

Règles et dangers d'activités véhiculaires

Règles de sécurité pour la marche et le jogging

En l'absence de trottoir, marchez du côté gauche du chemin, face à la circulation, le plus éloigné que possible de la voie de circulation de la route.

- Ne jouez pas près de voitures stationnées; jouez dans un endroit sûr à l'écart de la circulation.
- Ne jouez pas sur la chaussée.
- Regardez de tous les côtés avant de traverser la rue.
- Lorsque vous traversez un chemin, faites toujours un arrêt avant la bordure du trottoir.
- Faites un arrêt aux entrées de cour.
- Traversez aux endroits contrôlés par un feu de circulation ou un passage pour piétons bien identifié, ou à un endroit sécuritaire (en campagne).
- Ne traversez pas entre des voitures stationnées.
- Assurez-vous que les conducteurs vous voient avant de traverser.
- Traversez uniquement quand la circulation est entièrement immobilisée.
- Respectez les panneaux de signalisation et les feux de circulation.
- Pointez le bras pour signaler votre volonté de traverser le chemin.
- Ne portez aucun matériel distrayant, tel que des écouteurs, lorsque vous traversez une route.
- Portez des vêtements voyants le soir.

Règles de sécurité pour les déplacements en voiture

- Tous les occupants du véhicule doivent boucler leur ceinture de sécurité ou être assis dans un siège d'auto approprié.
- Pour vous protéger, les ceintures de sécurité doivent être portées correctement. Assurez-vous que la ceinture diagonale repose sur votre épaule et en diagonale sur votre poitrine (pas sur votre cou ou votre visage), et qu'elle traverse sur les hanches (pas sur votre estomac).
- Ne positionnez jamais la partie diagonale de votre ceinture de sécurité derrière votre dos.
- Les enfants de moins de 8 ans doivent être assis dans un siège d'auto ou un siège rehausseur.
- Si vous avez moins de 13 ans, l'endroit le plus sécuritaire où prendre place est sur le siège arrière, à l'écart des coussins gonflables avant.
- Ne partagez jamais une ceinture de sécurité avec une autre personne; une personne, une ceinture de sécurité.

Règles de sécurité pour le cyclisme

- Portez un casque correctement ajusté et positionné (voir Annexe 3 : Port approprié d'un casque)
- Traversez les passages piétonniers en marchant à côté de votre vélo.
- Traversez les passages à niveau perpendiculairement aux rails.
- Circulez sur les trottoirs ou les sentiers uniquement aux endroits permis.
- Ne circulez pas sur les rues achalandées.

Règles et dangers d'activités véhiculaires

Règles de sécurité pour le cyclisme

- Arrêtez à tous les panneaux d'arrêt.
- Arrêtez complètement à toutes les intersections, telles qu'entrées de cour, trottoirs, sentiers ou chemin, afin de vous assurer que la voie est libre. Regardez à gauche, à droite et de nouveau à gauche.
- Connaissez et employez les signaux manuels exacts (voir Annexe 3).
- Concédez le droit de passage aux piétons.
- Voyez et soyez vu au moyen de réflecteurs et le port de vêtements réfléchissants.
- Portez des chaussures à avant fermé.
- Dotez votre vélo d'une lumière et d'une clochette.
- Circulez sur le côté du chemin, dans le même sens que la circulation.
- Circulez en file indienne lorsque vous vous déplacez avec des camarades.
- Soyez vigilant, regardez où vous allez, soyez à l'affût de tout danger devant.
- Utilisez un vélo qui convient à votre taille.
- Entretenez bien votre vélo et soumettez-le à des inspections de sécurité périodiques.
- Ne portez ni écouteurs ni tout autre matériel distrayant.

Règles de sécurité pour les véhicules tout-terrain (VTT)

- Circulez sous la surveillance d'un adulte.
- Portez un casque correctement ajusté et positionné correctement sur votre tête.
- Ne circulez jamais sur la voie publique.
- Ne transportez aucun passager.
- Portez de l'équipement de protection (bottes, gants, pantalons longs, protection pour les yeux).
- Respectez les règlements de la zone à VTT locale.
- Manœuvrez conformément à votre niveau de compétence.
- Circulez durant les heures ensoleillées afin d'assurer la meilleure visibilité possible.
- La vitesse excessive, surtout sur les pentes et dans les courbes, provoque le capotage des VTT.

Règles de sécurité pour les motoneiges

- Portez un casque correctement ajusté et positionné correctement sur votre tête à chaque fois que vous circulez en motoneige.
- Connaissez et employez les signaux manuels exacts.
- Lorsque vous traversez un chemin, soyez prudent et traversez toujours perpendiculaire à la circulation.
- Dans la mesure du possible, empruntez toujours des pistes de motoneige.
- Circulez toujours sur le côté droit de la piste.

Règles et dangers d'activités véhiculaires

Règles de sécurité pour les motoneiges

- Manœuvrez conformément à votre niveau de compétence.
- Portez un équipement de protection qui recouvre vos yeux et votre corps.
- Respectez les règlements de la zone à motoneiges locale.
- Circulez sous la surveillance d'un adulte.
- Habillez-vous convenablement pour les conditions météo.
- Laissez toujours un adulte savoir où vous planifiez aller et quand vous prévoyez revenir.
- Apportez un téléphone cellulaire.
- Portez des vêtements réfléchissants le soir.
- Assurez-vous de disposer d'une carte et de suffisamment de carburant pour le voyage.
- Portez des couches de vêtements chauds.
- Apportez une trousse de premiers soins, de la nourriture supplémentaire et de l'eau.

Règles de sécurité pour la planche à roulettes

- Portez un casque correctement ajusté et positionné correctement sur votre tête.
- Respectez le Code de la route.
- Ne circulez jamais sur la voie publique.
- Assurez-vous que tout votre équipement est en bon état.
- Portez de l'équipement de protection supplémentaire, dont des protecteurs pour les poignets, des coudières et des genouillères.
- Manœuvrez conformément à votre niveau de compétence.
- Ne portez ni écouteurs ni tout autre matériel distrayant.
- Ne circulez pas le soir ou dans des conditions humides.
- Soyez vigilant, regardez où vous allez, soyez à l'affût de tout danger devant.