

SAFE ROUTES PHILLY

AVANCER | APPRENDRE



Livre d'activités



Hé les adultes !

Tout le monde fait des erreurs—des enfants courent dans la rue—mais ces erreurs ne devraient pas être fatales. Privilégier la sécurité des personnes dans nos rues peut permettre d'éviter les accidents les plus graves et les plus mortels.

En 2017, Philadelphie a adopté la Vision Zero, un programme visant à éliminer tous les décès dus aux accidents de la route dans nos rues. La Vision Zero place la vie humaine au centre de toutes les priorités. Son objectif est de créer des rues où davantage de personnes peuvent circuler à pied et à vélo en toute sécurité, et de les rendre plus sûres en raison de leur plus grande fréquentation. Une participation plus importante à des activités physiques permettra également d'améliorer la santé de notre ville.

Les parents et les accompagnateurs comme vous font partie intégrante de la Vision Zero, car ils apprennent aux enfants à se déplacer à pied et à vélo en toute sécurité, et à adopter des comportements sécuritaires au quotidien. Les activités contenues dans ce livre sont conçues pour donner aux enfants les moyens d'éviter les causes les plus fréquentes d'accidents à pied et à vélo chez les enfants :



Causes fréquentes d'accidents à pied chez les enfants

Traverser la rue en dehors d'un passage pour piétons

Traverser en courant depuis une file de voitures stationnées

Ne pas respecter les feux ou les panneaux de signalisation

Se faire renverser sur un passage pour piéton par un conducteur qui tourne



Causes fréquentes d'accidents à vélo chez les enfants

Ne pas s'arrêter à un feu de signalisation ou à un panneau Stop

Sortir d'une allée sans s'arrêter

Changer de trajectoire subitement sans regarder derrière soi

Se faire renverser par un conducteur sur un passage pour piétons

Sources : Vision Zero - ville de Philadelphie ; National Highway Safety Research Center.

Votre enfant est-il prêt à se déplacer seul à pied ou à vélo ?

Enfants de 7 à 9 ans :

1. Doivent toujours être supervisés lorsqu'ils se déplacent à pied et à vélo.
2. Sont prêts à développer des compétences plus complexes.
3. Apprennent en marchant ou en roulant à vélo avec un adulte qui leur explique des tâches plus complexes, comme où et quand traverser la route.

Enfants plus âgés :

1. Sont prêts à se déplacer à pied et à vélo parfois seuls et parfois supervisés.
2. Peuvent bénéficier de rappels concernant la sécurité.
3. Apprennent en suivant un itinéraire avec un adulte pour savoir où traverser et comment veiller à leur propre sécurité avant de parcourir cet itinéraire seuls à pied ou à vélo.



Ce livre est destiné aux élèves de 8 à 10 ans (grade 3-5), qui peuvent le lire seuls ou avec l'aide d'un parent ou d'un accompagnateur.



Se déplacer

Philadelphie est une ville très particulière !

Pourquoi ? Tout le monde peut se rendre où il veut de nombreuses manières ! Mais où que nous allons, nos déplacements commencent et se terminent toujours à pied. Tout le monde est un piéton à Philadelphie.

Comment te déplaces-tu ? Trace un X sur tous les moyens de transport que tu utilises pour te rendre dans ces endroits à Philadelphie. Est-ce que tu peux tracer une ligne diagonale, verticale ou horizontale ?

Piéton. *nom.*

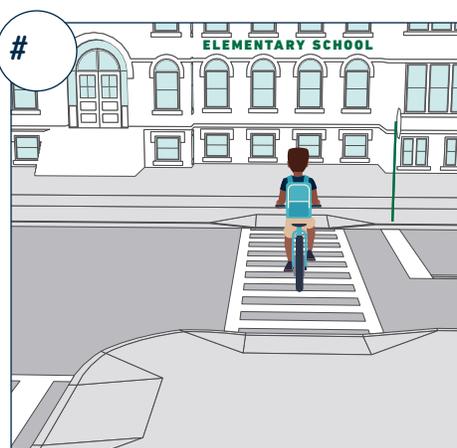
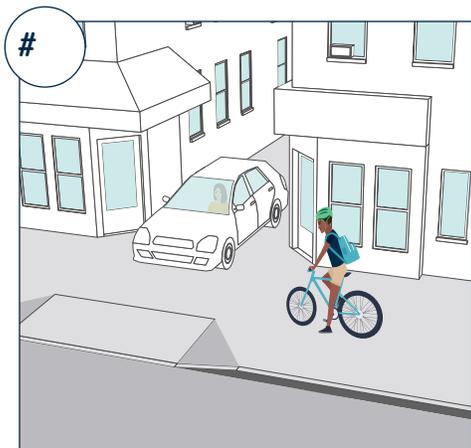
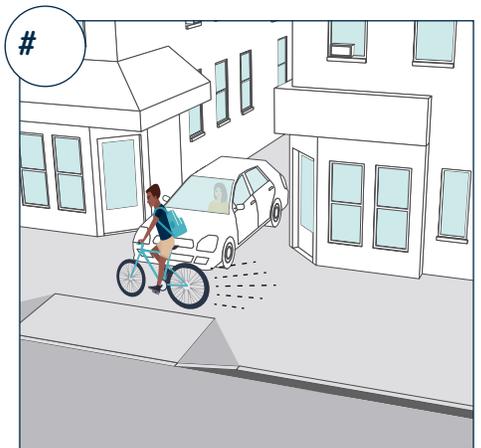
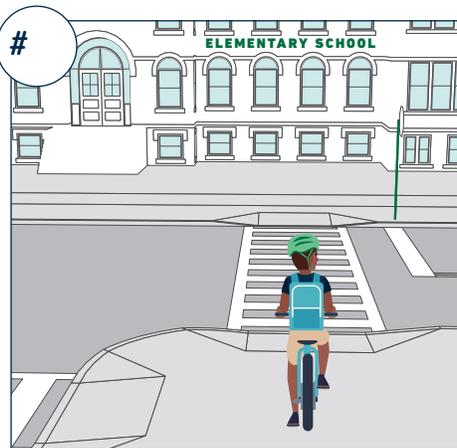
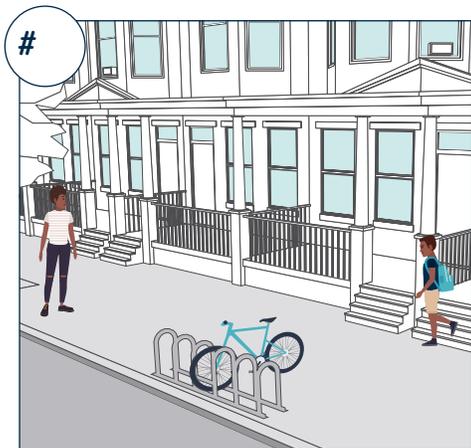
Une personne qui se déplace à pied ; marcheur. Il est possible de marcher de différentes manières— avec les jambes, dans un fauteuil roulant, ou à l'aide d'une canne ou de béquilles.

	Marche	Vélo/ trottinette	Bus	Tramway	Métro	Voiture
École						
Magasin						
Chez un ami						
Parc						
Activité sportive						
Bibliothèque						

Se déplacer à pied et à vélo sur le trottoir

Alex se rend à l'école à vélo tous les matins. Parfois, Alex se rappelle qu'il doit rouler de manière sûre et responsable. Parfois pas.

Les images ci-dessous illustrent le trajet d'Alex jusqu'à l'école. Trace un X sur les images qui ne sont pas sûres, et entoure les images qui le sont. Après avoir entouré les images sûres, numérote-les de 1 à 4 pour raconter le trajet d'Alex jusqu'à l'école.



Hé les adultes !

Selon la loi de Pennsylvanie, les enfants de moins de 12 ans peuvent rouler à vélo sur le trottoir. Après 12 ans, ils sont légalement censés rouler sur la route.

Réponses sur la couverture arrière.

Traverser la rue

Avant de traverser une rue, tu dois t'arrêter au bord, regarder à gauche, à droite et de nouveau à gauche, et rester à l'écoute du trafic. Il est plus sûr de traverser sur un passage pour piétons.

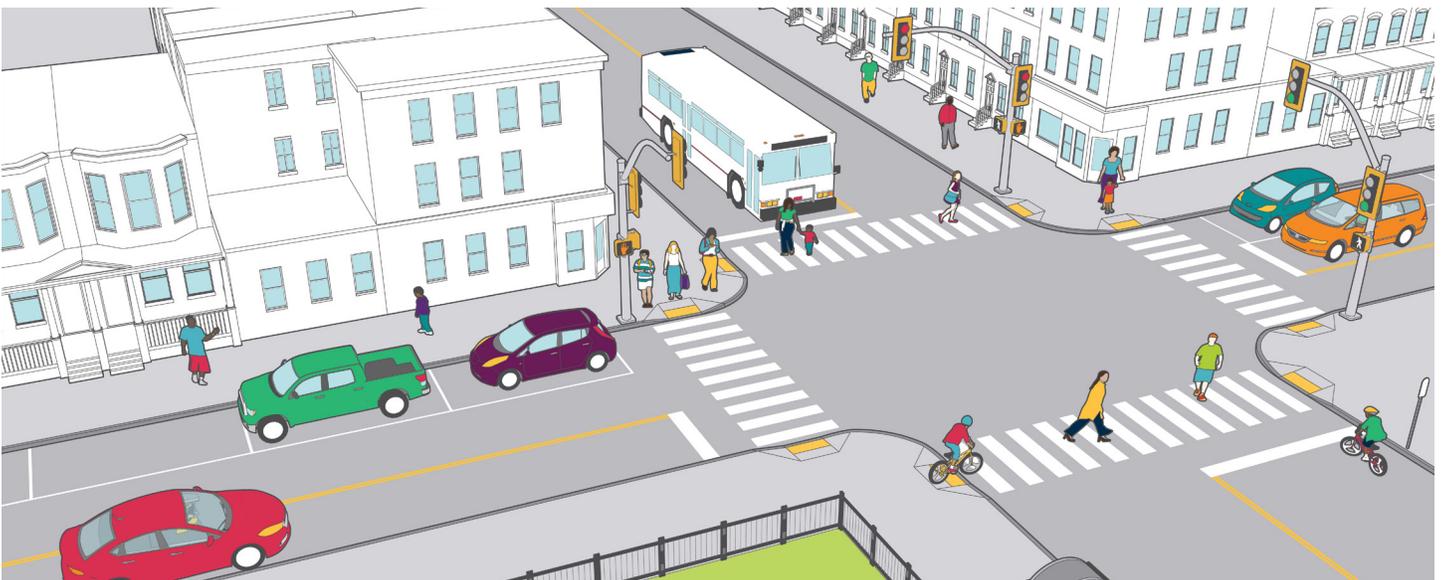
Peux-tu retrouver les différences ? Sur l'image du dessus, de nombreuses personnes se déplacent de manière dangereuse. Sur l'image du dessous, tout le monde se comporte de manière sûre. Entoure les cinq différences.

« Arrête-toi au bord de la route. »

Hé les adultes !

Expliquez à vos enfants ce que signifie le mot « bord ».

Les barrières visuelles telles que les voitures stationnées créent un « deuxième bord ». Si des voitures sont stationnées, apprenez à vos enfants à s'arrêter à ce deuxième bord pour regarder derrière.



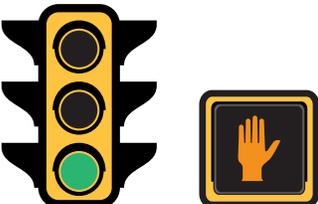
Réponses sur la couverture arrière.

Décoder les feux de signalisation

Les feux de signalisation nous disent quand nous arrêter, quand y aller, et quand nous pouvons traverser en toute sécurité. Les adultes peuvent t'aider à apprendre quand traverser en toute sécurité aux différents feux de signalisation et aux intersections.

Si un passage pour piétons est équipé d'un feu de signalisation, respecte les indications. Mais tous les feux de signalisation de Philadelphie ne sont pas équipés d'indications pour les piétons. S'il n'y a pas d'indications pour les piétons, regarde la couleur du feu de signalisation. Si le feu est vert, tu peux traverser la rue dans cette direction. Si le feu est rouge, arrête-toi et attends.

Regarde les feux de signalisation ci-dessous. Peux-tu traverser la rue ? Entoure Oui ou Non pour chaque ligne.

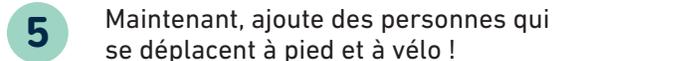
1		Oui	Non
2		Oui	Non
3		Oui	Non
4		Oui	Non
5		Oui	Non

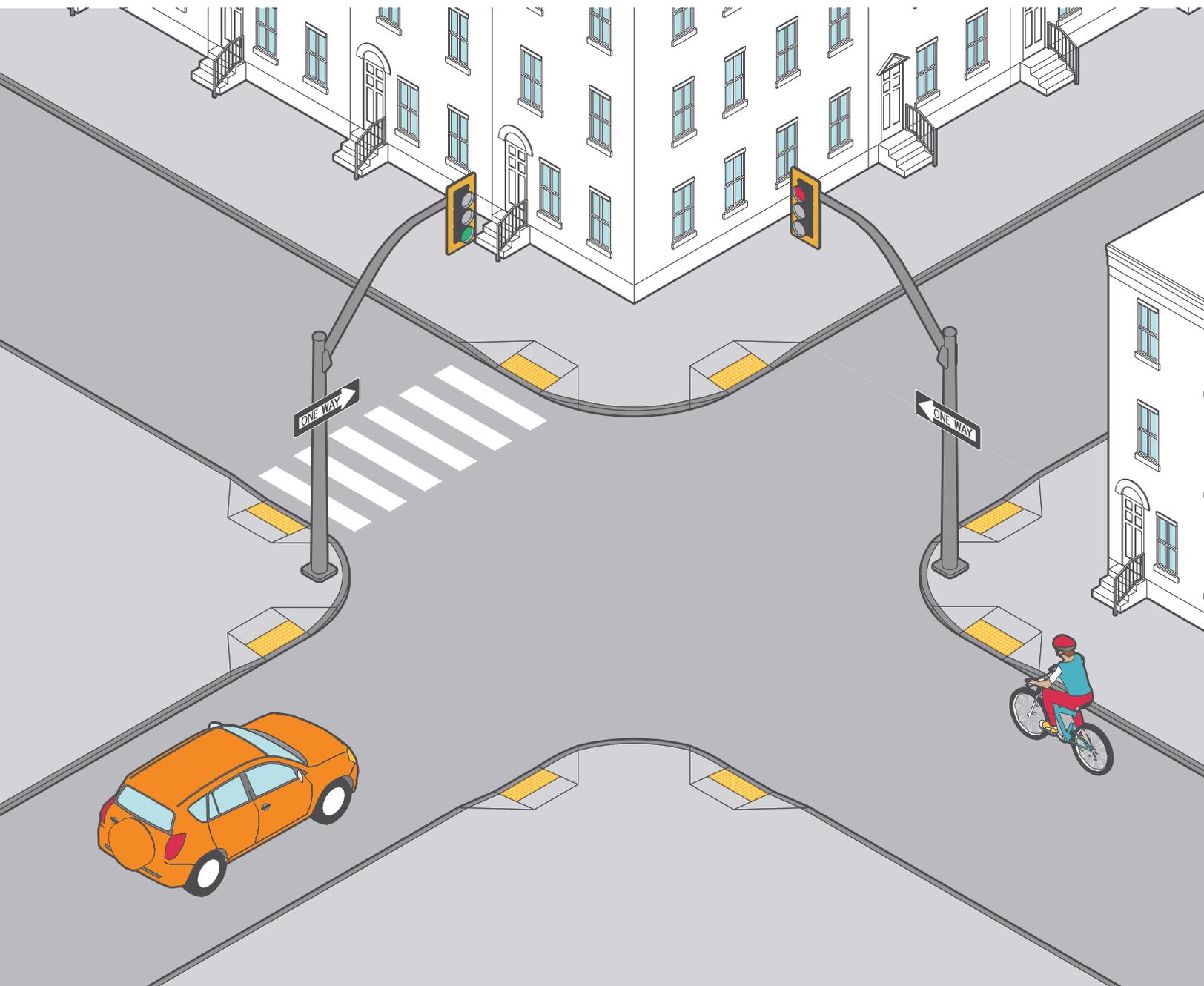
Réponses sur la couverture arrière.

Concevoir des rues plus sûres

Les ingénieurs en circulation et les professionnels des transports utilisent des panneaux, des signes et de la peinture pour rendre les rues plus sûres. Aide les ingénieurs à installer les outils de circulation au bon endroit dans la rue.

Réponses sur la couverture arrière.

-  Installe un passage pour piétons sur chacune des quatre parties de l'intersection.
-  Ajoute un signal destiné aux piétons sur les feux de signalisation.
-  Dessine le panneau de limitation de vitesse à deux endroits où les conducteurs peuvent les voir.
-  Dessine une piste cyclable verte à côté du trottoir pour les cyclistes.
-  Maintenant, ajoute des personnes qui se déplacent à pied et à vélo !



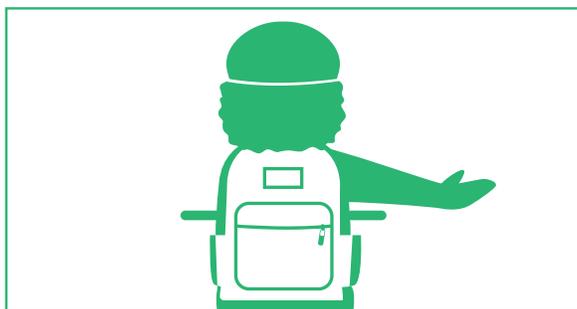
Former les cyclistes

Lorsque tu roules à vélo dans la rue, tu dois faire attention aux voitures et suivre les mêmes règles que les automobilistes.

Signes de la main

Les signes de la main sont comme les clignotants et les feux de freinage des voitures. Signaler aux autres personnes avec tes mains que tu vas tourner ou t'arrêter leur permet de ralentir ou de te céder le passage.

Relie les signes de la main à gauche avec leur signification à droite.



Réponses sur la couverture arrière.

Règles pour les vélos sur la route

Regarde à gauche, à droite puis de nouveau à gauche avant de t'engager sur une route ou à une intersection.

Fais attention aux véhicules derrière toi avant d'aller à gauche ou à droite.

Utilise des signes de la main pour prévenir les autres si tu comptes tourner ou ralentir.

Roule à 90 cm du trottoir, sauf quand tu tournes à gauche ou dépasses une voiture stationnée.

Je m'arrête

Je tourne à droite

Je tourne à gauche

Que s'est-il passé ?

Les quatre scènes ci-dessous illustrent chacune un accident de vélo. Découvre ce qu'il s'est passé et quelles mesures de sécurité auraient pu permettre d'éviter l'accident.

Hé les adultes !

Les conducteurs ont également la responsabilité d'utiliser la route en toute sécurité ! Lorsque vous conduisez, laissez de la place aux cyclistes lorsque vous les dépassez, et cédez le passage aux piétons qui traversent.

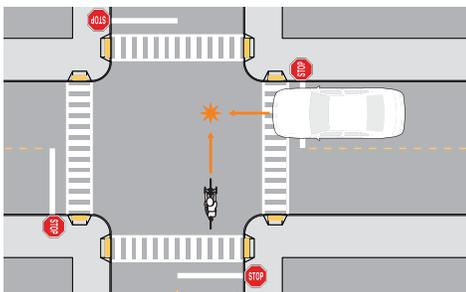
Type d'accident

Que s'est-il passé ici ?

(Choisis la bonne réponse)

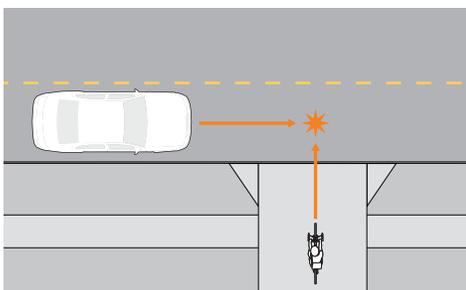
Quelle mesure de sécurité aurait pu être utile ?

(Entoure toutes les réponses correctes)



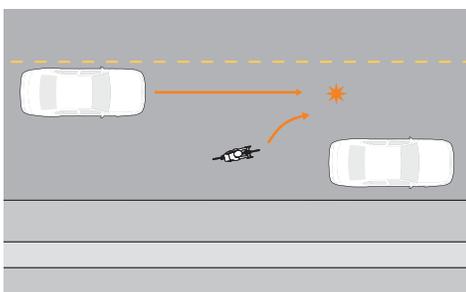
- A. Le cycliste a quitté l'allée pour la route sans regarder
- B. Le cycliste s'est déplacé vers la gauche et s'est fait percuter
- C. Le cycliste ou le conducteur ne s'est pas arrêté à un panneau STOP

- A. Utiliser les signes de la main
- B. Rouler en ligne droite
- C. S'arrêter de façon contrôlée
- D. Obéir aux panneaux et aux feux de signalisation
- E. Savoir où se trouvent les véhicules et ne pas supposer que les conducteurs te voient



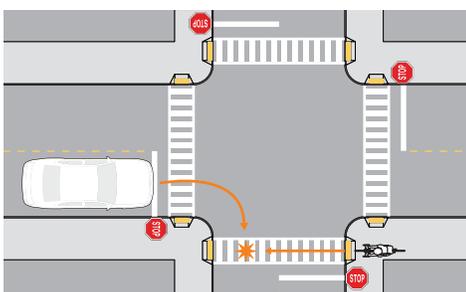
- A. Le cycliste a quitté l'allée pour la route sans regarder
- B. Le conducteur a renversé un cycliste qui traversait la rue sur un passage pour piétons
- C. Le cycliste ou le conducteur ne s'est pas arrêté à un panneau STOP

- A. S'arrêter de façon contrôlée
- B. Regarder à gauche, à droite puis de nouveau à gauche si aucun véhicule n'approche
- C. Regarder si aucun véhicule ne se trouve derrière toi
- D. Obéir aux panneaux et aux feux de signalisation
- E. Savoir où se trouvent les véhicules et ne pas supposer que les conducteurs te voient



- A. Le conducteur a renversé un cycliste qui traversait la rue sur un passage pour piétons
- B. Le cycliste s'est déplacé vers la gauche et s'est fait percuter
- C. Le cycliste ou le conducteur ne s'est pas arrêté à un panneau STOP

- A. Utiliser les signes de la main
- B. Rouler en ligne droite
- C. S'arrêter de façon contrôlée
- D. Regarder si aucun véhicule ne se trouve derrière toi
- E. Savoir où se trouvent les véhicules et ne pas supposer que les conducteurs te voient



- A. Le cycliste a quitté l'allée pour la route sans regarder
- B. Le conducteur a renversé un cycliste qui traversait la rue sur un passage pour piétons
- C. Le cycliste s'est déplacé vers la gauche et s'est fait percuter

- A. Rouler en ligne droite
- B. Regarder à gauche, à droite puis de nouveau à gauche si aucun véhicule n'approche
- C. Regarder si aucun véhicule ne se trouve derrière toi
- D. Obéir aux panneaux et aux feux de signalisation
- E. Savoir où se trouvent les véhicules et ne pas supposer que les conducteurs te voient

Réponses sur la couverture arrière.

Se rendre à l'école à pied ou à vélo

Aide Janelle et Marcus à aller à l'école.

Trace leur trajet sur le trottoir. Aide-les à traverser les intersections. N'oublie pas que Janelle doit marcher et que Marcus doit rester sur un trottoir ou un passage pour piétons à tout moment !



Départ !



Réponses sur la couverture arrière.

Ton propre trajet jusqu'à l'école ou au parc

Tu vis assez près de ton école pour t'y rendre à pied ou à vélo ?

- Oui** : alors dessine ton trajet jusqu'à l'école sur cette page.
- Non** : où te rends-tu à pied ? Dessine le chemin jusqu'à un endroit de ton quartier où tu te rends à pied, comme un parc, un centre de loisirs ou un magasin.

Dessine :

- Les rues que tu peux traverser en toute sécurité en **vert**.
- Les rues que tu ne peux pas traverser en toute sécurité en **rouge**.



Éléments à inclure sur ton dessin : routes, circulation, passages pour piétons, trottoirs, feux de signalisation.

Ton vélo est-il prêt ?

Effectue la « vérification rapide AFC » pour découvrir si tu peux rouler à vélo en toute sécurité. Voici ce que désigne chaque lettre :

A : Air **F :** Freins **C :** Chaîne **Vérification rapide :** Fais un petit tour et vérifie les roues.

Ensuite, comment faire pour vérifier chaque pièce ?

Air : Que dois-tu vérifier ?

- Que l'air dehors est assez agréable pour rouler à vélo
- Que l'air de tes pneus est aussi dur qu'un ballon de basket
- Que l'air de tes pneus est aussi souple qu'un ballon de kickball

Freins : Que dois-tu vérifier ?

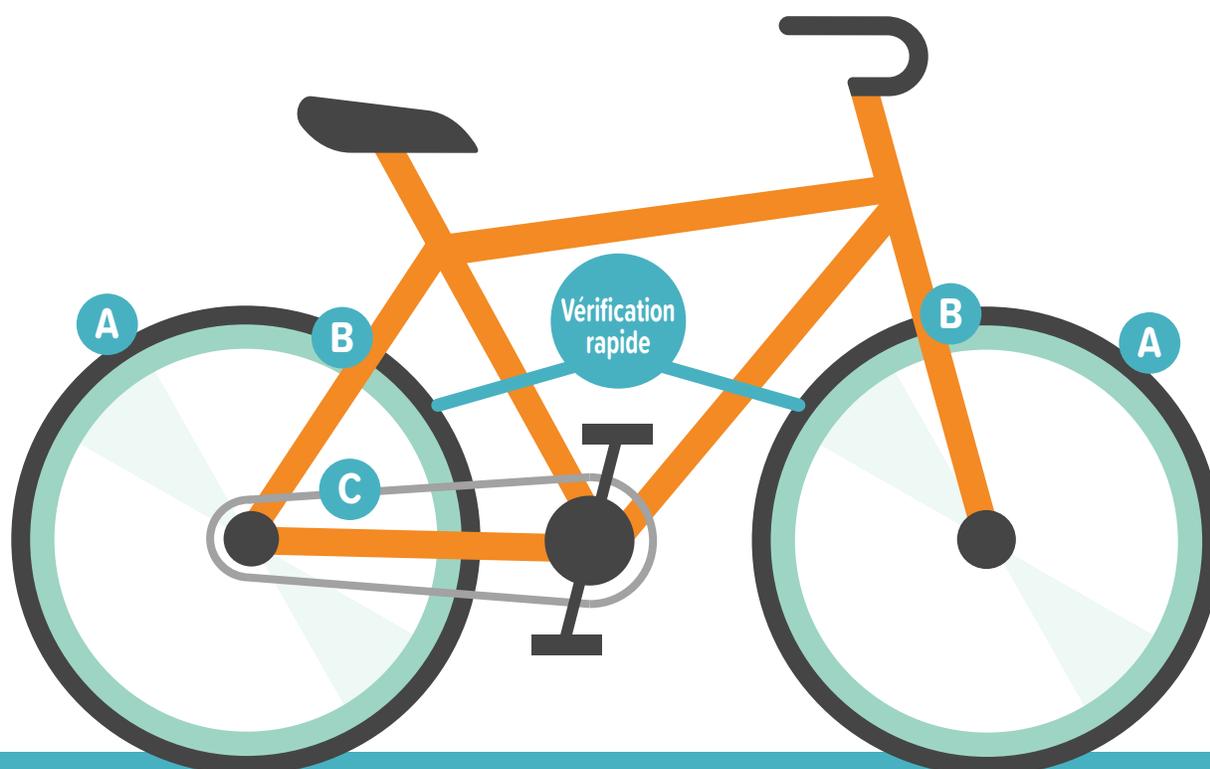
- Que les freins arrêtent le vélo lorsque tu actionnes les poignées (pour les freins à main) ou que tu pédales à l'envers (pour les freins à rétropédalage)
- Que les freins ne sont pas rouillés et ne doivent pas être huilés
- Que les freins ne grincent pas

Chaîne : Que dois-tu vérifier ?

- Que la chaîne n'est pas sale ou rouillée et ne doit pas être huilée
- Que la chaîne est fixée aux plateaux et aux pignons avant et arrière
- A et B

Vérification rapide : Que dois-tu vérifier ?

- Que les roues sont fixées au vélo et qu'elles ne remuent pas et ne se détachent pas
- Jusqu'à quelle vitesse tu peux rouler
- Que tout semble en ordre avant de commencer à rouler
- A et C



Invente ta propre annonce pour ton école

Trouve un message qui permettra de se déplacer de manière plus sûre à pied et à vélo à Philadelphie.

Voici
quelques
idées



Écris un poème ou un rap de 4 lignes
sur la manière de se déplacer à pied
ou à vélo en toute sécurité.

Crée une publicité qui parle
de la sécurité des piétons et
des cyclistes.



En sécurité dans la ville

Vos choix comptent :

Un très grand nombre de personnes fréquentent les rues de Philadelphie. Chacun doit faire attention à tous ceux qui l'entourent.

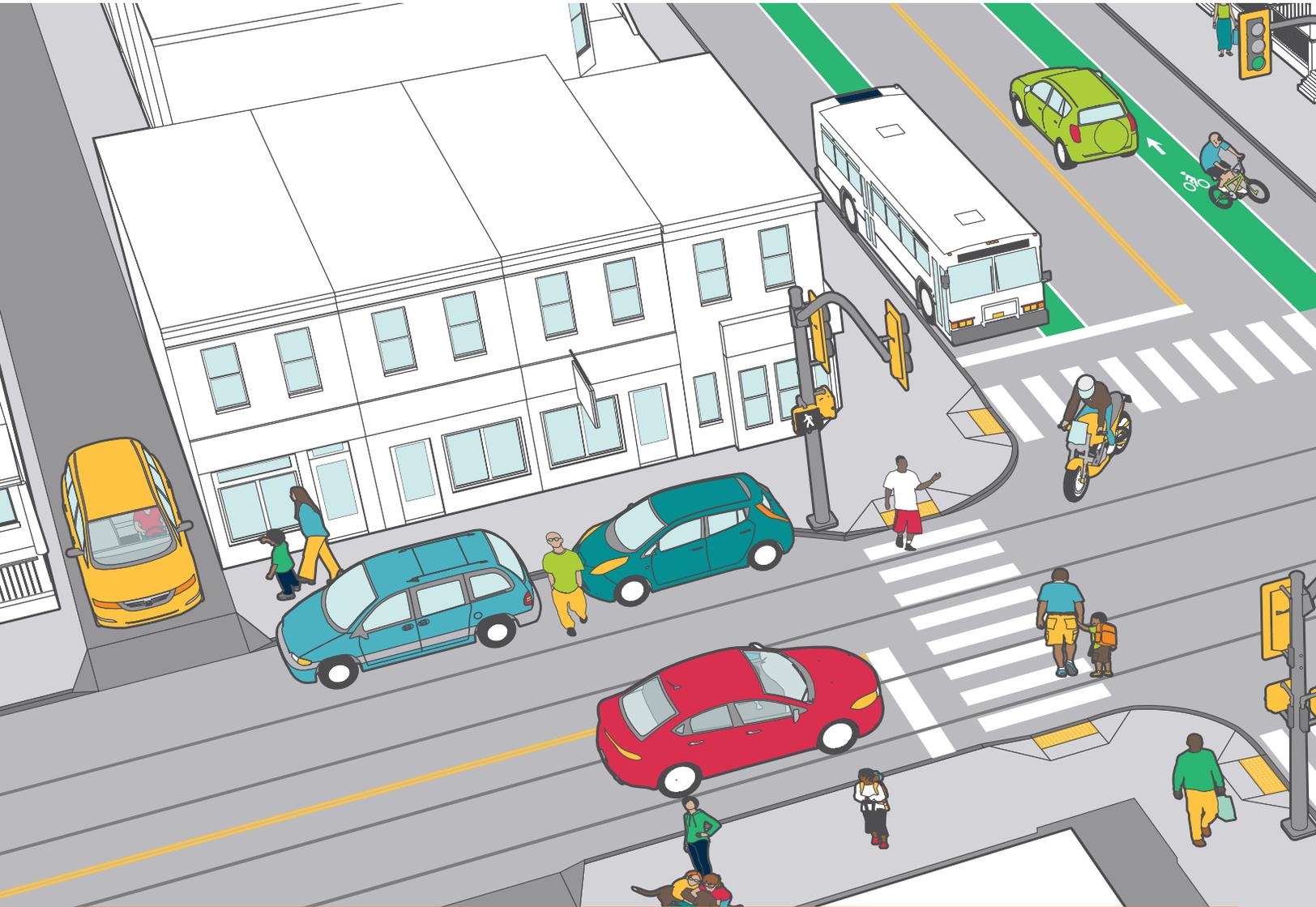
1

Trouve ces personnes sur l'image et entoure-les. Ce sont tous des piétons :



2

Dessine une ★ à côté de ces personnes. Elles traversent toutes la rue en toute sécurité :



Hé les adultes !

Montrez le bon exemple à vos enfants en étant vous-même un piéton sûr et attentif. Si vous roulez à vélo ou que vous conduisez, montrez à vos enfants comment être courtois et respectueux envers les piétons.

3

Dessine une X à côté de ces personnes :

Qu'ont-elles en commun ?



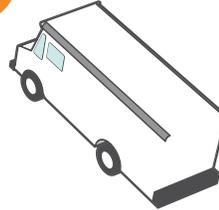
4

Dessine une ✓ à côté du cycliste qui roule en toute sécurité.

5

Trouve ce camion :

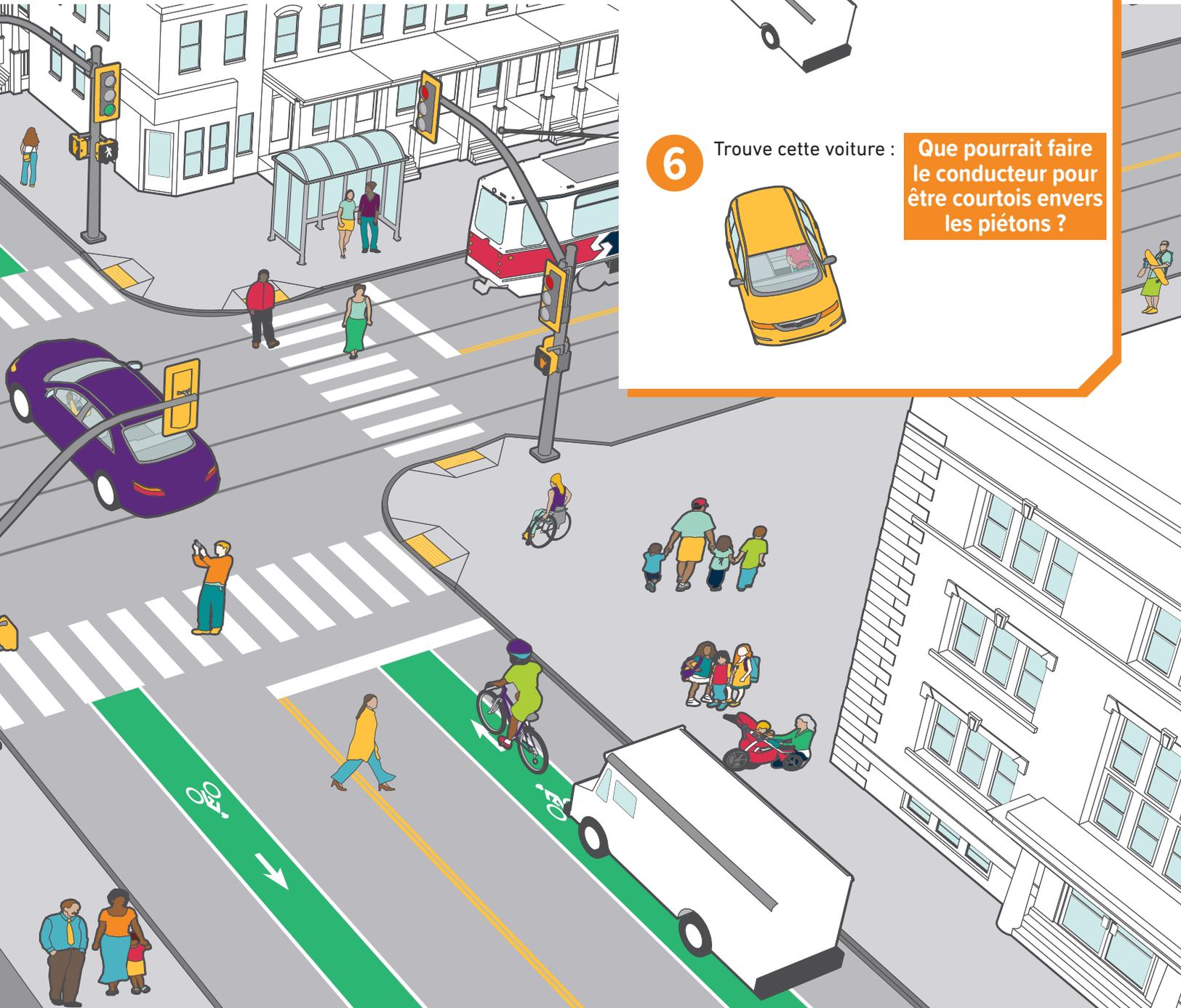
Que fait le conducteur de dangereux ?



6

Trouve cette voiture :

Que pourrait faire le conducteur pour être courtois envers les piétons ?





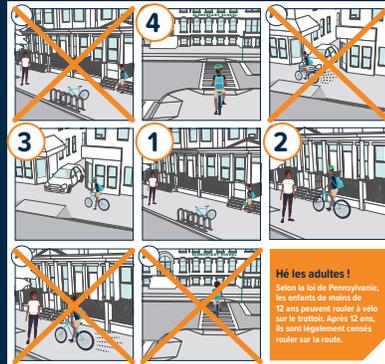
Solutions.

Hé les adultes !

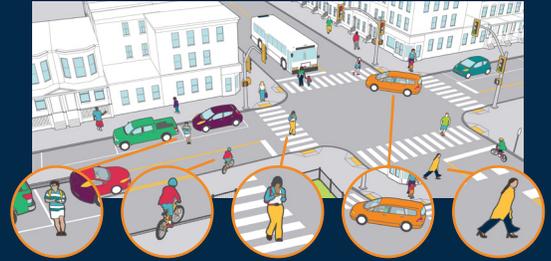
N'oubliez pas ces points essentiels concernant les enfants qui se déplacent à pied et à vélo :

1. Les enfants doivent apprendre à choisir l'endroit le plus sûr pour marcher.
2. Les enfants doivent apprendre où traverser les rues et comment traverser en toute sécurité.
3. Les enfants n'utiliseront pas systématiquement ce qu'ils ont appris, de sorte qu'un entraînement continu est nécessaire jusqu'à ce qu'ils soient indépendants.
4. La capacité à se concentrer sur la circulation en traversant la route doit être exercée et se développe à mesure que les enfants grandissent.

Page 4



Page 5



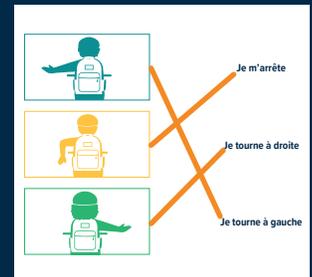
Page 6

1 : Oui ; 2 : Oui ; 3 : Non ; 4 : Non ; 5 : Non

Page 7



Page 8



Page 9

- 1^{er} accident : C ; C, D, E
- 2^e accident : A ; A, B, E
- 3^e accident : B ; A, B, D, E
- 4^e accident : B ; E

Page 10



Page 12

- Air : Que l'air de tes pneus est aussi dur qu'un ballon de basket
- Freins : Que les freins arrêtent le vélo
- Chaîne : A et B
- Vérification rapide : A et C

Page 15

- Question 3 : Qu'ont-elles en commun ? Elles se comportent toutes de manière dangereuse.
- Question 5 : Que fait le conducteur de dangereux ? Il bloque la piste cyclable.
- Question 6 : Que pourrait faire le conducteur pour être courtois envers les piétons ? Il pourrait faire signe aux piétons devant lui et attendre qu'ils passent.