



SE DÉPLACER À VÉLO

en Val d'Yerres Val de Seine



Guides des bonnes pratiques à adopter

✔ Je prépare mon vélo

Pour se déplacer à vélo, l'essentiel est d'avoir :

- des pneus bien gonflés vélo (c'est à dire 4 bars pour un adulte et 3 bars pour un enfant) en bon état (ni lisses, ni bosselés).
- il convient également de vérifier l'état des freins de votre vélo !

AVANT DE PARTIR...



- élément obligatoire
- élément recommandé

✔ Je prépare mon trajet

Pour une conduite sécurisée, il est préférable de repérer son trajet en amont plutôt que de consulter son téléphone pendant le trajet (même s'il est fixé sur un support prévu à cet effet !).

Pour cela, vous avez le choix en termes d'applications :
Google Maps
Géovélo
Openstreetmap...



Elles proposent des itinéraires en fonction de vos besoins (Géovélo permet par exemple de choisir entre un itinéraire sécurisé - un peu plus long - ou un itinéraire rapide).

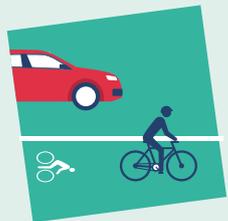


PENDANT LE TRAJET

✓ Je me signale

La plupart des accidents sont évités quand les cyclistes se signalent.

Je tends le bras à gauche pour indiquer son intention de tourner à gauche, à droite pour aller à droite !



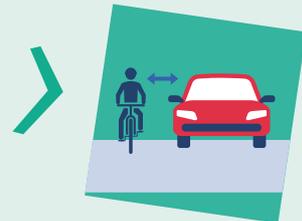
Même en présence d'une bande cyclable, je circule au milieu de la voie pour être mieux vu (autorisé sauf quand la bande cyclable est obligatoire – voir guide des panneaux ci-contre)

J'équipe mon vélo d'un éclairage si je circule de nuit (c'est obligatoire, même en ville).



✓ Je contrôle

Je vérifie tout autour de moi la présence d'autres véhicules, avant de me décaler ou de tourner. Je vérifie aussi que je ne me situe pas dans l'angle mort d'une voiture, d'un bus ou d'un camion. Je garde mes distances de sécurité, sans hésiter à me placer au milieu de la chaussée si nécessaire !



✓ Je respecte les piétons

Le piéton est toujours prioritaire, même en dehors d'un passage piéton. En tant que cycliste, je peux circuler sur une voie verte, au sein d'une aire piétonne ou d'une zone de rencontre, mais les piétons ne doivent pas détourner leur trajectoire en fonction de mon passage.



AU QUOTIDIEN

✔ Je connais la signification des principaux panneaux cyclistes



Indique une **piste** ou une **bande cyclable obligatoire**.

Indique une **piste** ou une **bande cyclable facultative** (le cycliste est donc autorisé à circuler sur la chaussée s'il le souhaite).

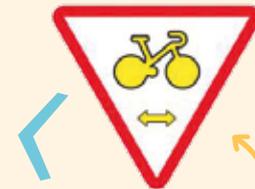


Le cycliste peut circuler sur la chaussée s'il le souhaite, il n'est pas obligé d'emprunter l'aménagement cyclable.



En zone 30, la vitesse des véhicules y est limitée à 30 km/h. **Toutes les chaussées sont à double sens pour les cyclistes**, sauf exception.

Donne la possibilité aux cyclistes, à un feu de circulation, de **passer alors que le feu est rouge** tout en cédant le passage à tous les autres usagers.



Ici, la flèche indique donc la possibilité de tourner à droite ou à gauche



Indique une rue dans laquelle un des sens de circulation est réservé aux cyclistes. Il ne s'agit pas d'un contresens, comme on l'entend encore parfois, mais d'un **sens autorisé aux seuls cyclistes**.
(Bien que cet aménagement soit parfois impressionnant dans les rues étroites, plusieurs études ont démontré que c'est un aménagement sûr).

Le cycliste est invité à circuler au milieu de la chaussée pour être bien vu par l'automobiliste qui arrive en face. Au moment du croisement, on ralentit, on se place sur le côté, et on sourit !

Indique une zone de rencontre dans laquelle les piétons sont autorisés à circuler sur la chaussée et bénéficient de la priorité sur les véhicules. La vitesse des véhicules y est limitée à 20 km/h. **Toutes les chaussées sont à double sens pour les cyclistes**, sauf exception.



SUR LA ROUTE



S'engager dans un rond-point : en indiquant ses intentions, et choisir une trajectoire adaptée, souvent au milieu de la voie de droite.



Contrôler tout autour de soi : même si l'on va en face, et même si l'on a la priorité, il est indispensable de toujours contrôler visuellement tout autour de soi (y compris derrière !) avant de tourner ou avant de contourner un obstacle.



Le double-sens cyclable : permet à cyclistes (même les plus jeunes) d'être bien vus par les véhicules qui circulent dans l'autre sens.

APPRENDRE À SE DÉPLACER EN CONDITIONS DE CIRCULATION

◆ Vélos-écoles sur le territoire

À Épinay-sous-Sénart

Cours de vélo pour enfants et adultes (apprendre à rouler en circulation)

Le dimanche de 10h à 12h

7 rue du 19 mars 1962, Epinay-sous-Sénart

Pour plus d'informations, contactez le 06 95 57 20 77

À Brunoy

Cours de vélo pour adultes (débutants à confirmés)

Le dimanche de 10h à 12h

65 rue latérale 91800 Brunoy

Pour plus d'informations, contactez-le 06 80 94 36 06

◆ Les balades du dimanche

Tous les premiers dimanches du mois

De 14h à 16h

Départ du CSC Joséphine Baker, rue Jean-Paul Sartre, Epinay-sous-Sénart

Possibilité d'emprunter vélo et casque (5€ d'adhésion annuelle)

+ d'infos au 06 95 57 20 77 (par sms)



ACHETER, ENTREtenir ET REPARER SON VELO

📍 **Cycles Odysées**
123 rue Gabriel Péri, Brunoy
Tél. : 09 71 52 55 09

📍 **Le Vélo Rouge**
5 rue Léonie, Vigneux-sur-Seine
Tél. : 07 49 75 77 43

📍 **Cycles Réveil Matin**
3 rue Gustave Eiffel, Montgeron
Tél. : 01 69 42 97 94

📍 **Quentin Répare**
Réparation et entretien de vélos à domicile ou en atelier
33 rue Glacière, Montgeron
quentinrepare@gmail.com
Tél. 06 14 56 41 19

📍 **Cycl'up**
89 rue de Concy, 91330 Yerres
Tél. 07 49 25 37 63

Associations

📍 **En rue Libre**
Vigneux - 5 rue Léonie,
Vigneux-sur-Seine
Tél. : 07 66 14 28 08
enrue libre91@gmail.com

📍 **L'attribut**
6 rue Eugène Freyssinet, Ris-Orangis
contact@lattribut.org
Tél. : 06 95 19 66 29



**VOUS VOULEZ
ACQUÉRIR UN
NOUVEAU VÉLO ?**



**L'AGGLO
COMPLÈTE L'AIDE
D'ÎLE-DE-FRANCE MOBILITÉS**



Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site [vyvs.fr](https://www.vyvs.fr)