



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΟΜΙΛΟΥ ΠΟΔΗΛΑΤΟΚΙΝΗΣΗΣ ΑΝΤΗΣ ΧΑΤΖΗΒΑΣΙΛΕΙΟΥ

«Το ποδήλατο κάνει καλό»

Της Άντρες Βούνια

Πότε δημιουργήθηκε ο Όμιλος Ποδηλατοκίνησης και για ποιο σκοπό;

Ο Όμιλος Ποδηλατοκίνησης Κύπρου είναι ένας Μη Κυβερνητικός Οργανισμός (ΜΚΟ) και δημιουργήθηκε τον Φεβρουάριο του 1991 με σκοπό την προώθηση, οργάνωση, διάδοση, ανάπτυξη και εξύψωση της ποδηλασίας και της χρήσης του ποδηλάτου σαν ευχάριστη απασχόληση, άσκηση, αναψυχή, και άθλημα σε όλη την Κύπρο και ιδιαίτερα σαν οικονομικό, αποδοτικό, υγιές, οικολογικό και περιβαλλοντικά φιλικό μεταφορικό μέσο.

Ο Όμιλος Ποδηλατοκίνησης Κύπρου εργάζεται για να εξασφαλίσει ότι η δυνατότητα χρήσης ποδηλάτου επιτυγχάνει στο έπακρο της, ώστε να επιτευχθεί βιώσιμη κινητικότητα, ευημερία του κοινού και ποιότητα ζωής. Για την επίτευξη του στόχου αυτού, ο Όμιλος Ποδηλατοκίνησης Κύπρου επιδιώκει την αλληλαγία της νοοτροπίας, των τακτικών, των πολιτικών και των πιστώσεων του προϋπολογισμού του κράτους.

Πως επιτυγχάνει τους στόχους του Όμιλου;

Η επίτευξη του σκοπών του Ομίλου επιδιώκεται με τους εξής τρόπους:

Την ανάπτυξη της σημασίας της

ποδηλασίας και την προώθηση της αναγνώρισης των πλεονεκτημάτων της, τόσο όσον αφορά τα άτομα, όσο και την κοινωνία στο σύνολο της.

Την ενθάρρυνση της εξέτασης των αναγκών των ποδηλατιστών στη χώρα, σε όλες τις πτυχές του σχεδιασμού των μεταφορών και της διαχείρισης, το περιβάλλον, την ασφάλεια και την υγεία, και την προώθηση φιλικών συνθηκών για χρήση του ποδηλάτου σε ολόκληρη τη χώρα.

Την υποστήριξη των μελών της και άλλων ποδηλατιστών, σε θέματα εθνικής και διεθνούς σημασίας σχετικά με τους στόχους της. Την ανάληψη και συμμετοχή σε έρευνες, μελέτες και προγράμματα για θέματα που αφορούν την ποδηλασία, τις μεταφορές, το περιβάλλον και την ασφάλεια.

Την ενίσχυση της ενημέρωσης και παροχής συμβουλών και βοήθειας σε κάθε ενδιαφερόμενο σχετικά με θέματα που αφορούν τα πιο πάνω.

Την προώθηση ανταλλαγής πληροφοριών και τεχνολογίας μεταξύ των μελών της και άλλων ποδηλατικών οργανώσεων και ενδιαφερομένων.

Τη διοργάνωση συνεδρίων, σεμιναρίων και εκπαίδευσης σε τακτική βάση, σε θέματα που αφορούν την ποδηλασία, τις μεταφορές, το περιβάλλον και την ασφάλεια.

Την παροχή πληροφοριών και εμπειρογνωμοσύνης, προκειμένου να αυξηθεί η ευαισθητοποίηση ειδικών ομάδων, φορέων και οργανισμών, πολιτικών και κέντρων αποφάσεων, σχεδιαστών, κατασκευαστών, εμπόρων, των πρακτόρων ποδηλατο-τουρισμού, τουριστικών αρχών, των περιβαλλοντικών οργανώσεων

και τμήματα μεταφορών, σε σχέση με την ποδηλασία, τα οφέλη και τις ανάγκες της.

Τη διοργάνωση αγώνων, εκδρομών και εκδηλώσεων.

Τη συμμετοχή της σε αγώνες, εκδρομές, και εκδηλώσεις.

Την προσφορά, συμπαράσταση, και βοήθεια προς τον άνθρωπο, εντός και εκτός Κύπρου, ανεξαρτήτως φυλής, θρησκείας, εθνικότητας, και φρονήματος.

Την ανάπτυξη πνεύματος συνεργασίας και αισθήματος αλληλεγγύης μεταξύ των μελών της.

Τη διενέργεια αθλητικών, πολιτιστικών, καλλιτεχνικών, φιλοanthρωπικών, εκπαιδευτικών και συναφών εκδηλώσεων, διαλέξεων, και συγκεντρώσεων για ανάπτυξη και προβολή των σκοπών της.

Τη συνεργασία και αλληλοβοήθεια με πανόμοιες οργανώσεις, σωματεία, οργανισμούς, ομοσπονδίες, Δήμους και Κοινότητες, κρατικό και ημικρατικό τομέα, την Αστυνομία και άλλους φορείς στη Κύπρο και το εξωτερικό.

Τη δημιουργία ταμείου για τη λειτουργία της και την επίτευξη των σκοπών της.

Τη δημιουργία κληματικών ή παραρτημάτων σε οποιαδήποτε πόλη, κοινότητα, περιοχή, στην Κύπρο ή στο εξωτερικό, για την προώθηση των σκοπών της και την εφαρμογή των αποφάσεών της.

Την ανάπτυξη και επέκταση της τόσο αριθμητικά όσο και γενικά και την εξάπλωση της ποδηλασίας και της χρήσης του ποδηλάτου. Τη διενέργεια οποιωνδήποτε άλλων έργων, τα οποία θα αποσκοπούν στην επίτευξη των πιο πάνω σκοπών. Επίσης, ο Όμιλος Ποδηλατοκίνησης Κύπρου απέχει από κάθε κομματική ανάμιξη.

Για τη χρήση του ποδηλάτου ως μέσου μεταφοράς και αντιμετώπισης του

οικολογικού προβλήματος μιλά στην εφημερίδα «Πράσινη Ασπίδα» ο πρό-

εδρος του Ομίλου Ποδηλατοκίνησης Κύπρου, κ. Άντρες Χατζηβασιλείου.



Ο κ. Άντρες Χατζηβασιλείου.

Πόσο δύσκολο είναι να αλλάξει νοοτροπία ο Κύπριος και να απορρίψει τα μηχανοκίνητα μέσα διακίνησης, τουλάχιστον για τις κοντινές αποστάσεις;

Κατ' αρχήν δεν έχει να κάνει με τον Κύπριο αλλά με τον άνθρωπο γενικά. Κανένας δεν γεννήθηκε ποδηλάτης. Ούτε οι Δανοί και οι Ολλανδοί, που χρησιμοποιούν το ποδήλατο όσο κανένας άλλος λαός, δεν το έκαναν από πάντα και στο βαθμό που το κάνουν σήμερα. Οι συνθήκες και οι νοοτροπίες αποκτούνται και διαμορφώνονται σαν αποτέλεσμα οράματος, πολιτικής, σχεδιασμού, δημιουργίας κατάλληλων υποδομών, ενθάρρυνσης και πίστης σε αυτό που στοχεύεις. Κάποτε και από ανάγκη. Και όλα αυτά πρέπει να γίνονται αφού τεθούν συγκεκριμένοι και ξεκάθαροι στόχοι, οι οποίοι θα πρέπει να εφαρμόζονται με μεθοδικότητα, συνέπεια, συνέχεια, αποφασιστικότητα και χωρίς αναστολές, Όσο λοιπόν πιο γρήγορα το κράτος μας και οι υπηρεσίες του εγκαταλείψουν τους ερασιτεχνισμούς και τις σπασμωδικές κινήσεις και

υιοθετήσει τα πιο πάνω και όσο περισσότερη πίεση εξασκηθεί προς την δημιουργία πολιτικής βούλησης, τόσο πιο γρήγορα ο Κύπριος θα στραφεί στη χρήση του ποδηλάτου σε μεγάλο ποσοστό των διακινήσεών του.

Σαν Ποδηλατοκίνηση καταβάλλουμε μεγάλες και συστηματικές προσπάθειες για να πειθούμε τους «αρμόδιους» να ακούν τις εισηγήσεις, συμβουλές και προτάσεις μας. Πόσο μάλλον να τις υιοθετούν. Καθόλου εύκολο ιδίως αν λάβει κανείς υπόψη ότι κανένας από αυτούς δεν χρησιμοποιεί το ποδήλατο. Και εδώ συμβαίνει το οξύμωρο εκείνοι που σχεδιάζουν, αποφασίζουν και εκτελούν να είναι εκείνοι που δεν κατέχουν το αντικείμενο.

Πως βαθμολογείται την υποδομή που υπάρχει στον τομέα του ποδηλάτου, όπως για παράδειγμα οι ποδηλατοδρόμοι;

Σε γενικές γραμμές αν ήταν να βαθμολογήσω την υποδομή με κλίμακα από το 1 έως το 100, με το 100 να είναι το ιδανικό, θα έβαζα 5%.

Γνωρίζεται τους λόγους καθυ-

στέρησης στην εισαγωγή του αυτομαπονημένου συστήματος ενοικίασης ποδηλάτου, όπως εξαγγέλθηκε από τους δήμους της μεζονας Λευκωσίας;

Από ότι μας ενημέρωσαν οι αρμόδιοι αυτή οφείλεται σε προβλήματα με το λογισμικό για την χρήση πιστωτικής κάρτας στους σταθμούς ενοικίασης. Βεβαίως σαν όμως ότι στις 26 Ιουνίου του 2011 το σύστημα ενοικίασης θα λειτουργήσει.

Οι Κύπριοι οδηγοί σέβονται τους ποδηλάτες;

Το ποσοστό των οδηγών στη Κύπρο που σέβονται, προσέχουν και προστατεύουν τους ποδηλάτες είναι ακόμη μικρό. Είναι σε όλους γνωστό και παραδεχτό ότι στην Κύπρο οι οδηγοί αναπτύσσουμε μια αναρχική, εγωκεντρική, περιφρονητική και πάνω από όλα επιθετική και επικίνδυνη συμπεριφορά όταν βρισκόμαστε πίσω από το τιμόνι. Για αυτό και οι πλεονεπαθείς χρήστες των δρόμων όπως είναι οι πεζοί, οι ποδηλάτες και οι μοτοσικλετιστές αποθαρρύνονται να κυκλοφορούν στο βαθμό που θα το ήθελαν. Αυτό, κατά την άποψη μου, σε συνδυ-

«Οι συνθήκες και οι νοοτροπίες αποκτούνται και διαμορφώνονται...»



ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ

ασμό με το γεγονός ότι οι πόλεις μας είναι κατασκευασμένες σχεδόν αποκλειστικά για το ιδιωτικό αυτοκίνητο, είναι ο κύριος λόγος που η χρήση ποδηλάτου στη Κύπρο, για σκοπούς διακίνησης και αναψυχής, βρίσκεται σε εξαιρετικά χαμηλά επίπεδα.

Ποιο ποσοστό των θυμάτων της ασφάλτου αφορά ποδηλάτες;

Το 2006 είχαμε 2 νεκρούς ποδηλάτες, 3 το 2007, 16 το 2008, 0 το 2009 και 2 το 2010. Το ποσοστό θανατηφόρων με πεζούς είναι κατά μέσο όρο 4-5 φορές περισσότεροι!

Θεωρείτε επιτακτικό μέτρο προώθησης του ποδηλάτου την επιχορήγηση από το Κράτος μέρους ή ολόκληρου του ποσού αγοράς ποδηλάτου;

Κατά την άποψη μου καθόλου αναγκαίο. Οι στατιστικές λένε ότι πωλούνται περί τις 20.000 ποδήλατα το χρόνο, ενώ μόνο ένα κλάσμα από αυτά κυκλοφορούν στους δρόμους. Είναι πασιφανές ότι η ενθάρρυνση στη χρήση του ποδηλάτου θα γίνει με την δημιουργία της σωστής υποδομής και συνθηκών χρήσης, αλλά και της αλλαγής της οδικής συμπεριφοράς και όχι με επιχορήγηση του κόστους αγοράς του ποδηλάτου.

Ποια είναι τα θετικά από την χρήση του ποδηλάτου ως μέσου διακίνησης;

Είναι πασίγνωστο ότι η σωστή και μεθοδική σωματική προσπάθεια συμβάλλει καθοριστικά στην εδραίωση της υγείας, την απαλλαγή από ένα σωρό παθήσεις, την ισχυροποίηση του ανοσοποιητικού συστήματος και των λειτουργιών γενικά του οργανισμού, την ψυχοσωματική ισορροπία, την ικανότητα για δημιουργική εργασία, το κέφι για τη ζωή, την ευρωστία, το σωματικό κάλλος.

Οι συχνοί ποδηλάτες, είναι συνήθως σε τόσο καλή φυσική κατάσταση, όσο ένας άνθρωπος περίπου δέκα χρόνια νεότερός/ρη τους! Αποδεδειγμένα!

Πολλοί γιατροί και επίσημοι φορείς υγείας υποστηρίζουν ότι πρέπει να ασκούμε περίπου 30 λεπτά, με μέτρια ένταση 5 φορές τη εβδομάδα. Συνήθως μόνον το 10% των ανθρώπων στις σύγχρονες πόλεις κάνει κάτι τέτοιο. Χρησιμοποιώντας το ποδήλατο για τις καθημερινές μετακινήσεις σου όσο πιο πολύ μπορείς, τόσο περισσότερο εφαρμόζεις το παραπάνω χωρίς καν να το καταλάβεις. Και ειδικά η Κύπρος που δεν είναι εντελώς επίπεδη, χωρίς φυσικά να είναι και τόσο δύσκολη όσο φαντάζεστε, προσφέρει την τέλεια μέτρια ένταση που θέλουμε! Είναι τέλος χαρακτηριστικό ότι η ποδηλασία κατά κανόνα



θεραπευτικά. Ακόμα και αν γυμνάζεσαι τακτικά, που η περισσότερη δεν το κάνουμε, το χαμηλό κόστος χρήσης ενός ποδηλάτου, προσφέρει ακόμα παραπάνω. Με την τιμή της βενζίνης να ανεβαίνει συνέχεια δεν υπάρχει καλύτερη περίοδος να ξεκινήσεις τώρα! Το αρχικό ποσό για ένα ποδήλατο δεν είναι και τόσο μεγάλο, άσε που όλοι μπορεί να έχουν και ένα ποδηλατάκι κάπου, που με μια μικρή συντήρηση ανασταίνεται! Δοκίμασε το έτσι στην αρχή και μετά αποφασίζεις και πας στα πιο καλά και ακριβά. Το θέμα είναι να βγεις εκεί έξω και να το παλέψεις! Κόστος συντήρησης, ελάχιστα! Κόστος για άδεια κυκλοφορίας, ασφάλεια, μηδενικό. Ανυπολόγιστη οικονομία σαν αποτέλεσμα λιγότερων επισκέψεων σε ιατρούς λόγω καλύτερης φυσικής, ψυχικής και σωματικής κατάστασης και γενικά καλύτερης υγείας.

Για το Περιβάλλον

Το αδιαμφισβήτητο γεγονός είναι ότι, σε αντίθεση με τα μεταφορικά μέσα που χρησιμοποιούν κινητήρα εσωτερικής καύσης, το ποδήλατο είναι το πιο φιλικό προς το περιβάλλον. Η ενέργεια που χρειάζεται είναι απολύτως ανακυκλώσιμη (τροφή) και δεν δημιουργεί κανένα απόβλητο (το απόβλητο που δημιουργεί είναι κι αυτό φιλικό προς το περιβάλλον). Με το ποδήλατο μπορείς να ταξιδέψεις μέχρι περίπου 1046 κίλμ με την ενέργεια που ισοδυναμεί με 1 λίτρο βενζίνης! Δεν δημιουργεί θερμική ρύπανση. Δεν δημιουργεί ατμοσφαιρική ρύπανση. Δεν δημιουργεί ηχορύπανση. Δεν συμβάλλει στο φαινόμενο του θερμοκηπίου, ούτε στη δημιουργία όξινης βροχής. Δεν καταναλώνει το υπερβολικό οξυγόνο που καταναλώνει ο χημικός κινητήρας. Δεν δημιουργεί πρόβλημα χώρου (παρκάρισμα) στο βαθμό που άλλα οχήματα δημιουργούν. Κατά μέσο όρο στον χώρο που καταλαμβάνει ένα ιδιωτικό αυτοκίνητο μπορούν να διακινούνται από 6-9 ποδήλατα. Όσοι μπορούν να αντιληφθούν τη μεγάλη σημασία αυτών των «μικρών» πραγμάτων, ξέρουν καλά γιατί χρησιμοποιούν το ποδήλατό τους.



επιδίδεται ώστε να περιλαμβάνεται στα προγράμματα κινητικής αποκατάστασης ασθενών από διάφορες παθήσεις, μορφικές και φυσιολογικές. Ο ποδηλάτης δεν θα περιοριστεί στον συγκεκριμένο χώρο ενός γυμναστηρίου ή στίβου. Ολοένα και απομακρύνεται από τις μολυσμένες και κορεσμένες αστικές στενοτοπίες. Μαθαίνει έτσι σταδιακά να εκτι-

μά αυτό που η φύση μπορεί και πρέπει να του προσφέρει – την φυσική ζωή. Κακές συνήθειες, όπως το κάπνισμα και η κακή διατροφή, διαπιστώνει κανείς με χαρά ότι αρχίζουν σταδιακά να υποχωρούν. Με την αποτοξίνωση του οργανισμού, ανακαλύπτει κανείς ότι δεν έχει πια ανάγκη τα ναρκωτικά της εποχής μας (παράνομα και νόμιμα) για να τον

«κρατάνε» ή να τον «σπώνουν». Η νικοτίνη, το αλκοόλ, η καφεΐνη κλπ. χάνουν την εξουσία τους στον ποδηλάτη. Η άσκηση στην ποσότητα της υπαίθρου και η βαθιά αναπνοή και καλή οξυγόνωση του αίματος και του εγκεφάλου ενεργοποιούν τις εσωτερικές διαδικασίες αυτοϊασης του ατόμου, επαναφέρουν την ισορροπία σε σωματικό, συναισθηματικό και

νοητικό επίπεδο, βοηθούν ώστε να ξεκαθαρίσει κανείς μέσα του κάθε κατάσταση, να αναθεωρήσει τα προβλήματά του, να επανακτήσει τον αυτοέλεγχο στην προσωπική κλίμακα των αξιών. Ο ποδηλάτης αλληλέγγυος παραστέλλεται με τέτοιο ρυθμό και με τέτοιον τρόπο ώστε ο φυσικός χώρος επιδρά στον ψυχισμό του, στον εσωτερικό του κόσμο άμεσα και

«Η αρχή είναι το ήμισυ του παντός!»

Τι έχει αλλιάξει από όλα αυτά τα χρόνια παρουσίας του Ομίλου στην Κύπρο; Το σημαντικότερο είναι ότι περισσότερος κόσμος χρησιμοποιεί σε μεγαλύτερο ή μικρότερο βαθμό το ποδήλατο. Το άλλο σημαντικό είναι ότι οι ατέρμονες

και επίπονες προσπάθειες μας, να ταρκακινήσουμε τους «αρμόδιους» να δουλέψουν και αυτοί προς την κατεύθυνση της διάδοσης της χρήσης του ποδηλάτου, άρχισαν να επιφέρει καρπούς. Σίγουρα όχι στον επιθυμητό βαθμό, αλλά όπως λέγεται

η αρχή είναι το ήμισυ του παντός. Χρειαζόμαστε όμως και την υποστήριξη όλων σας. Ποδηλατιστών και μη! Ο δρόμος είναι μακρύς και δύσκολος, αλλά με την στήριξη του κόσμου πολλά μπορούν να γίνουν γρηγορότερα.

«Το ποσοστό των οδηγών στη Κύπρο που σέβονται τους ποδηλάτες είναι ακόμη μικρό»