

# Roulez en toute sécurité sur l'île de Ré!

Tous les héros portent un casque!



Plus d'info

[www.cdciledere.fr](http://www.cdciledere.fr)



  
**Ile de Ré**  
COMMUNAUTÉ  
DE COMMUNES

# Préparez-vous comme des pros!

## Je checke mon vélo et je m'équipe!

- ✓ **Freins avant et arrière** au top!
- ✓ **Avertisseur sonore** prêt à retentir!
- ✓ **Siège enfant sécurisé** pour les moins de 5 ans, avec un casque y compris dans les remorques!
- ✓ **Feu jaune ou blanc** et **catadioptre blanc devant**.
- ✓ **Feu rouge** et **catadioptre rouge derrière**.
- ✓ **Catadioptres orange** sur les **pédales** et les **roues**.

Le casque, c'est obligatoire pour les moins de 12 ans, et recommandé pour tout le monde!

## Adapter ses comportements sur les pistes cyclables!

### Je m'adapte et j'assume!

- ✌ Vitesse cool en fonction du trafic.
- 🙏 Courtoisie avec les autres cyclistes et piétons.
- 🚨 Vigilance avec ma position sur la piste.
- 👉 Signalement de mes changements de direction.



### Conduite cool, conduite sûre!

- Rouler à deux de front, c'est sympa, mais on passe en file indienne quand :
- 🚗 Un véhicule ou un vélo veut dépasser.
  - 🚧 La visibilité est réduite.
  - 🚲 La piste cyclable est très fréquentée.

### Bonus pour les super cyclistes!

- 💡 Gilet réfléchissant pour briller dans le noir! Obligatoire hors agglomération et en cas de faible visibilité.



# Les tips en +

## Sur les pistes, je roule avec style et prudence

- ✓ Je porte des chaussures fermées et une tenue qui protège du soleil.
- ✓ Je modère ma vitesse et je roule à droite.
- ✓ Je ne stationne pas sur la piste à l'arrêt, pour chercher ma route ou faire une pause.
- ✓ Je suis attentif aux panneaux de signalisation.
- ✓ Je roule avec courtoisie et respecte les autres usagers, qu'ils soient à pied, à vélo ou en voiture.
- ✓ Je descends de vélo dans les rues piétonnes.
- ✓ Je suis particulièrement vigilant aux angles morts des grands véhicules.



## En cas d'accident, réagissez comme un(e) pro !



### Gardez votre calme

- 🌀 Respirez profondément et restez zen, même si votre vélo fait la grimace !
- ▶ Sécurisez la zone.
- ⚠ Éloignez-vous de la route si possible.
- 🔍 Vérifiez les blessures.

### Témoin d'un accident ?

- 📞 Appelez les secours si besoin et assurez-vous que tout le monde est en sécurité.

### Un petit bobo ?

- 🤒 Sortez le pansement magique.
- 🚑 Une grosse blessure ? Appelez les secours (112) en indiquant votre emplacement à l'aide des jalons présents tous les 200m sur les pistes cyclables.



- 📍 Prenez les coordonnées des autres personnes impliquées.  
*Les selfies ne comptent pas !*



# Quizz

## Testez vos connaissances du Code de la route !

Répondez à ces questions pour être sûrs de rouler en toute sécurité.



1. Quels équipements sont obligatoires sur mon vélo la nuit en l'absence d'éclairage public ?

- a) Avertisseur sonore
- b) Casque
- c) Gilet réfléchissant



2. Quelle est la vitesse idéale sur une piste cyclable bondée ?

- a) Aussi vite que possible
- b) Adaptée aux conditions de circulation
- c) À la vitesse des voitures



3. À quel âge le casque est-il obligatoire ?

- a) Moins de 18 ans
- b) Moins de 12 ans
- c) Moins de 5 ans

**Réponses :** 1 : a) et c), sonnette obligatoire de jour comme de nuit et gilet réfléchissant de nuit... Mais le casque reste très vivement recommandé pour tous • 2 : b), vitesse adaptée aux conditions de circulation • 3 : b), obligatoire pour les moins de 12 ans.