

**MANUAL DE
EDUCACIÓN
VITAL**

VOL 2

**Por una
movilidad
responsable**

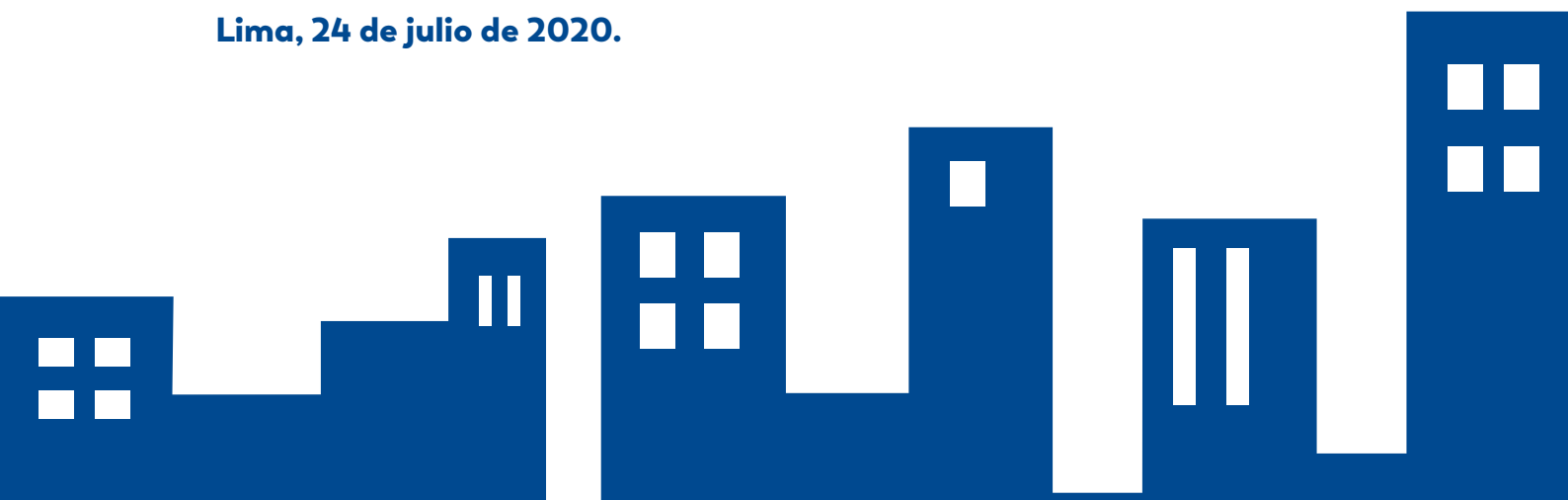
PRESENTACIÓN

Creamos el Manual de Educación Vital para sensibilizar a la ciudadanía en la necesidad de movernos de manera más responsable. Es así que decidimos compartir señales que promuevan hábitos de convivencia y civismo para esta nueva normalidad y para una movilidad responsable.


Este segundo volumen lo hemos hecho de la mano de ciudadanos como tú y de organizaciones que son conscientes de la necesidad de generar un cambio en nuestra sociedad. Ellos han creado sus propias señales de educación vital con la finalidad de que todos podamos cumplirlas para seguir construyendo una mejor ciudadanía.

En LIMA EXPRESA aplaudimos la colaboración de los peruanos, que al igual que nosotros, creen que para avanzar como sociedad es necesario que lo hagamos juntos, promoviendo comportamientos que busquen el bien común. Muchas gracias a todos los que participaron en este volumen de nuestro Manual que está disponible para compartirlo en el formato que prefieran.

Lima, 24 de julio de 2020.



Construyamos juntos una movilidad más responsable hacia un futuro mejor.

A stylized white city skyline with various building shapes and window patterns, set against a dark blue background at the top of the page.

**Ciudadanos y organizaciones
que se unieron al segundo
volumen del Manual de
Educación Vital.**



Luciana Olivares
CEO de Boost



David Fairlie
Ingeniero de tránsito



Pamela Acosta
Periodista



Eli y Jessi
Mamá Feliz Team



Marco Sifuentes
Periodista



Cynthia Yamamoto
Experta en transporte y cofundadora
de la organización Peruanos de a Pie



Mariana Alegre
Directora en Lima Cómo Vamos



Fernanda Kanno
Periodista y
corredora de autos



Fundación Transitemos
Organización por la Movilidad Sostenible



Carla Medina
Comunicadora



Organización Ciudad Saludable
Gestión Ambiental y Sostenibilidad



Marca LIMA
Organización Comunitaria



**Viaja sol@,
cuida a tu familia.**

**Co-creado con
Pamela Acosta**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Viaja sol@, cuida a tu familia.

La reconocida periodista Pamela Acosta se une al Manual de Educación Vital y nos deja una importante señal que debemos respetar para cuidarnos y cuidar a los demás.



**LiMA
EXPRESA**

Powered by





**Reduce el número
de salidas, evita
la curva de subida.**

**Co-creado con
Marco Sifuentes**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe




**LiMA
EXPRESA**
Powered by 

Reduce el número de salidas, evita la curva de subida.

Evitemos el crecimiento de la curva más peligrosa de todas. Marco Sifuentes se une a nuestro Manual de Educación Vital y nos recuerda los hábitos para estar sanos.



**Camina y muévete
cerca de casa,
no dejes de cuidarte.**

**Co-creado con
Cynthia Yamamoto**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Camina y muévete cerca de casa, no dejes de cuidarte.

Cynthia Yamamoto, Fundadora de la Red Activista Peruanos de a pie, comparte con todos nosotros su señal de educación vital. No dejemos de cuidarnos, trata de no moverte tan lejos de casa y en posible camina, eso sí manteniendo siempre una distancia de 1 a 2 metros con los demás.



**Dale la vuelta
a los problemas,
usa tu creatividad.**

**Co-creado con
Luciana Olivares**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



**Dale la vuelta
a los problemas,
usa tu creatividad.**

“En tiempos difíciles es cuando nuestro ingenio y creatividad salen a ayudarnos a darle la vuelta a los problemas y seguir adelante”. Luciana Olivares, CEO de Boost & Bold, nos deja un mensaje de aliento en su aporte para el Manual de Educación Vital.





E
ESTACIONA
AQUÍ

**Deja los zapatos
de calle en
un solo lugar.**

**Co-creado con
Fernanda Kanno**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Deja los zapatos de calle en un solo lugar.

La reconocida periodista y corredora de autos Fernanda Kanno nos recuerda lo importante que es designar una zona de la entrada para dejar y desinfectar el calzado que utilices al salir de casa. El objetivo es no andar con ellos puestos, ya que podría expandir el riesgo de contagio.



**Maneja con cuidado,
no hagas que sus sueños
se vuelvan pesadillas.**

**Co-creado con
Mariana Alegre**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

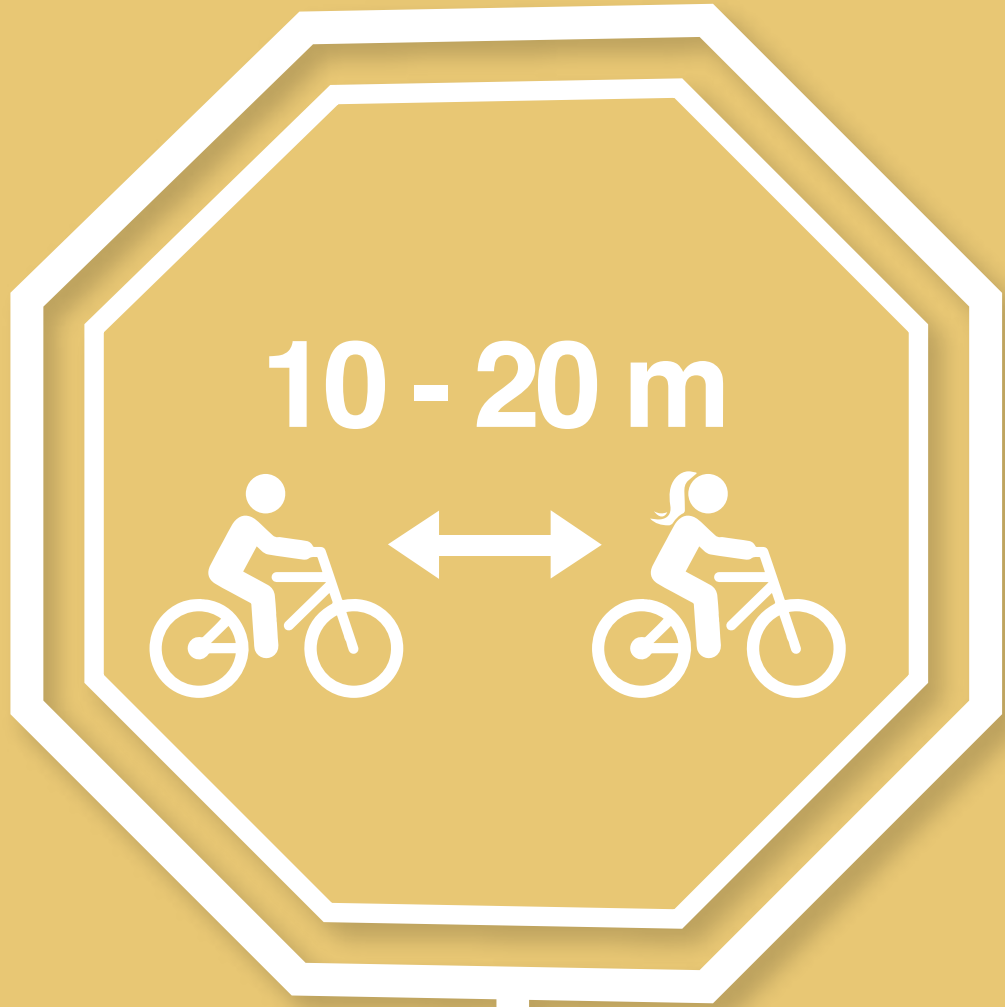
limaexpresa.pe



Maneja con cuidado, no hagas que sus sueños se vuelvan pesadillas.

Mariana Alegre, Coordinadora General de Lima Cómo Vamos, nos comparte su aporte para el Manual de Educación Vital.

“Si necesitas utilizar tu vehículo, maneja siempre con cuidado, los niños transitando en las calles pueden ser los tuyos, no hagas que sus sueños se conviertan en pesadillas”.



Mantén una distancia prudente con los demás ciclistas.

Co-creado con



Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Mantén una distancia prudente con los demás ciclistas.

Si estás usando la bicicleta como medio de transporte, la Fundación Transitemos nos deja un excelente aporte para cuidarnos y movilizarnos de forma responsable. “Mantén siempre una distancia de entre 10 a 20 metros con el ciclista de adelante, y si tienes que adelantar mantén una distancia lateral al menos de 2 metros.” Recuerda siempre usar tus implementos de seguridad respectivos, como la mascarilla y, de ser posible, lentes protectores.



**Peruanos
trabajando.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Peruanos trabajando.

Gran cantidad de negocios ya están activando sus servicios vía delivery con los cuidados correspondientes. Si vas a hacer uso de este, toma las medidas necesarias al recibir tu pedido, utiliza tu mascarilla, y sé amable con el repartidor. No olvides que en situaciones como estas, debemos estar unidos, intenta priorizar el producto nacional. Apoyemos a los negocios locales. #ElPerúUnido





**Recicla limpio,
seco y compacto.
Respetemos las normas y
cuidemos nuestra planeta.**

**Co-creado con
Ciudad Saludable**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



**Recicla limpio,
seco y compacto.
Respetemos las normas y
cuidemos nuestra planeta.**

En esta oportunidad la Organización Ciudad Saludable, se une al Manual de Educación Vital con una señal que nos invita a no desechar lo que nuestros amigos recicladores utilizan para trabajar y sustentarse. Guarda siempre tus residuos limpios, secos y separados.



**Cuida a quienes
siempre te cuidaron.**

**Co-creado con
Marca LIMA**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Cuida a quienes siempre te cuidaron.

Nuestros amigos de Marca LIMA también crearon su señal de Educación Vital. Ellos nos aconsejan cuidar siempre de los adultos mayores y personas vulnerables, es momento de devolverles todo el cuidado que nos dieron estando atentos a sus necesidades.





**Evita el contacto
para reducir
el contagio.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Evita el contacto para reducir el contagio.

Evita el contacto en el supermercado, en el banco, en la farmacia, en los medios de transporte, etc. Si tienes que salir de casa, busca siempre tener el menor contacto posible con personas y con cualquier superficie, esto ayudará a reducir el riesgo de contagio.



**Ejercítate cerca a
tu domicilio hasta
un radio de 3km.**

**Co-creado con
Carla Medina**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Ejercítate cerca a tu domicilio hasta un radio de 3km.

Carla Medina, comunicadora, coach del PeruTeam y sobre todo mujer feliz, se unió a nuestro Manual de Educación Vital para colaborar con una señal vital que propone una movilidad más responsable entre las personas que practican deporte en zonas públicas. Gracias por sumarte a esta propuesta para una mejor ciudadanía en estos días y los que vienen.



**Respetar el tiempo
de salida para
cuidar su vida.**

**Co-creado con
Mamá Feliz Team**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Respetar el tiempo de salida para cuidar su vida.

El Team de Mamá Feliz también creó su señal de Educación Vital que nos deja un gran consejo para cuidar de nuestros pequeños. La salud y bienestar de los niños dependen de nosotros. Si vamos a salir, siempre hagámoslo con las precauciones del caso: con mascarilla, por los alrededores de la casa (500 metros), solo el tiempo permitido y sin juguetes. Seamos responsables y cuidemos a nuestros pequeñitos.



**Respetar a los
ciclistas, dales el
espacio necesario.**

**Co-creado con
David Fairlie**

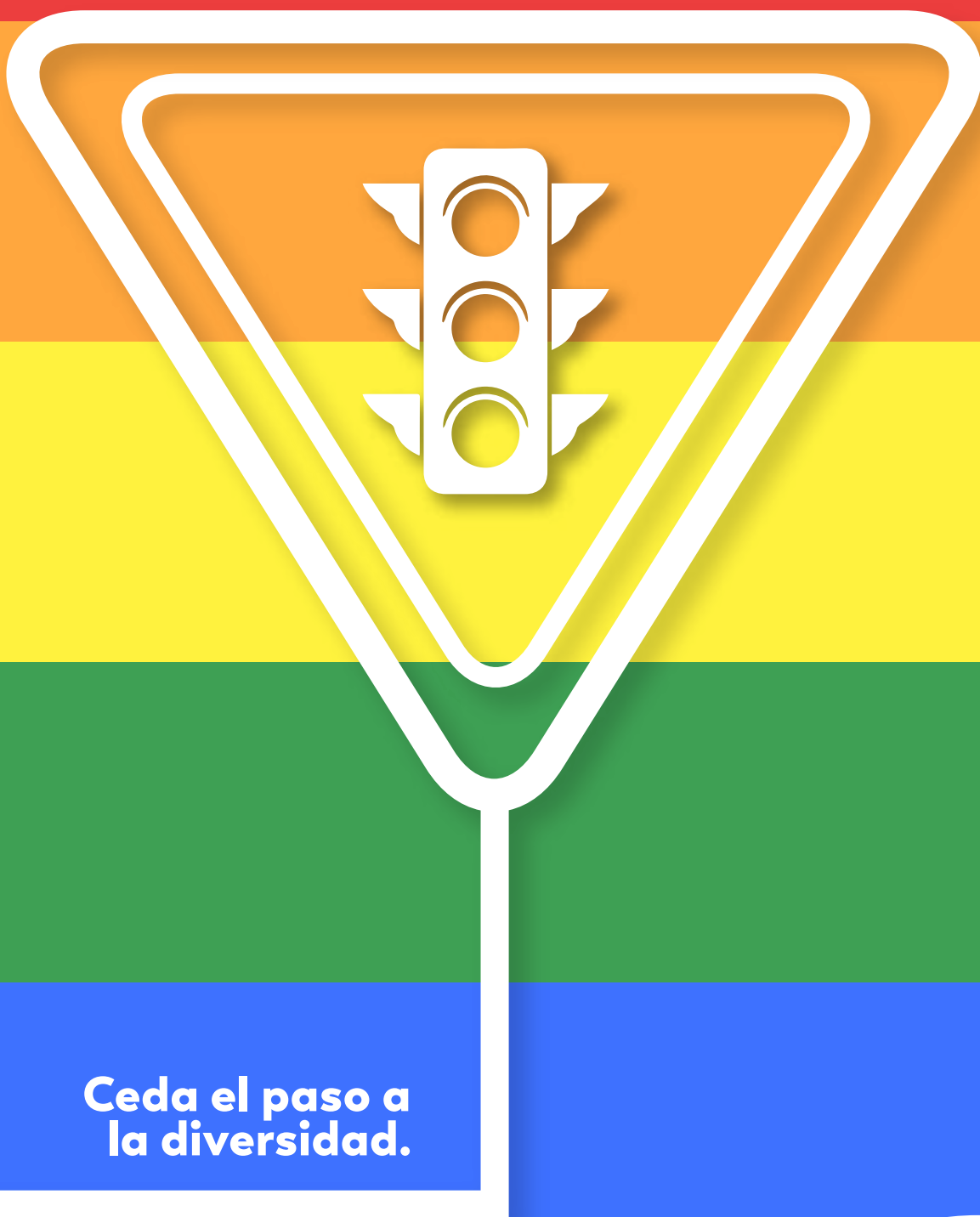
Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Respetar a los ciclistas, dales el espacio necesario.

Cada vez son más las personas que eligen moverse en bicicleta y así evitar la saturación del transporte público. David Fairlie, Ingeniero Civil y de tránsito, se une al Manual de Educación Vital con una señal que impulsa el respeto y cuidado especialmente para nuestros amigos en dos ruedas.



**Ceda el paso a
la diversidad.**

Ceda el paso a la diversidad.

Diversidad, inclusión y equidad. Esa es la fórmula para seguir avanzando, por eso en LIMA EXPRESA nos unimos a la lucha por una sociedad más justa, sin discriminación de ningún tipo y sobre todo por una sociedad en la que el respeto vaya de la mano del amor en todas sus expresiones. Cedamos el paso a la diversidad, sigamos avanzando.





Ayúdanos a movernos de manera responsable.

Utiliza este manual para movernos juntos hacia una sociedad más responsable, consciente y colaborativa.

*Comparte, etiqueta e imprime **-si es necesario-** y apodérate de las señales junto a tus amigos, familiares y compañeros.*



Encuétranos en:

