



Ville de LORRAINE



SAINTE-THÉRÈSE



Boisbriand



ROSEMÈRE  
Vivre Fleurir Grandir • Live Blossom Grow



RÉGIE INTERMUNICIPALE DE POLICE  
THÉRÈSE-DE BLAINVILLE

# POUR UN ÉTÉ À VÉLO... EN TOUTE SÉCURITÉ !

## DIAGNOSTIC DES PRÉVENTIONNISTES À VÉLO

### ACCESSOIRES DE VISIBILITÉ OBLIGATOIRES SUR LE VÉLO



**BRAVO !**

**OUPS...**

- |                       |                       |  |
|-----------------------|-----------------------|--|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Réflecteur blanc à l'avant                       |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Réflecteur jaune ou blanc fixé à la roue avant   |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Réflecteur rouge à l'arrière                     |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Réflecteur rouge ou blanc fixé à la roue arrière |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Réflecteur jaune ou blanc à chaque pédale        |

### SI TU FAIS DU VÉLO À LA NOIRCEUR, ATTENTION !

Le Code de la sécurité routière oblige l'installation d'accessoires additionnels :

- Un phare ou un feu blanc à l'avant, qui peut être clignotant
- Un feu rouge à l'arrière, qui peut être clignotant

### LE CASQUE DE VÉLO : PARCE QU'ON A UNE SEULE TÊTE



**BRAVO !**

**OUPS...**

- |                       |                       |   |
|-----------------------|-----------------------|---|
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | J'ai mon casque !   |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Il est placé au milieu de la tête (largeur d'un doigt entre les sourcils et le casque). |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Les sangles sont tendues et forment un Y sous le lobe de l'oreille.                     |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | L'ajustement de la boucle permet d'insérer un doigt sous le menton.                     |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Il ne bascule pas.  |
| <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | Il n'est pas trop serré au point d'être inconfortable.                                  |

**Au besoin, utilise les coussinets vendus avec le casque !**

# LES CONSEILS DES PRÉVENTIONNISTES À VÉLO

## LORSQUE TU CIRCULES À VÉLO, TU DOIS :

- 1 Circuler à droite de la chaussée, dans le même sens que la circulation
- 2 Emprunter la voie cyclable lorsque la chaussée en comporte une
- 3 Respecter les arrêts obligatoires, les feux rouges, la signalisation routière et le virage à droite au feu rouge

## UN VÉLO EN ORDRE, C'EST IMPORTANT

Avant de partir, assure-toi :

- 1 D'avoir la pression recommandée pour les pneus
- 2 D'avoir des freins en bon état
- 3 Que la chaîne ne saute pas et qu'elle est suffisamment huilée

Pour plus de sécurité, tu peux équiper ton vélo d'accessoires supplémentaires :

- 4 Un avertisseur sonore ou une clochette
- 5 Un rétroviseur (Attention : regarde quand même par-dessus ton épaule avant toute manœuvre.)

## NI TROP GRAND NI TROP PETIT

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

- 1 Pour vérifier la hauteur du cadre, enfourcher le vélo et poser les deux pieds bien à plat sur le sol. La distance entre l'entrejambe et le tube horizontal doit être d'au moins 2 cm.
- 2 Pour vérifier la hauteur de la selle, il faut placer le talon sur la pédale la plus basse. La jambe doit être en complète extension quand le talon est posé sur la pédale, ce qui permettra une légère flexion du genou lorsque le pied sera en position pour pédaler.

**Tes préventionnistes à vélo**

**Source: [www.saaq.gouv.qc.ca](http://www.saaq.gouv.qc.ca)**

**FAITES DE VOTRE SÉCURITÉ UNE PRIORITÉ !**