



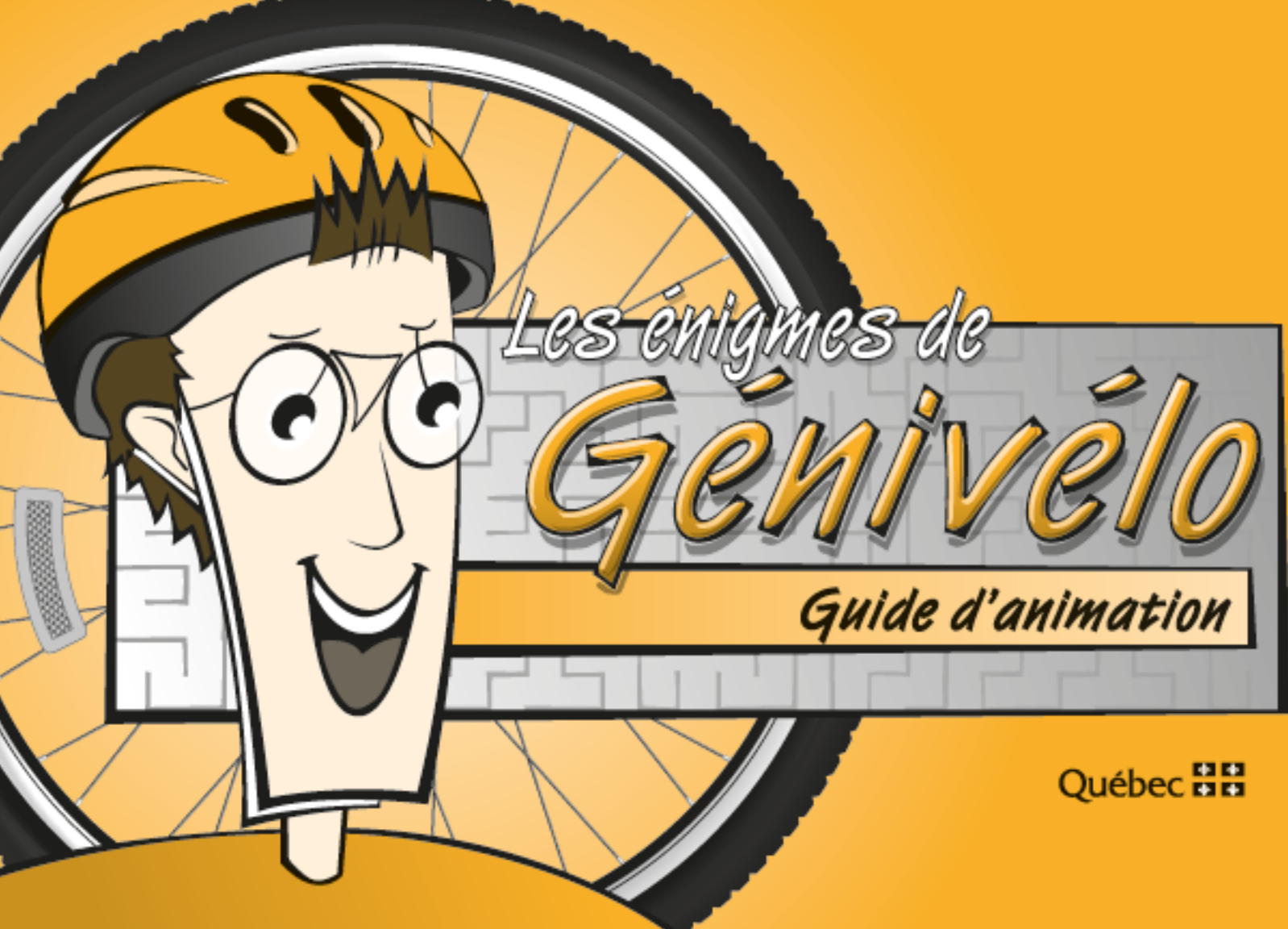
*Les énigmes de*

# **Génivélo**

*Guide d'animation*

Québec 





*Les énigmes de*

# **Génivélo**

*Guide d'animation*

Québec 





# Les énigmes de Génivélo

## Table des matières

Présentation .....	6
Déroulement .....	6
Des suggestions .....	6
Matériel disponible .....	7
Matériel à prévoir .....	7
Au sujet du matériel .....	7
Rôle de l'animateur .....	8

## Les animations

La signalisation routière .....	9
Énigme : Le devoir de Yan .....	11
La visibilité à vélo comme en auto .....	12
Énigme : Catherine, l'apprentie mécano .....	13
Le port du casque .....	14
Énigme : Fragile comme un œuf .....	16
Les règles de circulation .....	17
Énigme : Le jeu des vrais ou faux de Karine .....	18
Le code gestuel .....	19
Le parcours de Guillaume .....	20
Énigme finale : Où va Alexandre? .....	21
Activités complémentaires :	
Balade à vélo .....	22
Circuit dans une zone protégée .....	23
Animation supplémentaire .....	25



# Les énigmes de Génivélo

## Présentation

Ce matériel est destiné aux policiers et aux patrouilleurs qui veulent sensibiliser les jeunes de sept à douze ans aux règles de sécurité à vélo. Il peut également être prêté, par l'entremise des services de police, aux professeurs, bénévoles, clubs optimistes ou à tout groupe qui se préoccupe de la sécurité des enfants à bicyclette. Son objectif premier est d'initier les jeunes à la circulation à vélo dans une ambiance détendue.

Le matériel a été conçu pour aider le jeune à acquérir les connaissances théoriques et pratiques utiles pour circuler à vélo prudemment. L'animateur s'en sert pour présenter l'information et susciter un questionnement à partir d'énigmes à résoudre.

Cinq thèmes sont abordés :

- la signalisation routière,
- la visibilité – à vélo comme en auto,
- le port du casque,
- les règles de circulation à vélo,
- le code gestuel.

## Déroulement

L'animateur explique le contenu de son matériel et demande aux jeunes de répondre aux questions liées à l'énigme. Aux plus jeunes (de 7 à 9 ans), l'animateur peut lire les énigmes. Les plus vieux (de 10 à 12 ans) les lisent individuellement et répondent aux questions.

L'animateur commente les réponses et donne les explications nécessaires.

S'il en a le temps, il peut organiser un circuit fermé ou une randonnée à vélo. Voir le *Guide d'organisation d'une randonnée à vélo avec des jeunes* disponible sur le site Web de la SAAQ à [saaq.gouv.qc.ca](http://saaq.gouv.qc.ca).

Avant de partir, il remet aux enfants le *Petit guide de Génivélo*.

### Manque de temps pour la tenue d'une activité complète?

Il est possible de procéder à l'animation uniquement à partir d'un ou de plusieurs thèmes choisis.

## Des suggestions

- Nous vous encourageons à organiser un circuit fermé à la fin de l'animation. Cela permettra aux jeunes de mettre en pratique ce qu'ils viennent d'apprendre.
- Un tirage peut être organisé parmi tous les participants. Vous pouvez aussi prévoir un petit cadeau à remettre à chaque enfant. Certains objets, comme une bande réfléchissante qui retient le bas du pantalon, ne coûtent pas cher lorsqu'ils sont achetés en grande quantité. Des détaillants locaux de vélos pourraient être intéressés à commanditer votre activité et à donner des prix.

### ***Matériel disponible***

Guide d'animation

Présentation PowerPoint

Feuillet d'énigmes à résoudre

Petit guide de Génivélo

Affiche *J'apprends à rouler en sécurité*

### ***Matériel à prévoir***

1. Un casque (pour le stand sur le port du casque). De plus, tous les animateurs qui apportent leur vélo doivent avoir aussi leur casque!
2. Un crayon pour chaque jeune. Encouragez les jeunes à apporter leur propre crayon!
3. Des vélos. Bien qu'aucun thème n'exige l'utilisation de vélos, nous croyons que les animateurs devraient utiliser le plus possible des vélos dans leurs démonstrations.
4. Des plats et des œuf frais, pour le stand sur le casque (facultatif).
5. Des prix de participation, si vous organisez un tirage.

## ***Au sujet du matériel***

### **Qui est responsable du matériel?**

Les services policiers sont responsables du matériel. Les partenaires qui veulent l'emprunter doivent le retourner après utilisation. Ils peuvent également s'adresser à la Société de l'assurance automobile du Québec pour l'obtenir.

### **D'autres organismes peuvent-ils commander du matériel? Combien cela coûte-t-il?**

Seuls les services de police peuvent commander du matériel, qui leur est remis gratuitement par la Société de l'assurance automobile du Québec.

### **Y a-t-il des outils de sensibilisation parmi le matériel?**

Le matériel peut évoluer au cours des années. Vérifier ce qui est disponible auprès de la Société de l'assurance automobile du Québec. En outre, depuis quelques années, la Société envoie aux responsables des services policiers des casques de vélo à faire tirer. Le nombre de casques est déterminé en fonction des activités prévues et à l'intention unique des policiers.



# Rôle de l'animateur

L'animateur présente de façon dynamique le contenu de la présentation PowerPoint à l'aide du guide d'animation. Il pose des questions aux enfants et les amène à réfléchir aux conséquences de leurs actes lorsqu'ils prennent des risques à vélo. Il familiarise les jeunes aux différentes règles de circulation à vélo ainsi qu'à la signalisation. Une dernière énigme est prévue pour les plus vieux (de 10 à 12 ans) : « Où va Alexandre? » L'animateur peut demander aux plus vieux de résoudre l'énigme finale à la fin de son animation.

## Suggestions pour l'animation

**Présentez** les cinq thèmes. Au besoin, expliquez brièvement ce qu'on apprendra :

- la signalisation routière (la signalisation routière n'est pas un code secret, il faut connaître la signification des panneaux (quand on circule à vélo);
- la visibilité (être visible et être vu, qu'est-ce que cela veut dire?);
- le port du casque (pourquoi on porte un casque?);
- les règles de circulation à vélo (à vélo comme en auto, il y a des règles à respecter);
- le code gestuel (il faut signaler ses intentions, comme on le fait en auto).

**Échanger avec eux :** Parfois les jeunes qui s'amuse en vélo ne réalisent pas qu'ils prennent des risques. Chaque année, plusieurs jeunes de 7 à 12 ans subissent des blessures à la suite d'un accident à vélo. En fait, on peut s'amuser... en faisant attention.

## *Voici quelques accidents typiques qui se produisent à vélo :*

Un jeune va faire un tour de vélo après l'école. Il est en ville, pas très loin de chez lui. Il n'arrête pas au panneau d'arrêt et se fait heurter par un véhicule circulant sur la voie transversale. Dites aux enfants qu'il faut arrêter aux panneaux d'arrêt, comme les automobilistes.

Chez les enfants, certains accidents se produisent quand ces derniers sortent d'une entrée privée sans prendre de précautions. Trop souvent, ils se font heurter par une auto. Dites aux enfants qu'il faut bien regarder de chaque côté avant de s'engager dans la rue.

**Si vous organisez un circuit pour vélos,** annoncez-le aux jeunes et commencez l'animation en parlant de la signalisation routière.





# La signalisation routière

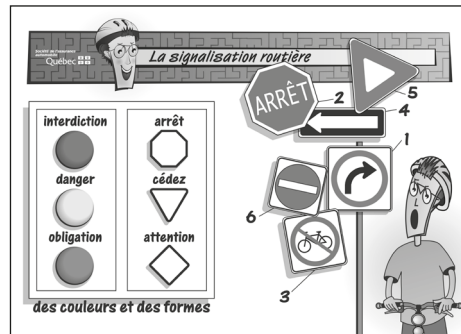
## Expliquez aux jeunes le rôle de la signalisation

Dites-leur pourquoi il est important de connaître et de respecter les panneaux. Vous pouvez le faire en posant des questions au groupe :

- Qu'arriverait-il s'il n'y avait aucun panneau de signalisation sur les routes?
- Que peut-il arriver si on ne respecte pas un panneau de signalisation?
- Monteriez-vous dans une auto avec quelqu'un qui passe aux feux rouges et qui ne fait pas ses arrêts?

Sans panneaux de signalisation, tout le monde (automobilistes, piétons, cyclistes) se déplacerait n'importe comment. Faire du vélo au milieu de tout cela deviendrait périlleux ! Les panneaux permettent à chacun de savoir ce qu'il doit faire pour ne pas entrer en collision avec les autres usagers de la route.

Qu'est-ce qui peut arriver à un cycliste qui ne respecte pas la signalisation? Posez la question aux enfants. Faites parler les jeunes de leur vécu. Voyez quels sont leurs comportements quand ils utilisent leur vélo. Demandez-leur de donner des exemples qui s'appliquent à eux ou à leurs amis. Vérifiez leurs perceptions, leurs croyances. S'ils se trompent, rétablissez les faits.



Un panneau accompagne l'énigme. Expliquez d'abord la signification des formes et des couleurs. Expliquez ensuite la signalisation elle-même. **Les chiffres sur le panneau font référence aux questions de l'énigme.** Dans la présentation PowerPoint, ce panneau a été divisé en 7 diapositives.

## Les couleurs utilisées sur les panneaux de signalisation ont une signification précise :

Rouge :	interdiction
Jaune :	danger
Vert :	obligation
Orange :	construction de route

## Les formes veulent également dire quelque chose :

Octogone :	arrêt
Triangle, pointe dirigée vers le bas :	cédez le passage
Losange :	attention

## *Montrez les différents panneaux de signalisation routière aux jeunes*

Expliquez le rôle de chacun. Assurez-vous que les enfants en comprennent la signification.

- Arrêt (Il faut arrêter là, complètement.)
- Sens unique (On doit circuler dans le sens indiqué par la flèche.)
- Accès interdit (On n'a pas le droit d'emprunter cette rue.)
- Obligation de tourner à droite (On est obligé de tourner à droite.)
- Intersection (Une autre route croise la route où l'on circule.)
- Passage à niveau (La route croise une voie ferrée.)
- Passage pour cyclistes (Il y a un passage réservé aux vélos.)
- Voie cyclable (Il y a une piste cyclable réservée aux vélos. Il est suggéré de circuler sur une piste cyclable quand il y en a une à proximité.)
- Cédez le passage (On doit laisser la priorité aux piétons, aux cyclistes ou aux véhicules qui circulent sur l'autre route.)
- Accès interdit aux cyclistes de moins de 12 ans (Là où la limite de vitesse est plus élevée que 50 km/h, les enfants âgés de moins de 12 ans doivent être accompagnés d'un adulte.)

## *Insistez : Respecter la signalisation, c'est obligatoire!*

Faites remarquer aux jeunes qu'aucune raison ne justifie qu'on passe tout droit à un arrêt. C'est normal de respecter la signalisation. À vélo, on a les mêmes devoirs qu'en auto.

## *C'est le temps de trouver la solution de l'énigme*

Les jeunes doivent maintenant résoudre l'énigme « Le devoir de Yan ». Pour chaque question, pointez le panneau de signalisation correspondant au numéro de la question et lisez la phrase. Les jeunes doivent dire si l'affirmation qu'elle contient est vraie ou fausse. Si elle est fausse, ils doivent trouver la bonne réponse. Aidez-les à formuler les phrases dans leurs propres mots (ils ne doivent pas nécessairement copier la formulation que nous proposons!) Au besoin, donnez toutes les explications nécessaires.

Aidez les jeunes de 9 ans et moins.

N. B. Les enfants de moins de 9 ans ne devraient circuler à bicyclette qu'en compagnie d'adultes responsables. La plupart des enfants dans ce groupe d'âge n'ont pas les aptitudes nécessaires pour circuler à bicyclette en toute sécurité sans surveillance.

## ÉNIGME : LE DEVOIR DE YAN

Dans un devoir, Yan doit expliquer le contenu des différents panneaux de signalisation. Mais il a fait trois erreurs. Peux-tu l'aider à trouver et à corriger ces erreurs? Trouve les trois affirmations fausses et remplace-les par trois affirmations vraies.

- Panneau 1.**      **(Obligation de tourner à droite)**  
« Le panneau m'indique que je suis obligé de tourner à droite. »  
Vrai - le symbole vert indique une obligation.
- Panneau 2.**      **(Octogonal de couleur rouge)**  
« Quand je vois ce panneau, je ralentis. »  
Faux - j'arrête complètement.
- Panneau 3.**      **(Symbole d'interdiction)**  
« Ici, les vélos ont le droit de circuler. »  
Faux - le cercle rouge indique une interdiction.
- Panneau 4.**      **(Sens unique vers la gauche)**  
« Je dois circuler dans le sens de la flèche. »  
Vrai - on doit rouler dans le sens de la circulation qui est indiqué par une flèche. Dites aux enfants de remarquer le sens de la circulation et de s'y conformer quand ils circulent dans la rue.
- Panneau 5.**      **(Cédez)**  
« Je peux pédaler aussi vite que je le veux! »  
Faux - les piétons, cyclistes ou véhicules qui arrivent de l'autre route ont la priorité : je dois leur céder le passage.
- Panneau 6.**      **(Accès interdit)**  
« Je ne dois pas entrer ici. »  
Vrai - ce panneau indique qu'il est dangereux d'aller dans cette direction (il est placé surtout à l'entrée des autoroutes).

## Déroulement

Vérifiez les réponses données à l'énigme et discutez-en avec les jeunes. Répondez à toutes leurs questions. Ils doivent avoir corrigé toutes leurs erreurs.





# La visibilité à vélo comme en auto

## Expliquez aux jeunes le rôle des équipements de visibilité

Il est facile de comprendre pourquoi il faut être visible en vélo. Demandez aux jeunes d'imaginer un cycliste qui se promène la nuit, habillé tout en noir, avec un vélo noir, sans phare, ni feu, ni réflecteurs... Ce cycliste invisible n'ira pas très loin!

C'est pourquoi le Code de la sécurité routière oblige les cyclistes à installer des réflecteurs ou des bandes réfléchissantes sur leurs vélos. De plus, lorsqu'on circule le soir, il faut équiper sa bicyclette d'un système d'éclairage actif : un phare ou un feu blanc à l'avant et un feu rouge à l'arrière.

Le soir, lorsqu'un automobiliste s'approche d'un cycliste, la première chose qu'il voit, ce sont les réflecteurs ou les bandes réfléchissantes et le phare ou le feu. Il est donc essentiel de laisser les réflecteurs ou les bandes réfléchissantes sur son vélo ou d'en poser s'il n'y en a pas.

Les réflecteurs ne doivent pas être cachés, par un porte-bagages par exemple. Ils doivent aussi être propres, sinon ils reflètent moins la lumière. Il ne faut pas hésiter à utiliser des bandes réfléchissantes. On en trouve sur certains vêtements ou accessoires (sacoches pour vélos, bandes pour tenir le bas d'un pantalon, etc.).

Il est également recommandé d'installer des accessoires réfléchissants supplémentaires sur son vélo : pneus réfléchissants, lumière clignotante, bandes réfléchissantes sur les jantes et le cadre du vélo, etc. Le port de vêtements clairs ou, encore mieux, réfléchissants est également suggéré.



Faites remarquer aux enfants que les réflecteurs d'une voiture sont placés aux mêmes endroits que sur un vélo (les réflecteurs ou bandes réfléchissantes des roues d'un vélo correspondent aux réflecteurs du côté de l'auto). Demandez aux jeunes de remarquer où sont placés les réflecteurs et les phares sur une automobile.

Phares blancs : à l'avant

Feux rouges : à l'arrière

Les réflecteurs ou bandes réfléchissantes d'un vélo sont visibles de tous les côtés, exactement comme ceux d'une auto :

- réflecteur jaune ou blanc sur chaque pédale (si les pédales n'ont pas de réflecteurs, bande réfléchissante autour de chaque cheville ou sur chaque chaussure) : visibles de l'avant et de l'arrière.
- un réflecteur rouge sur le cadre, à l'arrière : visible de l'arrière.
- un réflecteur sur la roue arrière ou des bandes réfléchissantes sur la roue, le pneu ou le vélo, à l'arrière : visibles de côté.
- un réflecteur sur la roue avant ou des bandes réfléchissantes sur la roue, le pneu ou le vélo, à l'avant : visibles de côté.
- un réflecteur blanc sur le cadre, à l'avant : visible de l'avant.

De plus, la nuit, il faut ajouter un phare ou un feu blanc à l'avant et un feu rouge à l'arrière.

## *Insistez : être visible, c'est important... même le jour!*

Le jour aussi, il faut être visible. Le cycliste qui circule en ligne droite, du côté droit de la route, avec un fanion vertical orange fixé à son vélo, sera beaucoup plus facile à voir que celui qui n'a pas d'équipement de visibilité. Un fanion est un accessoire très utile qu'il est suggéré d'installer sur son vélo pour être visible le jour.

À vélo, assure-toi qu'on te voit venir. Par exemple, en sortant d'une entrée privée ou d'une ruelle, les automobilistes ne s'attendent pas à voir surgir un cycliste. Dans de tels cas, il faut s'arrêter et établir un **contact visuel avec l'automobiliste pour s'assurer qu'il nous a bien vu.**

Un autre truc, en plus d'être visible, c'est d'être audible! Une sonnette permet d'avertir les piétons et les cyclistes de notre présence. En dernier recours, l'enfant peut utiliser sa voix. Il ne doit pas hésiter à s'en servir s'il croit qu'il n'a pas été vu.

Enfin, l'une des façons de demeurer visible, c'est aussi de... respecter les règles de la circulation!

### *C'est le temps de trouver la solution de l'énigme*

Aidez les jeunes à trouver la solution de l'énigme. Au besoin, donnez toutes les explications nécessaires. Aidez particulièrement les jeunes de 9 ans et moins. Certaines questions sont difficiles pour ce groupe d'âge.

## **ÉNIGME : CATHERINE, L'APPRENTIE MÉCANO**

Catherine s'est trouvé un nouveau travail : mécanicienne de vélos. Malheureusement, elle ne sait pas où poser les réflecteurs, le phare, la sonnette et le fanion. Peux-tu l'aider à poser les équipements de visibilité et de sécurité aux bons endroits?

L'animateur demande aux enfants de placer les équipements de visibilité et de sécurité aux bons endroits.

### **Solution (référez-vous au dessin)**

Réflecteurs jaunes : ..... sur les pédales.

Réflecteur rouge : ..... sur le cadre, pointé vers l'arrière.

Réflecteur rouge : ..... sur la roue arrière.

Réflecteur jaune : ..... sur la roue avant.

Réflecteur blanc : ..... sur le cadre, pointé vers l'avant.

### **Renseignements additionnels :**

Sonnette : ..... sur le guidon.

Fanion : ..... sur la partie arrière du cadre.

Phare blanc : ..... sur le cadre, pointé vers l'avant.

Feu rouge : ..... sur le cadre, pointé vers l'arrière.

### **Déroulement**

Vérifiez les réponses données à l'énigme et discutez-en avec les jeunes. Répondez à toutes leurs questions. Ils doivent avoir corrigé toutes leurs erreurs.



# Le port du casque

## Expliquez aux jeunes le rôle du casque

Un pilote de formule 1 porte un casque pour faire de la course automobile. Les joueurs de hockey portent un casque. Tous les motocyclistes en portent un aussi. C'est normal. Porter un casque est vraiment très important. Sans casque, on risque de se blesser gravement à la tête. Si le casque n'empêche pas les accidents, il en diminue très souvent la gravité. C'est la même chose à vélo.

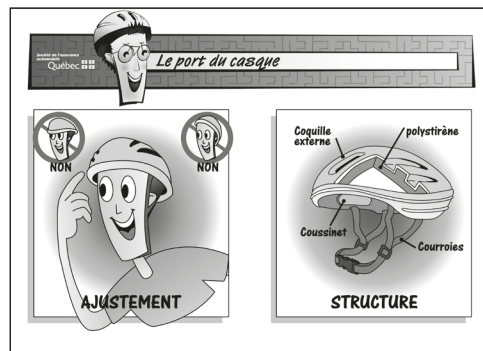
Faites parler les jeunes. Portent-ils un casque? Pourquoi? Voyez quels sont leurs comportements quand ils utilisent leur vélo. Demandez-leur de donner des exemples qui s'appliquent à eux ou à leurs amis. Vérifiez leurs perceptions, leurs croyances. S'ils se trompent, rétablissez les faits.

## Expliquez l'impact d'un accident

Imaginez un cycliste qui perd l'équilibre et qui heurte un obstacle immobile, comme une auto arrêtée ou un poteau. À quoi correspond un tel impact? Posez la question aux enfants.

La réponse va les surprendre : c'est facilement l'équivalent de sauter d'un balcon situé au deuxième, voire au troisième étage!

Si le cycliste est heurté par un autre véhicule qui circule en sens inverse, l'impact est encore plus grand : il faut additionner les vitesses des deux véhicules. C'est comme sauter du quatrième ou du cinquième étage!



1. Le casque ne doit pas être serré au point d'être inconfortable et de vous inciter à le détacher. Avoir mal à la tête ne rend pas la randonnée agréable!
2. Cependant, le casque doit être assez serré pour tenir en place et ne pas balloter. Des coussinets, fournis avec le casque au moment de l'achat, peuvent être ajoutés à l'intérieur.
3. Les sangles doivent être tendues, sans pour autant serrer le dessous du menton.
4. Le casque doit être placé au milieu de la tête, ni trop à l'avant, ni trop à l'arrière (référez-vous à l'illustration).

Bien ajusté, un casque procure une meilleure protection. Il ne faut donc pas hésiter à utiliser des coussinets pour s'assurer d'un ajustement approprié!

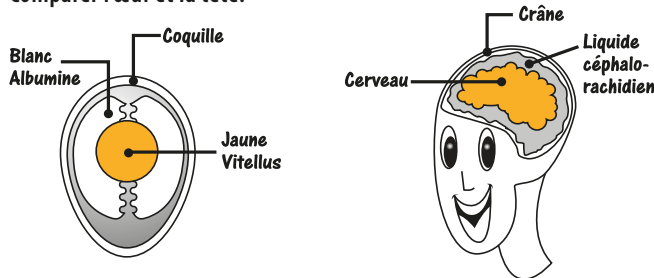
À l'aide de l'illustration, expliquez les différentes parties d'un casque.

## ***Insistez : le casque ne rend pas invincible...***

Même avec un casque protecteur, on ne peut pas rouler à vélo de façon téméraire! Un casque réduit les risques de se faire très mal, il ne les élimine pas! Expliquez aux enfants qu'un casque, ce n'est pas magique... Le jeune doit comprendre qu'en conduisant de façon imprudente, il pourrait aussi causer des accidents et occasionner des blessures à d'autres personnes. Si vous sentez les jeunes gênés de porter un casque, si, par exemple, ils ne trouvent pas ça « cool », demandez-leur s'ils iraient se balader en vélo sans avoir de pneus ou de vêtements? Bien sûr que non! Est-ce que les motocyclistes ont l'air ridicules avec leur casque? Le casque fait partie de l'équipement de base d'un cycliste.

Si vous organisez un circuit pour vélos à la fin du rallye, dites aux jeunes qu'ils devront en porter un.

### **Comparer l'œuf et la tête.**



## ***Rappelez-leur que la tête est aussi fragile qu'un œuf!***

La partie de notre corps la plus précieuse, c'est la tête! Une blessure à la tête peut paralyser une personne, la rendre aveugle, la rendre moins intelligente... Bref, se blesser à la tête peut gâcher une vie.

Quand on pense aux coups que la tête risque de subir si on a un accident de vélo, il faut se rappeler qu'elle peut devenir aussi fragile qu'un... œuf!

## ***Suggestion***

Demandez aux enfants de casser un œuf dans un plat. Comparez avec eux les différentes parties de l'œuf et les différentes parties de la tête (reportez-vous aux dessins). Demandez aux jeunes quel est l'équivalent d'un emballage d'œufs pour un cycliste. C'est son casque!

Coquille = crâne

Blanc d'œuf = liquide céphalo-rachidien

Jaune d'œuf = cerveau

Emballage = casque

Le crâne protège toute la tête. Le liquide céphalo-rachidien entoure le cerveau, à l'intérieur du crâne. Le cerveau, eh bien, c'est avec cela qu'on pense.

Demandez aux enfants si les œufs sont assez solides pour être transportés tels quels. Non. Ils sont emballés de façon à être protégés.



## *C'est le temps de trouver la solution de l'énigme*

Exposez l'énigme aux jeunes. Au besoin, aidez-les à la résoudre !

### **ÉNIGME : FRAGILE COMME UN ŒUF!**

Les différentes parties du cerveau te permettent de faire différentes choses : bouger, penser, voir, parler, etc. C'est pour cela que ton casque le protège!

Associe les différentes parties du cerveau à une activité.

#### **Solution :**

Taper des mains :

C

A Parler

Observer les oiseaux :

F

B Goûter

Écouter de la musique :

E

Manger une pomme :

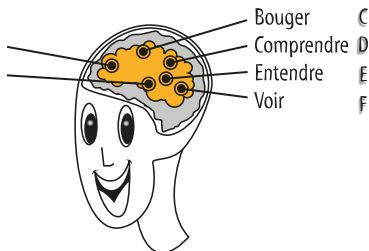
B

Faire des calculs :

D

Réciter un poème :

A



## **Déroulement**

Vérifiez les réponses données à l'énigme et discutez-en avec les jeunes. Répondez à toutes leurs questions. Ils doivent avoir corrigé toutes leurs erreurs.







# Les règles de circulation

## Expliquez aux jeunes le rôle des règles de circulation

Tous les automobilistes savent qu'ils doivent suivre certaines règles en conduisant leur véhicule. Cela leur évite des contraventions, mais surtout, des accidents. Les cyclistes doivent suivre les mêmes règles, exactement pour les mêmes raisons.

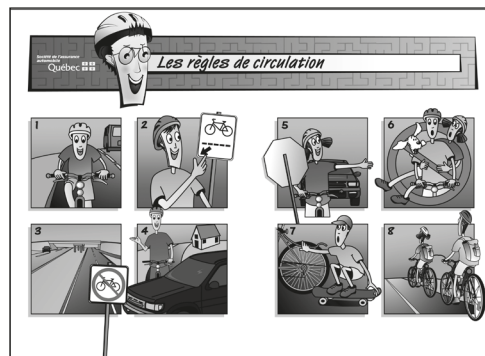
Le jeune croit souvent, à tort, qu'il sait comment éviter les accidents. Il sait par exemple qu'il ne faut pas se lancer devant un autobus qui roule à vive allure! Mais il ne réalise pas que les automobilistes sont souvent surpris par les actions du cycliste. Si l'enfant se faufile entre les voitures ou traverse une intersection en diagonale, il risque d'entrer en collision avec un véhicule. Il peut alors en résulter un accident très grave!

Bref, suivre les règles de la circulation permet de s'amuser en vélo sans finir sa journée à l'hôpital!

## Discuter des règles de circulation

Voici plusieurs règles de circulation. Discutez-en avec les enfants.

Insistez sur leurs expériences. Voyez quels sont leurs comportements quand ils utilisent leur vélo. Demandez-leur de donner des exemples qui s'appliquent à eux ou à leurs amis. Vérifiez leurs perceptions, leurs croyances. S'ils se trompent, rétablissez les faits.



L'animation se fait à l'aide des illustrations du panneau et les chiffres correspondent aux phrases ci-dessous.

### Légende:

\* Demander à tous les élèves

\*\* Demander aux élèves de 10 à 12 ans seulement

### À vélo, il y a des règles de circulation à suivre comme en auto:

- \* (1) Je dois tenir le guidon.
- \* (1) Je dois circuler sur le côté droit de la rue ou de la route.
- \* (1) Je dois circuler dans le même sens que les automobiles.
- \* (2) À vélo, je traverse ici.
- \* (3) Je n'ai pas le droit de circuler sur une route où un panneau indique que les vélos sont interdits (par exemple, sur une autoroute).

- \* (4) En sortant d'une entrée privée, je dois laisser passer l'auto ou le piéton qui arrivent.
- \*\* (5) Je dois signaler à l'avance mon intention de tourner.
- \*\* (6) Je dois être seul sur un vélo à une place (pour transporter une autre personne, il faut avoir un vélo muni de deux selles).
- \*\* (7) Je dois rester libre de tous mes mouvements. (Je ne dois pas traîner quelqu'un en patins à roulettes ou me faire traîner par une auto.)
- \*\* (8) Lorsque nous sommes plusieurs cyclistes à pédaler ensemble, nous devons circuler l'un derrière l'autre (et non l'un à côté de l'autre).

### **NOTES COMPLÉMENTAIRES :**

Les jeunes de 12 ans et moins ne peuvent pas circuler sur toutes les routes. Ils doivent se limiter aux routes où la vitesse permise est de 50 km/h ou moins. Cependant, cette règle ne s'applique pas si l'enfant est accompagné d'un adulte ou s'il circule sur une piste cyclable protégée.

N. B. : Les enfants de moins de 9 ans ne devraient circuler à bicyclette qu'en compagnie d'adultes responsables. La plupart des enfants dans ce groupe d'âge n'ont pas les aptitudes nécessaires pour circuler à bicyclette en toute sécurité sans surveillance.

### ***C'est le temps de trouver la solution de l'énigme***

Faites passer l'énigme aux jeunes. Au besoin, donnez toutes les explications nécessaires.

Aidez particulièrement les jeunes de 9 ans et moins. Certaines questions sont difficiles pour ce groupe d'âge.

### **ÉNIGME : LE JEU DES VRAIS OU FAUX DE KARINE**

Karine aime bien jouer des tours. Elle avait un texte sur la sécurité à vélo. Elle y a ajouté quelques affirmations fausses... Indique si les phrases suivantes contiennent une affirmation vraie ou fausse.

- « Dans un sens unique, je peux circuler du côté droit ou du côté gauche de la rue ».  
Faux. En vélo, on doit toujours circuler du côté droit, même dans un sens unique.
- « Au coin d'une rue, s'il y a un panneau d'arrêt, je dois ralentir pour voir si une auto s'en vient ».  
Faux. À vélo comme en auto, je dois m'arrêter complètement s'il y a un panneau d'arrêt.
- « Avant de tourner, je dois toujours signaler mes intentions en faisant un signe avec le bras ».  
Vrai.
- « Le trottoir est avant tout pour les piétons ».  
Vrai. Il est défendu de rouler sur le trottoir, sauf là où la signalisation l'exige ou le permet.
- « Je n'utilise pas mon baladeur (MP3) en vélo, car je n'entendrais pas les autos ».  
Vrai. L'utilisation d'un baladeur est interdite à vélo.
- « L'autoroute est un bon endroit pour se balader à vélo ».  
Faux. C'est interdit... et très, très dangereux!

### ***Déroulement***

Vérifiez les réponses données à l'énigme et discutez-en avec les jeunes. Répondez à toutes leurs questions. Ils doivent avoir corrigé toutes leurs erreurs.



# Le code gestuel

## *Expliquez pourquoi on doit utiliser le code gestuel*

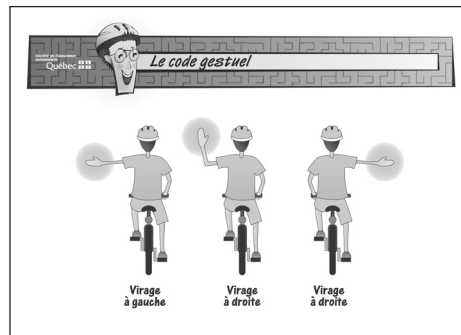
Tous les véhicules sont équipés de feux de signalisation. Quand une auto s'apprête à tourner, l'automobiliste actionne les clignotants. Cela transmet un message à celui qui suit : « Attention, je vais tourner. »

En vélo, on doit faire la même chose, sauf que les clignotants sont remplacés par des signaux qu'on fait avec les bras. C'est ce qu'on appelle utiliser le code gestuel. D'ailleurs, le conducteur d'une automobile dont les clignotants ne fonctionneraient plus devrait lui aussi utiliser le code gestuel pour indiquer qu'il tourne.

Faites parler les jeunes de leurs expériences. Voyez quels sont leurs comportements quand ils utilisent leur vélo. Demandez-leur de donner des exemples qui s'appliquent à eux ou à leurs amis. Vérifiez leurs perceptions, leurs croyances. S'ils se trompent, rétablissez les faits.

## *Comment utiliser le code gestuel?*

Avant de tourner à gauche, le cycliste lève le bras gauche horizontalement.



Avant de tourner à droite, le cycliste a deux choix. Il peut soit lever le bras droit horizontalement, soit lever le bras gauche (la partie entre l'épaule et le coude est à l'horizontale) et pointer la main vers le haut (la partie entre le coude et la main est à la verticale).

Faites une démonstration à l'aide du panneau.

## *Insistez : dites-leur pourquoi il est important de signaler leurs intentions!*

En signalant ses intentions, le cycliste indique la direction qu'il s'apprête à prendre aux automobilistes et aux autres cyclistes. Cela lui permet d'établir un contact avec les autres usagers de la route et de s'assurer qu'il demeure visible. On n'a qu'à imaginer ces scénarios pour comprendre : un cycliste tourne à gauche sans signaler ses intentions et bang! Une auto arrivant en sens contraire le renverse. Une autre situation possible : un cycliste tourne à gauche sans signaler ses intentions et un automobiliste qui veut l'éviter heurte un piéton qui traverse la rue.

## Pratiquez le code gestuel

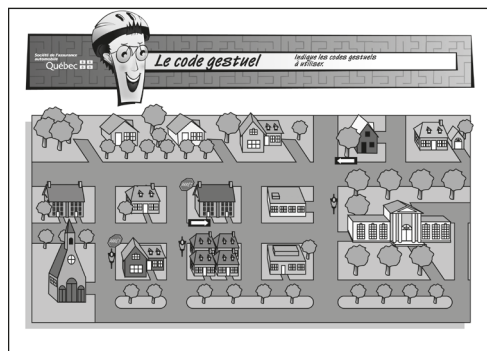
Faites d'abord un exercice. Vérifiez si les jeunes ont bien compris. Demandez aux jeunes de faire le signe correspondant à la manœuvre que vous leur indiquez. Par exemple, quand vous dites « on tourne à droite! », les jeunes doivent faire l'un des deux signaux indiquant le virage à droite.

Au début, donnez le temps nécessaire aux jeunes pour qu'ils trouvent le bon signal, en regardant ce que les autres font. Quand ils auront compris les manœuvres, accélérez le rythme. Transformez cet exercice en jeu, en accélérant encore et encore : « Gauche! Droite! Droite! Gauche! »

**Amusez-vous, et amusez votre groupe!**

### *C'est le temps de trouver la solution de l'énigme*

Dans l'illustration, on voit le chemin qu'emprunte Guillaume pour aller à l'école. Repère Guillaume et nomme les deux manœuvres qu'il aura à faire.



## ÉNIGME : LE PARCOURS DE GUILLAUME

Il faut découvrir quels signaux il doit faire avant chaque manœuvre. Demandez aux enfants d'inscrire sur leur feuille d'énigme quel signal Guillaume devra faire avant de tourner à droite et avant de tourner à gauche.

### **Solution :**

1. Virage à droite
2. Virage à gauche

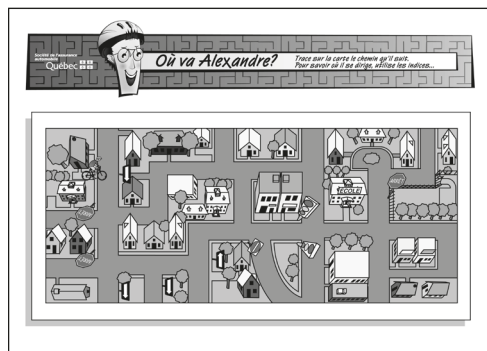
## Déroulement

Vérifiez les réponses données à l'énigme et discutez-en avec les jeunes. Répondez à toutes leurs questions. Ils doivent avoir corrigé toutes leurs erreurs.

## Énigme finale : Où va Alexandre?

Cette énigme est réservée aux enfants de 10 à 12 ans. Elle leur permettra de mettre en pratique leur sens de l'observation en tant que cyclistes.

Voici une carte du quartier où habite Alexandre. Il part de chez lui et fait une balade. Il faut tracer sur la carte le chemin qu'il suit.



Un dessin représente une carte d'un quartier. On y voit toutes les rues, mais aussi des maisons, différents bâtiments, etc. Les différents éléments des questions (panneaux de circulation, etc.) sont intégrés dans la carte. Pour chaque question, le jeune a toujours deux choix de direction à suivre. Les réponses ne sont pas indiquées : les trouver est le but de l'énigme!

1. Après avoir mis son casque, Alexandre monte sur son vélo, vérifie si une auto s'en vient, et sort de l'entrée du garage. Il s'engage dans la rue. Quelle direction prend-il?

**Solution : Il prend la direction du sens unique vers la droite.**

2. Au deuxième arrêt, il fait un signe et effectue un virage à gauche. Fais le code gestuel correspondant.

3. À la première rue où il peut tourner à gauche, il signale son intention et tourne. De quel côté va-t-il? Trace son chemin sur la carte.

**Solution : Il tourne à gauche à la première rue à sens unique vers la gauche. Toutes les autres rues étaient à sens unique à droite.**

4. Il poursuit son chemin et tourne du côté où il doit circuler sur la route.

**Solution : Il tourne à droite.**

5. Immédiatement après un édifice que tu connais bien, Alexandre tourne à gauche. Quel est cet édifice?

**Solution : Il tourne à gauche immédiatement après l'école.**

6. Il approche de sa destination. Il tourne à droite à la première pancarte qui est de la même couleur que son réflecteur arrière.

**Solution : Il tourne à droite au panneau d'arrêt.**

7. La destination est au bout de la rue. Si tu as bien suivi les indications, tu as découvert où Alexandre se rend.

**Solution : Il est arrivé au parc situé au panneau d'arrêt.**

## Retour sur l'animation

Demandez à chaque jeune ce qu'il a appris. Demandez-lui s'il a l'intention de changer son comportement. Il pourrait dire, par exemple : « Moi, je vais faire des arrêts complets. » Il est important qu'il comprenne qu'il est responsable de sa sécurité.

Félicitez chaque enfant de sa participation. **Demandez-lui de montrer son carnet de participation à ses parents.** Donnez-lui un sentiment de succès par vos encouragements et vos commentaires. Dites-lui de s'amuser (prudemment!) en vélo. Si vous avez prévu un tirage ou une remise de prix, c'est le temps de l'annoncer!



# Activités complémentaires

## Balade à vélo

Nous vous proposons de terminer l'activité par une balade à vélo dans votre quartier ou de participer à une randonnée populaire, s'il en existe une à laquelle les enfants de 7 à 12 ans peuvent prendre part dans votre municipalité.

Les jeunes adoreront se balader à vélo et ils pourront mettre en application ce qu'ils viennent d'apprendre! Pour organiser la randonnée, consultez le *Guide d'organisation d'une randonnée à vélo avec des jeunes* sur le site Web de la SAAQ à [saaq.gouv.qc.ca](http://saaq.gouv.qc.ca).

## Encadrement

Les jeunes devront exécuter différentes manœuvres : signes de virage, arrêts, etc.

Assurez-vous qu'ils les font bien. Au besoin, donnez des explications supplémentaires.

Assurez-vous alors d'avoir le nombre suffisant d'animateurs pour offrir un encadrement sécuritaire. Selon la taille du groupe, plusieurs animateurs peuvent être nécessaires.

## Port du casque et vérification de l'équipement

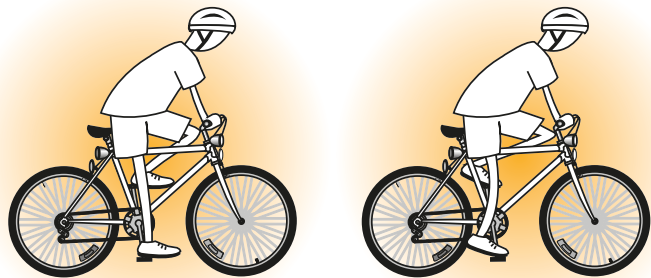
Tous les jeunes qui participent au circuit doivent porter un casque. Ne tolérez aucune exception.

Ceux qui n'en ont pas doivent en emprunter un.

Vérifiez l'ajustement des casques, particulièrement celui des casques empruntés. Référez-vous à la section sur les casques pour obtenir plus d'information sur leur ajustement.

Jetez un coup d'œil aux vélos. Les réflecteurs sont-ils bien installés? Sont-ils propres? Le vélo est-il trop haut pour l'enfant? Un vélo trop grand rend l'équilibre précaire et devient dangereux quand on l'enfourche! La selle est-elle trop haute? Informez le jeune des ajustements à effectuer.





## Vérification de la grandeur du vélo

L'enfant doit être capable de se tenir debout sur ses deux pieds avec le vélo entre ses jambes. On recommande au moins deux centimètres entre l'entrejambe et la barre horizontale du vélo.

Asseyez l'enfant sur la selle, les deux pieds sur les pédales (aidez-le à tenir son équilibre). En plaçant le talon sur la pédale, il doit être capable d'étendre la jambe au complet (sinon, la selle n'est pas assez haute). Si le talon quitte la pédale, la selle est trop haute. Si cette règle est respectée, l'enfant pourra pédaler normalement, avec le devant du pied sur la pédale, en dépliant le genou presque complètement à chaque extension.

Le genou ne doit jamais toucher le guidon.

## Circuit dans une zone protégée

Vous pouvez réaliser un circuit simple dans une zone protégée (gymnase, parc de stationnement temporairement fermé, etc.). Vous aurez besoin d'une surface libre d'au moins 20 mètres par 40 mètres.

Dans votre circuit, créez des intersections. Les routes des enfants doivent se croiser. Prévoyez une signalisation routière appropriée. Dessinez le parcours avec des craies. Placez des bornes aux intersections. L'enfant doit bien comprendre où il doit aller.

## Éléments à inclure dans le circuit :

### 1. Un arrêt

Le jeune doit arrêter en posant le pied droit au sol, et repartir.

### 2. Une intersection avec virage à gauche

Le jeune doit d'abord regarder, notamment vers l'arrière, pour vérifier si un autre cycliste ou un automobiliste s'en vient. Il doit signaler son intention de virer puis tourner.

### 3. Arrêt avec virage à droite

Le jeune doit arrêter en posant le pied droit à terre. Après avoir vérifié, notamment vers l'arrière, si un autre cycliste ou un automobiliste s'en vient, il signale son intention de virer et tourne à droite.

### 4. Un obstacle à contourner vers la gauche

Le jeune doit signaler son déplacement vers la gauche, puis contourner l'obstacle.

### 5. Un sens unique

Le jeune ne doit pas s'engager à contresens. Même s'il est dans une rue à sens unique, il doit rouler sur le côté droit de la route.

### 6. Accès interdit

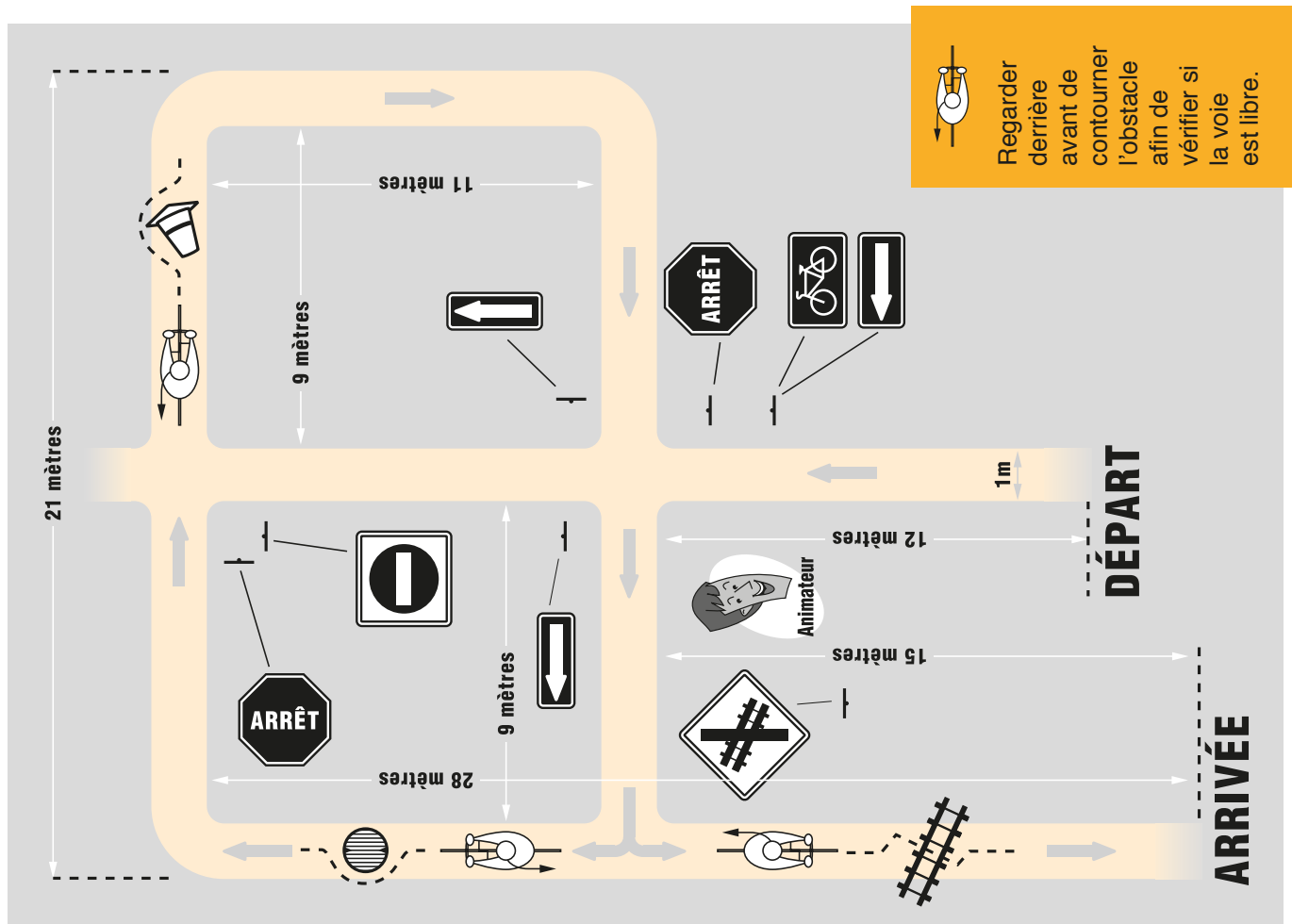
Le jeune ne doit pas s'engager sur cette route.

## Tous ensemble!

Les enfants peuvent circuler plusieurs à la fois sur le circuit. Par exemple, faites partir un enfant toutes les cinq secondes. Expliquez-leur qu'ils doivent tenir compte des autres, comme lorsqu'ils font du vélo dans la rue.



# EXEMPLE D'UN TRAJET





## *Animation supplémentaire*

On peut assigner à un animateur la tâche de divertir les enfants qui attendent.

Discutez de vélo avec les jeunes. Posez des questions.

### **Voici quelques éléments d'information qui pourront vous être utiles.**

- Lorsqu'on fait une balade à la campagne, on peut facilement rouler à 15 km/h (ou plus, si on est en forme). Même au début, on peut facilement faire 60 km en une journée.
- Il faut bien gonfler les pneus d'un vélo. S'ils sont trop mous, pédaler sera plus difficile. Mais s'ils sont trop gonflés, les pneus risquent d'éclater!
- On freine plus vite avec la roue avant qu'avec la roue arrière. Cependant, si on bloque la roue avant, on risque de passer par-dessus son guidon et de tomber devant son vélo.
- Quand on fait une longue balade en vélo, il faut bien manger. Mais ce que les gens oublient souvent, c'est de bien boire. Boire un litre d'eau n'est pas de trop!
- La roue a été inventée il y a environ 5 500 ans! C'est la plus importante invention de l'humanité. Le premier vélo a été créé en 1817, en Allemagne. Des pédales ont été ajoutées 22 ans plus tard! La chaîne du vélo est apparue en 1885, il y a un peu plus de 100 ans. Par contre, dès 1493, le génial Léonard de Vinci a dessiné un curieux objet dans un cahier : ça ressemble vraiment à un vélo!
- L'ancêtre des pneus a été inventé par Clément Ader, le même homme qui a créé le mot « avion ».

- Avez-vous déjà remarqué qu'il est facile de se tenir en équilibre sur un vélo quand on pédale, mais que c'est pratiquement impossible quand on est arrêté?
- Deux passionnés ont gravi le Kilimandjaro en vélo. C'est la plus haute montagne d'Afrique. Au sommet, il y a... de la neige!
- Dans une course ou au cours d'une longue balade, il vaut mieux suivre un autre cycliste... qui nous protège du vent!
- Le Tour de l'île de Montréal attire des dizaines de milliers de personnes chaque année. À cette occasion, les rues utilisées pour le parcours sont complètement interdites à la circulation.

### *Quelques faits concernant les accidents à vélo au Québec*

Parmi les principaux facteurs d'accidents impliquant un véhicule et un vélo, on trouve : la distraction et l'inattention (du cycliste ou du conducteur), la négligence, le non-respect des panneaux d'arrêt et des feux rouges et le fait (pour le cycliste ou le conducteur) de ne pas avoir cédé le passage.

D'année en année, près de 3 victimes cyclistes sur 4 sont de sexe masculin.

La majeure partie des accidents survient dans les zones commerciales et résidentielles.



*Génivélo vous remercie  
de votre participation et  
vous incite à la prudence!*



*Société de l'assurance  
automobile*

Québec 

© Société de l'assurance automobile du Québec,  
ISBN 978-2-550-81159-6