

# ALUNOS

## Porquê ir para a escola de carro, quando posso ir de autocarro, bicicleta ou a pé?

**Tu tens mais poder do que pensas!**

**Hoje, mais do que nunca, temos pequenas decisões que ajudam a transformar o mundo num lugar mais sustentável.**

**E por isso, viemos recordar-te que existem outros meios de transporte mais sustentáveis, na viagem escola/casa, que contribuem para o teu bem-estar e do planeta:**

### Exercita o teu corpo:

Quando falamos em movimentar o nosso corpo, isso não implica que tenhamos obrigatoriamente de frequentar um ginásio. Ir para a escola a pé também é uma forma de exercício físico. E mesmo que penses que não vale de nada, esta simples caminhada, além de ajudar a manter-te em forma, contribui para que te sintas bem!

### Um momento para pôr a conversa em dia:

Ao irmos de autocarro, a pé ou de bicicleta para a escola, com os nossos amigos, temos a oportunidade perfeita para conviver. Sabias que já existem apps que te permitem planear a tua viagem? Instala já a Moovit, o Google Maps ou a

Citymapper e encontra o trajeto mais prático, para ti e para os teus amigos, em tempo real!

### Melhora o teu desempenho escolar:

Há estudos que afirmam que os alunos que vão a pé para a escola têm melhores resultados e que este hábito se reflete na sua capacidade de concentração e sentido de responsabilidade.

### Temos uma rede de transportes de proximidade:

Que a companhia dos nossos amigos é grátis nós já sabemos, no entanto, já sabias que o passe é gratuito? Se és estudante e tens até 18 anos, só tens de te dirigir a uma loja da TML para garantir o teu! E agora até o podes carregar a partir do teu telemóvel, através da app Navegante. Para a escola ou para os teus spots favoritos, desloca-te de transportes públicos e diminui as emissões de carbono.

### A tua pegada ecológica conta. Combina e move-te!



# SEMANA EUROPEIA DAMOBILIDADE

16 > 22 SETEMBRO 2024



CML/DMC/2024

**ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO E ALUNOS**



# ENCARREGADOS DE EDUCAÇÃO

## Porquê ir para a escola de carro, quando é possível ir de autocarro, bicicleta ou a pé?

**Todos sabemos que os pais são considerados os heróis dos seus filhos, mas será que se comportam sempre como tal?**

**Hoje, mais do que nunca, as nossas decisões têm a capacidade de transformar o mundo num lugar melhor. E por isso, viemos mostrar-lhe como pode ajudar a tornar o espaço público num lugar mais sustentável e seguro:**

## Ir para a escola sozinho aumenta a autonomia e bem-estar das crianças e jovens:

Existem estudos que comprovam que ir para a escola a pé ou de transportes públicos torna as crianças e os jovens mais autónomos, aumentando o seu sentido de responsabilidade e contribuindo para o seu desenvolvimento pleno. Sabe que existem plataformas que lhe permitem planear a viagem, juntamente com o seu educando, e ter acesso aos horários dos transportes em tempo real?

## Um planeta sustentável implica uma mobilidade sustentável:

Ao contrário do passe, que é gratuito, a nossa pegada digital sai-nos cara. Em 2019, os carros eram os maiores poluentes na Europa, responsáveis por 60,6% do total das emissões de dióxido de carbono em transportes rodoviários. No entanto, partilhar a viagem de automóvel, optar por transportes públicos, andar de bicicleta ou até mesmo deslocar-se a pé são algumas alternativas que ajudam a reduzir as emissões de carbono.

## Dar o exemplo, contribuindo para a segurança rodoviária:

Sabia que, em Loures, entre 2021 e 2022 ocorreram 190 atropelamentos: 128 deles perto de passadeiras? Este número tem de reduzir e precisamos da sua ajuda:

- No espaço urbano, não ultrapasse os limites de velocidade: sabia que um embate a 45 km/h é o equivalente a cair de um quarto andar?
- Não estacione em segunda fila: os seus cinco minutos têm um impacto na vida das outras pessoas, contribuindo para aumentar tráfego e fazer com que todos se atrasem.

- Redobre a atenção: lembre-se que as crianças são utilizadoras vulneráveis e a probabilidade de sofrerem ferimentos graves é mais elevada.

A Câmara Municipal de Loures tem vindo a implementar e reforçar diversas medidas de segurança pedonal e rodoviária perto de escolas, no entanto, a mudança parte de cada um de nós. Por isso lembre-se:

**Se quer que o espaço público seja um local seguro para o seu educando, seja parte da solução.**