

MÉMENTO DU PIÉTON AVISÉ

ZONE

ZONE PIÉTONNE
Les enfants peuvent jouer sans danger ET MOI déambuler sans risque.


ZONE MIXTE
Je suis donc **PRIORITAIRE SANS GÊNER** les véhicules.


NOUS SOMMES EN SÉCURITÉ SANS VÉHICULES SUR CE CHEMIN.

je vois LA VIE EN BLEU




JE PARTAGE le chemin, l'aire de circulation AVEC LES CYCLISTES.


LE CYCLISTE EST AUTORISÉ À ROULER AU PAS EN ACCORDANT LA PRIORITÉ AUX PIÉTONS.

Vous êtes retraité-e et souhaitez vous joindre à nos activités, contactez-nous sur notre site: <https://conseil-des-anciens.ch>



MÉMENTO

DU PIÉTON AVISÉ

DES **RÈGLES**, DES **CONSEILS** ET DES **ASTUCES** POUR VOTRE **SÉCURITÉ**



MARCHER EST BON POUR LA SANTÉ

La présente plaquette souhaite vous apporter, quel que soit votre âge, conseil et astuces en vue d'améliorer votre sécurité et de garder votre mobilité, facteurs d'une vie agréable.





LES RÈGLES D'OR DU PIÉTON

En traversant la rue...

- ne pas s'élaner à l'improviste ou en se précipitant, même pour attraper un transport public
- respecter le feu rouge, attendre qu'il passe au vert, même si l'attente est longue
- rester prudent, ne pas se laisser distraire, y compris par son téléphone portable
- regarder à gauche et à droite pour s'assurer qu'aucun véhicule n'arrive
- emprunter les passages piétons situés à moins de 50 mètres, même si cela nécessite un détour
- traverser si possible en groupe afin de ne pas gêner le trafic
- évaluer la distance et la vitesse des véhicules, chercher le contact visuel avec le conducteur, afin qu'il puisse s'arrêter à temps
- se méfier, lorsqu'un véhicule s'arrête, qu'un autre ne soit pas en train de le dépasser
- se rappeler, si la route est coupée par un îlot central, que chaque tronçon est un passage indépendant
- faire attention aux passages piétons traversant les voies de tram : le piéton n'a pas la priorité.



En marchant sur le trottoir...

- marcher le plus éloigné possible de la chaussée
- être attentif sur les trottoirs partagés aux autres usagers, piétons, trottinettes, cyclistes, planches à roulettes et autres
- veiller aux lignes de guidage et marquages tactiles au sol qui sont une aide pour malvoyants; elles peuvent être glissantes
- bien regarder où l'on marche, faire attention à la qualité de la chaussée et des revêtements, aux dénivelés ou aux trous
- savoir que le piéton est prioritaire sur un trottoir traversant situé à la sortie de parkings, de garages

JE SUIS UN PIÉTON AVISÉ

Les parcours sont de plus en plus semés d'embûches pour les piétons, confrontés à un nombre croissant de voitures, motos, vélos, trottinettes, planches à roulettes et engins en tout genre.

Tous les usagers, et surtout les plus vulnérables, doivent trouver leur place sur la voie publique pour pouvoir se déplacer en toute sécurité!

Les trottoirs partagés avec voie cyclable, les itinéraires pour cyclistes dans les parcs ou encore les lignes de guidage pour malvoyants sont autant de nouvelles règles à respecter avec lesquelles nous devons nous familiariser.

Cela demande plus d'attention.

Après s'être préoccupé de la cohabitation entre piétons et cyclistes, le Conseil des Anciens s'est penché sur la question des piétons.

ou de ruelles; ils sont reconnaissables à leur bordure abaissée

- ne pas hésiter à demander ou à offrir de l'aide
- à défaut de trottoir, longer le bord gauche de la chaussée, à moins que des circonstances particulières ne s'y opposent.

En avançant en âge, quelques recommandations...

- continuer à marcher régulièrement, même en situation de vulnérabilité
- adapter sa marche à sa situation, ses possibilités, ses limites et ses craintes
- choisir les moments propices pour ses déplacements, si possible en dehors des heures de pointe, prévoir assez de temps, tenir compte de sa fatigue
- respecter les autres usagers de l'espace public, surtout s'ils sont plus vulnérables
- ne pas hésiter à chercher des alternatives plus sûres, même si elles prennent plus de temps que l'itinéraire habituel

- choisir et planifier les lieux de destination et les meilleurs trajets, selon les conditions (éclairage, météo)
- éviter les parcours dangereux, évaluer les risques, recourir aux moyens d'orientation, cartes, plans de ville, y compris sur téléphone portable
- prévoir des arrêts, ne pas hésiter à faire une pause pour souffler, s'asseoir sur un banc
- combiner judicieusement les différents moyens de déplacement
- prendre si nécessaire un transport public ou se faire véhiculer.

Et pour la randonnée...

- ne pas s'encombrer
- placer son téléphone portable, sa lampe de poche, la liste des médicaments que l'on prend, de préférence sur soi, dans un sac à bandoulière, un sac à dos ou une banane.



Un passage piéton protégé peut cacher un cycliste pressé!

Je marche régulièrement.
J'ai de bonnes chaussures.

Je prends le tram,
le bus ou le train.

Je regarde bien
où je pose les pieds.

Je traverse au passage.



Bravo tu as bien retenu
les Conseils Des Anciens!

