

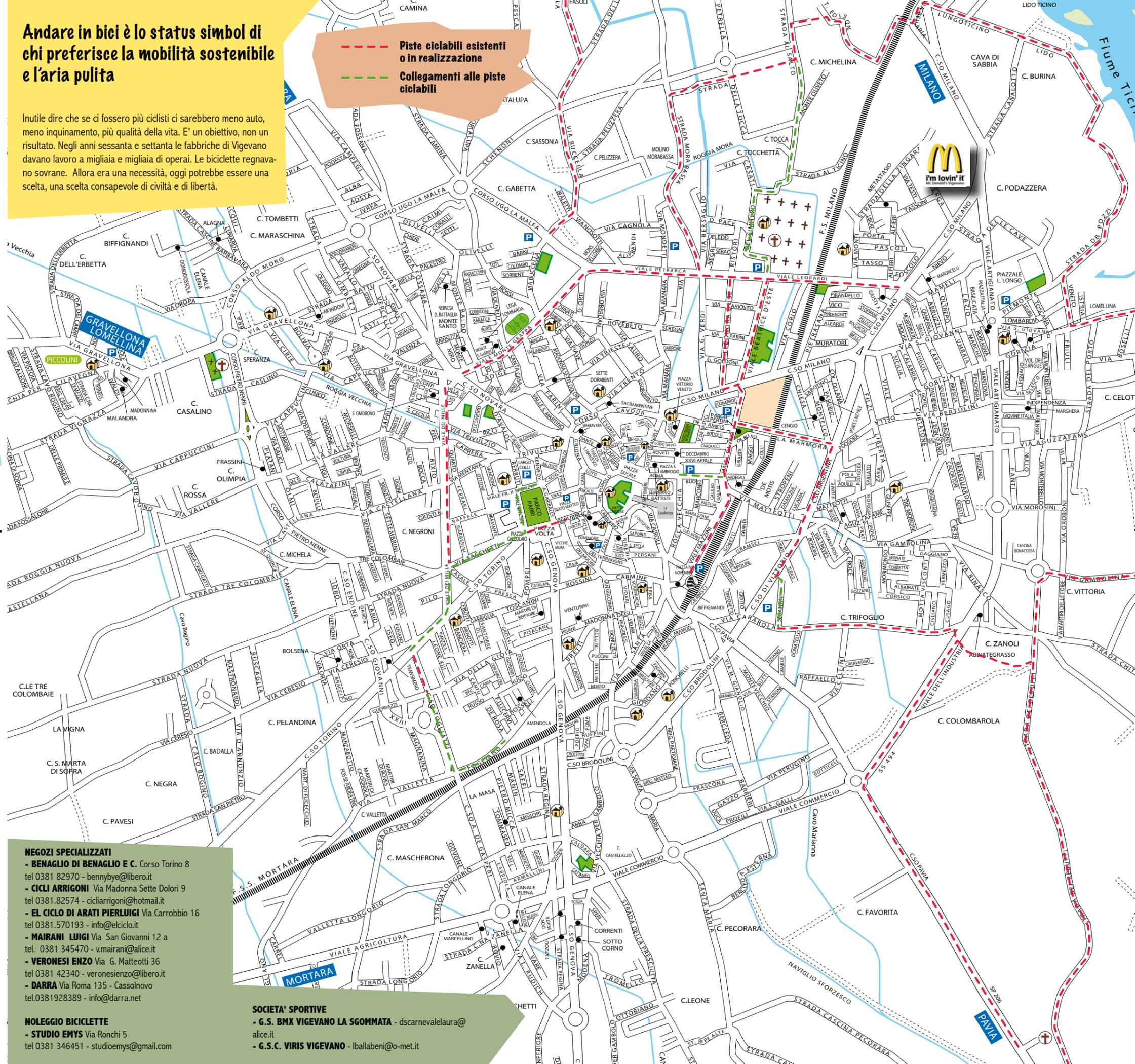
Andare in bici è lo status simbol di chi preferisce la mobilità sostenibile e l'aria pulita

Inutile dire che se ci fossero più ciclisti ci sarebbero meno auto, meno inquinamento, più qualità della vita. E' un obiettivo, non un risultato. Negli anni sessanta e settanta le fabbriche di Vigevano davano lavoro a migliaia e migliaia di operai. Le biciclette regnavano sovrane. Allora era una necessità, oggi potrebbe essere una scelta, una scelta consapevole di civiltà e di libertà.

Vigevano in Bici

Vigevano è una città per biciclette
E' un territorio pianeggiante e tutti i luoghi più importanti sono facilmente raggiungibili con pochi minuti di pedalate; occorre prestare attenzione, certo, le auto sono più pesanti e se investono un ciclista sono guai.
Per questo occorre ricordare alcune regole e preferire le piste ciclabili.

--- Piste ciclabili esistenti o in realizzazione
--- Collegamenti alle piste ciclabili



McDonald

- NEGOZI SPECIALIZZATI**
- **BENAGLIO DI BENAGLIO E C.** Corso Torino 8 tel 0381 82970 - bennybye@libero.it
 - **CICLI ARRIGONI** Via Madonna Sette Dolori 9 tel 0381.82574 - cicliarrigoni@hotmail.it
 - **EL CICLO DI ARATI PIERLUIGI** Via Carrobbio 16 tel 0381.570193 - info@elciclo.it
 - **MAIRANI LUIGI** Via San Giovanni 12 a tel. 0381 345470 - v.mairani@alice.it
 - **VERONESI ENZO** Via G. Matteotti 36 tel 0381 42340 - veronesienzo@libero.it
 - **DARRA** Via Roma 135 - Cassolnovo tel.0381928389 - info@darra.net

- NOLEGGIO BICICLETTE**
- **STUDIO EMYS** Via Ronchi 5 tel 0381 346451 - studioemys@gmail.com

- SOCIETA' SPORTIVE**
- **G.S. BMX VIGEVANO LA SGOMMATA** - dscarnevalelaura@alice.it
 - **G.S.C. VIRIS VIGEVANO** - lballabeni@o-met.it

3 Per chi suona il campanello?

Avere il campanello è un obbligo, usarlo è anche utile
Il codice della strada prescrive che le biciclette debbano essere dotate di un avvisatore acustico. Risulta fondamentale che la bicicletta ne sia dotata perché diventa un indispensabile strumento per avvisare gli altri frequentatori della strada che ci siamo anche noi.

4 Il braccio è come la freccia

I cambi di direzione si segnalano con il braccio
Per la bicicletta il codice della strada prevede che le intenzioni del ciclista vengano segnalate col braccio. Braccio teso verso destra per svolte a destra, braccio sporto a sinistra per quelle mancine. E ci sarebbe perfino il braccio sollevato per indicare l'intenzione di fermarsi. In particolare per gli attraversamenti della sede stradale risulta indispensabile porre la massima attenzione e servirsi, quando presenti, degli attraversamenti ciclabili. Non vanno invece utilizzate le strisce pedonali se non scendendo di sella.

5 Tutti insieme appassionatamente

La strada è di tutti: se vuoi essere rispettato, rispetta gli altri
La legge prevede che sulle strade vi sia parità di diritti e doveri tra tutti i frequentatori, indipendentemente dal veicolo che questi conducono. Obblighi e precedenza infatti vengono regolate esclusivamente dalla segnaletica (strisce orizzontali, cartelli verticali e lanterne luminose) e dagli agenti di polizia. .
Cedi sempre il passo a chi viene da destra: anche se non c'è il segnale che obbliga a dare la precedenza, prima di impegnare un incrocio o di inserirti su un'altra strada, fai sempre passare i veicoli che provengono da destra.
I pedoni hanno la precedenza: quando sei in bicicletta dà la precedenza ai pedoni che hanno già iniziato l'attraversamento della carreggiata, sia che utilizzino le strisce pedonali, sia che non le utilizzino.

Non uscire dai portoni senza guardare: quando esci da un passo carrabile in bici e ti immetti nella carreggiata, fai attenzione ai pedoni sul marciapiede e dai la precedenza ai veicoli in transito. Ad esempio tenendo scrupolosamente la destra, assicurandosi di avere la strada libera prima di attraversare gli incroci, guardandosi sempre alle spalle quando ci si trova a percorrere una rotonda. In città è bene e fuori città è obbligatorio procedere in fila indiana, tenendo la destra.

6 Pistaaaa!!!

Le piste ciclabili sono le tue strade: percorri per la sicurezza tua e degli altri

La frequentazione delle strade da parte di veicoli con caratteristiche strutturalmente anche molto diverse tra loro rappresenta una delle concause più frequenti all'origine degli incidenti. La realizzazione delle piste ciclabili rappresenta un elemento di fondamentale importanza per la sicurezza stradale in quanto va ad identificare una viabilità specifica, riservata ad una sola tipologia di utenza: quella dei ciclisti. In presenza di piste ciclabili pertanto la percorrenza da parte dei ciclisti, oltre che un obbligo previsto dal codice, risulta fondamentale in termini di sicurezza e tranquillità di guida

7 Circolare di notte

Di notte renditi visibile e non pedalare mai senza fari.

Il codice della strada prescrive che la bicicletta debba essere dotata di un impianto di illuminazione in grado di produrre anteriormente luce attiva di colore bianco e posteriormente luce attiva di colore rosso. L'impianto deve essere azionato durante le ore che vanno dal tramonto all'alba e in tutte le circostanze nelle quali la visibilità risulti ridotta. La bicicletta deve essere inoltre dotata di catarifrangenti (catadiottri - luce gialla riflessa) sia ai pedali che ai raggi delle ruote. Vedere e rendersi visibili però non deve essere solo uno scrupolo nei confronti della legge, ma deve rappresentare un principio di sicurezza assoluto

8 No bici, no parti...

La bici è un bene prezioso: difendila con un buon antifurto

La condizione indispensabile per poter far parte della meravigliosa categoria dei ciclisti è ovviamente quella di avere una bicicletta. Il primo fondamentale accorgimento è quello di acquistare un buon antifurto e di applicarlo anche nel caso di soste brevi. Per cercare di scongiurare il rischio di furto vanno poi adottate delle accortezze come quella di non abbandonarla in luoghi solitari.

9 Tieni le distanze!

Mantieni sempre una distanza adeguata dai mezzi pesanti come furgoni, autocarri, autobus: se sei troppo vicino potrebbero non vederti. Attenzione ai veicoli parcheggiati con qualcuno alla guida: l'automobilista potrebbe aprire la portiera o partire all'improvviso. Puoi installare la paletta distanziatrice per evitare che le auto ti passino troppo vicino.

Rispetta sempre il segnale di stop:

con il segnale di STOP fermati prima della linea di arresto: i veicoli che incroci hanno la precedenza. Prima di ripartire, assicurati che da tutte le direzioni non arrivino veicoli.

Rispetta sempre il segnale di dare precedenza

Le norme per la circolazione delle biciclette sulle strade sono contenute nel codice della strada. La bicicletta, sulle strade, gode degli stessi diritti e va soggetto agli stessi doveri di qualsiasi altro tipo di veicolo. Da qui nascono i problemi: bisogna conoscere il codice della strada e anche quello del buon senso. Di seguito le regole più importanti.

1 Controlla la tua bici

Bici sempre efficiente: freni tirati e gomme gonfie

Una bicicletta in ordine non è solo un biglietto da visita con il quale ci si presenta agli altri, ma rappresenta in maniera diretta un fattore di sicurezza

2 Qual è il tuo stile di guida?

Fai della prudenza la tua migliore compagna di viaggio

Adottando uno stile di guida accorto e prudente si riducono notevolmente i rischi di venirsi a trovare coinvolti in incidenti stradali. Oltre al rispetto del codice della strada, che prescrive tra le altre cose di non trasportare alcuna persona sulla bicicletta oltre al conducente (eccezion fatta per le specifiche casistiche riguardanti i bambini), va adottato uno stile di guida, spesso frutto di semplice buon senso, atto a scongiurare il rischio di incidenti. Vanno ad esempio evitati comportamenti quali trainare altri ciclisti, farsi trainare da ciclomotori, procedere affiancati e gareggiare in velocità.

INOLTRE È BENE SAPERE CHE...

- A) in bicicletta è vietato l'uso del cellulare ,
- B) farsi trainare è vietato e pericoloso
- C) per il trasporto dei bambini usa solo i seggiolini
- D) tieni sempre le mani sul manubrio
- E) nelle rotonde guardati sempre alle spalle
- F) i marciapiedi sono riservati ai pedoni
- G) Quando ti inserisci nel traffico devi dare la precedenza ai veicoli ed essere molto prudente.
- H) Mai guidare la bici ascoltando la musica con le cuffie perché non senti ciò che ti circonda sulla strada, né i pericoli che si avvicinano a te.
- I) usa il casco! ti può salvare la vita



McDonald