



SAFE KIDS

*Revise la seguridad de la
ruta que su hijo camina*

National
**SAFE
KIDS**

Campaign



Partnership for a
Walkable America

CAMINEMOS SEGUROS POR NUESTRO VECINDARIO

Todos nos beneficiamos al caminar. Pero la caminata debe ser segura y fácil. Vaya de paseo con su niño y use este test para determinar si su vecindario es un lugar seguro para caminar. Si encuentra problemas, hay varias cosas que usted puede hacer para mejorar la seguridad.

Para empezar: Elija un lugar para caminar, tal como el trayecto a la escuela, el camino hacia la casa de un amigo o simplemente un lugar divertido para ir. Lea el test antes de emprender la caminata y, mientras camina, anote los lugares donde están situadas las cosas que necesitan cambiar. Al final de su caminata, haga una evaluación general para cada pregunta, marcando cada lugar por donde pasa. Luego, sume los números y vea cual es la evaluación final de su caminata.

Escala de calificación.

- 1 = horrible
- 2 = muchos problemas
- 3 = algunos problemas
- 4 = bueno
- 5 = muy bueno
- 6 = excelente

Luego que usted reúna toda la información necesaria para caminar en su vecindario, tome el próximo paso. En este folleto encontrará ideas que le harán más fácil caminar en su vecindario.

Es posible que su coalición local SAFE KIDS ya haya formado un grupo de trabajo (task force) para impulsar muchos de estos cambios. Póngase en contacto con ellos para determinar que recursos tienen para la seguridad peatonal y vea cómo usted puede ayudar. Para encontrar la coalición SAFE KIDS más cercana a su domicilio, póngase en contact con:

The National SAFE KIDS Campaign
1301 Pennsylvania Ave. NW
Suite 1000
Washington, DC 20004-1707
Tel: 202-662-0600

www.safekids.org

PROMUEVA CAMINATAS EN SU VECINDARIO

Qué pueden hacer usted y sus niños INMEDIATAMENTE

Qué pueden hacer usted y su comunidad, con más tiempo

1. ¿Tuvo espacio suficiente para caminar de manera segura?

Aceras (veredas) o caminos comienzan y finalizan abruptamente
Aceras rotas o en mal estado
Aceras obstruidas
No hay aceras, caminos ni banquetas ("shoulders")
Hay demasiado tráfico

- ◆ Tome, por ahora, otra ruta
- ◆ Comunique a los ingenieros del departamento de transporte o del departamento de obras públicas los problemas específicos encontrados en esa área

- ◆ Escriba o solicite al municipio local que reparen la acera o vía peatonal
- ◆ Reúna firmas de vecinos
- ◆ Comuníquese con los medios para que expongan el problema

2. ¿Resultó fácil cruzar las calles?

Vía demasiado ancha
Señales de tráfico (semáforos, etc.) que hacen esperar demasiado tiempo o que no dan suficiente tiempo para cruzar
Se necesita colocar sendas peatonales
Vista del tráfico bloqueada por autos estacionados, árboles o plantas
Se necesitan rampas (para discapacitados) o reparar las rampas existentes

- ◆ Tome, por ahora, otra ruta
- ◆ Informe de los problemas al departamento de obras públicas
- ◆ Corte o pade los árboles y arbustos que bloquean la calle y pídale a sus vecinos que hagan lo mismo
- ◆ Deje notas amables en los autos que causan problemas, pidiéndole a sus dueños que no estacionen allí

- ◆ Haga una campaña pro sendas peatonales, señales o cambios en el estacionamiento en reuniones municipales públicas
- ◆ Envíe un informe al ingeniero local de transporte en el cual se identifiquen detalladamente los autos que causan problemas
- ◆ Informe a la policía de autos estacionados ilegalmente
- ◆ Pídale al departamento de obras públicas que ajuste o pade árboles o plantas
- ◆ Informe a los medios de comunicación acerca del problema

3. ¿Se comportaron correctamente los conductores?

Los conductores salen en reversa hacia la calle sin mirar
No dieron prioridad de paso
Enfrentaron a los peatones
Manejaron demasiado rápido
Aceleraron para pasar los semáforos en luz amarilla o avanzaron con luz roja

- ◆ Tome, por ahora, otra ruta
- ◆ Predique con el ejemplo: cuando esté en su auto vaya despacio y sea considerado con los peatones
- ◆ Aliente a sus vecinos a hacer lo mismo
- ◆ Informe a la policía acerca de los conductores que manejan con imprudencia

- ◆ Organice en su vecindario programas de control de velocidad ("Speed watch")
- ◆ Solicite que se haga cumplir la ley en su vecindario
- ◆ Pídale ideas a los planificadores urbanos municipales y a los ingenieros de tráfico vehicular
- ◆ Pida que se establezcan señales de giro
- ◆ Pídale a las escuelas que coloquen guardas de cruce en lugares claves

4. ¿Se pudieron seguir las reglas de seguridad?

Cruzó por las sendas peatonales o donde usted pueda ver y ser visto
Paró y miró hacia la izquierda-derecha-izquierda antes de cruzar
Caminó por las aceras y banquetas siempre mirando en la dirección del tráfico
Cruzó con luz verde

- ◆ Aprenda usted mismo y enséñele a su niño cómo caminar en forma segura
- ◆ Para obtener consejos sobre cómo caminar en forma segura, solicite un folleto de seguridad peatonal a la coalición local de SAFE KIDS o a The National SAFE KIDS Campaign
- ◆ Organice a los padres en su vecindario para que lleven a sus niños a pie a la escuela

- ◆ Exhorte a las escuelas a que enseñen seguridad peatonal
- ◆ Ayude a las escuelas a iniciar programas de "Rutas Seguras"
- ◆ Promueva iniciativas empresariales que permitan la flexibilización de horas de trabajo, de modo que los padres puedan llevar a pie a sus niños a la escuela

5. ¿Fue la caminata agradable?

Se necesitan más césped, flores o árboles
Hay perros peligrosos o sin vigilancia
Hay actividad sospechosa en la ruta
No está bien iluminado
Hay áreas sucias

- ◆ Tome, por ahora, otra ruta
- ◆ Pídale a los vecinos que mantengan sus perros amarrados o detrás de las verjas
- ◆ Informe acerca de los perros peligrosos o sin vigilancia al departamento de control de animales
- ◆ Informe toda actividad sospechosa a la policía
- ◆ Informe a la municipalidad sobre necesidades de alumbrado público
- ◆ Haga una caminata con una bolsa de basura
- ◆ Plante árboles, flores y arbustos en su jardín

- ◆ Requiera el incremento de la vigilancia policial
- ◆ Comience un programa de vigilancia criminal (Crime-Watch) en su vecindario
- ◆ Organice un día de limpieza comunitaria
- ◆ Patrocine un día de plantado de árboles
- ◆ Patrocine un día de embellecimiento del vecindario

Chequeo rápido de temas de salud

No pudo caminar tan lejos o tan rápido como usted quería
Se cansó, le faltó la respiración o tuvo dolor en los pies o en los músculos

- ◆ Comience con caminatas cortas y prolonguelas hasta 30 minutos la mayoría de los días
- ◆ Invite a caminar a un amigo o a un niño con usted
- ◆ Reemplace algunos viajes de auto por viajes de a pie

- ◆ Promueva que los medios de comunicación hagan una nota sobre los beneficios a la salud que conlleva caminar
- ◆ Llame al departamento de parques y recreación para que organice caminatas en el vecindario
- ◆ Promueva apoyo empresarial a programas de caminatas para empleados