

ovvero:

# MANUALE DI SOPRAVVIVENZA PER CHI VA IN BICI

Dieci modi per non farsi investire  
usando la bicicletta



**TUTTINBICI**

via Zandonai (pista Pattinaggio) 42100 Reggio E.  
C.P. 1132 tel.0522/303247 [www.tuttinbici.org](http://www.tuttinbici.org) [info@tuttinbici.org](mailto:info@tuttinbici.org)

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 a motore si dimostra insofferente alle regole dettate dal Codice della Strada e dal comune buon senso.

Il nostro obiettivo è quello di creare la consapevolezza dei rischi che circondano un'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 ☺**

*Se ritenete questo lavoro interessante, fotocopiatelo e distribuitelo liberamente. Se lo desiderate potete richiedere i files originali in formato Word alla nostra casella di posta elettronica.*

*Se poi vorrete condividere il nostro impegno in favore dell'uso della bicicletta, sia per sport, svago o lavoro, iscrivetevi! Vi aspettiamo numerosi.*

**TUTTINBICI**

via Zandonai (pista Pattinaggio)  
42100 Reggio E.

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

Ringraziamo inoltre Alessandra Scotini per il prezioso lavoro di traduzione.

Tuttinbici aderisce alla FIAB Federazione Italiana Amici della Bicicletta ([www.fiab-onlus.it](http://www.fiab-onlus.it))

**TUTTINBICI**

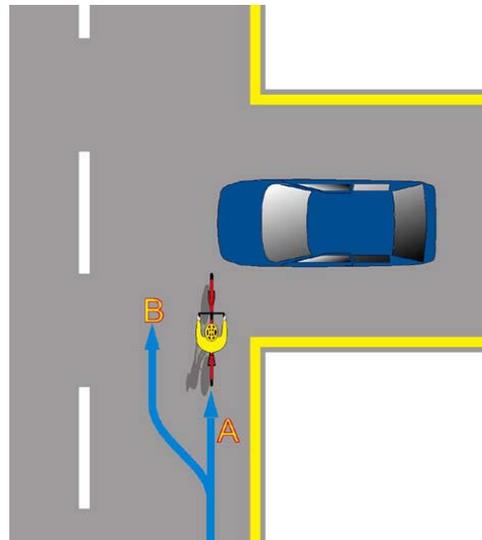
via Zandonai (pista Pattinaggio) 42100 Reggio E.  
C.P. 1132 tel.0522/303247 [www.tuttinbici.org](http://www.tuttinbici.org) [info@tuttinbici.org](mailto:info@tuttinbici.org)

## 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 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. **Spostati a sinistra.** Osserva le due linee blu "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 fa attenzione al traffico davanti a sé, non guarda in prossimità del marciapiede; guarda il CENTRO della strada. Più a sinistra sei (come in "B"), più è probabile che l'autista ti veda. C'è in ulteriore vantaggio: se l'automobilista non ti vede e comincia ad immettersi nella carreggiata, potresti essere in grado di portarti ANCORA PIU' a sinistra, o potresti essere in grado di accelerare e toglierti di mezzo prima dell'impatto, o rotolare sul suo cofano non appena si avventa sul pedale dei freni. In breve, hai più opzioni. Se invece se stai sulla destra e l'automobilista si immette all'improvviso, la tua "sola" opzione può essere quella di finirgli addosso.



Se 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 ?

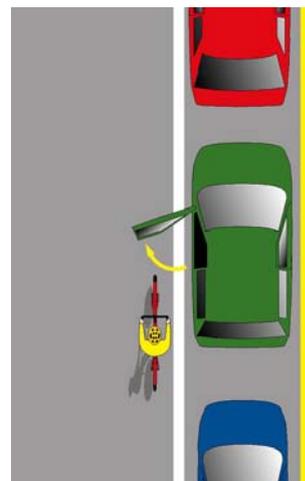
Dovrai valutare, in base al tipo di strada e al tipo di traffico, la soluzione che ti sembra più sicura. Sulle strade a scorrimento veloce, con poche traverse, potrai tenerti più a destra, su strade a scorrimento lento, con molte traverse, potrai tenerti più sulla sinistra.

## COLLISIONE N°2: LA PORTIERA APERTA

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

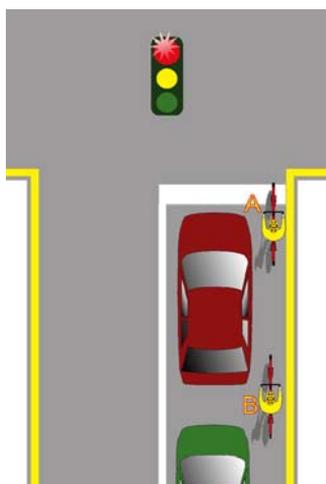
COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Tieni d'occhio le auto parcheggiate.** Per quanto possibile sorveglia gli occupanti delle auto e cerca di anticipare un'apertura improvvisa.
2. **Spostati a sinistra.** Riservati un margine di movimento in modo da poter evitare un'apertura improvvisa. Questo compatibilmente con il resto del traffico.



## 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 e lui gira 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.

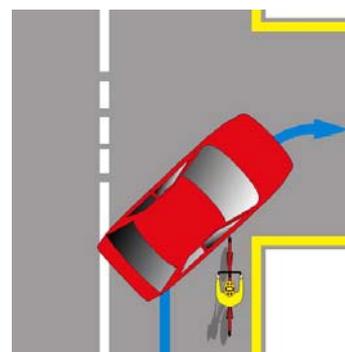


COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

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, 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

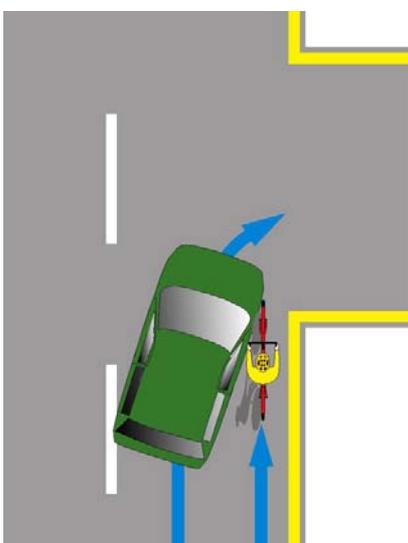
Un'auto ti supera e poi cerca di girare a destra davanti a te o proprio contro di te. Questo tipo di collisione è molto difficile da evitare perché non riesci a rendertene conto fino all'ultimo.  
COME EVITARE QUESTA COLLISIONE:



**TUTTINBICI**

1. **Spostati a sinistra.** 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.** Se non hai uno specchietto, montane subito uno. Provedi a guardare 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 su 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.

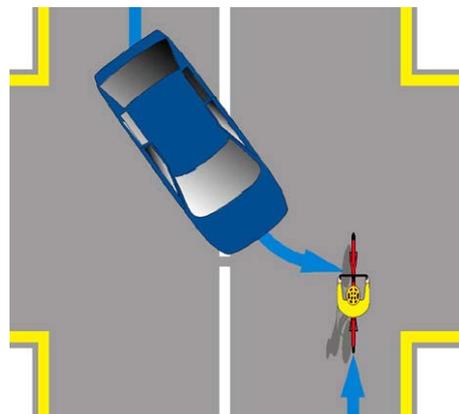
Quando sei in corsa e il veicolo che ti precede si muove lentamente pedalagli dietro, non nella sua "zona cieca" immediatamente alla sua destra. Se stai superando un'auto a destra, puoi essere investito se questa gira a destra. Tieni le distanze sufficienti a garantirti la possibilità di frenare in tempo.

## 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.

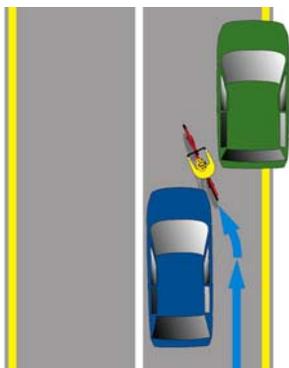
COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Renditi visibile.** In condizioni di scarsa visibilità devi accendere il fanale anteriore e indossare abiti dai colori sgargianti.
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



**TUTTINBICI**

## COLLISIONE N°7: IMPATTO POSTERIORE

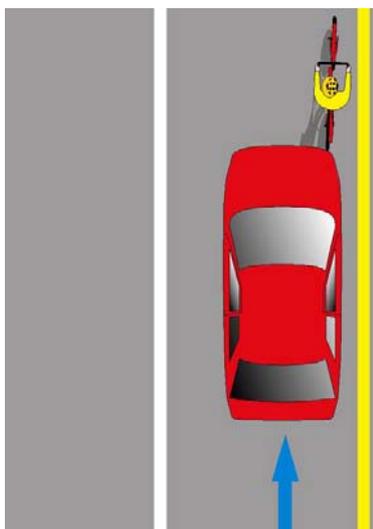


Sbandi leggermente a sinistra per aggirare un'auto parcheggiata o un altro ostacolo sulla strada e vieni preso al volo da un'auto alle tue spalle.

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. Comunque è una delle collisioni più difficili da evitare, dal momento che 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.

COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

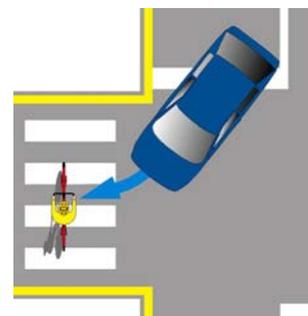
1. **Procurati un fanale posteriore.** Procurati un fanale posteriore se pedali di notte, devi assolutamente usare un fanale rosso posteriore, montare i catari-frangenti ai pedali e possibilmente vestire le fasce rifrangenti (che puoi trovare a pochi soldi nei negozi di sicurezza per il lavoro).
2. **Scegli 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.

**TUTTINBICI**

via Zandonai (pista Pattinaggio) 42100 Reggio E.  
C.P. 1132 tel.0522/303247 [www.tuttinbici.org](http://www.tuttinbici.org) [info@tuttinbici.org](mailto:info@tuttinbici.org)

## COLLISIONE N°9: IN BICI SUI PASSAGGI PEDONALI

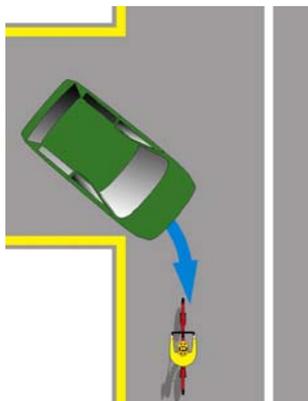
Un'auto svolta a destra e ti investe proprio mentre stai attraversando sulle strisce pedonali fra due marciapiedi. Le auto non si aspettano di trovare biciclette sulle strisce pedonali, pertanto devi stare molto attento se usi i passaggi pedonali. Inoltre il Codice della Strada non ammette l'attraversamento in bici sui passaggi pedonali.



COME EVITARE QUESTO TIPO DI COLLISIONE:

1. **Scendi dalla bici e assumi il comportamento dei pedoni.**
2. **Non pedalare sui marciapiedi.** Se per cause di forza maggiore ti trovi a pedalare sul marciapiede fallo lentamente e con ESTREMA prudenza. Prestando la massima attenzione ai pedoni, ai passi carrai ed agli 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, passo carraio, o 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 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 molto più elevata. Se tu procedi a 15 km all'ora, un'auto che ti sorpassa da dietro a 50 ti si avvicina alla velocità di 35 (50-15), ma se tu procedi nel senso opposto le velocità si sommano. Poiché l'auto ti si avvicina ad una velocità superiore, sia tu che l'autista avete molto meno tempo per reagire e, in caso di collisione le conseguenze saranno peggiori.
3. Pedalare contro mano è illegale e puoi essere multato per questo....

**TUTTINBICI**

## 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.

### **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 10.000 Lire. 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 illuminato come un albero di natale di sera ( luci anteriori e posteriori).

### **SPOSTATI UN POCO A SINISTRA QUANDO E' OPPORTUNO.**

Mentre a volte preferisci pedalare sul lato all'estrema destra, per stare alla larga dalle auto che ti passano accanto, talvolta è più sicuro tenersi un po' più a sinistra. Pedalare un po' a sinistra permette alle auto di vederti meglio all'intersezione con strade laterali e ti riserva un margine di sicurezza rispetto alle portiere che si aprono.

### **CERCA IL CONTATTO CON GLI OCCHI DI CHI GUIDA**

**TUTTINBICI**

via Zandonai (pista Pattinaggio) 42100 Reggio E.  
C.P. 1132 tel.0522/303247 [www.tuttinbici.org](http://www.tuttinbici.org) [info@tuttinbici.org](mailto:info@tuttinbici.org)

## La circolazione dei velocipedi secondo il Codice della Strada

Si potrebbe intitolare "Forse non tutti sanno che...". Quanti conoscono precisamente le norme del Codice della strada che riguardano i ciclisti? Forse non molti: ecco quindi un'utile tabella, curata da Edmondo Strada, per conoscerle o per ripassarle.

### Art. 182 Codice della Strada

- 1** *In generale*  
I ciclisti devono procedere su un'unica fila in tutti i casi in cui le condizioni della circolazione lo richiedano.  
*Nei centri abitati*  
I ciclisti devono procedere su un'unica fila in tutti i casi in cui le condizioni della circolazione lo richiedano, comunque **mai affiancati in numero superiore a due**.  
*Fuori dai centri abitati*  
I ciclisti **devono sempre procedere su un'unica fila**, salvo che uno di essi sia minore di anni 10 e proceda sulla destra dell'altro.
- 2** I ciclisti devono:  
avere libero l'uso delle braccia e delle mani, reggere il manubrio almeno con una mano, devono essere in grado, in ogni momento, di vedere liberamente davanti a sé e ai due lati poter compiere con la massima libertà, prontezza e facilità, le manovre necessarie.
- 3** È vietato:
  - trainare veicoli, salvo nei casi consentiti dal CdS
  - Condurre animali
  - Farsi trainare da altri veicoli
- 4** I ciclisti devono condurre il veicolo a mano quando, per le condizioni della circolazione, siano di intralcio o pericolo per i pedoni. In tal caso sono assimilati ai pedoni e devono usare la comune diligenza e prudenza.
- 5** È vietato trasportare altre persone sul velocipede, a meno che non sia appositamente costruito ed attrezzato.  
È comunque consentito al conducente maggiorenne il trasporto di un bambino fino ad otto anni d'età opportunamente assicurato con le attrezzature di cui all'art. 68, c. 5.
- 6** I velocipedi appositamente costruiti ed omologati per il trasporto di altre persone oltre il conducente devono essere condotti, se a più di due ruote simmetriche, solo da quest'ultimo.
- 7** Sui veicoli di cui al comma 6, non si possono trasportare più di quattro persone adulte, compresi i conducenti: è consentito anche il trasporto contemporaneo di due bambini fino a dieci anni d'età.
- 8** Cfr. art. 170 per il trasporto di oggetti ed animali.
- 9** I velocipedi devono procedere sulle piste loro riservate, quando esistono, salvo il divieto per particolari categorie di essi, con le modalità stabilite nel regolamento.
- 10** Chiunque viola le disposizioni del presente articolo è soggetto alla sanzione amministrativa del pagamento di una somma da 19 a 78 €.

### Art. 377 Regolamento di attuazione

- 1** I ciclisti nella marcia ordinaria in sede promiscua devono: evitare scarti improvvisi o movimenti a zig-zag che possono essere di intralcio o pericolo per i veicoli che seguono.
- 2** Nel caso di attraversamento di carreggiate a traffico particolarmente intenso e, in generale, dove le circostanze lo richiedono, i ciclisti sono tenuti ad attraversare tenendo il veicolo a mano.
- 3** In ogni caso i ciclisti devono segnalare tempestivamente, col braccio, la manovra di svolta a sinistra, di svolta a destra e di fermata che intendono effettuare.
- 4** Da mezz'ora dopo il tramonto, durante tutto il periodo di oscurità e di giorno, qualora le condizioni atmosferiche richiedano l'illuminazione, i velocipedi sprovvisti o mancanti degli appositi dispositivi di segnalazione visiva, non possono essere utilizzati, ma solamente condotti a mano.
- 5** Il trasporto dei bambini fino ad otto anni d'età è effettuato unicamente con le attrezzature di cui all'art. 68, c. 5, in maniera da non ostacolare la visuale del conducente e da non intralciare la possibilità e la libertà di manovra da parte dello stesso.  
Le attrezzature suddette hanno le caratteristiche di cui all'art. 225 e sono installate:
  - a) tra il manubrio del velocipede ed il conducente, unicamente per il trasporto di bambini di massa fino a 15 kg
  - b) posteriormente al conducente, per il trasporto di bambini di qualunque massa, fino ad otto anni d'età.  
(\* verificare stabilità e solidità delle parti del velocipede interessate al montaggio delle attrezzature di trasporto).
- 6** Per la circolazione dei velocipedi sulle piste ciclabili, come definite dall'art. 3 del CdS, si applicano, ove compatibili, le norme di comportamento relative alla circolazione dei veicoli.
- 7** Ove le piste ciclabili si interrompano, immettendosi nelle carreggiate a traffico veloce o attraversino le carreggiate stesse, i ciclisti sono tenuti ad effettuare le manovre con la massima cautela evitando improvvisi cambi di direzione.

TUTTINBICI

via Zandonai (pista Pattinaggio) 42100 Reggio E.

C.P. 1132 tel.0522/303247 [www.tuttinbici.org](http://www.tuttinbici.org) [info@tuttinbici.org](mailto:info@tuttinbici.org)