

A la hora de caminar...



Puyallup Watershed Initiative

Active Transportation

www.pwi.org/activetransportation

Estos son algunos consejos para que disfrute de un buen paseo:

Todos somos peatones. Ya sea que lleve un cochecito, utilice un dispositivo de movilidad o camine desde un estacionamiento hasta la entrada de una tienda, caminar es una manera divertida de desplazarse mientras explora su vecindario.

Sea predecible. Todos deberían seguir las normas de tránsito y obedecer los semáforos y las señalizaciones, independientemente de cómo elijan desplazarse. Estas son algunas señales de tráfico importantes con las que debería estar familiarizado:



Señal de alto



Señal de ceda el paso



Cruce peatonal



Zona escolar



Señal de cruce: Comience a cruzar la calle, esté atento a los vehículos.



Señal de no cruce: Cuando la señal esté parpadeando, termine de cruzar si se encuentra en la carretera, de lo contrario, no cruce. Si la señal está fija, no ingrese en el cruce peatonal.

Las aceras y los senderos son excelentes lugares para caminar. Si no hay una acera o un sendero por donde desea desplazarse, camine con la mirada puesta hacia el tráfico para ver o detectar con mayor facilidad los autos que vienen en dirección contraria.

Cruce las calles en las intersecciones que tienen un semáforo o los cruces peatonales señalizados cada vez que resulte conveniente. Si no hay un cruce peatonal señalizado disponible, la segunda mejor opción es cruzar en una intersección de dos calzadas. Según la ley estatal, cada intersección es un cruce peatonal (ya sea que esté señalizado o no), pero no todos los que andan en automóviles o bicicletas ceden el paso. ¡Sea inteligente y preste atención!

Mire siempre hacia ambos lados de la carretera antes de dar un paso. Haga señales para demostrar que desea cruzar la calle y, si puede, haga contacto visual con las personas que andan en automóviles o bicicletas. Preste especial atención a la gente que podría girar hacia la izquierda o derecha, ya que es menos probable que estén atentos a los peatones.

Manténgase alerta y preste atención a los alrededores. Es más fácil mirar el vecindario detenidamente y notar los cambios ocurridos en el entorno natural cuando se desplaza a pie. ¡Disfrute su caminata!

Imponga una moda para peatones. Considere utilizar ropa brillante o reflectante para ser más visible, en especial durante la noche, el amanecer o el atardecer y durante las épocas del año con días nublados. Llevar una fuente de luz puede ayudarlo a ser más visible e identificar posibles peligros en la acera o en la carretera.

Esté preparado para los diferentes estados del tiempo. Si hace frío y llueve, considere utilizar abrigos cálidos o impermeables o utilizar un paraguas. Si hace calor y está soleado, considere llevar una botella de agua, utilizar un sombrero, vestir ropa de colores claros y utilizar protector solar para proteger la piel.

Tenga especial cuidado cuando se desplace por callejones y espacios de entrada de automóviles. Recuerde estar atento para detectar el tráfico de automóviles o bicicletas en estas intersecciones, al igual que con el otro tráfico en la intersección de dos carreteras.

¡Las patinetas y los monopatines son una forma divertida y eficiente de desplazarse! Proteja la cabeza utilizando un casco cada vez que los utilice. Las personas que se desplazan con aparatos con ruedas deben ceder el paso al tráfico más lento y estar atentos, y ser amables con las demás personas. También debe ser extremadamente prudente cuando monte un monopatín o una patineta al cruzar espacios de entrada de automóviles o al entrar en las intersecciones, ya que es posible que las personas que conducen automóviles no tengan en cuenta a los usuarios de las aceras que se desplazan a una velocidad más rápida.

¿Hay algo que bloquea su camino, como una gran zarza descuidada o una gran grieta en la acera?

Infórmelo al departamento correspondiente de la ciudad o del condado.

Cuente su historia: Puede contar las experiencias que ha vivido cuando camina en su comunidad y dar su opinión sobre lo que le gustaría que se mejore. Para ello, comuníquese con el representante elegido de su ciudad, condado o estado.

