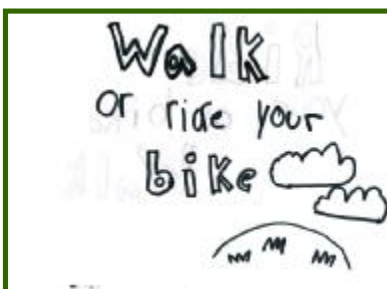


Walking and biking are the healthiest ways to get to school! Use this guide to pick the best routes to take to your school. Here are some tips:

- ü Select a route where you can stay on sidewalks and trails, if possible. Bicycle riders may also choose streets with separate bike lanes.
- ü Cross streets with the help of crossing guards, traffic lights, and crosswalks.
- ü Never cross the street against a light, even if you don't see any traffic coming.
- ü Cross at intersections, never in the middle of the street.
- ü Make eye contact with the driver before crossing in front of a stopped vehicle, to make sure that they see you.
- ü Walk with a buddy whenever you can.
- ü Wear bright clothing or reflective material-it makes you more visible to drivers.
- ü Always wear a helmet when you ride your bike, and walk your bike across intersections.

Las formas mas saludables de llegar a la escuela son a pie y en bicicleta. Usa este mapa para elegir las mejores rutas. Aquí hay algunos consejos:

- ü Elige una ruta en la que puedas mantenerte en las aceras y las veredas, si es posible. Los ciclistas también pueden elegir calles con carriles separados para bicicletas.
- ü Cruza las calles con la ayuda de guardias de cruce, semáforo y pasos peatonales.
- ü Nunca cruces una calle si la luz no te da la vía, aún si no ves tráfico.
- ü Cruza en las intersecciones, nunca en la mitad de una cuadra.
- ü Mantén contacto visual con el conductor antes de cruzar frente a un vehículo parado, para asegurarte que te están viendo.
- ü Camina con un compañero siempre que pueda.
- ü Usa ropa de colores vivos o con material reflectivo – te hace más visible ante los conductores.
- ü Siempre usa un casco cuando montes tu bicicleta y llévala a pie por las intersecciones.



Safe Routes to School Bicycle and Trail Guide Glenwood Springs

