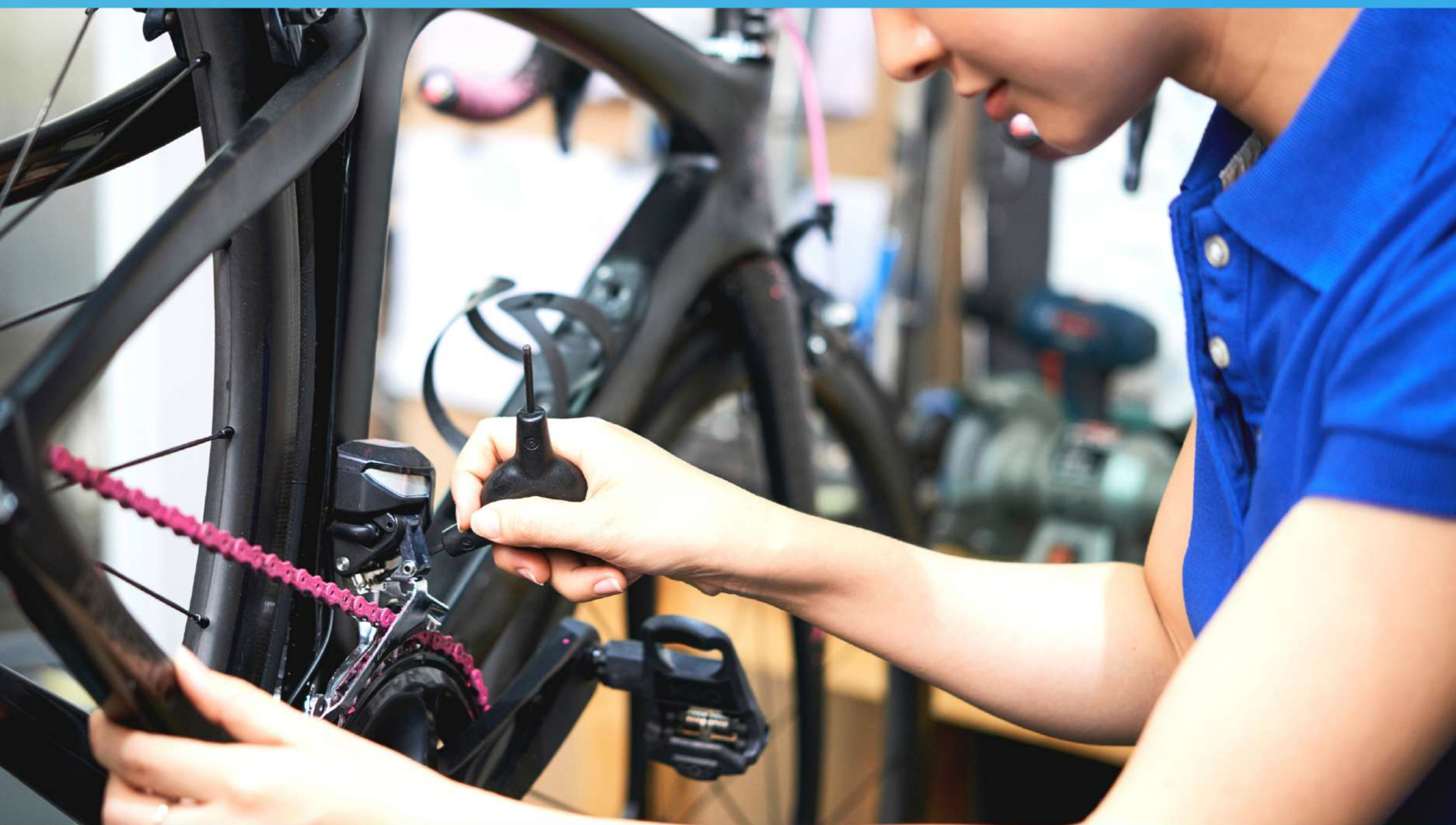




Formations pratiques

de Vélo-Cité Pro



Ateliers participatifs : diagnostic détaillé du vélo



☒ Pré-requis

🕒 2 h à 2 h 30

👤 ≤20 (15 - 2 min / personne)

📍 En présentiel

Durant ces ateliers, nous effectuons un diagnostic détaillé et relevons ensemble les éléments nécessitant une réparation ou les futurs travaux à prévoir. Le tout pour assurer une belle longévité à votre vélo.





Ateliers participatifs : accompagnement à la réparation de son vélo

☒ Pré-requis

🕒 2 h à 2 h 3

👤 ≤12 (30 - 45 min / personne)

📍 En présentiel

Durant ces ateliers, le mécano c'est le/la propriétaire du vélo. Notre équipe est constamment présente pour accompagner et donner les bons conseils ; le matériel et les outils sont mis à disposition de chacun(e) pour développer la confiance dans l'entretien de base de son vélo.



Encadrement collectif : rouler en ville en toute sécurité



✓ Pré-requis : salarié(e)s non-débutants
recherchant de la confiance pour rouler en ville.

🕒 1 h 30

👤 ≤10

📍 En présentiel et à l'extérieur

Cette formation est un accompagnement sur le terrain (boucle depuis site) permettant d'adopter les bons gestes pour se déplacer en toute sécurité. Elle est régulièrement ponctuée d'arrêts pour évaluer les situations passées ou à venir. Elle est un bon complément à la formation théorique.



Accompagnement personnalisé sur trajet domicile – travail



✓ Pré-requis : salarié(e)s non-débutants recherchant de la confiance pour rouler en ville.

🕒 1 h

👤 1

📍 En présentiel et à l'extérieur

C'est la formule individualisée et sur mesure de nos actions. Un salari(é), un itinéraire domicile-travail unique, et un accompagnement terrain sur tout le trajet. Cette action vient naturellement en prolongement des 2 précédentes formations mais peut être mise en place en tant qu'action autonome. Elle se déroule hors du temps de travail.



Prise en main d'un VAE ou vélo-cargo



☒ Pré-requis

🕒 1 h

👥 10

📍 En présentiel et à l'extérieur

Cette formation permet la prise en main rapide d'un vélo à assistance électrique. Nous rappelons les différents composants du vélo et accompagnons les agents à maîtriser le système d'assistance. Objectif : lever les appréhensions (difficile à manier, efforts sur dénivelés...).



Vélo Challenge : atelier démontage / remontage



☒ Pré-requis

🕒 3 h

👤 ≤12

📍 En présentiel

Cet atelier s'inscrit dans une animation esprit d'équipe et entraide entre collègues. Objectif du collectif : remonter ensemble un vélo nu !





Suivez-nous !

Nous vous partageons les actualités et
les conseils pour favoriser votre

Vélotaf

(vélo + taf = le trajet domicile-travail en vélo)

**Contactez pour en
savoir plus :**



M. Sacha VIEL



05 56 81 63 89



sacha.viel@velo-cite.org



[Velo-cite.org/velocitepro](https://velo-cite.org/velocitepro)