



Cyklisten i trafiken





Tilläggsuppgifter:

LL-Bladet
Tölögatan 27 A 15
00260 Helsingfors
telefon: 09-440 442
fax: 09-407 748
e-post: ll-bladet@fduv.fi

Trafikskyddet
Cittervägen 7
PB 29
00421 Helsingfors
telefon: 09-417 4700
fax: 09-417 47 400
www.liikenneturva.fi

Utgivare: LL-Bladet/LL-centret
Broschyren har utgivits
i samarbete med Trafikskyddet.
Redaktör: Ari Sainio
Lay-out: Hannu Virtanen
Översättning: Jenny Sylvén
Teckningar: Eppu Ruoranen
Kainuun Sanomat Oy 2001



Till en början

I denna broschyr finns råd för cyklister.

Cykeln är ett fordon och cyklisten är förare.

För cykel gäller i stort sett samma trafikregler som för andra fordon. Dessutom finns det också särskilda regler som gäller cyklister.

Var ska man cykla?

Cyklisten ska åka på cykelväg eller på lätttrafikled om det finns en sådan. Lätttrafikleden är avsedd för fotgängare, cyklister och ibland också för mopeder. Den märks ut med ett trafikmärke.

Om det inte finns en cykelväg eller lätttrafikled ska cyklisten

åka på högra vägrenen eller på höger sida av vägen. Vägrenen är utmärkt med en vit linje.

Barn under 12 år får cykla på gångbanan.



**Cykelvägen och gångbanan
löper parallellt med varann.**



**Kombinerad cykelväg
och gångbana.**

Lättrafikleden

Det finns två sorters lättrafikleder.

Parallell cykelväg och gångbana

Cyklister och fotgängare rör sig på var sin sida av vägen. En vit linje skiljer cykelvägen från gångbanan. Ett trafikmärke visar vilken sida som är för cyklister. Cyklisten ska åka på höger sida av cykelvägen.

Kombinerad cykelväg och gångbana

Cyklisten åker på höger sida av vägen. Han kör om fotgängare och cyklister som

rör sig på samma sida av vägen på vänster sida.

På lättrafikleder uppstår ibland risksituationer i korsningar och tunnar. Därför är det bra att sakta farten före en korsning, i synnerhet om den ligger i ändan av en nerförsbacke. I korsningar ska cyklisten väja för cyklister som kommer från höger.

Cyklisten ska vid behov använda ringklockan för att varna andra cyklister.

Cykelåkning förbjuden

Man får inte åka cykel
på motorväg eller motortrafikled.

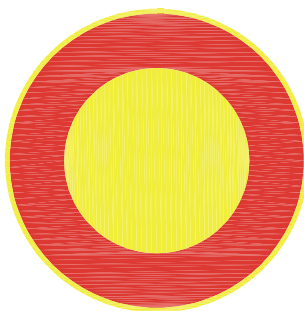
De här trafikmärkena förbjuder
också cykelåkning:



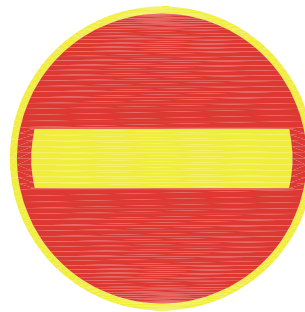
**Gångtrafik samt
cykelåkning och körning
med moped förbjudna.**



**Cykelåkning och körning
med moped förbjudna.**



Fordonstrafik förbjuden.



Förbjuden körriktning.

I en korsning mellan två likvärdiga vägar ska cyklisten väja för fordon som kommer från höger.



Varningstriangeln och stoppmärket signalerar om väjningsplikt. Möter man någotdera märket när man cyklar in i en korsning måste man väja för trafik som kommer från höger och från vänster. Stoppmärket betyder att man dessutom måste stanna.



Att köra i en korsning

I korsningar ska man vara uppmärksam. För cyklister gäller samma regler som för bilister. Kom ihåg att visa åt vilket håll du är på väg innan du svänger.

Grundregler för korsningar

— När man cyklar på körbanan tillsammans

med biltrafik ska man väja för fordon som kommer från höger.

— Det fordon (gäller också cykel) som ska svänga i en korsning ska väja för cyklister, fotgängare och mopedister som är på väg över den korsande vägen. Den korsande vägen är den väg man svänger in på. Man får alltså inte svänga i vägen för någon.

Det svängande fordonet, bilen på bilden, måste väja för cyklisten som är på väg över den korsande vägen.



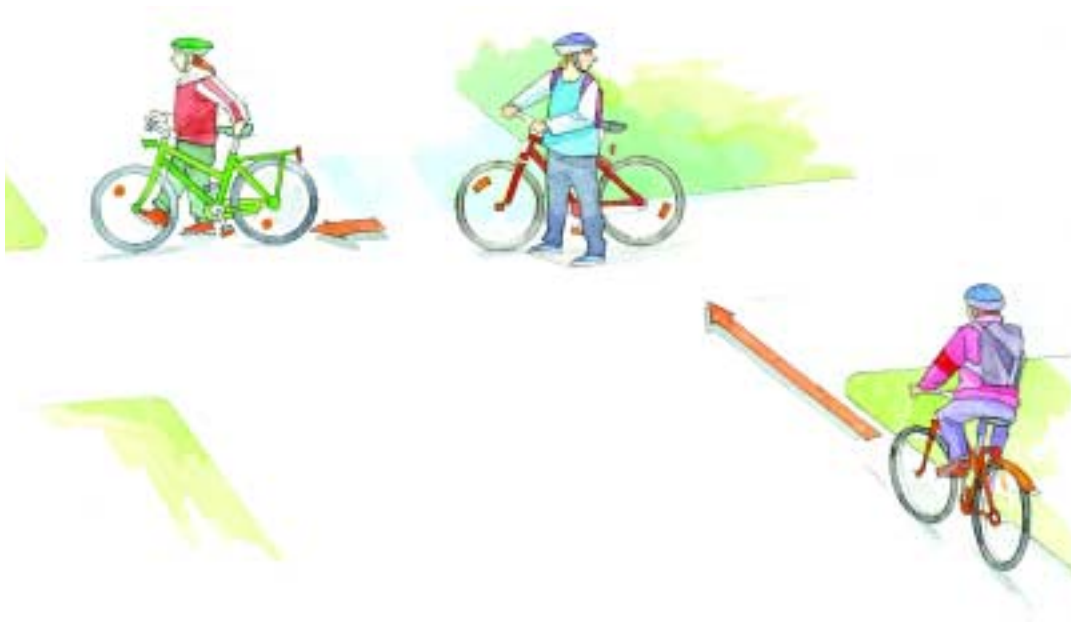
En cyklist som är på väg från cykelvägen ut på körbanan måste väja för annan trafik.

— En cyklist som är på väg från cykelvägen ut på körbanan skall väja för annan trafik. Andra skall väja för cyklisten bara när de kommer från en väg som har varningstriangel eller stoppmärke, eller om de tänker svänga in på den väg som cyklisten håller på att korsa.

— En cyklist som är på väg ut på vägen eller gatan från en gård ska väja för annan trafik.

— Ett fordon, också cykel, som kommer in i en korsning från en sidoväg märkt med varningstriangel eller stoppmärke ska väja för trafik som kommer från höger och vänster. För stoppmärket måste man stanna.

På nästa sida berättas om vänstersvängar.



Att svänga till vänster

Vänstersvängar hör till det farligaste i trafiken. Det säkraste sättet att svänga till vänster är att svänga vinkelrätt. Det går till så här:

- kör rakt över korsningen,
- stanna vid vädkanten och titta åt alla håll efter bilar,
- vänta tills vägen är fri och cykla eller led cykeln över vägen, fortsatt cykla på höger sida av vägen.

Det här är det bästa sättet också när du gör en vänstersväng in på en gård.

Gruppering

Man kan också svänga till vänster genom att gruppera, som andra fordon gör. Det är lite besvärligare.

Så här grupperar man:

- visa i god tid med handen att du är på väg till vänster,
- se efter bakåt att bilisterna ger dig tillräckligt med rum för att du ska kunna gruppera till mittlinjen,
- se efter att ingen kommer framifrån, och i en likvärdig korsning inte heller från höger,
- sväng till vänster till mittlinjen när korsningen är fri,
- se efter bakåt att bilarna låter dig åka till högra sidan av vägen,
- fortsatt köra på höger sida.

Skyddsvägen

Om cykelvägen eller lättrafikleden korsar körbanan som en skyddsväg kan man åka över där.

Det ger ändå inte automatiskt cykeln förkörsrätt, utan här gäller samma regler som i en vanlig korsning. Korsningens trafikmärken, som till exempel varningstriangel och stoppmärke, gäller också cyklisten.

Om gångbanan korsar vägen som en skyddsväg får man inte cykla över vägen, utan måste leda cykeln. Bara barn under 12 år får cykla på gångbanan.

Trafikljus

Cyklisten måste också följa trafikljus. En svängande cyklist ska väja för fotgängare på övergångsstället.

Om lättrafikleden går över ett övergångsställe ska cyklisten följa fotgängarnas trafikljus.

Vissa korsningar har egna trafikljus för cyklister. Då följer man dem.

Busshållplats

Det är bra att sakta ner vid busshållplatser. Cyklisten måste väja för passagerare som är på väg in och ut ur bussen.

Järnvägs korsning

I en plankorsning över en järnväg gäller bommarna och ljusen också cyklister. Man får inte korsa järnvägen om det är rött ljus och bommarna är nere.





Cykelhjälm

Använd cykelhjälm.
Den skyddar ditt huvud
mot skador om du faller.

Hjälmen ska ha rätt storlek.
Den får inte spänna eller sitta
för löst. En hjälm i rätt storlek
sitter bra på huvudet. Prova hjälmen
i affären innan du köper den.

Hjälmen ska sitta så att
den också skyddar pannan.
Det är viktigt att hjälmen hålls
på om du faller.

Cykelhjälm finns till salu bland
annat i cykel- och sportaffärer
och i varuhus. Du kan få hjälp av
expediten med att välja rätt hjälm.

Kontrollera att hjälmen
är märkt med bokstäverna CE.
Det betyder att man testat
hjälmens hållbarhet och
att den är godkänd.

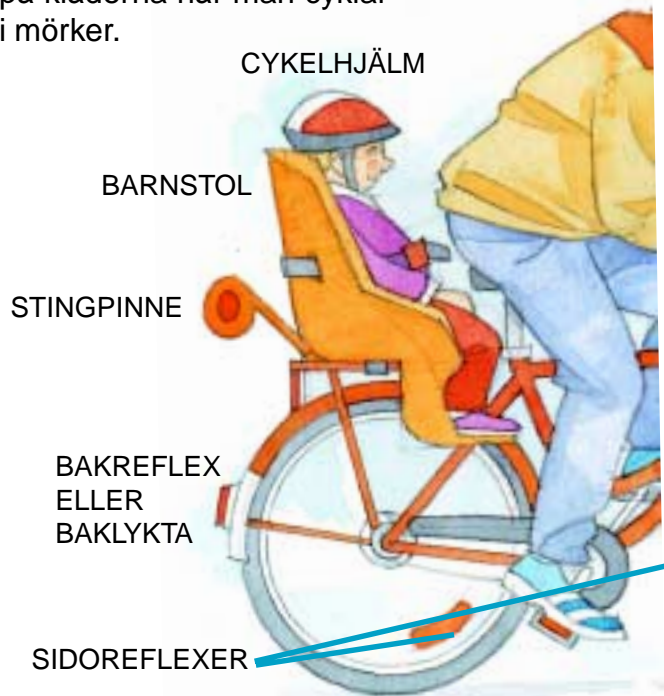
Cykel- utrustning

En bra cykel är av rätt storlek.
Då är den lätt att åka på.
Minst en gång i året är
det bra att kontrollera
att cykeln fungerar som den ska.
Om du inte själv kan serva och
reparera din cykel kan du föra
den till en cykelreparatör.

En cykel ska ha

- fungerande bromsar
- reflexer fram, bak, i ekrarna
och på pedalerna
- framlykta för mörker
- ringklocka
- stingpinne
- lås.

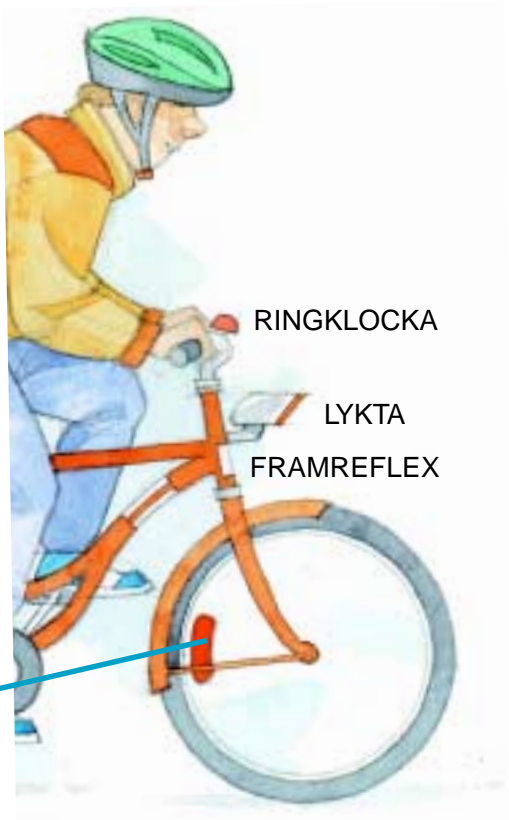
Det är bra att ha reflexer också
på kläderna när man cyklar
i mörker.



Att skjutsa på cykel

En cykel är främst avsedd för en person. För att skjutsa barn behövs en sits och skydd för fötterna. Småbarn ska sitta i en barnstol. Väskor och saker ska transporteras så att cykeln hålls i balans.

CYKELHJÄLM



Att cykla på vintern

Det är svårare att cykla på vintern än på sommaren. På vintern är det ofta halt. Då ska man försöka undvika snabba inbromsningar och svängar så cykeln inte får sladd. Man kan sätta dubbdäck på sin cykel för att öka säkerheten.

Eftersom halkan gör att bromssträcken blir längre är det viktigt att man har tillräckligt låg hastighet när man kör in i en korsning. Dessutom kan snövallar skymma sikten i korsningarna.

På vintern är det mörkt. Det är nödvändigt med ordentligt lyse och reflexer fram, bak, på pedalerna och i ekrarna.

Använd cykelhjälm också på vintern. Skaffa en hjälm som det ryms en mössa under.

Samarbete är viktigt i trafiken!

**Samarbete i trafiken.
Var uppmärksam på vad
andra tänker göra och
ta hänsyn till dem.**

**Kör inte fortare än att du har
kontroll över din cykel i alla
situationer. Sakta in innan du
kör in i korsningar. På vintern
är bromssträckan längre
än på sommaren.**

**Försäkra dig om att bilister och
andra ute i trafiken ser dig.
Framlykta och reflexer som syns
från alla håll är nödvändiga
vid mörker.**

**Oförutsedda situationer är
farligast. Gör inga plötsliga
manövrar. Visa i god tid vart du
tänker svänga. Använd vid behov
ringklockan för att varna
fotgängare och andra cyklister.**

**Lär dig trafikreglerna
och trafikmärkena.**

LL-BLADET
LÄTT LÄST



 TRAFIKSKYDDET