

Quelques conseils

- Restez maître de votre vitesse en l'adaptant à l'environnement. Attention aux descentes. Savoir rouler, c'est aussi savoir ralentir, s'arrêter, accélérer, tourner, esquiver, laisser passer.
- Positionnez-vous bien sur les trottoirs ; ne rasez ni les sorties d'immeubles ni les voitures en stationnement. Pour aborder les intersections, ralentissez même si le feu tricolore vous est favorable.
- Soyez en permanence attentif aux réactions des piétons. Prenez la bonne habitude de les dépasser par la gauche et de les croiser par la droite.
- Entretenez votre matériel. Vérifiez-le avant chaque départ (serrage des axes, état des roulements, usure des tampons de freins, boucles, lacets...)

Chaque année
7 500 personnes meurent,
140 000 sont blessées
ou handicapées à vie,
à la suite d'un accident de
la circulation. 90 % de
ces accidents ont pour
origine une erreur
humaine et pourraient
être évités. Pensez-y en
lisant ce dépliant.

La Prévention Routière
Centre National :

6, avenue Hoche ■ 75008 Paris
Tél. : 01 44 15 27 00 ■ Fax : 01 42 27 98 03
www.preventionroutiere.asso.fr

■
Les assureurs
de la Fédération française des sociétés d'assurances
www.ffsa.fr

Circuler en roller, ça s'apprend

Avec plus de cinq millions d'adeptes, le roller est devenu un véritable mode de déplacement urbain. Mais, attention ! On ne s'improvise pas roller du jour au lendemain...



**LA PREVENTION
ROUTIERE**

Le contenu de ce dépliant a été rédigé grâce à l'association Roller Squad Institut et de la Commission Nationale Randonnée de la Fédération Française de Roller Skating

Des piétons à roulettes

■ Aujourd'hui, la réglementation assimile les rollers aux piétons. Les rollers ont donc l'obligation de circuler sur les trottoirs, d'utiliser les passages pour piétons pour traverser la rue,

de respecter les feux tricolores.

■ En revanche, ils ne peuvent utiliser ni la chaussée ni les pistes ou bandes cyclables.

■ Un roller se déplace à environ 15 km/h ; mais, sur le trottoir, il doit sans cesse adapter sa vitesse

pour ne pas créer de gêne aux piétons.

En cas d'accident, sa responsabilité pénale peut être engagée pour mise en danger d'autrui.

■ Les rollers sont généralement couverts par la responsabilité civile

comprise dans leur assurance multirisque habitation. Mieux vaut vérifier auprès de son assureur que le contrat n'exclut pas les dommages causés par la pratique du roller et, au besoin, le faire modifier en conséquence.

Des faits et des chiffres

■ 8 accidents de roller sur 10 sont dus à une chute ; seulement 1 sur 10 à une collision, le plus souvent contre un obstacle fixe.

■ Les accidents touchent en majorité les membres supérieurs (68 % des cas), surtout les poignets.

■ 1 accident sur 3 se produit pendant le premier mois de pratique et même 1 sur 5 lors de la première sortie.

■ 81% des accidentés n'ont suivi aucun apprentissage du roller ; 65 % ne portaient aucune protection.

Pas de roller sans protection

■ Casque, coudières, genouillères, et surtout **protège-poignets** sont indispensables pour dominer la peur de la chute lorsque l'on est novice, ou pour glisser sur le sol au lieu de le percuter si l'on est un roller confirmé.

■ Autre précaution : être bien visible.

Il faut porter des vêtements clairs et de couleurs vives munis de bandes de tissu rétro-réfléchissant qui permettent d'être vu la nuit à plus de 150 mètres.

Comment débiter en roller

■ Acquérir, dès le départ, les positions de sécurité et les bons réflexes est primordial. C'est d'eux que vont dépendre la stabilité du roller en toutes circonstances.

■ Pas question pour les débutants d'aller

sur les trottoirs. Les premières glisses se font dans des espaces protégés : parking sans voitures, espace libre, plat, sec et sans piétons.

■ La meilleure solution : s'inscrire dans un club ou une association qui

dispense des cours de glisse urbaine. La formation pratique doit mettre l'accent sur l'autocontrôle et l'apprentissage de la chute.

■ La pratique urbaine se fait ensuite progressivement lorsque l'on maîtrise

au moins deux techniques de freinage et que l'on sait gérer les trajectoires.

■ Les sensations et les plaisirs de la glisse viennent facilement si l'on sait prendre son temps.