

# 5 ОСНОВНЫХ ПРЕИМУЩЕСТВ АКТИВНОГО ПЕРЕДВИЖЕНИЯ

## 1 Здоровье



Ежедневные физические упражнения



Самооценка



Психическое самочувствие

## Безопасность 2



Меньше машин на дорогах



Места, предназначенные для ходьбы

## 4 Качество воздуха



Меньше загрязнения



Свежий воздух

## 3 Сообщество



Заводи друзей



Знай свой район

## 5 Хорошие привычки на всю жизнь



Активное передвижение становится нормой