

## Bimbi in bici? Ecco come

*di Federico Del Prete*

Da Ediciclo Editore una nuova guida con consigli e buone pratiche per pedalare in famiglia.

Si moltiplicano le iniziative a favore della mobilità dei bambini, oggi che la bicicletta è tornata ad essere il punto focale delle buone pratiche di mobilità. In Italia, paese con il più alto numero di automobili private al mondo (tolti Monaco, il Lussemburgo e l'Islanda, che insieme fanno meno di Torino) è lecito aspettarsi anche altri record negativi, come ad esempio essere leader europei nel sovrappeso infantile, con un bel 37% sul totale dei cittadini fino a dieci anni di età. Si dovrebbe quindi parlare, più che di mobilità, di immobilità dei bambini. Ma sono certo che la tendenza si invertirà presto, soprattutto se persone come gli autori di questo libro continueranno a fare il loro lavoro. Furlani è il responsabile del turismo di Wwf Italia, oltre che cicloviaggiatore esperto in famiglia; i soci di Fiab Milano Ciclobby conoscono bene l'attività – indefessa, aggiungo – di Silvia nelle scuole lombarde, dove da anni contribuisce a cambiare gli stili di vita dei bambini insegnando loro la cultura della ciclabilità. La bicicletta è un veicolo formidabile, non solo perché migliora il benessere fisico, ma soprattutto perché consolida l'autostima e l'indipendenza, ingredienti essenziali per crescere al riparo da pregiudizi e paure.

Bimbi in bici è una guida pratica, strutturata in modo da chiarire i punti essenziali su ogni aspetto del viaggio in bicicletta così come della mobilità quotidiana con i bambini. Si deve riconoscere ancora una volta a Ediciclo la lungimiranza nell'arricchire continuamente il suo catalogo con testi sempre in sintonia con ogni aspetto dell'universo mondo della bicicletta.

Leggendo mi è venuto in mente come questo libro possa in realtà essere d'aiuto in tutte le occasioni, pieno com'è di suggerimenti e dettagli che mi hanno sorpreso per chiarezza e completezza su aspetti non solo utili al genitore, ma anche al neofita senza figli. Tutti gli aspetti, dall'alimentazione all'abbigliamento, dagli accessori alla bicicletta in sé sono affrontati in modo da tornare utili anche oltre l'orizzonte familiare.

Chi ha bambini e va in bicicletta sa quanto può essere difficile convincerli a volte a seguirci, ma Silvia mette in campo tutta la sua esperienza accumulata con la figlia, che oggi, ormai giovane donna, coinvolge i compagni a pedalare con lei. I suggerimenti preziosi che dà sono proprio sul modo di coinvolgere i bambini senza forzarli, in modo da non fargli vivere la nostra passione come una seccatura di cui sbarazzarsi appena cresciuti. Qualche genitore con figli particolarmente recalcitranti si chiederà il senso, una volta trovata la forza di andare in vacanza in bici, di rovinarsela portandosi i bambini; più si va avanti nella lettura più si capisce come anche nella vita di tutti i giorni, ad esempio andando a scuola, con la bicicletta l'umore dei bambini migliora. È facile verificare come usando nel quotidiano scolastico la bici essa vitalizzi i bambini più pigri e scarichi la tensione dei più agitati, in un circolo virtuoso che può migliorare davvero la vita delle famiglie. Naturalmente, bisogna cominciare appena possibile, e nel libro ci sono i consigli anche per le età più piccole. La vocazione di guida è confermata da una sezione dedicata agli itinerari migliori per iniziare a pedalare con i bambini, con destinazioni sia italiane – solo del Nord però – che europee.

Bimbi in bici, il titolo che copia non a caso il nome dell'iniziativa nazionale di Fiab, è stato voluto dalla presidenza, in collaborazione con Wwf. Il nuovo logo della nostra federazione campeggia sulla copertina del libro insieme al panda, a ricordare come più di alleanze inesprese siano le sinergie concrete a dare risultati tangibili: in questo caso, tra due associazioni ambientaliste.

# Roberto Furlani, Silvia Malaguti *Bimbi in bici, consigli e buone pratiche per pedalare in famiglia*, Ediciclo 2014, 12 €.

edicicloeditore Manuali



collana manuali/14  
 caratteristiche generali copertina plastificata lucida,  
 cucitura filo refe  
 formato 12x20 cm  
 pagine 120  
 prezzo € 12,00  
 isbn 978-88-6549-116-4  
 in libreria da aprile 2014  
 sullo scaffale biciclette, cicloturismo, bambini



Roberto Furlani, Silvia Malaguti

## Bimbi in bici

Consigli e buone pratiche per pedalare in famiglia

Pedalare in famiglia è una bellissima esperienza che rende più vicini adulti e bambini.

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).

Il libro sarà presentato e diffuso a Bimbibici, la grande manifestazione nazionale, organizzata da FIAB (Federazione Italiana Amici della Bicicletta). Bimbibici si svolge Domenica 11 maggio 2014 in più di duecento città italiane ([www.bimbibici.it](http://www.bimbibici.it)).

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 fanno 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 i 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...)
  - Quale bicicletta comprare per me e per il bambino
  - Quali accessori e come sceglierli: seggiolino posteriore e anteriore, carrello, cestino, portapacchi, borse, portabicchi 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 CO<sub>2</sub> 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-ontus.it](http://www.fiab-ontus.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 prenda in carico il futuro del nostro Pianeta.



Roberto Furlani, triestino di nascita e milanese di adozione, è giornalista e responsabile dell'Ufficio Turismo del WWF. Ama la scrittura, la lettura e tutte le attività connesse alla natura, in particolare viaggi e escursioni a piedi, in bicicletta e sott'acqua. Con la famiglia

ha pedalato lungo le principali ciclabili europee; provando tutti i modi per portarsi i bimbi al seguito: seggiolini anteriori e posteriori, carrellini, trailgator, cammellini. Ora aranca dietro Dario e Lorenzo, ormai stu di dovere aspettare mamma e papà.



Silvia Malaguti ha origini emiliane (non per niente la bicicletta è nel suo DNA), ma risiede da sempre in Lombardia. Con alle spalle una lunga esperienza grafico-editoriale nell'editoria scolastica, è oggi alla guida dei progetti educativi multidisciplinari sulla

mobilità sostenibile che la FIAB svolge nelle scuole elementari e medie in Lombardia, attività innovativa di cui è stata l'iniziatrice. Preziosa, a tal fine, è anche l'esperienza accumulata in numerosi viaggi in bicicletta con marito e figlia.

