

Carta internazionale del camminare

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

Io/noi, i 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. Noi ci impegniamo a ridurre le barriere fisiche, sociali e istituzionali che limitano l'attività del camminare.

Noi lavoreremo con gli altri per aiutare a creare una cultura in cui le persone scelgono di camminare, e ci impegneremo a rispettare questa carta 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 la pillola, la terapia senza lo psicanalista, la vacanza che non costa un centesimo. In più non inquina, consuma poche risorse naturali ed è molto efficace. Camminare è utile, non necessita di attrezzature particolari, è autogestibile e sicuro. Camminare è naturale come respirare.

John Butcher, Fondatore di Walk21, 1999

Introduzione

Noi, cittadini del mondo, stiamo affrontando una serie di problemi complessi e intercorrelati. 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. Le autorità che si preoccupano di creare delle collettività e dei luoghi più sani ed efficaci possono conseguire importanti risultati semplicemente incoraggiando l'attività del 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 gruppi di quartiere che ne supportano la visione e i principi strategici, indipendentemente dalla loro posizione ufficiale e dalle capacità di favorirne l'attuazione.

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

Contesto

Pendolari frettolosi, gente che fa shopping, escursionisti, innamorati a zozzo, turisti a passeggio... tutti camminiamo. Camminare è un diritto fondamentale e universale, indipendentemente dalle nostre capacità o 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 in molte parti del mondo, 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 mezzo 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, tuttavia diamo la nostra capacità di camminare per scontata.

Come conseguenza diretta della nostra inattività sono in aumento i casi di obesità, depressione, malattie cardiache, aggressività al volante, ansia e isolamento sociale.

Camminare 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, più è rilassata e meno accumula confusione mentale. Camminare fa bene a tutti.

Visione

Creare un mondo in cui le persone scelgono e sono messe in condizione di camminare, intendendo il camminare come un modo per spostarsi, essere in salute e rilassarsi. 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, le attività e le relazioni allo scopo di creare una cultura in cui le persone scelgono di camminare.

Per ogni principio strategico le iniziative elencate forniscono una lista pratica di migliorie applicabili in gran parte delle collettività. Queste proposte potrebbero aver bisogno di modifiche o aggiunte in caso di bisogni specifici.

1) Mobilità favorevole all'inserimento sociale

Le collettività 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 democrazia.

AZIONI

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

2) Spazi e luoghi progettati e organizzati rigorosamente per le persone

Le collettività hanno il diritto di vivere in un ambiente sano, comodo e invitante che risponda perfettamente ai loro bisogni e 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 degli spazi stradali, l'implementazione di aree pedonali, la creazione di zone chiuse al traffico, 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, e con sufficienti 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 pienamente accessibili.

3) Miglior integrazione delle reti

Le collettività 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 alta qualità, sicuri, funzionali e ben collegati che connettano le aree residenziali alle destinazioni locali e che vengano incontro a tutti i 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;
- Progettare fermate e stazioni sicure e facilmente accessibili a piedi, dotate di supporti informativi.

4) Uso del territorio e pianificazione dello spazio adeguati

Le collettività hanno il diritto di contare su politiche favorevoli a un corretto uso del territorio e a un'adeguata progettazione dello spazio che permetta loro di raggiungere a piedi gran parte dei servizi e delle strutture, massimizzando le opportunità di camminare, riducendo la dipendenza dalle macchine e contribuendo al benessere della comunità.

AZIONI

- Incoraggiare le persone a camminare come chiave di una nuova pianificazione urbana. Dare la priorità a modalità di trasporto meno rapide, come andare a piedi o in bicicletta, anziché a trasporti veloci. Favorire il traffico locale rispetto ai lunghi spostamenti;
- Migliorare l'uso del territorio e la pianificazione dello spazio assicurandosi che le nuove abitazioni, i negozi, i parchi e le fermate dei trasporti pubblici siano situati e progettati in modo da poter essere raggiunti facilmente a piedi.
- Ridurre le condizioni che favoriscono l'autodipendenza (come lo sviluppo incontrollato delle città), progettando spazi stradali pensati per i pedoni e compensando i collegamenti mancanti nei percorsi pedonali esistenti tramite la creazione di reti prioritarie.

5) 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 e nei pressi delle scuole;
- Ridurre l'impatto delle strade trafficate installando sufficienti attraversamenti pedonali sicuri, assicurando tempi di attesa brevi e garantendo allo stesso tempo una durata adeguata per il passeggio dei pedoni meno veloci;
- Assicurare che le strutture progettate per i ciclisti e gli altri mezzi non motorizzati non compromettano la sicurezza e la comodità dei pedoni.

6) Riduzione della criminalità e della paura della criminalità

Le collettività hanno il diritto di contare su un ambiente urbano progettato, conservato e controllato in modo da ridurre la criminalità e la paura della stessa.

AZIONI

- Assicurare che i palazzi abbiano una veduta e attività al livello stradale tali da incoraggiare un senso di vigilanza che serva anche da deterrente contro il crimine;
- 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 e una visuale più chiara);
- 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.

7) Maggior supporto da parte delle autorità

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

AZIONI

- Impegnarsi a creare un piano d'azione chiaro e conciso che favorisca la pedonalità, fissi degli obiettivi, assicuri sostegno alle parti coinvolte e orienti gli investimenti, includendo le azioni di cui 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 pedonale 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 pedonalità (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 pedonale 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 il piano d'azione adottato;
- 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) La cultura del camminare

Le collettività hanno il diritto di contare su informazioni accessibili, di alta qualità e aggiornate riguardanti i luoghi in cui si può camminare e le caratteristiche dell'esperienza. Le persone dovrebbero avere l'opportunità di promuovere e praticare la passeggiata come parte integrante della loro vita sociale culturale e politica di tutti i giorni.

AZIONI

- Incoraggiare attivamente tutti i membri della comunità a camminare quando e dove possono facendo sì che ciò faccia parte della loro 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 culturale, 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 collegamenti ai mezzi pubblici;
- Ricompensare finanziariamente le persone che camminano di più tramite incentivi da parte di imprese locali, commercianti ed enti locali.

AZIONI ULTERIORI

Indicare di seguito l'eventuale esigenza di misure aggiuntive.

Questo documento è stato 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 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 o invia un'email a info@walk21.com

Traduzione ufficiale curata dall'Associazione culturale GoTellGo, nelle persone di Bianca Nina Filastò e Flavia Nasella, febbraio 2012.