




 Generalitat de Catalunya
 Departament d'Interior,
 Relacions Institucionals i Participació

 **servei català de
Trànsit**

 **mossos d'esquadra**

RACC
 Automòbil Club
 Fundació


 Federació Catalana
 de Ciclisme



 **Coordinadora
Catalana
d'Usuaris
de la Bici**

www.racc.cat

A LA CARRETERA, RESPECTEM-NOS



**Circular junts
és possible!**

RACC
 Automòbil Club
 Fundació

 **servei català de
Trànsit**
 Generalitat de Catalunya
 Departament d'Interior,
 Relacions Institucionals i Participació

PER A UNA CONDUCCIÓ MÉS SEGURA...

La bicicleta és un mitjà de transport que promou l'exercici saludable, redueix la intensitat del trànsit i no contamina. Però és el vehicle més fràgil i desprotegit del trànsit.

A vegades, quan som els ciclistes, aprofitem la lleugeresa de la bicicleta per anar per on volem, sense respectar els senyals o els vianants que van per la vorera.

I a vegades també, quan som els conductors de vehicles motoritzats, no respectem prou els ciclistes perquè els considerem un vehicle més petit.

Sigui quin sigui el vehicle que conduïm, cal que tinguem present algunes pautes de conducció per millorar la convivència a la carretera i beneficiar-nos tots d'una circulació sense riscos.

...SOBRE RODES, NO TE LA JUGUIS.

A LA CARRETERA HI HA LLOC PER A TOTHOM

PAUTES PER SER UN CICLISTA PROTEGIT

- Hem de ser conscients que som l'element més feble del trànsit. Per tant, cal que actuem amb sentit comú i estiguem alerta a la conducció i a les maniobres dels altres vehicles.
- 1. Poseu-vos sempre el casc.
- 2. Podeu col·locar miralls retrovisors als dos costats de la bicicleta.
- 3. Tingueu el sistema d'enllumenat en perfectes condicions: llum blanc al davant i llum vermell al darrere.
- 4. És important que utilitzeu elements reflectors a la bici: als pedals, a les rodes, al casc i a la roba.
- 5. Si circuleu de nit o amb poca visibilitat, la bicicleta ha de portar un llum de posició davant i posterior i un catadiòptic al darrere. A més, el ciclista cal que porti una peça de roba reflectora que permeti distingir-lo a una distància de 150 m.
- Si la carretera té un voral transitable i prou ample, hi heu de circular. En cas que no ho sigui, heu de circular per la banda dreta de la calçada.
- Mantingueu una velocitat adequada a la via i les circumstàncies (climatologia, paviment...).
- Advertiu de les vostres maniobres amb prou antelació perquè la resta de vehicles sàpiguin què fareu.
- Obeïu els senyals de trànsit, perquè també són per a vosaltres.
- Si heu de fer un gir a l'esquerra cap a una carretera on no hi ha un carril especialment condicionat per fer-ho, heu de situar-vos a la dreta i iniciar el gir fora de la calçada sempre que sigui possible. Si heu d'aturar-vos a la carretera, heu de fer-ho en un lloc adequat i mai sobre de la calçada.
- Si porteu al darrere un automòbil per un lloc on és difícil avançar, procureu cedir-li vosaltres el pas amb senyals evidents amb la mà esquerra quan creieu que pot fer la maniobra amb seguretat: d'aquesta manera ajudarem a una bona convivència. Si aneu amb una colla de gent i hi ha trànsit intens o dificultat perquè us avancin, és preferible fer petits grups i circular mantenint entre els grups una distància de la mida de dos cotxes com a mínim.
- Si porteu alforges o càrrega, recordeu que el comportament de la vostra bicicleta és diferent a les baixades o en fer maniobres.
- Les bicicletes poden transportar un menor de fins a set anys en un seient addicional homologat quan el conductor és major d'edat.
- I recordeu que està prohibit:
 1. Transportar persones en remolc.
 2. Circular per autopista.
 3. Circular fent servir cascos, auriculars o telèfon mòbil.
 4. Conduir bicicletes amb una taxa d'alcohol superior a 0,25 mg d'alcohol per litre d'aire espirat.

PAUTES PER SER UN CONDUCTOR PREVISOR

És cert que la bicicleta és un vehicle fràgil al costat dels vehicles de motor. Per això és essencial que extremem les precaucions quan ens trobem amb ciclistes.

Si tenim presents les pautes de conducció següents, millorarem la seguretat dels ciclistes i tots plegats podrem gaudir dels avantatges que ens ofereix la bicicleta com a mitjà de transport saludable, pràctic, eficient, ecològic i segur.

- Quan circuleu darrere d'una bicicleta, heu de deixar un espai lliure que us permeti parar-vos sense topiar en cas de frenada brusca o caiguda de la bicicleta.
- Recordeu que el ciclista no pot conduir en una línia recta perfecta; un forat o un cop de vent pot fer que es desviï de la seva trajectòria.
- Els ciclistes poden circular dos en paral·lel, per tant us els podeu trobar. Respecteu-los. També tingueu present que us podeu trobar ciclistes circulant en grup.
- Quan avanceu un ciclista, extremeu les precaucions. Cal avançar les bicicletes quan es pot, i no quan es vol. L'ús indegut del clàxon pot alterar el ciclista.
- Eviteu avançar si poseu en perill o entorpiu ciclistes que circulen en sentit contrari.
- Quan avanceu una bicicleta heu de reduir la velocitat i ocupar tot o part del carril contigu de la calçada i fer la maniobra d'una manera segura.
- Recordeu que, per avançar un ciclista, esteu obligats a deixar una distància lateral mínima d'1,5 m.
- Quan circuleu per carreteres de muntanya amb pendent i corbes, penseu que, en sortir d'un revolt, podeu trobar-vos ciclistes. Per tant, modereu la velocitat, extremeu les precaucions i avanceu-los només quan tingueu prou visibilitat.
- Cal respectar la prioritat de pas dels ciclistes que circulen per un carril bici, un pas per a ciclistes o un voral.
- Recordeu que en girar amb el vehicle per entrar a una altra via s'ha de respectar la prioritat de pas dels ciclistes que hi circulen.
- Pel que fa a la prioritat de pas, els ciclistes que circulen en grup són considerats una única unitat mòbil, com si fos un sol vehicle llarg. Per tant, heu de respectar la seva prioritat quan el primer ha començat a creuar o ha entrat en una rotonda.

