

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2019



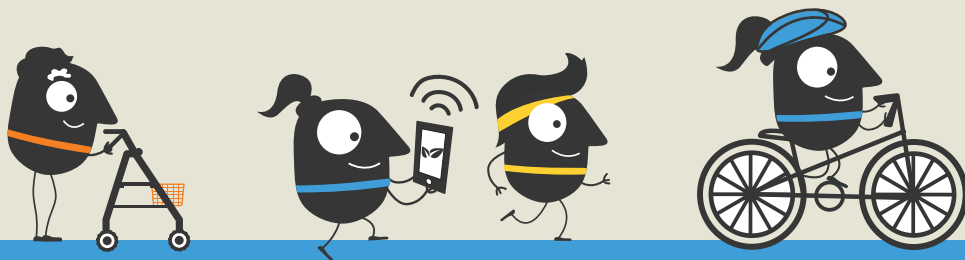
#mobilityweek
www.mobilityweek.eu



Σχετικά με την ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ πραγματοποιείται από τις 16 έως τις 22 Σεπτεμβρίου κάθε χρόνο, παρέχοντας στις κωμοπόλεις και τις πόλεις μια ευκαιρία να δοκιμάσουν βιώσιμους εναλλακτικούς τρόπους μεταφοράς. Ενθαρρύνοντας τους ανθρώπους να επιλέγουν βιώσιμους τρόπους μεταφοράς, όπως το περπάτημα και το ποδήλατο, μπορούμε να μειώσουμε τις εκπομπές άνθρακα, να βελτιώσουμε την ποιότητα του αέρα και να καταστήσουμε τις αστικές περιοχές πιο ευχάριστους τόπους διαβίωσης και εργασίας. Το 2017 ήταν η πιο επιτυχημένη διοργάνωση της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ έως σήμερα, με τη συμμετοχή περισσότερων από 2.500 κωμοπόλεων και πόλεων

Καταχωρίστε τις δραστηριότητες και τις εκδηλώσεις σας online στον ιστότοπο www.mobilityweek.eu



#mobilityweek

Ασφαλές Περπάτημα και Ποδηλασία

Τα σώματά μας είναι φτιαγμένα για να κινούνται, αλλά πολλοί από εμάς αγωνίζονται να βρουν το χρόνο να ασκηθούν κατά τη διάρκεια της ημέρας. Μπορεί να διαπιστώσουμε ότι μεγάλο μέρος της ρουτίνας μας αποτελείται από στιγμές που καθόμαστε: στην κίνηση, σε ένα γραφείο ή μπροστά σε μια οθόνη. Τι θα γινόταν όμως αν μπορούσαμε να ενσωματώσουμε την άσκηση στην καθημερινή μας ζωή και να εξοικονομήσουμε χρήματα ταυτόχρονα;

Αυτή η ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ **ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** εστιάζει στο ασφαλές περπάτημα και την ποδηλασία και τα οφέλη που μπορεί να έχουν για την υγεία μας, το περιβάλλον μας και το υπόλοιπο του τραπεζικού μας λογαριασμού!

Οι ενεργόι τρόποι μεταφοράς όπως το περπάτημα και η ποδηλασία είναι απαλλαγμένοι από εκπομπές ρύπων και συμβάλλουν στη διατήρηση της υγείας και της καρδιάς μας. Πόλεις που ευνοούν το περπάτημα και το ποδήλατο σε σχέση με τα οχήματα ιδιωτικής χρήσης έχουν αποδειχθεί πιο ελκυστικές, με λιγότερη συμφόρηση και υψηλότερη ποιότητα ζωής. Έτσι αυτόν τον Σεπτέμβριο, γιατί να μην περπατήσουμε όλοι μαζί και να δούμε τα οφέλη για τον εαυτό μας;

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφθείτε:
www.mobilityweek.eu/theme-2019



#walkwithus

ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Θέλετε να συμμετάσχετε στην ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ **ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** πέρα από το διάστημα μεταξύ 16 και 22 Σεπτεμβρίου.

Οι επιχειρήσεις, οι ΜΚΟ, τα σχολεία και άλλοι φορείς που θέλουν να συμμετάσχουν στην καμπάνια της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ **ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** μπορούν να καταχωρίσουν τη δική τους **ΔΡΑΣΗ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** online.

Σε αντίθεση με τη συμμετοχή στην ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ **ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ**, οι **ΔΡΑΣΕΙΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** μπορούν να πραγματοποιούνται όλο τον χρόνο. Παρουσιάστε στον κόσμο τα βήματα που κάνετε, για να ενθαρρύνετε τη χρήση εξυπνότερων τρόπων μετάβασης από το σημείο Α στο σημείο Β.

Για περισσότερες πληροφορίες
επισκεφθείτε τη διεύθυνση
www.mobilityweek.eu/mobility-actions



www.mobilityweek.eu

Βραβεία Βιώσιμης Κινητικότητας



Οι νικητές του
Βραβείου Βιώσιμης
Κινητικότητας 2018
είναι:

ΛΙΣΑΒΟΝΑ
ΠΟΡΤΟΓΑΛΙΑ

ΝΙΚΗΤΗΣ
Μεγαλύτερων δήμων

LINDAU
ΓΕΡΜΑΝΙΑ

ΝΙΚΗΤΗΣ
Μικρότερων δήμων

ΕΥΡΥΤΕΡΗ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΤΟΥ
ΜΑΝΤΣΕΣΤΕΡ
ΗΝΩΜΕΝΟ
ΒΑΣΙΛΕΙΟ

7ο Βραβείο **SUMP**

Τα Βραβεία ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ αναγνωρίζουν τις τοπικές αρχές που κρίνεται ότι έχουν οργανώσει το πιο εντυπωσιακό σύνολο δραστηριοτήτων μεταξύ 16-22 Σεπτεμβρίου. Τα βραβεία απονέμονται σε δύο κατηγορίες: μία για δήμους μεγαλύτερους από 50.000 κατοίκους και μία για τους μικρότερους δήμους κάτω από αυτό το όριο. Το βραβείο προγραμμάτων βιώσιμης αστικής κινητικότητας SUMP αναδεικνύει τις τοπικές και περιφερειακές αρχές για την αριστεία στον προγραμματισμό της βιώσιμης αστικής κινητικότητας.

Επισκεφθείτε τη σελίδα μας στο YouTube για να παρακολουθήσετε τα βίντεο των βραβείσεων μας:



www.youtube.com/user/europeanmobilityweek

Περισσότερες πληροφορίες

www.mobilityweek.eu

Ευρωπαϊκή Γραμματεία
EUROCITIES

Square de Meeûs 1
B-1000 Brussels – BELGIUM
Tel. +32 2 552 08 75

info@mobilityweek.eu



[@MobilityWeek](https://twitter.com/MobilityWeek)



[@EuropeanMobilityWeek](https://www.facebook.com/EuropeanMobilityWeek)



[@europeanmobilityweek](https://www.instagram.com/europeanmobilityweek)

Δημοσιεύσεις και εργαλεία που θα σας βοηθήσουν να διοργανώσετε τις δικές σας τοπικές εκδηλώσεις στο πλαίσιο της ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ **ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ** είναι διαθέσιμα στον ιστότοπό μας: www.mobilityweek.eu

Θέλετε να επικοινωνήσετε μαζί μας; Επικοινωνήστε με την Ευρωπαϊκή Γραμματεία ή τον Εθνικό σας Συντονιστή για συμβουλές: www.mobilityweek.eu/contact

Με την πολιτική και οικονομική υποστήριξη της:

ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

Γενική Διεύθυνση Κινητικότητας και Μεταφορών

B-1049 Brussels – BELGIUM

www.ec.europa.eu/transport

