

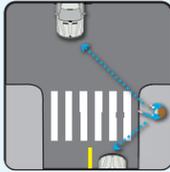


## Camina Seguro!



Mira antes de cruzar la calle. Mira a la izquierda y a la derecha, y a la izquierda de nuevo antes de cruzar de la calle, o mira hacia atrás por autos dando el giro, especialmente en las intersecciones.

Haz contacto visual. Nunca asumas que los conductores te pueden ver. Haz contacto visual antes de cruzar la calle.



Usa los cruces peatonales. Cruza en las esquinas o donde estén señalizados los cruces.

Obedece las reglas. Sigue las instrucciones de los guardias en los cruces.



Sé visible. Camina donde los autos y bicicletas puedan verte. Usa ropa de colores vivos y usa luces y reflectores cuando se oscurece.



## Monta en bicicleta seguro!

Usa el casco. Es la ley. El casco debe ser ajustado apropiadamente, estar nivelado en la cabeza, y siempre estar abrochado firmemente bajo su barbilla.



Sigue la misma dirección del tráfico. Monta a la derecha de la calle, en el mismo sentido del tráfico. Obedece todas las reglas y señales de tráfico.

Comparte el camino. Adelanta los peatones con cuidado en los caminos. Toca el timbre o anuncia "pasando a la izquierda" antes de pasar.



Asegura tu bicicleta. Siempre asegura el marco de la bicicleta y la rueda delantera con el cable y candado para prevenir robos.



Haz contacto visual. Nunca asumas que los conductores te pueden ver, especialmente al cruzar una intersección. Haz contacto visual antes de cruzar, inclusive si es tu turno.

Está alerta. Cuando montas en bici en la calle, pon cuidado si una puerta de un auto estacionado se abre o mira si hay autos girando en tu camino.



Sé visible. Anda donde los autos puedan verte. Usa ropa de colores vivos y usa luces y reflectores cuando se oscurece.

Sé predecible. Monta en línea recta y siempre usa las señales manuales para indicar tus movimientos.

## Rutas Seguras a la Escuela en Davis

Davis es uno de los lugares con más facilidad para caminar y andar en bicicleta del país. Tenemos la suerte de contar con terreno plano, un clima agradable y excelentes rutas para montar en bicicleta y caminar. Caminar y andar en bicicleta establecen hábitos saludables de por vida, y los niños y adultos que caminan o andan en bicicleta pueden disfrutar de:

- Una dosis diaria de actividad física
- Una textura y peso saludable
- Empezar el día escolar alertos y listos para aprender
- Mejores calificaciones y desempeño académico
- Menores tasas de depresión y ansiedad
- Un viaje a la escuela divertido y sociable

## Participa!

Estas son algunas de las maneras en que puedes ayudar a promover el transporte activo en Davis:

- Planea tu ruta para caminar o andar en bicicleta con tu estudiante.
- Forma o participa en un bus caminante o un tren de bicicletas. Bus caminantes y trenes de bicicletas son grupos de estudiantes que caminan o van en bicicleta a la escuela en compañía de un padre o adulto voluntario.
- Sé un modelo a seguir, comportándote adecuadamente como peatón o ciclista. Los estudiantes aprenden del comportamiento de los adultos, así que sigue las reglas de tráfico y pon un buen ejemplo.
- Sé voluntario! Tu escuela tiene muchos eventos y oportunidades. Ponte en contacto con tu PTA o participa en el Davis Bicycles! Comité de Escuelas.

## Conozca mas:

Simple Pasos para Ajustar el Casco Apropiadamente  
<http://street-smarts.cityofdavis.org/resources>

Recursos para la Seguridad en Bicicleta, Peatonal y de Conductores  
<http://www.nhtsa.gov/Driving+Safety>

Davis Bicycles! Comité de Escuelas  
<http://davisbicycles.org/Schools>

Programa Calles Seguras de la Ciudad de Davis  
[street-smarts.cityofdavis.org](http://street-smarts.cityofdavis.org)

Programa de escaneo Active4.me  
[www.active4.me](http://www.active4.me)

Davis Joint Unified School District  
[www.djUSD.net/saferoutes](http://www.djUSD.net/saferoutes)



Programa Rutas Seguras a la Escuela  
[www.cityofdavis.org](http://www.cityofdavis.org)  
530-757-5640  
[ridewalk@cityofdavis.org](mailto:ridewalk@cityofdavis.org)



## Rutas Recomendadas para

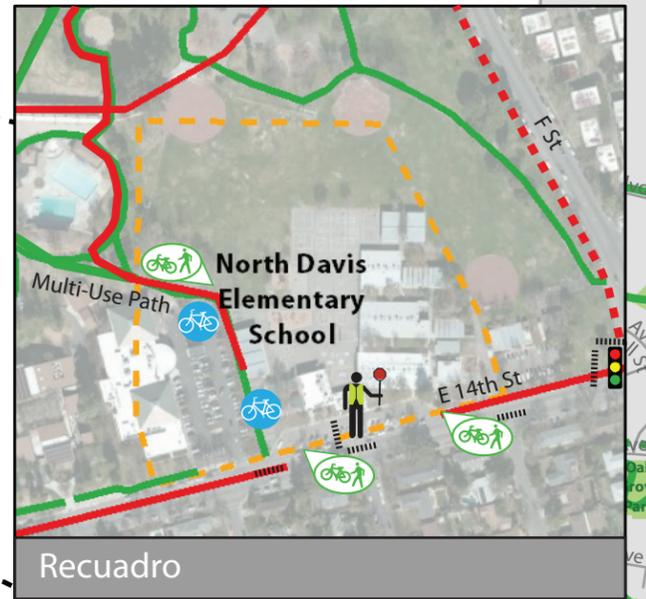
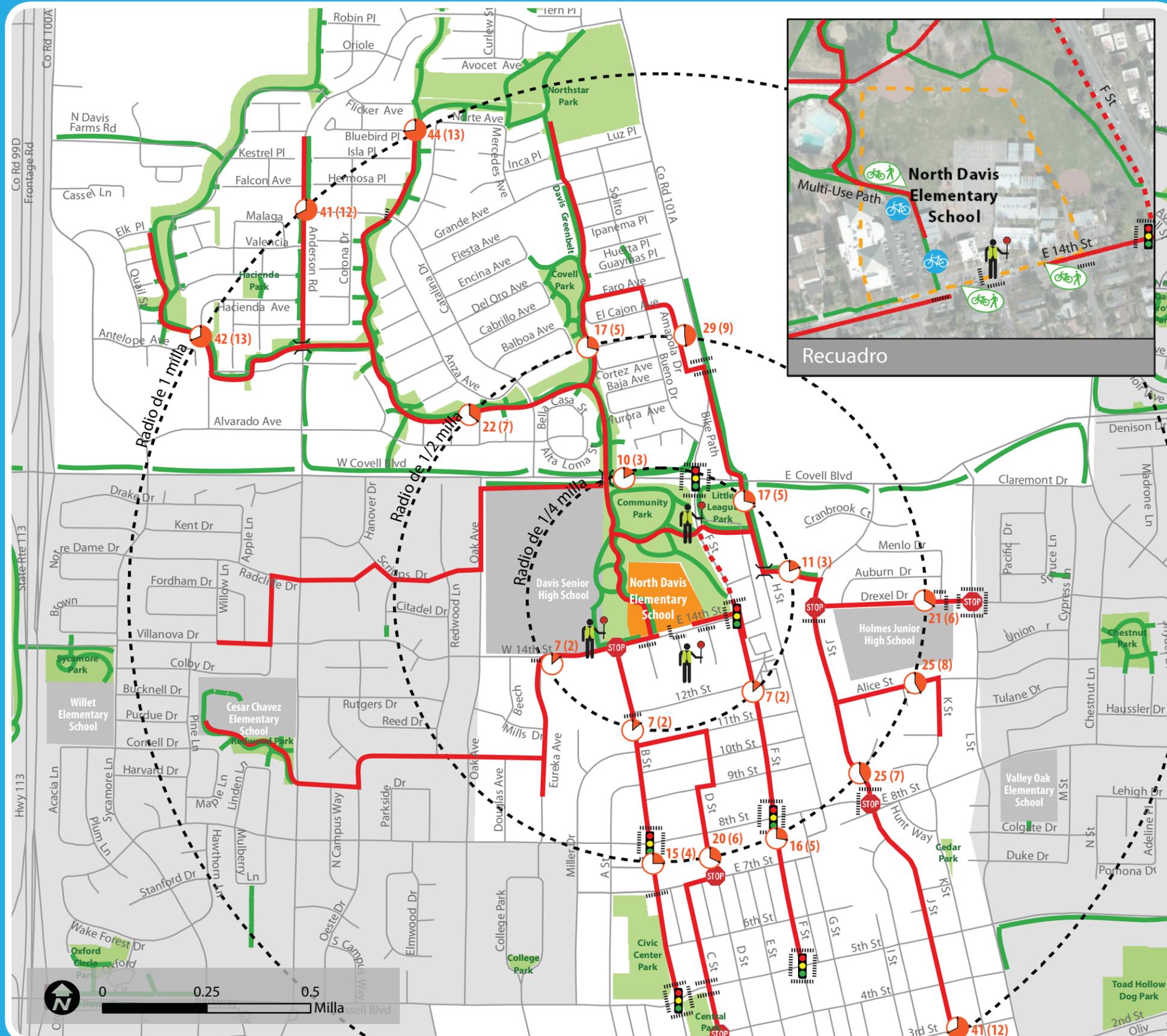
# NORTH DAVIS ELEMENTARY SCHOOL



Diseño de la portada, por 2407 Graphics • foto cortesía de David Phillips • Programa Calles Seguras de la Ciudad de Davis • 2014

# Rutas Seguras a la Escuela Programa

# Escuela Elemental North Davis: Rutas Sugeridas para Caminar y Andar en Bicicleta



## ¿Cómo Usar Este Mapa?

Este mapa de rutas sugeridas a la escuela fue creado con la intención de animar a los adultos y estudiantes a caminar o ir en bicicleta a la escuela. Los adultos tienen la responsabilidad de elegir la opción más apropiada con base en su conocimiento de las diferentes rutas y el nivel de habilidad de sus estudiantes.

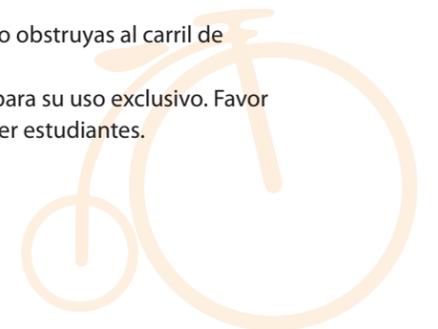
Este mapa incluye las rutas sugeridas al igual que la ubicación de los semáforos, cruces peatonales, paradas de cuatro vías, guardias en los cruces y caminos fuera de la vía.

Para conocer otras rutas y áreas fuera de este mapa, por favor visite: <http://street-smarts.cityofdavis.org/>

## Información para la bajada y recogida de estudiantes:

Les animamos a los estudiantes a caminar o montar en bicicleta a la escuela siempre que puedan. Estudiantes que montan en bicicleta tienen que usar casco. Hay que traer sus propios candados y asegurar sus bicis en los estacionamientos para bicicletas designados. Una vez que lleguen a la escuela, se tienen que bajar de la bici y caminarla siempre que estén en campus.

- Si manejas, los estudiantes se pueden bajar en la zona de carga sobre 14th Street.
- Sigue las reglas de la zona de carga. No estaciones ni dejes el auto allí.
- Se prohíbe estacionarse en doble fila. No obstruyas al carril de bicicletas.
- El estacionamiento para empleados es para su uso exclusivo. Favor de no utilizarlo para dejar ni para recoger estudiantes.



## LEYENDA

	Ruta Sugerida (Peatones y Bicicletas)		Acceso Peatonal y de Bicicletas		Área de Inscripciones
	Ruta Sugerida (Solo Peatones)		Camino para Uso Compartido		Parques y Espacios Abiertos
	Tiempo Estimado Caminando (Tiempo en Bicicleta)		Estacionamiento para Bicicletas		Escuela
	Ubicación de Guardias de Cruces		Semáforo		
	Cruce Pateonal Demarcado		Señal de Pare		
			Tune o Puente Peatonal y de Bicicletas		