

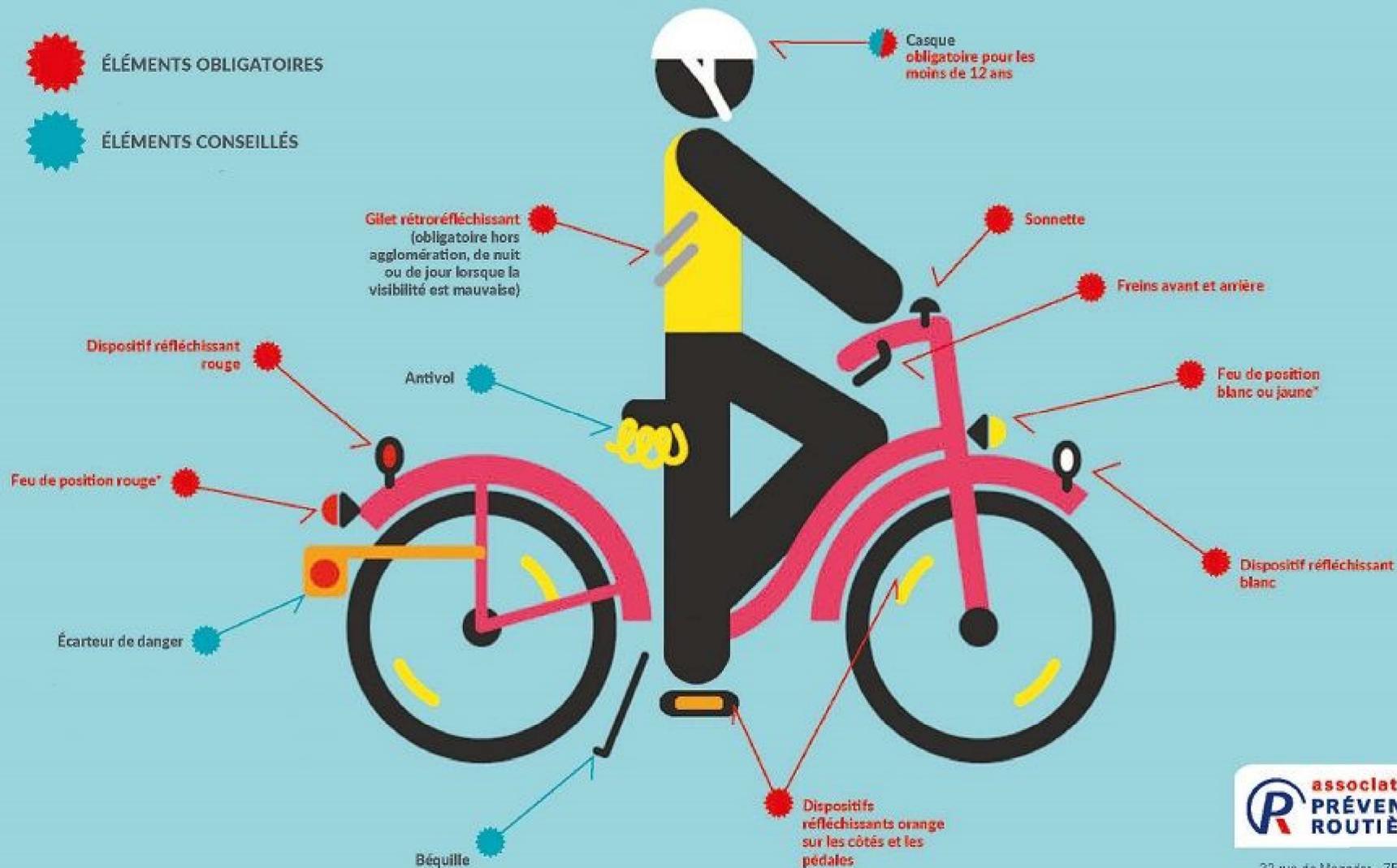
# ROULER EN SÉCURITÉ À VÉLO



ÉLÉMENTS OBLIGATOIRES



ÉLÉMENTS CONSEILLÉS



\* La nuit ou en cas de faible visibilité le jour

 **association  
PRÉVENTION  
ROUTIÈRE**

33 rue de Mogador - 75009 Paris  
[www.preventionroutiere.asso.fr](http://www.preventionroutiere.asso.fr)

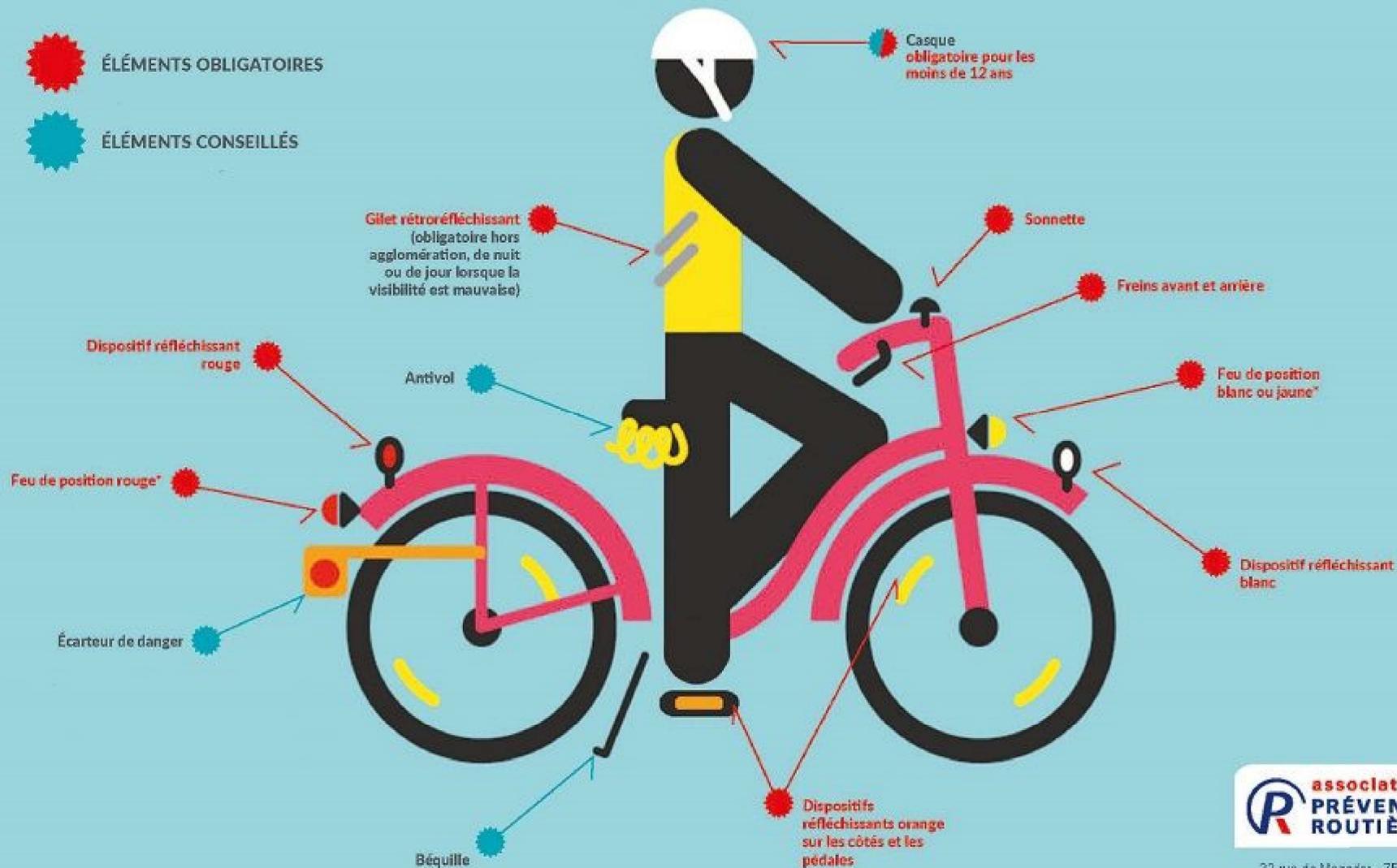
# ROULER EN SÉCURITÉ À VÉLO



ÉLÉMENTS OBLIGATOIRES



ÉLÉMENTS CONSEILLÉS



\* La nuit ou en cas de faible visibilité le jour

 association  
**PRÉVENTION  
ROUTIÈRE**

33 rue de Mogador - 75009 Paris  
[www.preventionroutiere.asso.fr](http://www.preventionroutiere.asso.fr)



RAPIDE, ÉCONOMIQUE, ÉCOLOGIQUE  
LE VÉLO EST LE VÉHICULE DU  
**FUTUR**

**Pourquoi  
l'adopter  
dès maintenant ?**





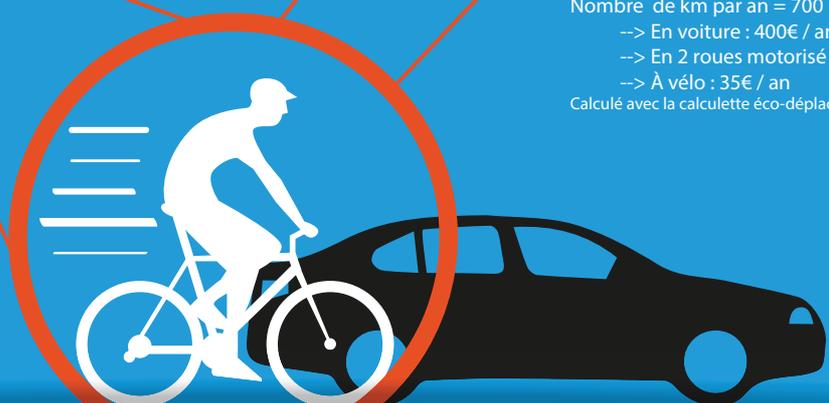
# PLUS RAPIDE ET PLUS LIBRE

## PLUS RAPIDE QUE LA VOITURE !

Sur un trajet jusqu'à 5km en ville, de porte à porte, surtout aux heures de pointe, le vélo est plus rapide que la voiture.

## POUR PÉDALER PLUS LOIN

Tu peux embarquer ton vélo dans tous les TER, et certains TGV ou tramways. Quand ce n'est pas possible, le vélo pliant peut être une solution.



## PLUS PRATIQUE QUE LES TRANSPORTS EN COMMUN

Aucune contrainte horaire. Tu te déplaces où tu veux, quand tu veux. Tu n'es pas dépendant de tes parents ou des horaires de transport.

## ÉCONOMIQUE !

Distance domicile-collège = 5 km aller retour en moyenne  
 Nombre de jours de classe par an = 140  
 Nombre de km par an = 700

- > En voiture : 400€ / an
- > En 2 roues motorisé : 300€ / an
- > À vélo : 35€ / an

Calculé avec la calculette éco-déplacements de l'ADEME

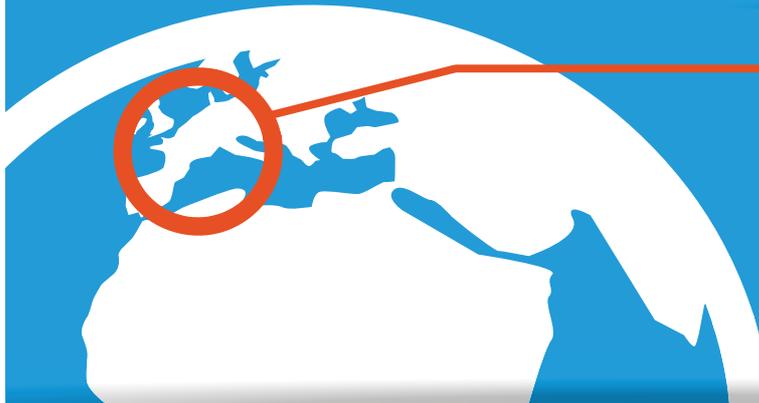


# AGIR

## POUR SOI, POUR LES AUTRES

### BIEN DANS TON CORPS BIEN DANS TA TÊTE

Le vélo est bon pour ton corps ! Si tu fais du vélo au quotidien, tu seras en meilleure forme, moins fatigué et moins stressé.



### POUR UN ENVIRONNEMENT PLUS AGRÉABLE

Se déplacer à vélo c'est agir pour l'environnement : Pour un air plus pur, moins de bruit et moins de voitures dans les rues.



# HALTE AUX IDÉES REÇUES !



## IL NE PLEUT QUE 6% DU TEMPS

Nous pensons souvent qu'il pleut tout le temps dans le Nord ! Bien au contraire, tu te rendras compte que tu n'auras besoin de sortir tes vêtements imperméables qu'une fois tous les 20 trajets.

## NON, CE N'EST PAS DANGEREUX

Si le cycliste se sent vulnérable, le risque est pourtant peu élevé.

Un comportement adapté te permet de circuler à vélo en sécurité. Retrouve nos conseils sur les panneaux suivants.



## LE VOL N'EST PAS UNE FATALITÉ

Si tu utilises un bon antivol et que tu attaches correctement ton vélo, le risque de vol est faible :

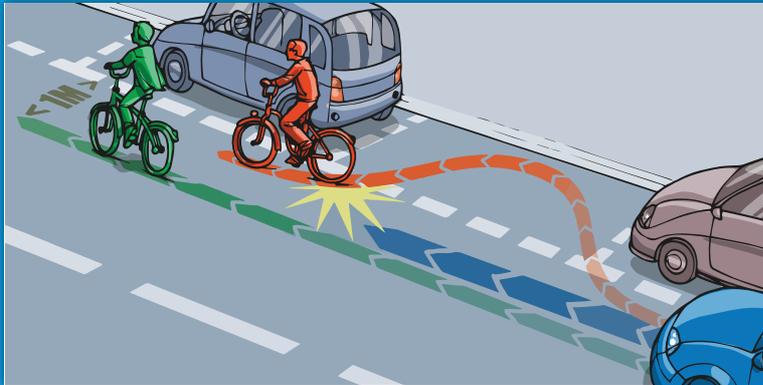
1. Utilise un antivol en U, ce sont les plus résistants. 95% des vélos volés avaient un antivol de très mauvaise qualité.
2. Attache toujours ton vélo à un point fixe par le cadre et la roue avant.
3. Remplace les attaches rapides des roues et de la selle par des écrous. Ne laisse aucun accessoire détachable.

## ON RESPIRE MOINS DE GAZ D'ÉCHAPPEMENT

En effet, le cycliste est assis plus haut, ne reste pas bloqué dans les embouteillages et n'est pas confiné dans un habitacle. Il respire moins de gaz d'échappement qu'un automobiliste.

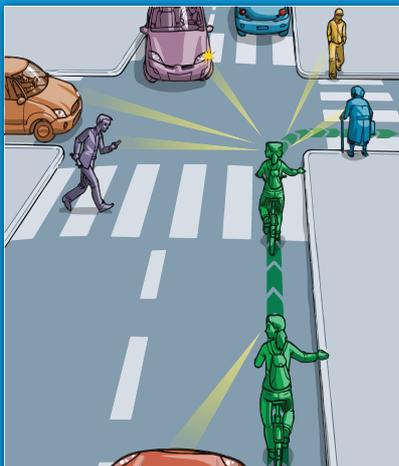


# NOS CONSEILS



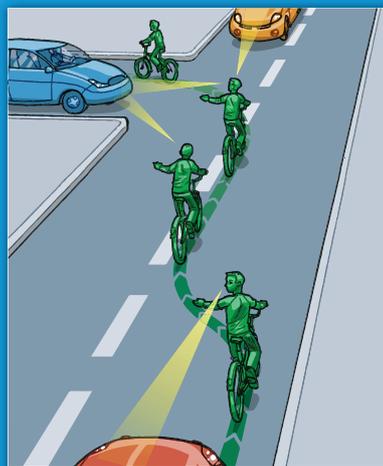
## PRENDS TA PLACE

Roule à un mètre du bord du trottoir ou des voitures stationnées, tu éviteras ainsi les portières qui s'ouvrent. Garde une trajectoire rectiligne !



## TIENS COMPTE DES AUTRES

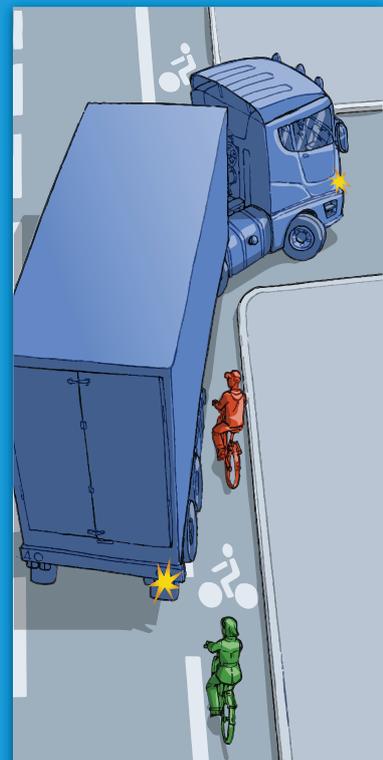
Tu dois anticiper les mouvements des véhicules devant et derrière toi et rechercher le contact visuel avec les autres usagers, piétons inclus.



## INDIQUE TES CHANGEMENTS DE DIRECTION

Pour tourner à gauche :

1. Vérifie qu'il n'y a personne derrière toi
2. Tends le bras gauche
3. Change de direction progressivement en gardant le bras tendu

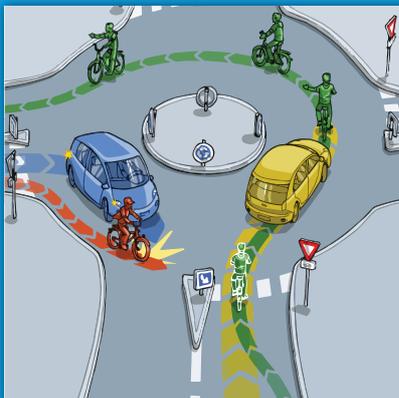


## CAMION, BUS, ATTENTION DANGER !

Au volant d'un camion ou d'un bus, le conducteur ne voit pas tout. Certains espaces autour de son véhicule ne sont pas visibles, il s'agit des angles morts.

Il est important de :

- Garder ses distances avec ces véhicules
- Ne jamais les doubler par la droite
- Garder le contact visuel avec le chauffeur



## LES GIRATOIRES... MÉFIANCE !

Dans les giratoires, prends ta place, roule au milieu de la voie de droite et indique tes changements de direction. Tu éviteras ainsi les queues de poisson.

# ROULER EN TOUTE SECURITE

## LE BON MATOS

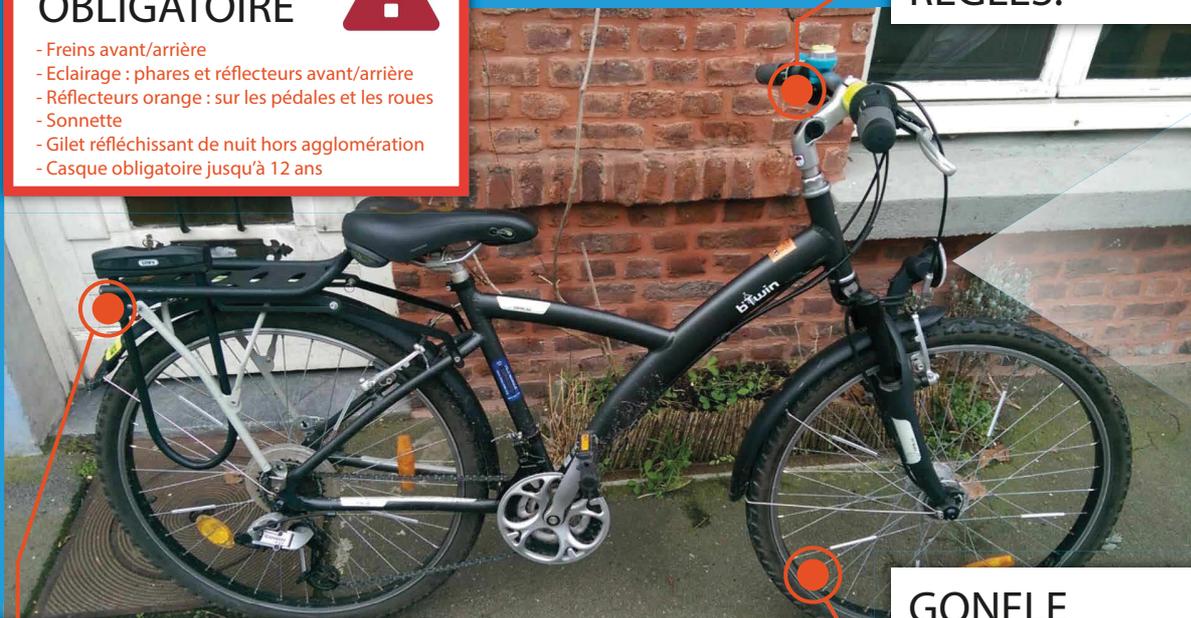
Pour commencer n'importe quel vélo peut faire l'affaire. L'important est de franchir le pas. Vérifie tout de même que ton vélo est équipé des éléments de sécurité obligatoires.

### L'ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE



- Freins avant/arrière
- Eclairage : phares et réflecteurs avant/arrière
- Réflecteurs orange : sur les pédales et les roues
- Sonnette
- Gilet réfléchissant de nuit hors agglomération
- Casque obligatoire jusqu'à 12 ans

VÉRIFIE QUE TES FREINS SONT BIEN RÉGLÉS.



GONFLE TES PNEUS

Vérifie que tes pneus sont bien gonflés. La pression conseillée est indiquée sur le flanc de tes pneus. Ton vélo sera plus sûr et tu diminueras les risques de crevaison. Il existe des pneus anti-crevaison.

## SOIS VISIBLE

Mets-toi à la place d'un automobiliste. Tu te rendras compte qu'un cycliste non-éclairé n'est pas perceptible de nuit. Prends toujours tes éclairages (avant et arrière) avec toi ou utilise un vélo muni d'une dynamo.

## LES PANNEAUX À CONNAÎTRE



Aménagement cyclable conseillé (bande ou piste cyclable).



Couloir réservé aux bus autorisé aux vélos.



Aire piétonne. Vélo autorisé à la vitesse du pas.



Voie verte réservée aux modes non motorisés (piétons, rollers, vélos, etc.).



Aménagement cyclable obligatoire (bande ou piste cyclable).



En présence de ce panneau aux intersections, tu es autorisé à passer le feu rouge mais en cédant le passage (voiture, piéton...). Les directions autorisées sont indiquées par des flèches.



Zone de rencontre. Piéton prioritaire, vitesse limitée à 20 km/h.



Sens interdit à tous les véhicules sauf aux vélos.



Interdit aux vélos.



Ensemble ou section de route où la circulation est apaisée et limitée à 30 km/h



Voie à sens unique munie d'un double-sens cyclable.



# Biking is BETTER

NI TAXES



NI ASSURANCES

IL VOUS REND HEUREUX

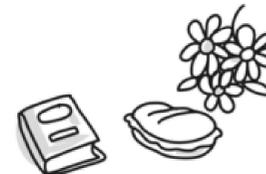


N'ALLEZ PLUS A LA SALLE DE SPORT

VOUS POUVEZ PORTER VOS SACS



VOUS POUVEZ PORTER DES LIVRES, DES FLEURS, VOS COURSES...



ZERO EMISSIONS



PAS DE PROBLEME DE STATIONNEMENT



VOUS POUVEZ CHANTER DESSUS



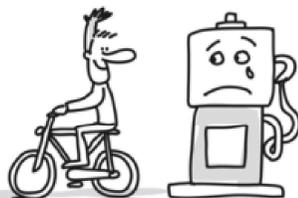
REDUIT LE STRESS



LA PLANETE EST HEUREUSE QUAND VOUS L'UTILISEZ



VOUS ECONOMISEZ DU CARBURANT



IL VOUS DONNE DES JAMBES D'ACIER



VOTRE COEUR VOUS REMERCIE

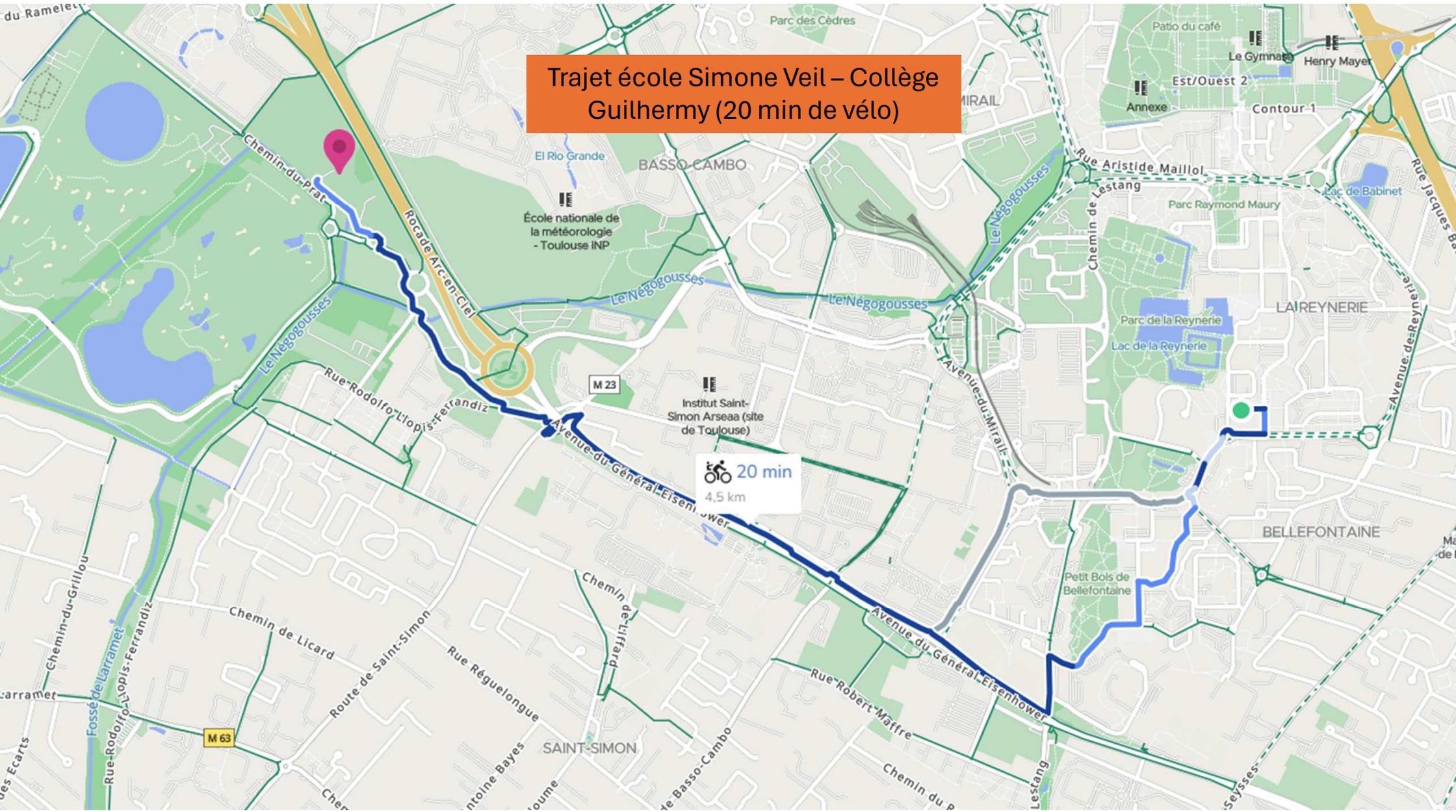


# Bénéfices de la bicyclette



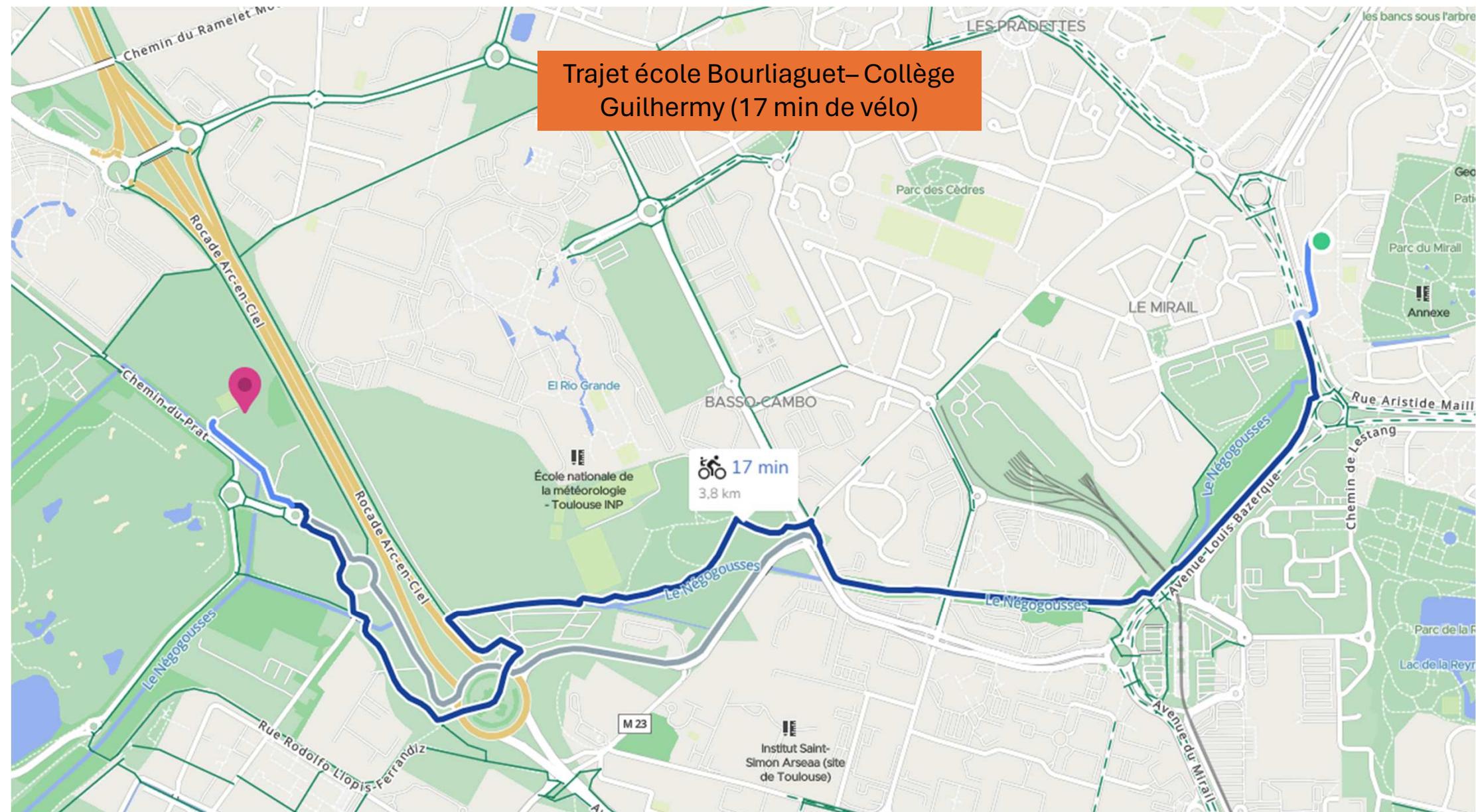


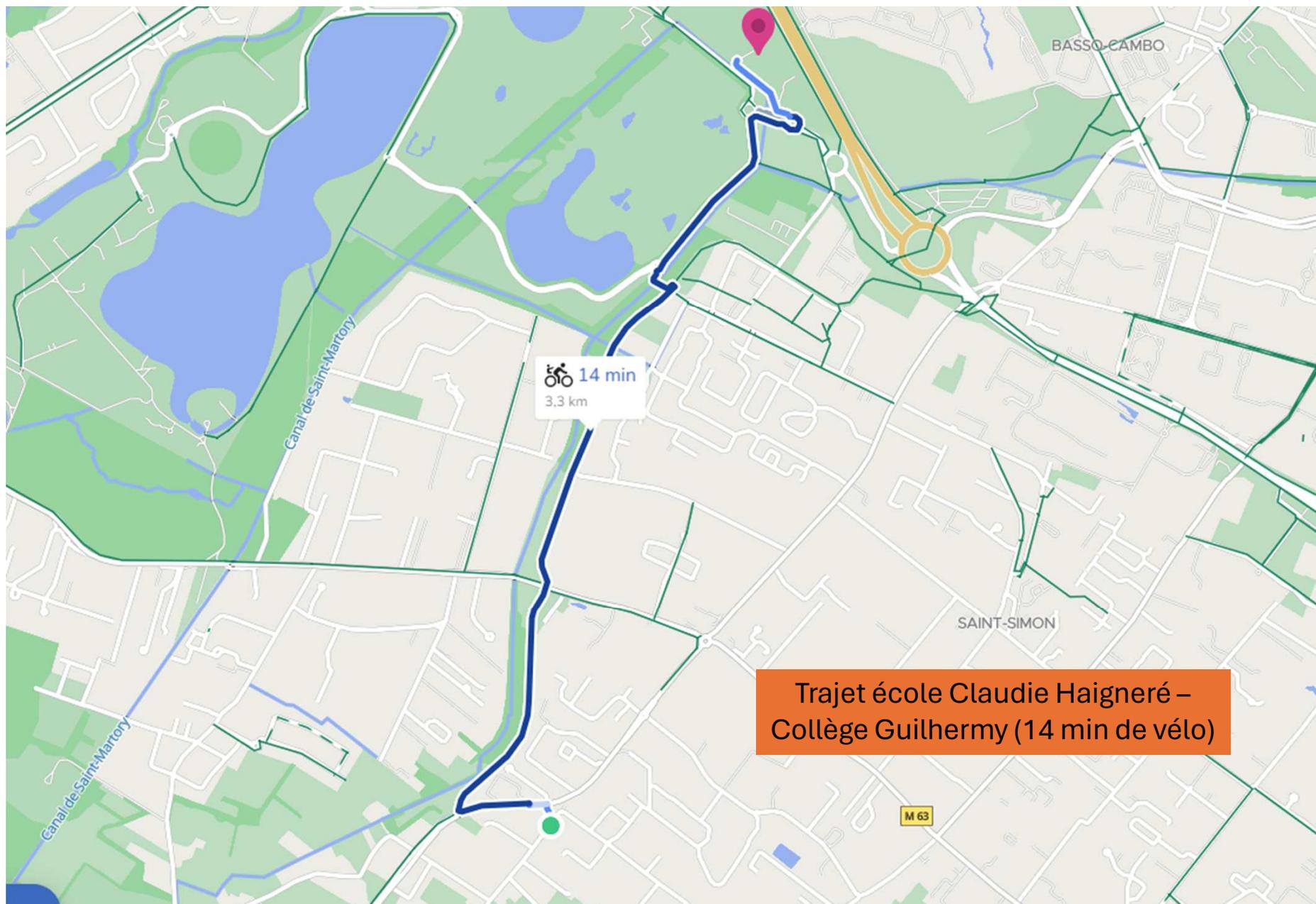
Trajet école Simone Veil – Collège Guilhermy (20 min de vélo)



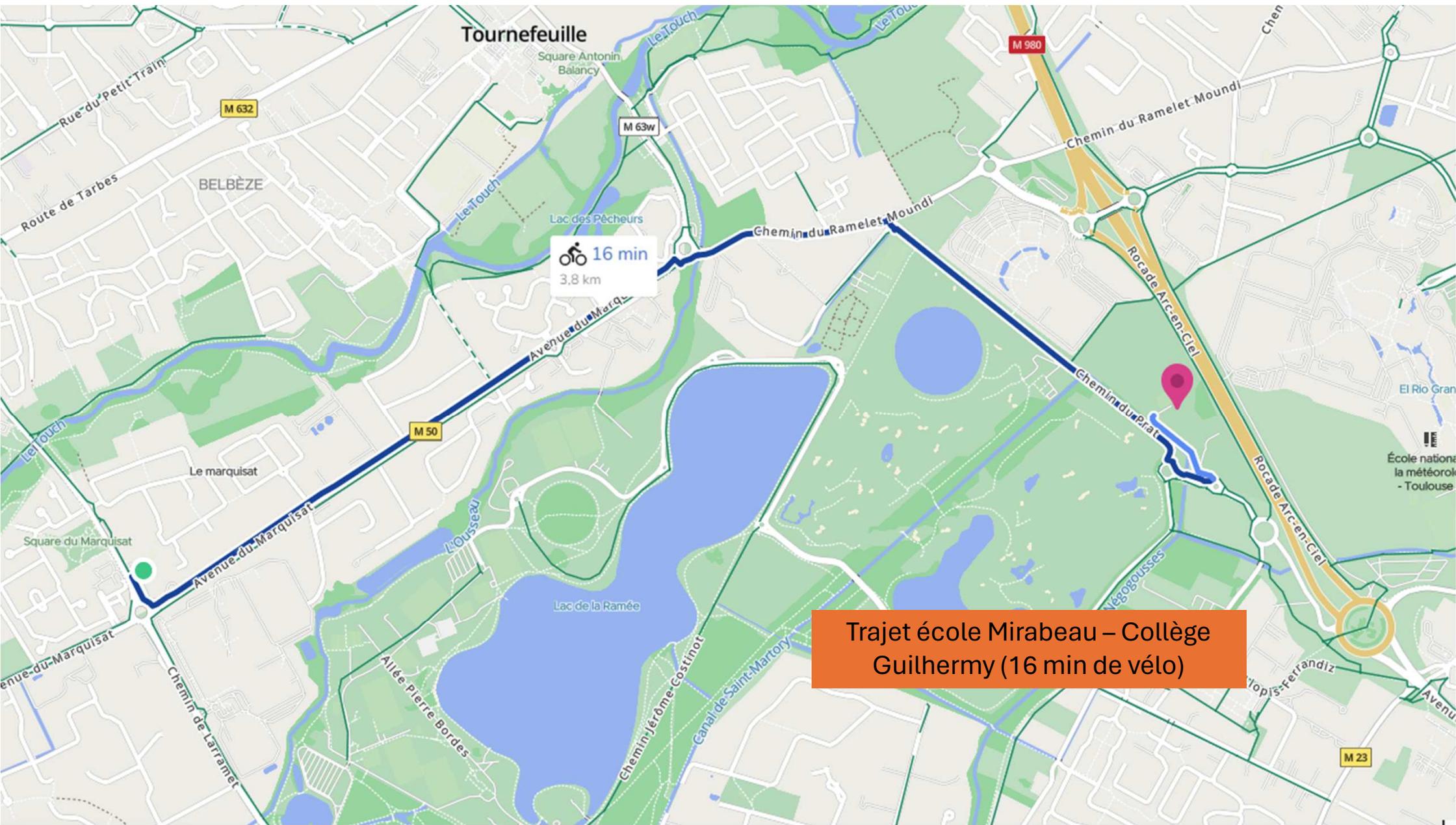
Trajet école Bourliaguet- Collège  
Guilhermy (17 min de vélo)

🚲 17 min  
3,8 km

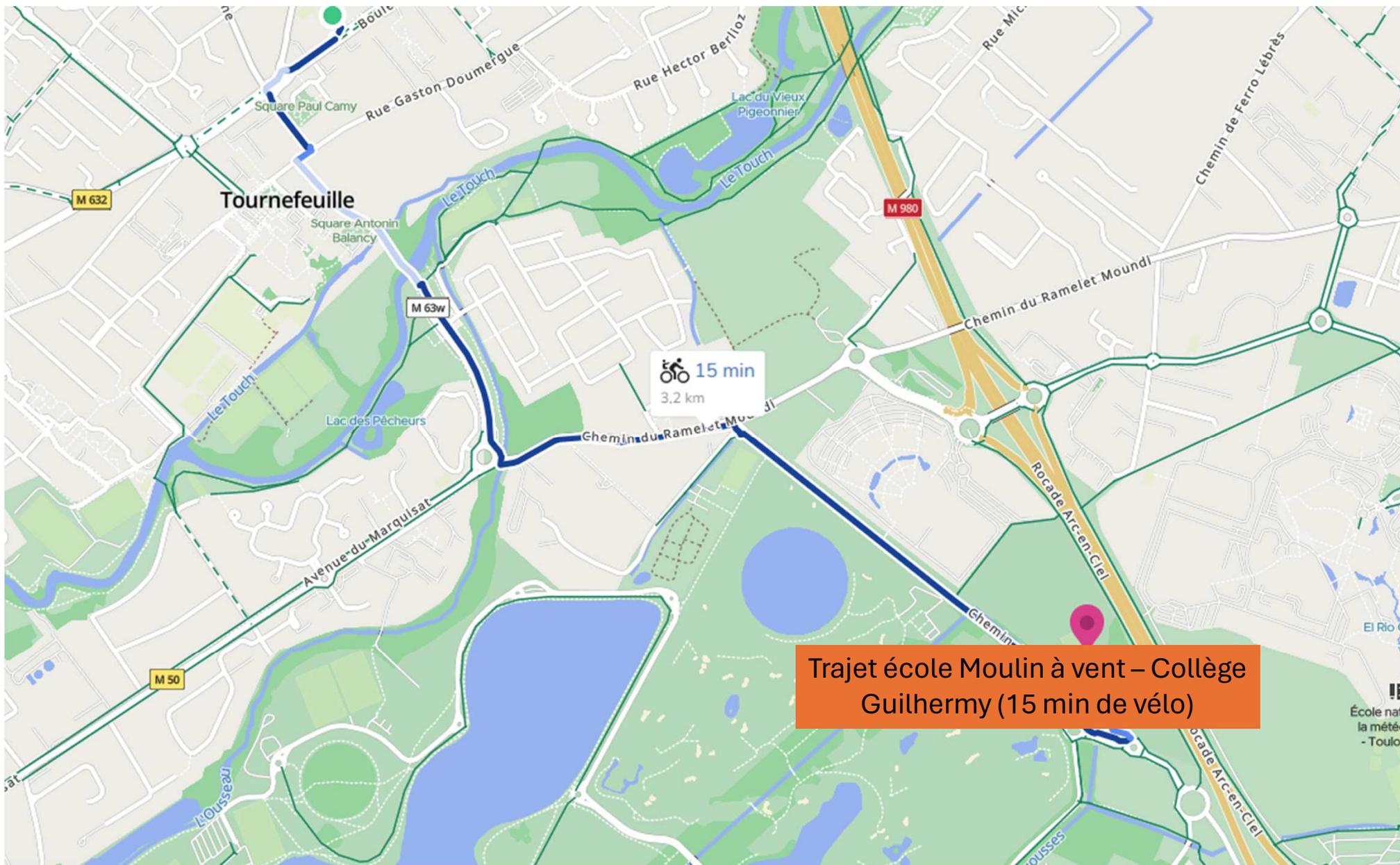




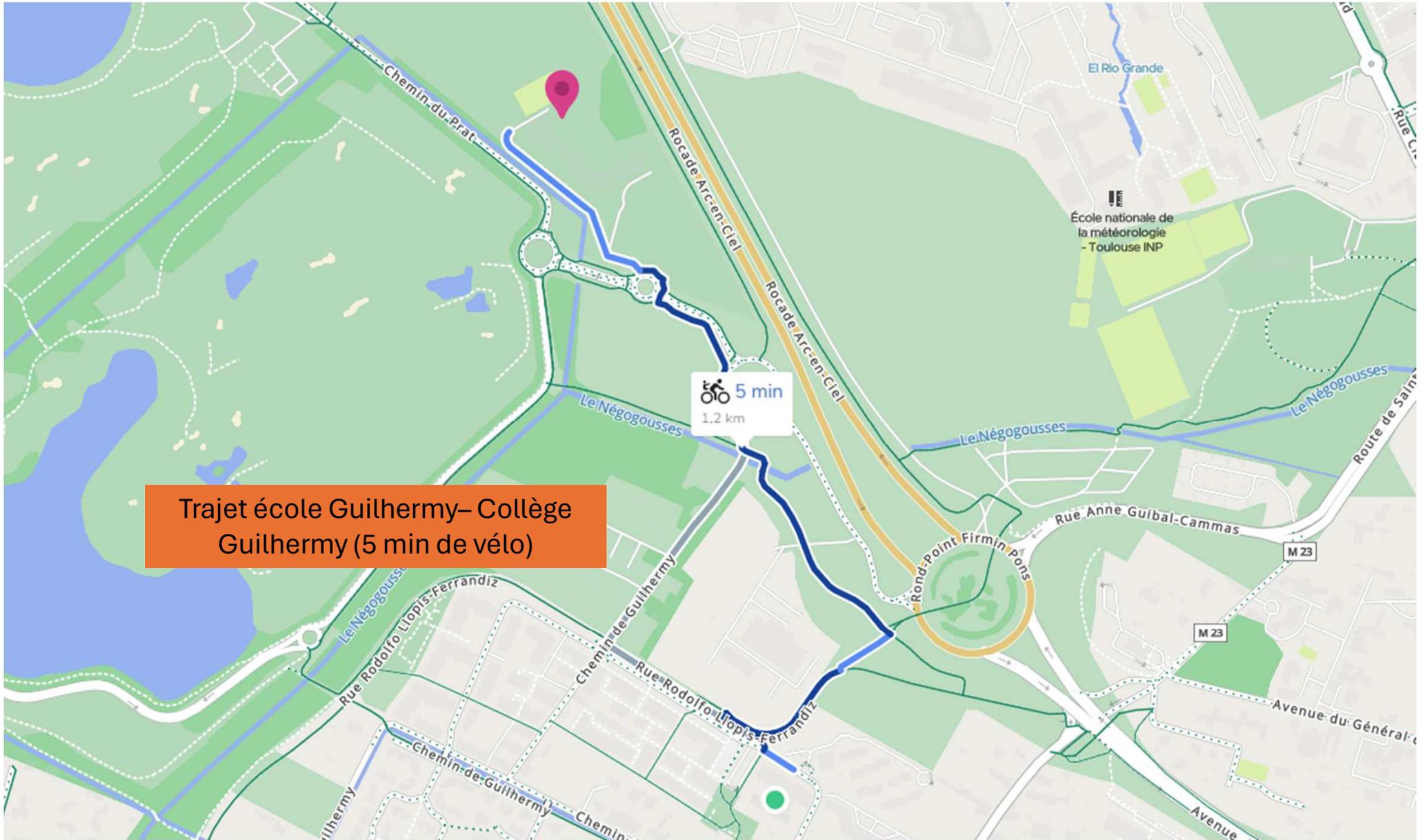
Trajet école Claudie Haigneré –  
Collège Guilhermy (14 min de vélo)



Trajet école Mirabeau – Collège Guilhermy (16 min de vélo)



Trajet école Moulin à vent – Collège Guilhermy (15 min de vélo)



Trajet école Guilhermy- Collège Guilhermy (5 min de vélo)