

# COMECE O DIA ESCOLAR COM CONFIANÇA

A segurança do aluno durante a chegada e saída é uma prioridade da escola. Ao praticar essas diretrizes de segurança com seu aluno, as famílias podem fazer a sua parte para criar um ambiente de viagem sem preocupações dentro e fora da escola.

- 1 Use calçadas e caminhe de frente para o trânsito
- 2 Atravesse apenas em cruzamentos ou faixas de pedestres
- 3 Siga as instruções do Guarda de Cruzamento
- 4 Ande de bicicleta ou scooter com o trânsito na faixa da direita da rua
- 5 Obedeça a todos os semáforos e placas
- 6 Conheça as rotas para bicicletas e bicicletários
- 7 As faixas dos ônibus escolares são somente para ônibus escolares
- 8 Esteja ciente das zonas da escola e obedeça seus limites de velocidade de 20 MPH



O Safe Routes to School (SRTS) é um programa oferecido pelo Departamento de Transporte de Massachusetts. O Programa SRTS trabalha para aumentar a segurança do ciclismo e da caminhada entre os alunos do ensino fundamental e médio, usando uma abordagem colaborativa com foco na comunidade que preenche a lacuna entre saúde e transporte.

Saiba mais: [www.mass.gov/safe-routes-to-school](http://www.mass.gov/safe-routes-to-school)

# NOVO SEMESTRE. NOVA ROTINA.

Por que não tentar algo novo? Considere caminhar, andar de bicicleta e patinar de e para a escola com seu aluno.



Reduz os níveis de estresse e adiciona exercícios à sua rotina



Melhora a concentração do aluno para melhor desempenho acadêmico<sup>1</sup>



Ajuda o meio ambiente reduzindo o congestionamento de tráfego em torno das escolas



Reduz atrasos e melhora a frequência escolar<sup>1</sup>



Desenvolve conexões sociais e comunitárias

## VÁ PARA A ESCOLA COM SEGURANÇA COM ESSAS ATIVIDADES

**Caminhada, ônibus escolar e filas de bicicletas:** caminhe, ande de bicicleta e patine para a escola ao longo de uma rota fixa e convide outros alunos para acompanhar você ao longo do caminho.

**Estacionar, caminhar e patinar:** Se você não mora a uma curta distância a pé ou de bicicleta da escola, designe um local para estacionar, caminhar e patinar e permita que seu aluno caminhe, ande de bicicleta ou patine o restante do caminho para a escola.

**Quarta-feira ambulante e eventos emblemáticos:** Comemore a chegada e a saída da escola com um evento temático gratuito ou de baixo custo.

Visite a página de Incentivo a Rotas Seguras para mais ideias para ver nosso Guia de caminhada, ônibus escolar e fila de bicicletas: [www.mass.gov/info-details/safe-routes-to-school-encouragement](http://www.mass.gov/info-details/safe-routes-to-school-encouragement)

## CALÇADA 101

**Esteja visível:** Vista-se para ser visto e sempre olhe nos olhos dos motoristas.

**Esteja atento ao seu redor:** Procure carros em todas as direções e nunca assuma o direito de passagem.

**Seja cortês:** Compartilhe a calçada e deixe os outros passarem.

**Esteja seguro:** Use calçadas onde disponíveis. Se não disponíveis, tome cuidado com os arredores e caminhe de frente para o tráfego. Atravesse apenas em cruzamentos ou faixas de pedestres.

**Esteja alerta:** Desligue-se das distrações e evite usar telefones e outros dispositivos.

## PRONTO PARA RODAR

Se o seu aluno planeja ir de bicicleta ou patinar para a escola, conheça suas responsabilidades:

**Use um capacete (legalmente exigido para menores de 16 anos).**

*Leis Gerais de Massachusetts, capítulo 85 sec.11B1/2*

**Instale luzes na bicicleta (necessárias após o anoitecer; brancas na frente e vermelhas na traseira).**

*Leis Gerais de Massachusetts, capítulo 85 sec.11B*

**Obedeça todas as leis e regulamentos de trânsito.**

*Leis Gerais de Massachusetts, capítulo 85 sec.11B*

**Ande de bicicleta de forma previsível e use sinais manuais para alertar os motoristas sobre paradas e curvas.**

**Use as calçadas conforme necessário a menos que seja proibido pelas leis locais.**

*Leis Gerais de Massachusetts, capítulo 85 sec.11B*

Veja um resumo completo das leis de bicicletas de Massachusetts:

[www.massbike.org/laws](http://www.massbike.org/laws)

## SEGURANÇA DE VEÍCULOS FAMILIARES

Dê prioridade a pedestres e ciclistas.

Dirija em velocidade de caminhada ao se aproximar da escola.

Siga as instruções do Guarda de Cruzamento.

Somente carregue/descarregue nas áreas designadas para desembarque e embarque.

Desligue o motor enquanto espera e coloque o veículo em park ("P").

Os alunos só devem entrar/sair no lado direito do passageiro do veículo.

Não faça fila em vias públicas.

Leia Rotas seguras do MassDOT para escolas *Navegando na zona escolar de condução* para mais informações: <https://www.mass.gov/info-details/safe-routes-to-school-education#driver-education->

<sup>1</sup> [https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797\(08\)00005-6/fulltext](https://www.ajpmonline.org/article/S0749-3797(08)00005-6/fulltext)