



## ACCOMPAGNEMENT « EMPLOYEUR »

Objectif : permettre de mieux appréhender l'usage du vélo en interne et accompagner les décideurs dans la réalisation de diagnostics et la mise en place d'actions pro-vélo

### - 1 -

#### « Aide à la mise en place d'un diagnostic mobilité et plan de mobilité vélo »

Temps d'échange pour accompagner l'employeur sur la mise en place d'un état des lieux des déplacements des salarié-es en termes de mobilité vélo. Concerne également le stationnement.

### - 2 -

#### « Label Employeur Pro-vélo »

Le Label Employeur Pro-vélo est un label de reconnaissance des actions pro-vélo mis en place par les employeurs auprès des salarié-es (FUB). Certaines initiatives sont financées jusqu'à 60 % (ex. stationnement vélo). Vélo-Cité Pro, en tant que partenaire du programme, vous accompagne sur la partie « conseils », jusqu'à l'« audit à blanc ».

Plus d'infos sur [www.employeurprovelo.fr](http://www.employeurprovelo.fr)

### - 3 -

#### « Mise en place Forfait mobilités durables »

Vous souhaitez mettre en place le Forfait mobilités durable avec un focus sur le vélo ? Nous vous aidons à trouver des solutions adaptées à votre structure et pertinentes et équitables pour l'ensemble des collaborateurs.

- Durée : 1 h
- En présentiel ou visio
- Retroplanning : confirmation dates à J-7

### - 4 -

#### « Temps d'échanges Employeurs »

Nous organisons et animons des temps d'échanges en visio, en mettant en relation des employeurs afin d'échanger tous ensemble sur les sujets liés à la mobilité vélo en interne (échanges d'expérience).

- Durée : 1 h
- En visio
- Retroplanning : confirmation dates à J-7

### - 5 -

#### « Audit Parking »

Nous venons sur site constater l'état des stationnements vélos et leur éventuelle non-conformité. Nous travaillons ensemble sur les solutions à apporter en termes d'équipements, d'espaces dédiés, conditions et facilité d'accès pour vos salarié(e)s.

- Durée : 1 h
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-14

### - 6 -

#### « Business balade »

Sur la pause méridienne ou en fin de journée, nous rassemblons un groupe de décideurs (clubs entreprises, responsables de services en interne), pour faire découvrir le vélotaf et les aménagements alentours. Itinéraire assuré par nos soins.

- Durée : 1 h
- Nb max de participants : 10
- En présentiel, lieu de départ à déterminer
- Retroplanning : confirmation dates à J-14



# FORMATIONS THÉORIQUES

Objectif : permettre aux salarié-es d'acquérir les connaissances pour optimiser sa confiance, sa sécurité et les bons réflexes dans ses trajets domicile-travail ou inter-sites

## - 1 -

### « Bonnes pratiques, positionnement et sécurité : devenez un C.R.A.C. à vélo ! »

Pré-requis : aucun

Cette formation théorique est focalisée sur la sécurité et le bon positionnement du cycliste sur la chaussée (C.R.A.C. : Comportement, Regarder, Anticipation, Connaissance). Nous abordons le code de la route sous un angle "vélo", et focalisons sur les aménagements, leur interprétation et la signification des panneaux de signalisation.

- Durée : 1 h 15 à 1 h 30
- Nb max de participants : 12
- En présentiel ou en visio
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

## - 3 -

### « Dans la peau de l'automobiliste »

Pré-requis : aucun

Cette formation permet de sensibiliser les automobilistes (que nous sommes presque tous), à « comprendre le cycliste », et à minimiser les risques pour chacun. Rappel de la signalisation vélo et des aménagements dédiés.

- Durée : 1 h
- En présentiel ou en visio avec option modérateur
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

## - 2 -

### « Prise en main des outils de navigation 2.0 »

Pré-requis : aucun

Découvrez les outils de navigation comme Komoot ou GéoVelo pour élaborer des itinéraires sur mesure pour vos trajets domicile-travail. Ensemble, nous créons votre compte et rentrons dans le détail des fonctionnalités en simulant plusieurs trajets. Nous regardons également ensemble toutes les options qu'offrent ces solutions d'aide à la mobilité vélo.

- Durée : 1 h 30 à 2 h
- Nb max de participants : 12
- En présentiel ou en visio avec option modérateur
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

## - 4 -

### « Les 10 non-commandements »

Pré-requis : aucun

Comment lutter contre les idées reçues et convaincre les non-convaincus ? En 10 points, nous apportons tous les contre-arguments à l'utilisation du vélo : distance, froid, pluie, temps... Tout y est déconstruit dans le bon sens et le débat reste ouvert pour les plus réticents !

- Durée : 1 h
- En présentiel ou en visio
- Retroplanning : confirmation dates à J-15



# FORMATIONS / ATELIERS PRATIQUES MÉCANIQUES ET CIRCUITS EN VILLE

Objectif : pratiquer en toute sécurité, apprendre les réparations de base, devenir autonome, expérimenter différents types de vélos...

## - 1 -

### « Les ateliers participatifs : diagnostic détaillé du vélo »

Pré-requis : aucun

Durant ces ateliers animés *in situ* grâce à notre remorque mobile, nous effectuons un diagnostic détaillé et relevons ensemble les éléments nécessitant une future réparation ou de travaux à prévoir. Une fiche détaillée et personnalisée est remise à chaque participant-e.

- Durée : 2 h à 2 h30
- Nb max de participants : 20 (15 à 20 min par personne)
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

## - 2 -

### « Encadrement collectif : rouler en ville en toute sécurité »

Pré-requis : salarié-es non-débutant-es recherchant de la confiance pour rouler en ville.

Cette formation est un accompagnement sur le terrain permettant d'adopter les bons gestes pour se déplacer en toute sécurité. L'itinéraire est régulièrement ponctué d'arrêts pour évaluer les situations passées ou à venir. Un maximum d'aménagements y est programmé. Cette sortie est un bon complément à la formation théorique. Départ sur site employeur, boucle de 6 à 7 km.

- Durée : 1 h 30 à 2 h
- Nb max de participants : 12
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

## - 4 -

### « Prise en main d'un VAE ou vélo-cargo »

Pré-requis : aucun

Cette initiation permet la prise en main rapide d'un vélo à assistance électrique ou autre « vélo spécia » (cargo, triporteur...). Nous rappelons les différents composants du vélo et accompagnons les salarié-es à maîtriser le système d'assistance.

- Durée : 1 h
- Nb max de participants : fonction des vélos disponibles
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

## - 1' -

### « Les ateliers participatifs : accompagnement à la réparation de son vélo »

Pré-requis : aucun

Durant ces ateliers animés *in situ* grâce à notre remorque mobile, le mécano c'est le 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.

- Durée : 2 h à 3 h30
- Nb max de participants : 12 (30 à 45 min par personne)
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

## - 3 -

### « Accompagnement personnalisé sur trajet domicile - travail »

Pré-requis : salarié-es non-débutant-es à la recherche d'un accompagnement pour regagner confiance

C'est la formule individualisée et sur mesure de nos actions avec un itinéraire domicile-travail unique, et un accompagnement terrain sur tout le trajet. Elle se déroule hors du temps de travail.

- Durée : 1 h à 2 h.
- Nb participants : 1
- Retroplanning : confirmation dates à J-7

## - 5 -

### « Cours de vélo-école et remise en selle »

Pré-requis : aucun

Nous proposons un cycle de 6 séances pour les primo-débutants ou pour celles et ceux éloignés du vélo depuis longtemps, afin de (ré)acquérir les bases techniques et bons réflexes du « savoir pédaler ».

- Durée : à déterminer
- Nb max de participants : 6
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-15



# FORMATION A LA MÉCANIQUE / ENTRETIEN D'UNE FLOTTE EN INTERNE

Objectif : permettre aux salarié-es de développer leurs compétences mécaniques et animer la « communauté vélo » en interne

## - 1 -

### « Formation à la mécanique (bases) »

Pré-requis : aucun

Cette formation est destinée aux salarié(e)s qui souhaitent devenir “ressource”, en leur permettant d’élargir leurs compétences techniques sur l’entretien des vélos (flotte interne, collaborateurs...) sur site. Modules abordés : diagnostic + freins + transmission + roue

- Durée : 3 h 30 à 4 h
- Nb de participants max : 4
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

## - 2 -

### « Formations approfondies »

Pré-requis : salarié-es ayant effectué la formation « mécanique (bases) ».

Cette formation est un complément à la formation précédente, avec un approfondissement des connaissances et de la pratique sur l’un des 4 modules précédemment abordés. Objectif : permettre au salarié-e d’assurer un entretien de base de qualité et d’animer des ateliers participatifs diagnostic.

- Durée : 2 h à 2 h 30
- Nb de participants : entre 4 et 6
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

## - 3 -

### « Apprendre à encadrer un groupe »

Pré-requis : salarié-es non-débutants ayant participé à la formation « Rouler à vélo en toute sécurité ».

Cette formation permettra au salarié-e de gérer l’encadrement d’un groupe de collaborateurs. Objectif : organiser des sorties encadrées pour animer la communauté vélo en interne.

- Durée : 2 h à 2 h 30
- Nb de participants : entre 4 et 6
- En extérieur
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

## - 4 -

### « Le salarié « Référent vélo » en interne

- Pré-requis : salarié-e sensibilisés au sujet vélo.

Nous proposons une formation théorique pour le futur « référent mobilité vélo » qui animera la communauté en interne en lui donnant la méthodologie et une première vision des enjeux du « vélotaf ». Nous invitons ce salarié-e « ressource » à se positionner également sur les autres actions de cette fiche pour compléter cette formation, notamment mécanique.

- Durée : 3 h
- En visio ou présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-21



## ATELIERS « TEAM BUILDING »

Objectif : proposer des actions en équipe pour les salarié·es dans un cadre ludique et convivial. Idéal pour la cohésion et les employeurs à la recherche d'idées originales

### - 1 -

#### « Super-Quiz Vélo »

Pré-requis : aucun

À travers des résolutions d'énigmes énigmatiques, des questions pièges et autres mises en situation retorses, nous proposons un quiz décalé et pédagogique, et très visuel. Rien à gagner, tout à apprendre !

- Durée : 1 h
- En présentiel ou en visio
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

### - 2 -

#### « Speed Wheel »

Pré-requis : aucun

Concours de vitesse de réparation de pneu à plat. Vous devez soit trouver la bonne chambre à air (quelle taille ??) pour l'adapter au bon pneu, soit appliquer une rustine (mais où se trouve précisément la fuite ??). Sans parler du démonte pneu trop usé qui ne va pas faciliter la tâche...

- Durée : 1 h
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

### - 3 -

#### « Vélo Challenge : atelier remontage »

Pré-requis : aucun

Cet atelier s'inscrit dans un mode collaboratif et d'entraide entre collègues. Objectif du collectif : remonter un vélo complètement désossé, dont toutes les pièces ont été honteusement éparpillées...façon puzzle.

- Durée : 1 à 2 h
- Nb max de participants : 5 à 6 par vélo
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

### - 4 -

#### « Le circuit infernal de maniabilité »

Pré-requis : aucun

En un minimum de temps, effectuez un parcours de maniabilité plein de pièges et de chausse-trappes (pneus sous-gonflés, conduite à une main, bandeau sur un œil, plot en équilibre sur la tête, etc.). Attention également aux nombreuses pénalités supplémentaires qui se joueront...à coups de lancers de dés. Un atelier très drôle mais très très injuste !

- Durée : 1 à 2 h
- Nb max de participants : 5 à 6 par vélo
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

### - 5 -

#### « Café-débat : vrai café, faux débat »

Pré-requis : aucun

Nous organisons un faux débat avec 2 équipes (les pour et les contre) sur des sujets liés au vélo ! Chaque équipe affute ses arguments puis le débat est lancé ! Tous les 15 minutes, on renouvelle les équipes et on change les sujets.

- Durée : 1 h
- Nb max de participants : 15
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-14

### - 6 -

#### « Atelier Helmet day »

- Pré-requis : aucun

Nous débattons ensemble sur un sujet « vélo » en même temps que nous organisons un atelier artistico-pédagogique avec customisation de casques.

- Durée : 1 h 30
- Nb max de participants : 15
- Retroplanning : confirmation dates à J-21



## ANIMATION ET SENSIBILISATION

Objectif : proposer des animations régulières sur site auprès des salarié-es, autour d'une thématique ou d'un évènement plus global

### - 1 -

#### « Stand de sensibilisation sécurité »

Avec notre stand, nous répondons à toutes vos questions. De la documentation est mise à disposition et du matériel est exposé. Les stands sont soit thématiques (à déterminer ensemble) ou à caractère général conseils et sécurité

- Durée : 2 h
- En présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

### - 3 -

#### « Agir sur son territoire : présentation des groupes locaux Vélo-Cité »

- Pré-requis : aucun  
Nous présentons en détail les enjeux de la mobilité vélo à échelle plus locale avec les actions des « groupes locaux ». Objectif : mettre en avant les enjeux sur les aménagements et le rôle que chacun peut jouer à son niveau, sur ton territoire de vie professionnel et personnel.

- Durée : 1 h
- En visio ou présentiel
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

### - 5 -

#### « Évènements Vélo-Cité »

Toute au long de l'année, nous vous proposons de participer aux évènements locaux ou nationaux dans lesquels est impliquée Vélo-Cité : « Challenge de la mobilité », « Fête du Vélo », « Mai à vélo », « Semaine de la mobilité », « Semaine du Développement Durable », « Bourses aux vélos », « Cyclistes, brillez ! »

- En extérieur
- Retroplanning : confirmation dates à J-21

### - 2 -

#### « Marquage Bicycode »

Nous organisons avec vous des sessions de marquage des vélos des salarié-s de votre établissement. En effet, tout vélo a l'obligation d'être immatriculé. Vélo-Cité vous accompagne sur cette action.

- Durée : en fonction du nombre de vélos à immatriculer
- Nb max de participants par session : 30
- En intérieur ou en extérieur
- Retroplanning : confirmation dates à J-15

### - 4 -

#### « Shooting photos ou interviews vélotafeurs »

Possibilité d'organiser des sessions pour valoriser votre politique vélo en interne. Nous nous occupons de la coordination et de la réalisation des interviews ou du shooting photos directement avec les salarié-es volontaires.

### - 6 -

#### « Inscription à la Newsletter Pro »

Nous vous abonnons à notre newsletter 100 % vélo avec l'actualité réglementaire, l'actualité locale et tous les sujets liés à Vélo-Cité. Objectif : vous fournir régulièrement des contenus pour votre communication interne / sensibilisation des salarié-es.

- Inscription sur simple demande