

# La Sécurité

La Sécurité, la priorité de la FFCT, du CoDep et du CCC.

Quelques règles simples à retenir :

- **Respect de la réglementation**
  - Marquer le stop
  - S'arrêter au feu rouge
  - Ne pas franchir les lignes continues
  - Ne pas prendre les sens interdits
  - Signaler les changements de direction
- **Comportement**
  - Ne pas rouler à plus de deux de front
  - Ne pas s'arrêter n'importe où
  - En groupe, ne pas doubler à droite
  - S'assurer de pouvoir changer de direction sans risque
  - Adapter son comportement aux conditions de circulation
  - Maintenir un espace de sécurité avec le cycliste qui précède
- **Protection de la personne**
  - Porter un casque, notre seule protection
  - Porter des lunettes
  - Obligation de porter un gilet réfléchissant la nuit ou le jour lorsque la visibilité est insuffisante (en dehors des agglomérations).**
- **Etat du matériel**
  - Le vélo doit être en bon état
  - Contrôler régulièrement les freins
  - Vérifier l'état des câbles, le serrage des roues, le graissage de la chaîne, le blocage de la selle et de la direction
  - Avoir du matériel de réparation et une pompe
- **Conduite à tenir en cas d'accident**
  - Protéger la victime et sécuriser la zone
  - Alerter le 17 Police ou la Gendarmerie, le 18 Pompiers, le 112
  - Ou le 15 Samu
  - Secourir la victime, la couvrir, lui parler, ne pas lui donner à boire, ni la déplacer sauf en cas de danger immédiat
  - La placer en position latérale de sécurité si la victime est inconsciente et respire.

La majorité des accidents arrivent en rase campagne, sur ligne droite, par accrochage entre cyclos.

**RESTONS VIGILANTS**