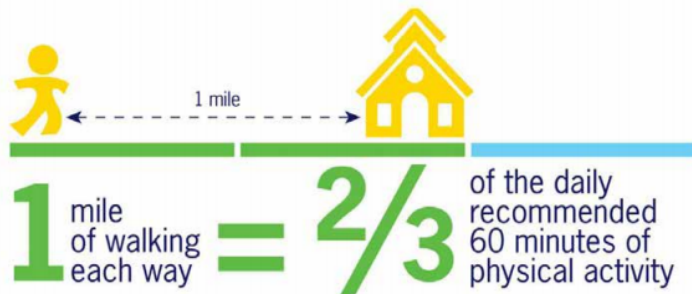




SAFE ROUTES TO SCHOOLS MARIN COUNTY

Queridos Padres de Familia:

Nuestra escuela es parte de [Rutas Seguras a las Escuelas](#) en Marín para ayudar con la salud y la seguridad de los estudiantes durante las horas de entrada y salida. **Si usted vive entre una y dos millas de distancia de la escuela, caminar y montar en bicicleta son altamente aconsejables.** Si vive demasiado lejos o tiene niños muy pequeños que tiene que llevar, por favor considere estacionar a 1/4 de milla y caminar esta corta distancia a la escuela. Cada poquito ayuda a reducir el tráfico y las emisiones, lo cual beneficia a todos los estudiantes.



Caminar 1 milla todos los días= 2/3 partes de los 60 minutos recomendados de actividad física diaria

Los estudios indican que los jóvenes que caminan o ruedan a la escuela tienen mejor desempeño académico. La actividad física promueve más logros curriculares, mejor desempeño cognitivo, mejor capacidad de lectura y una mejora en la función ejecutiva.

Por favor planee por adelantado con su estudiante y practique la ruta para caminar o ir en bicicleta. Para consejos de seguridad para compartir con su hijo, mire estos videos de Rutas Seguras a las Escuelas: saferoutestoschools.org/safe-routes-remote.html

Se necesitan padres voluntarios: Ayude a celebrar el [Día Internacional de Caminar y Rodar a la Escuela \(iWalk\)](#) este año el 6 de octubre. Contacte a monica@marinbike.org para conseguir los materiales y los premios y así poder tener una mesa de bienvenida para quienes lleguen a pie o en bicicleta ese día a su escuela.

Para poder expresar sus preocupaciones sobre la seguridad (por ejemplo aceras, cruces de peatones, carriles de bicicletas, señales de tráfico) durante la reunión de trabajo de Rutas Seguras a las Escuelas vía zoom, contacte a Wendi Kallins: wkallins@icc.org. Se proveerá traducción al español.

Cordialmente,

Gwen Froh

Program Director

Marin Safe Routes to Schools

gwen@marinbike.org