



GUIDE DE SÉCURITÉ À VÉLO

5^e édition



AVANT DE PARTIR

UN VÉLO EN ORDRE
... c'est important

- A** Vérifiez la pression des pneus
- B** Vérifiez si la chaîne saute
- C** Vérifiez l'état des freins
- D** Vérifiez l'équipement de visibilité obligatoire :



- 1** Réflecteur rouge à l'arrière
- 2** Réflecteur rouge aux rayons de la roue arrière

- 3** Réflecteur blanc à l'avant
- 4** Réflecteurs jaunes aux pédales
- 5** Réflecteur jaune aux rayons de la roue avant

Choisir le cadre par rapport à votre taille

Pour vérifier si la hauteur du cadre est bonne, enfourchez le vélo au-dessus du tube horizontal et posez les deux pieds bien à plat sur le sol. La distance entre l'entrejambe et le tube horizontal doit être d'au moins deux centimètres. La selle doit être parallèle au sol.

Elle est bien ajustée si la jambe est en complète extension quand le talon est posé sur la pédale. Ainsi, lorsque le pied sera en position pour pédaler, la jambe aura la légère flexion requise. Le guidon doit être fixé à la même hauteur que la selle ou légèrement plus bas.



Les cadres trop grands nuisent à l'équilibre et sont la cause de nombreux accidents, surtout chez les enfants.

MON CASQUE, ma seule PROTECTION

SAVIEZ-VOUS QUE

les blessures à la tête sont la cause d'environ 60% des décès chez les cyclistes? En cas de chute, cette partie du corps demeure la plus exposée aux blessures graves. Le casque absorbe les chocs au moment d'un accident, et la force de l'impact se répartit sur sa surface plutôt que sur la tête. Il est donc essentiel de se procurer un bon casque.

L'ajustement, c'est important

Essayez le casque pour vous assurer que le poids, les coussinets et les courroies d'ajustement conviennent. Le casque est bien ajusté lorsque les courroies avant et arrière se rejoignent sous l'oreille et que la mentonnière n'est pas trop serrée.

Vérifiez si le casque s'ajuste bien. Il ne doit ni balloter ni tomber sur le front ou sur la nuque.

Pour faire le bon choix

À l'achat d'un casque de vélo, vérifiez la présence d'un des sigles suivants : CSA, CPSC, ASTM, EN ou SNELL. Ces sigles apposés à l'intérieur du casque ou sur l'emballage constituent une garantie de solidité correspondant à des normes de performance.



POUR UNE SÉCURITÉ ACCRUE...

Un vélo en bon état, doté de tous les équipements nécessaires, contribue à garantir la sécurité du cycliste ainsi que celle des autres usagers de la route. Parmi les équipements suggérés, mentionnons les suivants.

1 Un avertisseur sonore ou une clochette

Le vélo étant silencieux, une simple clochette permet au cycliste de signaler sa présence aux piétons et aux autres cyclistes. Cela évite souvent une collision.

2 Un rétroviseur

Le fait de voir ce qui vient derrière évite au cycliste d'être surpris par une voiture qui le double. Le rétroviseur permet également d'évaluer la circulation en toute sécurité au moment des dépassements.

3 Un écarteur de danger

Un fanion latéral sur le vélo du cycliste suffit parfois à inciter l'automobiliste qui le double à se tenir à une distance suffisante.

4 Un porte-bagages

Que ce soit un panier au guidon ou un sac accroché au porte-bagages, tout dispositif permettant au cycliste de transporter ses effets de manière sécuritaire et pratique fait du vélo un véritable véhicule utilitaire.

5 Des pneus avec bandes réfléchissantes



SORTEZ DE L'OMBRE

LE SAVIEZ-VOUS ?

29 % des accidents mortels affectant les cyclistes surviennent après la tombée du jour.

Il est obligatoire de munir son vélo d'un phare blanc à l'avant et d'un phare rouge à l'arrière pour circuler le soir ou la nuit, en plus des réflecteurs.

Les marchands sont tenus d'équiper tout vélo, loué ou vendu, des huit réflecteurs obligatoires.

Des vêtements clairs ou, encore mieux, **réfléchissants** permettent d'être vu des automobilistes à une plus grande distance. Maintenant, il est possible de se procurer des pneus, des sacoques de vélo, des pince-pantalons ou des espadrilles avec bandes réfléchissantes ou d'apposer soi-même celles-ci sur les vêtements. Et, bien entendu, le dossard demeure le plus efficace pour se faire voir!



À VÉLO COMME EN AUTO... il y a des règles à respecter

AU QUÉBEC, LE CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE OBLIGE LE CYCLISTE À :

Emprunter la voie cyclable lorsque la chaussée en comporte une

Signaler ses intentions

... sur une distance suffisante pour être bien vu par les automobilistes.



Virage à gauche



Virage à droite



Ralentissement ou arrêt

Circuler à la file quand on roule en groupe

... un maximum de 15 cyclistes est permis.



Circuler en demeurant à califourchon et en tenant constamment le guidon

... la rue n'est pas un endroit pour les acrobaties !

Rouler dans le sens de la circulation

... et à l'extrême droite
de la chaussée.



ATTENTION, le Code interdit de :

circuler sur les autoroutes ou sur les voies d'accès.

circuler en sens inverse de la circulation.

circuler sur le trottoir.

circuler avec un baladeur.

transporter un passager, sauf si un siège est prévu à cet effet.

circuler entre deux rangées de véhicules en mouvement.

consommer des boissons alcoolisées en circulant.

circuler avec un système de freinage défectueux.



MÉFIEZ-VOUS

- des véhicules qui sortent d'une entrée privée.
- des autobus (surtout, ne les dépassez pas par la droite).
- des véhicules qui tournent à droite au feu rouge.



- des portières d'auto.
- des espaces entre les véhicules stationnés (roulez en ligne droite pour être vu des automobilistes).

- avant d'effectuer une manœuvre, établissez un contact visuel avec le conducteur pour vous assurer qu'il vous a vu.



DES VOIES CYCLABLES DIVERSIFIÉES

Au Québec, les cyclistes peuvent circuler sur toutes les routes, à l'exception des autoroutes. Pour accroître leur sécurité, ils disposent également de quatre types d'aménagements :



Les accotements asphaltés

Les cyclistes y circulent dans le même sens que les autres véhicules.



Les bandes cyclables

La signalisation et le marquage indiquent qu'elles sont réservées à l'usage exclusif des cyclistes.

... pour un meilleur partage
de la route



Les chaussées désignées

Elles ne comportent pas de corridor réservé aux cyclistes, mais sont signalisées au moyen de panneaux. De plus, le pictogramme représentant un vélo est peint sur la chaussée.



Les pistes cyclables

Elles sont généralement situées à l'écart de toute circulation automobile ou séparées de celle-ci par une barrière physique.

Lorsque le cycliste se déplace sur une voie de circulation comportant un de ces aménagements cyclables, il est tenu de l'emprunter.

PLACE À LA SIGNALISATION !

Tout comme les autres usagers de la route, les cyclistes doivent respecter les panneaux et les feux de circulation partout et en tout temps. Par ailleurs, une signalisation particulière a été conçue pour les voies cyclables. En voici quelques exemples avec leur signification.



Indique l'obligation, pour l'enfant de moins de 12 ans, d'être accompagné par un adulte sur une route où la vitesse permise est de plus de 50 km/h.



Indique un passage pour vélos.



Indique une pente raide pouvant être dangereuse pour les cyclistes.



Indique l'obligation de descendre de vélo pour des raisons de sécurité.



Indique un trajet obligatoire pour vélos et piétons.



Indique que vous circulez sur la Route verte.



Indique la période où la voie cyclable n'est pas entretenue.



Indique une aire de stationnement automobile à proximité d'une voie cyclable.



Indique la présence d'un service public
(ici, présence d'une pompe à air).



Indique la présence d'un service commercial
(ici, atelier de mécanique).



Indique qu'il est interdit de stationner son vélo à cet endroit.



Indique un détour temporaire en raison de travaux sur la voie cyclable.



Les feux de circulation pour cyclistes sont placés aux abords des pistes cyclables.



Ces symboles peints sur la chaussée indiquent qu'une voie est réservée aux cyclistes.



Indique l'obligation pour les cyclistes de respecter un feu pour piétons.

ATTENTION : En l'absence de ce panneau, les cyclistes doivent toujours respecter les feux de circulation pour les véhicules et ne peuvent utiliser la signalisation pour les piétons que s'ils descendent de leur vélo.

LE VÉLO À ASSISTANCE ÉLECTRIQUE

DE 14 À 17 ANS, LE CONDUCTEUR DOIT POSSÉDER UN PERMIS AUTORISANT AU MOINS LA CONDUITE D'UN CYCLOMOTEUR.



Caractéristiques

- Il a un guidon et est équipé de pédales.
- Il est conçu pour rouler sur au plus trois roues en contact avec le sol.
- Il peut être propulsé par l'effort musculaire.
- Il est muni d'un moteur électrique (et non à essence) ne dépassant pas 500 watts.

Le conducteur de ce mode de transport doit :

- porter un casque de vélo ;
- avoir au moins 14 ans.

Aucun permis n'est requis pour les personnes de 18 ans et plus.

L'équipement du vélo assisté doit être conforme au Code de la sécurité routière, notamment en ce qui concerne les réflecteurs requis.

Contrairement au cycliste traditionnel, le conducteur d'un tel vélo n'est pas tenu d'emprunter les voies cyclables.

Trottinette sans moteur

Les trottinettes vendues ou louées doivent être munies d'au moins un réflecteur ou matériau réfléchissant blanc à l'avant et d'un rouge à l'arrière et sont obligatoires pour circuler la nuit sur le chemin public. Le conducteur est exempté de cette obligation s'il porte un vêtement ou un accessoire munis d'un matériau réfléchissant visible pour les usagers de la route.

Enfin, la trottinette doit être munie d'un système de freins agissant sur la roue arrière. Les freins doivent être assez puissants pour immobiliser rapidement la trottinette quand le conducteur circule sur une chaussée pavée, sèche et plane.

Les amendes prévues

INFRACTION	MONTANT DE L'AMENDE
Circuler sur la chaussée avec des patins, des skis, une planche à roulettes ou un véhicule-jouet	30 \$ à 60 \$
Circuler sur la chaussée avec une trottinette sans freins sur la roue arrière	15 \$ à 30 \$
Circuler avec une trottinette la nuit sans être visible pour les usagers de la route	25 \$ à 50 \$
Circuler sur le chemin public avec une trottinette motorisée	100 \$ à 200 \$

PATINS, PLANCHE À ROULETTES, TROTTINETTE ... Est-ce permis ou défendu ?

Le vélo est très populaire, mais il y a aussi d'autres façons de se déplacer en roulant! Toutefois, avons-nous le droit de circuler sur le réseau routier avec tous ces équipements montés sur roues ?

Voici ce que précise le Code de la sécurité routière à ce sujet :

PERMIS sur la chaussée : la trottinette sans moteur

INTERDITS sur la chaussée : la trottinette motorisée, les patins à roues alignées, les skis, la planche à roulettes et le véhicule-jouet

Communiquez avec votre municipalité pour connaître les endroits où vous pouvez utiliser ces équipements en toute sécurité.



LES ENFANTS ET LA SÉCURITÉ À VÉLO

Les enfants de moins de neuf ans devraient toujours circuler à vélo en compagnie d'adultes responsables. La plupart des enfants dans ce groupe d'âge n'ont pas les aptitudes nécessaires pour circuler à vélo en toute sécurité.

Conduire un vélo, c'est d'abord écouter et observer la circulation. Accompagnez votre enfant dans son apprentissage :

- Faites des sorties à vélo avec lui tout en le surveillant.
- Faites-le s'exercer à arrêter et à tourner, apprenez-lui comment composer avec les imprévus.
- Insistez sur l'importance de vérifier par-dessus son épaule chaque fois qu'il veut changer de direction.

Pour savoir ce qu'il faut enseigner aux enfants, consultez le site de la Société au www.saaq.gouv.qc.ca/prevention/velo.

Attention : le Code de la sécurité routière interdit à un enfant de moins de 12 ans de circuler sur les routes de plus de 50 km/h, à moins qu'il ne soit sur une piste cyclable ou accompagné d'un adulte.



À VÉLO COMME EN AUTO... on respecte le Code

EXEMPLES D'INFRACTIONS AU CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

PÉNALITÉS

Circuler entre deux rangées de véhicules en mouvement	15 \$ à 30 \$
Circuler sur un trottoir	15 \$ à 30 \$
Circuler en sens inverse de la circulation	15 \$ à 30 \$
Circuler sans être à l'extrême droite de la chaussée	15 \$ à 30 \$
Circuler avec des écouteurs ou un baladeur	30 \$ à 60 \$
Consommer des boissons alcoolisées en circulant	15 \$ à 30 \$
Effectuer un virage à droite au feu rouge alors que la signalisation l'interdit	15 \$ à 30 \$ + 3 points d'inaptitude
Omettre de s'immobiliser à un feu rouge ou à un arrêt obligatoire	15 \$ à 30 \$ + 3 points d'inaptitude

EXEMPLES D'INFRACTIONS AU CODE DE LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

PÉNALITÉS

Omettre de céder le passage aux usagers qui ont priorité à l'intersection	15 \$ à 30 \$ + 3 points d'inaptitude
Omettre de se conformer à la signalisation	15 \$ à 30 \$
Omettre de circuler en file	15 \$ à 30 \$
Omettre d'emprunter la voie cyclable sur un chemin public	15 \$ à 30 \$
Omettre de signaler ses intentions (arrêt et virage)	15 \$ à 30 \$
Omettre de tenir constamment le guidon	15 \$ à 30 \$
Transporter un passager sur un vélo non adapté à cette fin	15 \$ à 30 \$



Pour toute information additionnelle,
consultez le site www.saaq.gouv.qc.ca
à la section « Prévention des accidents ».

Pour les questions concernant
la signalisation et les aménagements
cyclables, visitez le www.mtq.gouv.qc.ca.

Québec 

Avec la participation de :
– Société de l'assurance automobile du Québec
– Ministère des Transports du Québec

