



Ministerstvo životního prostředí
České republiky



TISKOVÁ INFORMACE

Svatý Jan pod Skalou, 26.4.2011

NORMÁLNÍ JE CHODIT PĚŠKY

Ano, normální je chodit pěšky. V dnešním světě automobilismu je však chůze brána jako alternativní způsob dopravy, podobně jako cyklojízda. Chůze se stává „luxusem“. Proč si tento luxus nedopřát, vždyť je nám peší pohyb přirozený a zdravý.

Člověk poprvé začal chodit na zadních někdy před 1,5 milióny lety. Bohužel během posledních několika málo generací se pohodlnost stala novou přirozeností lidstva. Přestali jsme chodit pěšky, místo toho jezdíme i na ty nejkratší vzdálenosti auty, motocykly a v tom lepším případě na kole.

Přitom chůze je tím nejléčivějším druhem pohybu, je dokonce člověku prospěšnější než běh, protože je šetrnější ke kloubům a nepřetěžuje organismus. Zlepšuje stav osob se srdečními, oběhovými potížemi, diabetem, řídnutím kostí a také s psychickými problémy. Navíc se dá provozovat do pozdního věku a chůzí si tak můžete udržet kondici i ve stáří.

Přizpůsobovat města autům je dávno překonaný přístup v řadě zemí Evropy. Podpora ekomobility (chůze a cyklistiky) v českých městech a obcích je zatím v začátcích. První vlaštovkou byl v Praze 7. dubna 2011 mezinárodní seminář Města v pohybu, který informoval zastupitele našich měst o možnostech šetrné dopravy, vytváření veřejných prostranství a o ekonomickém přínosu stezek Greenways pro města a regiony. Všem byly představeny manuály „plánu mobility“, které podporují alternativní způsoby dopravy. Tyto plány vychází z již existující dopravní sítě a navrhuje zlepšení podmínek pro využívání šetrných způsobů dopravy (např. na přestupních bodech, jako jsou železnice, autobusy – místa pro parkování aut a jízdních kol).

První koncepční řešení ekomobility a veřejných prostor byly dosud zpracovány v Plzni, v Praze 10 a brněnské části Nový Lískovec. To je navzdory růstu automobility a rozrůstání měst první dobré znamení toho, že se naše vnímání ke zrychlenému pohybu v autech začíná měnit.

Začněte třeba tím, co můžete udělat hned, podpořte šetrnou dopravu - nazujte vhodné boty a vykročte...Chodit pěšky je přece něco úžasného!

Máte - li dotazy týkající se ekologické problematiky, můžete se obrátit na ekoporadnu Kavyl ve Svatém Janu pod Skalou. Radu si můžete vyžádat elektronickou poštou na adresu



Ministerstvo životního prostředí
České republiky



ekoporadna@ekocentrum.eu, poštou na adresu CEVV Svatý Jan pod Skalou, Svatý Jan pod Skalou 2, 266 01 p. Beroun. Telefonicky na telefonním čísle 314 501 281, nebo nás přijďte navštívit přímo do našeho ekocentra ve Svatém Janu pod Skalou. Bližší informace můžete nalézt i na našich webových stránkách www.ekocentrum.eu nebo na adrese <http://www.ekocentrum.eu/ekoporadna>. Rady podáváme bezplatně.

„Tento projekt je podpořen finanční podporou SFŽP a MŽP.“