

Till fots & med cykel



Förtutseende bryr sig.
TRAFIKSKYDDET



Innehåll

- sida 3 Förutse
- sidor 4-5 Känn din roll i trafiken
- sidor 6-9 Håll utrustningen i skick
- sidor 10-19 Känn till var du rör dig
- sidor 20-21 Korsa vägen tryggt
- sidor 22-25 Känn väjningsreglerna
- sidor 26-27 Beakta andra –
kommunicera dina avsikter

I denna handbok har vi samlat de viktigaste trafikreglerna för fotgängare och cyklister. Handbokens bilder på trafiksituationer är illustrativa och förenklade. Vi har till exempel gallrat bort vägmärken ur bildernas trafikmiljöer.

Handboken följer vägtrafiklagen som trädde i kraft den 1 juni 2020. På grund av övergångsperioderna för ändringarna kan det i trafikmiljöerna förekomma brokig praxis gällande verkställande. Till exempel har en övergångsperiod på två år fastställts för markering av fortsättningen på en cykelbana enligt den nya lagen. Det lönar sig alltså att vara särskilt uppmärksam på trafiken.

Handboken kan användas både som stöd för undervisningen och som självstudiematerial. Du kan testa din kännedom om trafikreglerna på adressen liikenneturva.fi/vagtrafiklagen.

Illustrationer: Jussi Kaakinen | Layout: Kaisa Tanskanen
Trafikskyddet 8/2020

Trafiken är ett samspel där var och en bidrar till både sin egen och andras säkerhet. Att förutse betyder att man identifierar farliga situationer i trafiken på förhand och beaktar dem i sin egen verksamhet. Genom att förutse kan man förflytta sig smidigare, tryggare och mer avslappnat. Skyldigheten att vara förutseende som ingår i vägtrafiklagen gäller alla som rör sig på vägen.



Beakta andra trafikanter och trafikförhållandena.

Anpassa hastighet och avstånd beroende på situationen. Håll ett tillräckligt säkerhetsavstånd till andra som rör sig på vägen.



Koncentrera dig på trafiken.

Enligt lagen får användningen av en mobiltelefon och annan teknisk utrustning inte störa cyklingen. Även när man går kan mobiltelefonen leda bort uppmärksamheten från trafiken. Det är säkrast att stanna upp före man till exempel skriver ett meddelande. Undvik också att använda hörlurar i livlig trafik.



Beakta ditt tillstånd.

Trötthet, rusmedel, sjukdomar och läkemedel kan försämra förmågan att röra dig i trafiken. De kan till exempel påverka din balans och förmåga att observera och bedöma trafiksituationer eller reagera på dem.



Tänk ut en trygg rutt på förhand.

Välj gång- och cykelvägar. Reservera tillräckligt med tid för resan.

Som fotgängare

Fotgängare är förutom de som går till fots också bland annat sparkcyklister samt personer som rör sig med rullstol, med barnvagn eller på skidor. Fotgängare ska följa trafikreglerna för fotgängare samt använda den plats i trafiken som är avsedd för fotgängare. Som fotgängare räknas också de som leder en cykel eller moped samt personer som använder ett förflyttningshjälpmedel som stöder eller ersätter förflyttning till fots.



Som cyklist

Cykeln är ett fordon och cyklisten fordonets förare. Reglerna för cyklister gäller också elsparkcyklar.

Beakta fotgängarna när du cyklar: Ge fotgängarna ett tryggt utrymme när du passerar dem.

Kör om en annan cyklist på vänster sida. Ska cyklisten försäkra sig om att omkörningen inte medför fara.



Elektriska transportmedel



Anordningar vars effekt är högst 1 kW och vars maximala hastighet elassisterat är högst 15 km/h räknas som förflyttningshjälpmedel som stöder eller ersätter gående. När man förflyttar sig med dessa hjälpmedel ska man följa reglerna för fotgängare.

Hjälpmedlet får användas på gångbanan.



Lätta elfordon är anordningar vars effekt är högst 1 kW och vars maximala hastighet elassisterat är 25 km/h. När man förflyttar sig med lätta elfordon ska man följa regler för cyklister och i regel köra på cykelvägar. Självbalanserade fordon får användas på gångbanan. Då måste föraren ge fotgängaren fri passage.

Fordonet ska vara försett med ljudsignal och i mörker bör man använda reflektorer och ljus som fästs antingen vid fordonet eller vid dess användare.



Elassisterade cyklar med motor vars effekt är högst 1 kW och vars maximala hastighet är 25 km/h ska köras enligt reglerna för cyklister. Fordonen och deras förare omfattas av samma utrustningskrav som cyklister.



Fotgängarens utrustning

Enligt lagen ska fotgängare i allmänhet använda reflex i mörker. Med hjälp av reflexen kan fordonsförare urskilja fotgängaren i god tid. Den som rör sig i regn och mörker utan reflex är svår att upptäcka även om vägen är upplyst. Reflexen behövs också på belysta områden.

För att du säkert ska synas ska du fästa reflexer på båda sidorna, till exempel på dina handle-

der eller vrister. En reflexväst eller reflex som svänger fritt syns i flera olika riktningar. Det lönar sig också att förse barnvagnar, rullstolar, rollatorer eller promenadkäppar med reflexer.

Ordentliga vinterskor och halkskydd hjälper fotgängare att hållas stående på vintern.

Utrustning för cyklar och cyklister



En säker cykel är av lämplig storlek för användaren och är lätt att köra. De viktigaste tillbehören finns som standard på de flesta cyklar.

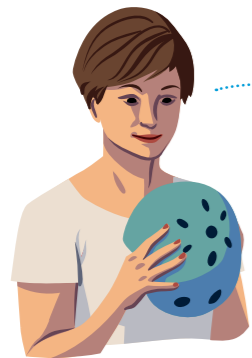
Kontrollera att cykeln har:

- Effektiva bromsar.
- Reflexer. Cykeln ska ha reflexer framtill, baktill och på sidan.
- Lampor. I mörker och skymning, eller om sikten annars är nedsatt, ska cyklisten enligt lagen använda fram- och baklampa.

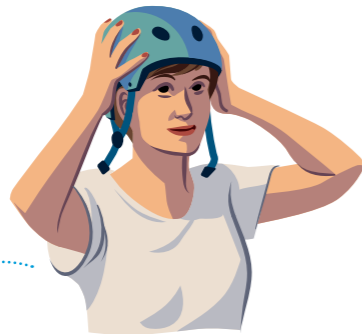
Lamporna kan också vara fästa vid cyklisten. Framlampan ska vara i en ljus färg och baklampan ska vara röd.

- Ljudsignal, till exempel ringlocka.

Underhåll din cykel regelbundet. Det lönar sig för alla cyklister att göra regelbunden rengöring, smörjning av kedjorna och kontroll av däcktrycket till en vana. På vintern är dubbdäck en viktig säkerhetsutrustning.



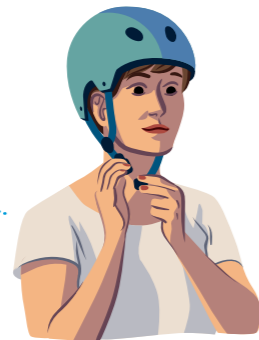
Välj en hjälm av lämplig storlek som du tycker om.



Placera den på huvudet så att pannan täcks.



Dra åt justeringsremmen spänt.



Justera remmarna så att de korsas under öronen.



Spänn hakremmen så att ditt finger ryms mellan remmen och hakan.

Använd hjälm

Enligt lagen ska cyklister och cykelns passagerare i allmänhet använda hjälm under körningen. Hjälmen förhindrar inte att olyckor inträffar, men vid olycksfall skyddar hjälmen effektivt huvudet mot skador eller lindrar skadorna. Den vanligaste cykelolyckan är att cyklisten faller utan andra inblandade parter. Största delen av allvarliga cyklingsskador beror på ett slag i huvudet.

Hjälmen ska vara av lämplig storlek och noggrant fastspänd. Om remmarna är lösa och cyklisten faller hålls hjälmen inte på huvudet och skyddar inte som den är avsedd. Efter slaget måste hjälmen bytas ut mot en ny.

Hjälmen skyddar också huvudet när man kör med elektriska transportmedel som kan jämföras med cykel, till exempel elsparkcykel.

Kontrollera att hjälmen är CE-märkt och godkänd enligt EN 1078.



Att transportera passagerare med cykel

Cyklar och därmed jämförbara transportmedel, såsom elsparkcyklar, är vanligtvis avsedda för en person. Man får inte transportera fler personer på en cykel eller ett lätt elfordon än vad de är byggda för.

För transport av barn skall en lämplig sits för detta ändamål finnas på cykeln eller det lätta elfordonet. Om barnet transporteras med en

lådcykel eller i en släpvagn ska barnet också ha en lämplig sits. Säkerhetsbältet är också nödvändig säkerhetsutrustning.

När en passagerare transporteras med cykel ska cykeln ha två separata bromsar. Cykelpassagerare ska i allmänhet också använda hjälm under körning.

Rör dig på rätt ställe

Fotgängare ska använda gångbanan eller vägrenen. Om det inte finns någon gångbana eller vägren ska fotgängaren använda kanten av cykelvägen eller körbanan.

Cyklister ska använda cykelvägen om det finns en sådan i cyklistens färdriktning. Cykelvägen markeras alltid med vägmärke. Om det inte finns någon cykelväg eller cykelfält ska cyklis-

ten köra på vägrenen till höger av körbanan. Om det inte finns någon vägren ska cyklisten köra på körbanan så nära höger kant som det är tryggt att köra. På körbanan gäller samma regler för cyklister som för andra förare.

Endast ett barn under 12 år får cykla på gångbanan, men inte heller barn får orsaka betydande olägenhet för fotgängare.

! I allmänhet markeras inte gångbanor med ett separat vägmärke.



Gångbana



Parallell cykelväg och gångbana



Kombinerad cykelväg och gångbana



Gågata



Gårdsgata



Övergångsställe



Vid kanten av en landsväg

På landsvägar ska fotgängare gå längs vägrenen. Om det inte finns någon vägren ska man använda körbanans vänstra kant om det inte är säkrare att använda den högra kanten. Cyklister ska köra så nära den högra kanten som det är tryggt att köra. Om en vägren saknas kan man bli tvungen att cykla närmare mitten av leden.

När man cyklar på landsväg är det bra att se till att man är synlig. När man cyklar i grupp får man inte köra sida vid sida, utan på landsvägen ska man köra efter varandra.

På landsvägen kan man endast köra om en cyklist om det är säkert och kan göras med tillräckligt säkerhetsavstånd.



Parallell cykelväg och gångbana

Fotgängare och cyklister har sina egna halvkor som är åtskilda till exempel med en vit linje eller olika beläggningmaterial.

Ett vägmärke visar vilken sida som är avsedd för fotgängare och vilken som är avsedd för cyklister.

Cyklister ska cykla i högra kanten på sin sida. Fotgängaren kan fritt välja plats på gångbanan.



Kombinerad cykelväg och gångbana

Fotgängare ska gå i högra eller vänstra kanten.

Cyklister ska cykla i högra kanten.

Varna andra med ringklockan när du passerar dem.



På cykelvägar kör man åt ett håll om inte en tilläggs-skyld tillåter dubbelriktad cykeltrafik.



Gågata & gårdsgata

På gågator och gårdsgator ska körhastigheten anpassas till gånghastigheten och den får inte överskrida 20 km/h.

Alla förare, även cyklister, ska ge fotgängare fri passage.

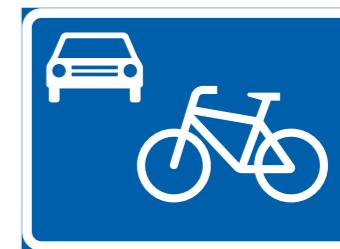
Som fotgängare ska du också ta hänsyn till andra trafikanter på gågatan.

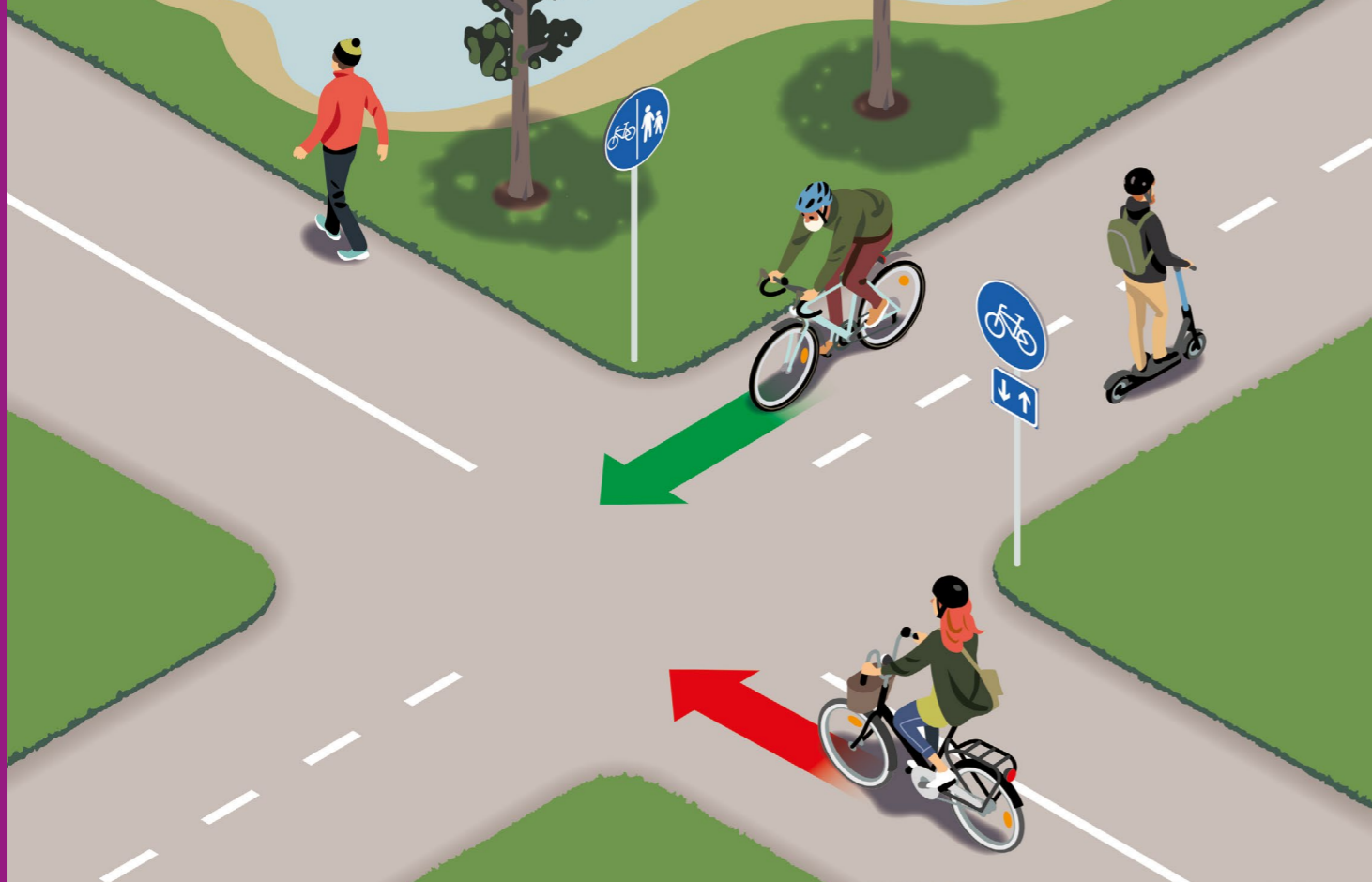


Cykelgata

På cykelgator rör man sig på cyklisternas villkor. På cykelgatan finns en gångbana för fotgängare. Bilister får köra på cykelgatan, men de måste anpassa farten till cyklisterna. Vägmärket för cykelgata sätter ingen hastighetsbegränsning i sig, utan den anges separat med ett hastighetsbegränsningsmärke.

Cyklar som kör åt samma håll får inte köra sida vid sida.





Cykelväg

På cykelvägar kör man i högra kanten. Vid en korsning av cykelvägar väjer man för det som kommer från höger om inte ett vägmärke anger något annat.

Fotgängare får också gå vid kanten av cykelvägen om det inte finns någon gångbana. Man får inte köra motorfordon på cykelvägar förutom i undantagsfall.

Ibland är det tillåtet att köra moped på cykelvägar.

Då anges detta med en tilläggsskylt: "Tillåtet för mopeder".



Cykelfält

Med vägmärkingar kan man avskilja från körbanan ett cykelfält som är avsett för cyklister. Ett cykelfält kan också markeras med ett vägmärke.

På cykelfält kör man enligt samma regler som på körbanan. När du kör på körbanan ska du passera parkerade bilar med så stort avstånd att en dörr som öppnas inte orsakar fara.



Cykelbox





En cykelbox är en väntyta som reserverats för cyklister vid en trafikljuskorsning.

Den som vill svänga till vänster i korsningen grupperar sig i cykelboxens vänstra kant medan den som vill svänga till höger grupperar sig i den högra kanten.



Cykling eller gångtrafik kan förbjudas med vägmärken

Cykling förbjuds av:





| | | | |
|---|---|---|---|
|  |  |  |  |
| Fordonstrafik förbjuden | Förbjuden färdriktning | Cykelåkning förbjuden | Cykelåkning och körning med moped förbjudna |

| | |
|---|--|
|  |  |
| Gångbana | Gångtrafik förbjuden |

↓
Cykling kan tillåtas med tillägsskylt.



Cykling och gångtrafik förbjuds av:

| | | | |
|---|---|---|---|
|  |  |  |  |
| Gångtrafik och cykelåkning förbjudna | Gångtrafik, cykelåkning och körning med moped förbjudna | Motortrafikled | Motorväg |

Enkelriktad väg

På en enkelriktad väg kan man cykla i två riktningar om det tillåts med en tillägsskylt under vägmärket. Tillägsskyltarna läggs både under märket som anger enkelriktad körväg och under märket som anger förbjuden körriktning.

Cyklisten ska röra sig i höger kant i förhållande till färdriktningen.

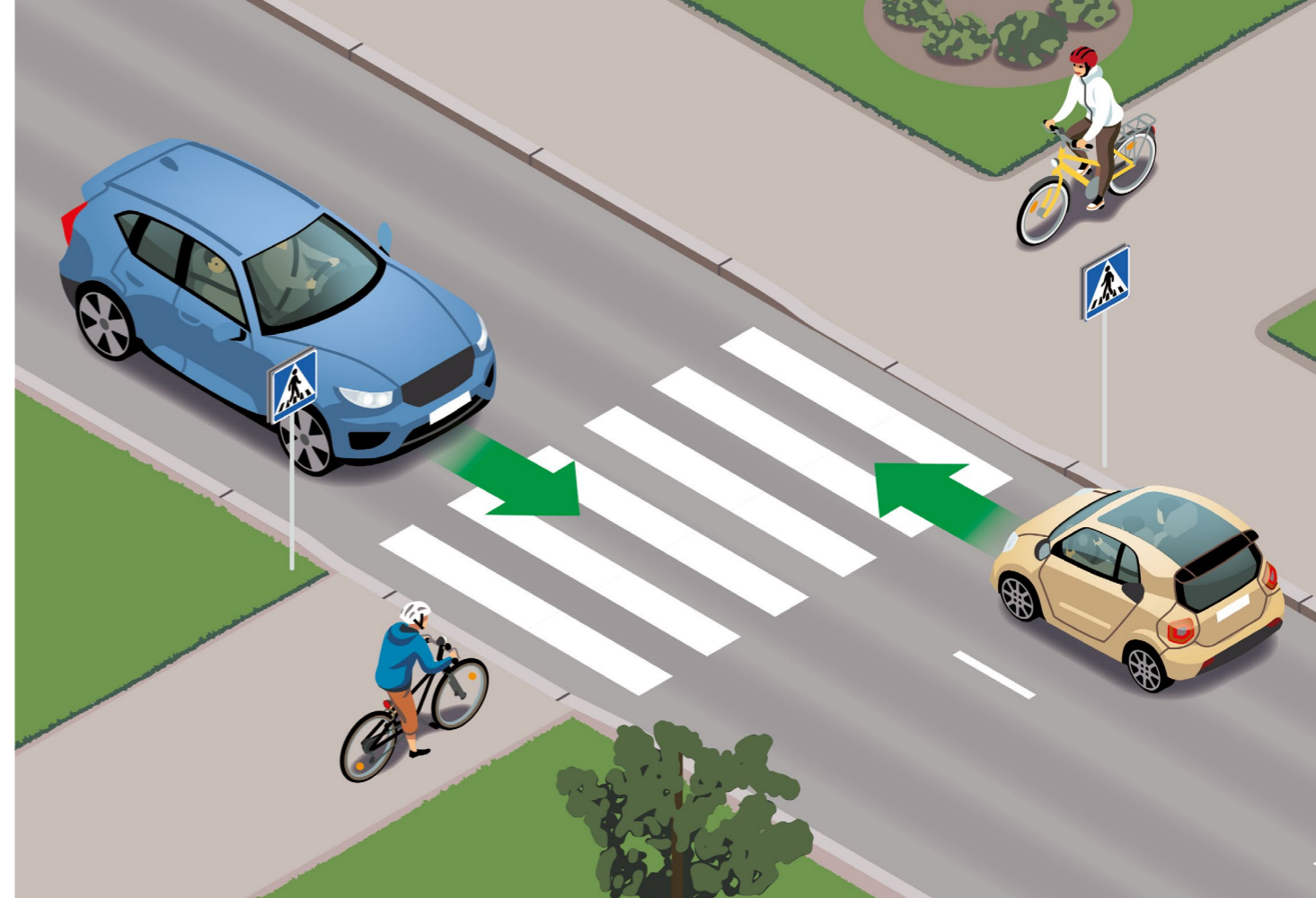
Särskild uppmärksamhet ska fästas vid mötes-situationer, gatuändar och till exempel gårdsleder.



Att korsa en väg som fotgängare

Korsa körbanan längs skyddsvägen eller genom att använda under- eller överfarten om en sådan finns i närheten. Kontrollera att fordonen är tillräckligt långt borta eller att de saktar ner hastigheten innan du korsar vägen.

Förare ska stanna för fotgängare som befinner sig på en skyddsväg eller som förbereder sig för att gå ut på den.



Att korsa vägen som cyklist

Sakta ner när du närmar dig körbanan eller korsningen. Var beredd att stanna vid behov. Följ med och förutse också de andra trafikanternas avsikter.

körbanan från både höger och vänster. Trots detta ska ett fordon som svänger alltid väja för fotgängare, cyklister och mopedister som korsar vägen vid en korsning.

Om väjningsplikten inte påvisas med vägmärke bestäms väjningsplikten i korsningen mellan en cykelväg och en körbana enligt trafikreglerna. En cyklist som kommer från en cykelväg till en körbana i en korsning ska väja för trafiken på

Cyklister som korsar en väg kan köra längs skyddsvägen. Om cyklisten leder sin cykel längs skyddsvägen är han eller hon en fotgängare, varvid bilisterna måste väja för honom eller henne.



Att korsa vägen: trafikljus

Följ ljussignalerna. Vänta på din tur vid vägkanten på din sida av leden. Beakta andra trafikanter, blockera inte cykelvägen i onödan.

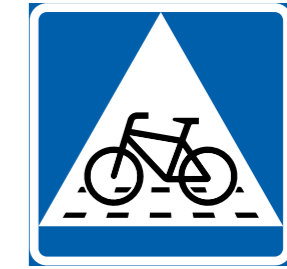
Övergångsställen för cyklister

Övergångsställen för cyklister kan markeras på flera olika sätt. Övergångsstället kan markeras med en förlängning av cykelvägen eller normala markeringar för övergångsställen, eller så kan körbanan vara omarkerad.

Förlängningen av cykelvägen markeras endast om de som kör på körbanan har väjningsplikt som anges med vägmärket: väjningsplikt i korsning, obligatoriskt att stanna eller väjningsplikt vid en plats där cyklister korsar vägen. Vid det sistnämnda ska cykelvägens förlängning vara förhöjd.



Bestämmelsen om markeringar på körbanan vid förlängning av cykelvägen ändrades då den nya vägtrafiklagen trädde i kraft 1.6.2020. Ändringen syns inte genast på vägen, eftersom väg-hållarna har en övergångsperiod på två år för att korrigera markeringarna. Observera att vägmärkningarna inte nödvändigtvis motsvarar vägmärkena under övergångsperioden.



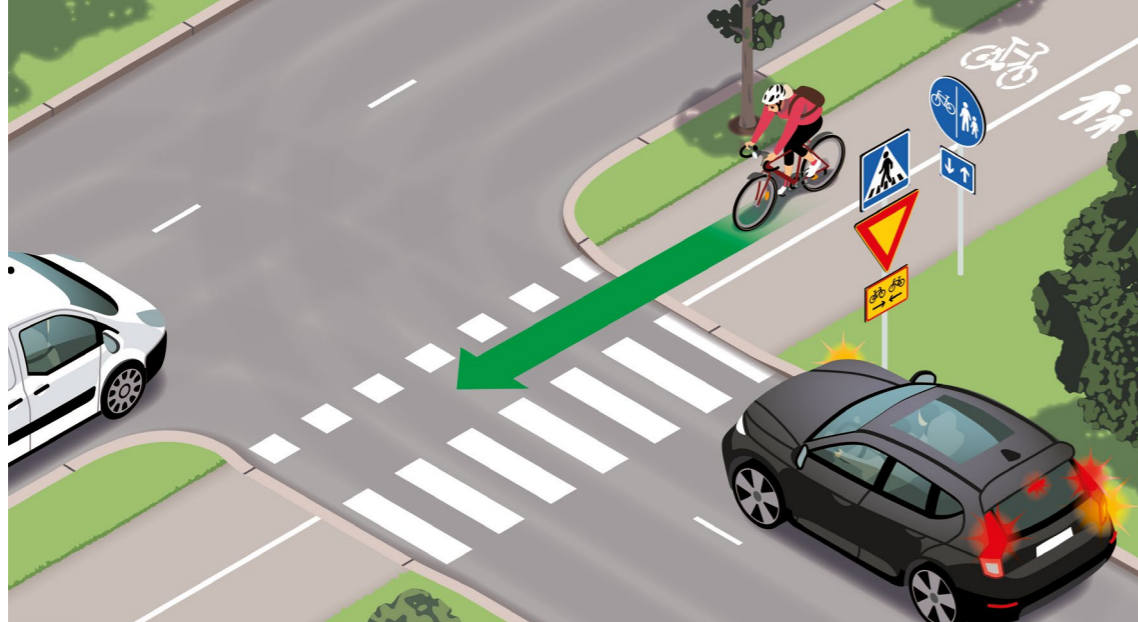
Väjningsplikt vid en plats där cyklister korsar vägen-märke



Väjningsplikt i korsning, s.k. triangel



Obligatoriskt att stanna och väjningsplikt, s.k. stop-märke

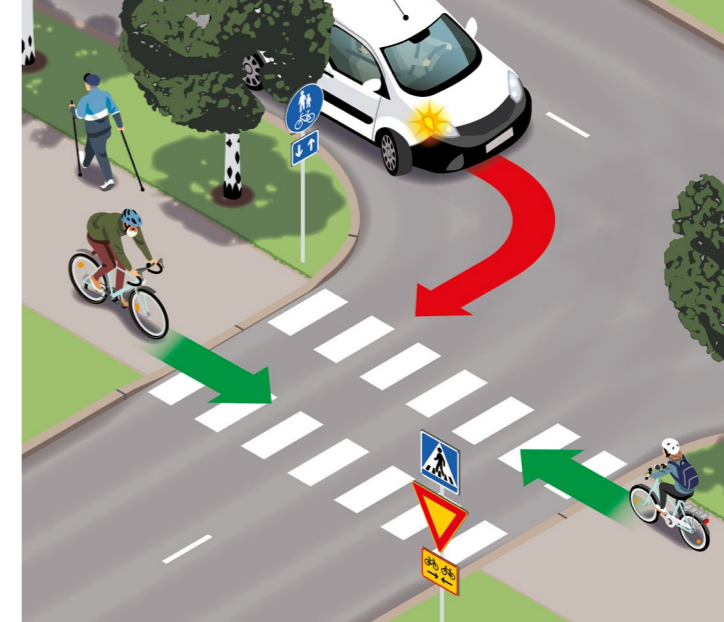


Den som svänger väjer

En bilförare som svänger ska väja för fotgängare, cyklister och mopedister som korsar vägen vid en korsning.



Närma dig alltid korsningar försiktigt.



Vägmärket styr

Den som kommer från en riktning med triangel eller stop-märke ska också väja för dem som rör sig på en förlängning av cykelvägen i en korsning.

Beakta att föraren av ett fordon som håller på att svänga till höger ofta har fäst uppmärksamheten vid trafiken på körbanan. Föraren kanske inte märker en cyklist som kommer från höger.



Man får inte köra förbi stop-märket ens med cykel utan att stanna.



Från gården till vägen

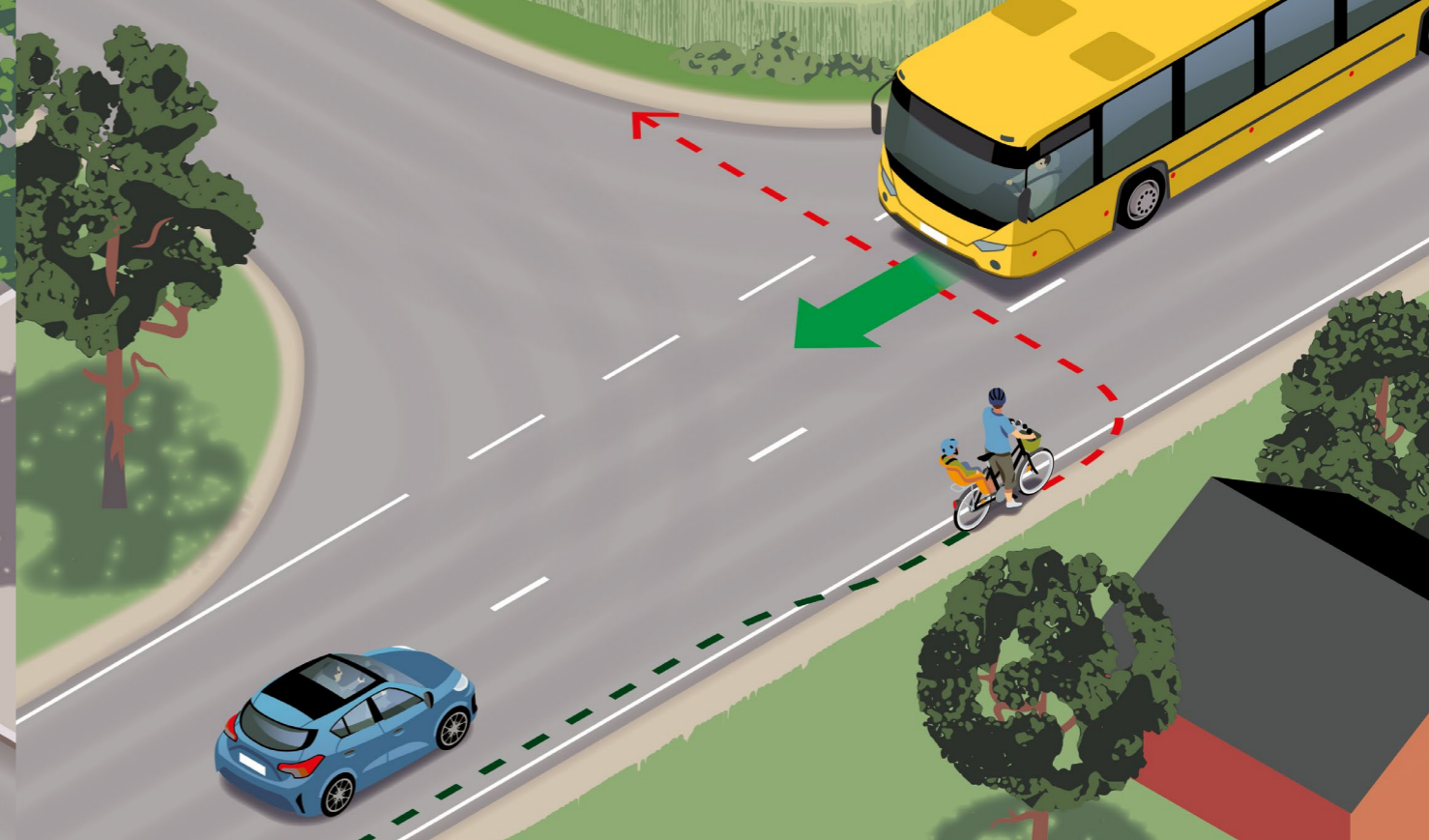
Väj alltid för andra som rör sig på vägen när du kör ut på vägen från en gård, parkeringsplats, gårdsgata eller någon annan motsvarande plats.

Rondell

Bilister som anländer till eller lämnar en rondell ska väja för fotgängare, cyklister och mopedister som korsar vägen. När man kör in i en rondell passerar man ett vägmärke som ger

väjningsplikt. När man lämnar en rondell ska man väja för fotgängare, cyklister och mopedister som korsar vägen.





Gruppering för att svänga – visa riktningstecken

Cyklister signalerar om sina avsikter till andra som rör sig på vägen genom riktningstecken samt sitt val av körhastighet och körlinje.

I synnerhet när man svänger ska man också iaktta trafiken bakifrån och visa riktningstecken i tid.

När man kör med cykel på körbanan ska man svänga på samma sätt som med andra fordon, d.v.s. genom gruppering. Gruppera i

högra kanten när du svänger till höger. När du svänger till vänster ska du visa riktningstecken och gruppera i närheten av mittlinjen i god tid, stanna vid behov. Den som svänger till vänster ska väja för den mötande trafiken. Sväng till vänster när vägen är fri. Väj för fotgängare på övergångsstället.

Förutom gruppering är det också tillåtet för cyklister att svänga vänster i två steg, se följande bild.

Att svänga i två steg

När man svänger till vänster i två steg ska man först köra över korsningen längs vägens högra kant.

Korsa körbanan när det inte kommer annan trafik.

Stanna vid behov så att du även hinner göra noggranna observationer om trafiken bakifrån.

Det är tryggare att svänga i två skeden i synnerhet på en väg med högre hastigheter.

Om du korsar vägen utan att stanna ska du komma ihåg att visa riktningstecken.

Ha en trygg resa

Genom att röra dig till fots eller med cykel får du mer vardagsmotion och hälsofördelar, och miljön tackar också. Dock är det endast hälsosamt och ekonomiskt om det är tryggt. Genom att förutse undviker du många farliga situationer.

Väglag och förändrade trafiksituationer kan vara en utmaning även på en bekant rutt. Det är viktigt att välja hastighet så att man kan kontrollera situationen.

Till exempel på vintern kräver mörkret och halkan ofta att man saktar ner hastigheten. Man ska också sakta ner i områden med många andra trafikanter. För andra trafikanter kan din hastighet kännas mer otrygg än den känns för dig. Vi rör oss inte ensamma i trafiken, så vi ska ta hänsyn till varandra.



Förutseende bryr sig.
TRAFIKSKYDDET

