



Manual de l'usuari

Abans d'eixir, **comprova que tens la bicicleta en bon estat**: sobretot la pressió dels pneumàtics, els frens i els llums.

Busca una ruta segura. Paga la pena seguir un bon itinerari per carrers tranquils o per carrils bici.

Circula pel centre del teu carril i fes-te respectar. Així evites que els cotxes tinguen la temptació d'avançar-te sense respectar la distància de seguretat.

Tingues cura de:

- **l'angle de visió mort** dels cotxes, on no et poden veure. Evita circular en zona lateral posterior d'un vehicle.
- **els cotxes aparcats.** No t'hi acostes a menys d'un metre. Les portes que s'obren són una autèntica trampa per als ciclistes.
- **els desviaments a la dreta.** Molts conductors no posen l'intermitent per girar a la dreta i pot passar que et tallen el pas a l'encreuament.

Condueix en línia recta i sigues predictable. Indica les maniobres que faràs amb els braços. Si no saps com fer-ho, demana que t'ho ensenyen.

Circula a la velocitat adequada. Adapta't a la velocitat del carrer per on circules i, si és possible, tria carrers tranquils.

La bici és un vehicle. Respecta les normes de circulació com els altres.

No molestes els vianants. Respecta les voreres. Els ciclistes som més educats i relaxats que els conductors d'altres vehicles.

Trau-te els auriculars. No et permeten controlar el trànsit que hi ha a la teua esquena.

Fes-te visible. De nit, fes servir llum del davant blanca i del darrere roja, a més de reflectants. També és recomanable portar encesos els llums durant el dia.

Utilitza un casco si et fa sentir més segur. En carretera, és obligatori.

Assegura't. Fent-te per 20€ simpatitzant de Conbici, la coordinadora en defensa de la bici i els ciclistes, i que inclou una assegurança de responsabilitat civil que cobreix els possibles danys que pugues ocasionar a tercers. Pots adreçar-te a oficina.tecnica@conbici.org www.conbici.org

Lliga bé la bici. Més avall t'indiquem com ho has de fer.

Més informació

Explicació en vídeo: <http://youtu.be/6Am4juleCiE>

Com prevenir atropellaments? http://www.pedalibre.org/ciclismo_seguro.htm

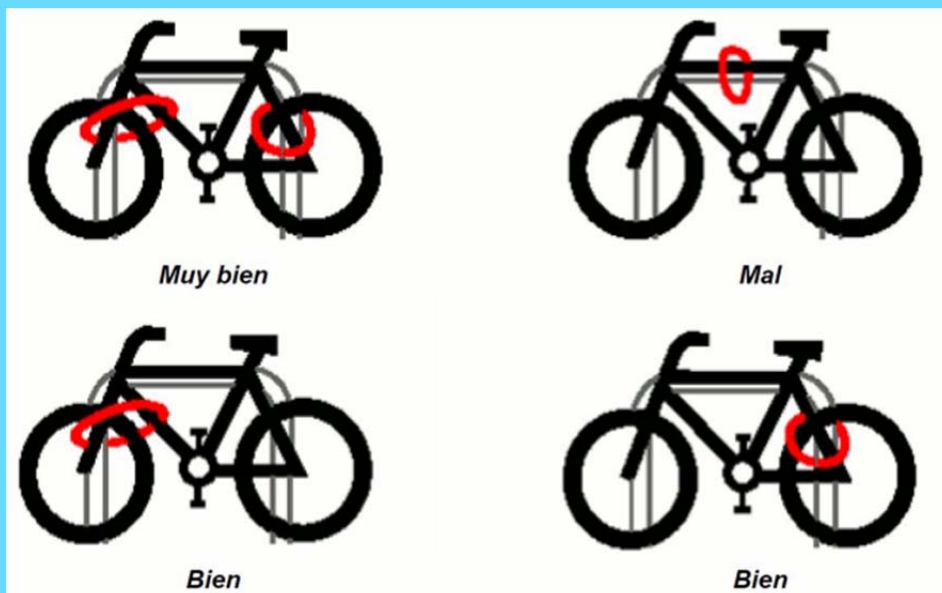
Consells per aparcar la bici i evitar que te la roben

La primera regla, i la més important, és LLIGAR SEMPRE LA BICICLETA. Encara que només siga per mig minut, un lladre té temps de sobra d'emportar-se-la.

Compra el millor sistema de cadena que pugues. Cap no serà tan car com el cost d'una bicicleta nova. Escull-ne un que no es puga tallar fàcilment, com ara el cadenat en forma de U o, si no en tens, els articulats que usen cadenes amb baules planes d'acer tractat.

Assegura el quadre de la bicicleta i les dues rodes a un objecte fix.

Lliga la bicicleta situant el cadenat a certa altura, per sobre dels 50 cm. S'ha comprovat que els antirobatoris que són a prop de terra o en contacte amb aquest són els més fàcils de trencar.



Quan aparques, no obstaculitzes el pas dels vianants.

Aparca on circule molta gent i on tothom puga veure fàcilment la bicicleta. Encara que no aparques a la porta, val la pena. Als lladres no els agraden els llocs transitats. Evita els carrerons o els llocs amagats.

Trau de la bicicleta els accessoris que siguen fàcils d'agafar per un lladre: llums, bombes per inflar, bosses amb eines, cantimplora, etc.

De nit, procura no deixar-la al carrer. Puja-la a casa o parla amb els veïns perquè et deixen tenir-la al rebost de l'escala o a l'aparcament.

Quan compres una bici, demana una factura amb les dades de la bici. En el cas que te la roben, resulta molt útil tenir un document que n'avale la propietat.

Pren nota del número de sèrie de la bicicleta, que es troba normalment sota la caixa del pedaler. Totes les bicis tenen un número de sèrie. És important apuntar-lo i guardar-lo. Això pot ajudar-te a recuperar-la si te la roben.

Denuncia sempre el robatori de la teua bici. A més d'augmentar les possibilitats de recuperar-la, és molt important fer la denúncia perquè la policia prenga consciència del problema dels robatoris de bicicletes.

Mai, mai no compres bicis al rastre. Són bicicletes robades. El fet de comprar-les-hi ens converteix en víctimes del nostre propi comportament, a més de ser il·legal. En qualsevol establiment pots trobar bicis econòmiques.