

Le comunità hanno il diritto di poter fruire di una rete di percorsi pedonali ben collegati, diretti e facili da individuare, sicuri, agevoli, allettanti, in buone condizioni, ben collegati a case, scuole, negozi, parchi, trasporti pubblici, aree verdi e altre mete importanti.

AZIONI

- Creare e mantenere reti di percorsi pedonali di elevata qualità, sicuri, funzionali e ben collegati, in grado di connettere le aree residenziali alle destinazioni locali, pianificate in base ad una corretta analisi dei bisogni della comunità;
- Offrire un servizio di trasporto pubblico ben attrezzato, integrato, esteso all'intera città e fornito di veicoli accessibili a tutti i potenziali utenti, anche se con carrozzelle o biciclette;
- Progettare fermate e stazioni sicure e facilmente accessibili a piedi, dotate di supporti informativi.

04. Consumo di suolo e pianificazione degli spazi

Le comunità hanno il diritto di contare su politiche favorevoli ad un corretto utilizzo del territorio e ad un'adeguata progettazione degli spazi, che consenta di raggiungere a piedi gran parte dei servizi e delle strutture, massimizzando le opportunità di camminare,

riducendo la dipendenza dalle macchine e contribuendo alla salute, al benessere e alla felicità dei cittadini.

AZIONI

- Incoraggiare le persone a camminare per favorire formule innovative di pianificazione degli spazi urbani, garantendo la priorità alle forme di mobilità più naturali e meno invasive. Per favorire gli spostamenti più lunghi, favorire il trasporto pubblico;
- Pianificare gli spazi urbani assicurandosi che le nuove abitazioni, i negozi, i parchi, le scuole, gli ospedali e le fermate dei trasporti pubblici siano progettati in modo da poter essere raggiunti facilmente a piedi;
- Ridurre le condizioni che favoriscono la dipendenza dall'auto (come lo sviluppo incontrollato delle città), progettando spazi stradali pensati per i pedoni e compensando i collegamenti mancanti tramite la creazione di reti prioritarie.

05. Riduzione dei pericoli stradali

Le comunità hanno il diritto di fruire di strade progettate in modo da prevenire incidenti e da essere sicure, piacevoli e pratiche per le persone che le percorrono a piedi. In particolare bambini, anziani e disabili.

AZIONI

- Rendere le strade più sicure per chi va a piedi, regolamentando il traffico (ad esempio abbassando i limiti di velocità) piuttosto che segregare i pedoni o limitarne la mobilità;
- Incoraggiare il rispetto del pedone introducendo nuovi regolamenti del codice stradale e avviando campagne mirate;
- Abbassare i limiti di velocità nelle aree residenziali e commerciali, nonché nei pressi delle scuole;
- Ridurre l'impatto delle strade trafficate con attraversamenti pedonali sicuri, assicurando tempi di attesa brevi e garantendo una durata adeguata al transito dei pedoni meno veloci;
- Assicurare che le strutture progettate per il movimento a piedi e in bicicletta non influiscano negativamente tra loro.

06. Riduzione della criminalità (e della paura della criminalità)

Le comunità hanno il diritto di contare su un ambiente urbano progettato, conservato e controllato in modo da ridurre la criminalità e la paura che deriva da attività criminali.

AZIONI

- Incoraggiare un senso collettivo di vigilanza di vicinato che funzioni da deterrente nei confronti delle attività criminali;
- Effettuare indagini tra i pedoni sia di giorno che di notte per individuare eventuali motivi di preoccupazione per la sicurezza personale e fornire la soluzione ai problemi (ad esempio attraverso un'illuminazione adeguata, installazione di videocamere, ecc.);
- Formare e informare gli addetti ai trasporti per accrescere la loro consapevolezza dei timori dei pedoni circa la sicurezza personale e l'impatto di queste preoccupazioni sulla loro decisione di camminare.

07. Supporto delle Autorità

Le comunità hanno il diritto di contare su Autorità che provvedano, supportino e salvaguardino la loro capacità e scelta di camminare. Queste ultime devono dunque:

AZIONI

- Creare piani d'azione chiari e concisi, che favoriscano la mobilità dolce, tramite obiettivi misurabili e raggiungibili, assicurando sostegno alle parti coinvolte e orientando gli investimenti nella direzione illustrata ai punti successivi;
- Coinvolgere tutti gli enti interessati (in particolare trasporti, pianificazione, salute, educazione e polizia) a tutti i livelli per riconoscere l'importanza di incoraggiare la mobilità dolce e di favorire iniziative e politiche complementari;
- Consultare regolarmente le organizzazioni locali che difendono i diritti dei pedoni e altri gruppi rilevanti che includono giovani, anziani e disabili;
- Raccogliere dati quantitativi e qualitativi sulla mobilità dolce (includendo le motivazioni, gli scopi, il numero e le tappe degli spostamenti, la durata e le distanze percorse, il tempo speso in luoghi pubblici e gli indici di gradimento);
- Inserire il tema della mobilità dolce nella formazione e nell'aggiornamento professionale degli addetti ai trasporti e alla sicurezza stradale, dei medici di base e degli urbanisti;
- Fornire le risorse necessarie per mettere in atto i piani d'azione adottati;
- Realizzare progetti-pilota per favorire buone pratiche e supportare la ricerca, proponendo casi di studio e promuovendo iniziative locali su larga scala;
- Monitorare il successo dei programmi attraverso sondaggi e comparazione dei dati raccolti prima, durante e dopo la realizzazione degli interventi.

8) Cultura del camminare

Le comunità hanno il diritto di contare su informazioni accessibili, di alta qualità e aggiornate riguardanti i luoghi in cui si può camminare in sicurezza, con le caratteristiche dell'esperienza.

Le persone dovrebbero avere l'opportunità di promuovere e praticare la passeggiata come parte integrante della loro vita sociale, culturale, lavorativa e professionale di tutti i giorni.

AZIONI

- Incoraggiare attivamente tutti i membri della comunità a camminare quando e dove possono, facendo sì che diventi uno stile nella vita quotidiana. A tal fine si raccomanda lo sviluppo di un'informazione regolare, creativa e mirata, che risponda ai bisogni di tutti e inviti all'impegno personale;
- Creare un'immagine positiva del camminare, celebrandone i diversi aspetti nell'ambito del patrimonio culturale e degli eventi culturali, per esempio in architettura, nelle mostre, al cinema, nella letteratura, nella fotografia e nell'arte di strada;
- Fornire un'informazione coerente e consistente e una segnaletica che favorisca le escursioni a piedi, includendo le connessioni con i mezzi pubblici;
- Ricompensare finanziariamente le persone che camminano (o scelgono la bicicletta) tramite incentivi da parte di enti locali, imprese e commercianti.

Documento elaborato nell'ambito delle Conferenze internazionali **Walk21** nel mese di ottobre 2006.

Walk21 è grata a tutti coloro che hanno contribuito all'elaborazione di questa Carta. E quindi anche a te, per il tuo impegno personale nell'aiutare a creare delle comunità di camminatori sane, efficienti e sostenibili in tutto il mondo.

Per ulteriori informazioni consulta www.walk21.com oppure contatta **SIMTUR** simtur.italia@gmail.com

Traduzione febbraio 2019, basata sulla precedente versione ufficiale curata dall'Associazione culturale GoTellGo nel febbraio 2012.