



FIAB onlus
Federazione Italiana
Amici della Bicicletta

Via Borsieri 4/E - 20159 Milano
telefono e fax: 02 - 69.31.16.24

Come raggiungerci:

Metropolitana Linea 2 (Verde)

Fermata **Garibaldi**: sottopasso interno Stazione
per binario 20 e via Pepe.

Fermata **Gioia**: uscire per via Sasseti, in fondo
a via De Castillia, a destra.

Bus: 41 - 43 - 51 - 70 - 82 - 83

Tram: 3 - 4 - 11 - 33 - 29 - 30

e-mail: info@fiab-onlus.it

sito web: www.fiab-onlus.it

Associazione Fiab

realizzato
con la
collaborazione
di



Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo
degli Imballaggi a base Cellulosica



**Museo della Bicicletta
degli Aregai**
lungomare D'Albertis 8
Marina degli Aregai
18010 Santo Stefano al Mare (IM).

Stampato su carta riciclata.

In Italia, ogni giorno,
sempre più persone usano la bici
per i propri spostamenti.

**Il solo rispetto del Codice della strada
non garantisce l'incolumità di chi usa la bicicletta.
Prudenza e buon senso aiutano ad evitare i pericoli
presenti sulle strade.**

FIAB Federazione
Italiana
Amici della
Bicicletta
ti suggerisce

10 consigli
per pedalare
più sicuri

Anche tu
puoi fare
qualcosa
per la tua
sicurezza



Federazione
Italiana
Amici della
Bicicletta

1 **B**uona norma è considerarsi alla pari di tutti gli altri mezzi circolanti. Hai gli stessi diritti e doveri. Evita incertezze, soggezioni e senso di inferiorità: sono causa di manovre incomprensibili agli altri veicoli perciò a volte pericolose.



2 **I**ndossa il casco quando opportuno: protegge la parte più preziosa di te stesso. È particolarmente raccomandato ai più piccoli.

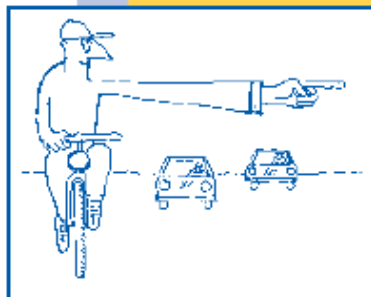


3 **C**ontrolla costantemente il perfetto funzionamento dei freni, delle luci (anteriori e posteriori), dei catadiottri (posteriori e laterali su ruote e pedali), del campanello e dei pneumatici della tua bicicletta.

4 **I**nvia segnali precisi e con buon anticipo agli altri utenti della strada:

- **usa il braccio teso** per segnalare una svolta, ma soprattutto quando ti sposti al centro della strada per superare auto parcheggiate.

- **usa il campanello**: sceglينه uno molto rumoroso che possa essere udibile a distanza.



5 **S**i sempre vigile nel traffico: cerca di prevenire le manovre degli altri veicoli stabilendo un contatto visivo con i guidatori e assicurandoti che ti abbiano visto.

- tieni sotto controllo, con la "coda dell'occhio" o con l'udito, anche **ciò che avviene alle tue spalle**.
- **non distrarti** con cuffie, iPod, cellulare.



6 **I**n un incrocio semaforizzato "difficile" puoi svoltare a sinistra anche **in due tempi**: attraversa l'incrocio stando sulla destra, attendi il verde nell'altra direzione e prosegui. Non passare **mai** con il semaforo rosso.

7 **C**erca di non percorrere strade dissestate o molto trafficate: preferisci se possibile un percorso più lungo ma sicuro.

8 **U**sa i marciapiedi solo se sono larghi a sufficienza, educatamente, andando piano e ffermandoti tutte le volte che è necessario: **sei un ospite**. Ogni volta che condividi degli spazi con i pedoni non dimenticare che anche loro, proprio come te, sono *utenti deboli* della strada: presta loro attenzione e non spaventarli.

9 **R**enditi ben visibile anche quando l'illuminazione è scarsa, magari indossando qualcosa di fluorescente. **Tieniti a distanza** dai mezzi pesanti come furgoni, autocarri, autobus: spesso non ti vedono.



10 **A**ttenzione!

- **alle rotaie**: la tua ruota può incastrarsi dentro e farti cadere. Passaci sopra di traverso, con un angolo di almeno 30 gradi, senza frenare bruscamente quando piove.

- **ai veicoli parcheggiati con qualcuno alla guida** il quale potrebbe aprire la portiera o muoversi in quel momento.

- **agli scooter e motorini**, che spesso superano a destra.

