

Safe Routes to School

Proyectos de Safe Routes to School a bajo precio o sin costo alguno

¡Ideas simples y fáciles para empezar!

Como FAMILIA



Empezan un Autobús Caminante o un Tren de Bicicletas en su vecindario.

Celebren caminar o montar en bicicleta a la escuela: decoren carteles, gorras, cascos y mochilas.

Jueguen un juego en camino a la escuela.



Hagan un evaluación sobre la posibilidad de caminar alrededor de su comunidad.

Enseñen a sus hijos sobre seguridad para peatones y ciclistas.



Prometan manejar con seguridad y siempre conducir al límite de velocidad indicada en las calles de la ciudad.

Vean la Guía de apoyo a ciclistas y peatones de Iowa.



Este folleto es INTERACTIVO

Acceda a estos útiles recursos descargándolos de Internet en los siguientes enlaces

www.uerpc.org/safe-routes.html o www.iowafoodandfitness.org/site/artis.html

Como ESCUELA

Usen el Currículo para Iowa de "Kids on the Move" en su escuela



Celebren el Día Internacional de Caminar a la Escuela y el Día Nacional de Montar en Bicicleta a la Escuela.

Hagan una encuesta a padres y estudiantes sobre caminar y montar en bicicleta a la escuela.

Empezan eventos semanales o mensuales de "camina y muévete".



Cambinen una milla a la escuela antes, durante o después del día escolar.

Designen un Parada para residentes a distancia o punto para estacionar caminar, donde los estudiantes se agrupen para caminar o montar en bicicleta lo que resta del trayecto a la escuela.

Empezan un Club de Millas y recompensen a los estudiantes por participar y alcanzar metas establecidas.



Lleven los estudiantes en una excursión por la naturaleza o viaje de estudios para divertirse y explorar sus entornos.

Participen en eventos de Live Healthy Iowa durante el año: el Día del Ejercicio Físico en Otoño, los Retos de 10 semanas para niños y adultos durante el invierno y el Día de Llegar a la Meta en la primavera.

Establezcan un programa de juegos o actividades sobre Safe Routes to School durante el horario escolar.



Como COMUNIDAD

Ofrezcan un taller GRATIS de Safe Routes to School en su comunidad.

Planeen un Festival de Bicicletas para los niños.

Recompensen a los estudiantes por usar sus cascos implementando el programa "Me pescaron llevando un casco".



Adopten Reglas para Calles y revisen leyes y códigos de la ciudad para asegurar que las aceras sean obligatorias en urbanizaciones nuevas.

Asegúrense de que los residents mantengan las aceras en buen estado y despejadas todo el año. Empezan un programa Premio a la Pala Dorada.

Desarrollen un Programa de Vigilancia y Protección del Vecindario.

Operen una Campaña de la Organización Benéfica "Keep Kids Alive Drive 25".



Incrementen los pasos para peatones y la señalización alrededor de las escuelas.

Organicen una Caminata-Maratón para promover los programas de Safe Routes to School.

