PROTÉGEZ-VOUS !

En 2RM, l'équipement joue un double rôle de protection : contre les conséquences d'une chute et pour vous garder le meilleur confort face aux conditions météorologiques.

Il est donc essentiel d'utiliser des **équipements adaptés** : chauds pour l'hiver, étanches pour la pluie, aérés pour l'été, à haute visibilité de nuit... Prévoyez aussi des lunettes de soleil ou un écran pare-soleil pour le soleil rasant du matin et du soir.

Parce qu'on ne peut pas tout anticiper, pensez à votre sécurité : **portez en permanence un casque** (de préférence intégral), une veste ou un blouson **avec des renforts**, des **gants**, un pantalon ou sur-pantalon, des **bottes ou bottines**. Cet équipement de protection doit être revêtu **en toutes circonstances**. Si vos fonctions exigent une tenue incompatible avec la conduite, prenez le temps de vous changer en arrivant au travail.

Il est particulièrement important de **protéger vos organes vitaux** : la tête, mais aussi la colonne vertébrale et le torse.
Outre le casque, il est recommandé de porter une protection dorsale efficace, à savoir une coque homologuée selon la norme ECE 1621-2. Mieux encore, le gilet airbag protège tout le torse et le dos en cas de chute.

crédit images : shutterstock.com

Ne pas jeter sur la voie publique

MIEUX CONDUIRE EN MILIEU URBAIN

Votre priorité doit être d'**adopter une conduite dite «défensive»**, fondée sur l'anticipation. Il faut essayer de tout **détecter, analyser et prévoir**.

ANTICIPER, C'EST :

- Prévoir si un véhicule va déboîter ou tourner, en **observant** son conducteur et l'orientation de ses pneus avant,
- se dire, en approchant d'un feu, même au vert, qu'un autre véhicule peut franchir le carrefour,
- **garder un oeil vigilant** sur les véhicules qui vous entourent (devant, derrière, à gauche, à droite) d'où l'importance de **rétroviseurs bien réglés** et d'un **regard mobile**,
- savoir se mettre **à temps sur la bonne file** quand on sait que l'on va bifurquer et **prévenir de sa manoeuvre** avec le clignotant et un contrôle visuel direct (un automobiliste comprendra encore mieux votre intention de changer de file si vous tournez la tête car il n'aura peut-être pas vu votre clignotant…),
- **adapter sa vitesse** aux circonstances et à la densité de la circulation.
- **alterner le regard posé loin** afin d'anticiper un ralentissement (et éviter un freinage d'urgence) **et le regard posé près,** surveillant les véhicules les plus proches.
- **Contrôlez**, contrôlez toujours visuellement, vérifiez votre **angle mort**, tournez la tête !
- Ne roulez jamais au-delà de la vitesse à laquelle vous vous sentez capable de réagir à n'importe quelle éventualité.

POUR ALLER PLUS LOIN :

La CASIM peut être considérée comme une **école supérieure de formation permanente de la sécurité routière,** où les motards peuvent se **perfectionner**, acquérir les automatismes indispensables face aux dangers de la route, mais également des notions de **mécanique,** d'entretien de leur machine, de **secourisme**, etc... à un **tarif associatif** à raison de **55€ pour une adhésion annuelle.**

PLUS D'INFORMATIONS SUR :
www.casim-france.fr
www.c77.casim-france.fr
www.c78.casim-france.fr

LA **CASIM** ŒUVRE POUR VOTRE **SÉCURITÉ**

La Chaîne d'Amitié pour la Sécurité et l'Information des Motards (CASIM) est une **association** créée en 1981 ayant pour vocation la prévention des accidents et la **sécurité des motards** par l'**information, l'éducation et la formation.**

A travers cette plaquette d'information aux utilisateurs de deux-roues motorisés, nous souhaitons **oeuvrer pour une meilleure sécurité dans tous vos déplacements**, domicile-travail ou loisirs, à moto ou à scooter.

LA LÉGISLATION SUR LES DEUX-ROUES MOTORISÉS

CE QUI EST OBLIGATOIRE POUR LE CONDUCTEUR :

Dès que vous êtes assis sur votre 2RM sur la voie publique avec le moteur en route, vous devez **porter en permanence un casque de moto homologué**, conforme à la norme européenne ECE 22-05 (voir étiquette blanche à l'intérieur du casque), doté de **quatre autocollants réfléchissants** disposés sur les quatre faces du casque. Votre casque doit obligatoirement **être à votre taille**, avec la **sangle de jugulaire fermée**.
Le non-respect de ces obligations est passible d'une amende de 135 euros avec perte de deux points sur le permis de conduire.

A partir de janvier 2016, tout utilisateur d'un 2RM a l'obligation de détenir un **gilet de haute visibilité** et de le porter à l'arrêt en en situation d'urgence afin d'améliorer sa visibilité.
Le non-respect de cette obligation est passible d'une amende de 11 € pour non détention et de 135 € en situation d'urgence.

CE QUI EST OBLIGATOIRE POUR LES MOTOS ET LES SCOOTERS :

Vous devez rouler avec le **feu de croisement allumé en permanence**. Votre machine doit par ailleurs comporter :

- au moins **un rétroviseur à gauche** (mais la présence des deux est évidemment recommandée),
- une **plaque d'immatriculation conforme et lisible,**
- un **dispositif réfléchissant** à l'arrière,
- un **pot d'échappement homologué**,
- des pneus avec des **dessins de plus de 1 mm de profondeur**.

RENDEZ-VOUS VISIBLE !

Plus de la moitié des accidents impliquant un 2RM interviennent en intersection et dans 60% des cas, sont dus à une mauvaise perception du deux-roues par l'automobiliste. Il est donc vital de **se rendre visible** par le plus grand nombre et de faire preuve d'une **conduite lisible**.

SUR LA MACHINE :

Vérifiez quotidiennement que vos **feux et clignotants** avant et arrière soient **en état de marche,** et que **votre feu de croisement** soit **allumé en permanence.**

SUR LE CONDUCTEUR :

Pour être plus **visible sur la route**, vous pouvez porter un équipement (casque, gilet, sac à dos, bottes, veste, pantalon, etc...) de **couleur claire ou à haute visibilité** (HV - jaune ou orange), ou encore doté de **zones rétro-réfléchissantes**.

SUR LA ROUTE :

- Ne jamais rester dans l'angle mort du véhicule précédent,
- toujours **rouler en décalé**, de manière à voir le visage du conducteur du véhicule précédent dans son rétroviseur,
- ne jamais entreprendre de manoeuvre avant d'être **certain d'avoir été vu**,
- ne pas faire de changement de direction brusque et sans l'avoir signalé au préalable (mettre son clignotant et tourner la tête),
- tourner la tête pour **vérifier** les alentours dès qu'on veut changer de trajectoire ou de placement sur la route ;
- se méfier **des véhicules à grand gabarit** (camions, bus, camionnettes) du fait de leur manque de visibilité arrière et de leur important porte-à-faux qui les fait se déporter avant de tourner, conserver de **grandes distances de sécurité.**

LA DISTANCE DE SÉCURITÉ

L'écart avec le véhicule qui vous précède doit vous permettre de **vous arrêter totalement sans percuter ce véhicule**. Cela implique de garder un écart de **deux secondes minimum**.
Comme moyen de repère, visualisez un point fixe sur la route (panneau, poteau, marquage, bâtiment) et quand le véhicule précédent passe à sa hauteur, articulez « une se-con-de, deux se-con-des ».
Si vous avez fini de parler quand vous passez à la hauteur du repère, vous êtes à bonne distance. Sinon, laissez un écart plus important.

FACILITEZ-VOUS LA ROUTE !

Les trajets quotidiens entre le domicile et le lieu de travail sont ceux sur lesquels se produisent la plupart des accidents de 2RM. Pourquoi ?

A CAUSE DU MANQUE DE VIGILANCE :

En deux roues, l'habitude tue ! Essayez de **varier vos trajets**, de ne pas prendre tout le temps le même chemin. Si possible, utilisez votre machine pour d'autres trajets, utilitaires ou de loisirs.
Apprenez à **rester vigilant en toutes circonstances**.

A CAUSE DU MANQUE DE CONCENTRATION :

Une seconde d'inattention peut provoquer un accident dans une situation imprévue. Le matin, vous n'êtes pas toujours bien réveillé, peut-être en retard, pressé d'arriver à l'heure. Le soir, vous êtes sans doute fatigué, pressé de rentrer. Peut-être aussi prenez-vous des médicaments qui génèrent de la somnolence, signalés par un pictogramme jaune, orange ou rouge sur la boîte. Vos soucis, personnels ou professionnels, influent également sur votre capacité de concentration. Tout cela joue sur la qualité de votre conduite. Il faut en être conscient et **adapter votre allure.**

Bien entendu, **la consommation d'alcool, de drogues douces ou dures** dégrade encore plus vos capacités de réaction, le sens de l'équilibre, le champ visuel… **La conduite d'une moto ou d'un scooter est trop exigeante pour se permettre de ne pas mettre toutes les chances de votre côté !**