

Creando una cultura de

# CAMINAR Y ANDAR EN BICICLETA

## Escuelas

Fomentar ir en bicicleta o caminar a la escuela.

## Empresas y lugares de trabajo

Coordinar actividades que promuevan la actividad física en el día.

## Conciencia en los medios

Promover eventos y brindar educación a través de los medios de comunicación.

## Liderazgo

Distribuir responsabilidades entre las diversas partes interesadas.

## Patrulla de seguridad

Vecinos entrenados en control de tráfico y seguridad apoyando eventos masivos.

## Calles y ciclovías abiertas

Zonas y horarios determinados libres de tráfico y amigables a peatones y ciclistas.

## Infraestructura

Crear un entorno que promueva la actividad física.



## Liderazgo

Líderes locales de diversas entidades – gubernamentales, escuelas, empresas/lugares de trabajo, universidades, y comunidad en general – deben colaborar para promover caminar y andar en bicicleta de manera que estas se alineen con prioridades ya existentes.

ABIERTO

## Empresas y lugares de trabajo

Programas como “Make Your Move Experience”/ “Experiencia haz tu movida” desafían a lugares de trabajo para incrementar el nivel de actividad física de sus empleados proveyendo apoyo e incentivos. Promueven negocios locales en la publicidad de los eventos “Open streets”/“Calles abiertas”.



## Patrulla de seguridad

La patrulla, entrenada por las autoridades locales, reduce el costo de los eventos e involucra a los miembros de la comunidad. La patrulla puede ayudar en la distribución de cascos para niños de familias que no tienen acceso a uno.



## Conciencia en los medios

Utilizar los medios de comunicación para promover los eventos “Open Streets”/“Calles abiertas” y proporcionar educación en seguridad vial para ciclistas. Asegurar que los mensajes publicitarios sean distribuidos en una amplia gama de medios de comunicación como estaciones de televisión locales, periódicos y redes sociales.



## Infraestructura

Asegurar que el entorno físico promueva programas e iniciativas activas. Por ejemplo: estacionamiento para bicicletas y estaciones de reparación en escuelas y oficinas, paseos peatonales, eventos “Open Streets”/ “Calles abiertas” en lugares donde ayuden a promover negocios locales.



## Calles y ciclovías abiertas

Estos eventos incitan a toda la comunidad a ser mas activos y promueven un ambiente seguro en el que los niños pueden aprender a andar en bicicleta y ganar confianza manejándola. El programa “CycloBia” de Brownsville se lleva a cabo 6 veces al año y atrae a 10,000 participantes nuevos y otros que regresan por segunda vez.



## Escuelas

Promueven actividades que inviten a la comunidad a aprender a montar sus bicicletas de manera segura alrededor de las rutas de eventos “Open streets”/“Calles abiertas” y a ver el ciclismo como un medio de transporte y entretenimiento.