



## Formation « conduite vélo aux abords du lieu de travail »

D'une durée de 3h, cette formation s'adresse aux salarié·e·s sachant déjà rouler à vélo, souhaitant se perfectionner ou gagner en confiance. Elle se déroule sur le lieu et le temps de travail, en petit groupe. La formation allie, selon les besoins, théorie, réglages du vélo et mise en situation pour apprendre à circuler à vélo en sécurité.

Proposant de nombreux conseils pratiques, ses objectifs sont :

- D'acquérir les outils et connaissances nécessaires pour changer son regard sur la pratique du vélo comme moyen de transport
- D'être capable de circuler à vélo en sécurité facilement avec les autres usagers

### Contenu (adaptable selon besoins)

- **Séquence 1** : préparation du vélo (durée 30 min)
  - ✓ Réglages ergonomiques et sécuritaires (selle, guidon, freins),
  - ✓ Conseils d'entretien.
- **Séquence 2** : bien circuler à vélo (durée 30 min)
  - ✓ L'équipement du vélo et du/de la cycliste,
  - ✓ Les conseils pour bien circuler à vélo en sécurité.
- **Séquence 3** : bien circuler à vélo sur son trajet, mise en situation (durée 2 h)
  - ✓ Connaître les droits et devoirs du/de la cycliste,
  - ✓ Observer les aménagements et savoir les utiliser,
  - ✓ S'initier aux gestes de conduite à travers plusieurs tests individuels.

## Modalités

- **Nombre de participant.e.s** : minimum 3 et jusqu'à 6
- **La formation est réalisée** sur le temps de travail.
- **L'intervenant adapte le contenu de la formation** aux besoins de l'employeur et des salarié.e.s participant.e.s, et prépare un itinéraire autour du lieu de travail.
- **Lieu** : site de l'employeur et aux alentours pour la mise en situation

## L'employeur

- **Prend les inscriptions et transmet la liste des participant.e.s** à l'intervenant 10 jours avant la date de la formation,
- **Informe les salarié.e.s qu'ils devront avoir leur propre vélo** (freins fonctionnels, lumières, vélo en état de rouler) et équipements pour la formation (ou leur en met à disposition),
- **Met à disposition de l'intervenant des équipements pédagogiques** (une salle de réunion équipée d'un ordinateur et vidéoprojecteur, d'un tableau veleda ou paperboard) et si possible un espace extérieur pour la préparation des vélos et des exercices pratiques,
- **Importe la feuille d'émargement transmise par l'intervenant** sur la plateforme OEPV.

## Le salarié.e. bénéficiaire :

- **Vient avec le vélo qu'il souhaite utiliser régulièrement** (freins fonctionnels, lumières, vélo en état de rouler).

## Coût de la formation

**Coût de 700 € HT pris en charge à 60% par le programme Objectif Employeur Pro-Vélo, soit un reste à charge pour l'employeur de 280 €.**

