

Top 10 Reasons to Walk or Bike to School with your Children

Healthier Students • Less Traffic • Cleaner Air

1

IT'S FUN Walking and biking to school allows kids to spend time with their friends and explore their neighborhoods at a leisurely pace. Remember how much fun YOU had doing it?

2

IT'S SAFER AND GREENER Less cars means less traffic and less pollution and a safer school zone for everyone.

3

IT'S HEALTHIER Kids who are more active learn the value of exercise and grow up to be more active adults. Regular activity is one of the most effective ways to fight obesity and heart disease.

4

IT'S REWARDING Spending a few minutes of quality time with your children is priceless and something they will always remember.

5

IT'S ENERGIZING Students who walk and bike to school arrive energized and ready to learn.

6

IT'S SOOTHING Stop rushing out the door, rushing in traffic and rushing to class. Slow down and walk with your child and enjoy the morning.

7

IT'S LESS EXPENSIVE More walking and biking to school means less money on gas

8

IT'S CLEANER Driving in a back seat that looks more like a playroom is no way to prepare for a day of learning. Leave the car in the driveway and enjoy the fresh air instead.

9

IT'S INSPIRING At some point our children will be responsible for their own transportation. Walking and biking to school is a great time to learn the about traffic safety and understand that there are other forms of transportation besides cars.

10

IT'S EYE-OPENING Walking and biking to school is an excellent way to develop greater community awareness and meet new people in your neighborhood.



For more information:

www.WalkMoreBikeMore.org • 310-204-4346

10 Principales Razones para Caminar o ir en Bicicleta a la Escuela con tus hijos

Caminar y andar en bicicleta es una actividad saludable que mejora nuestro ambiente y enseña a los niños lecciones importantes.

1

ES DIVERTIDO Caminar e ir en bicicleta a la escuela permite a los niños pasar tiempo con sus amigos y explorar los vecindarios sin prisas. Recuerdas lo divertido que fue PARA TI?

2

ES MAS SEGURO Y MAS VERDE Menos carros significa menos trafico y menos contaminación y una zona de escuela mas segura para todos.

3

ES MAS SALUDABLE Los niños que son mas activos aprenden los valores de el ejercicio y crecen a ser adultos mas activos. Actividad regular es una de las formas mas efectivas para combatir la obesidad y los enfermedades al corazón.

4

ES RECOMPENSABLE Pasar unos minutos de tiempo valioso con sus hijos no tiene precio y es algo que siempre recordarás.

5

ES ENERGIZANTE Estudiantes que caminan y usan bicicleta para ir a la escuela llegan con energia y listos para aprender.

6

ES RELAJANTE Deja de andar de prisa, apresurandote entre el trafico y apresurandote para llegar a clases. Andate mas despacio y camina con tus hijos y disfruta la mañana.

7

ES MENOS CARO Caminar e ir en bicicleta a la escuela significa menos dinero para gasolina.

8

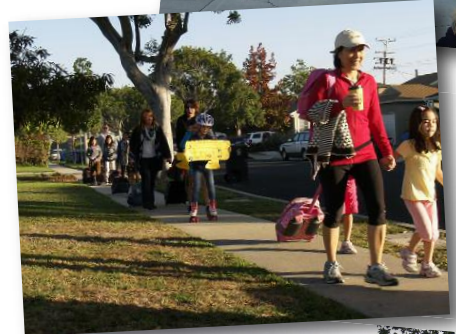
ES MAS LIMPIO Manejar en el asiento trasero que se ve mas como un cuarto de diversion no es una forma para prepararse para un día de enseñanza. Deja tu auto en la entrada de coches y mejor disfruta el aire fresco.

9

ES INSPIRANTE En algun momento nuestros hijos serán responsables por su propio transporte. Caminar y ir en bicicleta a la escuela es un buen momento para aprender las lecciones esenciales de seguridad y entenderán que hay otras formas de transporte aparte de autos.

10

ES UN ABRIR DE OJOS Caminar e ir en bicicleta a la escuela es una excelente forma de desarrollar una mayor conciencia de la comunidad y conocer nuevas personas en tu comunidad.



Para mas información

www.WalkMoreBikeMore.org • 310-204-4346