



A CITTA' DELLA SCIENZA, CON EUROPE DIRECT NASCE IL BIKE LAB

Il **Global Strike For Future** ha risvegliato a livello planetario la necessità di una svolta immediata per contrastare l'avanzamento degli effetti allarmanti dovuti ai cambiamenti climatici.

Le azioni da mettere in campo incidono su un livello che chiama in causa, da un lato i governi e tutti i decisori pubblici, dall'altro cittadini e società civile.

Obiettivo del **Bike Lab** è quello di diffondere le **politiche europee** di incentivazione all'utilizzo di soluzioni per una mobilità sostenibile. Target principale sono le giovani generazioni, su cui si lavorerà per rendere gli strumenti di mobilità dolce una pratica di mobilità sempre più diffusa e conveniente.

Quest'obiettivo si articola nella possibilità di mettere a disposizione soprattutto dei giovani fuori sede che si trovano nella nostra città per motivi di studio (es. studenti Erasmus) uno spazio come il Bike Lab, dove trovare consulenza ed assistenza tecnica per chi vuole scegliere come strumento di mobilità urbana la bicicletta.

Il Bike Lab di Città della Scienza, è inoltre dotato di una **ciclofficina** aperta e fruibile liberamente da tutti gli studenti e fuori sede, dove sarà possibile provvedere alla manutenzione della propria bici, nonché partecipare ai seminari gratuiti sulle nozioni basilari di manutenzione della bici e del suo corretto utilizzo.

Con il Bike Lab si punta a diffondere pratiche di **bike to work**, rendendo Città della Scienza sempre più accessibile in modo sostenibile e soprattutto bike friendly, con aree di sosta per le bici in apposite rastrelliere al servizio di studenti, visitatori e lavoratori. Per i lavoratori sarà inoltre possibile prendere in prova gratuita bici messe a disposizione dall'azienda.

Il Bike Lab è una piccolissima anticipazione di **#Bike_it** mostra interattiva sulla storia, la tecnologia ed il futuro che da fine Giugno sarà ospitata a Città della Scienza.

L'iniziativa rientra tra le attività previste per il 2019 dal Centro Europe Direct del Comune di Napoli ed è organizzata dalla Fondazione IdIS - Città della Scienza nell'ambito dell'accordo di partenariato con il Centro di Informazione Europe Direct Napoli per il periodo 2018 – 2020.

10 MOTIVI A FAVORE DELL'UTILIZZO DELLA BICI

1. ASSAPORA LA FELICITÀ

Dopo 20 minuti di movimento il tuo corpo emana i neurotrasmettitori serotonina e dopamina, che suscitano in modo del tutto naturale un senso di felicità. La pedalata mattutina aumenta inoltre la tua ricettività e la tua capacità di concentrazione. Inizia la giornata con gioia e con la mente fresca!

2. MIGLIORA LA TUA CONDIZIONE FISICA

30 minuti di moto al giorno hanno un considerevole effetto positivo sulla tua condizione fisica e sulla tua salute. Il movimento regolare produce una pulsazione a riposo più bassa e migliora l'ossigenazione del sangue. Salta in sella alla tua bici e resta in movimento!

3. RIDUCI LO STRESS

La tua quotidianità è fatta di stress, frenesia e scadenze da rispettare? Se pratichi sufficiente movimento diminuisce gli ormoni dello stress e regali al tuo corpo e alla tua mente la necessaria tranquillità. Con l'utilizzo della bici è più facile trovare un equilibrio fra lo stress della vita quotidiana e il relax.

4. RISPARMIA DENARO

Recandoti al lavoro/università in bicicletta risparmi denaro! Abbonamenti, benzina, parcheggio, tasse.... Andare al lavoro in bicicletta è circa 20 volte meno caro che andarci in automobile. Molti pendolari scoprono l'attrattiva della bicicletta e la utilizzano sempre di più. Chi per esempio va al lavoro ogni giorno in automobile percorrendo dieci chilometri, deve calcolare di spendere CHF 600 solo per la benzina. Per questo prezzo puoi acquistare una bella bicicletta...

5. PROTEGGI L'AMBIENTE

Un terzo delle emissioni di gas serra prodotte a livello Europeo è generato dai trasporti. Fai qualcosa di buono per l'ambiente: vai al lavoro in bicicletta ed evita di produrre CO2 e polveri fini. Inoltre la bicicletta non emette alcun rumore e non danneggia il suolo.

6. INCORAGGIA LO SPIRITO DI GRUPPO

Uno per tutti e tutti per uno. Ti sposti con una squadra di 4 persone, scambi esperienze e vi motivate a vicenda. Ed è anche bello festeggiare assieme il successo che avete condiviso! Inoltre fai parte della bike community con migliaia di ciclisti. Connettiti su Facebook, Twitter e Instagram...

7. VINCI DEI PREMI

Chi utilizza la bici, non solo si diverte e si mantiene in forma, ma accumula punti per fantastici premi. È semplice: ti iscrivi, pedali e se utilizzi la bicicletta, partecipi automaticamente.

8. MUOVITI AGEVOLMENTE E RAPIDAMENTE

Treni soppressi, bus sovraffollati, ritardi dei mezzi di trasporto pubblici, strade intasate e colonne fanno parte del traffico quotidiano. Con la bicicletta o la e-bike aggiri velocemente e comodamente gli ingorghi e raggiungi il tuo posto di lavoro tranquillo e rilassato.

9. GODITI IL TRAGITTO

Usare la bici significa anche sperimentare continuamente qualcosa di nuovo. Scopri un percorso finora sconosciuto, condividi le tue emozioni e le tue esperienze su Facebook, Twitter e Instagram con l'hashtag #biketowork

10. VIVI COOL

Andare in bicicletta è di moda – sia che utilizzi una coloratissima bici a scatto fisso, una veloce bici da corsa o una comoda bici a pedalata assistita. Per di più ci sono gadget e accessori veramente cool – e non dimenticare le numerose app per smartphone.

PROGRAMMA INAUGURAZIONE BIKE LAB

10 Maggio 2019

Ore 10.30

Città della Scienza

Partecipano:

Mario Calabrese

Assessore alle Infrastrutture e al Trasporto del Comune di Napoli

Luca Simeone

Project manager Città della Scienza

Mariateresa Imparato

Presidente Legambiente Campania

Ginevra Marandola

Ricercatrice al Centro Comune di Ricerca della Commissione Europea