

MANUAL DE EDUCACIÓN VITAL

Por una
movilidad
responsable



Rompamos el mito de que los peruanos no son buenos cumpliendo las reglas. Este primer Manual de Educación Vital es una guía práctica que promueve buenos y nuevos hábitos de convivencia, conducta y civismo.

En LIMA EXPRESA estamos comprometidos con asegurar la transitabilidad y conectividad para los conductores y pasajeros que se movilizan a través de las vías que administramos. Cumplimos esta misión con dedicación; sin embargo, queremos ir más allá.

Tenemos el propósito de construir ciudadanía y una movilidad sostenible y responsable. Estamos convencidos que, para movernos y avanzar, es necesario que lo hagamos juntos, como una sociedad con valores y civismo.

Te invitamos a conocer e utilizar este manual y mejorar nuestra convivencia.



Construyamos juntos una movilidad responsable y un futuro mejor.



**Conserve
la calma.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Conserve la calma.

Regresar a la normalidad nos va a tomar tiempo, seamos pacientes y mantengamos la calma. Hábitos como la lectura y el deporte en casa nos permitirán entretenernos y relajarnos hasta volver a la normalidad.



**Prohibido el paso
de archivos pesados
en hora punta.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Prohibido el paso de archivos pesados en hora punta.

Sabemos que el internet hace posible una parte importante de nuestras rutinas diarias. Seamos razonables y responsables en el uso que le damos; si lo hacemos, podremos seguir conectados. Evitemos saturar la red. Si necesitas descargar o enviar archivos muy pesados, intenta hacerlo en horas con menos consumo de internet: entre las 2:00 p.m. y 4:00 p.m. y de 8:00 p.m. a 8:00 a.m.



**Para de compartir
noticias falsas.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Para de compartir noticias falsas.

Paremos de compartir noticias alarmantes sin fuentes confiables. Esto solo genera alarma en ti y en tus contactos. Seamos responsables con nuestras fuentes de información. Tratemos siempre de corroborar lo que nos llega antes de compartirlo con nuestros contactos. ¡Investiguemos!



**Ceda
el paso.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Ceda el paso.

Si compartes baño con más personas, date duchas cortas para que todos puedan usarlo y así también ayudas a reducir tu consumo de agua.

- Una ducha de 5 minutos ahorra hasta 3.500 litros al mes.
- Intenta cerrar la llave cuando te pones jabón o te aplicas champú.



**Dale paseos cortos
para que puedas
darle abrazos largos.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Dale paseos cortos para que puedas darle abrazos largos.

Es importante actuar siempre en forma responsable cuando saquemos nuestras mascotas a la calle. No utilices más del tiempo necesario para que luego podamos disfrutar todos juntos como lo hacíamos antes. Además, evita el contacto con otras personas y sus animales, a fin de reducir el riesgo de contagio. Recuerda siempre limpiar las patas y cola de tu engréido(a) al regresar a casa.



**Despacio
hora punta.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Despacio hora punta.

En horas de alto tráfico en la red, lo mejor es que compartamos solo lo necesario.

Hagamos uso responsable del internet para que todos podamos conectarnos.

- Si vas a hacer llamadas, no uses programas que consuman datos, usa tu línea de teléfono o celular.
- Si estás trabajando de forma remota, usa más los mensajes que las videoconferencias.
- Intenta no depender del internet, haz más actividades en casa y disfruta en familia.



**Paremos las faltas
de respeto.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Paremos las faltas de respeto.

Paremos de faltarnos el respeto y hacer comentarios agresivos en las redes. Es tiempo de estar más unidos que nunca.

Si quieres expresar tu opinión, sé objetivo, positivo, y trata a la gente como quisieras que te traten. No todos pensamos igual; respetemos nuestras diferencias.



**LiMA
EXPRESA**

Powered by





**Separémonos para
volver a juntarnos.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Separémonos para volver a juntarnos.

Recuerda que si sales de tu casa, sea porque tienes que ir a trabajar o hacer compras, incluso a la bodega más cercana, debes mantener una distancia mínima de 1.5 metros con las demás personas. Separémonos ahora para volver a estar juntarnos más adelante.



**Lávate las manos
para que mañana nos
podamos tomar de ellas.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



**Lávate las manos
para que mañana nos
podamos tomar de ellas.**

Si regresas de la calle o has tenido algún contacto fuera de casa, es importante que te laves las manos para que luego todos nos podamos tomar de ellas. Recuerda que eres responsable de lo que llevas a casa: 20 segundos de un correcto lavado de manos ayudan a mantenernos más seguros.



**No adelantes la cola,
avancemos juntos.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



No adelantes la cola, avancemos juntos.

Muchas veces cuando salimos a conseguir los productos que necesitamos en casa se forman grandes colas para ingresar o pagar. Mantén siempre una distancia prudente y no busques adelantarte, actuemos de forma solidaria y honesta ahora para poder cambiar las cosas poco a poco. Marquemos la diferencia.





**Hoy salimos solos
y mañana
acompañados.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Hoy salimos solos y mañana acompañados.

Sabemos que es tentador salir a la calle con más de un miembro de la familia pero, ¿vale realmente la pena?

No te expongas ni expongas a los que más quieres ahora para que se puedan acompañar más adelante. Escojan un delegado para las compras necesarias, así reducen el riesgo de contagio y evitan la aglomeración de más personas en un solo lugar de manera innecesaria.



**Te cubres tú,
nos cubrimos todos.**

Conoce más sobre el Manual de Educación Vital

limaexpresa.pe



Te cubres tú, nos cubrimos todos.

A estas alturas del partido, la mascarilla es nuestra pareja ideal. No salgas de casa sin tenerla puesta, y asegúrate de desecharla al regreso o lavarla inmediatamente en caso puedas (no la tires en la calle).



**LIMA
EXPRESA**

Powered by





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:

