

Safety Tips for Walking and Biking

Use the Crosswalk

Always cross at corners or at a marked crosswalk. This is where drivers expect to see you.

Look and Listen before You Cross

Look left, right, and left again before crossing a street or driveway. Look over your shoulder for turning cars. Listen for oncoming cars that may be behind a parked car, tree, or other obstacle.

Make Eye Contact

Don't assume that people driving see you. Make eye contact with people driving before leaving the curb or edge of the street.

Be Visible

Wear bright colored clothing or reflective gear. Bright colors are more visible during the day and light colors are more visible in the evening and night. Carry a flashlight to be sure you're seen. Be aware of seasonal time changes.

Use Sidewalks when Available

Walk facing oncoming traffic if there is no sidewalk so you can see what is coming toward you.

Follow the Rules

Follow directions from crossing guards and pay attention to traffic signs and signals.



Be Predictable

Obey all stop signs, traffic signals, and guidance from crossing guards. Never ride against traffic. Use hand signals to tell other road users where you're going. Decide as a family or group whether to ride on the street or sidewalk.

Be Alert

Watch out for people driving turning left or right, or coming out of driveways. Avoid car doors opening in front of you and yield to pedestrians. Don't wear headphones or use a cell phone while biking.

Wear Your Helmet

Make sure that it fits properly: snug and level on your head, just above your eyebrows.

Be Visible

Wear bright colored clothing or reflective gear. Bright colors are more visible during the day and light colors are more visible in the evening and night. Use a front bike light and rear reflector to be sure you're seen.

Make Eye Contact

Make sure drivers see you, especially at intersections and driveways.

Lock Your Bicycle

When you get to school, lock your bike to a bike rack on school grounds. Lock both your front wheel and the bike frame to the rack.



Các Gợi ý để Đảm bảo An toàn dành cho Đi bộ và Đi xe đạp

Sử dụng Lối đi Dành cho Người đi bộ

Luôn băng qua đường ở các góc đường hoặc ở lối đi có đánh dấu dành cho người đi bộ. Đây là nơi tài xế nghĩ sẽ nhìn thấy bạn.

Quan sát và Lắng nghe trước khi Băng qua đường

Nhìn trái, phải, rồi lại nhìn trái trước khi băng qua đường hoặc đường lái xe vào nhà. Nhìn qua vai để xem có xe nào đang rẽ hay không. Lắng nghe xem có xe nào đang tới gần mà có thể ở phía sau một chiếc xe đang đỗ, cây cối hoặc chướng ngại vật khác hay không.

Giao tiếp bằng Mắt

Đừng cho rằng người lái xe sẽ nhìn thấy bạn. Hãy giao tiếp bằng mắt với người lái xe trước khi rời khỏi lề đường hoặc mép đường.

Mặc Màu Nổi

Mặc quần áo màu sáng hoặc đồ phản quang. Màu sáng dễ nhìn thấy hơn vào ban ngày và màu nhạt dễ nhìn thấy hơn vào buổi tối và ban đêm. Mang theo đèn pin để đảm bảo người khác nhìn thấy bạn. Lưu ý đến sự thay đổi thời gian theo mùa.

Sử dụng Vĩa hè Khi có thể

Đi bộ ngược chiều với phương tiện đang tới gần nếu không có vĩa hè để bạn có thể quan sát được phương tiện đang tiến về phía mình.

Tuân thủ Luật lệ

Thực hiện theo hướng dẫn của người hướng dẫn băng qua đường và chú ý đến các biển báo và tín hiệu giao thông.



Để Người khác Đoán được Hành động của Bạn

Tuân thủ tất cả các biển báo dừng, tín hiệu giao thông và hướng dẫn của người hướng dẫn băng qua đường. Không bao giờ đi ngược chiều giao thông. Sử dụng tín hiệu bằng tay để báo cho những người tham gia giao thông khác biết bạn đang đi đâu. Quyết định theo gia đình hoặc nhóm xem có nên đi trên đường hay trên vĩa hè.

Cảnh giác

Chú ý đến những người lái xe rẽ trái hoặc phải, hoặc đi ra từ đường lái xe vào nhà. Tránh cửa xe mở trước mặt bạn và nhường đường cho người đi bộ. Không đeo tai nghe hoặc sử dụng điện thoại di động khi đi xe đạp.

Đội Mũ/Nón Bảo hiểm của Bạn

Đảm bảo mũ/nón vừa vặn: khít và nằm cân đối trên đầu, ngay phía trên lông mày của bạn.

Mặc Màu Nổi

Mặc quần áo màu sáng hoặc đồ phản quang. Màu sáng dễ thấy hơn vào ban ngày và màu nhạt dễ thấy hơn vào buổi tối và ban đêm. Sử dụng đèn xe đạp phía trước và vật phản quang phía sau để đảm bảo người khác nhìn thấy bạn.

Giao tiếp bằng Mắt

Đảm bảo tài xế nhìn thấy bạn, đặc biệt là tại các giao lộ và đường lái xe vào nhà.

Khóa Xe đạp của Bạn

Khi đến trường, hãy khóa xe đạp của bạn vào giá để xe đạp trong khuôn viên trường. Khóa cả bánh trước và khung xe đạp vào giá để xe.



Safety Tips for Driving

Respect the Zone

Slow down in school zones and give people bicycling plenty of space when passing. The safe speed may be less than 20 MPH. Set a good example by following instructions from crossing guards. Use alternate routes if possible and give yourself extra time driving near schools.



Brake for People Walking

Stop for people in crosswalks and at unmarked intersections. Look and stop for children who may be crossing mid-block, too. Use caution when turning and make sure bike lanes and crosswalks are clear. Do not pass a car stopped at a crosswalk without slowing down and checking if children are trying to cross.

Be Aware and Alert

Set aside distractions like texting, phone calls, or eating while driving, and keep an eye out for the unexpected. Also, in school zones, avoid listening to loud music and distracting conversations.



Go with the Flow

Follow your school's drop-off and pick-up procedures. Pull to the curb rather than letting children out in the street. Avoid unsafe maneuvers, such as mid-block U-turns or stopping in a crosswalk. Check your side mirrors before opening doors. Take care when backing up.

Respect the Neighborhood

Park in legal spaces and don't double park or block driveways.

Brake for School Buses

When a school bus is stopped and is flashing red warning lights, drivers in all lanes must stop 20 feet away. If the bus is flashing yellow lights, drivers may pass cautiously. Watch for kids crossing the street to get to or from the bus.



Các Gợi ý để Đảm bảo An toàn dành cho Lái xe

Tôn trọng Khu vực

Giảm tốc độ ở các khu vực trường học và dành nhiều không gian cho người đi xe đạp khi vượt qua. Tốc độ an toàn có thể là dưới 20 dặm một giờ. Hãy làm gương bằng cách tuân theo hướng dẫn của người hướng dẫn bằng qua đường. Sử dụng các tuyến đường thay thế nếu có thể và dành thêm thời gian cho việc lái xe gần trường học.

Phanh/Thắng lại để Nhường đường cho Người đi bộ

Dừng lại nhường đường cho người đi ở các lối qua đường dành cho người đi bộ và tại các giao lộ không được đánh dấu. Ngoài ra, hãy nhìn để phát hiện và dừng lại để nhường đường cho trẻ em mà có thể băng qua đường giữa khối nhà. Hãy cẩn thận khi rẽ và đảm bảo làn đường dành cho xe đạp và lối qua đường dành cho người đi bộ thông thoáng. Không vượt qua một xe hơi đang dừng ở lối qua đường dành cho người đi bộ mà không giảm tốc độ và kiểm tra xem có trẻ em đang cố gắng băng qua đường hay không.

Thận trọng và Cảnh giác

Gạt sang một bên những thứ gây mất tập trung như nhắn tin, gọi điện thoại hoặc ăn uống khi lái xe, và để mắt để phát hiện những điều bất ngờ. Ngoài ra, khi ở trong các khu vực trường học, tránh nghe nhạc lớn và những cuộc trò chuyện gây mất tập trung.

Đi theo Dòng Xe cộ

Thực hiện theo quy trình đưa đón của trường học của bạn. Lái xe vào lề đường thay vì thả trẻ em xuống ở ngoài đường. Tránh các thao tác không an toàn, chẳng hạn như quay đầu xe giữa dãy nhà hoặc dừng lại ở lối qua đường dành cho người đi bộ. Kiểm tra gương chiếu hậu trước khi mở cửa. Cẩn thận khi lùi xe.

Tôn trọng Khu phố

Đỗ xe ở nơi hợp pháp và không đỗ xe song song hoặc chắn đường lái xe vào nhà.

Phanh/Thắng để Nhường đường cho Xe buýt Trường học

Khi xe buýt trường học dừng lại và nhấp nháy đèn cảnh báo màu đỏ, tài xế ở tất cả các làn đường phải dừng cách xa 20 feet.

Nếu xe buýt nhấp nháy đèn vàng, tài xế có thể vượt qua một cách thận trọng. Để ý xem có trẻ em băng qua đường để đến hoặc rời khỏi xe buýt hay không.

Oregon Department of Transportation
Safe Routes to School

