

¡Caminemos a la escuela juntos!

Manual de capacitación del Autobús escolar caminante para los programas de Rutas seguras a la escuela





¡Caminemos a la escuela juntos!



Manual de capacitación del Autobús escolar caminante para los programas de Rutas seguras a la escuela

Contenido

¿Qué es Rutas seguras a la escuela?	2
¿Qué es el Autobús escolar caminante?	3
¿Quiénes deberían usar este Manual de capacitación del Autobús escolar caminante?	3
¿Qué incluye el Manual de capacitación del Autobús escolar caminante?	4
Fases recomendadas para planificar un Autobús escolar caminante.....	4
FASE 1: Establecer una relación con el personal de la escuela y los padres.....	4
FASE 2: Establecer un Comité para el Autobús escolar caminante	5
FASE 3: Establecer las funciones y responsabilidades de los voluntarios	5
FASE 4: Reclutar participantes para el programa de Autobús escolar caminante	7
FASE 5: Capacitación de los líderes y voluntarios del Autobús escolar caminante	10
FASE 6: Lanzamiento del Autobús escolar caminante	12
Información adicional	13



¿Qué es Rutas seguras a la escuela?

La cantidad de niños que caminan o van en bicicleta a la escuela en los Estados Unidos ha disminuido a un ritmo constante durante los últimos 50 años. Al mismo tiempo, las comunidades experimentan un aumento del tráfico alrededor de las escuelas, los accidentes de tráfico, la contaminación del aire y la obesidad infantil.

Los programas “Rutas seguras a la escuela” están diseñados para aumentar la cantidad de niños que caminan o van en bicicleta a la escuela de manera segura. Además de tener un impacto positivo en muchas comunidades en toda la nación, estos programas logran lo siguiente:

- Enseñan a los niños a caminar a la escuela de manera segura.
- Mejoran la salud de los estudiantes al adoptar hábitos tempranos de actividad física.
- Hacen que caminar a la escuela sea más seguro al disminuir las víctimas mortales y las lesiones en los accidentes de automóviles.
- Reducen las congestiones de tráfico y automóviles alrededor de las escuelas, lo que lleva a una mejor calidad del aire.
- Mejoran el rendimiento académico, la confianza en sí mismos y la independencia entre los niños.
- Aumentan la actividad física para toda la comunidad.

Un programa integral de Rutas seguras a la escuela abarca varios enfoques con diferentes socios. Un programa de Rutas seguras a la escuela completo debe abordar las siguientes “5 E”:

1. Esquema: Asegurar que las calles y aceras alrededor de la escuela sean seguras.
2. Educación: Asegurar que los niños, los padres y los vecinos sepan cómo caminar, andar en bicicleta y conducir de manera segura.
3. Estímulo: Hacer que caminar y andar en bicicleta sea divertido para los niños, los padres y los vecinos.
4. Ejecución: Asegurar que se respeten las normas de tráfico y las políticas escolares.
5. Evaluación: Verificar el progreso del programa y hacer cambios según sea necesario.

Las “5 E” abarcan diferentes tipos de habilidades y talentos. Por ejemplo, el Esquema es en general responsabilidad de la ciudad local, mientras que la Ejecución es usualmente responsabilidad de la policía escolar y de las autoridades locales. Los programas de Rutas seguras a la escuela exitosos necesitan la ayuda y el respaldo de muchas personas, incluidas las siguientes:

1. Los padres
2. El personal de la escuela y el distrito escolar
3. El personal de la ciudad
4. Las autoridades locales
5. Los negocios locales
6. Los vecinos

Los padres tienen una función importante en los programas de Rutas seguras a la escuela. Conocen la escuela, las familias y la comunidad y están comprometidos con la seguridad de sus hijos. Lograr que un grupo de padres dedicados inicien programas Rutas seguras a la escuela en sus escuelas aumenta el éxito de estos programas a lo largo de los años.



¿Qué es el Autobús escolar caminante?

El Autobús escolar caminante es uno de los muchos programas posibles de Rutas seguras a la escuela guiadas por adultos. En lugar de ser llevados a la escuela en un autobús amarillo tradicional, los estudiantes caminan a la escuela con el Autobús escolar caminante. Se trata de una caminata grupal de ida y vuelta a la escuela que los adultos supervisan. Los padres, los vecinos y los voluntarios del personal de la escuela se reúnen en un horario y en un lugar específicos determinados con anterioridad y supervisan a los niños durante la caminata a la escuela. Los padres pueden dejar a sus niños en la “parada del autobús” del Autobús escolar caminante o pueden caminar con sus hijos junto con el grupo.

El Autobús escolar caminante es una forma divertida y atractiva de hacer que más estudiantes hagan una actividad física al caminar juntos. Este programa es especialmente exitoso cuando los padres están interesados en que sus hijos caminen a la escuela, pero les preocupa dejar que sus hijos caminen solos, sin supervisión.

¿Quiénes deberían usar este Manual de capacitación del Autobús escolar caminante?

El Manual de capacitación del Autobús escolar caminante está diseñado como un recurso integral para los líderes de los comités de Rutas seguras a la escuela, los coordinadores voluntarios de Rutas seguras a la escuela generales y los padres o adultos que son líderes voluntarios de la escuela. Un Autobús escolar caminante puede personalizarse para cada escuela y puede ser tan divertido, atractivo y creativo como lo deseen.

¿Qué incluye el Manual de capacitación del Autobús escolar caminante?

El manual de capacitación describe 6 fases para implementar un programa de Autobús escolar caminante. Las 6 fases son flexibles y no es necesario completarlas en el orden en que se enumeran.

Los recursos que se enumeran en este manual son materiales detallados adicionales para la planificación de un programa de Autobús escolar caminante. Pueden encontrarse en http://www.publichealth.lacounty.gov/place/PLACE_Built_Environment_Resources.htm e incluyen lo siguiente:

- Formularios de muestra para reclutar padres voluntarios y registrar a los niños en el programa.
- Temas de conversación para involucrar al director de la escuela.
- Folletos de muestra para informar a los vecinos.
- Consejos para capacitar a los niños sobre seguridad en el camino.

En la página web, los documentos de muestra están organizados en el orden en que se muestran en este manual. Después de leer el manual y familiarizarse con las fases de planificación, los líderes voluntarios estarán más preparados para lanzar un programa exitoso.



Fases recomendadas para planificar un Autobús escolar caminante

FASE 1

Establecer una relación con el personal de la escuela y los padres

Los programas de autobuses escolares caminantes exitosos cuentan con el respaldo del personal de la escuela. Establecer estas relaciones hará que planificar y lanzar el programa de Autobús escolar caminante sea mucho más sencillo. Reúnanse con el director de la escuela para explicar qué es Rutas seguras a la escuela y solicitar su respaldo para iniciar un Autobús escolar caminante. Hablen con el director sobre las inquietudes que puede tener acerca del programa. Trabajen con el director de la escuela para asegurar que el programa de Autobús escolar caminante sigue todos los procedimientos del distrito y de la escuela recomendados u obligatorios (como verificaciones de antecedentes de los voluntarios, formularios de permisos, capacitación de voluntarios, etc.).

Si es necesario, soliciten al director que los relacione con el personal legal del distrito escolar para determinar cualquier necesidad de seguro o administración de riesgos para el programa de Autobús escolar caminante. Los distritos escolares generalmente tienen una amplia póliza de seguro que cubre una variedad de actividades patrocinadas por la escuela, como las salidas escolares.

Para obtener más información sobre responsabilidad en relación con las Rutas seguras a la escuela, visite: <http://saferoutesinfo.org/sites/default/files/liabilitytipsheet.pdf>

Luego, busquen formas de relacionarse con otros padres, personal de la escuela y miembros de la comunidad. Soliciten al director que los relacione con otros padres o personal de la escuela mediante eventos como “café con el director” o por medio de la Asociación de padres y maestros (Parent Teacher Association, PTA). Aprovechen estas reuniones para presentar el Autobús escolar caminante y desarrollar interés en el programa.



- Mantengan una lista de información de contacto (nombre, número de teléfono, correo electrónico y relación con la escuela) de todas las personas interesadas, ya que serán las bases del Comité para el Autobús escolar caminante.

RECURSOS PARA LA FASE 1:

- (1) *Muestra de temas de conversación por teléfono con el director de la escuela*
- (2) *Muestra de folleto de información para el personal de la escuela*
- (3) *Muestra de folleto de información para los padres*



FASE 2

Establecer un Comité para el Autobús escolar caminante

Después de que hayan logrado cierto compromiso inicial, identifiquen un grupo principal de voluntarios (director, maestros, padres, vecinos) que se comprometerán a reunirse regularmente para desarrollar, organizar e implementar el programa de Autobús escolar caminante. Este comité podría ser parte de un grupo ya existente, como la PTA o el Comité asesor para estudiantes del idioma inglés. Comuníquense con estos contactos e invítenlos a una reunión inicial del comité.



- **Cuantos más voluntarios haya para ayudar a planificar el Autobús escolar caminante, menos responsabilidad y tiempo necesitará cada persona para comprometerse con el programa.**

RECURSOS PARA LA FASE 2:

(4) *Muestra de folleto de capacitación para los padres*

FASE 3

Establecer las funciones y responsabilidades de los voluntarios

Durante esta fase, el comité deberá acordar los detalles del programa de Autobús escolar caminante y las funciones y responsabilidades de cada miembro del comité. Identifiquen un coordinador del Autobús escolar caminante para que se desempeñe como organizador líder.

Esta persona liderará las reuniones del comité, mantendrá al comité enfocado y ayudará a organizar los elementos de acción para el programa de Autobús escolar caminante. El coordinador debe familiarizarse con el manual de capacitación y estar preparado para liderar futuras reuniones.

Los siguientes son conceptos clave que se deben analizar durante la primera reunión del comité; los puntos que se enumeran a continuación pueden servir como orden del día. El grupo debería poder analizar y asignar las siguientes partes del programa de Autobús escolar caminante durante una reunión de 90 minutos.

1. Decidir cuándo llevar a cabo el **primer evento del Autobús escolar caminante**. A menudo, las escuelas han usado el Día Internacional de Caminata a la Escuela como el evento inicial, el cual se celebra el primer miércoles de octubre. Es probable que el comité necesite al menos un mes para planificar el primer evento.
2. Decidir la mejor manera para comunicarse con todos los miembros del comité entre cada reunión. Por ejemplo, pueden crear una **cadena telefónica para comunicarse** en la cual cada miembro es responsable de pasar los mensajes a otros dos miembros y cada uno de esos dos miembros tiene otras dos personas designadas para llamar, y así sucesivamente hasta que el mensaje llegue a todos los miembros.
3. Decidir **las rutas y las ubicaciones de reunión del Autobús escolar caminante**. Consideren tener disponible un mapa grande en la reunión para ayudar a documentar las ideas del grupo. Al decidir las rutas y ubicaciones, tengan en cuenta lo siguiente:



- Ubicación
 - Distancia desde la escuela: ¿Se encuentra a una distancia razonable para caminar a la escuela (una milla o menos)?
 - Tamaño: ¿Hay suficiente espacio para que los voluntarios y los niños se reúnan en el lugar de reunión de manera segura?
 - Lugar para estacionar: ¿Hay suficiente espacio para estacionar de manera que los padres dejen a sus niños en el lugar de reunión?
 - Lugar seguro para reunirse: ¿Es visible, un lugar de referencia de la comunidad y un lugar reconocible?
 - Ubicación: ¿Está cerca de muchos posibles caminantes o de donde vive la mayoría de las familias o desde donde los niños ya caminan a la escuela?
 - Ruta y seguridad
 - Duración: ¿Es una distancia razonable para la edad de los estudiantes (es posible que los niños más pequeños solo puedan caminar distancias cortas)?
 - Cantidad y tipo de cruces de calles: ¿Hay pocas intersecciones y las calles tienen señales de alto o semáforos?
 - Aceras: ¿Hay aceras disponibles a lo largo de toda la ruta?
 - Horario de inicio de la escuela: ¿Es confiable la ruta para que los estudiantes lleguen a la escuela a tiempo?
4. Desarrollar un **cronograma de caminata** para cada ruta. Al desarrollar el cronograma, asegúrense de tener en cuenta que los niños pequeños caminan más despacio que los adultos y que a un grupo de estudiantes le tomará más tiempo llegar a la escuela. Como grupo, decidan si la ruta es lo suficientemente larga para necesitar “paradas de autobús” en el camino. Las paradas de autobús permitirán que los estudiantes que viven a lo largo de la ruta se unan al grupo a medida que camina en lugar de tener que comenzar la caminata en el primer lugar de reunión. El Autobús escolar caminante debe salir siempre a la misma hora para asegurar que los estudiantes lleguen a clase a tiempo.
 5. Designar padres o adultos **voluntarios** como “líderes de caminata” de cada ruta. Se necesitan al menos 3 adultos para cada ruta del Autobús escolar caminante (uno al frente, uno atrás, uno en el medio), pero es preferible que haya más adultos para acompañar a los niños. La cantidad de voluntarios dedicados determinará la cantidad de niños y rutas que el Autobús escolar caminante puede organizar.
 6. Analizar cómo hacer que el Autobús escolar caminante sea **emocionante**. El programa debe ser divertido y emocionante para alentar a los estudiantes, los padres y el personal de la escuela para que participen. Esta es una excelente oportunidad para ser creativo y adaptar el programa a la escuela. Por ejemplo, pregunten “¿podemos hacer que el Autobús escolar caminante sea divertido para la escuela realizando competencias de carteles de la clase?” o “¿podemos hacer que la ruta real sea divertida entregando incentivos antes de la caminata o llevando carteles hechos a mano?”.
 7. Analizar cómo **promocionar** el Autobús escolar caminante. Por ejemplo, pregunten “¿cómo debemos informar a los padres acerca del Autobús escolar caminante?” o “¿cómo se comunica generalmente la escuela con los padres y es posible usar los mismo métodos?”.



8. Desde ahora hasta el evento inicial del Autobús escolar caminante, desarrollen una **línea de tiempo** de las tareas necesarias para iniciar el programa. Una parte de cada reunión del comité debe incluir una actualización de la línea de tiempo y del trabajo realizado hasta la fecha.
9. **Decidir cada cuánto se reunirá el comité** para planificar el Autobús escolar caminante y verificar el progreso. La frecuencia con que se reúnan dependerá de los objetivos del programa. Quizás sea útil establecer una reunión fija, por ejemplo, "el primer y el tercer lunes del mes a las 5:00 p. m."



- **Tomar notas organizadas y detalladas durante las reuniones de planificación de los puntos analizados, decisiones clave y pasos de acción.** Esto los ayudará a documentar el proceso de planificación reflexivo e intencional del Autobús escolar caminante del grupo.
- **Obtener el permiso de los participantes para tomar fotografías y documentar las reuniones de planificación.**
- **Organizar y brindar a los miembros del comité al menos 2 a 3 semanas para completar las tareas asignadas de la primera fase.**
- **Es una buena idea hacer que la escuela, los funcionarios de la ciudad y las autoridades locales revisen la ruta de caminata propuesta.** Pueden usar una herramienta de planificación en un mapa como la que se encuentra en el sitio web "Walk Bike to School" (Camina y pedalea a la escuela) (<http://www.walkbiketoschool.org/keep-going/map-a-route>) para documentar la ruta o simplemente imprimir y dibujar en un mapa de papel. También deberían verificar con los dueños de negocios locales si es posible reunirse en sus estacionamientos, de ser necesario.

RECURSOS PARA LA FASE 3:

- (5) *Muestra de orden del día de la reunión del comité*
- (6) *Muestra de hoja de asistencia de la reunión*
- (7) *Muestra de cadena telefónica*
- (8) *Información de contacto de emergencia del voluntario*
- (9) *Muestra de mapa del Autobús escolar caminante*

FASE 4

Reclutar participantes para el programa de Autobús escolar caminante

Esta siguiente fase se enfoca en desarrollar el respaldo y el entusiasmo de toda la comunidad para participar en el Autobús escolar caminante y hacer un seguimiento de las tareas clave de la fase anterior. La mayor parte del trabajo que se describe deberá realizarse fuera de las reuniones del comité y será responsabilidad de cada voluntario.

1. **Confirmar los líderes de las caminatas.** Hacer un seguimiento de las personas que se anotaron para ser líderes de las caminatas y asegurarse de que los voluntarios están comprometidos con el primer evento del Autobús escolar caminante. Debe haber al menos 3 líderes de caminata adultos en cada Autobús escolar caminante. Pregunten a los líderes de caminata si tienen acceso a un teléfono celular; al menos un líder de caminata



debe tener teléfono celular para comunicarse fácilmente con la escuela o el servicio de emergencias. Además, asegúrense de tener la información de contacto de emergencia de todos los voluntarios.

- 2. Comunicar.** Usen los canales de comunicación que mejor funcionan en la escuela (asambleas, dejar mensajes en los teléfonos, sitio web de la escuela, etc.) para comunicarse con los padres. El mensaje debe describir el programa de Autobús escolar caminante, sus beneficios, el cronograma de caminata con las ubicaciones, las rutas y los horarios y también debe proporcionar instrucciones sobre cómo registrar a los estudiantes.

El formulario de registro también debe incluir información sobre posibles riesgos y consentimiento voluntario con la firma obligatoria de los padres. Trabajen con la escuela y el comité para desarrollar un sistema para recolectar y documentar los formularios de registro.

- 3. Informar a los vecinos acerca del programa.** Es importante informar a los vecinos y a los dueños de negocios locales que se encuentran en la ruta del Autobús escolar caminante para que sepan qué esperar el día del evento del Autobús escolar caminante. Distribuyan folletos o señales para colgar en las puertas a los vecinos que se encuentran en la ruta del Autobús escolar caminante o cerca de esta. Incluyan información que describa el programa, cómo los afectará e invítenlos a salir de la casa por la mañana durante la caminata para alentar a los estudiantes que caminan a la escuela. Si algún residente está interesado en ser voluntario, asegúrense de que firme los formularios de consentimiento y de que siga los mismos procedimientos de "inscripción" y capacitación que los demás padres voluntarios y voluntarios de la escuela.
- 4. Informar a toda la comunidad.** También es una buena idea trabajar en conjunto con el personal de la ciudad local, las autoridades, el departamento de bomberos, los dueños de negocios y otras partes interesadas de la comunidad. Extender el alcance más allá del entorno escolar para incluir a más miembros de la comunidad aumentará el sentido de propiedad del programa y ayudará a desarrollar y fortalecer los lazos de la comunidad. Usen métodos de la comunidad existentes para promocionar y recordar a los vecinos del Autobús escolar caminante, por ejemplo, señales para colgar en las puertas, el diario local, los centros comunitarios y las reuniones del municipio.
- 5. Reunir materiales e incentivos.** A continuación mostramos una lista de elementos que es posible que deseen tener a mano para el Autobús escolar caminante. Estos materiales son opcionales; sin embargo, facilitarán la coordinación y la ejecución del Autobús escolar caminante. Analicen conseguir lo siguiente:
 - Chalecos de seguridad de alta visibilidad: para que usen los líderes del Autobús escolar caminante e incrementar la visibilidad del grupo.
 - Silbatos: para llamar la atención de los participantes en caso de anuncios importantes o de inquietudes de seguridad.
 - Banderas de tráfico: para llevar en el momento de cruzar las calles a fin de incrementar la visibilidad del grupo ante los automovilistas.
 - Tablillas sujetapapeles: para marcar los nombres de los participantes y completar cualquier formulario de último momento.
 - Mochilas: para llevar todos los materiales del programa.
 - Papel: para imprimir formularios de registro, folletos y notas.
 - Bolígrafos
 - Cesto de almacenamiento: para almacenar todos los materiales entre cada día del Autobús escolar caminante.



Los incentivos pueden hacer que el programa sea más divertido para los niños y ayudan a aumentar y alentar la participación. Los incentivos deben ser apropiados para cada edad. Ejemplos de incentivos para niños de escuela primaria incluyen:

- Lápices
- Calcomanías
- Botellas de agua
- Camisetas

Ejemplos de incentivos para niños de escuela secundaria incluyen:

- Podómetros
- Bolsas reutilizables
- Pulseras que brillan
- Certificados de regalos

Los premios se pueden entregar para celebrar eventos importantes, como participar en cinco días del Autobús escolar caminante, competencias entre clases por la mayor cantidad de estudiantes que camina o la distancia más larga recorrida, etc.

Las donaciones de los materiales mencionados anteriormente y otros materiales para ayudar a promocionar y mantener el programa pueden ser de gran ayuda. Analicen comunicarse con la PTA, los negocios locales, las fundaciones de escuelas públicas, las fundaciones de la comunidad locales y la ciudad para recibir donaciones.



- **Una vez que el comité cuente con una lista de posibles voluntarios, se debe compartir la lista con la escuela para que esta la apruebe. Trabajen con la escuela y el distrito escolar para llevar a cabo los procedimientos establecidos para investigar voluntarios.**
- **Mantener el papeleo organizado y completo al momento de registrar a los niños para el Autobús escolar caminante. Elaboren una lista maestra de los estudiantes registrados y hagan copias para cada grupo del Autobús escolar caminante.**
- **Sean creativos con las técnicas de participación y los incentivos para coincidir con los intereses de la comunidad y la escuela.**

RECURSOS PARA LA FASE 4:

- (3) Muestra de folleto de información para los padres**
- (10) Muestra de folleto de lanzamiento con cronograma y ruta del autobús**
- (11) Muestra de formulario de registro del estudiante**
- (12) Muestra de formularios de registro de expectativas de padres y estudiantes**
- (13) Muestra de formulario de inscripción del voluntario**
- (14) Muestra de lista de voluntarios aprobados**
- (15) Muestra de folleto de información para vecinos que se encuentran en la ruta del autobús**
- (16) Muestra de carta de donación**



FASE 5

Capacitación de los líderes y voluntarios del Autobús escolar caminante

Durante esta fase, se enfocarán en capacitar a los líderes del Autobús escolar caminante sobre estrategias de caminata segura y se asegurarán de que todos los miembros del comité conozcan sus tareas antes del evento inicial. Los miembros del comité deben reunirse una última vez al menos una semana antes del primer Autobús escolar caminante para asegurar que todas las responsabilidades estén cubiertas. Usen un folleto para promocionar las capacitaciones abiertas para los voluntarios interesados.

- 1. Capacitar a los líderes y voluntarios del Autobús escolar caminante.** Caminar de manera segura con un grupo grande de niños es diferente a caminar solo o con un niño solamente. Encontrar los voluntarios adecuados, capacitarlos y respaldar su función en el programa es una responsabilidad clave del comité para el Autobús escolar caminante. Tómense el tiempo necesario durante esta etapa para asegurarse de que los líderes de caminata están capacitados y se sienten seguros liderando la caminata. A continuación enumeramos algunos puntos clave para tener en cuenta para revisar con los voluntarios:
 - **Establecer expectativas claras para los líderes de caminatas y voluntarios.** Los líderes de caminatas tendrán varias responsabilidades durante la caminata, como asegurar que el Autobús escolar caminante salga a tiempo, acompañar a los estudiantes al cruzar las intersecciones de manera segura o fotografiar el evento. Quizás sea útil imprimir “tarjetas de instrucciones para los voluntarios” para entregar el día del evento. Por ejemplo, aunque otros adultos pueden unirse al Autobús escolar caminante durante la caminata (padres que caminan con sus hijos o personal de la escuela), los líderes de caminata están a cargo del Autobús escolar caminante y se recomienda totalmente que usen chalecos de seguridad.

Ejemplos de un día de tareas incluyen los siguientes:

- Llegar al lugar de reunión temprano con el equipo necesario (conos, chalecos de seguridad, carteles, incentivos, etc.).
 - Designar los líderes de caminata del frente, el medio y atrás.
 - Saludar a los estudiantes y las familias a medida que llegan.
 - Marcar a los estudiantes registrados en la lista maestra.
 - Anotar a los niños no registrados para registrarlos o registrarlos en cierta fecha.
 - Distribuir incentivos (si corresponde).
 - Revisar las reglas del Autobús escolar caminante con los estudiantes y padres.
 - Fotografiar el evento para hacer materiales de capacitación y promoción.
 - Asegurar un horario de salida a puntual.
- **Establecer expectativas y límites para los estudiantes.** Es importante repasar las reglas básicas para todos los estudiantes al comienzo de cada Autobús escolar caminante. Esto ayudará a maximizar la seguridad, minimizar la necesidad de controlar el comportamiento y hará que la caminata sea más tranquila para los líderes de caminata. Creen de 3 a 5 reglas sencillas para compartir al comienzo de cada caminata. Pueden hacer un cartel grande con las reglas para que los estudiantes las lean con ustedes. También es buena idea imprimir las reglas para todos los líderes de caminatas y voluntarios adultos. Por ejemplo, una regla podría ser “los estudiantes no deben caminar por delante del líder del frente ni por detrás del líder de atrás”.



- **Repasar cómo cruzar intersecciones con grupos grandes.** Practiquen cruzar la calle con los líderes del Autobús escolar caminante. Soliciten que un líder se pare en el medio de la intersección durante el cruce, mientras el resto de los adultos guía el Autobús escolar caminante a través de la intersección. Una proporción de 10 niños (o menos) por cada 1 adulto es ideal para maximizar la seguridad. Dividan el Autobús escolar caminante en grupos más pequeños al cruzar intersecciones muy transitadas.
- **Aprender las señas manuales apropiadas para comunicarse con los vehículos.** Enseñen a los voluntarios adultos señas de manos claras y firmes para comunicarse con los automovilistas. Las autoridades locales pueden proporcionar capacitación o recursos adicionales.
- **Establecer canales de comunicación.** Si los líderes de caminata no son los miembros del comité de planificación para el Autobús escolar caminante, decidan la mejor manera de comunicarse con todos los líderes de caminata antes de los días del Autobús escolar caminante y entre cada día del Autobús. Por ejemplo, pueden crear una **cadena telefónica para comunicarse** en la cual cada miembro es responsable de pasar un mensaje a otros dos miembros y cada uno de esos dos miembros tiene otras dos personas designadas para llamar, y así sucesivamente. El plan de comunicación se usará para comunicar noticias, como un Autobús escolar caminante cancelado por el clima o cuando un líder de caminata no puede llegar a un cambio de horario y debe ser reemplazado.
- **Analizar otras políticas y procedimientos relacionados con el Autobús escolar caminante.** Es muy importante que todos los voluntarios y miembros del comité comprendan claramente sus funciones y responsabilidades. Otras políticas que se puede desarrollar incluyen: cómo manejar una lesión o enfermedad en el camino, cómo manejar problemas de comportamiento, cómo manejar niños que participan pero que no están registrados, etc.



- **Trabajen con las autoridades locales, la escuela y la ciudad para proporcionar capacitaciones formales para los voluntarios.**
- **Hacer un seguimiento de qué voluntarios completan las capacitaciones.**

RECURSOS PARA LA FASE 5:

- (4) *Muestra de folleto de capacitación para los padres*
- (8) *Información de contacto de emergencia del voluntario*
- (10) *Muestra de folleto de lanzamiento con cronograma y ruta del autobús*
- (17) *Muestra de fotografía de lanzamiento en la entrada del evento*
- (18) *Muestra de tarjeta de instrucciones para un día para el voluntario del Autobús escolar caminante*
- (19) *Muestra de consejos de seguridad*
- (20) *Principios detrás de la lesión del niño peatón para la capacitación de los voluntarios*
- (21) *Consejos para capacitar a los niños sobre la seguridad en el camino para la capacitación de los voluntarios*
- (22) *Consejos para cruzar las calles de manera segura*
- (23) *Muestra de cadena telefónica*
- (24) *Muestra de información personal y confidencial*
- (25) *Ejemplo de plan de contingencia para el Autobús escolar caminante*



FASE 6

Lanzamiento del Autobús escolar caminante

Todo este arduo trabajo ha dado frutos: ¡Es momento de lanzar el Autobús escolar caminante!

Antes del evento inicial del Autobús escolar caminante, trabajen con el director, el personal de la escuela y los estudiantes para promocionar el evento. Usen los métodos de la escuela, como asambleas, boletines informativos, recordatorios para llevar a casa y carteles, para hacer que la comunidad escolar se entusiasme con el evento. Trabajen con los estudiantes para hacer carteles y señales para usar durante el evento inicial. Asegúrense de que todos estén invitados al evento y lo conozcan: el director, el personal de la escuela, los estudiantes y sus familias, el personal de la ciudad, las autoridades, los negocios, los miembros de la comunidad, etc. Para incrementar la participación, muestre a los estudiantes los incentivos que pueden ganar al unirse al evento inicial y hacer más caminatas con el Autobús escolar caminante.



- **¡A divertirse y celebrar el evento inicial del Autobús escolar caminante! Todos trabajaron muy duro para planificar y lanzar este emocionante programa.**
- **Después del evento, reúnanse con el comité para analizar qué salió bien y qué se puede mejorar. Determinen la fecha del próximo Autobús escolar caminante.**



Información adicional

1. The National Center for Safe Routes to School (Centro Nacional de Rutas seguras a la escuela)
 - <http://www.saferoutesinfo.org/>
 - <http://guide.saferoutesinfo.org/>
 - *10 consejos para los programas Rutas seguras a la escuela y hoja de consejos de responsabilidad*
 - i. <http://saferoutesinfo.org/sites/default/files/liabilitytipsheet.pdf>
2. Día de caminata a la escuela de la ciudad de Los Ángeles
 - <http://www.walktoschoolday-la.org/>
3. The Safe Routes to School National Partnership (Asociación Nacional de Rutas seguras a la escuela)
 - <http://saferoutespartnership.org/>
4. Walk Bike to School (Camina y pedalea a la escuela)
 - <http://www.walkbiketoschool.org/>
 - <http://www.walkbiketoschool.org/keep-going/map-a-route>
5. Rutas seguras a la escuela de Oregón
 - <http://walknbike.org/>
6. Changelab Solutions (política y ley de salud pública)
 - *Rutas seguras a la escuela: Cómo minimizar el riesgo de responsabilidad*
 - i. <http://changelabsolutions.org/publications/SRTS-resources>
7. Pedestrian and Bicycle Information Center (Centro de información para el peatón y el ciclista)
 - <http://www.pedbikeinfo.org/>
8. Gobierno de Australia Occidental, Departamento de Transporte. “Manual de capacitación para el voluntario del Autobús escolar caminante”.
 - http://www.transport.wa.gov.au/mediaFiles/activetransport/AT_TS_P_WSB_training_manual.pdf
9. Beach Cities Health District (Distrito de Salud de las ciudades con playa). “Programa de capacitación para el Autobús escolar caminante”.
 - <http://bchd.org/wsb>

Notas finales

- 1 Mendoza, J.A., K. Watson, N. Nguyen, E. Cerin, T. Baranowski, T.A. Nicklas. “Active Commuting to School and Association with Physical Activity and Adiposity among US Youth.” *Journal of Physical Activity and Health* 8.4 (2011): 488-495.
- 2 Landsberg, B., et al. “Associations between Active Commuting to School, Fat Mass, and Lifestyle Factors in Adolescents: The Kiel Obesity Prevention Study (KOPS).” *European Journal of Clinical Nutrition* 62 (2008): 739-47
- 3 Beck, Laurie F. and Arlene I. Greenspan. “Why Don’t More Children Walk to School?” *Journal of Safety Research* 39.5 (2008): 449-52.
- 4 Orenstein, Maria, et al. “Safe Routes to School Safety and Mobility Analysis.” UC Berkeley Traffic Safety Center (2007).
- 5 Pedroso, Margo, et al. “Safe Routes to School: Steps to a Greener Future.” Safe Routes to School National Partnership (2008).
- 6 Pedroso, Margo, et al. “Getting Students Active through Safe Routes to School.” Safe Routes to School National Partnership (2010).
- 7 Watson Margaret and Andrew L. Dannenberg. “Investment in Safe Routes to School Projects: Public Health Benefits for the Larger Community.” *Preventing Chronic Disease* 5(3)(2008).



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

Policies for Livable, Active Communities and Environments

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles
División de Enfermedades Crónicas y Prevención de Lesiones
Programa PLACE
695 S. Vermont Ave. South Tower, 14th Floor
Los Angeles, CA 90005
(213) 351-7888

Financiado por el Programa de Transporte Activo de California.

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles

Cynthia A. Harding, Maestría en Salud Pública
Directora interina

Dr. Jeffrey D. Gunzenhauser, Maestría en Salud Pública
Funcionario de salud interino

División de Enfermedades Crónicas y Prevención de Lesiones

Dr. Paul Simon, Maestría en Salud Pública
Director

Dr. Tony Kuo, Maestría en Ciencias del Servicio Humano
Vicedirector

Linda Aragon, Maestría en Salud Pública
Directora, Programas y Políticas

Jean Armbruster, MA
Directora, Programa PLACE

Chanda Singh, MA en Planeamiento Urbano
Programa PLACE

Uyen Ngo, Maestría en Salud Pública, MURP
Programa PLACE

Junta de Supervisores del Condado de Los Ángeles

Hilda L. Solis
Primer Distrito

Mark Ridley-Thomas
Segundo Distrito

Sheila Kuehl
Tercer Distrito

Don Knabe
Cuarto Distrito

Michael D. Antonovich
Quinto Distrito

Agradecimientos especiales a Karla Howell, Heidi Lopez, Jaime Lopez, Jennifer Sampson, Rachel Tyree, Nery Orellana, Jennifer Florez, Lauren Walter, David Kim y Nate Reid por sus contribuciones a este informe.

Creado en marzo de 2015

<http://publichealth.lacounty.gov/place/>

Se pueden descargar copias electrónicas en: http://www.publichealth.lacounty.gov/place/PLACE_Built_Environment_Resources.htm