Semana de la Bicicleta

Día 23 de septiembre de 2024 en el Centro Comunidad de Cuidado Corazón Inmaculado de María se promociona y se exalta aquellas personas que utilizan la bicicleta como medio de trasporte se menciona que el uso de la bicicleta es una excelente opción para mejorar la calidad de vida, ya que ofrece múltiples beneficios para la salud, el medio ambiente y la economía. Al pedalear, se mejora la condición física, se incrementa la resistencia cardiovascular, se fortalecen los músculos y se reduce el estrés. Además, se contribuye a la protección del medio ambiente al no emitir gases de efecto invernadero ni contaminantes atmosféricos, lo que ayuda a reducir la congestión vehicular y el ruido. En el ámbito económico, el uso de la bicicleta reduce los costos de transporte y combustible, y fomenta el turismo sostenible y la economía local.







El día 25 de septiembre de 2024 se comparte el video https://youtu.be/Ew5JwnpVHmo Manual del buen ciclista a todos los trabajadores donde indican que es fundamental para cualquier persona que utilice la bicicleta como medio de transporte o recreación Algunos temas que suelen cubrirse en el manual del buen ciclista incluyen:

- Normas de tránsito y señalización
- Técnicas de conducción y frenado
- Uso de equipo de seguridad (casco, luces, etc.)
- Mantenimiento básico de la bicicleta
- Posiciones correctas y ergonomía
- Comportamiento en intersecciones y cruces
- Interacción con otros usuarios de la vía

Conocer el manual del buen ciclista es esencial para disfrutar de una experiencia segura, eficiente y respetuosa en la bicicleta.





