

## Concientización de Zonas Escolares

### REDUZCA SU VELOCIDAD EN ZONAS ESCOLARES

- Reduzca la velocidad dentro de un radio de 500 a 1,000 pies de distancia de una escuela
- El límite de velocidad es de 25 millas por hora a menos que se indique de otro modo
- Tenga precaución con niños que puedan correr de repente a la calle
- Pare y dé paso a los peatones
- Si un guardia esta presente en los cruces escolares, siga sus instrucciones
- Pare y dé paso a los autobuses escolares que tengan las luces intermitentes rojas encendidas

### EVITE LAS DISTRACCIONES

- Mantenga los ojos enfocados en la carretera
- Mantenga las manos en el volante
- Si necesita atender a un niño, estacionese en un lugar seguro

### MANERA PARA DEJAR A SU NIÑO

- Estacionese correctamente en espacios designados para estacionamiento
- Deje a sus niños en áreas designadas
- Asegúrese de que sus niños estén preparados y que tengan todo listo al momento de dejarlos
- No pare su auto a media cuadra de la zona escolar para dejar a sus niños. Esta práctica promueve comportamientos ilegales al cruzar la carretera



Anne E. Campbell  
County Superintendent of Schools

## Como Contactarnos:

San Mateo County Office of Education  
101 Twin Dolphin Drive  
Redwood City, CA 94065

Daina Lujan  
Coordinadora, Rutas Escolares Seguras  
650-802-5306  
dlujan@smcoe.org

Marilyn Canadas  
Asistente Administrativa  
650-802-5338  
mcanadas@smcoe.org

\*Información cortesía de Rutas Escolares Seguras de Maine, Alta Planning & Design, AAA, Centro para el Control de Enfermedades, y el Departamento de Vehículos Motorizados de California

\*Fotografías cortesía de la Fundación AAA para la Seguridad en el Tránsito.

## Recursos

AAA  
<http://www.csaa.com/>

Kids' Health  
<http://kidshealth.org>

Silicon Valley Bike Coalition  
[bikesiliconvalley.org/](http://bikesiliconvalley.org/)

Walk Bike to School  
<http://www.walkbiketoschool.org/>



Anne E. Campbell • County Superintendent of Schools

## Seguridad en Bicicleta: Sugerencias para el Diálogo en Familia



## Rutas Escolares Seguras Condado de San Mateo



San Mateo County  
**SAFE ROUTES TO SCHOOL**

Healthy Kids • Green Communities • Safe Journeys

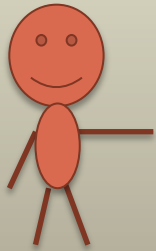
# ¿Que es SR2S?

La Oficina de Educación del Condado de San Mateo se complace en ofrecerles el programa de Rutas Escolares Seguras (Safe Routes to School, SR2S). SR2S es un programa a nivel del condado cuya meta principal es promover y estimular a los estudiantes a ir a la escuela a pie o en bicicleta por medio de la implementación de proyectos y actividades para mejorar la salud, el bienestar, y la seguridad, lo cual a cambio resultará en una reducción de la congestión del tráfico y emisiones causadas por los viajes relacionados con la escuela.



## Seguridad en Bicicleta

### Señales de Mano



Vuelta a la Izquierda



Alto



Vuelta a la Derecha

### CASCO DE CICLISTA

Inspeccione el casco de su niño para ver como le queda:

- Su casco debe quedar cómodo y plano por encima de la cabeza de su niño, no en un ángulo

### VÍSTASE PARA PROTEGERSE

Ropa segura para sus niños incluye:

- Ropa reflectante y/o brillante o de color luminoso
- Sus niños no deben usar ropa muy ancha y deben guardar las cuerdas sueltas
- Sus niños no deben usar audífonos o escuchar música muy alta

### SEGURIDAD EN BICICLETA

Siga las **Revisiones Rápidas (ABC Quick Check)** antes de iniciar su viaje:

- **AIRE:** Apreté las llantas, estas deben de estar firmes
- **FRENOS:** Asegúrese que funcionen
- **ESTRELLA CENTRAL/CADENA:** Asegúrese de que la cadena no esté floja e inspeccione la estrella central visualmente
- Revise la palanca de desbloqueo (**QUICK**). Asegúrese que todas las palancas estén ajustadas

### OBEDECER LAS REGLAS DEL TRÁNSITO

Prácticas seguras que le debe recordar a su niño al montar bicicleta:

- Viajar en una sola fila y al lado derecho
- Obedezca todas las señales y leyes de tránsito
- Conduzca derecho
- Pare siempre al final de una entrada particular y antes de entrar a la carretera
- Sea prudente cerca de entradas particulares
- Utilice las luces de su bicicleta al atardecer o por la noche
- Ceda el paso a los peatones

### PADRES DE FAMILIA

Antes de permitir que su niño salga solo a montar bicicleta:

- Escoja la ruta más segura para andar en bicicleta
- Hable sobre las maneras de minimizar los peligros potenciales
- Practique la ruta con su niño utilizando las prácticas seguras de montar bicicleta
- Muéstrelle las señales de tránsito y hable con su niño acerca de lo que significan los símbolos y las palabras