



Erasmus+



WHY CYCLING?

Reccomendation report



The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



BENEFITS OF CYCLING

Žďár nad Sázavou (Czech Republic),
6th March 2015

We are students from eight European countries – Italy, Croatia, Poland, Latvia, Romania, Germany, Slovenia and Czech Republic – discussing the topic of cycling and its benefits.

This report is aimed to inform you about our conclusions:

During the learning activity organized by the school from Czech Republic we compared and summoned up the results we had collected separately. Thanks to the Croatian team, we were supplied with a PPT presentation on the results of the online survey we had submitted to 50 youngsters and 30 adults in each partner country. Besides, each school held at home a debate on the topic of benefits of cycling.

Therefore, all together, with the results we were given, we had a session to write this report aimed to inform people about the use of bicycles, the impediments and how to overcome them, the benefits related to it as a healthier lifestyle.

Analyzing the results of the survey we understood that not so many people use the bike as a way of transport, although they might want to, there are still some obstacles, different in each partner country, such as lack of bike trails or safe places where to leave the bike. We noticed that only few countries are using bicycle, among them it seems that Croatians ride more often, even more than Germans.

From the point of view of the benefits, we examined several aspects:

- ✓ cycling is really positive, not only for our health but also for nature and environment; in fact bikes do not pollute the environment with gas emissions or smog;

- ✓ cycling is also good for social life because it easily allows you to make new friends: people go out together in group and have fun;
- ✓ cycling offers the possibility to discover new places, cultural and historical points of interest, enjoy the nature and foster sustainability.

Riding bicycles is a new form of tourism that is developing more and more, so we have to promote cyclotourism. First of all, as a positive element for the economy of the country, furthermore if we practiced it when going abroad we could understand better new cultures, places, monuments and meet people, always respecting environment.

Cycling is suitable for teenagers and people who do not have a driving license.

Bike riding is healthy because all our muscles are involved, in particular our heart. In fact, cycling prevents cardiovascular diseases and heart attack. It is very important to train children to go cycling ever since they are very young, in order to make them learn to follow a healthy lifestyle.

All in all, thanks to the survey, we understood that we can help persuade more people to cycle, because cycling is in fact really important for individual health, economy and social life. From the complaints resulting from the survey, we also inferred that is it essential to build and repair footpaths, make maps or the cycling trails and organize some events about cycling connected to tourism.

Recommendations:

We want to recommend everyone to start using bikes more often. Cycling is great!



PREDNOSTI BICIKLIRANJA



Žd'ár nad Sázavou (Czech Republic),
6.3.2015.

Mi smo učenici iz osam europskih zemalja – Italija, Hrvatska, Poljska, Latvija, Rumunjska, Njemačka, Slovenija i Češka – koji raspravljaju o temi bicikliranja i njegovim prednostima.

Svrha ovog izvješća je informirati vas o našim zaključcima

Za vrijeme projektnih aktivnosti organiziranih od strane Češke škole, usporedili smo i izdvojili najvažnije iz izvješća o rezultatima ankete svake od pojedinih skupina. Hrvatski tim predstavio je PPT prezentacijom rezultate ankete koja je provedena na 50 mladih i 30 odraslih osoba u zemlji svakog partnera. Uz to, svaka škola je kod kuće imala debatu o prednostima biciklizma.

Stoga smo svi zajedno, u skladu s dobivenim rezultatima napisali ovo izvješće, u svrhu informiranja osoba o učestalosti vožnje biciklom, preprekama na koje mogu nailaziti i načinima kako ih prevladati, kao i o koristima koje nam donosi zdrav način života.

Analiziranjem rezultata anketa, shvatili smo da stanoviti broj ljudi ne koristi bicikl kao prijevozno sredstvo, iako bi to željeli, jer još uvijek imaju prepreke koje su se razlikovale od osobe do osobe, ovisno o zemlji u kojoj žive, npr. nedostatak biciklističkih traka i staza te nedostatak sigurnih mjesta za parkiranje. Također, primijetili smo da bicikl najviše koriste Hrvati, čak više od Nijemaca.

Od svih prednosti, izdvojili smo:

- ✓ Vožnja bicikla je jako pozitivna, ne samo za naše zdravlje, nego za prirodu i okoliš (bicikli ne zagađuju okoliš, jer ne ispuštaju nikakve štetne plinove) ;
- ✓ Vožnja bicikla je korisna za društveni život jer olakšava stvaranje novih prijateljstava, ljudi se voze u skupinama i zabavljaju se;
- ✓ Vožnja bicikla omogućuje otkrivanje novih mjesta, kulturnih i povijesnih zanimljivosti i beskrajno uživanje u prirodi.

Vožnja bicikla novi je oblik turizma koji se sve više razvija i nužno ga je promovirati. Kao prvo, pozitivno djeluje na ekonomiju države te ukoliko odlazimo u druge zemlje možemo bolje razumjeti tuđe kulture, upoznati nova mjesta, spomenike i nove ljude, pri tome štiteći okoliš.

Bicikliranje je primjereno za svaku dob, pogotovo za mlade koji nemaju vozačku dozvolu.

Vožnja bicikla je zdrava zbog aktivacije svih mišića, najviše našeg srca. Sprječava kardiovaskularne bolesti i srčani udar. Jako je važno djecu podučiti da bicikliranje treba biti sastavni dio njihovih života ukoliko žele živjeti zdravo.

Zahvaljujući anketi, shvatili smo da možemo uvjeriti ljude da voze bicikl, jer je vožnja bicikla važna za zdravlje pojedinca, ekonomski i društveni život. Također, iz ankete je vidljivo da je ispitanicima važno da se radi na izgradnji i popravcima biciklističkih staza, izrađivanju biciklističkih karata ili novih biciklističkih staza kao i organizaciji događaja kojim promoviramo biciklizam kojeg treba uvesti u sastavni dio turističke ponude.

Preporuka:

Želimo preporučiti svima da voze bicikle što češće. Bicikliranje je odlično!



PŘÍNOS CYKLOTURISTIKY



Žďár nad Sázavou, ČR
6. března 2015

Jsme skupina student osmi evropských zemí – Itálie, Polsko, Lotyšsko, Rumunsko, Německo, Slovinsko a Česká republika – která hovoří o tématu cykloturistiky a jejím přínosu.

Tato zpráva chce podat přehled o výsledcích projektové práce:

V průběhu konference ve Žďáře jsme porovnávali a shrnuli výsledky průzkumu, které jsme jednotlivě získali. Díky chorvatské škole máme prezentaci výsledků online dotazníku, který v každé zemi vyplnilo 50 mladistvých a 30 dospělých. Kromě toho každá škola na své domácí půdě zorganizovala debatu o přínosech cykloturistiky.

Výsledky, jež jsme všichni obdrželi, jsme společně prodiskutovali a vytvořili jsme tuto zprávu, která by měla informovat o použití kol, o překážkách, jejich odstraňování a naopak o pozitivním přínosu ke zdravějšímu životnímu stylu. Při analýze výsledků průzkumu jsme pochopili, že mnoho lidí nepoužívá kolo jako dopravní prostředek, ačkoliv by chtěli, protože jim v tom brání překážky (různé v každé zemi), jako např. malý počet cyklostezek či míst, kde by se kolo dalo bezpečně odložit.

Kola se v našich zemích využívají poměrně málo, dle průzkumu pravděpodobně nejvíce se na kole jezdí v Chorvatsku.

Z hlediska pozitiv jsme zaznamenali několik aspektů:

- ✓ Přínos cyklistiky je nezanedbatelný, a to nejen pro naše zdraví, ale také pro přírodu a životní prostředí, neboť kola je nezatežují emisemi a smogem.
- ✓ Cyklistika také zlepšuje společenský život, neboť umožňuje snadno získávat přátele: mladí spolu jezdí ve skupinách a baví se.
- ✓ Mají možnost objevovat nová kulturně či umělecky zajímavá místa, vychutnat si pobyt v přírodě a navíc podpořit udržitelný rozvoj.

Jízda na kole je novou a rychle se rozvíjející formou turistiky, kterou musíme a chceme propagovat – především jako pozitivní prvek hospodářství, ale také i jako ekologický způsob poznávání zahraničí, památek a nových kultur.

Cyklistika je také vhodná pro mládež a lidi bez řidičského oprávnění. Cyklistika je zdravý sport vzhledem k zapojení všech svalů, který pomáhá předcházet nemocem kardiovaskulárního systému. Je potřeba děti k tomuto sportu vést od útlého věku, aby se naučily žít zdravým životním stylem.

Závěr:

Díky průzkumu jsme došli k závěru, že jsme schopni přivést větší počet lidí k cykloturistice, protože je to důležité pro rozvoj osobnosti, hospodářství i společenského života.

Průzkum také ukázal, že je klíčové budovat a opravovat cyklostezky, tvořit mapy a organizovat akce, které cyklistiku a cestovní ruch propojí.

Doporučení:

Chceme každému doporučit, aby se cyklistice více věnoval.



VORTEILE DES RADFAHRENS

Žd'ár nad Sázavou (Czech Republic),
6th March 2015



Wir sind Schüler aus acht europäischen Ländern (Italien, Kroatien, Polen, Lettland, Rumänien, Deutschland, Slowenien und Tschechien) die das Thema Radfahren und seine Vorteile diskutieren.

Dieser Bericht soll über die Ergebnisse informieren:

Während der Lernaktivität, welche von der tschechischen Schule organisiert wurde, verglichen wir unsere unterschiedlichen Resultate und fassten sie anschließend zusammen. Dank des kroatischen Teams verfügten wir über eine Präsentation der Resultate der Ergebnisse der Online-Umfrage die an 80 Teilnehmer in 8 Ländern übermittelt wurde. Diese Umfrage führte an den verschiedenen Schulen zu einer intensive Debatte über die Vorteile des Radfahrens. Dieser Report soll die Erkenntnisse hieraus zusammenfassen und Menschen über das Radfahren, Hindernisse hierbei und Möglichkeiten diese zu überwinden um zu einem gesunden Lebensstil zu finden, informieren.

Die Analyse der Antworten brachte uns zu der Erkenntnis, dass viele Menschen das Fahrrad nicht als Transportmittel nutzen. Fehlende Fahrradwege und Sicherheit sind nur einige der Schwierigkeiten, die genannt wurden. Im Großen und Ganzen wird das Fahrrad in den Ländern nicht in dem Maße genutzt, wie es sinnvoll wäre.

Hinsichtlich der Vorteile des Radfahrens untersuchten wir folgende Aspekte:

- Radfahren ist nicht nur gut für die Gesundheit, sondern auch die Umwelt.
- Beim Radfahren kann auch eine gesellige Angelegenheit sein, die man mit Freunden unternimmt.
- Mit dem Rad lässt sich ein Land anders entdecken als mit dem Auto.

Radfahren ist eine neue Form des Tourismus, welches sich mehr und mehr verbreitet. Aufgrund seiner Nachhaltigkeit sollte der Radtourismus von allen Ländern in Europa gefördert werden.

Zumal diese Form des Tourismus allen Altersschichten offensteht, ob alt oder jung. Des Weiteren ist diese Aktivität in der Natur förderlich für unseren Umgang mit dieser, nicht nur weil wir keine Schadstoffe dabei ausstoßen.

Darüber hinaus ist Radfahren sehr gesund, insbesondere auch für Ältere, da es gelenkschonend ist und positive Auswirkung auf unser Herz und unseren Kreislauf hat.

Alles in allem haben wir durch unsere Umfrage erkannt, dass das Radfahren noch viel mehr verbreitet werden muss, da es eine wirklich *runde* Sache ist. Es ist gut für die Natur, die Gesundheit, das Gemeinleben und Spaß macht es auch noch.

Nichtsdestotrotz ist noch vieles im Argen. Fahrradwege müssen gebaut und instandgesetzt werden, Karten und Radrouten geschaffen werden und noch mehr Veranstaltungen zum Radfahren stattfinden.

Empfehlung:

Jeder sollte Fahrradfahren. Rad fahren ist super.



I BENEFICI DEL CICLISMO

Zdar nad Sazavou,
6 marzo 2015



Siamo studenti provenienti da otto paesi europei – Italia, Croazia, Polonia, Lettonia, Romania, Germania, Slovenia e Repubblica Ceca – che trattano il tema del ciclismo e i suoi benefici.

QUESTO TEMA HA LO SCOPO DI INFORMARVI SULLE NOSTRE CONCLUSIONI:

Durante le attività di apprendimento organizzate dalla scuola della Repubblica Ceca abbiamo confrontato i risultati che avevamo raccolto separatamente. Grazie al team Croato, con una presentazione PPT ci sono stati forniti i risultati del sondaggio on-line che avevamo sottoposto a 50 ragazzi e 30 adulti in ogni paese partner.

Inoltre, ogni scuola ha tenuto un dibattito sul tema dei benefici del ciclismo.

Pertanto, con i risultati che ci hanno dato, tutti insieme abbiamo tenuto una sessione per scrivere questo report al fine di informare le persone circa l'utilizzo della bicicletta, gli impedimenti e come superarli, i benefici ad esso connessi poiché promuove uno stile di vita più sano.

Analizzando i risultati del sondaggio abbiamo notato che non molte persone usano la bicicletta come mezzo di trasporto, sebbene lo vorrebbero. Ci sono infatti ancora alcuni ostacoli, diversi in ogni paese partner, come la mancanza di piste ciclabili

o luoghi sicuri dove lasciare la bici. Abbiamo notato che solo pochi paesi utilizzano la bicicletta, tra questi sembra che in Croazia sia molto utilizzata, anche più che in Germania.

Dal punto di vista dei benefici, abbiamo esaminato diversi aspetti:

- Pedalare fa bene, non solo alla nostra salute, ma anche alla natura e all'ambiente; infatti le biciclette non inquinano con emissioni di gas e smog;
- Andare in bicicletta è anche un bene per la vita sociale perché permette facilmente di fare nuove amicizie: la gente esce insieme in gruppo e si diverte;
- Pedalare offre la possibilità di scoprire nuovi luoghi, i punti di interesse storico e culturale, godersi la natura e favorisce la sostenibilità.

Andare in bicicletta è una nuova forma di turismo che sta sempre di più prendendo piede, pertanto dobbiamo promuovere il cicloturismo. Prima di tutto, come un elemento positivo per l'economia del Paese, inoltre se praticassimo questo sport quando ci rechiamo all'estero, potremmo comprendere meglio nuove culture, luoghi, monumenti e incontrare persone, sempre nel rispetto dell'ambiente.

La bicicletta è adatta agli adolescenti e alle persone che non hanno una patente di guida.

Andare in bicicletta è salutare, perché tutti i nostri muscoli sono coinvolti, in particolare il nostro cuore. In realtà, il ciclismo previene le malattie cardiovascolari e l'infarto. E' molto importante educare i figli ad andare in bicicletta sin da piccoli, per far sì che imparino seguire uno stile di vita sano.

In conclusione, grazie al sondaggio, abbiamo capito che potremmo essere in grado di persuadere più persone al ciclismo, perché è di fatto molto importante per la salute individuale, così come per l'economia e la vita sociale.

Dalle lamentele risultanti dal sondaggio, abbiamo anche dedotto che è indispensabile costruire e riparare sentieri, fare mappe o piste ciclabili e organizzare alcuni eventi di ciclismo collegati al turismo.

RACCOMANDAZIONI:

Vogliamo raccomandare a tutti di iniziare ad utilizzare le bici più spesso. La bicicletta è bella!



RITENBRAUKŠANAS PRIEKŠROCĪBAS



Žďár nad Sázavou (Czech Republic),
2015. gada 6.marts

Mēs esm skolēni no astoņām Eiropas valstīm(Latvija, Polija, Rumānija, Horvātija, Čehija, Itālija, Vācija, Slovēnija)un projekta ietvaros mēs pētījām riteņbraukšanas iespējas un priekšrocības mūsu valstīs.

Šī ziņojuma uzdevums ir informēt par pētījuma rezultātiem

Mācību aktivitāšu laikā, ko organizēja Čehijas skola, mēs salīdzinājām un izdarījām secinājumus par aptaujām, ko katra valsts veica atsevišķi. Pateicoties Horvātijas komandai, tika nodrošināta iespēja sekot PPT prezentācijai, kur parādījās pētījuma apkopojums. Aptaujās piedalījās 50 skolēnu un 30 pieaugušo no katras valsts. Pie tam, katrā valstī notika atsevišķas debātes par aptaujas rezultātiem par situāciju savā pilsētā,ciemā.

Tādējādi, interaktīvas nodarbības rezultātā ir radies šis ziņojums par rezultātiem. Tas skar tēmas par velosipēdu lietošanas iespējām, par ilesmiem, kas kavē to darīt un par riteņbraukšanu kā veselīga dzīvesveida sastāvdaļu.

Analizējot pārskata rezultātus, mēs sapratām, ka ne tik ļoti daudz cilvēku šodien ikdienā lieto velosipēdus kā transporta līdzekli, kaut gan daudzi to vēlētos. Vēl joprojām pastāv daži apstākļi, katrā valstī savi, kas kavē velosipēdu lietošanu un nodarbošanos ar riteņbraukšanu, piemēram, riteņbraucēju celiņu trūkums, statīvu trūkums, pašu cilvēku inerce, utt. Mēs secinājām, ka tikai pāris valstīs no projektā iekļautajām, piemēram, Horvātijā un Vācijā, reāli daudzi nodarbojas ar riteņbraukšanu ikdienā.

Fokusējoties uz riteņbraukšanas piešķirībām, tika atzīti šādi aspekti:

- ✓ Riteņbraukšana ir pozitīva nodarbe ne tikai veselības nostiprināšanai, bet nāk par labu dabai, apkārtējai videi, jo velosipēds nepiesārņo to ar degvielas izplūdes gāzēm
- ✓ Riteņbraukšana ir arī noderīga sociālajā dzīvē, jo var viegli veidoties kontakti ar apkārtējiem interesentiem, varam sadarboties, kopīgi noorganizēt un izbaudīt braucienus
- ✓ Riteņbraukšana piedāvā iespēju apsekot un iepazīt jaunas vietas, kultūras un vēstures objektus, paplašināt savu redzesloku, izbaudīt vienreizēju dabas skaistumu

Riteņbraukšanai kā jauns tūrisma veids, kas pēdējā laikā arvien attīstās, un tāpēc mums jāsekmē šīs nozares tūrisms. Un vispirms to var uzskatīt kā pozitīvu valsts ekonomikas elementu. Ja mēs to veicināsim, labāk pazīsim citu tautu kultūru un dzīvesziņu, ceļojot un citām valstīm.

Riteņbraukšana ir piemērota jauniešiem un pusaudžiem, kā arī cilvēkiem, kam nav transporta vadītāja tiesību.

Riteņbraukšana ir veselīga aktivitāte, jo fiziski darbojas visas muskuļu grupas un sirds. Būfībā riteņbraukšana aizkavē kardiomuskulārās slimības un sirds mazspēju. Ir ļoti svarīgi radināt bērnus lietot velosipēdu, lai viņu apziņā jau agri izstrādājas veselīga dzīvesveida formula.

Visbeidzot, pateicoties šim pētījumam, mēs secinājām, ka varam palīdzēt cilvēkiem radīt pārlicību lietot velosipēdus ikdienas vajadzībām un fiziskām nodarbēm, veicinot sociālo dzīvi, ekonomiku un veselību. Pētījuma rezultāti liecina, ka ir būtiski veidot riteņbraukšanas maršrūtus, to kartes, organizēt pasākumus, kas veicina šo jomu.

Rekomendācija:

Mēs ikvienam iesakām nodarboties ar riteņbraukšanu!

Tas ir lieliski!



KORZYŚCI PŁYNĄCE Z JEŻDŻENIA NA ROWERZE



Žďár nad Sázavou (Czech Republic),
6 marca 2015 roku

Grupa uczniów z ośmiu europejskich krajów dyskutowała na temat korzyści płynących z jeżdżenia na rowerze.

Ten raport został stworzony, aby poinformować Państwa o naszych wnioskach:

Podczas zajęć edukacyjnych zorganizowanych przez szkołę z republiki Czeskiej, porównaliśmy i podsumowaliśmy rezultaty, które zebraliśmy osobno w naszych krajach. Dzięki zaangażowaniu zespołu projektowego z Chorwacji otrzymaliśmy prezentację power point dotyczącą rezultatów przeprowadzonej internetowo ankiety, która została przekazana 50 młodym ludziom i 30 dorosłym w każdym z krajów partnerskich. Poza tym, każda szkoła zainicjowała przeprowadzenie przez uczniów w ich domach dyskusji na temat korzyści płynących z jazdy na rowerze.

Dlatego, razem z przedstawieniem rezultatów, odbyliśmy sesję poświęconą napisaniu tego raportu, który ma na celu poinformowanie ludzi na temat korzystania z rowerów, trudności jakie się z tym wiązą i sposobów ich przewyciężenia oraz na temat jakie korzyści jeżdżenie na rowerze ma dla prowadzenia zdrowego trybu życia.

Analizując rezultaty tej ankiety, zrozumieliśmy, że nie tak wiele osób używa roweru jako środka transportu, chociaż mają oni taką chęć to jednak istnieje wiele przeszkód, różnych w każdym z krajów partnerskich, takich jak brak ścieżek rowerowych lub bezpiecznych miejsc do zostawienia roweru. Zauważyliśmy, że mało krajów używa rowerów jako środka transportu, z naszych badań wynika, że Chorwaci jeżdżą najczęściej, nawet więcej niż Niemcy.

Przeanalizowaliśmy szereg aspektów jeżdżenia na rowerze pod względem płynących z nich korzyści:

- ✓ korzystanie z roweru jest naprawdę wartością pozytywną, nie tylko ze względu na nasze zdrowie ale także ze względu na środowisko naturalne, ponieważ rowery nie zatruwają atmosfery spalinami;
- ✓ korzystanie z roweru jest także dobre dla naszego życia społecznego, ponieważ ułatwia nawiązywanie przyjaźni; ludzie jeżdżą na grupowe wycieczki rowerowe na których się lepiej poznają i integrują;
- ✓ jeżdżenie na rowerze oferuje nam także doskonałą okazję do poznania okolicy i do odkrywania nowych miejsc związanych z kulturą lub historią zamieszkiwanego przez nas terenu, pozwala cieszyć się pięknem natury i wspierać zrównoważony rozwój.

Jeżdżenie na rowerze jest nową formą turystyki, która stale się rozwija, dlatego musimy promować uprawianie turystyki rowerowej. Po pierwsze, ze względu na pozytywny skutek jaki ma to zjawisko dla ekonomii, co więcej jeżeli podróżujemy za granicę i jeździmy tam na rowerze możemy lepiej zrozumieć kulturę, zwyczaje danego kraju, poznać jego zabytki i ludzi.

Uprawianie turystyki rowerowej jest odpowiednie dla nastolatków i dla tych, którzy nie posiadają prawa jazdy.

Jeżdżenie na rowerze jest zdrowe, ponieważ angażuje wszystkie nasze mięśnie, a w szczególności nasze serce. W rzeczywistości uprawianie turystyki rowerowej zapobiega chorobom i atakom serca. Bardzo ważne jest to, aby już małe dzieci uczyć jeżdżenia na rowerze, po to aby mogły prowadzić później zdrowy tryb życia.

Podsumowując, dzięki ankiecie, zrozumieliśmy, że możemy pomóc w przekonaniu większej liczby ludzi do uprawiania turystyki rowerowej, ponieważ jazda na rowerze jest naprawdę ważna dla naszego zdrowia, ekonomii i życia społecznego, towarzyskiego. Z pojawiających się w ankiecie skarg i narzekań, wnioskujemy również, że istotne jest budowanie i naprawa ścieżek rowerowych, tworzenie map szlaków rowerowych i organizowanie imprez dotyczących turystyki rowerowej.

Zalecenia:

Chcielibyśmy zachęcić każdego do częstszego jeżdżenia na rowerze. Turystyka rowerowa jest wspaniała!



BENEFICIILE MERSULUI PE BICICLETĂ



Zdar nad Sazavou (Cehia),
6 martie 2015

Liceeni din opt țări europene – Italia, Croația, Polonia, Letonia, România, Germania, Slovenia și Cehia – au discutat despre mersul pe bicicletă și beneficiile sale.

Acest raport este menit să vă informeze cu privire la concluziile noastre:

În timpul activității transnaționale de învățare organizată de școala din Cehia am comparat și am sintetizat rezultatele pe care le-am adunat separat. Echipa din Croația ne-a pus la dispoziție o prezentare Power Point cu privire la rezultatele sondajului online la care au participat 50 de tineri și 30 de adulți din fiecare țară parteneră. În plus, fiecare școală a organizat, ca activitate locală, o dezbatere pe tema beneficiilor mersului pe bicicletă.

Prin urmare, toți împreună, având în vedere rezultatele obținute, am avut o sesiune pentru a scrie acest raport care să informeze oamenii cu privire la utilizarea bicicletei, posibilele impedimente și soluții pentru depășirea lor, precum și despre beneficiile mersului pe bicicletă, ca un stil de viață sănătos.

Analizând rezultatele sondajului, am înțeles că nu foarte mulți oameni folosesc bicicleta ca mijloc de transport, deși și-ar dori, căci încă există unele obstacole, diferite în fiecare țară parteneră – cum ar fi lipsa de piste pentru biciclete sau de locuri sigure unde se poate lăsa bicicleta. Am observat că numai câteva țări folosesc bicicleta, printre care Croația, unde se utilizează bicicleta frecvent, chiar mai frecvent decât în Germania.

Din punctul de vedere al beneficiilor, am examinat câteva aspecte:

- ✓ mersul pe bicicletă este într-adevăr pozitiv, nu numai pentru sănătatea noastră, ci și pentru natură și mediul înconjurător; de fapt, bicicletele nu poluează mediul înconjurător cu emisii de gaze sau fum;
- ✓ mersul pe bicicletă este indicat pentru viața socială pentru că vă permite să vă faceți prieteni noi cu ușurință: oamenii ies împreună în grup și se distrează;
- ✓ mersul pe bicicletă oferă posibilitatea de a descoperi locuri noi, obiective de interes istoric și cultural, oportunitatea de a te bucura de natură și de a promova sustenabilitatea.

Mersul pe bicicletă este o nouă formă de turism, în curs de dezvoltare, așadar trebuie să promovăm ciclo-turismul. Mai întâi de toate, ca un element pozitiv pentru economia țării și, în plus, dacă am face acest lucru când călătorim în străinătate, am înțelege mai bine alte culturi, alte locuri și monumente și am putea întâlni oameni noi, respectând în același timp mediul înconjurător.

Mersul pe bicicletă este potrivit pentru adolescenți și pentru persoanele care nu au permis de conducere.

A merge pe bicicletă este sănătos deoarece toți mușchii noștri sunt implicați și în special inima noastră . De fapt, ciclismul previne bolile cardiovasculare și atacul de cord. Este foarte important să-i învățăm pe copii să meargă cu bicicleta încă de când sunt foarte tineri, pentru a-i face să adopte un stil de viață sănătos.

În concluzie, datorită sondajului, am înțeles că putem să convingem și mai mulți oameni să folosească bicicleta, deoarece ciclismul este de fapt foarte important pentru sănătatea individuală, economie și viața socială . Din neajunsurile rezultate din sondaj am dedus, de asemenea, că este esențial să construim și să reparăm pistele de bicicletă, să realizăm hărți ale traseelor și să organizăm evenimente despre mersul de bicicletă în conexiune cu turismul.

Recomandări:

Vă recomandăm tuturor să folosiți bicicleta mai des. Mersul pe bicicletă este grozav!



PREDNOSTI KOLESARJENJA



Žd'ár nad Sázavou (Czech Republic),
6. marec 2015

Smo dijaki osmih evropskih držav – Italije, Hrvaške, Poljske, Latvije, Romunije, Nemčije, Slovenije in Republike Češke – ki razpravljamo o kolesarjenju in prednostih kolesarjenja

To poročilo je namenjeno obveščanju o naših zaključkih:

Med učnimi aktivnostmi, ki jih je organizirala gostujoča šola na Češkem, smo primerjali in zbirali rezultate, ki smo jih zbirali ločeno. Zahvaljujoč hrvaški ekipi smo pridobili PPT predstavitev z rezultati spletne ankete, ki jo je reševalo 50 mladih in 30 odraslih iz vsake sodelujoče (partnerske) države. Poleg tega pa je vsaka partnerska šola tudi doma razpravljala o prednostih kolesarjenja.

Na podlagi dobljenih rezultatov smo organizirali sejo, kjer smo napisali to poročilo, namenjeno obveščanju ljudi o uporabi koles, ovirah in načinih, kako te ovire premagovati, o prednostih, povezanih z bolj zdravim načinom življenja.

Ob analizi rezultatov ankete smo ugotovili, da kolesa kot transportnega sredstva ne uporablja prav mnogo ljudi, čeprav bi morda to želeli. Za to še zmeraj obstajajo določene ovire, ki se razlikujejo v vsaki partnerski državi. Te ovire so lahko pomanjkanje kolesarskih poti ali pomanjkanje varnih mest, kjer bi ljudje lahko puščali svoja kolesa.

Opazili smo, da le malo držav uporablja kolesa, zdi se, da Hrvati kolesarijo bolj pogosto, celo bolj pogosto kot Nemci. Po pregledu koristnosti kolesarjenja smo preučili nekaj vidikov:

- kolesarjenje je zelo pozitivno, ne le za naše zdravje, ampak prav tako za naravo in okolje; v bistvu kolesa ne onesnažujejo okolja z izpušnimi plini in smogom;
- kolesarjenje je prav tako dobro tudi za socialno življenje, saj zlahka omogoča sklepanje novih prijateljstev; ljudje kolesarijo skupaj, v skupinah, in se tako tudi zabavajo;
- kolesarjenje ponuja možnost odkrivanja novih krajev, izbranih kulturnih in zgodovinskih točk, uživanja v naravi in vzpodbujanja trajnostnega razvoja.

Kolesarjenje je nova vrsta turizma, ki se vedno bolj razvija, zato moramo promovirati kolesarski turizem. Izpostaviti moramo, da je kolesarjenje dobro za gospodarstvo države, poleg tega pa bi, če bi kolesa uporabljali tudi ob potovanjih v tujino, bolje razumeli nove kulture, kraje, znamenitosti in spoznavali ljudi, ob tem pa bi vedno spoštovali okolje.

Kolesarjenje je primerno za najstnike in ljudi, ki nimajo vozniškega dovoljenja.

Kolesarjenje je zdravo, saj ob kolesarjenju delujejo vse mišice, še posebej srce. V bistvu kolesarjenje pripomore k preprečevanju srčno-žilnih obolenj in srčnega zastoja. Da bi otroka navadili na zdrav način življenja, je zelo pomembno, da kolesarjenje pri otroku vzpodbujamo, ko je še zelo majhen.

Gledano v celoti, smo, zahvaljujoč anketi, ugotovili, da lahko h kolesarjenju vzpodbudimo več ljudi, ker je le-to pomembno za posameznikovo zdravje, gospodarstvo in socialno življenje. Iz pritožb v analizi rezultatov ankete lahko tudi sklepamo, da je potrebno uvesti in popraviti pešpoti, narediti zemljevide kolesarskih poti in organizirati dogodke o kolesarjenju, povezanem s turizmom.

Priporočilo:

Vsem priporočamo, da začnete bolj pogosto uporabljati kolo. Kolesarjenje je krasno!

1st instrument of the TOOLKIT “Get on your bikes”, developed in the framework of the Erasmus+ strategic partnership entitled “Get on your bikes, Europe’s back in business!”, implemented in the period 2014-2017

Partner schools:

Srednja Skola, Bedekovcina, Croatia

Gymnazium Zdar nad Sazavou, Czech Republic

Nicolaus-Augus-Otto Schule, Diez, Germany

I.I.S. “Di Poppa-Rozzi”, Teramo, Italy

Nautrenu Vidusskola, Rogovka, Latvia

Zespol Szkol Elektronicznych, Rzeszow, Poland

Colegiul Economic “Pintea Viteazul”, Cavnic, Romania

Ekonomaska Sola, Celje, Slovenia