

Checklist

Veilig in het verkeer

Als de fiets als vervoermiddel wordt gebruikt, is een goede voorbereiding belangrijk.



Fiets en uitrusting

- 1. Een snelle rijklarcontrole**
Zitten alle schroeven en snelspanners goed vast? Zijn de banden goed opgepompt? Doen de remmen en de verlichting het?
- 2. Altijd een helm op**
In Nederland is de fietshelm niet bepaald ingeburgerd, maar voor de veiligheid van je kind is zo'n helm wel echt belangrijk. Let er daarbij goed op dat de helm precies goed zit.
- 3. Fiets aan de lengte van je kind aanpassen**
Zijn de rem- en schakelhendel binnen handbereik? Is de zadelhoogte zo ingesteld dat je kind goed met beide voeten bij de grond kan?
- 4. Zichtbaar en hoorbaar**
Met lichte kleding, reflectoren op de kleding, helm en fiets en een bel met een flink volume kan je kind veilig de weg op. Vergeet als het donker is de fietsverlichting niet.

Gedrag van volwassenen

- 1. Defensieve houding**
Niet alle verkeersdeelnemers letten altijd goed op of kennen alle verkeersregels. Houd er daarom rekening mee dat er op de openbare weg altijd iets onverwachts kan gebeuren.
- 2. Aangegeven fietspaden**
Als ze breed genoeg zijn en het in je land is toegestaan, kun je naast je kind fietsen.
- 3. Eén begeleider**
Op bekende routes kan je kind voor je rijden. Op onbekende wegen met veel verkeer is het beter als jij voor je kind fietst.
- 4. Twee begeleiders**
Je kind kan het best in het midden fietsen – tussen jou en de tweede begeleider in.
- 5. Naast elkaar rijden op de weg**
In sommige landen is het op bepaalde wegen toegestaan dat een kind naast een begeleider fietst. Dit is een goede manier om je kind 'af te schermen' en te begeleiden. Daarbij moet je kind rechts aan de rand van de weg fietsen, met jou links ernaast.

Verkeersregels en verkeersborden

1. Uitleggen wat belangrijke borden betekenen

Je kind moet de belangrijkste verkeersborden, zoals het stopbord en voorrangsbord, kennen en begrijpen. Bespreek ze samen.

2. Wat te doen bij een zebrapad

Voetgangers hebben voorrang. Fiets daarom niet te snel, zodat je kind op tijd kan stoppen.

3. Voet- en fietspaden

Houd voldoende afstand tot voetgangers en mensen die langzamer fietsen. Haal eventueel in of wijk uit.

Spelenderwijs wegwijs in het verkeer

1. Precies remmen

Markeer een punt op de grond waar je kind met de fiets tot stilstand moet komen.

2. Wat te doen bij kruispunten

Je kind blijft vóór elk kruispunt staan en roept: "Ik kijk naar links, naar rechts en weer naar links!"

3. Over de schouder kijken

Steek een aantal vingers op terwijl je kind langs je rijdt. Je kind probeert te zien hoeveel vingers je opsteekt en dit naar je te roepen.

4. Rollenspel

Kruip in de rol van je kind en fiets voorbij terwijl je kind je in het oog houdt. Maak bewust een paar fouten waar je kind je op moet wijzen.

Mogelijke gevaren

1. Kruispunten

Verlaag de snelheid en stop vóór de stopstreep of rijd zover door tot het kruispunt dat je het verkeer goed kunt overzien. Blijf staan en laat het tegemoetkomende en kruisende verkeer passeren. Pas op voor voertuigen die rechts afslaan!

2. Opritten

Verlaag de snelheid op tijd en controleer of iemand een oprit op of af wil rijden. Zo ja: maak oogcontact en blijf eventueel staan.

3. Pas op voor openslaande deuren!

Je kind moet minstens 1 tot 2 meter afstand tot geparkeerde auto's houden.

4. Stoeprand

Let erop dat je kind op voldoende afstand, zo'n één meter, van de stoeprand blijft. Zo kan hij of zij tijdens het fietsen met het pedaal de stoeprand niet raken.

5. Dode hoeken

Fiets niet te dicht op voertuigen. Bij kruispunten of stoplichten blijft je kind het veiligst als hij of zij op voldoende afstand achter een auto blijft en daar wacht tot hij of zij kan doorfietsen.

6. Tramrails

Vermijd wegen met weinig afstand tussen de stoep en geparkeerde auto's en rails. Bij het oversteken blijft je kind het veiligst als hij of zij een hoek tussen de 45 en 90 graden aanhoudt.

woom®

Denk er altijd aan dat je een voorbeeldfunctie hebt en laat je kind zien hoe je je op de openbare weg moet gedragen.

