

Proč kolo ve městě

K cestám na kole po Praze je hned několik důvodů

Pro Zdraví a kondici

- Cca 3 mil. osob ročně zemřou z nedostatku pohybu
- Pravidlená jízda na kole je dostatečná prevence

Světová zdravotnická organizace uvádí, že více než tři milióny obyvatel ročně zemře na následky fyzické nečinnosti, přitom stačí 20 minut pohybu denně, aby toto riziko bylo odbouráno. To splňuje pravidelná jízda na kole v městském prostředí. Už po třech měsících je možné sledovat zlepšující se fyzickou kondici a to aniž byste platili hodiny ve fitness centru. Současně se zvyšuje celková obrannyschopnost organismu a snižuje se riziko kardiovaskulárních potíží. Nedávné výzkumy také potvrdily, že každodenní jízda na kole zmírňuje psychické napětí, zlepšuje soustředění a zvyšuje IQ. Krom toho, jsou lidé využívající kolo k cestování veselejší a vstřícnější.

Pro mobilitu všech

- Až 1/3 obyvatel Prahy nemá přístup k autu

Přijde vám, že některá místa ve městě jsou bez auta jen obtížně dosažitelná? Že je to bez něj až příliš komplikované? Pokud ano, je dobré si uvědomit, že třetina obyvatel Prahy nemá díky věku nebo zdravotním problémům možnost auto řídit a další část nemá na jeho provoz finance. I tito lidé se chtějí po městě pohybovat a jízdní kolo je dopravní prostředek, který to umožňuje.

Pro úsporu času

- Do 5 km je jízda na kole rychlejší než autem

Více jak čtvrtina všech jízd autem v Evropských městech je kratších 3 km a až polovina kratších 5 km. Pro obě vzdálenosti je využití jízdního kola nejrychlejší způsob dopravy. Prahou každodenně projíždějící motorista stráví za rok 8 pracovních dnů v dopravních zácpách. K tomu je třeba přičíst také čas strávený hledáním parkovacího místa. Naopak parkování kola je jednoduché a rychlé. Stačila by malá část řidičů, kteří využijí pro své pravidelné cesty jízdní kolo a silnice by se staly průjezdnější pro lidi a vozidla, které to skutečně potřebují.

Pro dobré vztahy

- Kolo umožňuje osobní kontakt

Není žádným tajemstvím, že dobré vztahy mezi lidmi se utužují pouze na základě osobního kontaktu, který postupně z místních městských částí mizí. A jak by taky ne, když největší příležitost jak potkat své sousedy strávíme zavřeni v automobilu. Naopak lidé, kteří ke svým cestám využívají jízdní kolo nebo chodí pěšky, více vnímají prostředí kolem sebe, lépe se orientují, utužují sousedské vztahy a záleží jim na místě, ve kterém žijí.

Pro čisté ovzduší

- Jízda na kole nevytváří emise

Praha několikrát do roka překračuje limity pro koncentraci škodlivin v ovzduší. Převážná většina z nich pochází z automobilové dopravy. Zplodinami jsou přitom nejvíce ohrožení samotní motoristé, dále pak chodci a cyklisté. Také z tohoto důvodu vede většina cyklistických tras a stezek mimo hlavní tahy.

Cyklisté a chodci do ovzduší nevypouští škodlivé látky. Kdyby alespoň část obyvatel přesedla z automobilu na jízdní kolo, dalo by se v Praze o něco lépe nadechnout.

Pro bezpečnější cesty

- Jízda na kole není více nebezpečná než autem

Ačkoliv se může zdát, že jsou cyklisté ve městě ohroženi, tak je jejich celková nehodovost, ve srovnání s motorovou dopravou, poměrně nízká. V roce 2013 byl počet nehod v Praze zaviněný nemotorovým vozidlem téměř srovnatelný s počtem nehod zaviněných lesní a domácí zvěří. Navíc je prokázáno, že s rostoucím počtem cyklistů, klesá celková městská nehodovost. K bezpečnému pohybu přispívá také kvalitní infrastruktura, kterou Praha postupně buduje.

[Leták Cyklisté pro Prahu – Praha pro cyklisty ke stažení v pdf](#)