



[www.sfsaferoutes.org](http://www.sfsaferoutes.org)

三藩市上學安全通道計劃 提倡安全、積極地步行和踩單車上學及放學。

### 你知道嗎？

… 步行上學令每個人健康地開始新的一天。

… 學校的周圍會有少些汽車，使學校更安全，學生更健康，家長更快樂。

… 52% 校區的小學生居住在學校一英里範圍內。

… 在2011年，每一所三藩市校區學校都會安裝鎖單車架



我們有很好的機會使更多的孩子步行或踩單車上學！

更多的資訊及資源：

- 三藩市上學安全通道計劃已為15所參與此項計劃的學校製作了步行/踩單車上學的地圖。欲要查看你學校是否有這種地圖，請瀏覽網址：[www.sfsaferoutes.org](http://www.sfsaferoutes.org)，點擊 *Tools, Walking 和 Biking Maps*。
- 網址：[www.walkingschoolbus.org](http://www.walkingschoolbus.org)
- 上學安全通道計劃的國家中心網址：[www.saferoutesinfo.org](http://www.saferoutesinfo.org)

# 步行上學隊

對於住得離學校較近、可步行或踩單車上學的學生家長來說，最常見的擔憂是安全問題，這也是他們不願意讓孩子步行上學的原因。步行上學時，若有大人監督，便可解家長的後顧之憂。減輕家長擔憂的可行方法之一是鼓勵家長組織步行上學隊（walking school bus）。

步行上學隊是由家長/看顧人發起，在一個或多個可信賴大人的陪同下一起步行上學的一群學生。它可以是簡單和非正式的組隊，由幾個家長輪流陪同孩子步行上學；也可設定見面地點、行走路線、時間表及志願家長輪席表等。一旦你成功發起幾個家庭組成步行上學隊，你就能邀請更多的社區成員加入。

做法很簡單：

1. 邀請住在附近的家庭。住得遠及需開車的家庭可以將車泊在見面地點附近，然後加入步行隊一起走。
2. 選擇一條路線並嘗試走一趟！選擇路線時，需確保有人行道和路徑，及環境安全的路段。避開高車速的繁忙街道，及有潛在危險（如沒有鎖住的狗、潛在的犯罪活動、空置的建築物或街道照明不足等）的路段。
3. 決定隔多久步行上學一次。
4. 一起步行上學，玩得開心！

疾病預防及控制中心建議每六個孩子需有一個大人陪同。若孩子是十歲或以上，大人的數目可以減少，若孩子是四歲至六歲，建議每三個孩子需有一個大人陪同。

行人安全技巧 – 需教導大人和小孩，並不時地溫習：

1. 時刻保持警惕，注意車輛。司機都應該遵守交通規則和注意行人，但司機不是所有時候都會停車，讓行人先走。當你要橫過街道時，使用簡明的溝通方式如目光接觸和簡單手勢等告訴司機。
2. 選擇最安全最快速的路線。盡可能避免橫過繁忙或高速道路。
3. 在人行道或路徑上行走時，需注意安全。若沒有人行道或路徑，儘量遠離車流和逆向行走。留意轉彎或從車道倒出來的車輛。
4. 儘可能在有信號燈的十字路口橫過街道。
  - 謹記：不要以為輪到你橫過街道便是安全的，不要相信所有的車輛都遵守交通規則，或轉彎的車會看到你。
  - 看清楚是否有車向你駛來。向左看，向右看，然後看後面及前面，留意是否有轉彎的車。
  - 橫過街道時，要慢行，不要跑。
5. 若你必須在街區中段橫過街道，先在路邊停一停，向左看，向右看，再向左看，直到確定沒有車後才橫過街道。橫過時也需繼續留意車輛，直至完全橫過止。
6. 若你必須在停泊的兩輛車之間橫過街道，先在路邊停一停，查看停泊的車是否在動，或是否有人在駕駛位上。確定安全後，走到車近街道中間的一邊，然後向左看，向右看，再向左看，確定沒有車後才橫過街道。