# Bicycle Safety

## Facebook, X, Instagram

When posting to X and Instagram, consider adding #SeguridadEnBicicleta to the below posts to better track posts related to this topic.

**For Cyclists**

*Fit*

1. Tu bici y tu casco deben ser como un traje: a tu medida. 🚴‍♂️🪖👌
	* Translation: Your bike and helmet should fit like a suit—perfectly. 🚴‍♂️🪖👌
2. Tu bici a la medida, tu casco bien puesto. Es todo. 🚴‍♂️ ¡Rueda seguro!
	* Translation: Bike fits right, helmet on tight. That’s it. 🚴‍♂️ Ride safe!
3. Antes de salir a montar: ajusta correctamente tu casco y regula tu bicicleta a tu medida. ✅🚴‍♀️🪖
	* Translation: Before heading out to ride: properly fit your helmet and adjust your bike to your size. ✅🚴‍♀️🪖

*Numbers*

1. Un ciclista solo corre más peligro; cuando está en grupo, se cuidan entre todos. Sal acompañado.🚴‍♂️🚴‍♀️👀
	* Translation: A cyclist is at a greater risk when riding alone; in a group, everyone looks out for each other. Ride in company! 🚴‍♂️🚴‍♀️👀
2. Andar en bici en grupo siempre es más seguro. 🛡️🚴‍♂️ 🚴‍♀️🚴‍♂️
	* Translation: Riding a bike in a group is always safer. 🛡️🚴‍♂️ 🚴‍♀️🚴‍♂️
3. Montar en bicicleta con un grupo de amigos no solo es divertido, también es más seguro. ¡Pedalea acompañado! 👀🚴‍♂️🚴‍♀️🚴‍♂️👍
	* Translation: Riding a bike with a group of friends is not only fun but also safer. Ride together! 👀🚴‍♂️🚴‍♀️🚴‍♂️👍

*Helmet*

1. Sin casco, un simple bache puede ser tu peor pesadilla. 😱
	* Translation: Without a helmet, a simple pothole can become your worst nightmare. 😱
2. En la ciudad, las sorpresas están en cada esquina. Ponte un casco. 🚴‍♂️🏢⚠️
	* Translation: In the city, surprises are around every corner. Wear a helmet. 🚴‍♂️🏢⚠️
3. Solo tienes una cabeza. Protégela con un casco.🛡️🪖🚴‍♂️
	* Translation: You only have one head. Protect it with a helmet. 🛡️🪖🚴‍♂️

**For Drivers**

*Slow Down*

1. Sé un conductor respetuoso. No excedas el límite de velocidad cuando haya ciclistas en el camino. 🚗🛑🚴‍♀️
	* Translation: Be a respectful driver. Do not exceed the speed limit when there are cyclists on the road. 🚗🛑🚴‍♀️
2. La carretera es de todos, incluidos los ciclistas. Baja la velocidad si hay ciclistas en el camino. 🛣️🚗🚴‍♂️
	* Translation: The road belongs to everyone, including cyclists. Slow down if there are cyclists on the road. 🛣️🚗🚴‍♂️
3. Tu carro pesa 100 veces más que una bicicleta y puede causar 100 veces más daño. Respeta el límite de velocidad. 🚗💪💯🚴‍♀️
	* Translation: Your car is 100 times heavier than a bicycle and can cause 100 times more damage. Respect the speed limit. 🚗💪💯🚴‍♀️

*Yield*

1. Piensa que ese ciclista es tu papá, amigo o hermano. Cede el paso a los ciclistas. ❤️🚴‍♂️
	* Translation: Think of that cyclist as a dad, a friend, or a sibling. They’re important to someone. Yield to cyclists. ❤️🚴‍♂️
2. Ceder el paso no te hace más lento; te hace más grande. Cede el paso a los ciclistas. 🚗🤝🚴‍♀️
	* Translation: Yielding doesn’t make you slower; it makes you bigger (greater). Yield to cyclists. 🚗🤝🚴‍♀️
3. Sabemos que eres una buena persona. Demuéstralo. Cede el paso a los ciclistas.🙌😊🚗
	* Translation: We know you’re a good person. Show it—yield to cyclists. 🙌😊🚗

*Passing*

1. Un gran pequeño gesto. Adelanta a los ciclistas a una distancia segura. 🌟💪
	* Translation: A small but great gesture. Pass cyclists at a safe distance. 🌟💪
2. La distancia entre hacer o no lo correcto, es un metro y medio. Adelanta a los ciclistas a una distancia segura. 🚗❤️🚴‍♂️
	* Translation: The distance between doing right or wrong is a meter and a half. Pass cyclists at a safe distance. 🚗❤️🚴‍♂️
3. La carretera es para compartir, no para competir. Adelanta a los ciclistas a una distancia segura. 🛣️🚗🚴‍♂️
	* Translation: The road is meant to be shared, not to compete for. Pass cyclists at a safe distance. 🛣️🚗🚴‍♂️