

# Trajecto para a escola...



...quais são as regras?

Um guia para uma viagem segura até à escola destinada às crianças do ensino primário



Redigido por Roisin McAliskey  
Ilustrado por Jane Donaghy

*Uma iniciativa para a  
Associação de Transportes  
Comunitários concretizada pela  
STEP*



### ***Sobre este folheto***

*Este folheto é o produto de um projecto financiado pelo Ministério do Ambiente (DOE), Divisão de Segurança Rodoviária e Regulamentação dos Veículos (RS&VRD), através da Associação de Transportes Comunitários (CTA), que gere as concessões de segurança rodoviária em nome do Ministério. O folheto destina-se às crianças do ensino primário com a intenção de ilustrar como viajar até à escola em segurança, utilizando os vários métodos diferentes disponíveis.*

### ***Nota para os pais, encarregados de educação e professores***

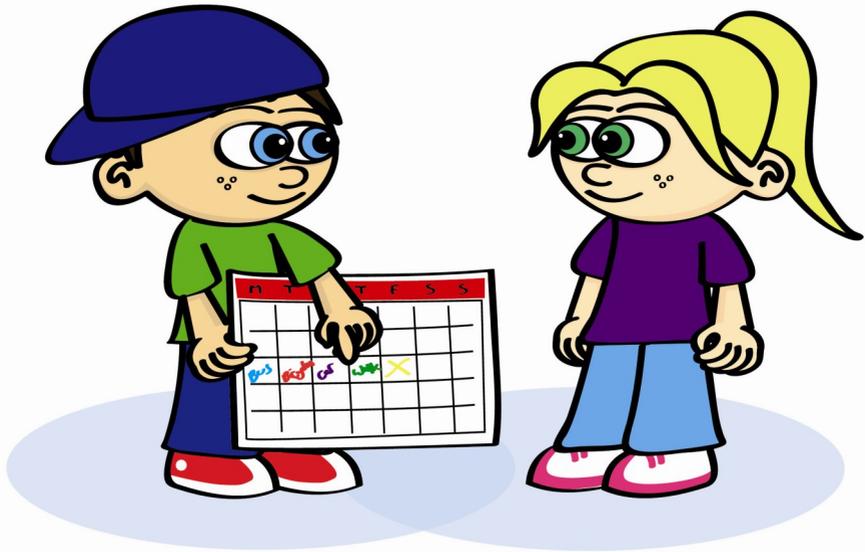
*Para além de uma curta história que as crianças mais jovens podem desfrutar, o folheto contém regulamentos de segurança mais aprofundados que os pais, professores e crianças mais velhas devem ler e debater com as crianças. Seria benéfico que dedicasse algum tempo para explicar e falar sobre alguns dos conceitos do livro, tal como a "patrulha de travessia"; "cadeira para automóvel"; "distracções"; "capacete de segurança", etc. e encoraje as conversas abertas sobre outros aspectos da segurança.*

*O livro encontra-se disponível em Inglês, Português, Polaco e Lituano e as versões em pdf estão disponíveis em [www.journeytoschool.com](http://www.journeytoschool.com)*

**Apoiado pelas Concessões de Segurança Rodoviária do  
DOE, administrado pela Associação de Transportes  
Comunitários e concretizado pela STEP**



Esta é a Maria - ela está no nível P3. O seu vizinho do lado, Mark, está no nível P4. A Maria gosta de desenhar e pintar e o Mark gosta de jogar futebol e ler. São bons amigos.



Esta semana a Maria e o Mark estão a experimentar novas formas de viajar até à escola. Estão a planear um calendário para a semana. Devem lembrar-se sempre de que a segurança está sempre em primeiro lugar!

## Na Segunda-feira, a Maria e o Mark vão para a escola de autocarro...



"Quais são as regras que devemos recordar quando estamos no autocarro escolar?", pergunta a Maria ao Mark.

"Devemos colocar os nossos cintos de segurança, se o autocarro os tiver. Devemos ser educados para com o motorista mas não o devemos distrair quando estiver a conduzir. Devemos estar sempre sentados nos nossos lugares e só nos levantarmos dos nossos lugares quando o autocarro tiver parado na nossa paragem. Não devemos deixar as nossas mochilas pousadas onde as pessoas possam tropeçar", afirmou o Mark.

A Maria concorda: "Essas são boas regras, Mark".

## Na Terça-feira, a Maria e o Mark vão nas suas bicicletas para a escola...



"Quais são as regras que devemos recordar quando vamos nas nossas bicicletas para a escola?", pergunta o Mark à Maria.

"Deves verificar sempre se a tua bicicleta é segura para andar e se tem o tamanho certo para ti. Deves usar sempre um capacete e vestuário de cores vivas, deves apertar o teu capacete antes de montares a tua bicicleta, Mark. Devemos também arranjar campainhas para as nossas bicicletas - é a lei!", afirma a Maria.

O Mark concorda: "Essas são boas regras, Maria".

## Na Quarta-feira, a Maria e o Mark vão de automóvel para a escola...



"Quais são as regras que devemos recordar quando viajamos de automóvel para a escola?", pergunta a Maria ao Mark.

"Deves usar sempre o teu cinto de segurança e utilizar uma cadeira para automóvel se tiveres menos de 12 anos ou menos de 135 cm de altura. Certifica-te de que o teu cinto de segurança está colocado correctamente e sobre o teu ombro. O banco traseiro é o local mais seguro para as crianças. Não deves fazer demasiado barulho, nem movimentares-te livremente no automóvel, pois isso distrairá o condutor e nunca brinques com os puxadores das portas.", diz o Mark.

A Maria concorda: "Essas são boas regras, Mark".

## Na Quinta-feira, a Maria e o Mark vão a pé para a escola...



"Quais são as regras que devemos recordar quando vamos a pé para a escola?", pergunta o Mark à Maria.

"Deves segurar a mão de um adulto que caminhe contigo e, caso exista, deves permanecer no passeio. Deves usar vestuário de cores vivas e atravessar a estrada num local seguro, talvez onde exista uma passadeira para peões ou uma patrulha de travessia", diz a Maria.

O Mark concorda: "Essas são boas regras, Maria".

**Na Sexta-feira, a Maria e o Mark têm um feriado escolar, por isso brincam com as suas trotinetas, skates e jogam futebol...**



"Quais são as regras que devemos recordar quando brincamos ao ar livre?", pergunta a Maria ao Mark.

"Nunca devemos brincar na estrada – mesmo que as nossas casas fiquem no final de uma rua. Um parque ou jardim são locais mais seguros. Devemos usar o equipamento de segurança se brincarmos com as nossas trotinetas ou skates e nunca os devemos usar na estrada. Nunca devemos correr atrás da bola se esta for para a rua – devemos pedir a um adulto que a vá buscar", diz o Mark.

A Maria concorda: "Essas são boas regras, Mark".

# “Pára - Escuta - Olha” (O Código de Travessia Segura)

## PÁRA

Deves encontrar um local seguro para atravessar e PARAR. Este pode ser uma passadeira com semáforos, uma passadeira para peões ou onde exista alguém que te ajude a atravessar, tal como uma patrulha de travessia. Deves poder ver claramente para a tua esquerda e a tua direita. Se estiveres no passeio, não fiques demasiado próximo do limite da berma, porque podes escorregar.

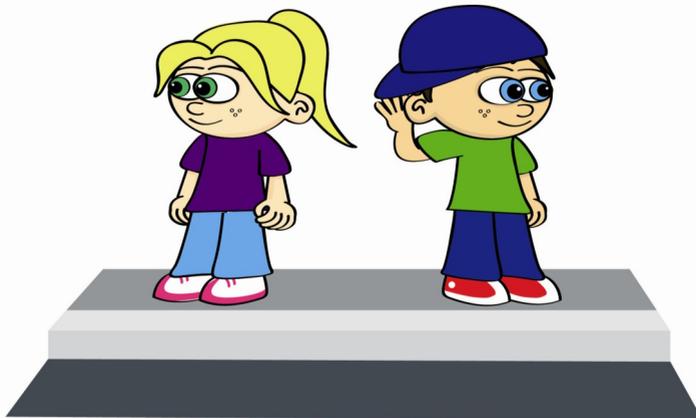
## OLHA E ESCUTA

Deves olhar para a direita, depois para a esquerda e para a direita novamente. Deves escutar atentamente porque por vezes podes ouvir o trânsito antes de poderes vê-lo. Deixa passar qualquer trânsito que vejas ou ouças.

Quando tiveres verificado à esquerda e à direita novamente, deves andar em linha recta ao atravessar a estrada, continuando a olhar para ambos os lados.

Não corras porque podes tropeçar e cair, mas certifica-te de que tens tempo suficiente para atravessar.

*Se seguires estas regras atravessarás a estrada em segurança.*



# Sinais importantes e travessias



**Proibido a bicicletas**  
Não deves andar de bicicleta onde vires este sinal



**Proibido a peões**  
Não deves andar onde vires este sinal



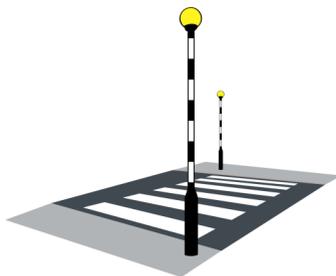
**Ciclovía em frente**  
Existe um local seguro em frente para andares na tua bicicleta



**Passagem para peões em frente**  
Existe um local seguro em frente para atravessar a estrada



**Passadeira com semáforos**  
Deves esperar pelo homem verde antes de atravessar – ainda assim olha para ambos os lados



**Passadeira para peões**  
Deves verificar sempre o trânsito em ambos os sentidos antes de atravessares na passadeira para peões

## **Segurança nos autocarros escolares**

- ◆ Tem cuidado nos degraus quando estiveres a entrar no autocarro e não empurres ninguém à tua frente
- ◆ No autocarro, deves sentar-te no banco e, caso exista, usar um cinto de segurança.
- ◆ Certifica-te de que o autocarro está parado antes de saíres e tem cuidado nos degraus quando estiveres a sair. Deves esperar no passeio ou na berma até que o autocarro se afaste, dado que não terás uma visão clara do trânsito até que este o faça.
- ◆ Nunca atraveses a estrada pela frente ou por trás de um autocarro
- ◆ Como a Maria e o Mark disseram – não deves distrair o motorista ou deixar as tuas mochilas onde alguém possa tropeçar nelas

## **Segurança na bicicleta**

- ◆ Deves verificar se a tua bicicleta é segura para andares – verifica os pneus, os travões e certifica-te de que os reflectores estão limpos e de que a mesma tem uma campainha.
- ◆ Como a Maria e o Mark disseram – deves certificar-te de que estás a usar o tamanho certo de bicicleta ou podes perder o controlo. Deves usar sempre equipamento de segurança, especialmente um capacete adequado e de cores vivas ou vestuário reflector.
- ◆ O teu capacete deve ser do tamanho correcto e deves ser capaz de ouvir e de ver claramente quando o usares.
- ◆ Deves continuar a seguir todas as regras do Código da Estrada quando andares de bicicleta – deves andar de bicicleta em fila única, se estiveres num grupo. Não deves ignorar os sinais de trânsito, os semáforos ou as passagens para peões ou podes provocar uma colisão.
- ◆ Quanto tiveres 9 ou mais anos de idade, podes fazer o teu teste de proficiência de bicicleta na escola –este ensinar-te-á todas as regras sobre como andar de bicicleta na estrada, obterás um emblema e um certificado, se fores aprovado

## Segurança no automóvel

- ◆ Deves entrar e sair do automóvel pelo lado do passeio
- ◆ O teu cinto de segurança deve estar colocado correctamente e de forma confortável sobre o teu ombro
- ◆ Não deves colocar os teus braços ou a cabeça para fora da janela ou do tejadilho quando o automóvel estiver em movimento. Não deves ficar entre os dois bancos da frente quando o automóvel estiver em movimento
- ◆ Não deves tentar abrir a porta com o automóvel em movimento e lembra os teus pais para que accionem o bloqueio de crianças
- ◆ Verifica com os teus pais o que o folheto informativo lhe diz sobre os airbags, alguns automóveis têm limitações de idade, altura e peso para o banco da frente
- ◆ Se estiveres a viajar num táxi, deves tentar sentar-se no banco de trás, se for possível
- ◆ Como a Maria e o Mark disseram – não deves distrair o condutor do automóvel e deves colocar sempre um cinto de segurança e usar uma cadeira para automóvel

## Segurança ao caminhar

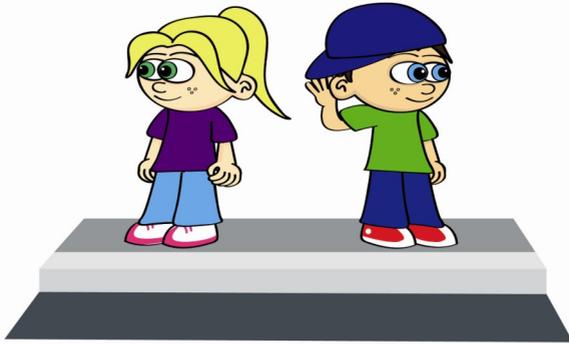
- ◆ Caminhar é uma forma muito saudável de chegar à escola, mas é muito importante maneres-te sempre seguro. Quando existir, deves usar sempre o passeio
- ◆ Se caminhares com um adulto, deves segurar a sua mão e andar do lado interior, de um modo em que o adulto fique entre ti e a estrada
- ◆ Deves encontrar sempre um local seguro para atravessares, tal como uma passadeira com semáforos, passadeira para peões ou onde possa existir uma patrulha de travessia.
- ◆ Lembra-te sempre de **PARAR, OLHAR e ESCUTAR**
- ◆ Não deves correr, porque podes tropeçar e nunca deves empurrar ninguém com quem estejas a caminhar
- ◆ Como disseram o Mark e a Maria – deves vestir algo brilhante ou fluorescente para que os condutores te possam ver claramente

## ***Agradecimentos***

*Gostaríamos de aproveitar esta oportunidade para agradecer a todos os que estiveram envolvidos no desenvolvimento deste folheto, como parte do projecto “De e Para: É Seguro Viajar” (To and Fro: Safe to Go), concretizado pela STEP em nome da CTA, financiado pelo DOE NI.*

*Gostaríamos de agradecer às escolas locais na área Municipal de Dungannon e South Tyrone, que acolheram este projecto e encorajá-las a usarem os recursos do folheto para comunicarem a mensagem de segurança rodoviária às nossas crianças.*

*Gostaríamos de agradecer a Roisin McAliskey por redigir e formatar o livro e a Jane Donaghy pelo fornecimento das ilustrações. Também agradecemos aos Serviços de Interpretação e Tradução STL por proporcionar as traduções para o folheto e o Web site e à Linkni.com pelo design do Web site **[www.journeytoschool.com](http://www.journeytoschool.com)** onde as versões em pdf do folheto estão disponíveis para transferência.*



[www.journeytoschool.com](http://www.journeytoschool.com)

 **DOE** Road **Safety** Grants  
administered by **Community Transport Association**



[www.ctauk.org](http://www.ctauk.org) [www.doeni.gov.uk/roadsafety](http://www.doeni.gov.uk/roadsafety) [www.stepni.org](http://www.stepni.org)

*Copyright©2012 Roisin McAliskey*