

# I love shopping by bike

**Interreg**  
CENTRAL EUROPE



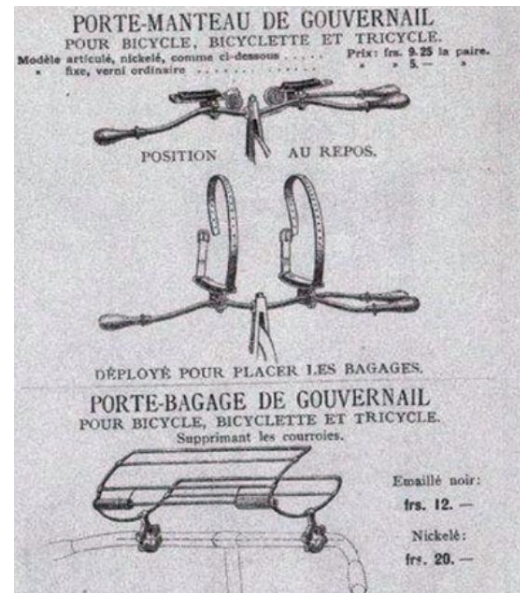
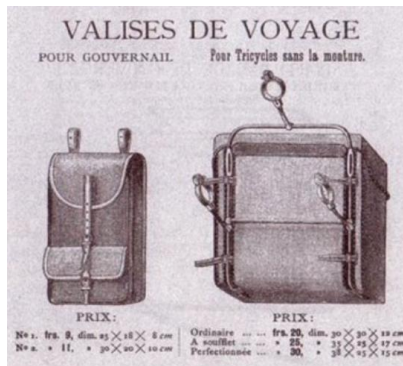
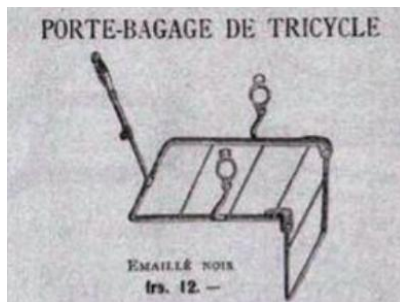
Co-funded by  
the European Union

GreenPATH



# La bicicletta è adatta per «fare la spesa»?

Fin dalla nascita, la bici «moderna» ha la vocazione di mezzo da carico.



---

# La bicicletta è adatta per «fare la spesa»?

La bicicletta è diventato il mezzo di spostamento del popolo nei decenni tra il 1930 e il 1960. Con portabagagli caratterizzati da notevole robustezza.



---

# La bicicletta è adatta per «fare la spesa»?

Ancora oggi in molti Paesi è un mezzo di trasporto molto usato.



# Perché «fare la spesa» in bicicletta?

- **Sostenibilità ambientale:** meno emissioni di CO<sub>2</sub>, meno rumore urbano, meno inquinamento atmosferico.
- **Responsabilità civica:** città più vivibili, meno congestionate; rispetto al bene comune. Traduce valori astratti in azioni concrete e quotidiane.





---

# Perché «fare la spesa» in bicicletta?

- **Valorizzazione dell'economia locale:** in bici si frequentano meglio negozi di prossimità, mercati e botteghe di quartiere, sostenendo così il commercio locale e la coesione sociale del tessuto urbano. Acquisti e commissioni in centro tornano ad essere piacevoli.
- **Benessere personale e stile di vita attivo:** più movimento, meno stress, contatto diretto con il territorio e con le persone.



# Perché «fare la spesa» in bicicletta?

- **Sobrietà negli acquisti:** riduci gli acquisti inutili.
- **Riduzione degli imballaggi:** pesano e ingombrano, cercherai di farne a meno.



---

# Perché «fare la spesa» in bicicletta?

- Spesa e commissioni si integrano nei tragitti in bici, viene meno il «giorno della spesa».
- **Minor spreco di tempo:** per tragitti brevi, soprattutto in centro città, la bici è più veloce dell'auto.





# Dove mettere il carico sulla bici? Zaino



# Dove mettere il carico sulla bici? Portapacchi

portapacchi

cestino



portapacchi



# Dove mettere il carico sulla bici? Portapacchi

portapacchi



portapacchi



# Dove mettere il carico sulla bici? Portapacchi



# Dove mettere il carico sulla bici? Cestini

Da manubrio



Da portapacchi



I LOVE BICI





# Dove mettere il carico sulla bici? Cestini



BASIL



I ♥ BIKES  
ITALY SHOP ON LINE

**FIAB**  
Monza  
MonzainBici



# Dove mettere il carico sulla bici? Borse



# Dove mettere il carico sulla bici? Borse



# Dove mettere il carico sulla bici? Carrelli



# Soluzioni fai da te

Con molta attenzione, verificandone solidità, affidabilità, e che non siano di ostacolo alla pedalata.





---

# Consigli

Iniziare con piccole commissioni e spese, e mete vicine.

Prendere confidenza, capire come si comporta la bici quando ha pesi aggiuntivi:

- Frena bene?
- E' manovrabile?
- Come posteggiarla?



---

# Consigli

- Poco peso nello zaino.
- No borse appese al manubrio.
- No peso elevato nel cestino anteriore, soprattutto se appeso al manubrio.
- No borse a spalla.





# Consigli

- Pesi elevati: preferire borse o cestino posteriore o carrello.
- Caricare la bicicletta equilibrando i pesi tra lato dx e sx.

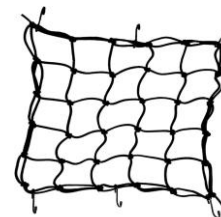


# Consigli

- Adeguare la dotazione ai beni da trasportare: attenzione a quelli delicati o fragili, predisporre soluzioni ad hoc.



- Tenere un «ragno» a portata di mano, per tenere fermi oggetti ingombranti che escono da borse e cestini.



- Fissare bene gli oggetti messi nel cestino posteriore: durante il tragitto non li abbiamo «a vista».



---

# Consigli

- Se il carico è eccessivo e/o siamo in una zona di difficile percorrenza (strettoia, gradino), meglio guidare la bici a piedi.
- La bici, quando molto carica, ha bisogno di più spazio per manovrare.
- Il cavalletto può risultare instabile o inutile, con molto peso: meglio appoggiare la bici ad un muro.



---

# Manutenzione

Verificare frequentemente l'efficienza dei freni.

Controllare il serraggio di portapacchi e cestini.

Controllare lo stato di borse e cestini.



# Bici da carico: le cargo

Espressamente pensate per portare carichi pesanti e voluminosi.



CARGO  
REVOLUTION

