

**ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ  
16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2015**



Μια πρωτοβουλία της



Δ.Ε.Κ.ΠΟ.Τ.Α.  
ΔΗΜΟΥ ΔΡΑΜΑΣ

Μέσα από μια “δραστήρια” συνεργασία με τοπικούς φορείς, πολιτιστικούς, αθλητικούς και άλλους συλλόγους, ο Δήμος Δράμας και η Δ.Ε.Κ.ΠΟ.Τ.Α., με την υποστήριξη και την καθοδήγηση του Υπουργείου Παραγωγικής Ανασυγκρότησης, Περιβάλλοντος και Ενέργειας, συμμετέχοντας στην καμπάνια DO The Right Mix με στόχο την προώθηση της βιώσιμης κινητικότητας, παροτρύνει τους πολίτες σ' έναν πιο δραστήριο τρόπο ζωής, με κεντρικό σύνθημα για το 2015 «**Επιλέγω. Αλλάζω. Συνδυάζω**». Για να βοηθήσει την πόλη μας να γίνει περισσότερο καθαρή, ασφαλέστερη, λιγότερο συνωστισμένη, βελτιώνοντας την υγεία μας, ο Δήμος Δράμας καλεί όλους τους Δραμινοί να συμμετέχουν στις παρακάτω εκδηλώσεις:

<b>16/09/15</b>	<b>Τετάρτη</b>	<p><b>18:00 μ.μ. – 22:00 μ.μ.:</b> Ο Σύλλογος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, μας περιμένει να μάθουμε το άθλημα με διασκεδαστικό τρόπο, στις εγκαταστάσεις του, <b>στο 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Δράμας</b>, δίπλα στο κυλικείο, κινούμενοι ΠΡΟΣ και ΑΠΟ το 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο με αποκλειστική χρήση του ποδηλάτου, όπως θα κάνουν όλα τα μέλη του, μετά από σχετική ενημέρωση και παρότρυνση από το Δ. Σ. και τους προπονητές.</p> <p><b>20:00μ.μ-20:30μ.μ.:</b> Ποδηλατοβόλτα με αφετηρία την <b>Πλατεία Ελευθερίας</b>, μέσα στην πόλη της Δράμας, με ελεύθερη συμμετοχή από όλους και συνδιοργανωτές τον δήμο Δράμας, τον ποδηλατικό Σύλλογο «ΔΑΙΔΑΛΟΣ» και την «ΠΡΩΤΟΒΟΥΛΙΑ ΠΕΖΩΝ ΠΟΔΗΛΑΤΩΝ» Δράμας. <b>(Πραγματοποιήθηκε με εξαιρετική επιτυχία και μεγάλη συμμετοχή)</b></p>
<b>17/09/15</b>	<b>Πέμπτη</b>	<p><b>17:00μ.μ-18:00μ.μ.:</b> Πολιτιστική Διαδρομή Αφετηρία <b>Πλατεία Ελευθερίας</b>. Με εναλλακτικό τρόπο μετακίνησης, δηλαδή περπατώντας, με ομάδα στόχο τα παιδιά, τους μαθαίνουμε άγνωστα στοιχεία και πτυχές του πολιτισμού που πρεσβεύουν τα μνημεία της πόλης μας, προκειμένου να</p>

		<p>γίνουν κοινωνοί της πολιτιστικής μας κληρονομιάς . Συνδιοργανωτές ΔΗΜΟΣ ΔΡΑΜΑΣ - ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΤΗΤΑΣ “Γεώργιος Παρασίδης”</p> <p><b>18:00 μ.μ.-20:00μ.μ.:</b> Συνεργάτες και φίλοι του Κέντρου Νεότητας “Γεώργιος Παρασίδης” θα κατασκευάσουν μαζί με τα παιδιά παιχνίδια σχετικά με όλους τους εναλλακτικούς τρόπους μετακίνησης, από ανακυκλώσιμα υλικά, στην <b>Πλατεία Ελευθερίας</b>. Συγχρόνως θα γίνεται ηχητική προβολή σχετικού VIDEO του ΥΠΑΠΕΝ για την προώθηση της Βιώσιμης Μετακίνησης, προκειμένου να <b>επιλέξουμε τον σωστό συνδυασμό</b>.</p> <p><b>18:00 μ.μ. – 22:00 μ.μ.:</b> Ο Σύλλογος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, μας περιμένει να μάθουμε το άθλημα με διασκεδαστικό τρόπο, στις εγκαταστάσεις του, <b>στο 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Δράμας</b>, δίπλα στο κυλικείο, κινούμενοι ΠΡΟΣ και ΑΠΟ το 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο με αποκλειστική χρήση του ποδηλάτου, όπως θα κάνουν όλα τα μέλη του, μετά από σχετική ενημέρωση και παρότρυνση από το Δ. Σ. και τους προπονητές.</p> <p><b>20:00μ.μ-21:00μ.μ.:</b> Μέσα από την παρουσίαση – μύηση σε θεατρικό παιχνίδι με κίνηση και υποκριτική, από το Σύλλογο Εβριτών Ν. Δράμας «Ο Έβρος», γυμνάζουμε το μυαλό και το σώμα, <u>με ομάδα – στόχο τα παιδιά</u>. Στην αίθουσα εκδηλώσεων τμήματος Παιδείας και Πολιτισμού, <b>στον 2ο όροφο παλαιού Δημαρχείου</b>, επί της Πλατείας Ελευθερίας.</p>
18/09/15	Παρασκευή	<p><b>9:30 π.μ - 10:30 π.μ.:</b> Πολιτιστική Διαδρομή στα πολιτιστικά μονοπάτια της πόλης μας. Με εναλλακτικό τρόπο μετακίνησης, δηλαδή περπατώντας, <u>με ομάδα στόχο τους υπερήλικες</u>, τους μαθαίνουμε άγνωστα στοιχεία και πτυχές του πολιτισμού που πρεσβεύουν τα μνημεία της πόλης μας. Συνδιοργανωτές ΔΗΜΟΣ ΔΡΑΜΑΣ - ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΤΗΤΑΣ “Γεώργιος Παρασίδης”, ΚΑΠΗ Δράμας. Αφετηρία <b>Πλατεία Ελευθερίας</b>.</p> <p><b>11:00 π.μ.- 12:00 π.μ.:</b> Μέσα από την παρουσίαση – μύηση σε θεατρικό παιχνίδι με κίνηση και υποκριτική, από το Σύλλογο Εβριτών Ν. Δράμας «Ο Έβρος», γυμνάζουμε και το σώμα με ομάδα – στόχο τους υπερήλικες. Στην αίθουσα εκδηλώσεων τμήματος Παιδείας και Πολιτισμού, <b>στον 2ο όροφο παλαιού Δημαρχείου</b>, επί της Πλατείας Ελευθερίας. .</p> <p><b>18:00 μ.μ. – 22:00 μ.μ.:</b> Ο Σύλλογος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, μας περιμένει να μάθουμε το άθλημα με διασκεδαστικό τρόπο, στις εγκαταστάσεις του, <b>στο 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Δράμας</b>, δίπλα στο κυλικείο, κινούμενοι ΠΡΟΣ και ΑΠΟ το 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο με αποκλειστική χρήση του ποδηλάτου, όπως θα κάνουν όλα τα μέλη του, μετά από σχετική ενημέρωση και παρότρυνση από το Δ. Σ. και τους προπονητές.</p>

19/09/15	Σάββατο	<p><b>11:00 π.μ. - 14:00 μ.μ.:</b> Happening για τα παιδιά από το Σώμα Ελλήνων Προσκόπων στη <b>Πλατεία Ελευθερίας</b>.</p> <p>Το ομαδικό παιχνίδι στην ύπαιθρο, είναι για εμάς τρόπος ζωής! Ένα παιχνίδι το οποίο έχει συνέχεια συγκίνηση, με σκοπό να συμβάλει στην διαπαιδαγώγηση των παιδιών. Έτσι και εμείς, αποφασίσαμε να ανατρέξουμε στα χρονοντούλαπα και να ξεσκονίσουμε παραδοσιακά παιχνίδια, τα οποία ήταν γεμάτα από αυθεντικότητα, ομαδικότητα και περιπέτεια, που θα έρθουν να δέσουν αρμονικά με παιχνίδια του σήμερα, γιατί το παιχνίδι είναι ένα...και έχει Συν...κίνηση!</p> <p>Ένα μεγάλο επιτραπέζιο φιδάκι, θα είναι το κεντρικό θέμα της δραστηριότητας, οπού το πόνι της κάθε ομάδας, θα κινείται με τους πόντους που θα κερδίζει η ομάδα, από τα διάφορα παιχνίδια που θα παίζει σε διαφόρους σταθμούς. Εκεί τα παιδιά, πέρα από το τσέρκι και τα πεντόβολα, την αμπάριζα και την μακριά γαϊδούρα, θα βλέπουν εικόνες από παλιές εποχές, και θα μαθαίνουν για το παιχνίδι των παππούδων τους. Δεν θα λείπουν όμως και τα πιο σύγχρονα παιχνίδια, όπως ένα τεράστιο Jenga, το Limbo καθώς και προσκοπικά παιχνίδια, τα οποία θα έχουν ως σκοπό να φτάσει η κάθε ομάδα πρώτη στο φιδάκι, αλλά το πιο σημαντικό είναι ότι θα είμαστε πρώτοι στην εναλλακτική Κίνηση!</p> <p><b>18:00 μ.μ. – 22:00 μ.μ.:</b> Ο Σύλλογος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, μας περιμένει να μάθουμε το άθλημα με διασκεδαστικό τρόπο, στις εγκαταστάσεις του, <b>στο 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Δράμας</b>, δίπλα στο κυλικείο, κινούμενοι ΠΡΟΣ και ΑΠΟ το 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο με αποκλειστική χρήση του ποδηλάτου, όπως θα κάνουν όλα τα μέλη του, μετά από σχετική ενημέρωση και παρότρυνση από το Δ. Σ. και τους προπονητές.</p>
20/09/15	Κυριακή	<p><b>Οι προγραμματισμένες εκδηλώσεις αναβάλλονται, ΛΟΓΩ ΕΚΛΟΓΩΝ, ΩΣΤΟΣΟ</b> ο δήμος Δράμας και όλοι οι συνδιοργανωτές παροτρύνουν τους δημότες να μετακινηθούν <b><u>ΠΡΟΣ και ΑΠΟ τα εκλογικά τμήματα</u></b> με εναλλακτικό τρόπο μετακίνησης, της επιλογής του καθενός.</p>
21/09/15	Δευτέρα	<p><b>17:00 μ.μ:</b> Δημιουργούμε μια ανθρώπινη αλυσίδα [ συγκεκριμένα 2<sup>η</sup> αλυσίδες σε μορφή έλλειψης, κινούμενες με αντίθετη φορά, η 1<sup>η</sup> κυκλώνοντας την κεντρική νησίδα της οδού Εθνικής Αμύνης (η εσωτερική) και η 2<sup>η</sup> στα ακραία σημεία της ασφάλτου, πριν το πεζοδρόμιο (εξωτερική)], ενώνοντας τα χέρια των μελών όλων των πολιτιστικών και αθλητικών και λοιπών συλλόγων που συμμετέχουν ενεργά σε όλες τις δράσεις της πόλης μας με τα χέρια όλων των πολιτών που θα βρεθούν κοντά μας. Συμμετέχει ο Δήμος Δράμας με όλους τους φορείς που εξεδήλωσαν ενδιαφέρον, <b>με αφετηρία το</b></p>

		<p><b>ξενοδοχείο «ΞΕΝΙΑ» επί της οδού Εθνικής Αμύνης και κατάληξη στην Πλατεία Ελευθερίας.</b> Η οδός θα παραμείνει κλειστή για όλα τα οχήματα, σε συνεργασία με το Τμήμα Τροχαίας Δράμας. Επί του εσωτερικού των δημιουργούμενων δακτυλίων θα γίνει επίδειξη SKATE από επιδέξιους χρήστες και εκμάθηση-γνωριμία με το skate για το κοινό . Συγχρόνως θα γίνεται προβολή σε γιγαντοτηλεόραση σχετικού VIDEO του ΥΠΑΠΕΝ για την προώθηση της Βιώσιμης Μετακίνησης, προκειμένου να <b>επιλέξουμε τον σωστό συνδυασμό.</b></p> <p><b>18:00 μ.μ. – 22:00 μ.μ.:</b> Ο Σύλλογος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, μας περιμένει να μάθουμε το άθλημα με διασκεδαστικό τρόπο, στις εγκαταστάσεις του, <b>στο 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Δράμας</b>, δίπλα στο κυλικείο, κινούμενοι ΠΡΟΣ και ΑΠΟ το 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο με αποκλειστική χρήση του ποδηλάτου, όπως θα κάνουν όλα τα μέλη του, μετά από σχετική ενημέρωση και παρότρυνση από το Δ. Σ. και τους προπονητές.</p>
22/09/15	Τρίτη	<p><b>“Ευρωπαϊκή Ημέρα Χωρίς Αυτοκίνητο”</b></p> <p><b>Πρωί:</b> Θα πραγματοποιηθεί εκδρομή – προσφορά του Αστικού ΚΤΕΛ Δράμας, σε συνεργασία με τον δήμο Δράμας και τη Δ/ση Πρωτοβάθμιας Εκπαίδευσης, μαθητών της πόλης στον Μυλοπόταμο (στο Ενυδρείο) και στην Καλλίφυτο (στο Άλσος). <b>Από τα δημοτικά σχολεία στον τόπο προορισμού και επιστροφή στα σχολεία.</b></p> <p><b>Πρωί και Μεσημέρι:</b> Το «Project 2020» σε συνεργασία με τον δήμο Δράμας (Σχολικές Επιτροπές) και τους Συλλόγους Γονέων και Κηδεμόνων και τους εκπαιδευτικούς των σχολείων της πόλης, θα παροτρύνει τα παιδιά να μετακινηθούν <b>προς και από το σχολείο τους, χωρίς τη χρήση αυτοκινήτου</b>, αλλά με εναλλακτικούς τρόπους της επιλογής τους.</p> <p><b>11:00 π.μ. - 14:00 μ.μ.:</b> Ο Σύλλογος Εβριτών, τα Εκπαιδευτήρια Ελληνικής Παράδοσης, οι Πρόσκοποι και το Κέντρο Νεότητας “Γεώργιος Παρασίδης” του Δήμου Δράμας, σταματούν την κυκλοφορία των οχημάτων περιμετρικά της <b>Πλατείας Ελευθερίας</b>, για 5 λεπτά ανά μια ώρα, καλώντας τους οδηγούς να συμμετέχουν στις χορευτικές τους δραστηριότητες.</p> <p><b>18:00 μ.μ. - 21:00 μ.μ.:</b> Στην αποκλεισμένη για όλα τα οχήματα οδό <b>Παπανδρέου</b> (από την οδό Βεργίνας έως την Αστυνομία) Σύλλογοι δυναμικών αθλημάτων θα προβούν σε επιδείξεις όπως TAE KWON DO (Αθλητικός Σύλλογος ZEN Δράμας), Ελληνορωμαϊκής πάλης (Αθλητική Ακαδημία πάλης Δράμας), BOXING, KICK BOXING και ΠΑΓΚΡΑΤΙΟ αγώνισμα (συνδυασμός πάλης, λακτισμάτων και πυγμαχίας χωρίς ιμάντες) (Αθλητικός Όμιλος Μαχητών Δράμας), θα διασκεδάσουμε μαθαίνοντας SKATE - Rollers και BMX ποδήλατο, από επιδέξιους χρήστες, ο Γυμναστικός Σύλλογος Δράμας θα επιδοθεί σε αγώνες VOLLEY BALL, Γυμναστήρια της πόλης θα επιδοθούν σε</p>

ZOUMBA, PILATES, παιδιά θα επιδοθούν σε βαφή - ζωγραφική δημόσιου χώρου με θέμα τα προβλήματα των ατόμων με αναπηρία (Σύλλογος Παραπληγικών Ν. Δράμας), το κοινό θα προσκληθεί – προκληθεί να μετακινηθεί επί αναπηρικών αμαξιδίων, προκειμένου να ευαισθητοποιηθεί για τα προβλήματα που βιώνουν τα άτομα με κινητική αναπηρία (Σύλλογος Παραπληγικών Ν. Δράμας), κ.λ.π.

**Συγχρόνως θα γίνεται προβολή σε γιγαντοοθόνη σχετικού VIDEO του ΥΠΑΠΕΝ για την προώθηση της Βιώσιμης Μετακίνησης, προκειμένου να **επιλέξουμε τον σωστό συνδυασμό.****

**18:00 μ.μ. – 22:00 μ.μ.:** Ο Σύλλογος Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης, μας περιμένει να μάθουμε το άθλημα με διασκεδαστικό τρόπο, στις εγκαταστάσεις του, στο 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο Δράμας, δίπλα στο κυλικείο, κινούμενοι ΠΡΟΣ και ΑΠΟ το 2<sup>ο</sup> Γυμνάσιο με αποκλειστική χρήση του ποδηλάτου, όπως θα κάνουν όλα τα μέλη του, μετά από σχετική ενημέρωση και παρότρυνση από το Δ. Σ. και τους προπονητές.

Καλούμε όλους σας να ενώσετε μαζί μας τη φωνή σας και τις δυνάμεις σας προκειμένου να επιτύχουμε την αλλαγή των τρόπων συμπεριφοράς μας επιλέγοντας περισσότερο βιώσιμους τρόπους μετακίνησης, όπως το ποδήλατο, το βάδισμα, τα μέσα μεταφοράς καθώς και το συνδυασμό αυτών σε κάθε διαδρομή.

Βιώσιμη κινητικότητα σημαίνει βιώσιμη πόλη, σημαίνει εξάλειψη των διακρίσεων στους πολίτες και στον χώρο. Η ευαισθητοποίηση για τη βιώσιμη κινητικότητα συμπορεύεται με την ευαισθητοποίηση στα κοινωνικά προβλήματα. «Ανθεκτική» πόλη είναι η πόλη που έχει ζωντανούς πολίτες και ζωτικούς χώρους. Η συμμετοχή σας θα προβάλει την ταυτότητα της πόλης μας και θα συμβάλει στην ανάδειξη της σε ευρωπαϊκό επίπεδο, δημιουργώντας μια βάση για άμεσες και μελλοντικές περιβαλλοντικές δράσεις.