



Extrait du Allons y à Vélo !!!

<http://allonsyavelo.le-pic.org/spip.php?article23>

Conseils pour les cyclistes

- En savoir plus sur AYAV - La sécurité à Vélo -

Date de mise en ligne : jeudi 5 avril 2012

Copyright © Allons y à Vélo !!! - Tous droits réservés

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.
- ▶ Si le port du casque n'est pas obligatoire, il est conseillé, notamment pour les enfants et 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 rétroréfléchissants**. 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

- ▶ Pour les enfants de moins de cinq ans : se munir d'un siège doté de repose-pieds et de courroies d'attaches.
- ▶ Ne pas transporter d'enfants autrement que sur un siège fixé au vélo.

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) :