

<https://allonsyavelo.le-pic.org/spip.php?article131>



# Quelques conseils pour la sécurité à vélo

- Devenez référent -



Publication date: mardi 15 octobre 2019

---

Copyright © AYAV - Tous droits réservés

---

### Les recommandations de la CARSAT

#### Conseils pour les cyclistes

#### Conseils pour les automobilistes

## Les recommandations de la CARSAT

L'Association Vélo Toulouse et la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé Au Travail de Midi-Pyrénées (CARSAT-MP) ont signé une convention visant la promotion d'une culture de prévention des risques auprès des salariés cyclistes et des employeurs de la région toulousaine. Chaque année, la CARSAT-MP finance l'achat de matériel de sécurité (gilets et éclairages) qui est distribué aux entités participantes. Dans ce cadre, chaque référent est invité à promouvoir la sécurité à vélo et à distribuer ce matériel ainsi que [la plaquette de la CARSAT-MP sur la sécurité routière pour le vélo urbain](#) rappelant les 8 principes à respecter pour rouler en toute sécurité :

- Se rendre visible par les autres usagers de la route et prévenir de ses intentions au plus tôt
- Emprunter des voies sécurisées
- Utiliser tous ses sens et adopter une conduite apaisée et concentrée
- Respecter le code de la route et les autres usagers
- Signaler les dangers à l'entreprise
- Préparer son déplacement
- Apprendre à faire du vélo en ville
- Rouler avec un vélo muni d'équipements de sécurité en état de marche

## Conseils de la Fubicy

Vous pouvez consulter le [Guide du cycliste urbain](#) et le [Guide vélo métro de Grenoble](#) .

## Conseils de la Sécurité routière

Ces 10 conseils sont principalement extraits du dossier « Pratique du vélo et sécurité routière » éditée par la sécurité routière.

### 1. Respecter le Code de la route et la signalisation

Le Code de la route est destiné à assurer la sécurité et la bonne cohabitation de tous les usagers de la route, particulièrement des usagers vulnérables. Il n'est pas complètement adapté au vélo mais des actions sont en cours par la Fubicy principalement pour demander des évolutions. Il faudra simplement être patient.

Respectez les autres usagers, en particulier les piétons.

### 2. Se munir d'un bon équipement (Cf article dédié)

– Contrôler régulièrement le bon état du véhicule : frein, éclairage, pneus et avertisseur sonore.

– Le port du casque est obligatoire pour les enfants de moins de 12 ans. Pour les autres, il n'y a pas d'obligation même si le port du casque est recommandé, notamment dans le cadre des pratiques sportives

### 3. Être vu

– Pour la circulation de nuit ou par visibilité insuffisante, équiper le véhicule d'un feu avant jaune ou blanc, et d'un feu arrière rouge.

– Dans toutes les circonstances équiper le véhicule de catadioptres (dispositifs réfléchissants) : à l'arrière (rouge), à l'avant (blanc), sur les côtés (orange) et sur les pédales (orange).

– L'équipement du véhicule d'un « écarteur de danger » est recommandé.

– Porter de préférence **des vêtements de couleur claire ou équipés de dispositifs rétro réfléchissants**. Même en plein jour !!!

Sans forcément vous transformer en sapin de Noël, il faut éveiller l'attention de l'automobiliste (Cf "la sécurité à vélo" - inattention=31% des causes d'accidents) qui est en train de discuter au téléphone ou avec son passager, de mettre un CD dans son lecteur, de changer de fréquence radio, de ranger ou chercher un objet dans sa boîte à gant, ....

### 4. Rouler en douceur

– Le fait de ne pas être motorisé n'autorise pas les vélos à rouler à vive allure, notamment en agglomération. Penser respect et sécurité, pour soi et les autres usagers.

– Se faufiler entre les automobiles à l'arrêt dans la circulation est interdit : c'est un risque pour tous, et particulièrement pour les jeunes cyclistes moins expérimentés.

### 5. Emprunter les pistes cyclables quand elles existent

– Sinon rouler à droite, mais ne roulez pas trop près du trottoir ou des véhicules en stationnement.

– si la largeur de la voirie ne permet pas à l'automobiliste de vous dépasser avec 1m d'espace, ne vous serrez pas au trottoir pour le laisser passer.

– Interdiction de circuler sur les trottoirs. Les enfants de moins de 8 ans peuvent cependant y accéder à condition de rouler au pas et de ne pas gêner les piétons.

### 6. Se signaler lors d'un changement de direction

– Ne pas rester en dehors du champ de vision des conducteurs.

– Indiquer avec le bras que l'on tourne et rouler à au moins un mètre du trottoir.

– Dans un rond-point, ne roulez pas trop à droite, signalez vos intentions avec le bras, veillez à ne pas vous faire couper la route par des véhicules qui sortent du rond-point.

### 7. Être vigilant, hors agglomération

Pour les groupes (deux personnes et plus) : rouler à deux de front au plus, et Obligatoirement en file indienne dès la nuit ou lorsque la circulation l'exige, par exemple lorsque le groupe est dépassé.

### 8. Être prudent en cas d'intempéries

- Augmenter les distances de sécurité : le vent peut entraîner des difficultés de contrôle du vélo et les chaussées glissantes augmentent la distance de freinage.
- Être plus vigilant quand un véhicule double : une voiture peut faire perdre l'équilibre à un vélo en l'éclaboussant.

### 9. Transporter un enfant en toute sécurité

- Les enfants ne peuvent être transportés qu'au moyen de matériel dédié (siège fixé au vélo, vélo cargo, remorque à vélo...), attachés et munis d'un casque (obligatoire jusqu'à 12 ans)

### 10. Rester vigilant : anticiper

- Surveiller les mouvements des autres usagers de la route, pour ne pas se laisser surprendre.
- Changer progressivement de file ou de direction pour ne pas surprendre les autres usagers.
- Si vous roulez proche des voitures en stationnement, surveillez les portières qui peuvent s'ouvrir.
- à un feu rouge, mettez-vous devant les autres véhicules, en particulier si le carrefour est équipé de sas vélo (on commence à en trouver à Toulouse).
- ne pas circuler avec un baladeur pour rester en contact avec votre environnement.

Consultez la [charte du Cycliste](#) promue par l'association Vélo (à imprimer recto/verso et faire circuler) :

## Conseils pour les automobilistes.

Ces 10 conseils sont principalement extraits du dossier « Pratique du vélo et sécurité routière » éditée par la sécurité routière.

### 1. Respecter le Code de la route et la signalisation

La sécurité des vélos est une responsabilité collective. Penser que la voirie est un espace partagé ; alors pour cohabiter, il faut respecter.

### 2. Garder les distances de sécurité

Lorsqu'un automobiliste suit un vélo, il doit maintenir une distance de sécurité suffisante pour pouvoir éviter une collision en cas de ralentissement brusque ou d'arrêt subit du vélo qui le précède. Cette distance est d'autant plus grande que la vitesse est plus élevée.

### 3. Garder une vitesse modérée, surtout hors agglomération

Indépendamment des limitations de vitesse réglementaires, l'automobiliste doit modérer son allure à l'approche d'un cycliste, et d'autant plus, en cas d'intempéries.

### 4. Être prudent en cas de dépassement

- Signaler la volonté de dépassement du vélo et s'assurer que le cycliste vous a bien vu avant d'entamer la manoeuvre.
- Observer les distances prévues dans le Code de la route, par rapport au vélo, soit : **un mètre en agglomération et 1,50 m hors agglomération.**

### 5. Regarder derrière soi

- Rester toujours vigilant à l'égard des vélos qui suivent l'automobile
- Faire attention à ceux qui sont difficilement visibles (« angles morts ») en regardant attentivement dans les

rétroviseurs.

### **6. Regarder latéralement et derrière soi avant d'ouvrir la portière**

### **7. Ne pas stationner sur les aménagements cyclables**

L'arrêt ou le stationnement d'un véhicule sur les voies vertes, les bandes et pistes cyclables ainsi qu'en bordure des bandes cyclables est interdit.

### **8. Ne pas klaxonner inutilement**

– Hors agglomération, l'usage des avertisseurs sonores n'est autorisé que pour donner les avertissements nécessaires aux autres usagers de la route.

– En agglomération, l'usage de l'avertisseur sonore n'est autorisé qu'en cas de danger immédiat. Il ne faut donc pas klaxonner un vélo qui roulerait plus lentement qu'un véhicule motorisé.

### **9. Respecter strictement les zones 30 km/h**

Dites aussi « quartiers tranquilles », ces zones 30 km/h sont aménagées pour permettre une cohabitation douce des piétons, cyclistes et automobilistes.

### **10. Déboîtement intempestif et refus de priorité**

Participer activement à la conduite sécurisée des cycles en bannissant les comportements anarchiques.