

## Semana Europea de la Movilidad



### #MobilityWeek

La [SEMANA EUROPEA DE LA MOVILIDAD](#) ([EUROPEAN MOBILITY WEEK](#)), se celebra del 16 al 22 de septiembre. Esta iniciativa europea cumple 20 años en el 2021. Su objetivo es concienciar de los beneficios del transporte sostenible. La Semana Europea de la Movilidad (SEM) anima a los ciudadanos a usar un medio de transporte respetuoso con el [medio ambiente](#) y la salud. Entre sus fines están:

- Impulsar iniciativas y logros locales. Fomentar municipios más seguros, ecológicos inclusivos y accesibles.
- No abusar del coche en la ciudad. Daña la salud y el medioambiente.
- Usar modelos de transporte sostenible. El transporte público es una forma de movilidad eficiente, asequible y de bajas emisiones. También lo son el viaje en bici y a pie.

**“Movilidad sostenible, saludable y segura”** es el tema elegido para la SEM 2021. El lema es **“Por tu salud, muévete de forma sostenible”**. El [Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico](#) coordina la SEM en España.

Los temas centrales que se van a tratar son los siguientes, en los que os destacamos los aspectos referentes a la salud de la población.

### 1. Movilidad sostenible, saludable y segura

### 2. [Salud mental](#).

- Un paseo de media hora al día en bici o a pie mejoran el ánimo, el sueño y reducen el estrés y la fatiga. Los atascos y los trayectos largos los empeoran.
- El ruido del tráfico y la contaminación ambiental influyen de forma negativa. Se precisa un control del ruido y de la emisión de gases.

**3. Salud física.** Se deben habilitar zonas verdes urbanas. Y crear espacios para salir a correr y gozar de la naturaleza y el sol.

**4. Medidas de seguridad.** Esta sección consta de dos partes:

- El transporte debe ser seguro para todos. Tienen prioridad las personas con [movilidad reducida](#), con discapacidad visual o los ciegos. Se deberán adaptar el diseño de las ciudades y el transporte.
- La [seguridad vial](#). Europa avanza hacia un objetivo de *cero víctimas mortales en carretera*. Se debe reforzar la seguridad de los ciclistas y los peatones. Y crear normas para los patinetes eléctricos.

**5. Respuesta a la COVID-19.** La pandemia redujo el transporte público en Europa. Hay que recuperar las cifras de antes de la crisis. La meta es un transporte sostenible, racional y sólido.

Además de la repercusión positiva para la salud física y mental, que tiene un entorno con menos niveles de contaminación y que facilite más la actividad física, conseguir una sociedad inclusiva donde la accesibilidad sea universal y segura para todas las personas con movilidad reducida y/o discapacidades debe ser otro de los objetivos.

Por eso, en nuestra [web familia y salud](#) nos adherimos a ese evento. **iSalud para todos!**

Las personas con movilidad reducida son aquellas que tienen limitada la capacidad de moverse sin ayuda externa de forma permanente o temporal. Dentro de estas están incluidas las personas con discapacidad física, mental, sensorial y también los ancianos. Necesitan una atención especial y la adaptación a sus necesidades de los servicios que se ponen a disposición de todos los usuarios (medios de transporte, urbanismo, ...)

Muchas de estas personas necesitan de ayuda para salir de sus casas y si no disponen de esta ayuda no lo hacen nunca. Su hogar puede llegar a convertirse en su propia cárcel. Hay una clara relación entre la falta de autonomía y el estado de ánimo. Y las personas con movilidad reducida pueden sentirse mal con ellas mismas.

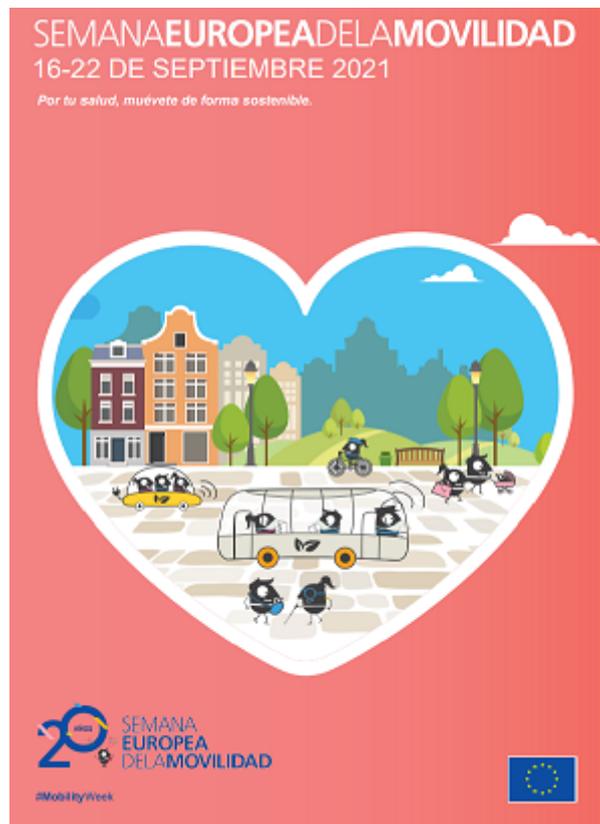
Por otro lado, es imprescindible que las personas con discapacidad sean autónomas para que puedan participar en igualdad de condiciones y ejercer su derecho a la educación, al empleo o al ocio.

Accesibilidad universal del entorno es “diseñar para todos”, eliminar las barreras y limitaciones que impiden una movilidad cómoda, segura y autónoma. Deben incluirse ámbitos como urbanismo, edificación, movilidad y transporte, comunicación sensorial, bienes y servicios. Y las instituciones están actualmente legislando al respecto.

### **¿Cómo participar en la SEM?**

En la [Presentación](#) de la SEM se accede a toda la información.

Las autoridades locales, los centros educativos, las empresas y las ONG [pueden participar de muchos modos](#). Para ello, han de registrar sus **MOBILITYACTIONS** (iniciativas para promover buenas prácticas de movilidad sostenible).



### **Recursos de la SEM para 2021**

- **Información y contacto sobre la SEM:**

- **Coordinación española de la SEM:**

e-mail: [medioambiente@semanaeuropeamovilidad.es](mailto:medioambiente@semanaeuropeamovilidad.es)

Facebook: <https://www.facebook.com/Semana-Europea-de-la-Movilidad-2051067345218798/>

Twitter: @SEUMov

Instagram: semovesp

- **Coordinación europea de la SEM:**

[www.facebook.com/EuropeanMobilityWeek](http://www.facebook.com/EuropeanMobilityWeek)

<https://twitter.com/mobilityweek>

[www.youtube.com/user/europeanmobilityweek](http://www.youtube.com/user/europeanmobilityweek)



**S.I.A (Símbolo Internacional de Accesibilidad).**

*Equipo Editorial Familia y Salud*

---

**Fecha de publicación:** 17-08-2021

---