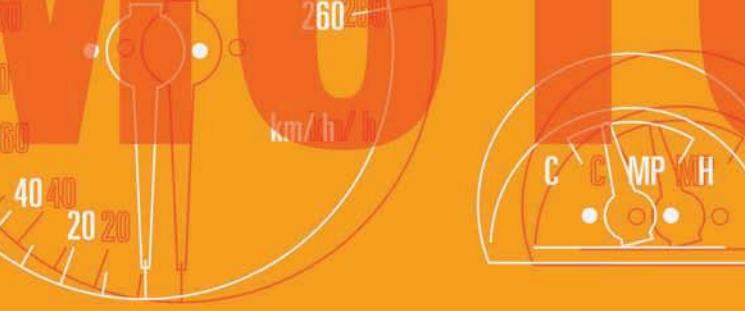


NE RATEZ PAS VOTRE

# sortie



Québec 



## **SORTIR AVEC UNE INCONNUE COMPORTE CERTAINS RISQUES...**

### **Pensez-y bien avant de prendre la route avec une nouvelle moto ou de la prêter à un ami.**

En effet, 25 % des motocyclistes impliqués dans un accident mortel sont propriétaires de la moto depuis moins de 3 mois, alors que 17 % n'en sont pas propriétaires.

Il est donc recommandé de prendre contact graduellement avec la moto si vous conduisez une nouvelle moto ou une moto empruntée.

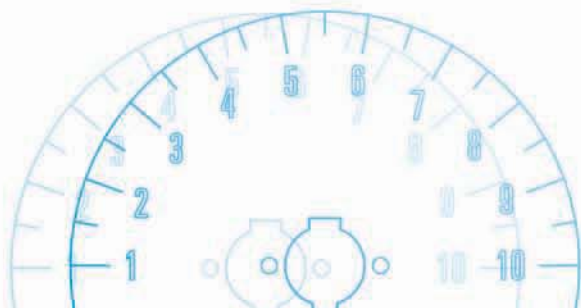
Redoublez également de prudence, si vous n'avez pas conduit une moto depuis longtemps ou si vous êtes un nouveau conducteur.

## **UN RISQUE MÉCONNU...**

### **Savez-vous que la motocyclette est souvent le seul véhicule impliqué dans l'accident ?**

Dans 41 % des accidents mortels de motocyclettes, il n'y a pas d'autres véhicules impliqués. La grande majorité de ces accidents surviennent dans une courbe et la vitesse est souvent présente.

Il est donc important pour le motocycliste de bien maîtriser les techniques de conduite et de respecter les règles de la circulation et les limites de vitesse.





## TECHNIQUES DE CONDUITE À CONNAÎTRE ET À PRATIQUER

### 1 La position de départ

- Tenir les poignées du guidon et serrer le frein avant.
- Pencher un peu la moto de façon à ce qu'elle repose sur la jambe droite.
- Serrer le levier de débrayage et engager la première vitesse.
- Poser le pied gauche au sol, le pied droit sur le repose-pied et appuyer sur le frein arrière.
- Relâcher le frein avant.
- Regarder loin devant.
- Regarder dans les rétroviseurs et vérifier les angles morts.
- Relâcher graduellement le levier de débrayage jusqu'au point de friction, relâcher le frein arrière et accélérer en douceur.

### 2 La conduite au ralenti

- Se tenir droit.
- Regarder loin devant.
- Coller les genoux sur le réservoir.
- Accélérer en douceur.
- Embrayer de façon progressive.

### 3 Le freinage d'urgence en ligne droite

- Regarder loin devant.
- Tenir fermement le guidon.
- Appuyer sur les freins aussi fort que possible sans bloquer les roues.
- Rétrograder si la situation le permet.



#### 4 Le virage à très basse vitesse par contrepoids

- Tourner la roue dans le sens du virage.
- Pencher la moto du côté intérieur du virage.
- Regarder dans la direction où on veut aller.
- Déplacer le poids du corps dans le sens opposé au virage.
- Accélérer légèrement.

#### 5 Le contre-braquage pour éviter un obstacle

- Ralentir avant l'obstacle.
- Évaluer de quel côté contourner l'obstacle.
- Relâcher les freins.
- Contre-braquer et contourner l'obstacle.
- Reprendre sa position.

#### 6 La courbe

- Ralentir avant le début de la courbe.
- Se placer de façon à obtenir une vision optimale de la courbe.
- Regarder loin devant dans la direction de la courbe.
- Contre-braquer à l'entrée de la courbe.
- Maintenir la moto en position inclinée.
- Garder une vitesse constante dans la partie la plus prononcée de la courbe (apex) et jusqu'à la sortie de la courbe.
- Accélérer progressivement à la sortie de la courbe pour faciliter le redressement de la moto.

## PRÉPARER SA SORTIE

### Les équipements obligatoires ou recommandés

- Un casque avec visière, des vêtements de moto, des gants et des bottes.

### Les vérifications avant le départ

- Vérifier la mécanique, les huiles, les pneus, les phares et les feux.
- Consulter une carte du parcours.
- Évaluer le temps nécessaire pour arriver à destination.
- Partir suffisamment à l'avance.

### Les facteurs qui influencent la conduite

#### - *L'état du conducteur :*

Être dans un état d'esprit positif et dans une bonne condition physique. Ne pas être sous l'effet de l'alcool, d'une drogue ou d'un médicament affectant la conduite.

#### - *L'état du véhicule :*

Effectuer un entretien périodique.

#### - *Les conditions météo :*

Soleil, pluie, brouillard, vent, etc. Se renseigner avant de partir et adapter sa conduite aux conditions météo.

#### - *La visibilité :*

Le jour, le soir. S'assurer de bien voir et d'être bien visible.

#### - *Les types de routes :*

Autoroute, route de campagne, route pavée ou de gravier, à voies multiples, présence de nids de poule et de travaux routiers.

#### - *La circulation :*

Fluide ou congestionnée.

### Pour circuler en toute sécurité

- Maîtriser les techniques de conduite et respecter les règles de la circulation.
- Être vigilant face aux conditions de la circulation.
- Prévoir ce qui risque de se produire.
- Utiliser son jugement pour choisir la meilleure solution.
- Développer ses habiletés à manœuvrer dans des situations normales ou d'urgence.

## **La prévoyance : regarder aussi loin que possible**

### *- En ville :*

Le regard doit être d'au moins 12 à 15 secondes à l'avant;

### *- Hors des villes :*

Le regard doit être d'au moins 20 secondes à l'avant.

## **La distance minimale à respecter**

- De 2 à 3 secondes entre les véhicules qui se suivent, quel que soit le type de formation.

## **Les dangers de collision**

- Aux intersections, au moment d'un dépassement, avec le véhicule qui précède ou qui suit.

## **POUR NOUS JOINDRE**

### **Fédération motocycliste du Québec (FMQ)**

4875, boul. Métropolitain Est, Bureau 208

Montréal (Québec) H1R 3J2

Téléphone : 514 252-8121

Télécopieur : 514 252-7857

**[www.fmq.qc.ca](http://www.fmq.qc.ca)**

### **Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)**

Pour tout renseignement, composez sans frais

- à Québec : 418 643-7620

- à Montréal : 514 873-7620

- ailleurs : 1 800 361-7620 (Québec, Canada, États-Unis)

**[www.saaq.gouv.qc.ca](http://www.saaq.gouv.qc.ca)**

*English copy available*

**Société de l'assurance  
automobile**

**Québec** 