



MANUAL DE MOVILIDAD

Urbana



**TUXTLA
GUTIÉRREZ**
Ayuntamiento | 2018 • 2021

Secretaría de
**Medio Ambiente
y Movilidad Urbana**

ESTIMADO LECTOR....

Te presentamos el manual de movilidad de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, el cual pretende sensibilizar y familiarizar a todos los usuarios al uso equitativo y a la correcta movilidad. En él encontrarás recomendaciones que permiten el uso correcto de los espacios y modos seguros de movilidad.





**CONSIDERA
LAS MEDIDAS DE
PREVENCIÓN
CUANDO SALGAS
A LA CALLE**





Transita y cruza exclusivamente en esquinas o pasos peatonales.

2

En zonas de vía rápida, utiliza los puentes peatonales.

CUANDO ATRAVIESES LA VÍA

3

Mira a la izquierda y derecha antes de cruzar la calle.

4

No atravieses la calle en forma diagonal.





Realiza los cruces únicamente cuando la luz del semáforo esté en rojo y el vehículo este detenido.



Evita transitar por el borde de la banqueta.

EN CRUCES SEMAFORIZADOS



Camina por la banqueta sin correr, jugar o empujar a las personas.



Cruza rápido pero sin correr.



Desplázate por la derecha al caminar por la banqueta.



Si eres menor y transitas solo o acompañado, recuerda siempre caminar al lado de las viviendas y no cerca de la calle.

EN BANQUETAS



Cuando camines por la vía pública en compañía de otras personas, no ocupes toda la banqueta, ni formes círculos que estorben la circulación de los demás.



Al caminar por la banqueta, estar atento en las entradas y salidas de vehículos en los garajes, o entrada de estacionamientos, y de servicios.



En caso de detenerte, recuerda no interrumpir el paso de los demás peatones.



CICLISTA

TUS  JOS SON UNA IMPORTANTE
HERRAMIENTA DE SEGURIDAD, MIRA A TUS
COMPAÑEROS DE VÍA PARA ASEGURARTE QUE
TE HAYAN VISTO.



Accesorios POR TU SEGURIDAD



Los lentes; mejoran la visión, protegen contra los rayos UVA e impactos en la práctica deportiva.



El casco protege la cabeza en caso de sufrir caídas.

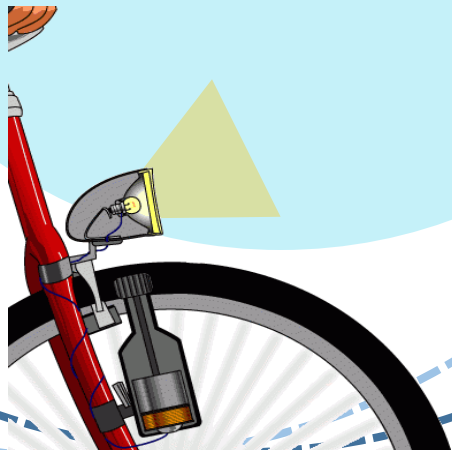


Usa guantes para mejor agarre, control del manubrio, y protección a tus manos.



El chaleco mejora la seguridad y presenta mayor visibilidad ante los ocupantes de la vía pública y por la noche son iluminados por la luz de los faros.

En la bicicleta; debes contar con un sistema básico de luces fijas para circular de noche.



La pirámide de la movilidad establece que **EL PEATÓN ES PRIMERO**, por eso al circular en bici debes ceder el paso a los peatones así mismo detenerte en los cruces peatonales.

Es importante tener en cuenta que **TÚ CICLISTA** tienes preferencia de paso, ante vehículos motorizados.



RECOMENDACIONES



*Evita pedalear bajo los efectos del alcohol.

*Para mejor visibilidad, procura no circular detrás de vehículos o camiones grandes

* Evita el uso de audífonos y contesta el teléfono hasta que estés completamente detenido.

* Si es posible porta un kit de herramienta que contenga lo básico, parches, bomba de aire y una cámara extra, por si acaso!

*Si ruedas de noche usa chaleco reflejante y luces delanteras y traseras.

RECOMENDACIONES



* Si es posible carga un kit de emergencia con alcohol, gasas y vendas.

*Lleva agua para mantenerte hidratado(a).

*No transportes a otras personas o niños sin poseer sillas homologadas para cada caso.

*En temporadas de calor utiliza ropa ligera.

COMO CIRCULAR

Si el semáforo está a punto de ponerse en rojo, no hagas el cruce.

Pedalea sobre la vialidad y no sobre la banqueta, en caso de querer ir por la banqueta baja de la bici y camina.

En caso de contar con ciclovía, trata de mantenerte siempre dentro de ella.

Antes de dar vuelta, mira hacia ambos lados y señala con tu brazo la acción que vas a realizar.

En caso de espera en semáforos, colócate hasta el frente del tráfico vehicular para mayor visibilidad y posición mas adelantada.



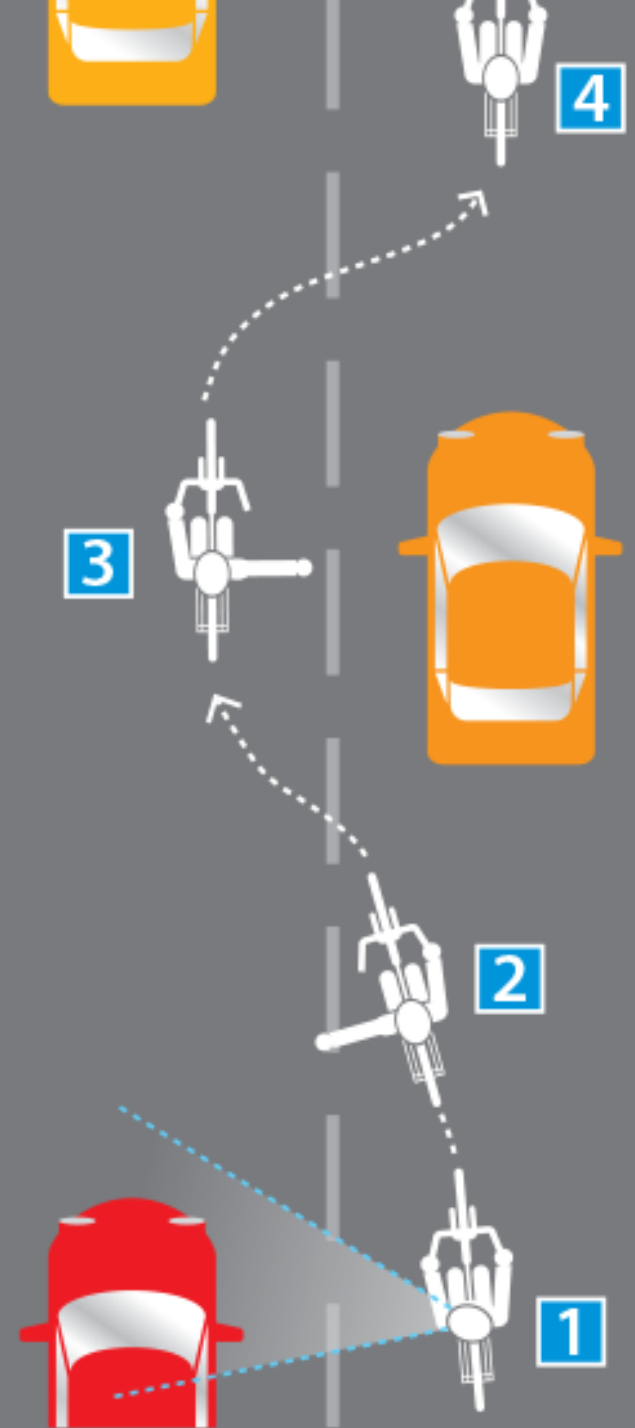
COMO CRUZAR

1.- Voltear hacia atrás para comprobar que hay suficiente espacio y que no vengan cerca otros vehículos.

2.- Comunicar con los brazos que se pretende cambiar de carril. Colocarse lo más pegado a la izquierda del carril en el que se va, antes de llegar a lo que se pretende rebasar.

3.- Hay que evitar rebasar de manera brusca y señalar con el brazo que te incorporarás al carril derecho.

4.- Regresar al carril derecho siguiendo los pasos ya mencionados.



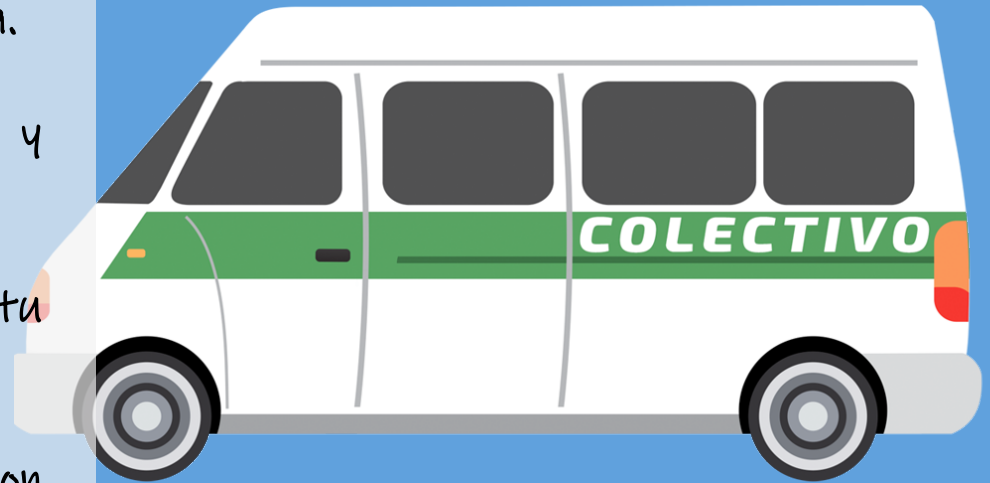
Estimado CHOFER de TRANSPORTE PÚBLICO...

Tu vida y la de muchos
depende de TI



RECOMENDACIONES

- Inspecciona tu unidad antes de abordarla.
- Trata con respeto a los usuarios y transportalos de forma segura.
- Ten en cuenta los puntos ciegos de tu unidad.
- Procura no abastecer combustible con pasaje a bordo y en horarios de servicio.
- Anticipa con tiempo y espacio suficiente al ejecutar una maniobra de frenado o cambio de dirección.
- Transporta un recipiente para basura.
- Evita manejar cansado o en estado de ebriedad





¡RESPETA!

Los espacios destinados para los ciclistas.

A tus compañeros de vía.

Al ingresar a la zona de parada para subir o bajar pasaje, observa que no se obstruya la circulación de otros vehículos.

¡No utilices el teléfono celular, ni pongas música con alto volumen!

Utiliza el cinturón de seguridad.

USUARIOS DE TRANSPORTE PÚBLICO

RECOMENDACIONES

- No obstruyas la visión del conductor ni interfieras con los controles de manejo.
- Evita obstaculizar las puertas de subida y bajada del vehículo.
- Procura que el ascenso y descenso sea siempre por el lado derecho.
- No bajes ni subas del vehículo, si aún no ha hecho alto total.
- No arrojes basura al interior ni al exterior del vehículo.
- No distraigas al conductor.

RECUERDA

La velocidad máxima a la que debes transitar es



CALLES
20 km/h



AVENIDAS
40 km/h

BULEVARES
60 km/h



LIBRAMIENTOS
80 km/h



CHOFER *de*

TRANSPORTE DE CARGA

-Toma precauciones al circular por la ciudad -





Asegúrate que tu camión cuente y porte con los siguientes accesorios

- Debes estar consiente de la pirámide de la movilidad urbana.
- Evita circular en horarios no establecidos.
- Maniobra sin afectar el transito vehicular.
- Evita exceder el volumen y la altura de tu carga.



- Circulas únicamente por rutas y carriles autorizados.
- Cierra el escape de tu unidad en zona urbana.

Bandas reflejantes



Salvaguardas laterales



Leyendas



Kit de emergencia



Amigo

MOTOCICLISTA

Cuida tu vida, evita accidentes
y sigue las siguientes
recomendaciones



Casco

Previene los golpes directos a la cabeza contra el suelo, elementos contundentes u otros vehículos.

Guantes

Ayudan a disminuir la vibración, protegen de temperaturas muy fuertes y evita raspaduras, quemaduras etc.

Botas

Ofrecen la protección necesaria en dedos, pies, y tobillos y ayudan a prevenir rozaduras o quemaduras provocadas por el escape.

Rodilleras

Evita lesiones, y son utilizadas tanto para la protección de la rodilla como para la recuperación de la misma.

Chamarra o Esqueleto

Protege al cuerpo del clima y del roce contra el suelo si se presenta un accidente.



**POR TU SEGURIDAD
UTILIZA**

los accesorios correspondientes

RECOMENDACIONES

- No circules en sentido contrario.
- Al circular de noche utiliza aditamentos reflectantes.
- Tanto tú, como tu acompañante deben ir protegidos.
- No te estaciones en banquetas, ciclovías o rampas para discapacitados y evita circular en ellas.
- No entables competencias de velocidad arrancones o efectúes maniobras que pongan en riesgo tu seguridad o la de terceros.



Evita conducir
por los **PUNTOS CIEGOS** de
otros conductores,
especialmente de aquellos
que conducen camiones de
transporte público y de
carga.

**RECUERDA QUE NO PUEDEN
VERTE.**





QUE NADIE PRIVETU DERECHO

- No circules entre los automóviles, ni rebases por la derecha.
- Conduce a una velocidad adecuada bajo la lluvia.
- Guarda una distancia prudente de los vehículos en circulación.
- No circules entre los automóviles, recuerda que estas autorizado para el uso total de un carril de circulación.

TUXTLA
GUTIÉRREZ

SAN
CRISTÓBAL

QUERIDO CONDUCTOR

en la vía pública la
vista es

VIDA

¡Respetar los límites de velocidad!



¡CONCENTRATE EN CONducir!



Usa los espejos para ver las condiciones que rodean a tu vehículo.

Evita distracciones
no utilices el teléfono celular

Mantente atento y respeta
las señales de tránsito.

Utiliza el cinturón de seguridad.



Los conductores que utilizan el teléfono celular durante la conducción corren un riesgo cuatro veces mayor de verse involucrados en un accidente.



RECOMENDACIONES

CONDUCE CON CUIDADO...

Especialmente en calles concurridas, escuelas, hospitales, áreas habitacionales, paradas de autobuses, y frente a los servicios de bomberos y cruz roja.



CEDE EL PASO...

Siempre a los peatones especialmente en las esquinas, topes, pasos peatonales y a personas con capacidades diferentes.



RESPETA...

- Los lugares designados al peatón, como son pasos peatonales y rampas evitando estacionarse sobre ellos.
- Al peatón; sobre todo a las personas mayores, con impedimentos o cualquier tipo de discapacidad.

POR TU SEGURIDAD...

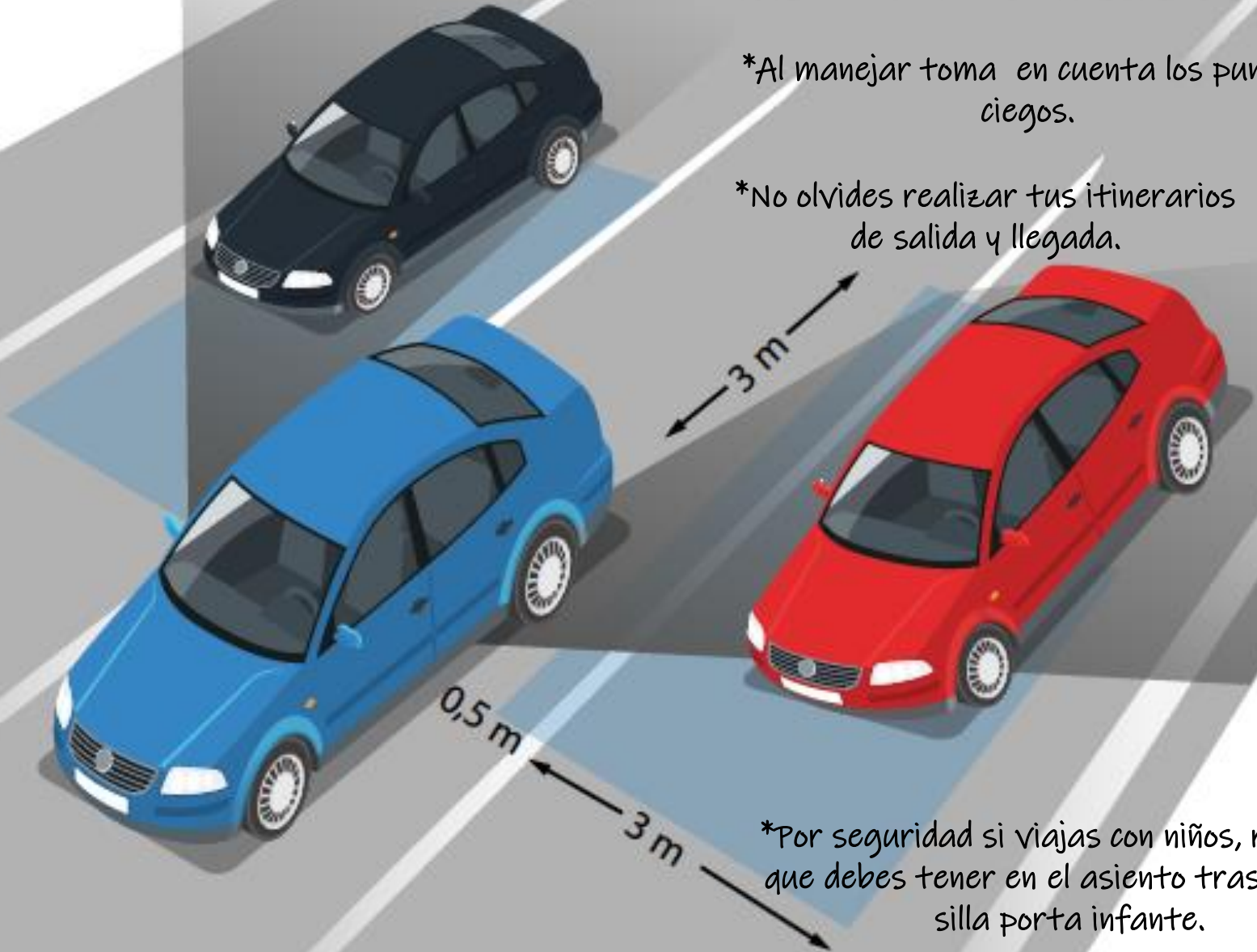
- Utiliza el cinturón de seguridad.
- No conduzcas bajo los efectos del alcohol o alguna droga.
- No manejes cansado.
- No utilices el teléfono celular.
- Respetar los límites de velocidad.
- Utiliza las direccionales para indicarle a los demás que tienes la intención de dar vuelta o realizar otra acción.



AMPLIA TU CAMPO DE VISIÓN OBSERVA Y ANTICIPATE A CUALQUIER EVENTUALIDAD

*Al manejar toma en cuenta los puntos ciegos.

*No olvides realizar tus itinerarios de salida y llegada.





Debes estar consiente de la pirámide de la movilidad urbana.



Al rebasar deja mínimo 1.5 mts de distancia entre tu vehículo y un ciclista.



Antes de abrir la puerta del coche observa si un ciclista u otro vehículo se aproxima.

POR LA SEGURIDAD DE TODOS.



Antes de girar en una esquina, mira a ambos lados para ver si hay peatones que estén cruzando o a punto de cruzar.



Guarda distancia prudente con los vehículos que van enfrente, sea motocicleta, bici o automóvil.





POR UNA BUENA MOVILIDAD Y UNA SANA CONVIVENCIA

**Atiende las
recomendaciones.**

Directorio

LIC. CARLOS ORSOE MORALES VÁZQUEZ
Presidente Constitucional

LAE. AURELIO CRUZ OVANDO
Secretario de Medio Ambiente
y Movilidad Urbana

DRA. RITA LISSETH RODRÍGUEZ PÉREZ
Directora Educación Ambiental y
Movilidad Urbana

LIC. NÍNIVE ATHALÍA VÁZQUEZ GÓMEZ
Jefa de departamento



TUXTLA
GUTIÉRREZ
Ayuntamiento | 2018 • 2021

Secretaría de
**Medio Ambiente
y Movilidad Urbana**

