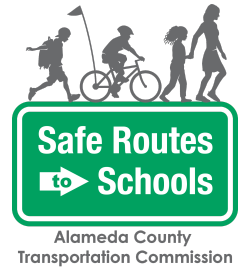




Día de Caminar y Llegar en Bicicleta



nero

El tema: Año Nuevo, hoja nueva

El año nuevo es una oportunidad para reflexionar y pensar sobre los cambios que quiere hacer en su vida y en su comunidad. Considere alinear su evento de ir a pie y sobre ruedas de enero con **una promesa de ir a pie y sobre ruedas siempre y cuando tenga sentido.**

Actividades que quizás le gustaría hacer antes de su evento de ir a pie y sobre ruedas:

- ¿Cómo pueden los estudiantes hacer una meta para ir a pie y sobre ruedas en el año 2022? ¡Mire [este vídeo](#) sobre la creación de objetivos para el Año Nuevo!
- ¿Le gustaría a su hijo(a) poner su meta en papel? ¡[Haga clic aquí](#) para acceder a nuestras tarjetas de promesa de ir a pie y sobre ruedas! ¡Descargue y solicite a los estudiantes completarlas y compartirlas con sus amigos(as) y seres queridos!
- Sea creativo(a): Pídale a su hijo(a) que haga un dibujo de sí mismo(a) yendo a pie y sobre ruedas a la escuela. Pídale que incluyan todas las cosas interesantes que puedan encontrar en su paseo a la escuela (por ejemplo, insectos, flores, árboles).

Actividades que quizás le gustaría hacer durante su evento de ir a pie y sobre ruedas:

- Considere ir a pie y sobre ruedas una vez con otra familia. En su paseo en grupo, hablen de tres cosas que todos quisieran realizar este año.

¡Recuerde utilizar [estos consejos útiles](#) mientras camina!



El programa Rutas Seguras a las Escuelas del Condado de Alameda es un programa de la Comisión del Transporte del Condado de Alameda (alamedactc.org) y es financiado con el impuesto a las ventas "Measure B" del condado y con fondos regionales, estatales y federales.