

## **CONSEJOS PARA MEJORAR LA SEGURIDAD VIAL.**

### *CICLISTAS. Consejos para circular bien*

- ▣ Siempre usa casco.
- ▣ Circula siempre por el arcén o carriles especiales, si los hay. Si no, por la parte derecha de la calzada, y siempre lo más cerca posible de la derecha.
- ▣ Mantén la trayectoria. No vayas de un lado a otro, ni dando bandazos.
- ▣ Procura salir en grupo. Evita ir solo.
- ▣ No circules detrás de camiones o vehículos que impidan la visibilidad.
- ▣ Procura elegir carreteras con poca densidad de tráfico.
- ▣ Revisa tu bicicleta (presión de ruedas, frenos...) para que esté siempre en buen estado.
- ▣ Viste ropa de color llamativo.
- ▣ Mantén la distancia de seguridad.
- ▣ No cometas imprudencias: no sueltes las manos del manillar.
- ▣ Utiliza los 5 sentidos.
- ▣ De noche, debes llevar elementos luminosos en la ropa, o prendas fluorescentes, y luces en la bicicleta.
- ▣ Si tienes que adelantar a otro vehículo recuerda: no está permitido si la marcha en paralelo excede los 15 segundos ó 200 metros.
- ▣ Siempre adelanta por la izquierda y dejando 1.5 metros de distancia.
- ▣ Respeta siempre el Código de la Circulación.

## AUTOMOVILISTA

*Ante una bici, RECUERDE*

- ▣ Mantenga la distancia de seguridad con la bici que le precede: podría detenerse más rápido de lo que pueda esperar.
- ▣ Cuando vaya a adelantar a un ciclista, avísele. Pero no toque el claxon demasiado cerca: puede asustarle y provocar una caída.
- ▣ No adelante a otro vehículo si viene una bicicleta en sentido contrario.
- ▣ Tampoco adelante sin dejar la distancia de seguridad (1.5 metros). Además, tenga cuidado: si pasa cerca, el aire que desplaza su coche puede desequilibrar al ciclista.
- ▣ Respete siempre el carril bici.
- ▣ Siempre, en presencia de ciclistas, circule con especial precaución.