



**Sicuri su
due route!**

Andare in bicicletta con sicurezza!

Non importa se con la bicicletta andate a scuola, al lavoro o solo in giro, in ogni caso la sicurezza è sempre al primo posto. Noi vi diamo un paio di consigli riguardo l'equipaggiamento e che cosa è prescritto dalla legge.



Tutti in sella!

In Svizzera la bicicletta è un mezzo di trasporto molto diffuso. Lo usano regolarmente più di tre milioni di svizzeri. Alcuni la utilizzano effettivamente per spostarsi e raggiungere un determinato luogo, altri per fare attività sportiva. È anche vero che purtroppo ogni anno si verificano più di 25 000 incidenti, in parte causando gravi lesioni alla testa.

Suggerimenti sul comportamento da tenere nel traffico stradale

- Prima di spostarvi nella carreggiata, curvare o sorpassare fate un cenno con la mano e guardate dietro di voi.
- Nel traffico stradale non circolate l'uno accanto all'altro.
- Mantenete una distanza sufficiente da garantirvi il tempo necessario per reagire quando chi è davanti a voi frena improvvisamente.
- Considerate l'angolo morto di automobili ed autocarri.
- Applicare le regole della precedenza e non insistete con chi è alla vostra destra.
- Circolate in modo previdente evitando frenate d'emergenza, in particolare su fondo bagnato.

Su www.bfu.ch trovate queste e molte altre utili informazioni nonché consigli per la vostra sicurezza.

- Acquistate un casco da bici omologato EN 1078.
- Preferite il materiale rifrangente.
- Provate il casco prima di acquistarlo.
- Pulite il casco con acqua e sapone.
- Dopo un urto violento sostituite il casco.



Disposizioni legali

- 1 **Sistema d'illuminazione** continua (non lampeggiante), luce anteriore bianca e luce posteriore rossa, fissa o amovibile, visibile di notte in condizioni di bel tempo da una distanza di 100 metri. È possibile montare sulla bicicletta o indossare (ad esempio al braccio) fonti luminose supplementari lampeggianti.
- 2 **Catarifrangenti** (o pellicole rifrangenti), anteriore bianco e posteriore rosso, fissi, con una superficie riflettente minima di 10 cm², anch'essi visibili da una distanza di 100 metri.
- 3 **Pneumatici** o gomme di elasticità analoga che non lascino intravedere la tela.
- 4 **Freni** per la ruota anteriore e la ruota posteriore.
- 5 **Pedali** muniti di catarifrangenti gialli anteriori e posteriori con una superficie riflettente minima di 5 cm² (fanno eccezione i pedali da corsa, di sicurezza e simili).
- 6 **Lucchetto**, cavo di sicurezza o altro sistema antifurto.
- 7 **Campanello** ben udibile (fanno eccezione le biciclette di un peso a vuoto fino a 11 kg). Altri dispositivi sono vietati.
- 8 **Contrassegno** ben visibile.

Come indossare correttamente il casco affinché garantisca protezione!



Il bordo anteriore deve arrivare due dita sopra la radice del naso.

Tendere adeguatamente i passanti laterali. Spazio per un dito tra mento e cinturino.

Il casco è sicuro quando calza perfettamente. Buona pedalata!

Jumbo-Markt AG
Industriestrasse 34
Casella postale 222
CH-8305 Dietlikon
Svizzera

Tel.: +41 (0)44 805 61 11
Fax: +41 (0)44 833 10 10
E-mail: info@jumbo.ch

Trovate altri consigli & suggerimenti
su www.jumbo.ch

