



¿POR QUÉ RUTAS SEGURAS A LA ESCUELA DE PASADENA?

Los programas SRTS tienen como objetivo aumentar el número de estudiantes que eligen medios de transporte activos (caminando, ir en bicicleta, ir en patineta) o compartidos (transporte público, vehículo compartido) para ir a la escuela, haciendo que sea más seguro y accesible para caminar, ir en bicicleta y / o tomar el transporte público. Aquí hay algunos beneficios de caminar e ir en bicicleta a la escuela:



BENEFICIOS MENTALES

- Mejor rendimiento académico
- Reducción de ansiedad y depresión
- Mejor concentración, memoria y dormir

BENEFICIOS FISICOS



- Reduce el riesgo de obesidad y diabetes
- Control de peso y presión arterial
- Huesos, articulaciones y músculos más fuertes

Cuando los estudiantes caminan a la escuela, llegan **concentrados** y **listos para aprender**.



VAMOS

en pie en patineta en bici

#PasadenaSafeRoutes

PARA MÁS INFORMACIÓN ACERCA DEL PROGRAMA RUTAS SEGURAS A LA ESCUELA DE PASADENA, COMUNÍQUESE CON LA:

Coordinadora de Bienestar del Distrito Escolar Unificado de Pasadena

Katia Ahmed - ahmed.katia2@pusd.us

RUTAS SEGURAS A LA ESCUELA DE PASADENA

Para más información visite:

<http://saferstreets.cityofpasadena.net/pages/school-safe-routes>

@SafeRoutesPasadena

SafeRoutesPasadena

@SafeRoutesPasadena

PASADENA
DEPARTMENT OF TRANSPORTATION



VAMOS

en pie en patineta en bici

#PasadenaSafeRoutes



PROGRAMA RUTAS SEGURAS A LA ESCUELA DE PASADENA FAMILIAS A PIE

En Pasadena, estamos trabajando para que nuestras calles sean más seguras para que los niños y las familias caminen a la escuela.

RECORDATORIOS DE SEGURIDAD EN LA ZONA ESCOLAR

Como padres / guardianes y hermanos mayores, nuestras acciones hablan tan fuerte como nuestras palabras. Pongamos todos buenos ejemplos:

➤ REDUZCA LA VELOCIDAD

La velocidad segura puede ser menos de 25 MPH.

➤ BUSQUE A LOS NIÑOS

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

➤ DÉTENGASE PARA LAS PERSONAS

Cruzando en medio de la calle, en cruces peatonales e intersecciones.

➤ SIGA LA CORRIENTE

Siga las reglas de dejar y recoger estudiantes en la escuela. Llegue a la banqueta en lugar de dejar a los estudiantes en la calle.

➤ RESPETE A SU COMUNIDAD

Estacionese en espacios legales y evite el doble estacionamiento o bloquear las entradas de los vecinos. Considere caminar, ir en bicicleta o viajar en vehículo compartido a la escuela.

➤ ES LA LEY

Evite los giros en U a mitad de la cuadra, dar vuelta cuando haya letreros que dicen "No vuelta a la derecha en rojo", y dejar pasajeros en zonas de bordillo rojo.

➤ SEA UN EJEMPLO

Siga las instrucciones de la patrulla de seguridad y los guardias de cruce. Es la ley.

PADRES: INVOLÚCRESE

Para inscribirse, darse de voluntario y aprender más sobre cómo puede apoyar Rutas Seguras en su escuela, visite la página: <http://saferstreets.cityofpasadena.net/pages/school-safe-routes> o comuníquese con la:

Coordinadora de Bienestar del Distrito Escolar Unificado de Pasadena

Katia Ahmed - ahmed.katia2@pusd.us



REGÍSTRESE

Para el equipo central de SRTS de su escuela.



HÁGASE VOLUNTARIO

Ayude a su escuela a realizar una auditoría de caminata o a participar en encuestas.



TRABAJE CON EL PERSONAL ESCOLAR

Ayude a organizar eventos divertidos como el Autobús Escolar a Pie, el Concurso de Tenis de Oro (Golden Sneaker Contest) o Día de Ciclar a la Escuela.

INICIE UN AUTOBÚS ESCOLAR A PIE/ TREN DE BICICLETA



Póngase en contacto con posibles participantes (padres y estudiantes, director de la escuela, personal escolar, agentes de la ley y líderes de la comunidad).



Elija una ruta.



Decida con qué frecuencia el grupo caminará/ andarán en bicicleta juntos.

¿CÓMO?



EDUCACIÓN

Equipando a las personas con el conocimiento, las habilidades y la confianza para ir en bicicleta y caminar.



EVALUACIÓN

Monitoreando los esfuerzos para aumentar el transporte activo y planeando para el futuro.



APLICACIÓN

Desarrollando comportamientos de seguridad y responsabilidad en la calle y edificando respeto entre todos los usuarios de la calle.



EQUIDAD

Incrementando el acceso y la oportunidad para todos los residentes, incluyendo los más desfavorecidos, las minorías y de bajos recursos.



ANIMANDO

Fomentando una cultura que apoya y anima el transporte activo.



INGENIERIA

Creando lugares seguros, conectados y cómodos para ciclar y caminar.

ZONA ESTUDIANTIL: COLOCANDO UN CASCO

1 PÓNERSE UN CASCO EN LA CABEZA

El casco debe cubrir su frente y descansar justo por encima del hueso de la ceja.

2 LAS CORREAS DEBEN FORMAR UNA A

y una V debajo de las orejas cuando se abrochan.

3 ¿Está la correa bien ajustada en su barbilla? Si no, APRIETE LAS CORREAS.

4 ¡A PASEAR!

