

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ 16-22/9/2019

ΔΕΥΤΕΡΑ 16/9

10.00 Βαδίζω με ασφάλεια στην τρίτη ηλικία.

Περίπατος με ομάδα του ΚΑΠΗ από το Ρολόι μέχρι το Σιδηροδρομικό Σταθμό. Κατά τη διαδρομή θα γίνει συζήτηση για τους κινδύνους που διατρέχει ένας πεζός της τρίτης ηλικίας κατά το βάδισμα στην πόλη και θα εντοπιστούν σημεία της διαδρομής που χρειάζονται αυξημένη προσοχή.

17.30 Πορεία στα μονοπάτια του Αηλιά με τον ΣΕΟ.

Εκκίνηση από το φανό της Σκ'ρκας για μια κυκλική διαδρομή περίπου 2 ωρών με ενδιάμεσους σταθμούς το καταφύγιο του συλλόγου στο Σμαθ'κο και τον Άγιο Θωμά. Επιστροφή στο σημείο εκκίνησης από το μονοπάτι μέσα από το δάσος.

ΤΡΙΤΗ 17/9

10.00 Μαθαίνω να βαδίζω με ασφάλεια

Η Δημοτική Αστυνομία θα πραγματοποιήσει σεμινάριο οδικής ασφάλειας σε μικρούς μαθητές στο Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής. Τα παιδιά θα μεταφερθούν από και προς το πάρκο με λεωφορείο παραχωρημένο από τα Αστικά Κοζάνης ΑΕ, μειώνοντας το οικολογικό τους αποτύπωμα.

ΤΕΤΑΡΤΗ 18/9

17.30 Βαδίζουμε με τον ΕΟΣ

Εκκίνηση από το πάρκο Ηπειρωτών κατευθυνόμενοι στα μονοπάτια του Κώστα Μπέλλα. Στάση στο Ελληνοτόπι και στη συνέχεια διαδρομή γύρω από τη βάση του Αηλιά. Κυκλική πορεία 2.5 ωρών.

ΠΕΜΠΤΗ 19/9

10.00 Περπατώ, παίζω, μαθαίνω

Με αφετηρία το 1^ο Δημοτικό Σχολείο θα περπατήσουμε παρέα με μικρούς μαθητές μέχρι το Δημοτικό Κήπο και παράλληλα θα γίνεται κουβέντα για την οδική ασφάλεια. Στο Δημοτικό Κήπο θα περιμένει θα παιδιά μια παρουσίαση παραδοσιακών παιχνιδιών. Την ενημέρωση για την παράδοση ακολουθήσει παιχνίδι και κίνηση. Επιστροφή στο σχολείο περπατώντας.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/9

Ασφαλείς μετακινήσεις

Σε συνεργασία με την Τροχαία Κοζάνης θα επισκεφθούμε Σχολεία όπου θα λάβει χώρα εκπαιδευτικό πρόγραμμα σχετικό με την ασφαλή μετακίνηση πεζών και ποδηλατών.

ΣΑΒΒΑΤΟ 21/9

Δωρεάν διαδρομές mini bus από τα Αστικά Κοζάνης Α.Ε

από το πρωί μέχρι το μεσημέρι στις γραμμές Πλατάνια και Άγιος Αθανάσιος

17.45 Πλατεία Ρυμνίου

Η Ευρωπαϊκή Εβδομάδα κινητικότητας υποστηρίζει τον Παραλίμνιο Αγώνα Δρόμου Ρυμνίου.

Ο Μορφωτικός Αθλητικός Σύλλογος Ρυμνίου σε συνεργασία με τον Οργανισμό Αθλητισμού Πολιτισμού Νεολαίας Δήμου Κοζάνης, την Περιφέρεια Δυτικής Μακεδονίας και με την στήριξη του Συλλόγου Δρομέων Υγείας Κοζάνης, διοργανώνουν τον Παραλίμνιο Αγώνα Δρόμου 5.5 χλμ και τον μαθητικό αγώνα 1000 μέτρων. Ο αγώνας διεξάγεται στη μνήμη του αείμνηστου δάσκαλου και για πολλά χρόνια προέδρου της κοινότητας Ρυμνίου Νίκου Αρβανίτη.

ΚΥΡΙΑΚΗ 22/9

Ημέρα χωρίς αυτοκίνητο.

Κλειστή για τα αυτοκίνητα από τις 16.00 μέχρι τις 21.00 η Π. Μελά -από την Κ. Παλαιολόγου μέχρι την Πλ. 28^{ης} Οκτωβρίου- και η Μακεδονομάχων -από την Πλακοπίτη μέχρι την Π. Μελά.

18.00-20.20 Λήξη της Ευρωπαϊκής Εβδομάδα Κινητικότητας

Μια μεγάλη γιορτή στην πλατεία με γυμναστήρια της πόλης και πολλά παιδιά. Χορός και αθλητικές επιδείξεις. Κλήρωση 2 ποδηλάτων