

MANUALE DI SOPRAVVIVENZA PER CHI VA IN BICI

**Undici modi per non farsi investire
usando la bicicletta**



BICI Sicura

Questa piccola guida vuole tentare una classificazione delle più frequenti situazioni di rischio per chi usa la bici, soprattutto nel traffico urbano.

Usando la bicicletta ci si rende conto rapidamente che è necessario acquisire modi e comportamenti che proteggano la nostra sicurezza. Troppo spesso chi è alla guida di un veicolo si dimostra insofferente alle regole dettate dal Codice della Strada e dal comune buon senso.

Il nostro obiettivo è di creare la consapevolezza dei rischi che circondano una utenza debole come quella ciclistica. Il semplice rispetto del Codice della Strada (tenere la destra, procedere in fila indiana, segnalare le svolte) non garantisce abbastanza l'incolumità fisica di chi usa la bici.

Evidentemente lo scopo non è quello di alimentare la paura, ma di alzare il livello di attenzione di chi usa la bici.

Saper valutare il rischio è alla base di ogni comportamento adeguato.

Non fatevi investire

Questo lavoro è un libero adattamento ai nostri usi e costumi del materiale contenuto nel sito internet <http://bicyclesafe.com>. Si ringrazia l'autore Michael Bluejay per il permesso di riutilizzare il suo materiale

*La **FIAB** è un'organizzazione ambientalista. Lo Statuto riporta come finalità principale la diffusione della bicicletta quale mezzo di trasporto ecologico, in un quadro di riqualificazione dell'ambiente (urbano ed extraurbano). Si è data un'organizzazione federativa, riunendo diverse associazioni locali, sparse in tutta Italia, che hanno lo scopo di promuovere l'uso della bicicletta sia come mezzo di trasporto quotidiano per migliorare traffico e ambiente urbano, sia per la pratica dell'escursionismo in bicicletta, vale a dire di una forma di turismo particolarmente rispettosa dell'ambiente.*

*L'associazione "Amici della Bici" Federata alla Fiab promuove l'utilizzo della bicicletta come mezzo di trasporto semplice, economico ed ecologico valorizzando percorsi e mete di un certo valore artistico - paesaggistico. Scopo dell'Associazione è di proporre, ricercare, valorizzare piste ciclabili, percorsi ciclabili e tratti protetti con l'obiettivo di aumentare la sensibilità delle amministrazioni locali e della collettività verso tali tematiche ambientaliste. Lo spirito degli Amici della Bici è di favorire durante le gite cicloescursioniste la libera aggregazione sociale. **Info: www.fiab-onlus.it***

Amici della Bici

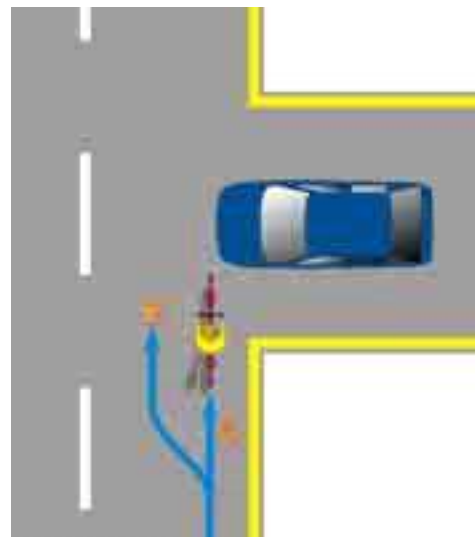
Casa del Volontariato
Ex Stazione Fs 48024 Massalombarda (Ra)
www.fiab-onlus.it

Collisione n°1: l'incrocio da destra

Questo è il tipo di collisione più frequente. Un'auto sta uscendo da una laterale, da un parcheggio o da un passo carraio sulla destra. I casi sono due: o ti trovi davanti all'auto e l'auto ti investe, o l'auto si immette in strada davanti a te e tu ci sbatti contro.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Procurati un fanale.** Se pedali di notte devi assolutamente usare un fanale anteriore e uno posteriore e dotare le ruote di catarifrangenti. E' previsto anche dal Codice.
2. **Suona il campanello.** Procurati un campanello e USALO ogni qualvolta vedi un'auto avvicinarsi (o attendere) davanti a te o alla tua destra. Potresti sentirti a disagio a suonare il campanello; ricorda.... è meglio provare imbarazzo che essere investiti!
3. **Rallenta.** Se non puoi incontrare lo sguardo del guidatore (soprattutto di notte) rallenta tanto da poter essere in grado di fermarti completamente se necessario.
4. **Manovra di emergenza.** Osserva le due linee grigie "A" e "B" nella figura. Sei probabilmente abituato a pedalare in "A", molto vicino al bordo del marciapiede perché temi di essere investito alle spalle. Osserva, però, l'auto nella figura. Quando l'automobilista presta attenzione al traffico davanti a sé, non guarda in prossimità del marciapiede ma guarda il CENTRO della strada. Se sei un po' più a sinistra (come in "B"), è più probabile che l'autista ti veda. C'è un ulteriore vantaggio: se l'automobilista non ti vede e comincia ad immettersi nella carreggiata, potresti essere in grado di portarti ANCORA PIU' a sinistra per evitarlo. Ricordati però, che se ti rendi conto che l'automobilista non ti ha visto ti conviene fermarti perché altrimenti finisci con le tue ruote sotto quelle dell'auto e quello che si fa male sei tu. Inoltre spostarsi troppo a sinistra è sempre pericoloso perché non riesci a controllare anche il traffico che viene da dietro.



Pedalare all'estrema destra ti rende invisibile alle auto davanti a te nei punti di intersezione, pedalare più a sinistra ti rende vulnerabile nei confronti delle auto provenienti alle tue spalle. Cosa scegliere?

Dovrai valutare, in base al tipo di strada e al tipo di traffico, la soluzione che ti sembra più sicura.

Sulle strade a scorrimento veloce, con poche traverse, potrai tenerti più a destra, su strade a scorrimento lento, con molte traverse, potrai tenerti un po' più sulla sinistra.

Amici della Bici

BICI Sicura

Collisione n°2: la portiera aperta

Un altro tipo di incidente frequente: un'auto parcheggiata apre la porta proprio davanti a e. Se la distanza è ridotta e i riflessi non sono pronti, l'impatto è inevitabile.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Tieni d'occhio le auto parcheggiate.** Per quanto possibile sorveglia gli occupanti delle auto e cerca di anticipare un'apertura improvvisa.
2. **Manovra di emergenza.** Spostati leggermente a sinistra. Riservati un margine di movimento in modo da poter evitare un'apertura improvvisa. Questo compatibilmente con il resto del traffico, in particolare quello che sopraggiunge alle tue spalle.



Collisione n°3: semaforo rosso

Ti fermi ad un semaforo rosso (o ad uno stop) immediatamente a destra di un'automobile, in attesa allo stesso semaforo. L'automobilista non ti vede. Quando il semaforo diventa verde, tu avanzi, lui gira a destra e ti centra in pieno. Questo ti può succedere con un'auto, ma è molto più pericoloso quando sei fermo accanto ad un autobus o ad un camion.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Non fermarti in un punto in cui non sei visibile.** Fermati o nel punto "A", dove l'automobilista riesce a vederti, o nel punto "B" dietro alla prima auto, ma mai affiancati, così questa non può tagliarti la strada, e sufficientemente davanti alla seconda da permettere a quest'ultima di vederti chiaramente.
2. **Non confidare che tutti gli automobilisti mettano la freccia.** Quello della freccia è un obbligo sempre meno rispettato, una grave infrazione scarsamente punita. Dai per scontato che l'auto al tuo fianco possa svoltare all'improvviso senza segnalarlo.



Collisione n°4: il gancio a destra

Un'auto ti supera e poi cerca di girare a destra davanti a te o proprio contro di te. Questo tipo di collisione è molto difficile da evitare perché non riesci a rendertene conto fino all'ultimo.

COME EVITARE QUESTA COLLISIONE:



Amici della Bici

Casa del Volontariato
Ex Stazione Fs 48024 Massalombarda (Ra)
www.fiab-onlus.it

1. **Manovra di emergenza.** Riservati un margine di movimento spostandoti un poco verso sinistra. In questo modo sarà più difficile per l'auto non vederti. Questo compatibilmente con il tipo di traffico su quella strada.
2. **Getta uno sguardo dietro di te o guarda lo specchietto retrovisore.** Non hai uno specchietto? Montane subito uno. Guarda dietro di te prima di arrivare all'intersezione. Quando stai effettivamente attraversando l'intersezione, sarà necessario che tu faccia molta attenzione a ciò che c'è davanti a te.

Collisione n°5: il gancio a destra, parte seconda



Stai superando un'auto che si muove lentamente (o addirittura un'altra bici) a destra, quando questa improvvisamente svolta a destra e ti viene addosso, cercando di entrare in un parcheggio, un passo carraio o una laterale.

COME EVITARE QUESTA COLLISIONE:

1. **Non superare a destra.** Questo tipo di collisione è molto facile da evitare. Semplicemente non superare alcun veicolo a destra.

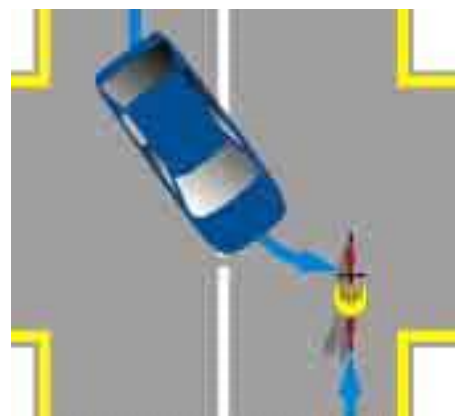
Quando sei in corsa e il veicolo che ti precede si muove lentamente pedalagli dietro, non nella sua "zona cieca" immediatamente alla sua destra. Se stai superando un'auto a destra, puoi essere investito se questa gira a destra. Tieni le distanze sufficienti a garantirti la possibilità di frenare in tempo e ricordati che si sorpassa solo a sinistra!

Collisione n° 6: l'incrocio a sinistra

Un'auto che si avvicina di fronte a te, proveniente dalla direzione opposta, nella manovra di svolta a sinistra ti viene addosso.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

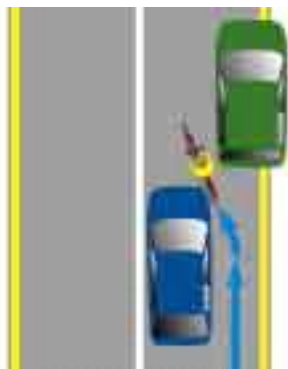
1. **Renditi visibile.** In condizioni di scarsa visibilità devi accendere il fanale anteriore e posteriore. Indossa abiti dai colori sgargianti e rifrangenti.
2. **Rallenta.** Cerca il contatto visivo con il guidatore del mezzo, se non ci riesci, rallenta in modo da essere in grado di fermarti, se necessario.



Collisione n°7: impatto posteriore

Amici della Bici

BICI Sicura

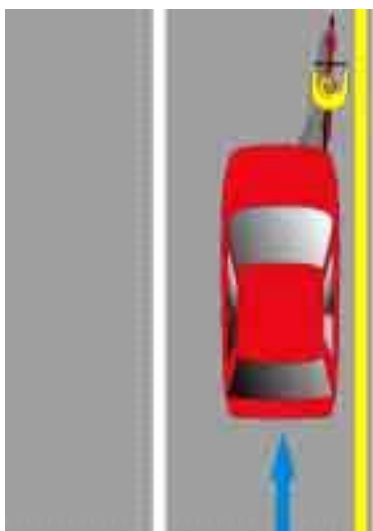


Sbandi leggermente a sinistra per aggirare un'auto parcheggiata o un altro ostacolo sulla strada e sei preso al volo da un'auto alle tue spalle.

COME EVITARE LA COLLISIONE:

1. **Non spostarti assolutamente mai a sinistra senza esserti girato indietro a guardare.** Alcuni automobilisti superano i ciclisti sfiorandoli appena, pertanto spostandoti anche solo di poco a sinistra potresti metterti nella traiettoria di un'auto.
2. **Usa uno specchietto retrovisore da manubrio.** Al momento dell'acquisto accertati della sua funzionalità.

Collisione n°8: impatto posteriore, parte seconda



Questo è ciò che molti ciclisti temono maggiormente, ma non è il tipo di incidente più comune. In ogni caso è una delle collisioni più difficili da evitare, poiché generalmente non guardi dietro alle tue spalle.

Il miglior modo per prevenire questo tipo di collisione è pedalare su strade ampie e poco trafficate o su piste ciclabili e usare lo specchietto retrovisore.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Procurati un fanale posteriore.** Procurati un fanale posteriore se pedali di notte, devi assolutamente usare un fanale rosso posteriore, montare i catarifrangenti ai pedali e possibilmente vestire le fasce rifrangenti (che puoi trovare a pochi soldi nei negozi di sicurezza per il lavoro).
2. **Scegli strade ampie.** Pedala lungo strade provviste di una corsia esterna sufficientemente ampia da garantirti una distanza di sicurezza dalle auto.
3. **Scegli strade con traffico lento.** Più lentamente un'auto va, più tempo ha per vederti. E' preferibile usare strade secondarie o residenziali.

Collisione n°9: in bici sui passaggi pedonali

Un'auto svolta a destra e ti investe proprio mentre stai attraversando sulle strisce pedonali fra due marciapiedi. Le auto non si aspettano di trovare biciclette sulle strisce pedonali, pertanto devi stare molto attento se usi i passaggi pedonali.



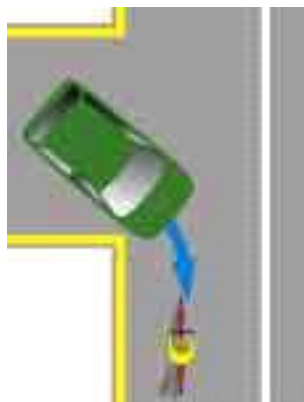
Amici della Bici

Casa del Volontariato
Ex Stazione Fs 48024 Massalombarda (Ra)
www.fiab-onlus.it

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Ricordati che sei un veicolo** e quindi rimani sulla strada usando le normali regole della circolazione. Se l'attraversamento è particolarmente pericoloso scendi dalla bicicletta e conducila a mano.
2. **Non pedalare sui marciapiedi.** Ricorda che pedalare sui marciapiedi è pericoloso per la presenza dei pedoni, dei passi carrai e degli attraversamenti.

Collisione n°10: scontro frontale contromano



Stai pedalando nella direzione sbagliata (contromano, sul lato sinistro della strada). Un'auto svolta a destra da una strada laterale, uscendo da un passo carraio, o da un parcheggio, e ti investe. L'automobilista non ti ha visto perché ha controllato solo il traffico proveniente dalla sua sinistra non quello proveniente da destra.

E ancora peggio, potresti essere colpito da un'auto sulla stessa strada che ti sbatte contro frontalmente. Il conducente ha avuto meno tempo per reagire perché non si aspetta di vederti e per di più l'urto è più violento perché le velocità si sommano.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

Guida nella stessa direzione del traffico, cioè, NON pedalare contromano. Pedalare contromano potrebbe sembrare una buona idea perché puoi vedere le auto che ti sorpassano, ma non lo è. Ecco perché:

1. Le auto che si immettono nel traffico da strade laterali o da parcheggi e attraversano la strada (di fronte a te ed alla tua sinistra) non si aspettano traffico proveniente dalla direzione sbagliata. Non ti vedranno e ti investiranno in pieno.
2. Le auto ti si avvicineranno ad una velocità più elevata. Se tu procedi a 15 km all'ora, un'auto che ti sorpassa da dietro a 50 km/h ti si avvicina alla velocità di 35 km/h (50-15), ma se tu procedi nel senso opposto le velocità si sommano (50+15). Poiché l'auto ti si avvicina ad una velocità superiore, sia tu sia l'autista avete molto meno tempo per reagire e, in caso di collisione le conseguenze saranno peggiori. **Pedalare contro mano è vietato e puoi essere multato per questo.**

Collisione n° 11: scontro nelle rotonde

Ti devi immettere in una rotonda insieme ad un'auto che deve svoltare alla prima uscita a destra; tu invece devi proseguire nella rotonda verso un'altra uscita. L'auto ti taglia la strada e ti investe.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE

Amici della Bici

BICI Sicura

1. **Lascia passare l'auto sulla tua sinistra**, controlla il traffico che hai alle spalle e spostati leggermente a sinistra in modo da impedire all'auto che hai dietro a te di sorpassare. Immettiti sulla rotonda, segnala chiaramente con il braccio la direzione che vuoi prendere, spostati sulla destra, rendendoti il più possibile visibile.
2. **Nel caso esistano gli attraversamenti ciclopeditoni (strisce bianche a piccoli tratteggi) usali**, perché qui i veicoli devono dare la precedenza alle biciclette che hanno iniziato l'attraversamento (fai comunque molta attenzione)

SUGGERIMENTI GENERALI

EVITA STRADE TRAFFICATE : . Uno degli errori più frequenti che le persone commettono quando iniziano a muoversi in bicicletta è percorrere esattamente le stesse strade che percorrevano quando si muovevano in auto. In generale è meglio selezionare strade con meno auto e dove il traffico è più lento. Pensa quanto puoi affinare questa strategia: se studi bene i tuoi percorsi, scoprirai che in molte città puoi muoverti per strade secondarie per raggiungere la maggior parte dei posti, attraversando soltanto le strade principali anziché percorrerle. Se ci sono piste ciclabili sei OBBLIGATO ad usarle.

RENDITI VISIBILE : Troppo ovvio? Bene, se è così ovvio, allora perché molti ciclisti viaggiano senza fanali alla sera o di notte? I negozi di biciclette vendono luci rosse intermittenti posteriori per meno di cinque euro. Meglio ancora se usi la vecchia dinamo, così non si scaricano le batterie

PEDALA COME SE TU FOSSI INVISIBILE : Fingi che gli automobilisti non sappiano che sei lì e viaggia in modo tale che non ti colpiscano anche se non ti vedono. Ricorda, non stai cercando di ESSERE invisibile, stai solo pedalando dando per scontato che non ti vedano. Naturalmente tu VUOI che loro ti vedano e dovresti aiutarli a farlo. Ecco perché farai segno agli automobilisti che pensi potrebbero tagliarti la strada e te ne andrai in giro di sera, illuminato come un albero di natale (luci anteriori e posteriori, catarifrangenti, abiti rifrangenti).

CERCA IL CONTATTO CON GLI OCCHI DI CHI GUIDA :. Guarda in faccia chi guida e renditi conto se ti ha visto o se è sopra pensiero. Richiama la sua attenzione, è importante per tutti e due!

Amici della Bici

Casa del Volontariato
Ex Stazione Fs 48024 Massalombarda (Ra)
www.fiab-onlus.it