



## Reducir la velocidad: el regreso a clases significa compartir el camino

Los días escolares provocan congestión: los autobuses escolares amarillos recogen sus cargas, los niños viajan Las bicicletas se apresuran para llegar a la escuela antes de que suene la campana, los padres, acosados, intentan dejarlos. sus hijos salen antes del trabajo

.Nunca es más importante que los conductores reduzcan la velocidad y paguen atención que cuando los niños están presentes, especialmente antes y después del colegio.

### Si vas a dejar

Las escuelas suelen tener procedimientos de entrega muy específicos para los año escolar. Asegúrate de conocerlos por la seguridad de todos niños. Más niños son atropellados por coches cerca de las escuelas que en cualquier otro lugar otro lugar, según las Rutas Nacionales Seguras a la Escuela programa. Lo siguiente se aplica a todas las zonas escolares:

- o No se estacione en doble fila; bloquea la visibilidad de otros niños y vehículos
- o No subir ni bajar niños al otro lado de la calle de la escuela.
- o Compartir coche para reducir el número de vehículos en la escuela.



### Compartiendo la carretera con jóvenes peatones

Según una investigación del Consejo Nacional de Seguridad, la mayoría de los niños que pierden su Las personas que viven en incidentes relacionados con el autobús tienen entre 4 y 7 años y caminan. Son golpeados por el autobús, o por un automovilista que pasa ilegalmente a un autobús detenido. Algunas precauciones son de gran ayuda para mantener seguros a los niños:

- o No bloquee el cruce de peatones cuando esté detenido en un semáforo en rojo o esperando para girar, obligar a los peatones a rodearlo; esto podría ponerlos en el camino de moverse tráfico
- o En una zona escolar cuando las luces intermitentes estén parpadeando, deténgase y ceda el paso a los peatones que cruzan.
- o el cruce de peatones o intersección
- o Siempre deténgase ante un oficial de patrulla escolar o un guardia de cruce que muestre una señal de alto.
- o Tenga mucho cuidado de estar atento a los niños en las zonas escolares, cerca de los parques infantiles y parques y en todas las zonas residenciales
- o No toque la bocina ni acelere el motor para asustar a un peatón, incluso si tiene derecho a hacerlo.
- o forma
- o Nunca rebese a un vehículo detenido por peatones.
- o Extreme siempre las precauciones para evitar atropellar a los peatones dondequiera que se encuentren, no importa quién tenga el derecho de paso

## Compartiendo la carretera con autobuses escolares

Si conduce detrás de un autobús, deje una distancia mayor que si estuviera conduciendo detrás de un coche. Le dará más tiempo para detenerse una vez que las luces amarillas comiencen a parpadear. Es ilegal en los 50 estados adelantar a un autobús escolar que está detenido para subir o bajar niños.

- o Nunca rebase a un autobús por detrás, ni por ninguna dirección si se encuentra en una vía indivisa.
- Carretera – si está parada para cargar o descargar niños.
- o Si las luces amarillas o rojas están parpadeando y el brazo de parada está extendido, el tráfico debe detener
- o El área de 10 pies alrededor de un autobús escolar es la más peligrosa para los niños; detenerse lejos suficiente espalda para permitirles espacio para entrar y salir del autobús de manera segura
- o Esté alerta; Los niños a menudo son impredecibles y tienden a ignorar los peligros y correr riesgos.

## Compartir la carretera con ciclistas

En la mayoría de las carreteras, los ciclistas tienen los mismos derechos y responsabilidades que los vehículos, pero las bicicletas puede ser difícil de ver. Los niños que andan en bicicleta crean problemas especiales para los conductores porque Por lo general, no pueden determinar adecuadamente las condiciones del tráfico. Los más comunes La causa de la colisión es un conductor que gira a la izquierda delante de un ciclista.

- o Al rebasar a un ciclista, avance lentamente en la misma dirección y deje 3 pies entre tu coche y el ciclista
- o Cuando gire a la izquierda y se acerque un ciclista en la dirección opuesta, espere para que el jinete pase
- o Si está girando a la derecha y se acerca un ciclista por detrás a la derecha, deje que El conductor pasa primero por la intersección y siempre utiliza las señales de giro.
- o Esté atento a los ciclistas que giran frente a usted sin mirar ni hacer señales; niños Especialmente tengo una tendencia a hacer esto.
- o Estar más atentos en zonas escolares y barrios residenciales.
- o Esté atento a las bicicletas que vienen de las entradas de vehículos o detrás de automóviles estacionados.
- o Revise los espejos laterales antes de abrir la puerta.

Si se ejerce un poco más de cuidado y precaución, los conductores y los peatones pueden coexistir de forma segura en zonas escolares



## **Seguridad contra incendios en campus universitarios**

- Busque viviendas totalmente equipadas con rociadores cuando elija un dormitorio o una vivienda fuera del campus.
- Asegúrate de poder escuchar el sistema de alarma del edificio cuando estés en tu dormitorio.
- Si vive en un dormitorio, asegúrese de que su dormitorio tenga una alarma de humo, o que su dormitorio tenga una alarma de humo en cada sala de estar y en el dormitorio.
- Si vive en un apartamento o casa, asegúrese de que haya alarmas de humo instaladas en cada dormitorio y fuera de cada dormitorio y en cada nivel del apartamento.
- Pruebe todas las alarmas de humo al menos una vez al mes.
- Nunca retire las baterías ni desactive la alarma.
- Conozca el plan de evacuación de su edificio y practique todos los simulacros como si fueran reales.
- Si vive fuera del campus, tenga un plan de escape en caso de incendio con dos salidas de cada habitación.
- Cuando suene la alarma de humo o de incendio, salga del edificio y quédese afuera.
- Quédese en la cocina mientras cocina.
- Cocine sólo cuando esté alerta, no con sueño ni somnolencia debido a medicamentos o alcohol.
- Consulte con el departamento de bomberos local para conocer las restricciones antes de usar una parrilla para barbacoa, un brasero o una chimenea.
- Consulte las reglas de su escuela antes de usar aparatos eléctricos en su habitación.

## Seguridad en la mochila

**By: Saji Azerf, MD, FAAP**

Estar cargado de libros de texto y equipos de gimnasio, y los útiles escolares pueden hacer que las mochilas sean pesadas y difícil de usar. Si no se usan correctamente, las mochilas pueden causar dolor de espalda, cuello y hombros en niños y adolescentes. Si bien las mochilas no han sido demostradas como causa de escoliosis o problemas a largo plazo, nunca es demasiado pronto para comenzar buenos hábitos que puedan disminuir la tensión y el dolor de espalda.

Utilice los siguientes consejos para elegir la mejor mochila escolar para su hijo.

Cómo elegir la mochila adecuada para la escuela

Esto es lo que debe buscar en la mochila perfecta:

- **Tamaño correcto:** más grande no necesariamente es mejor. Cuanto más espacio haya en una mochila, más cargará su hijo y más pesada se volverá la mochila. Asegúrese que elija la mochila adecuada que mejor se adapte a su hijo y a sus necesidades. La bolsa que elija debe ser proporcional a la altura de su hijo.
- **Tiene dos correas anchas y acolchadas para los hombros:** tiene correas ajustables que son anchas y ayudan a distribuir el peso uniformemente entre ambos hombros es importante. Más relleno no se traduce en menos dolor. Ambas correas deben tener la misma longitud. Las correas no acolchadas pueden ser incómodas y se clavan en los hombros de su hijo.
- **Tiene un respaldo acolchado:** esto puede brindar mayor comodidad cuando la mochila está apropiadamente ajustada y cerca de su espalda. También lo protege de ser pinchado por objetos o bordes punzantes (lápices, reglas, cuadernos, etc.) dentro del paquete.
- **Incluye un cinturón o una correa para el pecho:** los cinturones y las correas ayudan a redistribuir el peso de la mochila de manera más uniforme en todo el cuerpo.
- **Busque mochilas con compartimentos:** estos pueden ayudar a distribuir uniformemente el peso del contenido en toda la mochila.

Consejo: incluya a su hijo en el proceso de toma de decisiones y ayúdelo a realizar una compra inteligente. Esto les permitirá llevar sus mochilas cómodamente durante todo el año y usted no tendrá que ir buscando un reemplazo.

Cómo empacar de forma segura una mochila escolar

- **Empaque la mochila de modo que la mayor parte de su peso descansa en la curva de la parte inferior de su hijo.** atrás. Empaque los artículos más pesados, como libros de texto y computadoras, lo más cerca del cuerpo y colóquelos otros elementos igualmente en los lados derecho e izquierdo.
- **Empaque los artículos en los diferentes compartimentos.** Esto ayuda a distribuir cargas pesadas de manera uniforme.

Cómo saber si la mochila de tu hijo pesa demasiado

- **Las mochilas no deben pesar más del 15% del peso corporal de su hijo.** Esto significa que un niño que pesa 100 libras no debe tener una mochila que pese más de 15 libras.
- **Si su hijo necesita inclinarse hacia adelante para soportar el peso de la mochila, entonces es demasiado pesado.** Considere usar una mochila con asas o una mochila con ruedas si su escuela lo permite.

Para ayudar a aligerar la carga, anime a su hijo a:

- Limpiar la mochila semanalmente y sacar los artículos innecesarios.
- Guarde los artículos en un casillero cuando sea posible.
- Lleve sólo lo necesario a la escuela.

Enséñele a su hijo cómo levantar y usar una mochila de la manera correcta

Al recoger su mochila, su hijo debe doblar las rodillas para evitar tensiones en la espalda. Entonces, La clave es llevar la mochila de manera que apoye el peso en los músculos más fuertes del cuerpo: el músculos de la espalda y abdominales.

- Utilice ambas correas para los hombros. Colgar una mochila sobre un hombro puede tensar los músculos.
- Ajuste las correas de los hombros para que la mochila descansa en el medio de la espalda de su hijo.
- La mochila debe ajustarse bien al cuerpo de su hijo.
- Asegure la correa para la cintura o el pecho. Esto ayuda a mantener la mochila cerca de la de su hijo. cuerpo y distribuir el peso de manera más uniforme.
- Asegúrese de que la parte inferior de la mochila descansa en la curva de la espalda baja. La mochila debe ir desde el nivel de la cintura hasta aproximadamente 1 o 2 pulgadas por debajo de los hombros. Una mochila nunca debe sentarse a más de 4 pulgadas por debajo de la cintura (ombligo)

Cuando no llevar mochila

Puede haber ocasiones en las que su niño o adolescente no deba usar una mochila, como después de una cirugía o una herida. Considere solicitar un segundo juego de libros para tener en casa, si es posible, y tiempo para ir de ida y vuelta a un casillero, por lo que solo es necesario llevar artículos para una clase a la vez. Habla con tu pediatra

Reforzar hábitos saludables de espalda en su hijo puede ayudar a reducir el riesgo de dolor de espalda. No Ignore el dolor de espalda en un niño o adolescente que ocurre en momentos distintos al uso de una mochila.

Preguntar

Consulte a su pediatra para que le aconseje.

Más información

- Seguridad en mochilas (Sociedad de Ortopedia Pediátrica de América del Norte)

## APWA Código Uniforme de Colores

Para marcar Líneas de Utilidades subterráneas



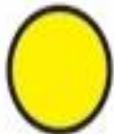
EXCAVACIÓN PROPUESTA



MARCAS TEMPORALES  
DE INSPECCIÓN



LÍNEAS DE ENERGÍA ELÉCTRICA,  
CABLES Y CONDUCTOS  
DE ILUMINACIÓN



GAS, ACEITE, VAPOR, PETRÓLEO O  
MATERIAL GASEOSO



LÍNEAS, CABLES O CONDUCTOS DE  
COMUNICACIÓN, ALARMA O SEÑAL



AGUA POTABLE



LÍNEAS DE AGUAS RECICLADAS,  
IRRIGACIÓN Y LODO

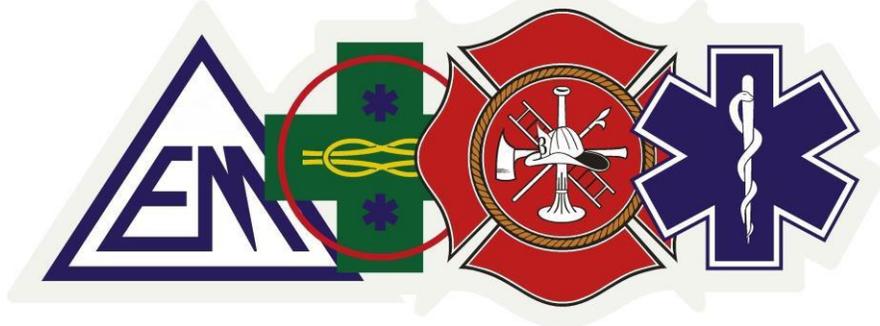


LÍNEAS DE ALCANTARILLADO Y  
DRENAJE

Para toda solicitud de Localización, Marque  
**811 or 1-800-632-4949**

Necesita el estado de una Localización?  
**1-877-632-5050**

# YADKIN COUNTY



## EMERGENCY SERVICES

### Servicios de Emergencia del Condado de Yadkin

La Oficina del Jefe de Bomberos del Condado de Yadkin se enorgullece de servir a los ciudadanos del Condado de Yadkin mediante la promoción de la importancia de la seguridad contra incendios a través de la educación, las inspecciones y las investigaciones. La Oficina del Jefe de Bomberos opera bajo la dirección del Director de Servicios de Emergencia.

La Oficina del Jefe de Bomberos es responsable de varias tareas, entre ellas:

- Programa de inspección de incendios del condado
- Investigaciones de incendios/incendios provocados
- Preparación del presupuesto
- Coordinación entre el gobierno del condado y los departamentos de bomberos del condado
- Programas de prevención de incendios
- Respuesta a situaciones de emergencia

#### **Ricky Leonard, Jefe de Bomberos**

teléfono: 336-849-7915

correo electrónico: [RLeonard@yadkincountync.gov](mailto:RLeonard@yadkincountync.gov)

**Emergencia: 9-1-1**

Descargo de responsabilidad: Aunque se ha hecho todo lo posible para asegurar la exactitud, actualidad e integridad de la información, la Oficina del Jefe de Bomberos del Condado de Yadkin (YCFMO) no garantiza, asegura, representa o se compromete a que la información proporcionada sea correcta, precisa o actual. YCFO no es responsable de ninguna pérdida, reclamación o demanda que surja directa o indirectamente de cualquier uso o confianza en la información.