

70,50L'ABBONAMENTO INTEGRATO
TRENO PIÙ METROPOLITANA
E MEZZI DI SUPERFICIE**74**I COMUNI DELL'HINTERLAND
PRESENTI A PALAZZO ISIMBARDI
PER IL TAVOLO SUL TRAFFICO

lo smog e la crisi

per abbattere le polveri sottili



SICUREZZA
Bello pedalare anche in inverno ma serve qualche accorgimento. Regola numero uno è dotarsi di luci e riflettori per essere visibili agli automobilisti (Np)



I consigli per l'inverno

Luci e vestirsi «a cipolla»

La bici va tenuta al coperto: l'umidità la ossida

— MELEGNANO —

IN BICI anche in inverno? Perché no. Basta usare qualche piccolo accorgimento.

Secondo gli esperti, la regola numero uno è dotarsi di luci e riflettori. Vedere bene la strada - ed essere visibili agli automobilisti di passaggio - è indispensabile per poter viaggiare in sicurezza. L'uso delle luci è necessario anche se ci si muove su arterie ben illuminate, o non particolarmente trafficate. È buona norma indossare zaini e giubbotti con strisce catari-frangenti, una precauzione che, per altro, con i nuovi regolamenti è diventata obbligatoria sulle strade extraurbane. Non è obbligatorio, invece, l'uso del caschetto, anche se è caldamente consigliato, soprattutto per i bambini e i pedalatori meno esperti.

Sul fronte dell'abbigliamento, meglio seguire i buoni consigli della nonna e vestirsi «a cipolla». Una base in pile, un maglione e un giubbotto rappresentano il basic look per affrontare anche le temperature più rigide. Ancora. Scegliere dei calzettoni in lana, magari poco seducenti, ma senz'altro utili per tenere i piedi al caldo.

Corredare il tutto con guanti, sciarpa e cappellino (il vento freddo può causare problemi al collo e alle orecchie). «E se l'abbigliamento del ciclista invernale mal si adatta alla mise che viene richiesta in ufficio - proseguono gli esperti - si può sempre mettere

il cambio nello zaino, indossando giacca e scarpe col tacco una volta arrivati a destinazione».

Ecco anche qualche consiglio per una corretta manutenzione della due ruote. Quando non viene usata, la bicicletta va tenuta al coperto per evitare che l'umidità possa ossidarne alcune parti. Un occhio alla pulizia: sporco e polvere possono causare malfunzionamenti dei freni e del cambio. Periodicamente, oliare la catena e passare sul telaio uno straccio umido.

VERIFICARE sempre l'allineamento delle ruote e la pressione delle gomme. In caso di foratura, spingere la bicicletta a mano fino al primo centro di assistenza disponibile. Se si usa il mezzo di frequente è suggeribile portare con sé una camera d'aria di scorta per effettuare la sostituzione, oppure una bomboletta spray per l'auto-riparazione, che rimette in posto la gomma pro tempore.

Attenzione, infine, alla segnaletica e al codice della strada. Ne va della sicurezza, ma anche del portafoglio: i ciclisti che commettono infrazioni possono essere multati, anche se non sono soggetti alla decurtazione dei punti dalla patente. Da regolamento, le biciclette non potrebbero viaggiare sui marciapiedi, che sono per i soli pedoni, «ma lungo alcune strade, in assenza di percorsi protetti, il marciapiede è l'unico approdo sicuro per i ciclisti», ribadiscono gli aficionados del genere.

A.Z.

L'INIZIATIVA CRESCE IL PROGETTO DELL'ABICI-FIAB: NELLE ELEMENTARI OLTRE ALLA TEORIA ANCHE GITE

Lezioni di pedale nelle scuole: 50 bambini a spasso per la città

— MELEGNANO —

LEZIONE di bici nelle scuole di Melegnano, torna l'iniziativa promossa dall'Abici-Fiab. Sono 50 i bambini dell'elementare di viale Lazio coinvolti nel progetto «In bici per la città», un'iniziativa di sensibilizzazione che, già testata in passato, è ripartita quest'anno in due classi quarte. Rispetto all'edizione 2010, stavolta c'è una novità. Dopo le lezioni teoriche, gli alunni che partecipano al progetto avranno la possibilità di or-

ganizzare, insieme all'associazione, la gita di fine anno. Da effettuare rigorosamente in bicicletta. In attesa dell'evento primaverile, a partire da gennaio gli studenti eseguiranno alcuni sopralluoghi sul territorio, per analizzare dal vivo tracciati e segnaletica.

«Non è mai troppo presto per adottare comportamenti rispettosi dell'ambiente, perciò la nostra associazione sta investendo parecchio nei progetti educativi», conferma la presidente Giulietta Pagliaccio.

Anche gli studenti di Cerro al Lambro ven-

gono periodicamente coinvolti nelle campagne informative promosse dal sodalizio di Melegnano: per gli alunni amici delle due ruote sono previsti premi e attestati di riconoscimento. Inoltre, per il secondo anno l'associazione del pedale ha raggiunto un accordo con Afol (Agenzia per la formazione e il lavoro) per fornire il servizio «pedibus» ai bambini iscritti allo «Spazio Tata» di Melegnano.

A.Z. **PRESIDENTE Giulietta Pagliaccio (Np)**