

Hints from amici della bici for foreigners and for anybody who wants to drive less frequently

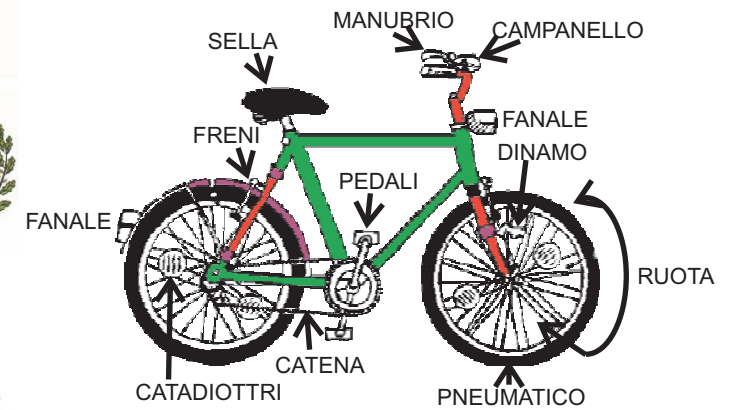
If you only travel a few kilometres (less than 5) a day remember that the bike is the best means of transport.

If you travel 10,000 kilometre a year using an average car petrol powered like punto 1,200, it will costs you € 2,000 (€166 a month), if you travel 5 kilometre it will costs you € 1,500 (€125 a month).

If you decide to cycle instead of driving here are some suggestions related to the high way code, that you may find useful:

- Obay traffic lights and stop- signs
 - Use cycle pads if available
 - Do not tow anything /anyone or ask to be towed
 - Don't cycle along the pavements or under the arcades
 - Be patient with pedestrians on the cycle pads
 - Keep both hands on the handle-bars, don't use mobile-phones
 - Cycle in a straight line, do not zig zag
 - Keep to the right but be careful of doors of parked cars and manhole covers
 - Signal when you change direction, the other bikers or other road users have to understand your intentions especially on roundabouts
 - Don't stop on the right of large vehicles at the traffic light, it may not see you when it starts off again
 - Don't go on the wrong side of the road
 - Mount a good stand on the bike in order not to ruin walls it could be Useful during long-distance trips
 - Make sure you can be seen, it is better to use a fluorescent jacket
- Check that your bike is in good conditions, your security depends on it:
- * Blow up the tyres of the bike, wheels will last longer and you will make less effort
 - * Put reflectors on the spokes of the wheels, they are the only thing that can be seen when you cross tho road
 - * With lights you will be seen even if you can't see very well the road
 - * brakes must brake
 - * The bell must ring

Be safe on the road ! See you soon !



*Gli Amici della Bici per gli stranieri
e per chi vuole ridurre l'uso dell'auto*

*Los Amigos de la Bici, para los extranjeros
y para quiénes deseen reducir el uso del coche.*

自行车的朋友们 给 外国人。

*Les «Amici della Bici» (Amis du Vélo): À l'intention
des étrangers séjournant en Italie et pour tous
les Italiens qui veulent réduire l'usage de leur voiture.*

*Pentru Amicii de Bicicleta si pentru strainii
care vor sa reduca uzul de masina.*

*أصدقاء الدراجة الهوائية للمواطنين الأجانب
و أيضا لأولئك الذين يريدون الحد من قيادة السيارة.*

*Hints from Amici della Bici for foreigners
and for anybody who wants to drive less frequently.*



Con il supporto di: arcisolidarietà

Gli Amici della Bici per gli stranieri e per chi vuole ridurre l'uso dell'auto

Se percorri pochi chilometri al giorno, devi sapere, che fino a 5 km la bicicletta è riconosciuta come il mezzo più vantaggioso.

Un'auto media (Punto 1200 a benzina) costa all'anno 2.000 € (166 € al mese) se la usi per 10.000 Km; 1.500 € (125 € al mese) se ne fai 5.000 Km.

Se decidi di usare la bici in alternativa all'auto ti forniamo alcuni suggerimenti tratti dal Codice della Strada.

- **Rispettiamo** i semafori e gli stop.
 - Quando ci sono, usiamo le **piste** ciclabili.
 - Non trainiamo, non facciamo **trainare**.
 - Non percorriamo i **marciapiedi** ed i portici.
 - Tolleriamo la presenza dei **pedoni** in pista ciclabile.
 - Teniamo le **mani** sul manubrio, non usiamo il telefonino.
 - Procediamo con una **andatura** decisa e non zigzaghiamo.
 - Teniamo la **destra**, ma non troppo, attenzione alle portiere delle auto in sosta e ai tombini.
 - Segnaliamo i cambi di **direzione**, gli altri utenti della strada devono capire le nostre intenzioni, specialmente nelle rotatorie.
 - Al **semaforo** non fermiamoci sulla destra di grossi veicoli, alla ripartenza potrebbero non vederci.
 - Non andiamo **controsenso**.
 - Montiamo un buon **cavalletto**, eviteremo di scalfire i muri della nostra città e ci tornerà utile nelle escursioni.
 - Assicuriamoci di essere visibili, magari indossando un **giubbotto** riflettente.
- Manteniamo in ordine la bicicletta, ne va della nostra **sicurezza**;
- * gonfiamo le camere d'aria, le **ruote** durano di più e noi fatteremo di meno.
 - * i **catarifrangenti** sui raggi, sono l'unica cosa che ci "segnala" in caso di attraversamento.
 - * i **due fanali** servono per farci vedere, anche se noi ci vediamo bene.
 - * i **freni** devono frenare.
 - * il campanello suonare.

A presto, in strada in sicurezza.

Los Amigos de la Bici, para los extranjeros y para quienes deseen reducir el uso del coche.

Si Uds hacen algunos km por día, tienen que saber que hasta 5 km la bici se reconoce como el medio de transporte más ventajoso.

Un coche medio (Fiat Punto 1200 a gasolina) cuesta 2.000 € por año (166 € por mes) si Uds lo usan 10.000 km. Cuesta 1500 € (125 € por mes) si Uds hacen 5.000 km.

Si Uds deciden usar la bici en lugar del coche he aquí algunas sugerencias sacadas del Código Vial.

- Respeten los semáforos y los stop.
 - Si hay, usen los carriles bici.
 - No remolquen y no se hagan remolcar.
 - No recorran con la bici las aceras y los pórticos.
 - Acepten la presencia de los peatones en el carril bici.
 - Agarren el manillar con ambas manos y no usen el móvil.
 - Conduzcan con decisión y no zigzagueen por la carretera.
 - Guarden la derecha, pero no demasiado; fíjense en las puertas de los coches parados y en las alcantarillas.
 - Señalen los cambios de dirección, los demás usuarios de la carretera deben entender sus intenciones, especialmente en las rotondas.
 - En el semáforo, no paren a la derecha de autobuses y camiones porque éstos, teniendo la conducción a la izquierda, podrían no verles.
 - No vayan en sentido contrario de marcha.
 - Armen su bici con un buen soporte, así evitarán rayar las paredes de su ciudad y les volverá útil en las excursiones.
 - Asegúrense ser visibles, llévense por si acaso un chaleco reflectante.
- Guarden eficiente su bici para su seguridad.
- * Híchen las cámaras de aire así los neumáticos durarán más y Uds estarán menos cansados.
 - * Los faros pilotos en los radios son lo único que les señala al cruzar la carretera.
 - * Los faros sirven para señalar su presencia a los demás aunque Uds vean bien.
 - * Los frenos tienen que frenar.
 - * ¡El timbre tocar!

¡¡¡Hasta pronto, por la carretera con seguridad!!!

自行车的朋友们 给 外国人。

到五公里 自行车是最经济的交通工具。

你决定骑自行车, 就这儿一些提示:

- 1- 遵守红绿灯和停。
- 2- 更可取地 骑自行车道。
- 3- 不拖, 不拖。
- 4- 不骑自行车在人行道上, 在门廊。
- 5- 在自行车道也有行人们。
- 6- 两个手 手背上, 不打手机。
- 7- 前进得好步伐吧, 不踉跄地走吧。
- 8- 靠右侧走, 注意 停车的门和下水道盖子。
- 9- 标明方向的按, 特别是在环形岛交通牌。
- 10- 在红绿灯不大车右停止, 再出发他或许不看我们。
- 11- 不逆行马奇 —
- 12- 如果可能的话把 自行车不靠在土成土墙。
- 13- 黑暗时候 穿一件映出茄克衫。

自行车的维修:

- 对了的轮胎里的气压,
- 车圈们上反照镜,
- 为另一个看我们服务自行车的灯,
- 闸应该刹住。
- 铃应该打。

再见路上, 骑得可靠。

www.rovigoinbici.it

Les «Amici della Bici» (Amis du Vélo): À l'intention des étrangers séjournant en Italie et pour tous les Italiens qui veulent réduire l'usage de leur voiture.

Si vous parcourez peu de kilomètres par jour, savez-vous que, pour une distance de 5 Kms, le vélo est reconnu comme le moyen de déplacement le plus avantageux?

Une voiture moyenne, par exemple une Renault Clio 1200 Essence, coûte annuellement 2.000 €, soit 166 € par mois, si on l'utilise pour 10.000 Kms. Si on l'utilise pour 5.000 Kms elle vous coûte 1.500 €, soit 125 € par mois.

Si vous décidez d'utiliser votre vélo à la place de votre voiture nous vous donnons ci-dessous quelques conseils extraits du Code de la route.

- Respectez les feux tricolores et les Stop.
 - S'il y a une piste cyclable, empruntez-la
 - Ne traînez pas, ne vous faites pas traîner.
 - Ne roulez pas sur les trottoirs dans les galeries marchandes
 - Respectez la présence de piétons sur la piste cyclable.
 - Gardez les mains sur le guidon, n'utilisez pas votre portable. Soyez attentifs à la route.
 - Roulez droit - Ne zigaguez pas.
 - Gardez votre droite, en faisant attention aux portières des voitures en arrêt et aux bouches d'égout
 - Signalez les changements de direction. Les autres utilisateurs de la route doivent comprendre vos intentions, en particulier dans les ronds-points.
 - Aux feux tricolores ne vous arrêtez pas sur la droite de gros véhicules: puisque ceux-ci ont la conduite sur la gauche, ils peuvent ne pas vous voir.
 - Ne prenez pas les Sens Interdits
 - Adoptez une bonne béquille: vous éviterez de rayer les murs de votre ville et elle vous sera utile dans vos excursions.
 - Assurez-vous d'être visibles, en mettant un gilet réfléchissant.
- Vérifier régulièrement l'état de votre vélo : il en va de votre sûreté
- * gonflez les chambres d'air: les roues s'useront moins et vous peinez moins à pédaler
 - * les plaques réfléchissantes sur les rayons sont la seule chose qui vous rendent visibles quand vous traversez la route.
 - * les deux feux, avant arrière, servent à signaler votre présence: allumez-les quand la nuit tombe.
 - * les freins et la sonnette doivent être en état de marche

A bientôt, sur la route en toute sûreté!

www.rovigoinbici.it

Pentru amicii de bicicleta si pentru strainii care vor sa reduca uzul de masina.

Daca faci putini km pe zi, trebuie sa stii că, pana la 5 km bicicletta este recunoscuta ca un mijloc foarte vantagios.

O masina medie (punto 1200 a benzina) costa pe an 2.000 € (166 € pe luna) daca o uzezi pentru 10.000 km; 1.500 € (125 € pe luna) daca faci 5.000 km.

Daca te decizi sa folosesti bicicletta in alternativa a masina, te informam si sugerim cateva legi de codice stradale.

- Respectarea semaforului la stop.
- Cand exista uzarea pistelor ciclabile.
- Nu tractam, si nu ne facem tractare.
- Nu uzare ca pista ciclabila trotuarul.
- Respectare prezenta de pietoni in pista ciclabila.
- Tinem mâinele pe ghidon, nu telefonam.
- Continuum cu un ritm determinat si nu zigzaghiamo.
- Tinem dreapta, dar nu prea mult, si stare atenti la portile masinilor parcate, si la canalizari.
- Semnalarea schimbului de directie, mai ales in sens.
- La semafor să nu ne oprim in dreptul masinilor mari, este riscant cand reiau cursul.
- Nu se merge in sens invers pe strada.
- Nu parcam bicicleta de pereti pentru a evita distrugerea lor.
- Ne asiguram sa fim bine vazuti cu o giaca reflectorizanta.

Bicicleta se tine in ordine pentru siguranta.

- * Rotile se tin umflate, asa dureaza mai mult.
- * Ochii de pisica sant necesari pentru a fi vazuti in traversari.
- * Farurile servesc sa fim vazuti, chiar daca nu vedem bine.
- * Franele in regula
- * Suoneria trebuie sa sune.

Ne vedem, in strada cu siguranta.

أصدقاء الدراجة الهوائية للمواطنين الأجانب و أيضا لأولئك الذين يريدون الحد من قيادة السيارة.

إذا كنت تقوم بالمشي بضع كيلومترات في اليوم، يجب أن تعلم أن: المسافة التي تصل إلى 5 كيلومتر، تجعل من الدراجة الهوائية الوسيلة الأكثر فائدة.

سيارة متوسط (1200 بالبنزين):

- تكلف € 2000 في السنة (€ 166 شهريا) إذا كنت تريد استخدامها لمسافة 10000 كيلومتر.
- تكلف € 1500 في السنة (€ 125 شهريا) إذا كنت تريد استخدامها لمسافة 5000 كيلومتر.

إذا قررت استخدام الدراجة الهوائية كبديل للسيارة، نقدم لك بعض النصائح المستخلصة من قانون السير:

- يجب علينا احترام اشارات المرور وعلامات التوقف.
- يجب علينا استخدام المسارات الخاصة بالدراجات الهوائية عندما وجودها.
- يجب علينا أن لا "نجر" نسحب احد هو راكب الدراجة الهوائية، و العكس صحيح.
- يجب علينا أن لا نسير على ممر الراجلين و الأرصفة.
- يجب علينا احترام وجود المارة في المسار الخاص بالدراجة الهوائية.
- الامساك جيدا بكلتا اليدين مقود الدراجة الهوائية و أن لا نستخدم الهاتف.
- السير بخط مستقيم وليس بخط متعرج.
- يجب علينا سير بالقرب من الطرف الايمن لطريق، ولكن ليس الكثير مع الانتباه، للابواب السيارات المتوقفة والثقوب على الطريق.
- تنبيه بتغير اتجاه، يجب تنبيه مستخدمي الطريق الآخرين وجهتنا، وخصوصا في تقاطع الطرق.
- عند اشارة المرور، لا يجب توقف يمين المركبات "السيارات" الكبيرة، بحيث عند إعادة تشغيل المركبة السائق قد لا يرانا.
- يجب علينا أن لا نسير بعكس السير.
- تركيب دعامة جيدة لدراجة الهوائية، بجنبنا من خدش جدران مدينتنا و يرجع علينا أيضا بالفائدة عند القيام بنزهة.
- تأكد من أن نكون واضحين في الطريق، و نللك برتداء سترة عاكسة لضوء.

الحفاظ على الدراجة الهوائية، هو حفاظ على سلامتنا

- * نفخ العجلات جيدا، يجعلها تدوم مدة طويلة، وبدورنا نحن نشعر بتعب أقل.
- * عاكسات ضوء الموحدة في قطر العجلات، هي الشيء الوحيد الذي "يشير" في حالة عبورنا طريق.
- * المصابيح تستخدم للا نارة طريق، على الرغم من أننا نرى بكل وضوح.
- * الفرامل يجب أن تتوقف، عند الاستخدام.
- * الجرس يجب أن يرن عند الاستخدام.

نراكم، في الشارع بأمان.