

Cómo desplazar por su vecindario

Evalúe su ubicación habitual

Determine si el lugar donde vive está afectando su capacidad para viajar o usar el transporte público. Las ubicaciones favorables incluyen aquellas con las siguientes características:

- Ubicado a tres cuadras o menos de la parada de transporte más cercana.
- Tener una parada de transporte secundario dentro de cinco cuadras (una ruta alternativa le dará más opciones de lugares a los que puede viajar).
- Las aceras están niveladas y se mantienen adecuadamente.
- Las intersecciones tienen semáforos o las calles son poco transitadas y tienen cruces peatonales.
- En vecindarios donde se siente cómodo caminando solo.
- Cerca o a una distancia caminable de su trabajo.
- A cuatro cuadras seguras de una tienda de comestibles, farmacia, y otros lugares que visite con frecuencia.
- Los residentes recogen los excrementos de sus perros.
- El tiempo de viaje para llegar a destinos comunes no es mayor que tres veces el tiempo que le tomaría conducir.

¡Tenga en cuenta la seguridad!

Si se siente cómodo caminando por su vecindario, asegúrese de conocer bien la ruta y siga consejos de seguridad importantes:

- Use ropa de colores brillantes por la noche.
- Use las aceras cuando sea posible.
- Esté atento al tráfico o las áreas de peligro potencial.
- Planifique con anticipación para los problemas climáticos.

Fuentes:

AARP. (sin fecha). *Guía para desplazarse.*

Alternativas para desplazarse (sin fecha). *Manual del coordinador de transporte de empleados.* Recuperado de

http://www.wsdot.wa.gov/NR/rdonlyres/FB86C0EF-9D8E-497C-A2DC-5B39A17E0D54/0/ETC_Handbook.pdf (en inglés).

Corn, A.L., y Rosenblum, L.P. (2000). *Encontrando ruedas: Un plan de estudios para no conductores con discapacidades para obtener control de sus necesidades de transporte*. Austin, TX: Pro-Ed.

¿Preguntas?

Comuníquese con Kendra Farrow enviando un correo electrónico a kfarrow@colled.msstate.edu o llamar al (662) 325-8694.



blind.msstate.edu

662-325-2001