

## ¿Por Que Caminos Seguros a la Escuela En Rialto?

Porque es importante mantener los niños activos y protegidos. Los niños son más activos cuando caminar y andar en bicicleta es seguro. Aquí tenemos algunos beneficios de caminar y andar en bicicleta a la escuela diariamente:



### BENEFICIOS MENTALES

Mejor desempeño académico;  
Reduce la ansiedad y depresión;  
Mejor concentración, memoria, y el sueño.



### BENEFICIOS FÍSICOS

Reduce el riesgo de obesidad y diabetes;  
Control de peso y presión sanguínea;  
Huesos, articulaciones, y músculos más fuertes.

Cuando los estudiantes caminan a la escuela llegan enfocados y listos para aprender.

## Padres/Guardias: Por Favor Involúcrense

Para registrarte, ser voluntario/a y aprender sobre cómo puedes apoyar Caminos Seguros a la Escuela, por favor visita [www.YourRialto.com/SRTS](http://www.YourRialto.com/SRTS) o ponte en contacto con la director/a de tu escuela.



**REGÍSTRATE** para el Equipo Central de SRTS de tu escuela.



### SÉ UN VOLUNTARIO

Ayuda a tu escuela hacer una evaluación de caminata o que participe en encuestas.



### TRABAJA CON EL PERSONAL DE LA ESCUELA

para ayudar a organizar eventos divertidos como el Autobús Escolar Caminante, Concurso de Tenis Dorados, o Día de Andar en Bicicleta a la Escuela.

## ZONA DE NIÑOS: MEDIRTE UN CASCO

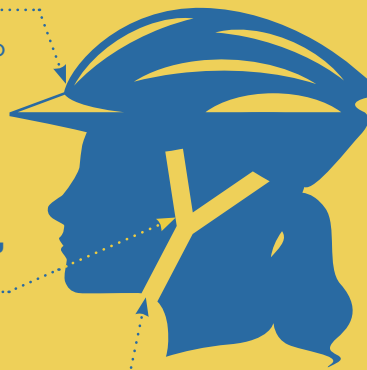
### 1 PONTE UN CASCO

El casco debe de ir nivelado sobre tu cabeza y debe cubrir parte de tu frente.

### 2 LAS CORREAS LATERALES DEBEN DE FORMAR UNA "V" debajo de las orejas cuando las abroches.

### 3 ¿Está la correa abrochada ajustada debidamente en tu mentón? Si no, AJÚSTALA BIEN.

### 4 ¡CIRCULA!



## Empieza un Autobús Escolar Caminante/Tren de Bicis



Ponte en contacto con participantes potenciales (padres y estudiantes, con el director/a, personal de la escuela, oficiales y líderes comunitarios).



Escoge una ruta.



Decide con qué frecuencia el grupo va a caminar o circular en bicicleta.

*¡Camina, roda, anda en bicicleta, y diviértete!*



## SAFE ROUTES to SCHOOL

An Active Transportation Community

## ¿Qué es Caminos Seguros a la Escuela?

Caminos Seguros a la Escuela ayuda a estudiantes y sus familias caminar, andar en bicicleta, y rodar con seguridad a la escuela a través de actividades que mejoran la salud, el bienestar, y la seguridad de los niños.



La Ciudad de Rialto es una Ciudad Modelo e3p3

## Recordatorios de Seguridad en Zona Escolar

Como padres/guardianes, y hermanos grandes, nuestras acciones hablan igual que fuerte que nuestras palabras. Debemos todos ser buenos ejemplos.

### > REDUCE TU VELOCIDAD

La velocidad más segura es probablemente menos de 25 millas por hora.

### > BUSCA A NIÑOS

Caminando, cruzando, y andando en bicicleta en la calle en todas direcciones.

### > DETENTE PARA LAS PERSONAS

Cruzando en medio de la calle, cruce peatonal, y intersecciones.

### > CONDUCE CON EL FLUJO DEL TRÁFICO

Sigue las reglas de la escuela en las zonas de dejar y recoger a los niños. Asegúrate de orillarte a la banqueta y no dejar a los niños en la calle.

### > RESPETA TU COMUNIDAD

Estacionate en espacios legales y evita estacionar en doble fila y no bloques rampas con acceso vehicular. Considera compartir vías o caminar/andar en bicicleta a la escuela.

### > ES LA LEY

Evita vueltas en U a mitad de cuadra, girar en contra de "No Derechas en Rojo" señales, y dejar largo de zonas de bordillos rojos.

### > SÉ UN EJEMPLO

Sigue las instrucciones de los oficiales y guardias de cruce. Es la ley.



## Enseña a Tus Hijos



### CAMINANDO Y RODANDO A LA ESCUELA

Siempre camina en la banqueta y pon atención a los carros que dan vuelta y entran a las rampas de acceso vehicular, garajes, y callejones. Nunca salgas entre dos carros estacionados hacia la calle.



### CRUZANDO LA CALLE

Usa el cruce peatonal y obedece todas las señales. Antes de cruzar, mira hacia tu izquierda, derecha e izquierda una vez más. Nunca asumas que el carro que se esté acercando se va a detener.



Enseñe a sus hijos a no usar celulares, escuchar música, o hacer cualquier cosa que los distraiga cuando caminan, andan en mini llantas, circulan en bicicleta, o patinan a la escuela.



### ANDAR EN BICICLETA Y PATINAR A LA ESCUELA

Niños menos de 10 años deben de andar en la banqueta.

Siempre usa un casco que te quede ajustado apropiadamente.

Revisa tu bicicleta rutinariamente para asegurarte que el asiento, manubrios, llantas, cadena, frenos, estén justos y que estén trabajando correctamente.

Cuidate de peligros en la calle como baches, pedazos de vidrio, charcos, perros, y carros estacionados. ¡Estate en alerta todo el tiempo!



### LA PRÁCTICA HACE LA PERFECCION

Practica caminar y circular en bicicleta con seguridad con tu hijo/hija.

## ZONA DE NIÑOS: CRUCE PEATONAL

1



### DETENTE

en la orilla de la banqueta.

2



### MIRA

hacia tu izquierda, derecha y atrás de ti.

3



### HAZ CONTACTO VISUAL

con los automovilistas.

4



### ¡CRUZA

con la cabeza hacia arriba y revisa tú alrededor!