

MESSAGE AUX ENFANTS

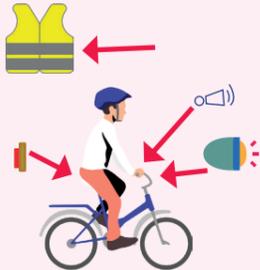


**Tu as suivi un programme
« SAVOIR ROULER A VÉLO » !**

Avec un adulte, tu dois encore t'améliorer pour bien comprendre les aménagements routiers. Ta sécurité sur la route dépend de ton comportement et de quelques règles essentielles !

• AVANT DE PARTIR :

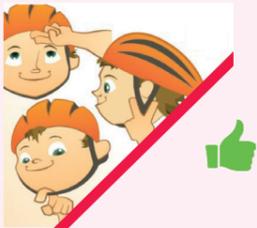
- Vérifie l'état de ton vélo : gilet rétro réfléchissant, freins, éclairage et sonette.
- Prépare ton itinéraire en privilégiant les pistes cyclables.



• A VÉLO, PAS LA PEINE DE TE CASSER LA TÊTE : LE CASQUE EST INDISPENSABLE

Ta tête est fragile et en cas d'accident le casque peut te sauver la vie. Dans un accident sur 2, la tête est touchée. Un casque mal réglé est inefficace.

- Adopte la règle 2V1 pour régler ton casque.
- Porte des gants pour protéger tes mains.



2V1
2 doigts sur le front
Un V sous l'oreille

• SOIT VIGILANT !

En ville et sur la route ouvre bien les yeux et les oreilles !

- Tu dois être très attentif aux autres usagers de la route.
- Ne porte pas d'écouteurs, d'oreillettes ou de casque audio à vélo. Cela coupe les bruits de la circulation et augmente les risques d'accidents.
- L'usage du téléphone, tenu en main, est également interdit. C'est très dangereux et tu risques une amende de 135 euros.



L'avenir sourit à ceux qui roulent tôt !

• SOIT VISIBLE DE JOUR COMME DE NUIT !

Il faut que les automobilistes te voient facilement. Porte un gilet réfléchissant et des vêtements clairs. Un éclairage à l'avant et à l'arrière est **OBLIGATOIRE**.

Attention : Ton sac à dos peut cacher ton gilet réfléchissant !



**A quoi reconnaît-on un cycliste qui pense à sa sécurité ?
Il réfléchit la nuit !**

Être visible à vélo :
regarde la vidéo de
« C'est pas sorcier »



https://www.youtube.com/watch?v=p8Ry_ew_ot4

• MÉFIE-TOI DES OUVERTURES DE PORTIÈRES !



• RESPECTE LA SIGNALISATION ET LE CODE DE LA ROUTE !



• INDIQUE CLAIEMENT TES CHANGEMENTS DE DIRECTION !



Indique tes changements de direction en tendant le bras.



Dans les virages, je serre au maximum à droite, les voitures ne voyant les vélos qu'au dernier moment.

• MÉFIE-TOI DES BUS ET DES CAMIONS, ILS NE TE VOIENT PAS TOUJOURS !



- Ne double jamais un camion ou un bus par la droite.
- Ne cherche jamais à le dépasser s'il manoeuvre, ni par la droite, ni par la gauche, en particulier à l'approche d'une intersection.
- Ne t'arrête jamais sous leurs rétroviseurs ou à leur hauteur.

Méfie-toi des angles morts, ils portent très bien leur nom !



<https://www.youtube.com/watch?v=bDHLpwkF13I>

