

PRO VELO
SUISSE

Association Transports
et Environnement

ATE



QUAND LES ENFANTS DÉCOUVRENT LA ROUE

Mobilité et sécurité – conseils aux parents d'enfants de 3 à 7 ans

CHERS PARENTS



A peine les enfants ont-ils appris à marcher que, déjà, ils sont fascinés par leurs «aînés» en tricycle. Les enfants adorent les roues: 9 enfants de 3 ans sur 10 dépensent leur énergie en roulant. A 4 ans, presque 1 enfant sur 2 sait déjà aller à vélo.

Mais ces plaisirs de l'enfance sont souvent sources d'inquiétudes pour les parents. A quel âge faut-il apprendre à aller à vélo? Quand les enfants peuvent-ils rouler sur la route? Quel est le moyen de déplacement le plus favorable à leur développement?

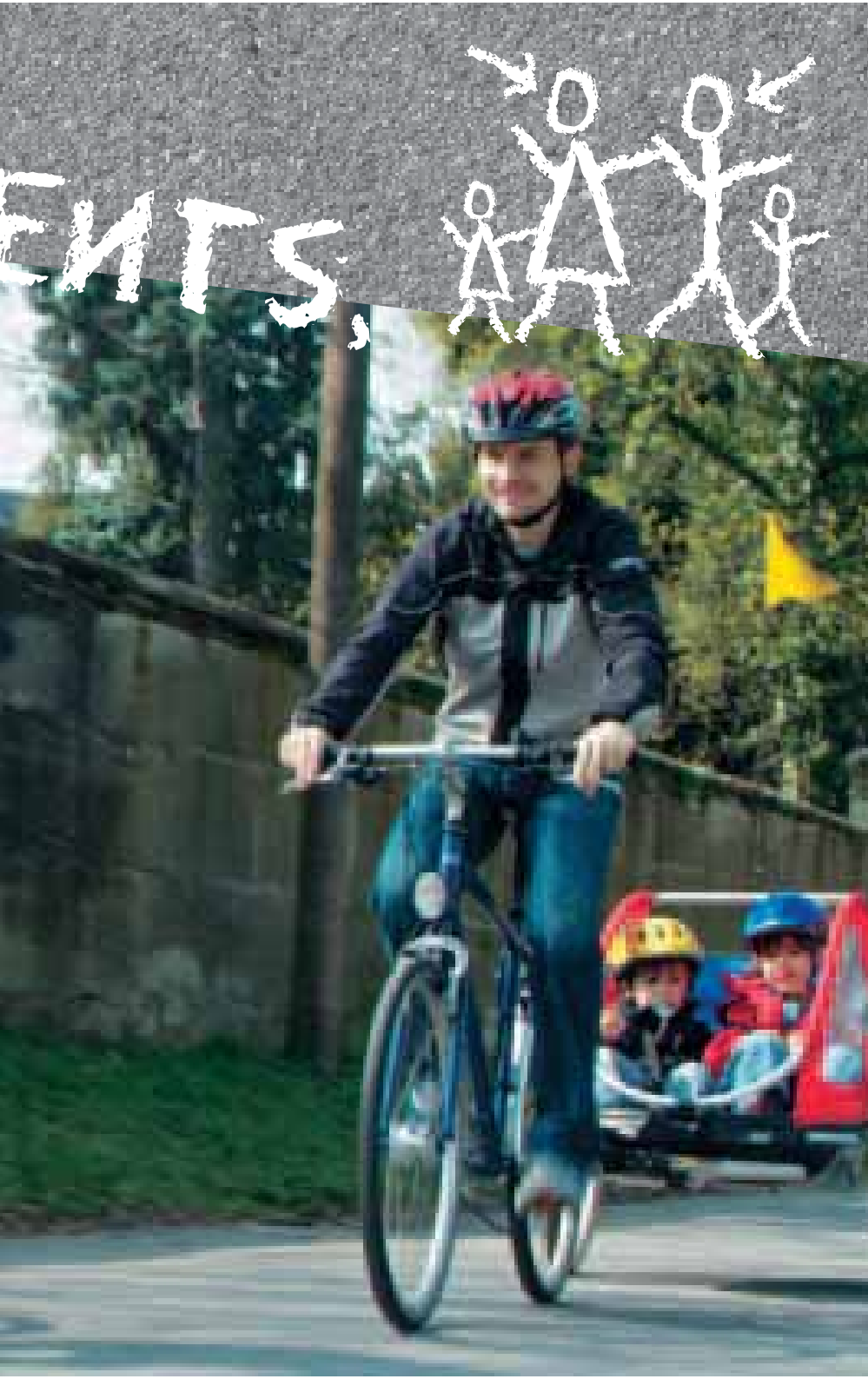
Cette brochure s'attache à répondre aux questions liées aux véhicules pour enfants – du vélo à marcher au vrai vélo pour enfants – en donnant d'utiles informations et conseils. Elle nous aide à comprendre les difficultés des enfants face au trafic et à les accompagner judicieusement sur le chemin de la mobilité autonome en les encadrant, en fixant les limites et en montrant le bon exemple.

Franziska Teuscher

Franziska Teuscher

Présidente de l'Association Transports et Environnement

ENFANTS,



Les enfants voient, pensent et se comportent différemment des adultes et ne sont pas conscients des dangers de la circulation. Avec l'aide de leurs parents, ils peuvent aussi se lancer sur deux roues. Nos conseils pour les enfants de trois ans et plus:

- Conseil n° 1** Aller au jardin d'enfants – à pied c'est mieux Page 7
- Conseil n° 2** Les compétiteurs portent des casques Page 8
- Conseil n° 3** De l'auto à pédales au vélo, en passant par la trottinette.. Page 9
- Conseil n° 4** Le vélo a tout le temps d'attendre Page 11
- Conseil n° 5** Faire ses expériences dans les randonnées en famille .. Page 12
- Conseil n° 6** Un enfant de moins de 10 ans est souvent dépassé par la complexité du trafic Page 15

A la fin de la brochure vous en apprendrez davantage sur les règles de la circulation pour les trottinettes et les vélos à marcher et découvrirez d'autres prestations en faveur de la mobilité des enfants en toute sécurité.

La préparation à la pratique du vélo est un long processus



SOMMAIRE

En éducation routière, il s'agit surtout de fixer des limites: bordure du trottoir = stop, traverser la route = descendre du vélo, etc.!



Les enfants veulent bouger. C'est tout naturel. Mais qui dit liberté de mouvement dit aussi limites.

Les jeux d'équilibre sont particulièrement importants pour un développement sain: les facultés motrices et mentales sont étroitement liées. Les enfants qui ont une activité physique régulière ont davantage confiance en eux et sont plus agiles.

Les enfants devraient pouvoir jouer le plus possible dehors et rencontrer d'autres enfants. Parcourez avec votre enfant son espace de jeu et de mouvement et définissez avec lui les zones dans lesquelles il peut se déplacer librement – à pied ou en roulant.

Surtout, n'oublions pas les bons vieux principes: bien apprendre, c'est répéter et répéter encore.

LIBERTÉ DE MOUVEMENT ET APPRENTISSAGE
DE LA MOBILITÉ VONT DE PAIR

MAMAN ET PAPA MONTRENT L'EXEMPLE

Les enfants apprennent surtout en observant et imitent ce qu'ils voient – notamment le comportement de papa et maman!

C'est à la fois pratique et enjouant: l'enfant remarque tout de suite si papa porte aussi le casque pour de courts trajets, si maman attend au feu rouge même lorsqu'il n'y pas de voiture, si papa s'énerve lorsque la voiture de devant ne démarre pas tout de suite quand le feu passe au vert, ou si maman boucle toujours sa ceinture.

«Tu ne peux pas faire ça, tu es encore trop petit!» – cet argument, que l'on entend souvent, est rarement convaincant pour les enfants.

Ne soyons pas avarés d'explications. Dans la circulation, où il y a tant de règles à respecter, les adultes ne sont pas toujours les meilleurs exemples.



SAVEZ-VOUS CE QUE LES ENFANTS VOIENT, ENTENDENT ET PENSENT?



Les prouesses «acrobatiques» des enfants en mouvement dans un parc ou dans les zones sans voiture sont trompeuses: déjà sur le trottoir, les exigences sont tout autres. Dans la circulation, les petits sont bien plus en danger que les grands – et pas seulement du fait qu'ils sont moins visibles.

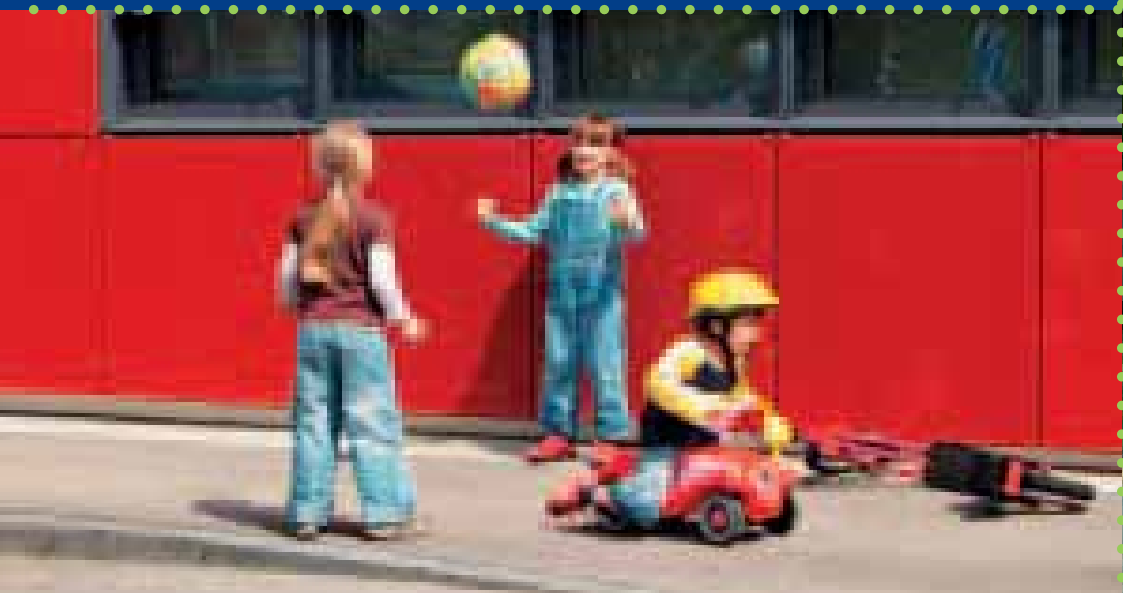
- L'angle de vision d'un enfant de 1^{re} année d'école représente 70% de celui de l'adulte. Les véhicules venant de gauche ou de droite lui sont donc cachés plus longtemps.
- Ce n'est qu'à partir de 10 ans qu'un enfant peut estimer la vitesse de déplacement. Un enfant de 3 ou 4 ans discerne mal si un véhicule s'approche ou non.
- Entre 3 et 7 ans, réalité et fantaisie se confondent souvent: le vélo devient un cheval et l'enfant se transforme en superman. De ce fait, il perçoit mal les dangers et passe du parc au trottoir et du trottoir à la route sans se soucier de rien.
- Les petits enfants ne peuvent pas localiser les sources de bruit situées derrière ou à côté d'eux.
- L'enfant conclut que sa perception est la même pour tout le monde: «Pourquoi l'automobiliste ne me verrait-il pas, alors que moi je le voit?» De même, le chemin de freinage d'un véhicule est une notion qui lui est étrangère – puisque lui, quand il freine, il arrête son vélo pratiquement sur place.
- Jusqu'à 5 ou 6 ans, les enfants ne remarquent que les dangers imminents. La capacité de prévenir les dangers se développe vers l'âge de 8 ans. Et ce n'est que vers 10 ans qu'ils sont capables de réagir de manière appropriée en cas de panne des feux de signalisation des passages pour piétons.



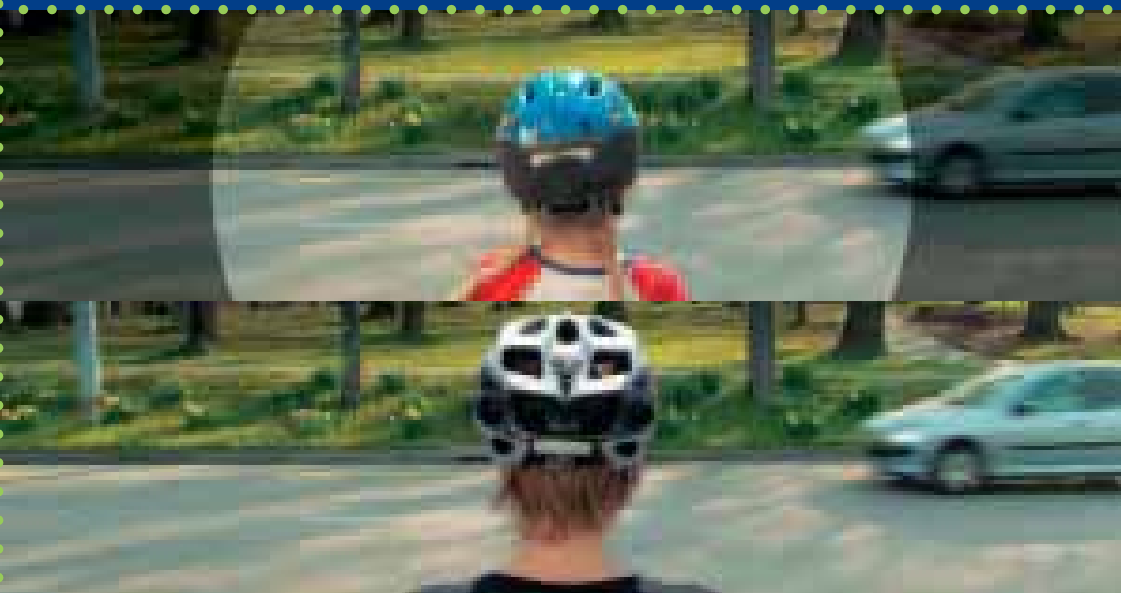
Dans l'univers des enfants, il est très difficile d'avoir une vue d'ensemble.



Véhicule peu bruyant = véhicule lent? L'enfant ne peut guère estimer la vitesse d'une voiture. De plus, il pense que «l'auto» l'a vu.



Les enfants réagissent spontanément et se laissent facilement déconcentrer par l'envie de jouer.



L'angle de vision d'un enfant de 1^{re} année d'école représente 70% de celui de l'adulte.

www.VELOPLUS.ch rend les familles mobiles

Equipements pour les familles actives

[HOME](#)

[Katalog](#)

[Läden](#)

[Wetzikon](#)

[Basel](#)

[Ostermundigen](#)

[Emmenbrücke](#)

Fachinformation

 [Elchtest - Wie sicher sind Kinderanhänger](#)

www.veloplus.ch



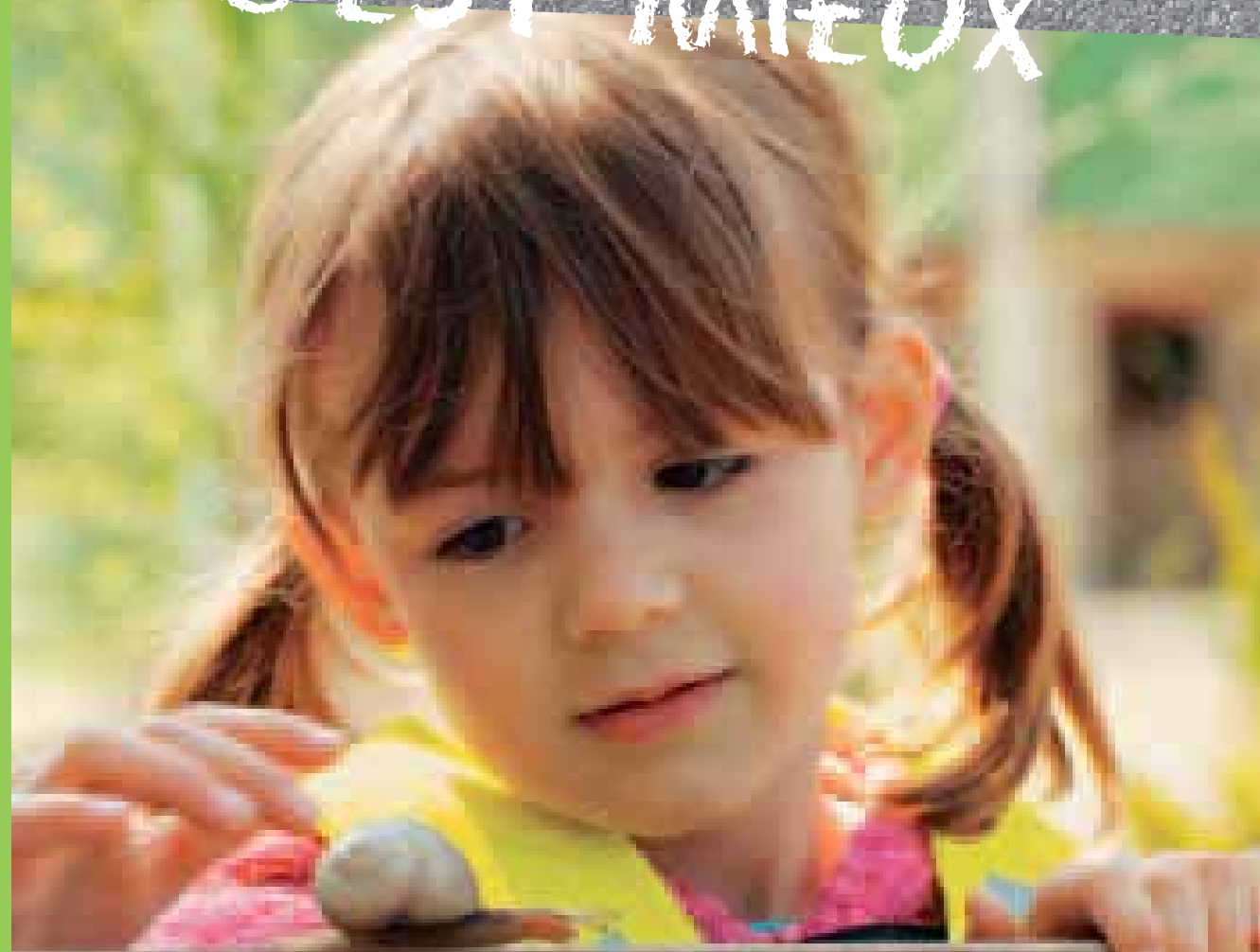
ALLER AU JARDIN D'ENFANTS -

À PIED C'EST MIEUX

Conseil n° 1

Il est compréhensible que les enfants aient envie d'utiliser leurs engins roulants pour aller au jardin d'enfants. Les instructeurs de sécurité routière recommandent toutefois de s'y rendre à pied. En effet, l'éducation routière dispensée dans les jardins d'enfants se focalise sur les déplacements à pied. Elle aide l'enfant à parcourir à pied le chemin de l'école par des conseils et des exercices ludiques.

Marcher, plutôt que rouler, est non seulement plus sûr, mais aussi plus captivant. La lenteur permet à l'enfant de mieux percevoir les sensations et de découvrir, avec ses camarades, le monde qui l'entoure. Conduire son enfant en voiture à l'école est certes pratique pour lui, mais c'est surtout le priver de précieuses expériences qui compteront parmi les plus marquantes de sa vie.



Se rendre à pied à l'école, plutôt qu'en roulant, permet de découvrir l'univers... pas à pas.

Faux: le casque glisse

Juste: le casque est bien en place – pas plus de 2 doigts plus haut que le yeux!



A vélo, que ce soit sur le siège pour enfant du vélo, dans la remorque du vélo, sur le vélo-remorque, sur le vélo à marcher ou sur un «grand» vélo, il est très important que l'enfant porte un casque pour éviter de graves blessures à la tête.

Aujourd'hui, presque la moitié des moins de 7 ans portent un casque, quand ils se déplacent en roulant. Ces compétiteurs en devenir seront plus facilement convaincus de l'utilité du casque si maman et papa montrent le bon exemple.

Mais attention, seul un casque bien adapté protège efficacement en cas de chute. Le tour-de-tête réglable et la jugulaire doivent être ajustés de manière à ce que le casque ne ballote pas, ni ne puisse glisser en arrière. Il est donc important de bien serrer la jugulaire avant.

Conseil n° 2

LES COMPÉTITEURS 
PORTENT DES CASQUES

DE L'AUTO À PÉDALES AU VÉLO, EN PASSANT PAR LA TROTTINETTE

Conseil n° 3

Le vélo peut attendre un peu. La trottinette est une excellente préparation à la pratique du vélo.

Pour les tout petits, le tricycle ou la voiture à pédales sont de bons véhicules d'initiation. Les vélo à marcher ou les trottinettes à larges pneus gonflables préparent idéalement à la pratique du vélo.

La trottinette et le vélo à marcher favorisent le développement des facultés nécessaires à la pratique du vélo: sens de l'équilibre, estimation de la vitesse et de la distance, réaction de freinage, coordination, etc. Les risques d'accident sont nettement plus faibles qu'à vélo, notamment parce que le centre de gravité est plus bas et que les pieds sont tout de suite à terre en cas d'urgence.



Les enfants en âge préscolaire devraient pouvoir s'ébattre et rouler dans des endroits protégés de la circulation (place de jeu, parc, etc.)

Famille mobile

Le spécialiste des véhicules de mobilité douce vous propose un vaste éventail de produits vous permettant de réaliser votre concept de transports sans automobile en y incluant les enfants. Sur leurs trottinettes, vélos à marcher, tricycles ou monocycles, les enfants apprennent de manière ludique à se familiariser à la circulation routière, tout en acquérant davantage de sûreté et d'autonomie.



- Je commande le catalogue gratuit Kids&Family
- Je commande le catalogue gratuit d'articles de vélo Vitelli
- Je commande le catalogue gratuit d'abris vélos Vitelli

Prénom / Nom

Adresse

NPA / Lieu

www.vitelli.ch



Notre catalogue Kids&Family propose une riche palette d'articles: du tricycle à la remorque à vélo, en passant par le monocycle. Commandez-le via info@vitelli.ch ou au moyen du bulletin ci-contre. **Vitelli Velobedarf AG, Tél. 061 361 70 70**
Dornacherstrasse 101, 4053 Bâle

LE VÉLO A TOUT LE TEMPS D'ATTENDRE

Conseil n° 4

Il est préférable de passer au vélo seulement lorsque l'enfant est capable de garder l'équilibre sans roues stabilisatrices.

Les vélos avec roues stabilisatrices ne sont pas conseillés – le sens de l'équilibre se développe mieux sur une trottinette qui permet à l'enfant préscolaire de faire ses principales expériences motrices.

Il n'est pas urgent d'acheter un premier vélo.

D'autant plus

- qu'on évite ainsi de donner de faux espoirs à l'enfant (et aux adultes) en lui faisant croire que «posséder un vélo = pouvoir circuler»
- qu'un vélo d'enfant parfaitement équipé (photo) pourra ensuite aussi être utilisé pour circuler sur la route.

Le vélo pour enfants: petit, mais parfaitement équipé de deux freins, de feux avant et arrière, et de réflecteurs avant et arrière. (blanc/rouge). Sans oublier la vignette, s'il est aussi utilisé par des enfants en âge de scolarité.



«Auto-école» en famille: toujours s'arrêter au bord du trottoir et regarder à gauche et à droite!



La transition de la pratique du vélo en zones protégées à la circulation autonome sur la route s'effectue de préférence étape par étape et sur plusieurs années.

La loi prescrit que: les enfants peuvent circuler sur la route à vélo au plus tôt en âge de scolarité. Les petites randonnées à vélo avec les parents sur les pistes cyclables peu fréquentées permettent de s'exercer. Par exemple: avant de quitter la zone piétonne, toujours s'arrêter au bord du trottoir et regarder de chaque côté. Ou encore: que signifient ces dents de requins, ou comment s'appelle cet autre signal?

Avant le milieu de la scolarité, obliquer à gauche en présélectionnant est une manœuvre encore trop dangereuse pour l'enfant. Dès lors, mieux vaut mettre pied à terre à droite de la route, pour la traverser ensuite en poussant le vélo.

De préférence papa/maman ouvrira/fermera la «marche», l'enfant circulant entre les deux. En présence d'un seul adulte, l'enfant roule derrière.

Sur les tronçons difficiles, la solution de rechange idéale pour les enfants de moins de 10 ans qui ont envie de pédaler est certainement le vélo-remorque.

**FAIRE SES EXPÉRIENCES
LORS DES RANDONNÉES EN FAMILLE**

Conseil n° 5



Si l'enfant a suffisamment d'assurance, il peut, sous surveillance, rouler devant et assumer les responsabilités.

L'«Original»



«Mountain»

- + bouleau ou hêtre
- + pneus à air
- + super léger
- + pèse seulement 3,7 kg

Le «Nouveau»



«Jumper»

- + aluminium
- + pneus BigApple
- + amortisseurs
- + pèse seulement 3,6 kg

LIKEaBIKE «Mountain»
avec «Lorry»



Coupon de réponse

Je souhaite recevoir un catalogue de produits gratuit ainsi que **vo**tre offre spéciale pour les membres de l'ATE.

Nom, Prénom _____

N°, Rue _____

Code postal / Localité _____



UN ENFANT DE MOINS DE 10 ANS EST SOUVENT DÉPASSÉ PAR LA COMPLEXITÉ DU TRAFIC

Conseil n° 6

A partir de quand peut-on laisser les enfants rouler seuls dans la circulation? Selon les recommandations des instructeurs routiers, en principe au plus tôt lorsque les enfants ont réussi l'examen cycliste qu'ils passent vers 10-12 ans.

Bien que la loi autorise les enfants en âge de scolarité à circuler sur la route et bien qu'ils soient souvent déjà très habiles, ils ne sont encore, à bien des égards, pas aptes à circuler dans le trafic.

C'est encore aux parents qu'il appartient d'estimer les capacités de l'enfant et de favoriser constamment son développement, même après sa formation routière théorique et pratique de milieu de scolarité.



Vers l'âge de 10 ans, les enfants obtiennent un «permis» – limité – de circuler à vélo sur la route.

TROTTINETTES ET VÉLO POUR ENFANTS: LES RÈGLES PRINCIPALES

Les règles qui s'appliquent aux vélos pour enfants sont les mêmes que celles des trottinettes, des vélos à marcher, des patins à roulettes, etc. Sont considérés comme vélos pour enfants, les modèles spécialement conçus pour un usage par les enfants en âge préscolaire.

... Les vélos pour enfants, trottinettes, etc. sont autorisés:

Ce qui est autorisé n'est pas forcément sûr. C'est finalement aux parents de décider en fonction de l'âge, de l'expérience de l'enfant et des conditions de la circulation.



Trottoirs, chemins piétons, zones piétonnes

A vitesse modérée. Les piétons ont la priorité!



Pistes cyclables

Enfants en âge préscolaire accompagnés d'un adulte.
(Interdits sur les bandes cyclables)



Zones 30 km/h et zones de rencontre

Circuler à droite.

Enfants en âge préscolaire accompagnés d'un adulte.



Routes secondaires peu fréquentées, en l'absence de trottoir, de piste cyclable ou de chemin piéton.

Circuler à droite. Enfants en âge préscolaire accompagnés d'un adulte.



Passages piétons

Loi: à la vitesse d'un homme au pas.

Recommandation: descendre de vélo et traverser à pied.

❖ **Pour jouer, les enfants peuvent utiliser librement les zones piétonnes et toute la chaussée des rues secondaires peu fréquentées (quartiers d'habitation), pour autant qu'ils ne gênent pas ou ne mettent pas en danger les autres usagers.**

Vous trouverez davantage d'informations sur les «engins assimilés à des véhicules» dans la brochure 0207 du bpa à l'adresse www.bpa.ch.

Gesetzesgrundlage: Art. 50 Verkehrsregelverordnung;
Art. 24 Verordnung über technische Anforderungen an Strassenfahrzeuge.



A vélo en toute sécurité!

Cours de conduite cycliste 2006:
www.oekk.ch → Club ÖKK
Gratuité pour les assurés ÖKK!
0800 816 816


ÖKK
Caisses Maladie Publiques
Suisse

Jeune et sympa.

AUTRES PRESTATIONS EN FAVEUR DE LA MOBILITÉ DES ENFANTS EN TOUTE SÉCURITÉ



- La brochure «enfant + vélo» de la police de la ville de Zurich propose **un programme d'entraînement complet** pour le passage de l'enfant à la circulation routière, accompagné de ses parents (www.schulinstruktion.ch).
- Plus vous vous sentirez sûr sur votre vélo, mieux vous pourrez transmettre vos expériences. Souhaitez-vous faire des expériences pratiques en compagnie d'un professionnel du vélo? **Suivez avec votre enfant un cours de l'association pro-vélo.** Vous trouverez des conseils pratiques sur la sécurité à vélo ou des informations sur des cours de vélo à l'adresse www.pro-velo.ch.
- Dès le jardin d'enfants, les instructeurs routiers sont, dans votre commune, d'importants **interlocuteurs pour les questions de sécurité routière.** A l'école, les enfants reçoivent une éducation routière théorique et pratique. Dans la plupart des cantons, elle est assortie d'un examen de conduite à vélo.
- Dans les communes où les autorités n'ont pas encore veillé à adapter les conditions de circulations des quartiers d'habitation et sur le chemin de l'école, vous pouvez, en votre qualité de parents préoccupés, donner des impulsions décisives pour l'adoption de mesures adéquates. Informations sur l'introduction de zones à vitesse limitée à l'adresse internet www.ate.ch (rubrique Dossiers Transports>Sécurité routière>Zones à vitesse limitée).

Cette brochure peut être obtenue
gratuitement à l'adresse:

www.ate.ch

Association Transports et Environnement,
case postale 8676, 3001 Berne

Impressum:

© ATE 2006

Textes: Urs Geiser, Christoph Merkli, Michael Rytz

Graphisme: sonnenbern

Photographie: Andrea Campiche, Berne

Impression: Benteli Hallwag Druck AG, Wabern/Berne

Tirage total: 250 000 exemplaires, en 3 langues

Imprimé sur du papier recyclé à 100%.

