



■ Une initiative des mutualités neutres



En vélo, en toute sécurité

Le vélo n'est pas dangereux, à condition, bien évidemment, de prendre certaines précautions.

- Afin de pédaler en toute sécurité, il y a lieu :
- de respecter le code de la route et la signalisation (feux,...);
- de conduire en ligne droite sur le côté droit de la route, dans la même direction que la circulation;
- de toujours regarder au-dessus de son épaule avant de tourner ou de traverser la rue;
- de se munir d'un bon équipement. Même si le port du casque de protection n'est pas obligatoire, il est conseillé. Le rebord de celui-ci doit être à deux doigts au-dessus des sourcils; les courroies doivent prendre la forme d'un V, tout juste sous les oreilles et il doit y avoir l'espace d'un doigt entre le menton et la courroie d'attache.



Les Mutualités Neutres
VOTRE LIBERTE, VOTRE SECURITE



Attention aux autres usagers : être vu est le principal facteur pour éviter les accidents... pensez aux vestes de sécurité, demandez-la à votre mutualité!

Les freins, l'éclairage, les pneus et l'avertisseur sonore doivent être contrôlés régulièrement. Pour une conduite plus confortable, le guidon et la selle doivent être placés à la bonne hauteur. Une fois que le pied est sur la pédale et qu'elle est positionnée vers le bas, la jambe doit être légèrement fléchie;

La nuit ou lors d'une visibilité insuffisante, le cycle doit être équipé d'un feu avant jaune ou blanc, et d'un feu arrière rouge.

Le système de feux clignotants qui fonctionnent à piles est efficace.

En toute circonstance, il doit y avoir des catadioptres.

Il est aussi recommandé de placer sur sa machine un "écarteur de danger" et de porter de préférence des vêtements confortables de couleurs claires ou vives, ou possédant des dispositifs rétroréfléchissants;

de rouler en douceur, sans mettre en cause sa propre sécurité ni celle des autres usagers;

de changer régulièrement de position pour éviter d'être ankylosé;

d'emprunter les pistes cyclables quand elles existent;

de ne pas rouler trop près des véhicules en stationnement ou à l'arrêt pour éviter les ouvertures intempestives de portières;

de se signaler lors d'un changement de direction (bras tendu) et de ne pas rester en dehors du champ de vision des conducteurs;

d'être vigilant, hors agglomération;

d'être prudent en cas d'intempéries en augmentant les distances de sécurité;

de maîtriser sa vitesse;

d'anticiper, de regarder au loin pour déceler s'il peut y avoir un danger, de surveiller les mouvements des autres usagers de la route afin de ne pas se laisser surprendre;

de fixer solidement sacs, cartable,... au porte-bagages.