

ПАМЯТКА ВЕЛОСИПЕДИСТА

г. Оренбург



Велосипеды и велосипедисты

Велосипед приравнивается к другим транспортным средствам, поэтому велосипедист, как водитель транспортного средства, при езде по городу должен соблюдать правила дорожного движения и помнить об ответственности, лежащей на нём.

Согласно правилам дорожного движения Российской Федерации (далее ПДД), управлять велосипедом при движении по дорогам разрешается лицам в возрасте старше 14 лет (ПДД 24.1).

Велосипедист, сошедший с велосипеда и ведущий его руками, приравнивается к пешеходу.



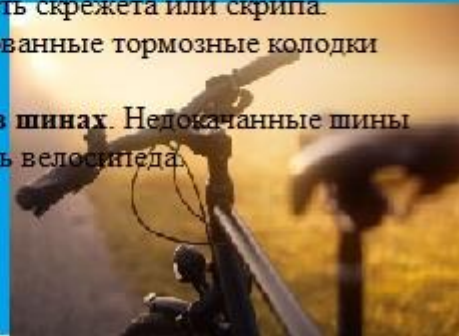
ТЕХНИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Руль должен быть прочно закреплён. В рулевой колонке не должно быть люфта или посторонних шумов.

Тормоза должны быть правильно отрегулированы. Ход тормозных ручек должен быть равномерным на переднем и заднем тормозах, тормозные ручки при нажатии на них не должны касаться руля. При нажатии на тормоз не должно быть скрежета или скрипа.

Стёртые или деформированные тормозные колодки необходимо заменить.

Следите за **давлением в шинах**. Недокатанные шины уменьшают устойчивость велосипеда.



Световые приборы очень важно использовать в вечернее и ночное время. Чем больше световых приборов, тем безопаснее езда. Велосипед должен быть оборудован спереди световозвращателем и фонарём (фарой) белого цвета, сзади световозвращателем или фонарём красного цвета, а с боковой стороны световозвращателями оранжевого или красного цвета (ПДД приложение 2 п.5).

Помните, что велосипед нуждается в **регулярном техническом обслуживании**. Правильно настроенный, своевременно смазанный велосипед не только прослужит вам дольше, но позволит ездить более комфортно и безопасно.



ПОРЯДОК ДВИЖЕНИЯ

Велосипедисты должны двигаться по специальным дорожкам или по велополосе, которая отведена для их движения на проезжей части. Впрочем, при отсутствии этих полос они могут двигаться по проезжей части, по правой крайней полосе в один ряд как можно правее.

Велосипедист может двигаться по тротуару и обочине, в том случае, если нет соответствующих специальных дорожек и невозможно двигаться по краю дороги, но при том условии, что он не будет мешать пешеходам (ПДД 24.2).

При повороте налево на дорогах, где полос для движения больше чем одна в одном направлении или по середине дороги проходят трамвайные пути, велосипедист должен спешиться и перейти дорогу (в положенном месте) как пешеход (ПДД 24.8).



Проезд перекрёстков

На нерегулируемом перекрёстке равнозначных дорог преимущество имеет безрельсовое транспортное средство, у которого отсутствует помеха справа. Иными словами, на таком перекрёстке, приближающийся слева автомобиль должен уступить дорогу велосипедисту.

Автомобиль, поворачивающий направо, должен пропустить велосипедиста, двигающегося рядом с ним, по той же дороге прямо.

На регулируемых перекрёстках велосипедисты должны подчиняться сигналам обычных транспортных светофоров (не пешеходных).

На любом пересечении проезжих частей следует заблаговременно убедиться в собственной безопасности и предпринять дополнительные меры для её повышения. Например, следует обернуться и оценить обстановку позади себя, вытянуть руку влево, если на перекрёстке вы намерены двигаться прямо, а автомобили в вашей или соседней полосе направо.



Проезд пешеходных переходов

На нерегулируемых пешеходных переходах велосипедисты, как и водители прочих транспортных средств, должны уступать дорогу пешеходам.

Велосипедистам не разрешается пересекать дорогу по пешеходному переходу, равно как и разворачиваться на пешеходном переходе. В этом случае надо спешиться и перейти дорогу как пешеход.



Манёвры(повороты, обгон)

Перед началом выполнения манёвра необходимо убедиться, что манёвр не создаст помех другим участникам дорожного движения и будет безопасным для самого велосипедиста. Важно научиться оборачиваться на ходу, сохраняя равновесие и управление велосипедом.

Для обозначения манёвра предусмотрены сигналы (ПДД п. 8.1):

Поворот или перестроение налево: вытянутая левая рука.

Поворот или перестроение направо: вытянутая правая рука.

Подача сигнала указателями поворота или рукой должна производиться заблаговременно до начала выполнения маневра.

Обгон или объезд транспортных средств должен производиться только слева.

Не следует ехать «вплотную» за автомобилем. Машина может резко затормозить, не дав возможности велосипедисту сманеврировать, вызвав столкновение.

Кроме того езда вплотную за автомобилем опасна и тем, что велосипедист может не заметить за машиной выбоину в асфальте и упасть под колёса едущему сзади транспорту, поэтому никогда не двигайтесь за автомобилем.

Двигайтесь сбоку и соблюдайте безопасную дистанцию.



Групповая езда

При групповой езде колонна велосипедистов должна ехать в один ряд, группами не более чем по 10 человек. При этом расстояние между группами должно составлять 80-100 метров (ПДД 24.5).

Ниже представлено несколько советов для участников групповой езды на велосипедах:

- **Не мельтешите.** Не стоит резко дергать рулём. Важно помнить о людях, которые едут позади. Они могут не успеть среагировать на резкое изменение направления впереди едущего велосипедиста, что может спровоцировать наезд.

- **Не тормозите резко.** Резкое торможение при езде в группе может привести к столкновению с едущим сзади велосипедистом, который не успеет среагировать на резкое изменение скорости движения.

- **Соблюдайте единую скорость.** Езда в коллективе накладывает определённые ограничения и на скорость передвижения. Важно соблюдать единую скорость движения, чтобы не разбивать колонну.

- **Предупреждайте о своих действиях и дорожных «неожиданностях».** При езде в колонне обзор позади едущего велосипедиста ограничен. Поэтому жестами или криком сообщать товарищам о неожиданных помехах на дороге (яма, битое стекло и т.д.), а так же предупреждать их о своих действиях.



- **Соблюдайте дистанции.** При езде в колонне важно помнить, что впереди едущий велосипедист может резко затормозить или сменить направление, объезжая препятствие. Поэтому необходимо соблюдать дистанцию.

Желательно иметь хотя бы одну медицинскую аптечку на группу. Важно быть готовым оказать первую медицинскую помощь (себе или товарищам).





Скорость движения и торможение

Велосипедист должен соблюдать скоростной режим на дорогах, в частности в жилых зонах.

Важно помнить, что чем больше скорость, тем дольше время торможения.

При одинаковых скоростях тормозной путь велосипеда длиннее, чем у автомобиля, особенно на мокрой дороге. При резком торможении (блокировке колёс) велосипед теряет устойчивость. Поэтому тормозите заранее!

Научитесь тормозить, одновременно и равномерно нажимая на передний и задний тормоза, только такое торможение будет наиболее эффективным.

Движение в условиях ограниченной видимости

Главным условием безопасного движения является наличие фонарей и светоотражающих элементов.

Помимо переднего фонаря установите задний красный мигающий фонарь, который хорошо виден в темноте. Следует помнить, что самое опасное время, это не абсолютная мгла, а сумерки.

При наступлении сумерек необходимо сразу включить фонари.

Дополнительные фонари и светоотражающие полосы на одежде повысят вашу безопасность.



ВЕЛОСИПЕДИСТУ ЗАПРЕЩЕНО!

- управлять велосипедом в состоянии опьянения (алкогольного, наркотического или иного), под воздействием лекарственных препаратов, ухудшающих реакцию и внимание, в болезненном или утомленном состоянии, ставящем под угрозу безопасность движения (ПДД п. 2.7);
- ездить, не держась за руль хотя бы одной рукой;
- ездить по автомагистрали;
- перевозить пассажиров, (кроме ребёнка в возрасте до 7 лет на специально оборудованном месте) и габаритный груз, выступающий более чем на 0,5 м;
- поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении.



МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ

Первая и обязательная мера безопасности – шлем, который предохранит вашу голову от серьезных повреждений при падении. Желательно так же надевать велосипедные перчатки, которые также защитят ваши ладони в случае падения.

Все прочие меры можно распределить на две части.



Первое: повышение вашей «видимости». Одеваться надо исключительно в яркие тона, в одежду со светоотражающими вставками. То же самое относится и к рюкзакам. Велорюкзак должен быть ярким со светоотражающими вставками или полосами. Сзади на рюкзаке может быть красный фонарик (в добавление, а не на замену основному на велосипеде). Кроме того, одежда не должна содержать свободных, развевающихся по ветру частей, которые могут зацепиться за автомобиль или другие предметы.

Второе: максимально осторожное поведение на дороге. Не рискуйте. Тормозите заранее. Следите за автомобилями, которые могут представлять для вас угрозу. Если это возможно попытайтесь поймать «зрительный контакт» с водителем автомобиля, это подтверждает хотя бы то, что он вас заметил. Будьте бдительны!



ДТП С ВЕЛОСИПЕДИСТАМИ

К сожалению, даже безукоризненное соблюдение Правил дорожного движения не гарантирует полной безопасности на дороге. При малейшей неуверенности или недоверии к водителю другого транспортного средства лучше уступить дорогу. Наиболее частые нарушения велосипедистов, приводящих к ДТП: езда по встречной полосе, езда по тротуару, езда на красный свет, маневрирование перед движущимися транспортными средствами, езда без световых приборов в тёмное время суток.

Какие наиболее опасные ситуации чаще всего могут возникнуть на дороге?

1. Автомобиль поворачивает направо, не пропуская двигающегося вдоль обочины велосипедиста.
2. Автомобиль въезжает в велосипедиста сзади.



3. Водитель или пассажир в стоящей машине резко открывает дверь, и велосипедист не может её объехать.

Известны случаи, закончившиеся гибелью велосипедиста.

4. Встречный автомобиль пытается повернуть налево, не пропуская двигающегося прямо велосипедиста.

5. Обгон велосипедиста справа.

6. Столкновение велосипедиста, едущего по главной дороге, с автомобилем, едущим по второстепенной.

Во **всех случаях** автомобиль обязан пропустить велосипед, однако чаще всего водитель автомобиля просто не замечает велосипедиста, либо считает, что велосипедист как пешеход может остановиться мгновенно. Будьте бдительны старайтесь предугадать возможную аварийную ситуацию и принимайте меры для того, чтобы избежать её.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ДТП

При возникновении дорожно-транспортного происшествия:

- Необходимо вызвать скорую помощь (112) и ГИБДД (79 00 50, 79 00 60) и обеспечить фиксирование «объектов» после ДТП. Будьте внимательны: если вы из лучших побуждений убираете с дороги повреждённый велосипед, то... скрываете улики. Лучше ничего не трогать или фиксировать положение вещей при свидетелях, если убрать с дороги их все-таки требуется.

- Постарайтесь найти свидетелей происшествия.

- Велосипедист в большей степени, чем водитель авто, при попадании в ДТП может находиться в состоянии аффекта. По этой причине возможно не слишком адекватное поведение: попытка «разборок» с виновником, недооценка собственного состояния (бывали случаи, когда люди не замечали, что у них сломаны рёбра), навязчивое желание продолжить движение во что бы то ни стало. Постарайтесь трезво оценить ситуацию и оставаться спокойным насколько это возможно.

- Вместо вызова скорой помощи можно обратиться в травмпункт по месту жительства. Травмпункты работают круглосуточно и обслуживают бесплатно.



**АДРЕСА ТРАВМОТОЛОГИЧЕСКИХ
ПУНКТОВ ГОРОДА ОРЕНБУРГА**

- «Травмпункт №1, Городская
клиническая больница №4»
ул. Постникова, д. 11а.

- «Травмпункт № 2, Городская
клиническая больница №4»
пр. Гагарина проспект, д. 23 к. 3.

- «Травмпункт №3, Городская
клиническая больница №4»
ул. Пролетарская, д. 265.

- «Детский травмпункт, Городская
клиническая больница №5,
ул. Малышевская, д. 29.



**Вызов скорой помощи с городского
и сотового телефонов всех
операторов: 112**

