

# Come pedali?

Consigli per il corretto uso  
della bici in città

Un progetto di



Sostenuto con i fondi  
8x1000 della Chiesa Valdese



In collaborazione con



# Perché questa guida?

Può essere utile conoscere e seguire alcuni consigli e regole sul corretto utilizzo dei propri mezzi in città per evitare sanzioni e incidenti, che possano fare male a te o agli altri utenti della strada, soprattutto se sono a piedi o in bici.



Un progetto di



Sostenuto con i fondi Otto per Mille  
della Chiesa Valdese



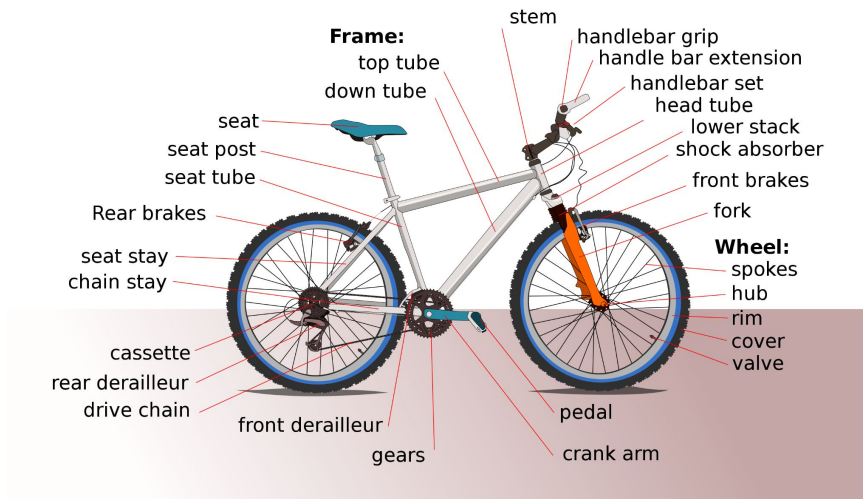
In collaborazione con



**Il mezzo**

# La bicicletta

La bicicletta è un veicolo e i riferimenti normativi indicati sono contenuti nell'**articolo 182 del Codice della Strada**, dal titolo *Circolazione dei velocipedi*.



# Biciclette a pedalata assistita

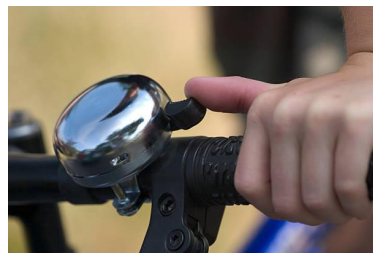
Le **biciclette elettriche o a pedalata assistita** devono avere una **potenza del motore non superiore a 0,25 kW** (lo dice il Codice della Strada).

Inoltre l'assistenza del motore elettrico è consentita fino a una **velocità massima di 25 km/h** (si rischiano sanzioni e sequestro del mezzo).



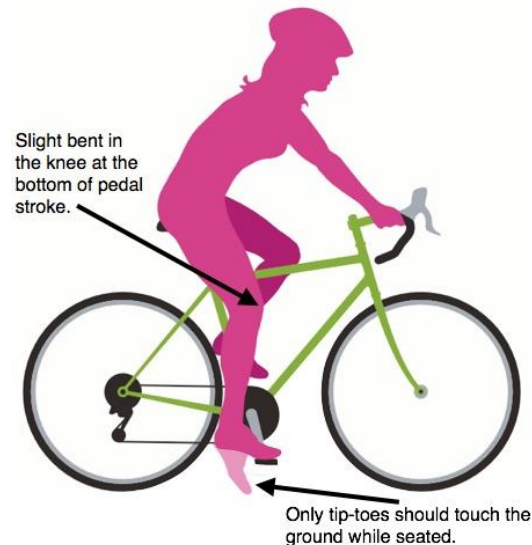
# Controlla la tua bici

- **Luci.** Sono obbligatorie sia davanti (luce bianca) che dietro (luce rossa): verifica sempre che siano cariche e ben visibili.
- **Catarifrangenti.** Sono obbligatori sui pedali, sia davanti che dietro; consigliati sui lati (sui raggi).
- **Campanello.** È obbligatorio!
- **Catena.** Ricorda di pulirla e lubrificarla: con una catena ben oliata, fai meno fatica a pedalare.



# Controlla la tua bici

- **Freni.** Verificane il corretto funzionamento.
- **Gomme.** Se gonfiate correttamente (la pressione è indicata sul bordo del copertone), fai meno fatica a pedalare.
- **Sella.** Se troppo bassa fai più fatica a pedalare. In sella devi toccare terra in punta di piedi.



**La viabilità**



# Dove puoi pedalare

## SÌ

- **Tutte le strade** e dove è presente una **ciclabile in sede propria**, è obbligatorio usarla.
- **Aree pedonali**, salvo diversa segnalazione e dando la precedenza ai pedoni e spingendo la bici se affollato.
- Strade ad alto scorrimento ma **solo sui controviai** (es. Corso Regina Margherita). È infatti vietato e pericoloso pedalare sui viali centrali.

## NO

- **Sui marciapiedi**. Se serve, conduci la bici a mano.
- **Contromano**. In Italia non è consentito e quindi è sanzionabile.
- **Sotto i portici**. Sono equiparati ai marciapiedi e quindi soggetti a sanzione.

# Dove puoi pedalare



↑ Ciclabile in sede propria  
(anche qui mantenere la destra!)

← Indicazione di area pedonale



↑ Indicazione di senso vietato

# Strade a priorità ciclabile

Sono strade con limite di velocità a 20 o 30 km/h. Hanno apposita segnaletica verticale e orizzontale e prendono il nome di “**Strade ciclabili**”.

Su queste strade **le biciclette hanno la precedenza** sugli altri veicoli.



Un progetto di



Sostenuto con i fondi Otto per Mille della Chiesa Valdese



In collaborazione con



# Attraversamenti ciclabili e ciclopedonali

Hai la precedenza rispetto a chi è in auto, ma fai sempre attenzione e riduci la velocità in prossimità degli incroci.

Esistono due tipi di attraversamenti:

- **ciclopedonali** (bici + pedoni). Sono quadrati affiancati alle strisce pedonali: qui fai attenzione a chi è a piedi.
- **ciclabili** (solo bici). Sono tratti compresi tra due file di quadrati.



Attraversamento ciclopedonale



Attraversamento ciclabile

# Case avanzate

Sono di colore rosso e si trovano davanti all'incrocio.

È **uno spazio fatto apposta** per ripartire prima, in maniera agevolata, essere più visibili e non respirare direttamente i gas di scarico delle auto.

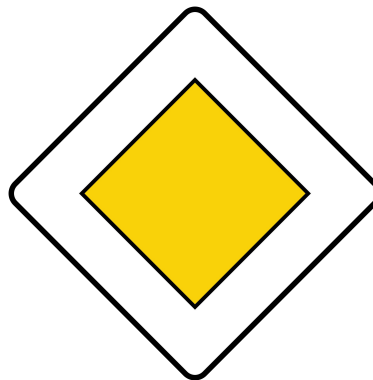
Ricorda sempre, soprattutto in assenza di case avanzate, di **rispettare l'attraversamento pedonale**.



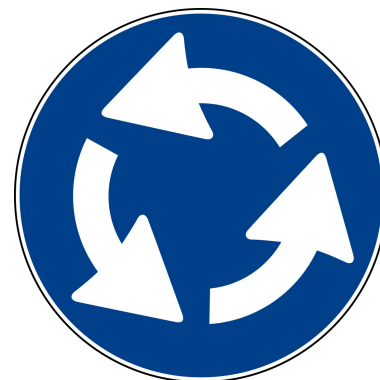
# Precedenza

Lungo una strada **senza ciclabili**, e in assenza di semafori o stop, ricorda sempre di **dare la precedenza a chi arriva da destra** se non diversamente indicato (es. strade con diritto di precedenza).

Nelle **rotonde**, la precedenza va data a sinistra, ossia a chi è già nella rotonda.



Simbolo di strada con diritto di precedenza



Simbolo di rotatoria

# Principali cartelli stradali



**Stop**

(è obbligatorio fermarsi)



**Divieto di accesso**

(indica che sei **contromano**,  
mentre il traffico in senso inverso è autorizzato)



**Divieto di transito**

(abbinato ad altri cartelli che indicano quali  
veicoli sono vietati, in entrambi i sensi di marcia)



**Senso unico**

(indica la direzione di marcia)



**Dare precedenza**

(sia cartello verticale, sia disegnato a terra)



**Attraversamento ciclabile**

**Alcune norme di sicurezza**



# Distanza di sicurezza dalle portiere

Il Codice della Strada indica di viaggiare a destra, ma per la tua sicurezza **mantieni una distanza dalle auto parcheggiate** tale da evitare la collisione in caso di apertura improvvisa delle portiere.

Se le condizioni lo richiedono (auto in doppia fila, buche, binari, ecc.) spostati un po' più a sinistra.



# Indica la svolta

## Usa le braccia

(destra o sinistra)  
per avvisare della  
tua **svolta** gli altri  
utenti della  
strada, che  
stanno dietro o  
davanti a te.

Puoi segnalare la  
**sosta** alzando il  
**braccio in alto**.



# Parcheggia in sicurezza

Valuta l'uso di **una o più catene o lucchetti**.

I lucchetti più sicuri sono quelli a U (U-lock).

Per evitare furti, lega il **telaio e le ruote**, possibilmente entrambe, soprattutto se hanno lo sgancio rapido!



Lucchetto a U correttamente agganciato

# Parcheggia in sicurezza

**Gli archetti sono più sicuri** e si evita di intralciare il passaggio pedonale.

Meglio parcheggiare qui perché sono saldati al terreno in più punti rispetto ai pali.

Se assenti, parcheggia **senza intralciare** marciapiedi o strisce pedonali.



# In caso di incidente

Nel caso in cui si verificasse un incidente:

- Chiamare il numero unico d'emergenza (**112**)
- Compilare il **CID** con una versione condivisa dell'incidente
- Cercare eventuali **testimoni** e segnarsi i riferimenti telefonici
- Scambiarsi i **contatti** con chi ci ha investito per eventuali problemi successivi
- **Non scappare** (se si investe qualcuno):  
**è obbligatorio prestare soccorso!**



# Buone pedalate e buon lavoro!



Per maggiori informazioni o domande, scrivi a:  
[info@bikepride.net](mailto:info@bikepride.net)

Un progetto di



Sostenuto con i fondi  
8x1000 della Chiesa Valdese



In collaborazione con

