

LOS 5 MEJORES BENEFICIOS DEL TRANSPORTE ACTIVO

1 Salud



Ejercicio diario



Autoestima



Salud mental

Seguridad 2



Menos tráfico



Espacios para peatones

4 Calidad del aire



Menos contaminación



Aire puro

3 La comunidad



Construir relaciones humanas



Conocer tu barrio

5 Desarrollar hábitos de toda la vida



Convertir el transporte activo en rutina