

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΠΟΔΟΜΩΝ ΜΕΤΑΦΟΡΩΝ ΚΑΙ ΔΙΚΤΥΩΝ

# Ο Φίλος μου ο Ποδηλατάκις

Κείμενο: Κατερίνα Βαϊμάκη

Εικονογράφηση: Ρεβέκκα Βεδέ





# Ο φίλος μου ο Ποδηλατάκις



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ταμείο Συνοχής



**ΕΠ-ΕΠ**  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
Ενίσχυση της Προσβασιμότητας

«Επενδύοντας στο μέλλον σας»



Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Μικροί μας φίλοι,


Το βιβλιαράκι που ετοιμάσαμε για εσάς, και που τώρα κρατάτε στα χέρια σας, είναι η ιστορία με τις περιπέτειες του Κωστάκη και του μαγικού του ποδηλάτου που το έλεγαν Ποδηλατάκια. Ο Ποδηλατάκιας έμαθε στον Κωστάκη τι πρέπει να προσέχει αυτός και οι φίλοι του όταν κάνουν ποδήλατο. Κυρίως, όμως, τι πρέπει να αποφεύγουν για να μην κινδυνεύει η ζωή και η υγεία τους.

Όταν, λοιπόν, θα κάνετε ποδήλατο, θα πρέπει πάντα να θυμάστε τα λόγια του Ποδηλατάκια. Και να τα μάθετε και στους φίλους σας. Γιατί μόνο τότε θα μπορείτε να περνάτε καλά και θα ευχαριστιέστε με ασφάλεια τη βόλτα με το ποδήλατο.

Και μην ξεχνάτε: Τα ποδήλατά σας, όπως και ο Ποδηλατάκιας, θέλουν το καλό το δικό σας και όλων των φίλων σας.

**Πάμε, λοιπόν, όλοι μαζί τώρα παιδάκια  
να μάθουμε την ιστορία του Ποδηλατάκια!!!**





Ο Κωστάκης πέταγε από τη χαρά του,  
την ημέρα που είχε τα γενέθλιά του.  
Για δώρο είχε αυτό που επιθυμούσε:  
ένα ΠΟΔΗΛΑΤΟ, τον κόσμο να γυρνούσε.

Όταν αποφάσισε να πάει βόλτα για πρώτη φορά,  
τρόμαξε! Το ποδήλατό του είχε μιλιά!!!  
Γεια σου, Κωστάκη, με λένε Ποδηλατάκια  
και αγαπώ πολύ όλα τα παιδάκια.

-Μι-μι-μι μιλάς!!! Αυτό δεν είναι δυνατό!  
-Μιλάω γιατί είμαι ένα ποδήλατο ξεχωριστό.

Η θεά Οδική Ασφάλεια, πριν από χρόνια, μου έκανε μαγικά  
γιατί θέλει, στο δρόμο, να είναι προσεκτικά όλα τα παιδιά.



-Και γιατί πρέπει να προσέχουμε δηλαδή;  
-Γιατί στους ίδιους δρόμους κυκλοφορεί  
και ο Κίνδυνος, ένας άλλος θεός,  
που είναι απόλυτα τρομακτικός  
και τα παιδιά θέλει να βλάψει δυστυχώς.



Ο Κωστάκης παραξενεύτηκε, αλλά μετά γελούσε:  
Ήταν ο μόνος που είχε ποδήλατο που μιλούσε!  
Όταν, όμως, ήταν έτοιμος τη βόλτα του να ξεκινήσει,  
ο φίλος του, ο Ποδηλατάκιας, πρόλαβε να τον σταματήσει.

-Δεν μπορούμε βόλτα ακόμα να πάμε.  
-Γιατί;  
-Γιατί πρέπει το ποδήλατο σωστά να οδηγάμε  
και γι' αυτό



**κράνος,**



**επιγονατίδες,**

**επιαγκωνίδες**  
πρέπει να φοράμε.





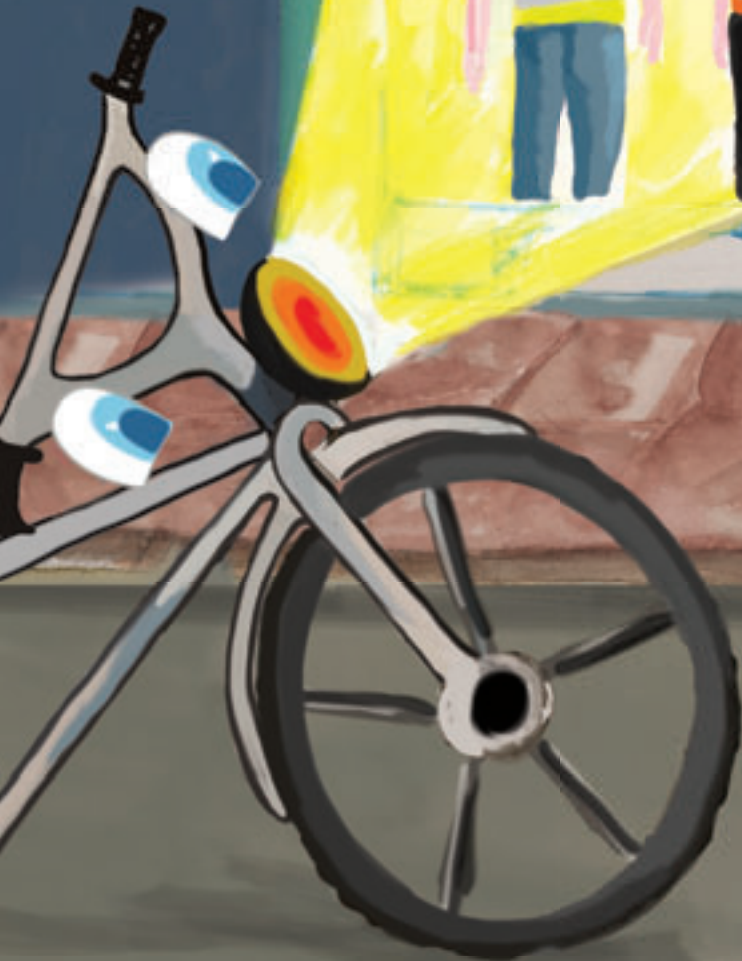
-«Επι»... τι;;; Τι είναι αυτά που λες;  
-Μόνο έτσι θα ξεκινήσουμε αν θες!  
-Μα δεν έχω κάτι από αυτά εδώ μαζί μου...  
-Τότε θα περιμένουμε.  
Αυτή είναι η απόφασή μου.



ΠΟΔΗΛΑΤΑΔΙΚΟ



ΚΛΕΙΣΤΟ



Ο Κωστάκης, στενοχωρημένος, πήγε κράνος,  
επιγονατίδες και επιαγκωνίδες να βρει,  
μα ο Ποδηλατάκιος πάλι δεν τον άφησε να χαρεί.  
-Δε γίνεται να πάμε βόλτα τώρα!  
-Μα γιατί; Όλα τα 'φερα. Προχώρα!  
-Είναι απόγευμα και σε λίγο θα νυχτώσει.  
-Τα φαντάσματα δεν τα φοβάμαι! Έχω μεγαλώσει!  
-Κωστάκη, δεν έχεις φως και γιλέκο που λάμπει  
να σε φωτίσει  
και μπορεί κάποιος οδηγός να μη σε δει  
και να σε χτυπήσει.



Ο Κωστάκης γύρισε σπίτι απογοητευμένος,  
αλλά δεν μπορούσε να ησυχάσει.  
Αύριο θα έκανε ποδήλατο, ο κόσμος να χαλάσει!

Το αύριο ήρθε και ο Κωστάκης  
το ποδήλατό του οδηγεί  
στο δρόμο για ποδήλατα  
πάντα με προσοχή.



Βρίσκεται δεξιά, για να μη χτυπήσει  
τους ανθρώπους που περνούν,  
και για να αποφεύγει  
τους μεγάλους που ποδηλατούν.





Ο Ποδηλατάκις τού εξηγεί πως στις πινακίδες σήμανσης πρέπει να δίνει σημασία και έτσι βρέθηκε στο πάρκο κυκλοφοριακής αγωγής, με ευκολία.





Στο πάρκο, ο Κωστάκης  
και οι φίλοι του τριγυρνούσαν  
και τα ποδήλατά τους οδηγούσαν.



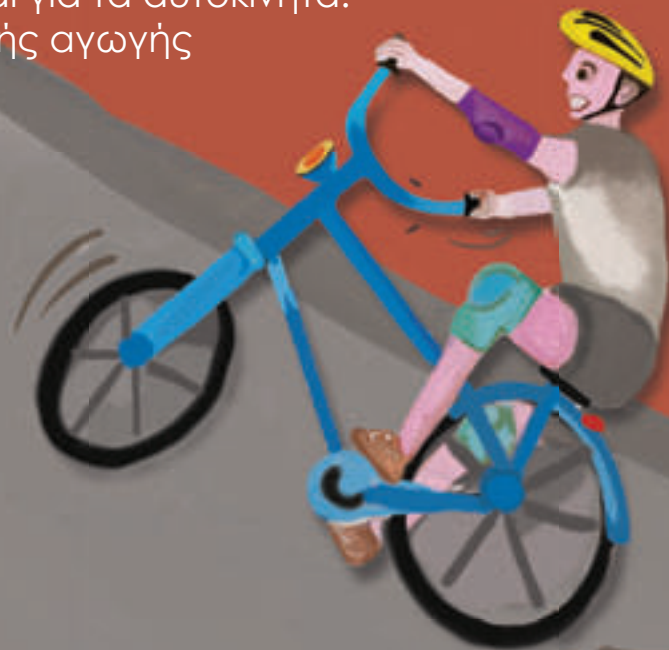
Όσπου ήρθε η στιγμή, που ο Γιάννης είπε την ιδέα,  
στο δρόμο να βγουν όλοι μαζί παρέα!

Όλοι ακολούθησαν, μόνο ο Κωστάκης έμεινε πίσω.

-Ποδηλατάκια ξεκίνα! Δε θα σου ξαναμιλήσω!

-Δεν πρέπει να είμαστε εκεί, ο δρόμος είναι για τα αυτοκίνητα.

Εμείς κινούμαστε σε πάρκα κυκλοφοριακής αγωγής  
ή σε δρόμους για ποδήλατα.



**ΜΠΡΩΣΤΑ**





Τα άλλα παιδιά κορόιδευαν τον Κωστάκη,  
με πρώτο και καλύτερο τον Γιαννάκη.  
Έκανε σούζες πάνω στο δρόμο  
και δεν είδε τον Τροχονόμο!  
Ένα αυτοκίνητο πέρασε ξυστά από κοντά του,  
έπεσε κάτω και χτύπησε τα πλευρά του!

Ο Γιάννης είναι τώρα στο νοσοκομείο και είναι μια χαρά.  
Έρθαν να τον επισκεφτούν ο Κωστάκης και τα άλλα τα παιδιά.  
Πλέον όλοι ακούν προσεκτικά τον φίλο τους τον Ποδηλατάκια  
γιατί ξέρει τι είναι καλύτερο για όλα τα παιδάκια.



Ο φίλος μου  
ο Ποδηλατάκιας λέει:

Τους φίλους μου τους αγαπώ,  
αλλά δεν είναι πάνω  
στο ποδήλατο μαζί μου.



Φοράω το κράνος μου  
όταν κάνω ποδήλατο.

Όταν πηγαίνω βόλτα  
το σκύλο μου,  
δε δένω το λουρί του  
στο τιμόνι.



Το βράδυ  
φοράω γιλέκο  
που λάμπει  
για να φαίνομαι  
στο σκοτάδι.



Φοράω επιγονατίδες  
και επιαγκωνίδες  
γιατί προστατεύουν  
τον εαυτό μου.

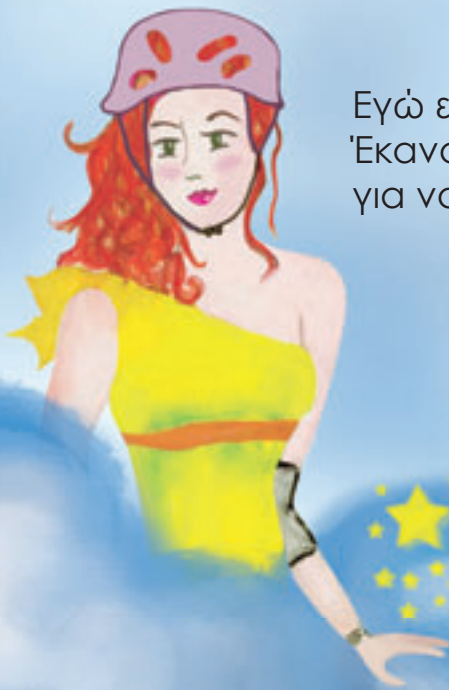


Όταν έρχεται η νύχτα,  
ανάβω πάντα το φως  
του ποδηλάτου μου.

**Ποδηλατώ σε πάρκα και  
σε δρόμους για ποδήλατα!**

Πριν ανέβω στο ποδήλατό μου,  
ελέγχω τα λάστιχα, τα φρένα,  
την αλυσίδα και τα φώτα!





Εγώ είμαι η θεά Οδική Ασφάλεια.  
Έκανα στον Ποδηλατάκια μαγικά  
για να προσέχει όλα τα παιδιά.



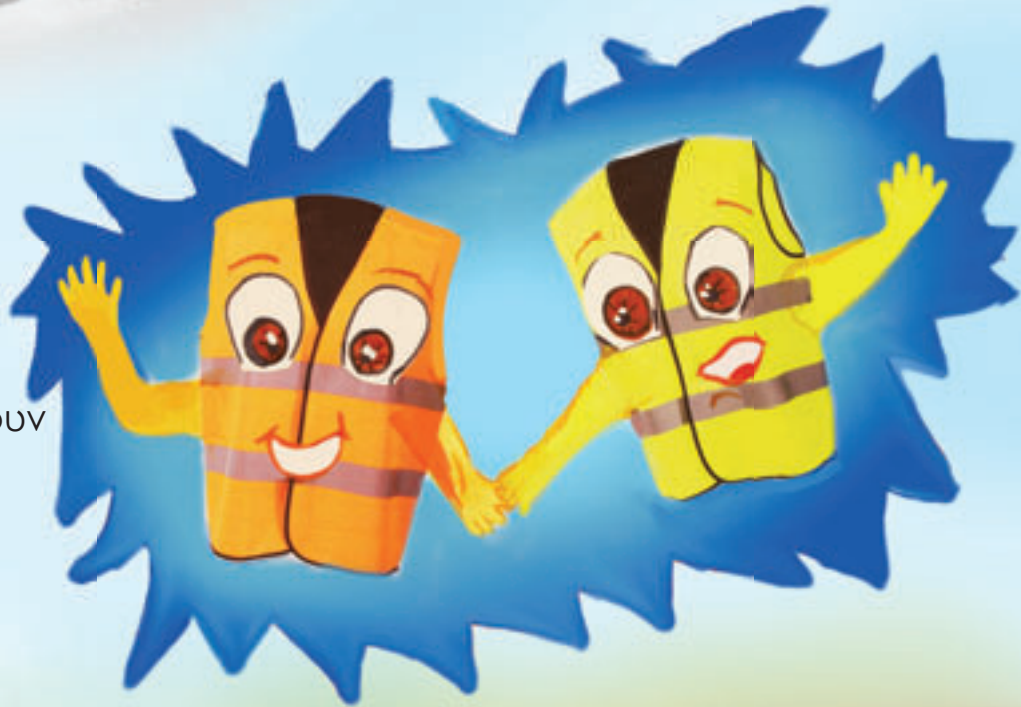
Εγώ είμαι ο Κίνδυνος και παραμονεύω.  
Παιδάκια απρόσεκτα γυρεύω.



Είμαι το Κράνος και ένα πράγμα έχω στο νου:  
τη φροντίδα του δικού σου κεφαλιού.

Το «ποιος τρέχει πιο γρήγορα»  
δεν είναι παιχνίδι!  
Κινδυνεύουν οι περαστικοί,  
αλλά κι εμείς οι ίδιοι!

Λάμπουμε στο σκοτάδι  
και προσέχουμε πολύ  
από παντού να σε βλέπουν  
όλοι οι οδηγοί!



Είμαι η Πινακίδα Σήμανσης που λέω:  
Μόνο ποδήλατα περνούν από δω.  
Αυτοκίνητα μακριά, σας προειδοποιώ!







Στα πάρκα κυκλοφοριακής αγωγής μαζεύονται τα παιδιά, μαθαίνουν και παίζουν όλα μαζί προσεκτικά.

Και να θυμάμαι πως ο φίλος μου ο Ποδηλατάκις μ' αγαπάει και ίσως, αν οδηγώ προσεκτικά, να κάνει και το δικό μου ποδήλατο να μιλάει!



**Βάλτε το πρόσωπό σας κι ενός φίλου σας!**

Εγώ είμαι η Επιγκωνίδα



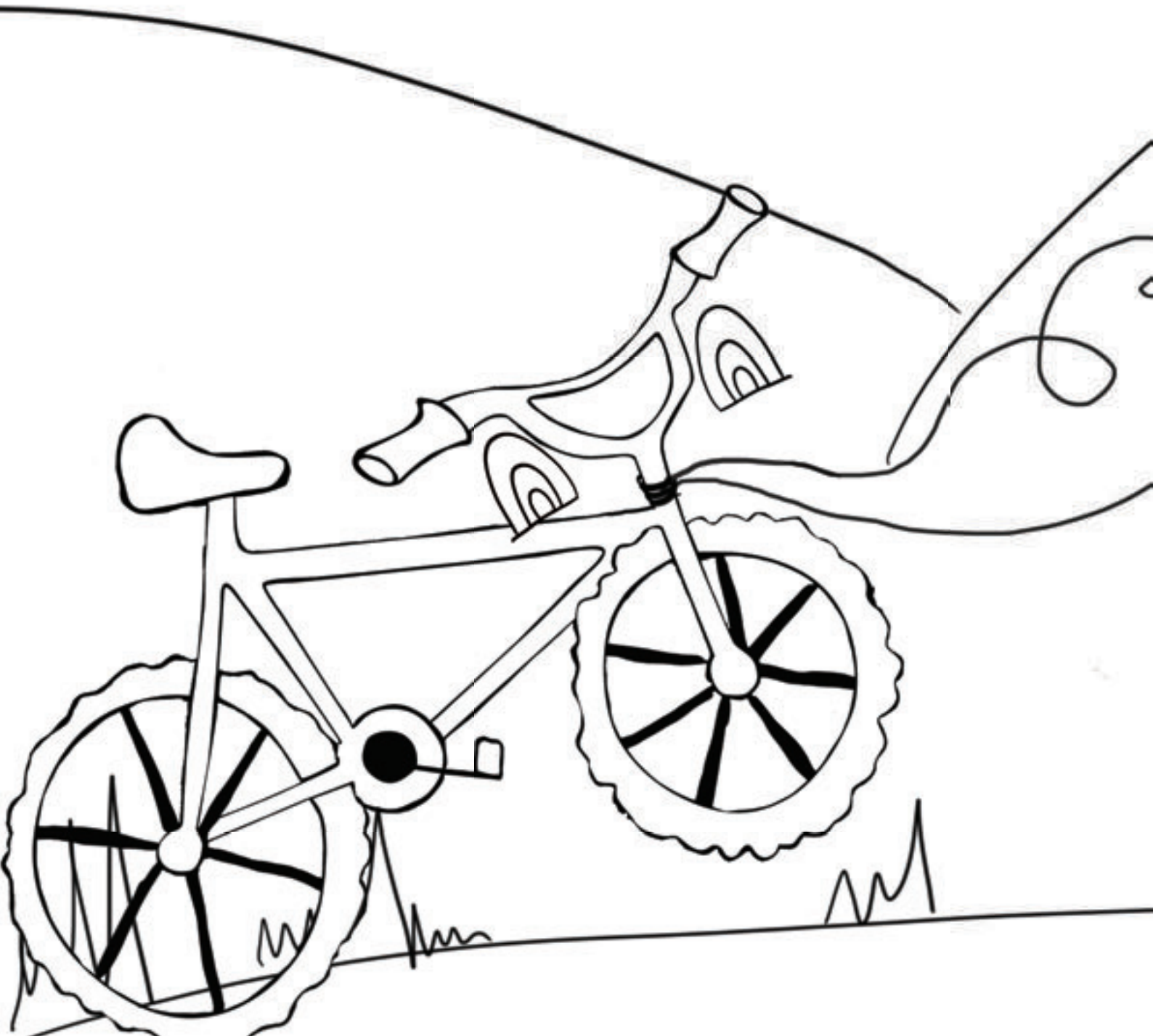
και αυτή η αδερφή μου,  
η Επιγονατίδα.

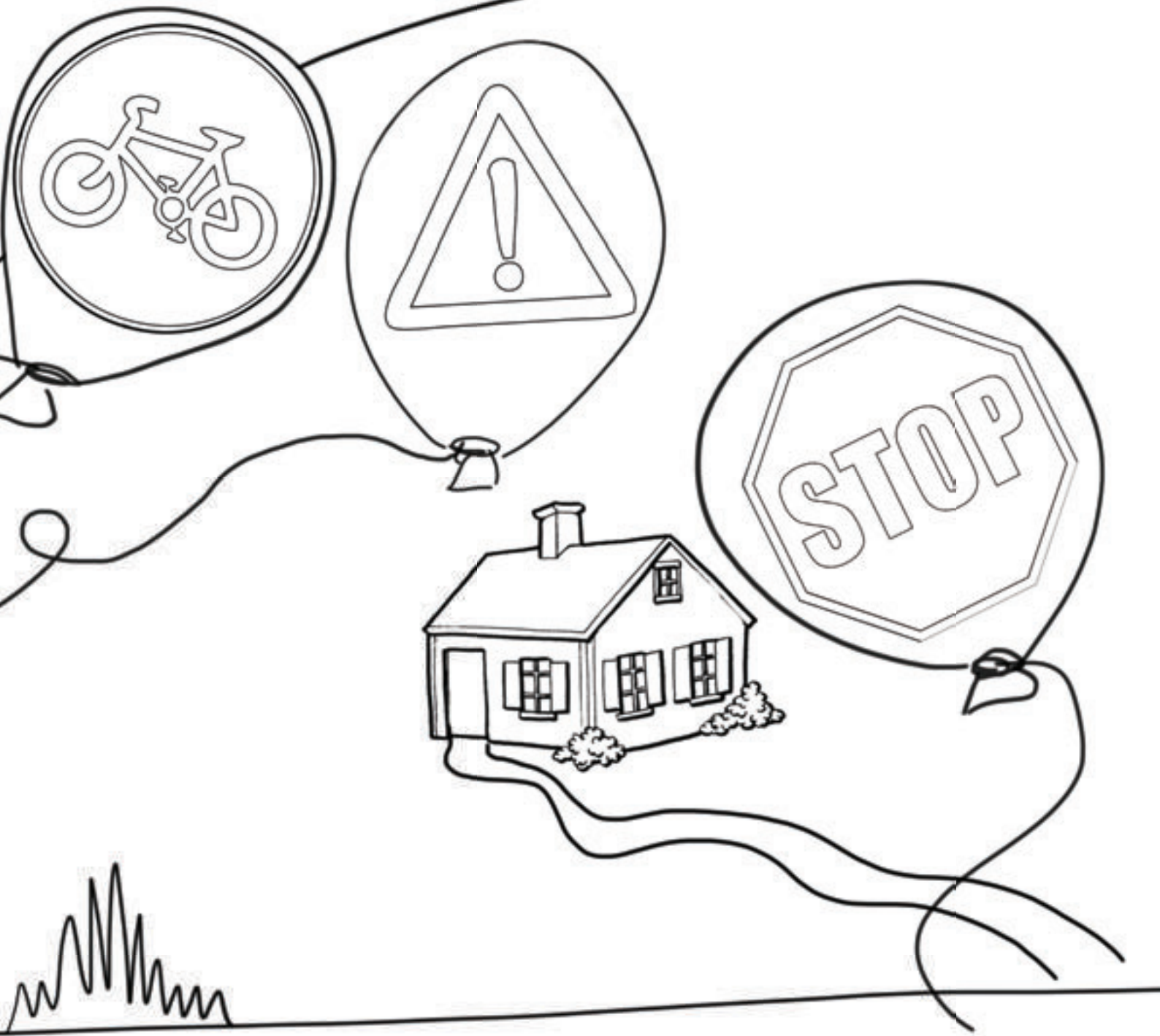


Έχουμε μπροστά μας  
δύσκολους αγώνες,  
προστατεύουμε γόνατα  
και αγκώνες.

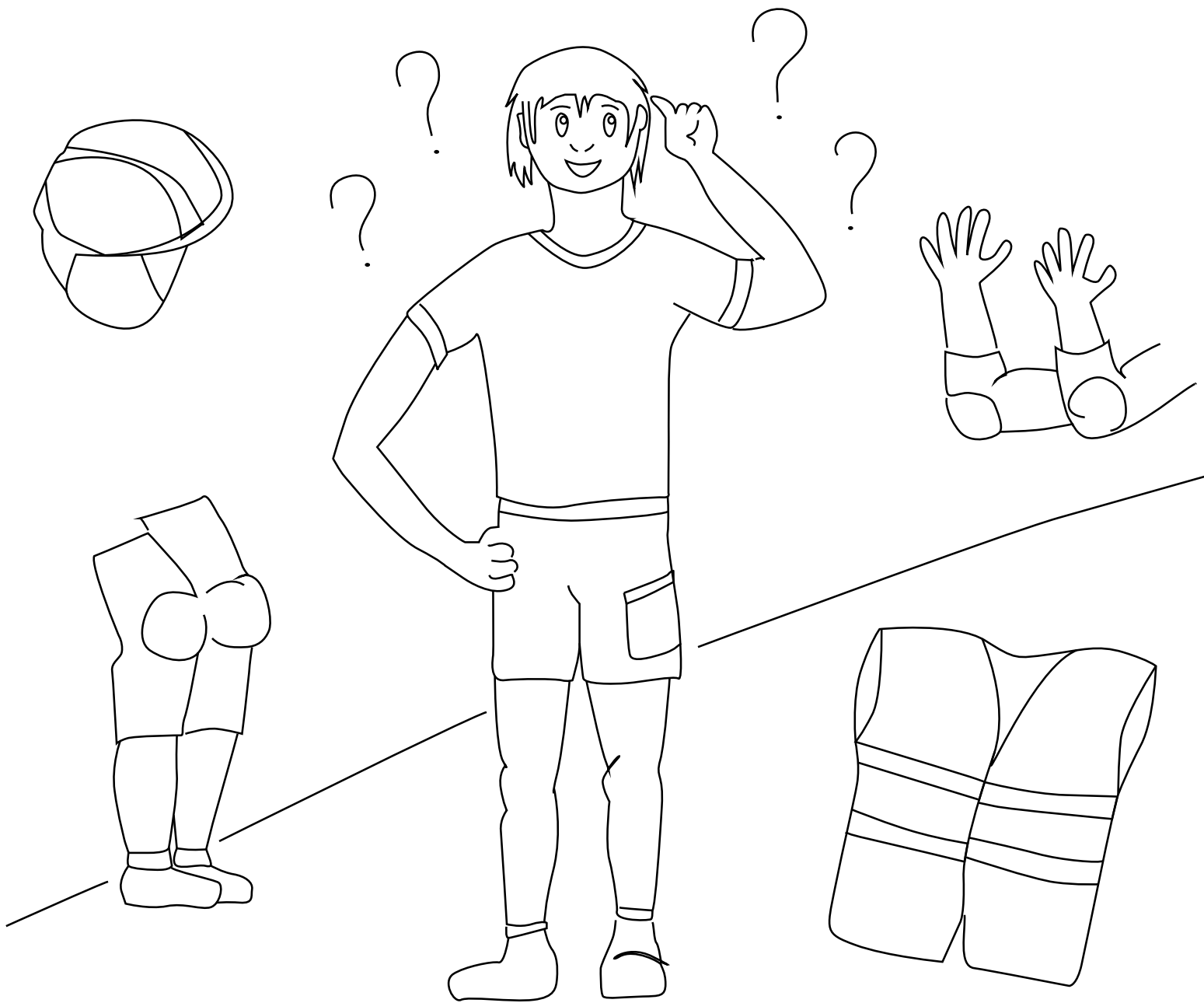


Ζωγραφίζω τον Ποδηλατάκια και τα σήματα!





Ο Κωστάκης θέλει να πάει βόλτα...  
Τι πρέπει να φορέσει και πού αντιστοιχεί;



## Διαλέγοντας το σωστό μέγεθος του ποδηλάτου



1. Τα χέρια μου να έρχονται εύκολα σε επαφή με το τιμόνι.
2. Κάθομαι στη σέλα και ακουμπούν και τα δυο μου πέλματα στο έδαφος με τεντωμένα πόδια.
3. Όταν κάνω πετάλι, το πόδι μου είναι πάντα λίγο λυγισμένο.



# Ο φίλος μου ο Ποδηλατάκις



Ευρωπαϊκή Ένωση  
Ταμείο Συνοχής



**ΕΠ-ΕΠ**  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
Ενίσχυση της Προσβασιμότητας

«Επενδύοντας στο μέλλον σας»



**ΕΣΠΑ**  
2007-2013  
πρόγραμμα για την ανάπτυξη

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Η **Κατερίνα Βαϊμάκη** είναι απόφοιτος του τμήματος Επικοινωνίας και Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης του Πανεπιστημίου Αθηνών και έχει παρακολουθήσει σπουδές δημιουργικής γραφής, σεναρίου και σκηνοθεσίας. Το 2011 ανέβασε παιδική θεατρική παράσταση σχετικά με την οδική ασφάλεια, με τίτλο «Κίνδυνος και Ασφάλεια» και το 2012 υπέγραψε το σενάριο της μικρού μήκους ταινίας «Στην Άλλη Όχθη».

Η **Ρεβέκκα Βεδέ** είναι πτυχιούχος του τμήματος Εκπαίδευσης και Αγωγής στην Προσχολική Ηλικία του Πανεπιστημίου Αθηνών. Ασχολείται με τις εικαστικές τέχνες και έχει παρακολουθήσει σεμινάρια ελεύθερου σχεδίου και αγιογραφίας. Έχει συνεργαστεί με το Μουσείο Παιδικής Τέχνης ως βοηθός του παιδικού εργαστηρίου και «Ο Φίλος μου ο Ποδηλατάκιος» είναι η πρώτη της επίσημη δουλειά ως εικονογράφος.

Για την έκδοση του βιβλίου συνεργάστηκαν οι **Δρ Εύη Μπλάνα** και **Στράτος Γεωργιόπουλος**, Συγκοινωνιολόγοι-Μηχανικοί και η **Ζωή Παπαδοπούλου**, Νομικός, στελέχη της Διεύθυνσης Οδικής Κυκλοφορίας, του Υπουργείου Υποδομών Μεταφορών και Δικτύων.

**ISBN 978-960-87771-6-3**

Το βιβλίο εκτυπώθηκε στο τυπογραφείο Κέντρο Γρήγορης Εκτύπωσης ABEE

© Υπουργείο Υποδομών Μεταφορών και Δικτύων, 2013

Το Υπουργείο Υποδομών Μεταφορών και Δικτύων, στο πλαίσιο της προσπάθειάς του για τη μείωση των οδικών ατυχημάτων στη χώρα μας, προβάλλει ως πρώτη προτεραιότητα την Ανάπτυξη Παιδείας Οδικής Ασφάλειας. Ιδιαίτερη έμφαση προς την επίτευξη του σκοπού αυτού δίδεται στην ενημέρωση και ευαισθητοποίηση των παιδιών για θέματα οδικής ασφάλειας και κυκλοφοριακής αγωγής και στην προετοιμασία τους ως υπεύθυνων αυριανών οδηγών.

Ζητούμενο όμως και κύρια επιδίωξή μας, πέρα από την ενημέρωση των ίδιων των παιδιών, είναι και η ενεργός αρωγή γονέων και διδασκόντων, οι οποίοι μέσα από την εμπειρία και τη γνώση τους θα βοηθήσουν τα παιδιά να συνειδητοποιήσουν ότι η ανθρώπινη συμπεριφορά είναι η κύρια αιτία των οδικών ατυχημάτων και ότι αυτά μπορούν να αποφευχθούν μόνο μέσω της συνετής και υπεύθυνης οδικής συμπεριφοράς.

Ο Ποδηλατάκις, κεντρικός ήρωας του βιβλίου που κρατάτε στα χέρια σας, βοηθά τα παιδιά με απλό και διασκεδαστικό τρόπο, να κατανοήσουν και να εφαρμόσουν τους βασικούς κανόνες της ασφαλούς και υπεύθυνης οδήγησης κατά τη διάρκεια της βόλτας τους με το ποδήλατο.

**ISBN 978-960-87771-6-3**

