

Sea un Ejemplo para Caminar y Andar en Bicicleta

Los niños aprenden al observar a los adultos. Recuerde estos consejos cuando salga con su familia.

Camine Seguramente



Siempre camine por la banqueta o senderos. ¿No hay banqueta? Camine de frente al tránsito y lo más alejado posible de los vehículos.



Mire en todas las direcciones para ver de dónde vienen los vehículos. No asuma que los conductores lo han visto. Haga contacto visual antes de cruzar.



Cruce la calle por las intersecciones o los pasos de cebra, en donde los conductores esperan verlo.



Tome la mano de su hijo y camine, no corra cuando cruza.



Deje que lo vean. Si está oscuro afuera, lleve una linterna o use elementos reflectores.

Andar en Bicicleta Seguramente



Vaya con la bicicleta en el mismo sentido que el tránsito, y cumpla todas las normas de tránsito.



¡Prepárese! Siempre use casco y encienda las luces delanteras y traseras.

Visite www.LookOutTexans.org para recibir más consejos de seguridad y lecciones para enseñar seguridad al ir a la escuela caminando y en bicicleta.

Para obtener más información sobre cómo comenzar el programa **Rutas Escolares Seguras** en su área, visite los siguientes sitios web:

Safe Routes to School National Partnership
www.saferoutespartnership.org

National Center for Safe Routes to School
www.saferoutesinfo.org

Walk and Bike to School
www.walkbiketoschool.org



North Central Texas
Council of Governments

P. O. Box 5888
Arlington, TX 76005
817-695-9240

www.nctcog.org/schools



Rutas Escolares Seguras

Ayudando a sus hijos caminar y andar en bicicleta seguramente a la escuela

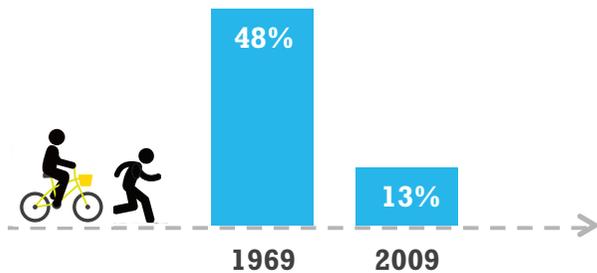


¿Qué es Rutas Escolares Seguras?

Es una iniciativa nacional que anima mas estudiantes que viajen a la escuela caminando y en bicicleta.

¿Sabía Esto?

En el transcurso de una generación, el porcentaje de estudiantes que viajan a la escuela caminando o en bicicleta ha descendido drásticamente.



Caminando e ir en bicicleta a la escuela, y usando estos medios en toda la comunidad, puede:

- ✓ Mejorar la salud y seguridad de los niños
- ✓ Aliviar la congestión de tránsito y mejorar la calidad del aire cerca de la escuela
- ✓ Mejorar el sentido de comunidad



Fotografía: Fort Worth ISD

¿Cómo comienzo?

Hable con el director de la escuela. Identifique a los miembros de la comunidad, padres y personas interesados.

Comience con pasos pequeños. Elija un día para ir con sus hijos a la escuela caminando, en bicicleta o en patineta.
Por ejemplo: *Día para Ir a la Escuela Caminando o en Bicicleta (todos los meses de mayo y octubre).

Invite a otros a sumarse a esta actividad.
Por ejemplo: Amigos y vecinos.

Marque las rutas en un mapa y publique el mapa con fechas.

Por ejemplo, esta herramienta: *Map-A-Route de The National Center for Safe Routes to School.

Celebre y comparta el éxito.

Por ejemplo: Invite y comparta la experiencia con los medios locales y el consejo escolar, entre otros.

Planifique los eventos futuros.

Por ejemplo: Fechas, rutas nuevas, publicidad, quién ayudará.

*Sitios web con más información al dorso.

¿Cuáles son los próximos pasos?

Para mantener el éxito, reúnanse con las personas interesadas y comiencen a planificar.

Comience con una visión de futuro.

Por ejemplo: "Rutas a la escuela, seguras, divertidas y eficaces".

Recolecte información e identifique problemas e inquietudes.

Por ejemplo: Tenga mapas; invite a la ciudad y el distrito, entre otros, que pueden tener información y recursos.

Establezca prioridades y planifique.

Por ejemplo: Prepare un cronograma, responsabilidades y proyectos de prioridad.

¡Usted puede lograrlo!

