

ACTIVE

AAMPO

TRANSPORTATION

The Active Transportation Program educates people on the advantages of walking and riding a bicycle as viable modes of transportation, helps identify infrastructure improvements, and allows for two-way communication. The program recognizes the need to plan for everyone and all modes, whether young or old, motorist or bicyclist, walker or wheelchair user or transit rider.

The Active Transportation Program includes:



Walkable Community Workshops:

Assists neighborhoods in identifying infrastructure improvements to encourage active transportation to restaurants, schools, businesses and parks.



Walkability Audits:

An audit is an unbiased evaluation of the barriers and opportunities to walking and biking so that the city or neighborhood can take steps toward improving walkability.



Street Skills Classes:

Classroom safety briefings for new or returning cyclists to help them understand the rules of the road and some of the common challenges they may encounter while riding a bicycle.



Bike Rodeos:

Provide bicycle safety information and guidance to children, typically in a school setting. Helmets are provided to children who lack them, when funding permits.

Those who walk at least **20 MINUTES** a day, at least **FIVE DAYS** a week had **43%** fewer sick days.

People who ride a bike for more than **30 MINUTES** a day, had a **40%** lower risk of developing diabetes.

www.alamoareampo.org/WCP



[/alamoareampo](https://www.instagram.com/alamoareampo)

ACTIVO

TRANSPORTE

El Programa de Transporte Activo educa a las personas sobre los modos activos de transporte como caminar y andar en bicicleta, ayuda a identificar mejoras en la infraestructura y nos permite mejorar la comunicación con la comunidad. El programa reconoce la necesidad de planear para todos los modos de transporte, todas las edades, automovilista o ciclistas, peatones o usuarios de sillas de ruedas, y pasajeros del transporte público.

El Programa de Transporte Activo incluye:



Taller para una Comunidad Caminable:

Ayuda a las asociaciones de vecinos identificar mejoras de infraestructura para promover el transporte activo a restaurantes, escuelas, negocios y parques.



Evaluación de Transitabilidad:

Una evaluación de las barreras y oportunidades para caminar y andar en bicicleta para que la ciudad o el vecindario puedan tomar medidas para mejorar la accesibilidad.



Clases de Seguridad para Ciclistas:

Sesiones informativas sobre seguridad para ciclistas nuevos o aquellos que necesitan un recordatorio sobre las reglas de la carretera y algunos de los desafíos comunes que pueden encontrar al andar en bicicleta.



Rodeos de Bicicleta:

Proporcionamos información y orientación sobre la seguridad al andar en bicicleta para estudiantes, normalmente en un entorno escolar. También se proporcionan cascos a los estudiantes que los necesitan, cuando los fondos lo permiten.

Aquellos que caminan al menos **20 MINUTOS** al día, al menos cinco días a la semana tuvieron, **43%** menos días de enfermedad.

Las personas que andan en bicicleta al menos **30 MINUTOS** al día, tienen **40%** menos riesgo en desarrollar diabetes.

www.alamoareampo.org/WCP



[/alamoareampo](https://www.instagram.com/alamoareampo)