

Maison de la Mobilité TPM



Vous accompagne dans tous vos déplacements

GUIDE DU VÉLO

Édition 2022



TOULON • LA SEYNE-SUR-MER • HYÈRES • SIX-FOURS-LES-PLAGES • LA GARDE • LA VALETTE-DU-VAR
LA CRAU • OLLIOULES • LE PRADET • CARQUEIRANNE • SAINT-MANDRIER-SUR-MER • LE REVEST-LES-EAUX





Symbole de la transition écologique, le nombre de pratiquants réguliers ne cesse d'augmenter. La Métropole Toulon Provence Méditerranée mène en ce sens une politique dynamique pour encourager sa pratique, avec notamment :

- Cette dernière ayant pour but de promouvoir l'usage des modes de transports doux, plus respectueux de l'environnement, vous propose ainsi ce guide pratique, ludique et engagé ! Il permettra à tous les cyclistes, débutants ou amateurs chevronnés, de disposer d'un référentiel rassemblant toutes les informations utiles pour une pratique en toute sécurité du vélo et en harmonie avec les autres usagers. De ses bienfaits sur la santé au rappel des grands fondamentaux et des bonnes pratiques, il sera le compagnon indispensable de tous vos trajets à vélo.
- Bonne route à tous !

Président de Toulon Provence Méditerranée
Ancien Ministre

Je suis cycliste

Le vélo est plus rapide et efficace en ville pour des trajets entre 2 et 5 km :

- Temps pour se garer : 30 secondes
- Fini les bouchons
- On arrive toujours à l'heure

Le vélo est le mode le plus rentable : jusqu'à 5 km de trajet. Il évite les problèmes de stationnement.

3 km en ville à vélo équivaut à un trajet de 15 minutes.

Le vélo est le mode le plus économique : le coût annuel d'un trajet domicile-travail quotidien de 8 km* est de :

- **1700 € en voiture**
- **170 € à vélo**

Le vélo est le mode le plus écologique : 0 émission de CO₂ et 0 décibel. La seule énergie dépensée, c'est la vôtre !

Le vélo est le mode le plus sain : 2 fois moins de diabète et de maladies cardio-vasculaires. C'est le mode de transport idéal pour se maintenir en forme. Contrairement aux idées reçues, l'exposition à la pollution est 2 à 3 fois plus faible qu'en voiture. **L'exposition au monoxyde de carbone est de 5,9 mg/m³ à vélo contre 14,1 en voiture !**

[*] Source Ademe



L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) recommande **30 minutes** d'exercices par jour !



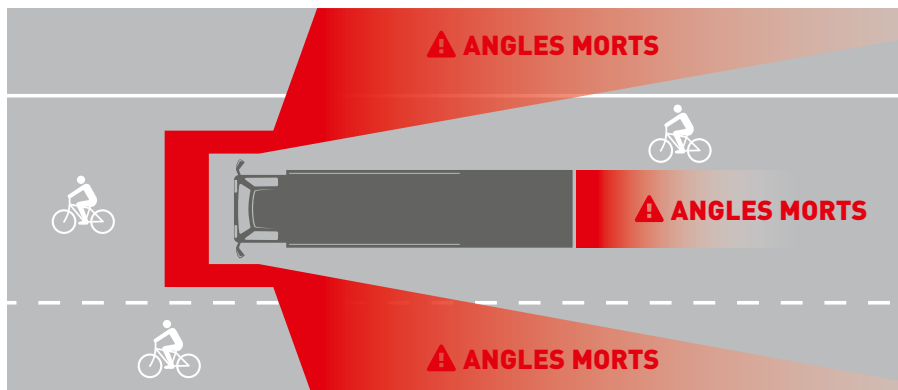
→ Vigilance et respect

Des règles de partage de l'espace public permettent de protéger les usagers les plus vulnérables tels que les piétons et cyclistes. Pour cela et en tant que cycliste, je me dois de respecter certaines règles :

- Je veille à utiliser les emplacements dédiés au stationnement vélo.
- **Comme tout usager, je dois respecter le Code de la route.**
- Je ne circule pas sur les trottoirs (sauf enfant de moins de 8 ans).
- J'évite de circuler trop près des voitures en stationnement (risque du « coup de portière »).
- Je vérifie mon éclairage obligatoire régulièrement et signale toujours un changement de direction.
- Pour ma sécurité, je ne roule pas à vélo avec des écouteurs. **Ceci est passible d'une amende de 135 €.**
- Je ne roule pas à plus de deux de front sur la chaussée et doit me mettre

en file simple dès la chute du jour et dans tous les cas où les conditions de la circulation l'exigent, notamment lorsqu'un véhicule voulant me dépasser annonce son approche.

- Sur les aires piétonnes, je me signale en amont et m'écarte suffisamment des piétons pour les dépasser à l'allure du pas.
- Je roule à droite... mais pas trop ! Pour plus de sécurité, je me décale à un mètre du bord, et quand la rue est étroite, je roule au milieu.
- J'évite au maximum de suivre de trop près et de dépasser des bus ou des poids lourds. **Attention aux angles morts !** Lors d'un tourne-à-droite ou d'un freinage d'urgence, ces derniers ne me voient pas.



→ L'essor des Vélos à Assistance Électrique (VAE)

Un VAE est un vélo soumis à la même réglementation qu'un cycle classique (cf. décret n°2016-364) et doit respecter la norme européenne **EN 15194**, qui précise les règlements et exigences de sécurité. À l'achat d'un VAE, vous devez posséder son certificat d'homologation. Il certifie que :

- L'assistance électrique s'arrête dès que le vélo atteint une vitesse de 25 km/h.

- La puissance nominale du moteur électrique ne doit pas dépasser 250 watts.
- Le déclenchement de l'assistance ne fonctionne qu'au pédalage.

Attention, le VAE n'est plus considéré comme un vélo, s'il ne respecte pas ces 3 principaux critères. Il est ainsi considéré comme Speed Bike, soumis aux mêmes obligations qu'un cyclomoteur (plaque d'immatriculation, carte grise).

→ La Métropole en mode VAE !



La Métropole TPM a mis en place une aide à l'achat d'un VAE ou d'un kit électrique vélo depuis 2015, au bénéfice des habitants de son territoire. Celle-ci s'élève à hauteur de 25% pour l'achat d'un VAE dans la limite de 250 €, ou d'un kit électrique vélo dans la limite de 150 €. Depuis sa création en janvier 2015 et jusqu'au 31 décembre 2021 :

- **8114 personnes** ont bénéficié de l'aide VAE **dont 2055 en 2021**.
- Le prix moyen du Vélo à Assistance Électrique acheté par les bénéficiaires de l'aide **en 2021 est de 2200 €**.
- 40% des bénéficiaires sont des salariés et 39% sont des retraités.

L'aide à l'achat d'un VAE se poursuit.

Déposez votre demande sur :

<https://metropoletpm.fr/velo-assistance-electrique>



Bon à savoir ! Il vous est possible également d'obtenir l'aide de l'État, le « Bonus vélo » selon les conditions suivantes :

- Être majeur.
- Être domicilié en France.
- Avoir un revenu fiscal de référence par part inférieur ou égal à 13489 €.
- Avoir bénéficié d'une aide ayant le même objet attribuée par la collectivité territoriale ou le groupement de collectivités territoriales.

La prime à la conversion de l'État s'élargie aux VAE jusqu'en décembre 2022 ! Le montant de la prime est de 40% du prix d'acquisition, dans la limite de 1500 €. Il est cumulable avec le montant du bonus vélo.

Les conditions pour en bénéficier sont les mêmes que pour le bonus vélo. Au préalable, il vous faudra mettre au rebut une voiture diesel immatriculée avant 2011 ou une voiture essence immatriculée avant 2006.

→ Le Plan Vélo de TPM

TPM œuvre depuis des années pour que le vélo devienne un mode de déplacement à part entière. C'est pourquoi, chaque année depuis 2006, elle édite, une cartographie des itinéraires cyclables existants sur son territoire : « **Le Plan Vélo** ». Celui-ci situe tous les types d'aménagements cyclables existants et vous donne de nombreuses infos pratiques (stationnements vélo, points d'eau, réparateurs vélo, règles de bonne conduite, etc.) afin de circuler sereinement et en toute sécurité sur le territoire de la Métropole.

Le saviez-vous ?

Le réseau cyclable est passé de 125 km en 2006 à 308 km en 2021 !



→ L'application Geovelo vous guide dans vos déplacements

Il vous suffit de la télécharger sur votre smartphone pour être guidé en temps réel par GPS !

Calculer votre Itinéraire : vous pouvez calculer des itinéraires adaptés à votre pratique du vélo en privilégiant les aménagements cyclables (pistes, bandes, rues à petit trafic, etc.).

Être actif : Il vous est possible également de signaler directement sur l'application, des problèmes de voirie ainsi que des aménagements cyclables non encore mis à jour par Geovelo. De cette manière,

vous pouvez contribuer à l'amélioration de cette application.

Faites vos propres statistiques : Une autre fonctionnalité de Geovelo vous permet d'avoir des statistiques, mois par mois (kilomètres parcourus, calories dépensées, ...).

Découvrez les paysages de votre territoire à travers des balades touristiques et suivez le fil d'actualité pour participer aux animations vélo proposées par la Métropole TPM.

→ Rappel du Code de la route

Comme tout conducteur, en tant que cycliste, je dois respecter le Code de la route et tenir compte de la signalisation.

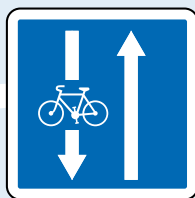


Avec ce panneau, on me conseille d'emprunter les **aménagements cyclables existants** (piste ou bande).



Ce panneau m'oblige à emprunter la **piste ou la bande cyclable existante**.

Je peux circuler sur une voie dédiée aux bus, si et seulement si, on m'y invite avec un panneau spécifique vélo placé sous le panneau bus : **voie mixte vélo/bus**.



Je peux circuler à **doubles-sens cyclables** dans les **zones où la limitation de la vitesse est inférieure ou égale à 30 km/h**. Devenu la règle depuis le 1^{er} janvier 2016, il devrait être étendu aux zones à 50 km/h (loi d'Orientation des Mobilités de 2019). Lorsque ce n'est pas le cas dans certaines rues, une interdiction du double-sens cyclable est appliquée par arrêté municipal.



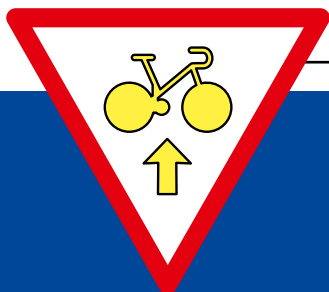
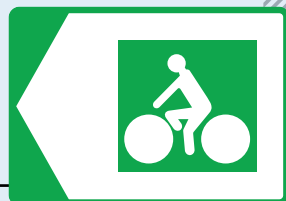
Sur une **aire piétonne**, je me dois en tant que cycliste, de laisser la priorité aux piétons. Je suis autorisé à rouler à l'allure du pas (maximum 6 km/h) et je dois me signaler bien en amont lors d'un dépassement.

Dans une **zone de rencontre** où la limitation de vitesse est limitée à 20 km/h, je laisse la priorité aux piétons. Je peux y circuler à double-sens s'il y a un sens unique pour les voitures.



Lorsque je circule sur une **voie verte** qui est exclusivement réservée à la circulation des véhicules non motorisés et des piétons, ce panneau me montre que je partage la voie avec des piétons. Par conséquent, je dois y rouler prudemment et leur laisser la priorité.

Les **itinéraires cyclables** peuvent être signalés par un panneau de ce type où la destination est indiquée ainsi que le temps de parcours.



Lorsque je suis **au niveau d'un feu tricolore** et qu'un panneau « cédez-le-passage au feu » est apposé sous le feu, je suis autorisé à franchir la ligne d'arrêt du feu et à m'engager sur la voie située en continuité **ou** à m'engager sur la voie de droite **si le panneau me l'autorise**, en laissant, bien sûr, la priorité aux piétons qui traversent.



→ Les aménagements cyclables spécifiques

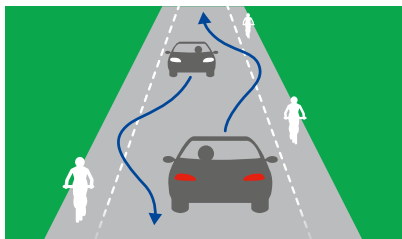
- **La piste cyclable** est une voie séparée de la chaussée, soit bidirectionnelle (largeur de 3 mètres minimum recommandée) soit unidirectionnelle (largeur 1,50 mètre recommandée) et qui est exclusivement réservée aux cycles et aux EDPM.
- **La bande cyclable** est une voie située sur la chaussée et réservée exclusivement aux cyclistes et aux EDPM. Elle est délimitée par une ligne blanche discontinue. Sa largeur recommandée est de 1,50 mètre.



- **La voie verte** est un aménagement en site propre en dehors de la chaussée, réservée aux déplacements non motorisés (moteurs thermiques). Elle est destinée aux piétons, cyclistes, rollers. La voie verte ne peut en aucun cas être aménagée sur un trottoir.
- **Le double sens cyclable** est une voie à double sens dont un des deux sens est exclusivement réservé aux cyclistes. Cet aménagement incite les automobilistes à limiter leur vitesse dans les rues à sens unique. Aucun des véhicules n'est prioritaire.



- **La voie mixte bus/vélo** permet aux cyclistes de circuler dans les couloirs réservés aux bus, à condition que ceux-ci soient ouverts ou d'une largeur d'au moins 4,5 mètres. La mixité est signalée par un marquage au sol (logo vélo) et par une signalisation verticale.



- **La chaussée à voie centrale banalisée** est une chaussée étroite, sans marquage axial, dont les lignes de rive sont rapprochées. Les véhicules motorisés circulent sur une

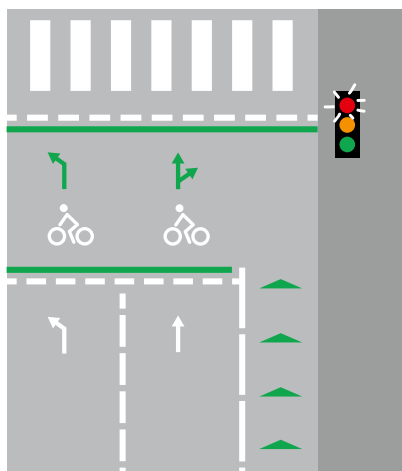
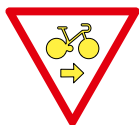
voie centrale bidirectionnelle et les cyclistes quant à eux, sur la partie revêtue de l'accotement appelée : rive. Lorsqu'une voiture croise une autre voiture, elle peut faire un écart sur la rive.

- **La Vélorue** est une rue ou un tronçon de route où les vélos ont le droit de rouler au milieu de la chaussée, les automobilistes ayant l'interdiction de les dépasser. En général, elle est créée lorsque la rue est étroite, à sens unique et le plus souvent limitée à 30 km/h. Leur largeur ne permet pas aux véhicules de doubler les cyclistes en respectant la distance latérale de sécurité d'un mètre. Des chevrons et un logo vélo sont inscrits au centre de la chaussée et un panneau d'information en amont prévient les automobilistes et cyclistes.





- **Les SAS vélo** permettent aux cyclistes arrêtés à un feu tricolore d'être mieux perçus au démarrage par les véhicules motorisés. Ainsi, ils sont plus sécurisés en cas de tourne à gauche.
- **Le cédez-le-passage cycliste aux feux** est une autorisation de franchissement du feu rouge par les cyclistes afin d'effectuer un tourne à droite ou de poursuivre en mouvement direct. Il implique de laisser la priorité aux piétons qui traversent. Ces panonceaux sont situés sous les feux tricolores.



→ Les équipements du cycliste

Pour être entendu

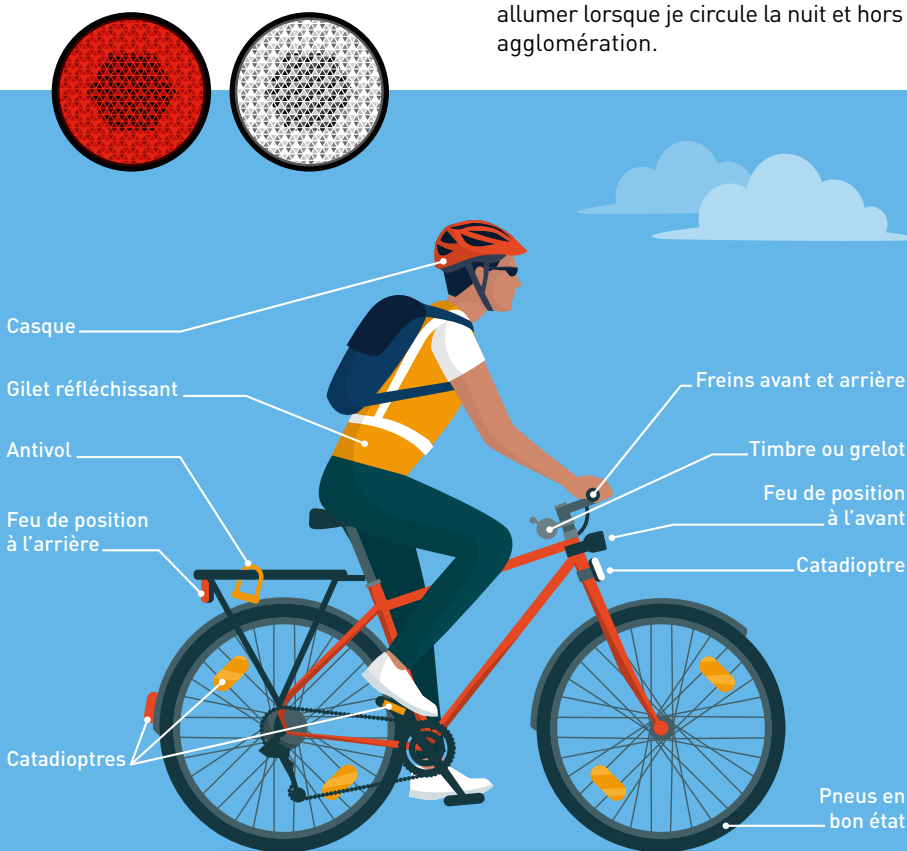
- Mon vélo doit être équipé d'un dispositif de **timbre ou grelot** pour me signaler auprès des autres usagers.

Pour être protégé

- Mon vélo doit être équipé de **deux dispositifs efficaces de freinage**, à l'avant et à l'arrière.
- J'ai l'obligation de porter **un casque** si j'ai moins de 12 ans.

Pour être vu

- **Hors agglomération**, j'ai l'obligation de porter un gilet réfléchissant de nuit et de jour par mauvaises conditions de visibilité.
- Je dois équiper mon vélo d'un **catadioptre** arrière rouge, de catadioptres latéraux orange (sur les rayons des roues), un catadioptre avant blanc et un sur chaque pédale.
- J'ai également l'obligation d'avoir un **feu de position** avant blanc non clignotant et un feu de position arrière rouge d'intensité variable. Je dois les allumer lorsque je circule la nuit et hors agglomération.



Casque

Gilet réfléchissant

Antivol

Feu de position
à l'arrière

Catadioptres

Freins avant et arrière

Timbre ou grelot

Feu de position
à l'avant

Catadioptre

Pneus en
bon état



→ Stationner son vélo

La création et l'extension d'un réseau cyclable nécessitent d'installer des équipements spécifiques pour stationner les vélos. Trois types de stationnement sont proposés en fonction de leur durée :

- **Le stationnement de courte durée** sous forme d'arceau vélo de type U renversé est le plus adapté. Il permet d'accrocher le vélo à deux endroits différents.
- **Le stationnement de moyenne durée** permet de stationner son vélo sur un espace dédié « parc à vélo ». Cet aménagement permet à plusieurs vélos de stationner côte à côte sous un auvent protégé des intempéries.
- **Le stationnement de longue durée** permet aux usagers de stationner leur vélo dans des espaces sécurisés et fermés.





→ Le saviez-vous ?

- Un trajet à vélo classique fait en moyenne 3,4km et un trajet en VAE fait en moyenne 7,6km (chiffres ADEME).
- En 2019 en France, il s'est vendu **2,652 millions de vélos** contre 2,214 millions de voitures !
- Toujours en 2019, il s'est vendu **388 100 VAE** contre 275 375 deux roues motorisés !
- Des sanctions sont prévues contre les automobilistes qui ne respectent pas les règles de stationnement. **Une contravention de 135€** pour stationnement « très gênant » est aujourd'hui la règle dans le cas d'un stationnement voiture sur les aménagements cyclables (pistes, bandes, etc.).
- Une place de stationnement voiture égale 10 places de stationnement vélos !



Vrai ou faux ?

- Le fait de rouler sur le trottoir expose à une amende de 135€.

VRAI - Faux

Réponse : en effet, circuler à vélo sur le trottoir est absolument interdit, même en l'absence de piéton. L'usager s'expose à une amende de 135€. Seuls les enfants de moins de 8 ans peuvent y circuler en maintenant une allure au pas.

- L'exposition au monoxyde de carbone est plus important lorsque l'on est sur un vélo par rapport à une voiture.

Vrai - **FAUX**

Réponse : contrairement aux idées reçues, l'exposition à la pollution est 3 à 5 fois plus faible à vélo qu'en voiture.

Être enfermé dans un espace clos provoque un phénomène d'accumulation.

- Je peux circuler à vélo sur toutes les voies de bus.

Vrai - **FAUX**

Je peux circuler à vélo sur les voies de bus si et seulement si, j'y suis invité par la signalisation d'un panneau spécifique vélo placé sous le panneau bus, ou par l'apposition de logos vélo sur la voie bus.

→ Marquage obligatoire des vélos neufs

Afin de lutter contre le vol, le marquage des vélos achetés* auprès d'un professionnel **devient obligatoire** (loi d'Orientation des Mobilités du 24 décembre 2019).

Le marquage vélo agréé, sera mis en place obligatoirement par le vendeur professionnel, qui grave **un numéro d'identification unique** sur le cadre du cycle de manière lisible. Il devra être noté sur la facture du vélo.

Le numéro d'identification du vélo sera inscrit dans un « Fichier National Unique des Cycles Identifiés ». En cas de revente du vélo, le propriétaire en fera la déclaration auprès de l'opérateur agréé ayant fourni le numéro d'identifiant.

Attention, en cas de vol du vélo ou mise au rebut, le propriétaire devra en informer l'opérateur agréé **dans un délai de deux semaines**.

**PRÈS DE
400 000 VÉLOS
SONT VOLÉS
CHAQUE ANNÉE !**

À noter : le marquage des vélos d'occasion sera obligatoire à partir de juillet 2021. Mais il est d'ores et déjà possible de faire marquer votre vélo **grâce au marquage Bicycode®**

() Ne sont pas concernés par le marquage obligatoire : les vélos pour enfants (diamètre des roues inférieur à 16 pouces), les remorques de cycle, les EDPM (trottinettes, gyropodes, hoverboards,...).*



→ Tous à vélo !

La Maison de la Mobilité TPM propose, à travers le programme gratuit « Tous à vélo ! », des séances d'apprentissage du Vélo à Assistance Électrique (VAE) et du vélo. Ouvert au grand public, il est destiné à des usagers souhaitant accéder à la pratique du vélo en ville en toute sécurité. « Remise en selle » en VAE ou apprentissage du vélo, à vous de choisir !

Remise en selle en VAE encadrée par une Vélo école. Un parcours de maniabilité sur un espace sécurisé avant de profiter d'une balade collective sur des aménagements cyclables :

- Au moins 1 fois par mois.
- 5 participants maximum par séance.

- Durée : 2h30.
- Sur 4 communes de la Métropole TPM : Toulon, Six-Fours-les-Plages, La Seyne-sur-Mer et Hyères.

Apprentissage du vélo pour les débutants encadré par les éducateurs sportifs TPM. Règles de sécurité, présentation des équipements du vélo et circuits sur un espace sécurisé :

- 1 fois par semestre.
- 5 participants maximum par séance.
- Durée : 3 heures.
- Au Vélodrome TPM à Hyères et au Palais des Sports TPM à Toulon.



Directeur de la publication : Hubert Falco

Publication réalisée par la Direction des Transports et de la Mobilité

Conception graphique : Service Communication TPM

©Photos : Hortense Hébrard et Olivier Pastor / TPM

©Illustrations : Adobe Stock Marc/Gramfid/Elenabsl/SimplLine/Dovla982

Impression : Imprimerie Trulli - Dépôt légal à parution - Ne pas jeter sur la voie publique

Maison de la Mobilité TPM



Vous accompagne dans tous vos déplacements



TOUS À VÉLO !

**OUVERT
À TOUS ET
GRATUIT**

Vous avez besoin d'une « remise en selle » ou vous ne savez pas encore pédaler pour gagner en autonomie ?

La Maison de la Mobilité TPM vous propose, dans le cadre de son action « Tous à Vélo ! », des séances pour adultes d'apprentissage du VAE (Vélo à Assistance Électrique) et du vélo.

**MÉTROPOLÉ
TOULON
PROVENCE
MÉDITERRANÉE**
www.metropoleTPM.fr @metropoleTPM



PDU
2017-2021
PLAN DE DÉPLACEMENTS URBAINS
Toulon Provence Méditerranée

Ensemble, vers une nouvelle mobilité



MOBIVAR



La Maison de la Mobilité TPM informe et accompagne tous les publics dans leurs déplacements !



Maison de la Mobilité TPM

34, rue d'Alger - 83000 Toulon

Tél. 04 94 93 37 37

maisondelamobilitte@metropoletpm.fr

Ouvert du mardi au samedi de 10h à 18h



UNION EUROPÉENNE
Fonds Européen de
Développement Régional



MÉTROPOLE
TOULON
PROVENCE
MÉDITERRANÉE

www.metropoletpm.fr
@metropoletpm



Ensemble, vers une nouvelle mobilité

TOULON • LA SEYNE-SUR-MER • HYÈRES • SIX-FOURS-LES-PLAGES • LA GARDE • LA VALETTE-DU-VAR
LA CRAU • OLLIOULES • LE PRADET • CARQUEIRANNE • SAINT-MANDRIER-SUR-MER • LE REVEST-LES-EAUX