La Sécurité, la priorité du Codep 74

L'entretien de votre vélo

Entretenir régulièrement sa machine est un gage de sécurité.
Nettoyer systématiquement sa machine après une sortie sous la pluie, en particulier, les patins de freins, les jantes et la transmission.
Contrôler l'orientation des blocages rapides vers l'intérieur du plan du cadre. En cas de chute, ces leviers ne doivent pas agresser et/ou blesser.

La vérification et le remplacement des pièces d'usure de la bicyclette

Surveiller très régulièrement l'usure des patins de freins, des pneus,
Contrôler l'état des câbles et gaines de freins et de dérailleur au moins **deux fois par an.**
Contrôler l'usure des jantes **une fois l'an**, au moins.
Contrôler l'éclairage avant toute randonnée où il peut être nécessaire.
Effectuer une revue systématique de toute la machine – jantes, manivelles, pédales, potence, selle, cadre (fourche en particulier)- **chaque année**. Des signes de ruptures prochaines de certaines pièces peuvent être ainsi décelés ; leur mise en évidence évitera l'accident mécanique imprévu. Cette revue peut être menée par un vélociste averti.
Assurer le bouchage des extrémités du guidon, afin d'éviter les blessures lors d'accident.
Protéger les extrémités de câbles (freins et dérailleurs) par des embouts sertis.

Équipement conseillé

La mise en place d'un **rétroviseur** sur le cadre ou aux lunettes aide à compléter la vision périphérique du cyclotouriste. Il évite bien souvent le retournement de la tête qui parfois entraîne un écart de la ligne de conduite.

Emporter toujours avec vous une **couverture de survie**: utile en cas d'accident sur un blessé (protection du froid et de la pluie –doré extérieur-, isolation de la chaleur - doré intérieur).
Quelques grammes peuvent sauver une vie-
Attention, ne pas l'utiliser en cas d'orage..