



QUE DIVERTIDO QUE
PODAMOS PASEAR JUNTOS EN BICICLETA.
PERO ANTES DE SALIR, NECESITAMOS SABER
CÓMO HACERLO SIN PELIGRO.
¿QUIÉN ME PUEDE DECIR QUÉ NECESITAMOS
HACER?

COMO ANDAR SEGURO EN BICICLETA


MemorialCare[™]
Miller Children's & Women's
Hospital Long Beach

Para más información visítenos en:
MillerChildrens.org/injuryprevention



¡YO PUEDO!

1- ¡USA UN CASCO QUE SE ABROCHE Y QUE AJUSTE BIEN!

2- USA LA BICICLETA EN LA BANQUETA.

3- ¡OBEDECE TODAS LAS SEÑALES DE TRÁNSITO!

4- HAZ CONTACTO VISUAL CON LOS CONDUCTORES ANTES DE CRUZAR LA CALLE.

5- ¡VISTE COLORES LLAMATIVOS Y REFLECTORES!

6- ¡REVISAR LOS FRENOS Y ASEGURARTE QUE LAS LLANTAS TENGAN AIRE!

7- CRUZA LA CALLE SOLO DONDE HAYA SEMÁFOROS, SEÑALES DE ALTO O CRUCES PEATONALES.

8- EVITA CONDUCIR POR LA NOCHE O EN LA LLUVIA.