

## BICI E SICUREZZA PER LE STRADE

La sicurezza nell'andare in bici dipende sia dall'esistenza di una rete di piste ciclabili e dalla moderazione della velocità dei mezzi a motore, sia dal rispetto da parte degli utenti più "forti" della strada verso quelli più deboli, fra i quali i ciclisti.

**Il rispetto di queste regole può sicuramente garantire più sicurezza:**

1. controllare e far controllare periodicamente il perfetto funzionamento della bici (luci anteriori e posteriori, freni, copertoni, gomme gonfie, catarifrangenti, campanello, ecc.)
2. rispettare segnali e semafori;
3. non usare auricolari né cellulari;
4. adottare il casco, incluso per i bambini trasportati;
5. trasportare i bambini sugli appositi seggiolini di sicurezza, con la protezione per gambe e piedi;
6. muoversi su una traiettoria lineare;
7. adottare lo specchietto retrovisore;
8. segnalare col braccio i cambi di direzione;
9. adottare cesti e borse adatte per il trasporto di materiale ingombrante
10. per le cicliste: non portare borse personali a vista o nei cestini;
11. scegliere un buon antifurto;
12. tener sempre presente nel muoversi e nel parcheggiare che i pedoni sono utenti ancora più debole della strada.

Chi si muove a motore poi tenga presente quanto alcuni comportamenti, come parcheggiare in doppia fila, aprire lo sportello dell'auto all'improvviso senza guardare e soprattutto viaggiare a velocità sostenuta siano pericolosi per chi si muove in bici.

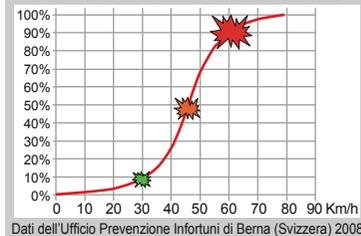
**+ VELOCITA' = + PERICOLO**

Se, a seguito di un impatto a 50 Km/h c'è un 60% di possibilità di sopravvivenza per un pedone o ciclista, oltre i 60 Km/h sono quasi certi danni permanenti o morte.

A 30 Km/h le conseguenze di un eventuale impatto possono essere molto,

ma molto meno gravi.

PROBABILITA' DI MORTE PER UN PEDONE O UN CICLISTA IN CASO DI COLLISIONE CON UN MEZZO A MOTORE



Associazione **Città Ciclabile** ONLUS  
F I R E N Z E O   
mi muovo e non inquinò

## COME DIVENTARE SOCI

- In occasione delle nostre manifestazioni
- In sede su appuntamento
- Nei negozi che espongono l'adesivo "PUNTO ADESIONE a Città Ciclabile"
- Oppure versando la quota annuale sul conto corrente postale **20213500**

COD. IBAN: IT86L076010280000020213500  
intestato ad "Associazione Città Ciclabile ONLUS Via S. Agostino 19 50124 Firenze" ed inoltre inviando per posta la scheda di adesione riempita e firmata, scaricabile dal sito

[www.firenzecittaciclabile.org](http://www.firenzecittaciclabile.org)



## QUOTA DI ISCRIZIONE ANNUALE

Sostenitore a partire € 30,00

Ordinario € 10,00

Junior \*\* € 2,00

\*\* COLLEGATO A UN SOCIO ADULTO

**Dai il tuo sostegno anche donando il 5 x MILLE**

**a Associazione Città Ciclabile ONLUS**

**Codice Fiscale per il 5x 1000**

**94065880489**

**SEDE:**

**Via S. Agostino, 19 - 50125 Firenze**

**ORARI:**

**su appuntamento**

**RECAPITI:**

**Tel. 340 5390873 - [info@firenzecittaciclabile.org](mailto:info@firenzecittaciclabile.org)**

**SITO WEB:**

**[www.firenzecittaciclabile.org](http://www.firenzecittaciclabile.org)**

seguici su **FACEBOOK**



Associazione **Città Ciclabile** ONLUS  
F I R E N Z E O   
mi muovo e non inquinò



*Un'altra mobilità è possibile!*



STAMPATO SU CARTA RICICLATA - TIP. ITCOMM. FIRENZE

[www.firenzecittaciclabile.org](http://www.firenzecittaciclabile.org)

## CHI SIAMO E COSA FACCIAMO

Lo scopo della nostra associazione, fondata nel 1997 su iniziativa dell'allora Comitato Città Ciclabile, è promuovere l'uso della bicicletta in città.

Firenze è difatti ideale, per dimensioni, clima e orografia, per l'uso quotidiano della bicicletta al posto dei mezzi a motore, conciliando così l'esigenza di mobilità personale con la vivibilità della città.

La nostra attività si indirizza da un lato verso la pubblica amministrazione affinché attui interventi concreti per rendere sicura la mobilità ciclistica, dall'altro lato verso i cittadini per sensibilizzarli all'uso della bicicletta.

## LE NOSTRE INIZIATIVE E PROPOSTE NEGLI ANNI

Progetto di Rete Integrata Ciclabile

Mille e una Bici

Vigili in bicicletta

Percorsi sicuri casa-scuola e casa-lavoro

Convegni "Mobilità e salute"

Pedagate in tandem con i ciclisti non vedenti

Pedagate *Bambini: W la bici!*

Proposta *Bici sul tram* con la Rete No Smog Firenze, di cui facciamo parte

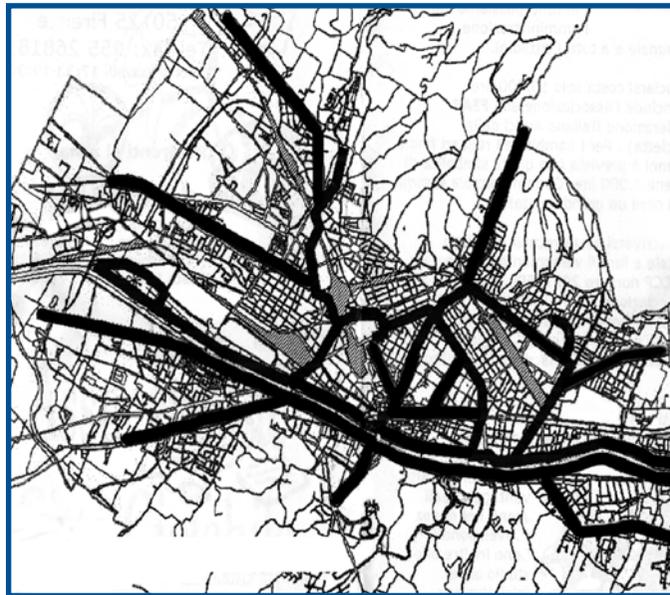
Campagna sicurezza BICI LUCENTI



**Aderire all'Associazione significa dare più FORZA alla nostra attività**

## LA RETE INTEGRATA CICLABILE

Primo atto dell'Associazione fu la presentazione nel 1997 di un progetto di Rete Integrata Ciclabile, che è un insieme di percorsi ciclabili interconnessi tra di loro e con gli altri mezzi di trasporto, con direttrici per collegare periferie e centro e le periferie fra loro attraverso i quartieri più popolosi, in grado di soddisfare l'esigenze della maggior parte dei cittadini, garantendo loro più sicurezza.



## MODERAZIONE DELLA VELOCITÀ



Per rendere più sicure le strade per tutti, non solo a chi si muove in bici, è fondamentale la moderazione della velocità, attraverso l'installazione di dissuasori e la diffusione delle Zone 30.

Più velocità è uguale a più pericolo!

## SOSTA E PARCHEGGIO SICURO

Il parcheggio sicuro va garantito tramite l'installazione di sufficienti rastrelliere dove sono effettivamente necessarie e del tipo che permette di legare sia la ruota che il telaio. Ne va attuata la regolamentazione, per evitare che tanti posti siano occupati da rottami.

## BICI E SPAZIO URBANO



SPAZIO OCCUPATO DALLE BICICLETTE E DALLE AUTO PER TRASPORTARE 60 PERSONE

Con oltre 200.000 auto, altrettanti motorini e moto e tutto il resto sono proprio i circa 30.000 ciclisti cittadini (secondo le ultime indagini del Comune) a scongiurare la paralisi del traffico per i troppi veicoli che intasano le strade.

Per rendere il traffico più scorrevole investire nel miglioramento della rete ciclabile, con sicuro conseguente aumento del numero di chi si sposta in bici, costa sicuramente meno dei megainterventi.



## BICI E SALUTE

In una città assediata da inquinamento atmosferico ed acustico che minacciano gravemente la salute di tutti, soprattutto dei nostri bambini, usare la bicicletta per i propri spostamenti non causa nessun tipo di inquinamento e in più rappresenta il modo più semplice, naturale ed economico di fare quell'attività motoria indispensabile per evitare le tante malattie dovute alla sedentarietà (diabete, obesità, ipertensione, ischemia, cancro, depressione, osteoporosi, ecc.). "Chi pensa di vivere una vita sedentaria farebbe meglio a farsi controllare dal medico per vedere se il suo organismo può reggerla" (Prof. Astrand - medicina sportiva).