



3 CZERWCA OBCHODZIMY

# Światowy dzień jazdy na rowerze

Dojazd rowerem do pracy/szkoły to korzyści dla zdrowia i planety!

## Rower:

- najbardziej ekologiczny środek transportu
  - nie emituje spalin
  - jest cichym środkiem transportu
- szybki sposób transportu niezależnie od pory dnia
- spala kalorie – nawet 400 na godzinę

## Auto:

- wpływa na degradację środowiska
- zanieczyszcza powietrze spalinami
  - hałasuje wszystkim dookoła
- w godzinach szczytu stoi w korkach
- szukanie miejsca do parkowania jest czasochłonne
- paliwo jest drogie



Jeśli raz w tygodniu będziesz jeździł do pracy 5 km, to rocznie pokonasz 520 km co przekłada się na 22 846 spalonych kalorii oraz 270 zł oszczędności na paliwie!

## Co Ty możesz zyskać?

- 1) Oszczędność czasu – nie stoisz w korkach i nie czekasz na komunikację miejską
- 2) Poprawa nastroju, relaks
- 3) Korzystny wpływ na pracę serca i układu krążenia
- 4) Wsparcie odporności
- 5) Poprawa kondycji

*do świętowania zachęca:*

**GMINA WOJCIECHOWICE  
CZŁONEK KLASTRY ENERGII  
POWIATU OPATOWSKIEGO**



DOEKOGROUP  
Jeden krok do ekologii

Koordinator  
Klasra Energii