

## PREVENTIEFICHE VEILIG FIETSEN

Preventiefiche bestemd voor		Alle medewerkers	
Op CPBW	24/10/2018	Kenmerk	IDPB_PF_0
Geldig vanaf	24/10/2018	Laatste versie	24/10/2018

### Veilig onderweg

Als fietser ben je bijzonder kwetsbaar in het verkeer. Voorkom bij iedere rit onveilige situaties!

- Vertrek tijdig.
- Rij defensief en wees alert voor gevaarlijke situaties.
- Pas je snelheid aan de verkeerssituatie aan.
- Draag altijd een fietshelm.
- Bel om andere weggebruikers te waarschuwen van je komst
- Gebruik je fietstassen, hang niks aan je stuur.

Let extra op met een e-fiets, pas je rijgedrag aan!

- Je rijdt sneller, trekt sneller op, je fiets weegt meer, er is een langere remafstand, ...
- Door je snelheid verras je gemakkelijker andere weggebruikers.



### Veilig fietsen

Onderhoud je fiets:

- Remmen, lichten en banden vragen regelmatig nazicht.
- Batterij opgeladen?
- Sla geen onderhoudsbeurt over.

Wees 100 % geconcentreerd op de weg:

- Het tijdstip van je volgende afspraak, je 'to do list' bij je volgende cliënt of thuis zijn je veiligheid niet waard.
- Geen smartphone op de fiets!
- Let op dat je andere weggebruikers voldoende hoort en ziet.
- Let ook op voor openslaande portieren.

Zorg dat andere weggebruikers je zien:

- Draag altijd een fluovestje.
- Steek tijdig je lichten aan bij (invallende) duisternis.
- Steek je arm uit en toon altijd wat je van plan bent als je wil afslaan.
- Sta aan het verkeerslicht voor de auto's om beter zichtbaar te zijn. Vergewis je ervan dat een vrachtwagen- of buschauffeur je ziet en je niet in de 'dode hoek' staat.

Fietsen tijdens de winter? Het kan!

- Pomp je banden niet te hard op om meer grip te hebben op de weg.
- Vertrek vroeger, fiets rustiger en pas je versnelling aan.
- Rem niet te brusk en rem met beide remmen.
- Weet dat je de rijbaan mag gebruiken als het fietspad glad is.