

EN VOITURE, À PIED, À VÉLO...

MON ENFANT EST-IL BIEN PROTÉGÉ ?

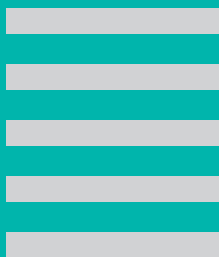


POURQUOI CE GUIDE ?

Quel siège auto choisir pour mon bébé ? Mon enfant est-il prêt à aller seul à pied à l'école ? Peut-il rouler à vélo sur le trottoir ?... Au fur et à mesure que votre enfant grandit, vous vous interrogez sur les choix à faire et les règles à fixer pour assurer sa sécurité sur la route... Cette brochure est donc faite pour vous.

Vous y apprendrez notamment qu'en voiture, la violence de l'impact d'une collision à 50 km/h équivaut à une chute du 3^e étage d'un immeuble. Laisseriez-vous jouer votre enfant au 3^e étage sur un balcon sans rambarde ? Bien sûr que non ! Et pourtant... Selon une récente enquête, 66 % des enfants sont mal ou pas attachés en voiture. Négligence ? Erreur ? Un peu des deux certainement. Effrayant, quand on pense aux conséquences possibles !

Découvrez vite dans cette brochure des conseils et astuces pour protéger votre enfant lors de vos trajets en voiture, à pied ou à vélo, mais aussi – et surtout – pour faire son éducation routière... l'objectif ultime étant de le rendre autonome dans ses déplacements.



SOMMAIRE

QUIZ → 4

EN VOITURE

Le choix du siège → 6

Conseils d'achat :
la sécurité avant tout ! → 10

Isofix, plus simple,
plus sûr → 11

Installer correctement
son enfant → 12

Passer un voyage serein → 16

Le cas des transports
scolaires → 17

À PIED → 18

À VÉLO → 22



QUIZ

TESTEZ VOS CONNAISSANCES

1 Un enfant doit voyager dans un dispositif de retenue jusqu'à l'âge de 10 ans.

VRAI

FAUX

2 Remplacer un rehausseur par un coussin peut dépanner sur un court trajet.

VRAI

FAUX

3 Si on utilise un siège dos à la route à l'avant, il est impératif de désactiver l'airbag du passager avant.

VRAI

FAUX

4 Le système Isofix permet de se passer de la ceinture de sécurité pour fixer le siège auto.

VRAI

FAUX

5 Mon enfant peut aller seul à pied à l'école à partir de 5 ans.

VRAI

FAUX

6 Le pic d'accidents chez l'enfant piéton survient à l'âge de 7 ans.

VRAI

FAUX

7 Mon enfant de 6 ans peut rouler à vélo sur le trottoir.

VRAI

FAUX

8 La sonnette fait partie des équipements obligatoires sur un vélo.

VRAI

FAUX

Réponses : 1 – vrai, 2 – faux, 3 – vrai, 4 – vrai, 5 – faux, 6 – faux, 7 – vrai, 8 – vrai.

Toutes les explications sont à découvrir dans ce document.

EN VOITURE LE CHOIX DU SIÈGE

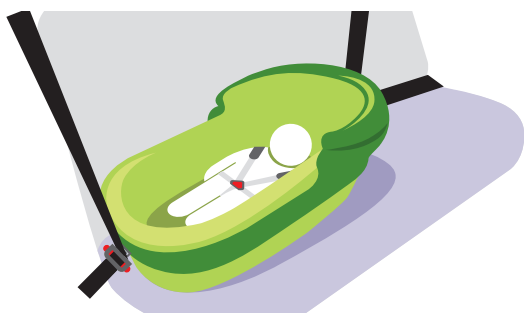
Règle de base : le siège auto de votre enfant doit être adapté à son poids, à son âge et à sa morphologie. Il changera donc plusieurs fois de modèles au cours de sa croissance.

POUR LES TOUT PETITS :

Les groupes 0 pour les tous premiers mois, de la naissance jusqu'à 10 kg (soit environ 9-10 mois) **et 0+** de la naissance jusqu'à 13 kg (environ 12-13 mois).

Deux systèmes possibles :

1-Le lit-nacelle à utiliser de préférence pour un long trajet jusqu'à ses 6 mois. Le bébé reste allongé, la meilleure position pour son dos dans les premiers mois.



2-Le siège « dos à la route » pour les petits trajets quotidiens. En cas de freinage brutal ou de choc frontal, cette position est la plus sûre pour le cou et les cervicales du bébé, encore très fragiles. Il se fixe par la ceinture de sécurité ou le système Isofix.



A PARTIR DE 9/10 MOIS :

Groupe 1 : entre 9 et 18 kg (9-10 mois jusqu'à 3-4 ans)

Le siège baquet se fixe obligatoirement à l'arrière du véhicule face à la route, à l'aide de la ceinture de sécurité ou du système Isofix. Certains modèles de sièges proposent un bouclier de protection à la place du harnais, qui utilise directement la ceinture de sécurité.



ASTUCE

Mon enfant est entre deux catégories... que faire ?

Essayez alors plusieurs sièges et choisissez le mieux adapté à la morphologie de votre enfant. Vérifiez qu'il y est confortable et correctement attaché.

EN VOITURE LE CHOIX DU SIÈGE

A PARTIR DE 3/4 ANS : LE REHAUSSEUR

Lorsqu'il dépasse 15 kg, et jusqu'à ses 10 ans environ, installez votre enfant dans un rehausseur, qui permet d'utiliser la ceinture adulte dans de bonnes conditions.

Votre enfant pourra s'attacher comme un adulte et se passer de dispositif quand il aura 10 ans et une taille comprise entre 1,35 m et 1,50 m, permettant à la ceinture de passer sur son épaule et non sur son cou, et sur le haut des jambes et non sur son ventre.

Groupe 2 entre 15 et 25 kg (3-4 ans jusqu'à 6-7 ans)

Groupe 3 entre 22 et 36 kg (6-7 ans jusqu'à 10-11 ans)

Deux types de rehausseurs :

- **Le rehausseur à dossier.** Il assure un bon maintien du buste et permet, grâce à un système de guidage, de positionner correctement la ceinture sur l'épaule de l'enfant. Valable jusqu'à 6 ou 7 ans, voire plus si le dossier est réglable et amovible.
- **Le rehausseur sans dossier.** Ses accoudoirs maintiennent la sangle abdominale. Avant d'utiliser ce rehausseur (notamment dans le cas d'un rehausseur à dossier amovible), vérifiez que la ceinture est bien positionnée sur l'épaule et non sur le cou de votre enfant. Sinon, c'est qu'il est encore trop petit.

Certains modèles de véhicule (plutôt haut de gamme) comportent des « sièges intégrés », c'est-à-dire un siège adulte pouvant se transformer en rehausseur.



À SAVOIR

I-Size, nouvelle réglementation européenne des sièges auto, est effective depuis 2013 aux côtés de l'ancienne norme, en vigueur jusqu'en 2018. Elle a pour but d'améliorer la sécurité des enfants en voiture, elle impose le mode de fixation Isofix et repose sur un nouveau standard permettant une meilleure protection des enfants en voiture (tests aux chocs renforcés, choix du siège selon la taille de l'enfant...).



À SAVOIR

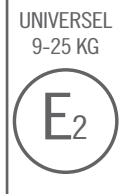
Jusqu'à quand votre enfant a-t-il besoin de son rehausseur ? Tout est question de taille :

- 150 cm et plus : la ceinture seule suffit.
- Entre 135 et 150 cm : un rehausseur pourra être nécessaire en fonction du passage de la ceinture sur son épaule (vérifiez qu'elle passe bien sur son épaule et non sur son cou),
- Moins de 135 cm : le dispositif de retenue est obligatoire !

NOS CONSEILS

- 1 **Choisissez un rehausseur avec dossier pour protéger la tête en cas de choc latéral**, bien guider la ceinture sur l'épaule et assurer son confort en maintenant correctement son buste (ex : en cas d'endormissement).
- 2 **À bannir absolument : le coussin sous les fesses.** En cas de freinage brusque ou de collision, votre enfant glisserait sous la ceinture de sécurité.

EN VOITURE CONSEILS D'ACHAT : LA SÉCURITÉ AVANT TOUT !



Marquage garantissant l'homologation

1- Impératif : le siège doit être homologué (lettre E dans un cercle complété d'un chiffre) prouvant qu'il est conforme aux normes de sécurité routière européennes.

2- N'achetez pas un siège d'occasion qui risque de présenter des défauts invisibles à l'œil nu pouvant le rendre inefficace en cas d'accident. Préférez toujours un siège neuf : même si c'est plus cher et pour une courte durée, outre une question d'hygiène, il en va de la sécurité de votre enfant.

3- Optez pour un dispositif sûr et simple d'usage, surtout si vous devez régulièrement le faire passer d'une voiture à une autre. Si votre voiture le permet, adoptez sans hésiter un siège à système Isofix.

4- Choisissez un modèle confortable.

5- Consultez les tests comparatifs des associations de consommateurs ou les résultats des crash-tests.

6- Essayez-le avant d'acheter. Demandez au vendeur de faire l'essai du montage dans votre voiture.

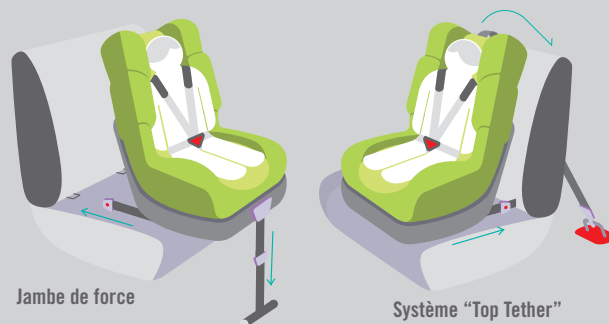
7- Siège monogroupe ou évolutif (groupe 0+/1, groupes 1, 2, 3) ? Chacun présente des avantages et inconvénients. Les sièges évolutifs sont économiques, mais offrent souvent moins d'options de confort. Vérifiez sa praticité et la simplicité des réglages évolutifs. Prenez aussi en compte votre usage (ex : contrairement au 0 ou 0+, un 0+/1 ne peut pas être utilisé pour porter le bébé en dehors du véhicule, pour faire ses courses par exemple).

À SAVOIR

Un siège auto doit impérativement être remplacé après tout accident ou choc. Même lors d'un petit accrochage, le siège peut avoir été endommagé de manière non apparente. Votre assurance prend en général en charge le remplacement (selon le contrat souscrit).

ISOFIX, PLUS SIMPLE, PLUS SÛR

Parce qu'il permet de se passer complètement de la ceinture de sécurité, le système d'attache Isofix supprime le risque de mauvaise installation du siège auto.



L'ISOFIX, COMMENT ÇA MARCHE ?

Deux pinces rigides

Côté voiture, deux solides anneaux métalliques (solidaires de la structure du véhicule) sont dissimulés dans la banquette arrière, entre l'assise et le dossier.

Le siège enfant, lui, est doté de deux pinces métalliques rigides terminées par un crochet. Elles se clippent, par simple poussée, dans les deux anneaux du véhicule.

Un troisième point d'attache...

L'Isofix comporte un 3^e point de stabilité empêchant le siège de basculer vers l'avant en cas de collision. Pour ce 3^e point, deux possibilités :

- soit une "Top Tether" ou sangle de retenue, qui fixe le dossier du siège auto au véhicule.
- soit une "jambe de force", réglable en hauteur, qui s'appuie sur le plancher de la voiture et stabilise le siège.

Veillez à vérifier la compatibilité de l'un ou l'autre de ces systèmes avec votre véhicule.

Ses avantages :

1- une meilleure retenue du siège auto en cas de choc (le siège et la banquette du véhicule faisant corps).

2- une installation simple et sans risque d'erreur, grâce aux indicateurs sonores et lumineux qui confirment que le siège est correctement installé.

EN VOITURE INSTALLER CORRECTEMENT SON ENFANT

66%

C'est le pourcentage d'enfants pas ou mal attachés en voiture.

Une fois le choix du siège auto effectué, installer et attacher votre petit peut vite devenir un casse-tête. Pas de panique, ce guide est là pour vous aider.

OÙ PLACER MON ENFANT ?

Les places arrière sont les plus sûres ! C'est pourquoi, s'il est obligatoire d'installer les enfants à l'arrière jusqu'à 10 ans, nous vous conseillons de continuer au-delà.

FOCUS CODE DE LA ROUTE

Il existe 3 cas d'exception à la règle d'installation des enfants de moins de 10 ans à l'arrière. Vous pouvez placer votre enfant à l'avant du véhicule :

- si vous utilisez un siège dos à la route (dans ce cas, la désactivation de l'airbag est obligatoire),
- si votre véhicule ne possède pas de banquette arrière, en attachant votre enfant correctement dans son dispositif de retenue et en reculant le siège avant au maximum,
- si les sièges arrière ne sont pas équipés de ceinture de sécurité, sont momentanément inutilisables ou déjà occupés par des enfants de moins de 10 ans attachés.

NOS CONSEILS

Pour bien installer le siège :

- 1 Suivez à la lettre les instructions d'installation du fabricant.
- 2 Veillez à ne pas vriller la ceinture dans son passage autour du siège.
- 3 Tendez la ceinture à chaque étape (et la retendre au moins une fois par mois).

POUR LES TOUT PETITS

La nacelle

Elle se fixe sur la banquette arrière, perpendiculairement à la route (la tête de votre bébé vers le centre et non côté portière) avec les ceintures trois points ou à l'aide de sangles spéciales reliées aux points d'ancrage des ceintures. Veillez à ce que ces sangles soient bien tendues et le bandeau de maintien ou harnais bien positionné, ajusté à la taille du bébé, serré, non vrillé et bien fermé.

Le « dos à la route »

Il s'installe de préférence à l'arrière.

Si vous devez le placer à l'avant, il est obligatoire de désactiver l'airbag passager, son déclenchement brutal pourrait blesser grièvement votre bébé. Ne montez jamais face à la route un siège prévu pour être installé dos à la route. Ne pas trop incliner le siège, en cas de choc la tête de votre enfant ne trouvera pas d'appui.

Si vous utilisez un siège convertible 0+/1, veillez à bien installer le siège, les points de retenue diffèrent en fonction de la position dos ou face à la route (en face à la route le siège ne peut pas être placé à l'avant).



À SAVOIR

Évitez les longs trajets avec un nourrisson, surtout en dos à la route : ses vertèbres et son cou sont encore trop fragiles. Dans tous les cas, faites des pauses régulièrement.

INSTALLER CORRECTEMENT SON ENFANT

À PARTIR DE 9/10 MOIS

Le siège baquet

Utilisez le système de guidage pour passer la ceinture. Vérifiez que les sangles du harnais sont bien positionnées sur l'épaule, ajustées à la taille de l'enfant et non vrillées. Attention, si vous n'avez pas assez serré le harnais (par exemple, vous pouvez passer deux doigts entre l'épaule et le harnais), il y a risque que votre enfant soit éjecté en cas de freinage brutal ou de choc.

La boucle de sécurité doit être verrouillée juste au-dessus des cuisses. Le harnais doit être positionné sur le haut des cuisses, c'est-à-dire ni sur ses hanches, ni sur son ventre.



À PARTIR DE 3/4 ANS

Le rehausseur

Utilisez les systèmes de guidage pour bien positionner la ceinture. Vérifiez que la ceinture n'est pas vrillée, qu'elle est bien positionnée sur l'épaule (et non sur le cou) et juste au-dessus des cuisses et qu'elle est bien tendue (notamment au niveau des cuisses).



A SAVOIR

Ne jamais faire passer la ceinture derrière ou sous le bras de l'enfant : cette pratique peut causer des blessures graves, voire mortelles.

NOS CONSEILS

Pour bien installer votre enfant :

- 1 Retirez blouson et sac à dos.
- 2 Positionnez le harnais **le plus près possible** (en hauteur) de ses épaules.
- 3 Veuillez à ce que le harnais ne soit **pas vrillé**.
- 4 **Serrez le harnais** (vous ne devez pouvoir passer qu'un doigt entre le harnais et le corps de votre enfant).

EN VOITURE PASSER UN VOYAGE SEREIN

VERROUILLEZ LA SÉCURITÉ À BORD

- Enclenchez la sécurité enfant (verrouillage de la portière).
- Fermez la vitre de son côté.
- Ôtez tout objet de la plage arrière : en cas de freinage, ce sont de redoutables projectiles.
- Veillez à ce que votre enfant reste attaché tout le long du trajet.
- Habituez-le à descendre systématiquement du côté opposé à la circulation.

AU MOINS TOUTES LES 2 HEURES, LA PAUSE S'IMPOSE !

Deux heures sont un maximum. N'hésitez pas à vous arrêter plus souvent. Sentir que les enfants s'énervent est un bon indice pour savoir qu'il est temps de faire une vraie pause d'au moins une quinzaine de minutes. Laissez alors votre enfant se défouler. Repérez en amont vos lieux de pause : une aire de repos équipée pour les enfants, un site touristique à visiter, un coin agréable pour déjeuner ou pique-niquer...



« C'EST QUAND QU'ON ARRIVE ??? »

Pour que le trajet ne se transforme pas en un enfer d'impatience à l'arrière, prévoyez :

- des occupations : musique, petits jeux, DVD, jouets légers et souples à pièces non détachables (rien de pointu ou coupant) ;
- de quoi grignoter et boire pour faire diversion et en cas de contretemps (embouteillage, panne, etc.) ;
- pour les bébés, en été, pensez à emporter un brumisateur et une moustiquaire.

À SAVOIR

Idéalement, un adulte passe à l'arrière pour occuper les enfants.



Découvrez nos idées de jeux pour égayer la route (contes, chansons, petits jeux...) et beaucoup d'autres conseils (cas particuliers : taxi, voiture de location, grossesse et conduite, voyager par forte chaleur, éviter le mal de cœur, etc.) sur www.preventionroutiere.asso.fr/Parents/L-enfant-en-voiture.

LE CAS DES TRANSPORTS SCOLAIRES

Dans le car, on place son cartable ou son sac sous son siège et on boucle sa ceinture dès que l'on est assis. Et on ne se détache qu'une fois arrivé. Bien sûr, on ne chahute pas pour ne pas perturber le conducteur.

Quand un accident se produit, c'est le plus souvent lors de la montée ou de la descente du car. Alors, avant de laisser votre enfant utiliser ce mode de transport, pensez à lui donner ces quelques conseils :

L'ATTENTE DU CAR

Expliquez-lui qu'il doit toujours attendre le bus sur le trottoir (s'il y en a un), sous l'abribus le cas échéant. Même si c'est long, pas question de chahuter ou de jouer près de la chaussée.

UNE MONTÉE SANS RISQUE

1. à l'arrivée du car, ne pas se précipiter, rester en retrait ;
2. attendre son arrêt complet ;
3. prendre le cartable à la main ;
4. monter sans se bousculer.

LA DESCENTE DU CAR : UN MOMENT DÉLICAT

Dites à votre enfant de ne se lever que lorsque le car est complètement à l'arrêt et de descendre calmement. S'il doit ensuite traverser, il doit impérativement attendre que le car ait démarré et se soit éloigné pour pouvoir vérifier, dans les deux sens, que la voie est libre. Il doit traverser sur les passages pour piétons s'ils existent.

Rappelez-lui régulièrement de ne jamais passer ni devant ni derrière un car à l'arrêt.



À SAVOIR

Emprunté chaque jour par plusieurs millions d'enfants, saviez-vous que le car scolaire est le moyen de transport routier le plus sûr ?



La ceinture et l'éthylotest anti-démarrage dans les autocars scolaires = des demandes pour lesquelles notre association a milité avec succès.
Plus d'infos sur www.preventionroutiere.asso.fr

À PIED

L'enfant est particulièrement vulnérable dans la rue. Sa petite taille ne lui permet pas de voir comme nous les voitures, ni d'être vu, car il se trouve souvent caché par les véhicules stationnés.

COMMENT LUI APPRENDRE À TRAVERSER UNE RUE ?

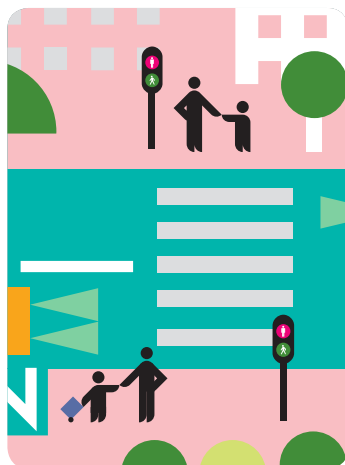
Expliquez-lui qu'il est toujours plus sûr de traverser sur un passage pour piétons et que s'il n'y en a pas, il doit choisir un endroit où il verra bien et loin des deux côtés et où il sera visible (ex : non caché par un véhicule garé).

Profitez d'une rue calme pour lui montrer comment faire :

1. s'arrêter derrière la bordure du trottoir ;
2. regarder d'abord à gauche (c'est de là que viennent les voitures), puis à droite, et de nouveau à gauche ;
3. évaluer si les voitures sont assez « loin », si elles n'arrivent pas trop vite ;
4. traverser en restant attentif, sans courir et sans revenir en arrière.

S'il y a des feux :

1. attendre le petit bonhomme vert ;
2. vérifier avant de s'engager que tous les véhicules sont arrêtés.



AVANT 7 ANS

Il est hors de question de laisser votre enfant seul dans la rue

Même s'il le veut, il n'a pas les capacités pour assurer seul sa sécurité :

- **Il perçoit mal les distances et les vitesses** (ex : difficulté à distinguer une voiture à l'arrêt d'une voiture qui roule).
- **Il identifie difficilement la provenance des bruits** (ex : il se trompe entre un bruit venant de droite ou de gauche).
- **Il est persuadé que s'il voit une voiture, son conducteur le voit aussi.**
- **Il est impulsif et dominé par ses émotions** (peur, angoisse ou joie).
- **Il ne peut se concentrer que sur une chose à la fois** (ex : s'il veut rattraper un ballon, il peut traverser sans penser aux voitures) et anticipe peu le danger.

DEUX RÈGLES D'OR POUR LES PETITS :

- 1 - donner la main en toutes circonstances ;
- 2 - marcher du côté des maisons, jamais au bord du trottoir.

À SAVOIR

Contrairement à ce qu'on pense, les accidents surviennent très souvent en présence d'un adulte et près du domicile, alors redoublez de vigilance et faites-lui découvrir les dangers de la rue !



Retrouvez plus de conseils pour faire découvrir à vos enfants les dangers de la rue sur nos sites internet.

A PARTIR DE 7/8 ANS

Votre enfant peut commencer à aller seul à l'école à deux conditions :

→ **Le trajet doit être court et simple.** Les traversées de chaussées doivent être peu nombreuses et ne doivent pas être trop complexes. Attention, le plus court n'est pas forcément le plus sûr !

→ **Votre enfant doit avoir appris à maîtriser le trajet qu'il va effectuer seul.** Faites-lui découvrir les dangers de l'itinéraire et les comportements les plus sûrs dans chaque situation.

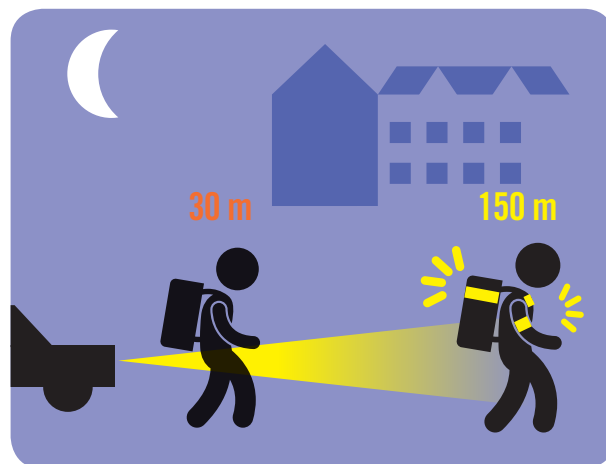
NOS CONSEILS

- 1** Identifiez avec votre enfant les endroits qui peuvent présenter un danger (sorties de garages, travaux, livraison ou voiture mal garée...) et au fil des mois, faites-lui découvrir les dangers saisonniers (nuit, pluie, neige, etc.) et comment y faire face.
- 2** Faites-lui observer en permanence son environnement (bruits, signaux lumineux, marquages au sol, etc.) et le comportement des autres (piétons, voitures, cyclistes, motards, etc.).
- 3** Interrogez-le pour qu'il trouve lui-même les réponses.
- 4** Donnez des conseils concrets et expliquez. Évitez les « sois prudent », « fais attention » trop vagues et sans réelle signification pour un enfant.
- 5** Donnez-lui des repères simples (ex : « Je donne la main du côté des maisons »).
- 6** Ne soyez pas en retard pour ne pas avoir à vous presser et le stresser.
- 7** Soyez exemplaire, vous êtes son modèle de référence ! Vos conseils de prudence ne servent à rien si votre comportement les contredit par ailleurs.
- 8** Un test à faire
Avant de le lâcher seul : faites-vous emmener par votre enfant à l'école et vérifiez que tous les apprentissages ont bien été acquis.

L'association Prévention Routière participe chaque année à la sensibilisation de près de 1,2 million d'enfants et de jeunes (pistes d'éducation routière, interventions en classe...).

VERS 11-12 ANS

Votre enfant est capable de prévoir l'évolution des situations et d'anticiper. Il peut se déplacer seul dans la rue, à condition que vous le lui ayez appris au fur et à mesure qu'il grandissait. Attention, à 10-12 ans, un enfant n'est pas assez mûr pour emmener un plus jeune. Il doit déjà se préoccuper de sa propre sécurité et ne peut donc pas gérer en même temps celle d'un petit.



Rendez votre enfant visible !

La nuit et au crépuscule, la visibilité est très réduite pour les conducteurs. Limitez les risques d'accidents en rendant votre enfant visible. Équipez son cartable (et blouson) de tissu rétro réfléchissant qui renvoie vers les conducteurs la lumière de leurs phares, rendant un piéton visible à plus de 150 mètres contre 30 mètres sans ! Pensez à en placer sur les bretelles, les côtés et au dos du sac pour qu'il soit visible sous tous les angles.

À SAVOIR

L'apprentissage de la circulation doit se faire dès 3 ans, dans la rue, au quotidien, par l'observation et l'explication.

Le risque d'accident est maximum au moment de la prise d'autonomie, lors de l'entrée au collège. Aidez votre enfant à se familiariser avec ce nouvel environnement. Incitez-le à préparer ses affaires la veille au soir pour partir à l'heure, sans précipitation.

Tout don adressé à l'association Prévention Routière, association reconnue d'utilité publique, donne droit à une réduction d'impôt de 66 % du montant versé.

OUI, je souhaite vous aider et je fais un don d'un montant de : 20 € 35 € 50 € Autre €

Je joins mon chèque à l'ordre de l'association Prévention Routière

Je complète mes coordonnées : Mme Mlle M. Nom

Prénom..... Adresse.....

Code postal..... Ville.....

Je souhaite recevoir la newsletter de l'association Prévention Routière, voici mon e-mail:

Conformément à la loi Informatique et Libertés N° 78-17 du 6 janvier 1978, les informations demandées sont nécessaires au traitement de votre don par nos services.

En vous adressant au siège de l'association Prévention Routière, vous pouvez demander leur modification, leur rectification. Vous pouvez aussi vous opposer à ce qu'elles soient échangées ou cédées en cochant la case ci-contre : Dans ce dernier cas, elles seront alors réservées à l'usage exclusif de l'association Prévention Routière et à titre consultatif pour ses comités départementaux.

À VELO

Envie de lui apprendre à pédaler, de vous promener en famille à bicyclette ? Pas d'improvisation, car savoir faire du vélo, ce n'est pas seulement tenir en équilibre, c'est aussi maîtriser complètement son vélo et comprendre la circulation.

SAVOIR FAIRE DU VÉLO, C'EST :

- démarrer sans zigzaguer ;
- rouler droit même à vitesse lente;
- suivre une trajectoire déterminée en virage ;
- ralentir et freiner correctement (sans mettre les pieds) pour s'arrêter à un endroit précis ;
- conserver une trajectoire rectiligne en tendant le bras ou en regardant vers l'arrière ;
- prévoir et maintenir une distance de sécurité.

Le geste suit le regard. Apprenez-lui à prendre un point de repère loin devant et regarder l'endroit où il veut aller.

QUELLES SONT LES RÈGLES À RESPECTER ?

Circuler nécessite de respecter les règles de la circulation : rouler à droite, s'arrêter aux feux à droite derrière les voitures, ne pas prendre de sens interdit, etc.

Quand on circule à plusieurs, on roule les uns derrière les autres, le plus lent devant et le plus expérimenté en dernier.

- Jusqu'à l'âge de 8 ans, votre enfant est autorisé pour sa sécurité à rouler au pas sur les trottoirs (sauf avis contraire du maire).
À partir de 8 ans : démarrez progressivement l'apprentissage de la circulation sur la chaussée.
- Ne laissez pas votre enfant circuler seul avant 10 ans, voire 12 ans si c'est en ville ou sur des voies fréquentées. Un jeune cycliste a du mal à faire face à une circulation complexe et à prendre rapidement les décisions qui s'imposent.
- Apprenez-lui à ne jamais porter d'oreillettes susceptibles d'émettre du son (téléphone, MP3...), c'est interdit !



Rendez-vous sur nos sites internet pour un coaching vidéo : "lui apprendre à faire du vélo".

APPRENEZ À VOTRE ENFANT À ÊTRE VIGILANT :

- aux ouvertures inopinées de portières
- aux sorties de garage ou de parkings
- **aux angles morts !** Rien ne vaut une démonstration : faites asseoir votre enfant à la place du conducteur de votre véhicule à l'arrêt, et placez-vous à différents endroits à l'arrière et sur les côtés de la voiture pour qu'il découvre les endroits où il ne vous voit plus dans les rétroviseurs.

QUEL ÉQUIPEMENT ?

Certains équipements sont obligatoires, d'autres fortement conseillés. Par exemple, n'oubliez pas de munir votre enfant d'un casque, et de le rendre visible: équipez-le d'un gilet jaune, surtout par temps de pluie (son port est d'ailleurs obligatoire hors agglomération de nuit comme de jour en cas de mauvaise visibilité).

À SAVOIR

Un casque trop grand n'est pas efficace. Demandez au vendeur de l'ajuster à la taille de la tête de votre enfant et vérifiez qu'il est aux normes (marquage « CE »).



D'autres conseils pratiques sur nos sites : « transporter un enfant à vélo », « sortie vélo en famille », etc.

POUR ALLER PLUS LOIN

Retrouvez nos conseils sur

www.preventionroutiere.asso.fr

www.assureurs-prevention.fr

Les associations Prévention Routière et Assureurs Prévention éditent des dépliants et brochures d'information sur d'autres thèmes de sécurité routière.

Renseignez-vous auprès du comité de l'association Prévention Routière de votre département ou téléchargez-les sur nos sites Internet.



Retrouvez-nous sur Facebook et Twitter

COMME ASSUREURS PRÉVENTION
ET DES DIZAINES DE MILLIERS DE DONATEURS,
SOUTENEZ-NOUS



ASSOCIATION PRIVÉE, NOUS AVONS BESOIN DE VOUS.

A remplir au verso et à renvoyer dès aujourd'hui, accompagné de votre règlement à l'association Prévention Routière, 4, rue de Ventadour – 75001 Paris



association
**PRÉVENTION
ROUTIÈRE**

Association Prévention Routière
Centre National
4, rue de Ventadour – 75001 Paris
Tél. : 01 44 15 27 00

www.preventionroutiere.asso.fr



**ASSUREURS
PRÉVENTION**

Les assureurs avec vous

Assureurs Prévention
26, boulevard Haussmann – 75009 Paris
Tél. : 01 42 47 90 00

www.assureurs-prevention.fr