

BiciSicura
Volume I

consigli per la sicurezza di chi va in bicicletta



Provincia Autonoma di Trento



Agenzia Provinciale per la Protezione dell'Ambiente
Settore Informazione e Qualità dell'Ambiente



Servizio Conserv. della Natura e Valorizz. Ambientale
Ufficio Piste Ciclopedonali



PEDALARE SI PUO'

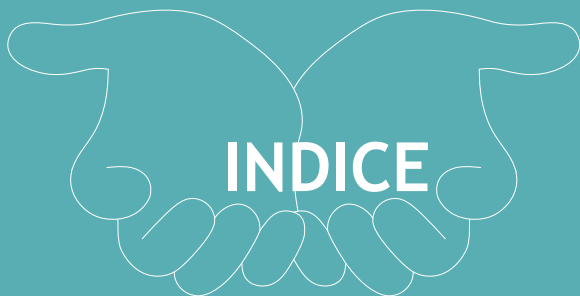
Usando la bicicletta, soprattutto per muoversi in città, ci si trova spesso ad affrontare situazioni rischiose negli incroci e in corrispondenza degli attraversamenti; ci si rende perciò conto rapidamente che è necessario acquisire modi e comportamenti che proteggano la nostra sicurezza.

Il semplice rispetto del Codice della Strada (tenere la destra, procedere in fila indiana, segnalare le svolte, transitare sulle piste ciclabili), infatti, non sempre è sufficiente per l'incolumità fisica di chi usa la bici.

Obiettivo di questa piccola guida è di creare una consapevolezza sempre maggiore dei rischi a cui quotidianamente i ciclisti vanno incontro al fine di alzare il loro livello di attenzione.

Di seguito si riporta una casistica dei principali e più frequenti casi di collisione auto-bicicletta e dei comportamenti per evitarli, nonché una serie di suggerimenti generali per spostarsi in città con la bicicletta.

Si ringrazia il Comune di Reggio Emilia, l'Associazione Tuttinbici-FIAB, e la Polizia Municipale di Reggio Emilia per il permesso di riutilizzare il presente prezioso manuale.



INDICE

<i>Suggerimenti generali</i>	2	
Collisione n° 1	4	<i>L'INCROCIO A DESTRA</i>
Collisione n° 2	6	<i>LA PORTIERA APERTA</i>
Collisione n° 3	7	<i>IL SEMAFORO ROSSO</i>
Collisione n° 4	8	<i>IL GANCIO A DESTRA (1° tipo)</i>
Collisione n° 5	9	<i>IL GANCIO A DESTRA (2° tipo)</i>
Collisione n° 6	10	<i>L'INCROCIO A SINISTRA</i>
Collisione n° 7	11	<i>L'IMPATTO POSTERIORE (1° tipo)</i>
Collisione n° 8	12	<i>L'IMPATTO POSTERIORE (2° tipo)</i>
Collisione n° 9	13	<i>IN BICI SUI PASSAGGI PEDONALI</i>
Collisione n° 10	14	<i>LO SCONTRO FRONTALE CONTROMANO</i>
Collisione n° 11	16	<i>LO SCONTRO NELLE ROTATORIE</i>

Suggerimenti generali

1) *Evitare strade trafficate*

e, possibilmente, scegliere itinerari provvisti di piste ciclabili.

Uno degli errori più frequenti che le persone commettono quando iniziano a muoversi in bicicletta è percorrere esattamente le stesse strade di quando si muovevano in auto.

In generale è **meglio scegliere strade con meno auto e dove il traffico è più lento**. Studiando bene il percorso, si scopriranno molte strade secondarie, più tranquille, che permettono di raggiungere ugualmente la meta, attraversando soltanto le strade principali anziché percorrendole.

Bisogna ricordarsi inoltre che, **se ci sono piste ciclabili, i ciclisti sono OBBLIGATI ad usarle**.

Al Servizio Conservazione Natura e Valorizzazione Ambientale e presso le Apt territorialmente competenti sono disponibili le Cicloguide per tutte le piste ciclopedonali del Trentino

2) *Rendersi visibili*

Troppo ovvio? Bene, se è così, allora perché molti ciclisti viaggiano senza **fanali e catarifrangenti** alla sera o di notte o in galleria?

In commercio si possono trovare **luci rosse intermittenti posteriori** da usare come integrazione ai fanali di serie.

Meglio ancora usare fanali che funzionano con la dinamo, così non si scaricano le batterie e non si producono rifiuti pericolosi e difficili da smaltire.

E' inoltre utile indossare pettorina rifrangente o abiti sgargianti, soprattutto al crepuscolo o con poca luminosità.

3) *Segnalare la propria presenza suonando il campanello*

A volte ci si sente a disagio a suonare il campanello, ma è certo meglio provare imbarazzo piuttosto che essere investiti o investire qualcuno!



4) Cercare il contatto con gli occhi degli automobilisti

Molto utile è guardare in faccia chi guida per rendersi conto se ci ha visto o se è distratto. In questo caso, richiamare la sua attenzione è importante per tutti e due

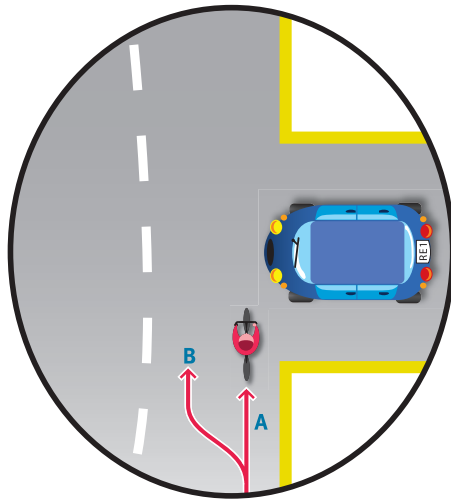
5) Segnalare con le braccia l'intenzione di svoltare a destra/sinistra o di spostarsi al centro della carreggiata

per permettere agli altri utenti della strada di capire dove si intende dirigersi in modo che possano comportarsi di conseguenza.

Nella complessità della mobilità cittadina, il ciclista deve **attenersi scrupolosamente al Codice della Strada** come se fosse alla guida di un'auto; prima di tutto perché in caso di incidente con altri mezzi di trasporto ha spesso la peggio e inoltre perché così non complica ulteriormente l'ormai congestionato traffico cittadino (ad es. non andare contromano, non passare con il semaforo rosso, scendere dalla bici negli attraversamenti pedonali, non utilizzare le corsie interne delle rotonde).

L'INCROCIO DA DESTRA

Questa è una delle situazioni più frequenti: un automobilista che esce da una strada laterale, da un parcheggio o da un passo carraio sulla destra non sempre presta attenzione a chi sopraggiunge in bicicletta.



Come evitare questa collisione:

1. **Suonare il campanello.** È importante procurarsi un campanello e **USARLO** ogni volta che si vede un'auto avvicinarsi (o sostare) davanti o alla propria destra.
2. **Rallentare.** Se il ciclista non riesce a farsi notare dal guidatore (incontrandone lo sguardo, soprattutto di notte) deve rallentare in modo da potersi fermare completamente, se necessario.
3. **Procurarsi fanali e abiti catarifrangenti.** Se si pedala dopo il tramonto bisogna assolutamente usare un fanale anteriore, uno posteriore e dotare le ruote e i pedali di catarifrangenti. E' previsto obbligatoriamente anche dal Codice della Strada.



4. **Manovra di emergenza.** Si è soliti pedalare molto vicino al bordo del marciapiede per evitare di essere investiti alle spalle (vedi linea “A” nella figura). Quando però un automobilista sopraggiunge da una laterale destra, tende a guardare al centro della strada, non sempre in prossimità del marciapiede. Pertanto se si pedala un po’ più a sinistra (vedi fig. “B”) è più probabile che l’autista veda, ma è bene ricordare che spostarsi troppo a sinistra è sempre pericoloso dato che non si riesce a controllare il traffico che viene da dietro. Conviene quindi sempre rallentare in queste situazioni, per potersi fermare nel caso in cui l’automobilista non ci abbia visto.

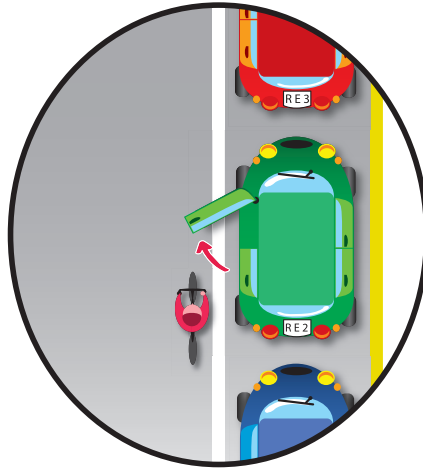
Pedalare aderenti al bordo destro rende invisibili alle auto davanti nei punti di intersezione, pedalare più a sinistra rende vulnerabili nei confronti delle auto provenienti alle proprie spalle.

Cosa scegliere?

Bisogna valutare, in base al tipo di strada e al tipo di traffico, la soluzione che sembra più sicura: **sulle strade a scorrimento veloce, con poche traverse, sarà meglio stare più a adiacenti al bordo destro, mentre su strade a scorrimento lento, con molte traverse, sarà più prudente stare un po’ scostati dal bordo verso il centro.**

LA PORTIERA APERTA

Un altro tipo di incidente che si può verificare è quando un'auto parcheggiata apre improvvisamente la portiera proprio davanti ad un ciclista. Se la distanza è ridotta e i riflessi non sono pronti, l'impatto è quasi inevitabile.



Come evitare questa collisione:

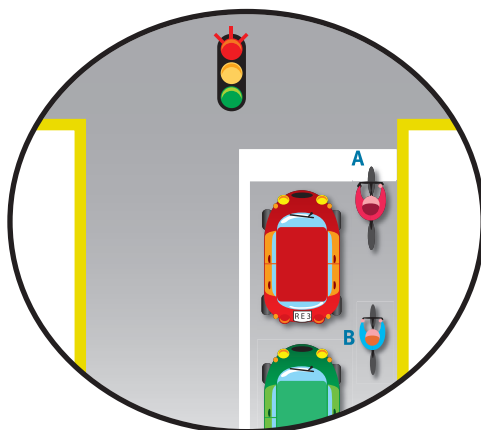
1. **Tenere d'occhio le auto parcheggiate.** Per quanto è possibile, osservare le auto parcheggiate lungo la carreggiata, sorvegliarne gli occupanti e cercare di anticipare un'apertura improvvisa della portiera, magari suonando il campanello. È meglio usarlo una volta in più che una in meno!
2. **Manovra di emergenza.** Spostarsi leggermente a sinistra in modo da avere un margine di movimento in caso di apertura improvvisa di una portiera (questo compatibilmente con il resto del traffico, in particolare quello che sopraggiunge alle proprie spalle).

Collisione n° 3

IL SEMAFORO ROSSO

Quando ci si ferma ad un semaforo rosso (o ad uno stop) immediatamente a destra di un'automobile nella stessa corsia, se l'auto deve girare a destra e il ciclista deve andare dritto, può presentarsi una situazione di pericolo, qualora l'automobilista non veda il ciclista.

La situazione è ancora più pericolosa quando ci si ferma accanto ad un autobus o ad un autocarro.

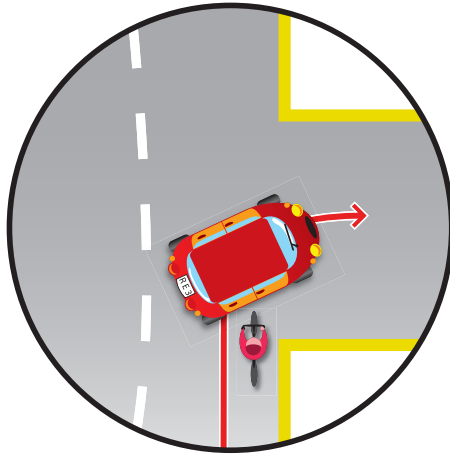


Come evitare questa collisione:

1. **Fermarsi in un punto in cui si è ben visibili.** È bene fermarsi davanti e a destra dell'auto (vedi punto "A" nella figura) e non di fianco, in modo da non farsi tagliare la strada; oppure, se non ci si trova in prossimità del semaforo ma fra due auto, è bene fermarsi davanti alla seconda auto per permettere a quest'ultima di vedere chiaramente (punto "B").
2. **Non confidare che tutti gli automobilisti utilizzino sempre e in modo corretto gli indicatori di direzione.** Agli incroci è fondamentale essere sempre vigili e comportarsi prevedendo che l'auto di fianco possa svoltare all'improvviso senza segnalarlo.

IL GANCIO A DESTRA (1° tipo)

Quando un'auto supera un ciclista in prossimità di un incrocio, potrebbe dover svoltare a destra, tagliando la strada al ciclista. Questo tipo di incidente è molto difficile da evitare perché non ci si rende conto di cosa sta accadendo fino all'ultimo momento.



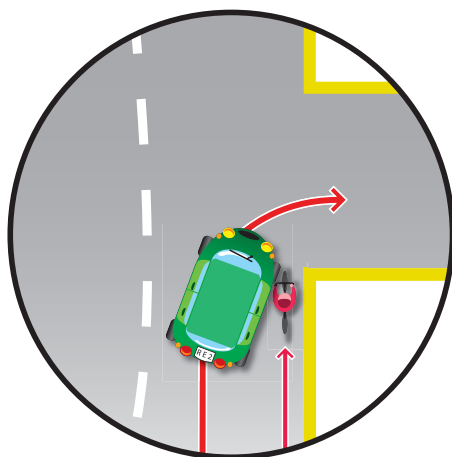
Come evitare questa collisione:

1. **Manovra di emergenza.** Compatibilmente con il tipo di traffico sulla strada, è bene che il ciclista si sposti per tempo un poco verso sinistra: in questo modo sarà più facile per l'auto vederlo.
2. **Gettare uno sguardo dietro di sé o guardare lo specchietto retrovisore.** Guardando dietro prima di arrivare all'intersezione si riesce a capire se l'auto che sta sopraggiungendo ha intenzione di superare. In ogni caso è sempre bene rallentare, in modo da potersi fermare in caso di improvvisa svolta a destra dell'automobilista che ci ha superato. **È molto utile montare uno specchietto retrovisore sul manubrio della propria bici.**

Collisione n° 5

IL GANCIO A DESTRA (2° tipo)

Quando un'auto procede lentamente il ciclista può avere la tentazione di superarla a destra, ma può succedere che durante il sorpasso l'auto svolti a destra in una laterale, un parcheggio, un passo carraio e vada addosso al ciclista.

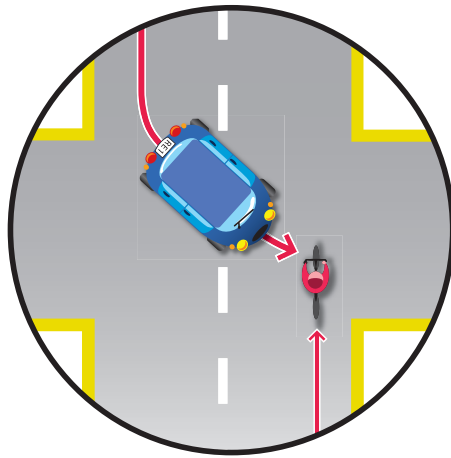


Come evitare questa collisione:

1. **MAI superare a destra.** Questo tipo di collisione è molto facile da evitare: semplicemente rispettando il Codice della Strada e non superando alcun veicolo a destra.
2. **Pedalare dietro.** Quando si è in corsa e il veicolo che ci precede si muove lentamente è necessario pedalaragli dietro, non alla sua destra (cioè non nella sua “zona cieca”).
È inoltre fondamentale tenere una distanza di sicurezza dal veicolo che ci precede sufficiente a garantirci la possibilità di frenare in tempo.
Ricordare che si sorpassa solo a sinistra!

L'INCROCIO A SINISTRA

Un'auto proveniente dalla direzione opposta, nella manovra di svolta a sinistra potrebbe investire il ciclista qualora non notasse la sua presenza.



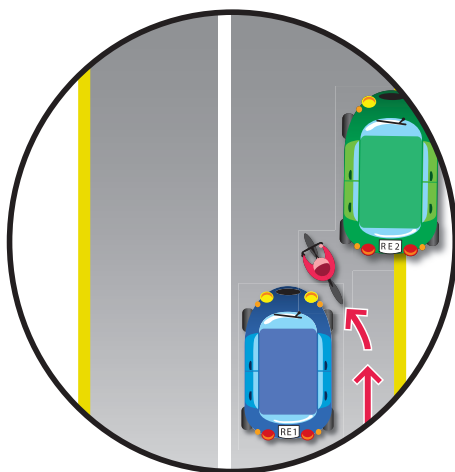
Come evitare questa collisione:

1. **Rendersi visibili.** In condizioni di scarsa visibilità accendere il fanale anteriore e posteriore. Indossare abiti dai colori sgargianti e rifrangenti.
2. **Rallentare.** Cercare il contatto visivo con il guidatore del mezzo e se non si riesce a comprenderne le intenzioni, rallentare in modo da essere in grado di fermarsi, se necessario.

Collisione n° 7

L'IMPATTO POSTERIORE (1° tipo)

Per evitare un'auto parcheggiata o un altro ostacolo sulla strada, al ciclista può succedere di cambiare direzione a sinistra rischiando così di essere urtato da un'auto che sorraggiunge alle sue spalle.

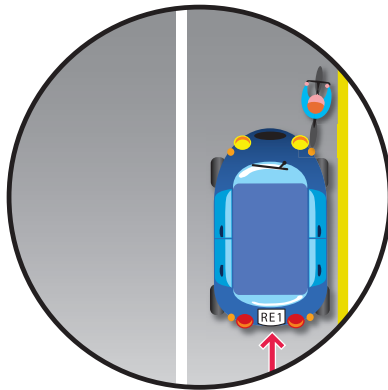


Come evitare questa collisione:

1. **Non spostarsi MAI a sinistra senza essersi girati indietro a guardare.** Alcuni automobilisti superano i ciclisti sfiorandoli appena, pertanto spostandosi anche solo di poco a sinistra ci si può immettere sulla traiettoria di un'auto. Piuttosto è meglio fermarsi e controllare chi sorraggiunge oppure verificare se c'è un passaggio alternativo.
2. **Usare uno specchietto retrovisore da manubrio.**

L'IMPATTO POSTERIORE (2° tipo)

Questo tipo di incidente è molto temuto dai ciclisti, ma non è molto comune. In ogni caso è una delle collisioni più difficili da evitare, poiché generalmente quando si pedala non si guarda dietro.

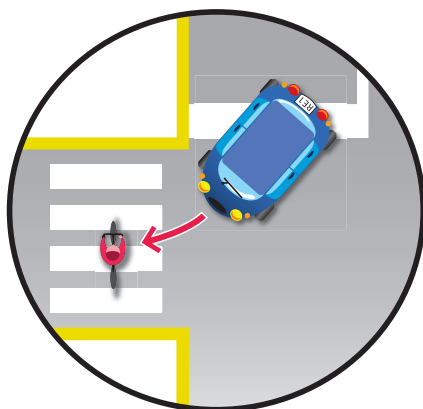


Come evitare questa collisione:

1. **Pedalarre su piste ciclabili.**
2. **Procurarsi un fanale posteriore.** Se si pedala al buio, bisogna assolutamente dotare la bicicletta di un fanale rosso posteriore, di catarifrangenti ai pedali e possibilmente vestire le fasce rifrangenti (che si possono trovare nei negozi che vendono articoli per la sicurezza sul lavoro).
3. **Quando è possibile scegliere strade ampie.** Per gli spostamenti, scegliere strade provviste di una corsia esterna sufficientemente ampia da garantire sorpassi agevoli agli automezzi.
4. **Quando è possibile scegliere strade con traffico lento.** Più il traffico è a scorrimento lento, più gli automobilisti hanno il tempo di vedere i ciclisti. Per questo è preferibile usare strade secondarie.

IN BICI SUI PASSAGGI PEDONALI

Gli automobilisti non si aspettano di trovare biciclette sugli attraversamenti riservati ai pedoni, pertanto, quando si attraversano le strisce pedonali fra due marciapiedi prestare attenzione alle auto che svoltano.



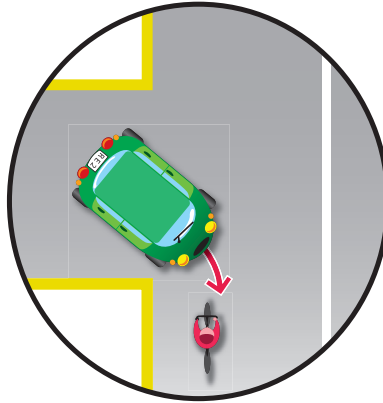
Come evitare questa collisione:

1. **Ricordarsi che la bici è un veicolo.** È bene rimanere sulla strada, usando le normali regole della circolazione veicolare.
Se si preferisce usare comunque l'attraversamento pedonale (magari per attraversare una strada particolarmente trafficata), bisogna **scendere dalla bicicletta e condurla a mano**.
I ciclisti possono rimanere in sella alla propria bici solo quando ci sono gli attraversamenti ciclabili, cioè i cosiddetti "quadrotti" di 50x50cm.
2. **Non pedalare sui marciapiedi non adibiti anche a pista ciclabile.** Anche se possono sembrare più sicuri rispetto alla strada, non si deve salire sui marciapiedi con la bici: la presenza di pedoni, passi carrai e attraversamenti può creare situazioni di rischio.

LO SCANTRO FRONTALE CONTROMANO

Pedalando contromano sul lato sinistro della strada si corrono molti rischi: un'automobilista che svolta a destra da una strada laterale, da un passo carraio o da un parcheggio controlla di solito solo il traffico proveniente dalla sua sinistra e può non vedere chi proviene da destra.

Inoltre chi percorre la strada nella direzione consentita non si aspetta di vedere marciare in senso contrario una bici e potrebbe avere tempi di reazione più lenti.



Come evitare questa collisione:

1. **Guidare nella stessa direzione del traffico, cioè, NON pedalare contromano.** Pedalare contromano potrebbe sembrare una buona idea perché si riescono a vedere le auto che sorpassano, ma non lo è. Ecco perché:
 - **pedalare contro mano è espressamente vietato dal Codice della Strada** e sono previste sanzioni;
 - **le auto** che seguono la direzione di marcia o che si immettono nel traffico da strade laterali o parcheggi e attraversano la strada (di fronte a te ed alla tua sinistra) **non si aspettano traffico proveniente dalla direzione sbagliata;**

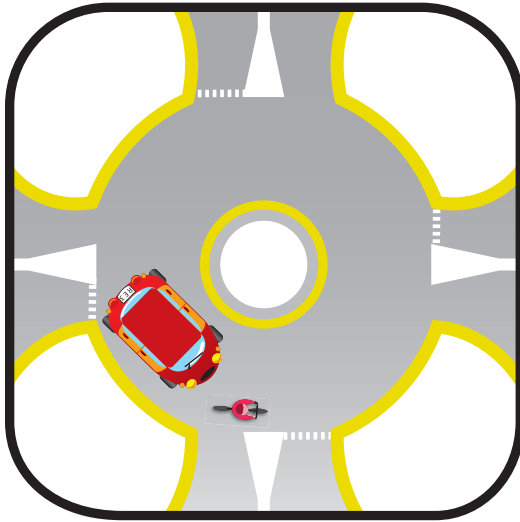


- le auto si avvicineranno ad una velocità più elevata. Se un ciclista procede a 15 km all'ora, un'auto che sorpassa da dietro a 50 km/h, si avvicina alla velocità di 35 km/h (50-15), **ma se si procede nel senso opposto le velocità si sommano (50+15)**. Poiché l'auto si avvicina ad una velocità superiore, sia ciclista che autista avranno quindi molto meno tempo per reagire e in caso di collisione le conseguenze saranno più gravi.

Nel comune di Trento le biciclette **NON** possono percorrere le strade con divieto di transito e quelle regolamentate a senso unico contromano, a meno che non sia **CHIARAMENTE INDICATO DA UN APPOSITO CARTELLO**.

LO SCANTRO NELLE ROTATORIE

Il pericolo nasce soprattutto quando all'interno di una rotatoria auto e bici non devono dirigersi verso la stessa uscita: se la bici deve continuare a percorrere la rotatoria e l'auto deve invece uscire, il ciclista corre il rischio di vedersi tagliare la strada o essere investito.



Come evitare questa collisione:

1. **Usare gli attraversamenti ciclabili (dove esistenti).** Sugli attraversamenti ciclabili e ciclopeditoni (“quadrotti”) i ciclisti hanno la precedenza. Bisogna comunque fare molta attenzione, poiché non tutti gli automobilisti conoscono questi segnali e rispettano quest’obbligo.
2. **Lasciare passare l’auto sulla propria sinistra,** controllare il traffico che si ha alle spalle e spostarsi leggermente a sinistra in modo da impedire all’auto che si ha dietro di sorpassare. Immettersi sulla rotatoria, segnalare chiaramente con il braccio la direzione che si vuole prendere, spostarsi poi verso il bordo destro, rendendosi il più possibile visibili.



APPROFONDIMENTI



Agenzia Provinciale per la Protezione dell'Ambiente

Direttore: Dott. Ing. Fabio Berlanda

Settore Informazione e Qualità dell'Ambiente

Responsabile: Dott. Paolo Fedel

Piazza Vittoria, 5

38100 Trento

telefono 0461 497739-13

fax 0461 236708

e-mail: info.qual.appa@provincia.tn.it

sito: www.appa.provincia.tn.it



Servizio Conservazione della Natura e Valorizzazione Ambientale

Dirigente: Dott. Mario Cerato



Ufficio piste ciclopedonali

Direttore: Arch. Marcello Pallaoro

Via Romano Guardini, 75

38100 Trento

telefono 0461496076

fax 0461 496055

Se ritieni questo lavoro interessante, fotocopialo e distribuiscilo liberamente.

Se lo desideri potrai richiedere il file originale scrivendo a mobilità.ciclabile@municipio.re.it oppure scaricarlo dal sito internet <http://www.comune.re.it/nuoveideeincircolazione>

La guida, libero adattamento del materiale contenuto nel sito internet <http://www.bicyclesafe.com>, è stata curata dal Comune di Reggio Emilia e dall'Associazione Tuttinbici-FIAB, avvalendosi della collaborazione della Polizia Municipale di Reggio Emilia. Si ringraziano l'autore Michael Bluejay per il permesso di riutilizzare il suo materiale e Alessandra Scotini per il prezioso lavoro di traduzione.



Rete trentina di educazione ambientale

Laboratorio Territoriale dell'Alta Valsugana
c/o Casa dei Giardinieri, Parco delle Terme di Levico
38056 Levico Terme

martedì e giovedì dalle 9:00 alle 12:00

tel e fax 0461 702263

e-mail: LT.edamb.altavalsugana@provincia.tn.it