

Formation « Rouler en sécurité »

D'une durée de 1h30, cette formation s'adresse aux salariés qui ont besoin de gagner en confiance afin de se sentir en sécurité à vélo dans la circulation du quotidien. Elle se déroule sur le lieu et le temps de travail, en petit groupe.

Objectifs

- ✓ Etre capable de circuler à vélo en sécurité avec les autres usagers,
- ✓ Connaître les bons gestes et les bonnes pratiques pour inciter l'usage du vélo comme moyen de transport.

Contenu de la formation (adaptable selon besoins)

- Séquence 1 : préparation du vélo et conseils pratiques (30 min)
 - ✓ Réglages ergonomiques et sécuritaires (selle, guidon, freins),
 - ✓ Conseils d'entretien,
 - ✓ L'équipement du vélo (éclairage, vêtements).
- Séquence 2 : bien circuler à vélo sur son trajet, mise en situation (1h)
 - ✓ Connaître les droits et devoirs du cycliste,
 - ✓ Observer les aménagements et savoir les utiliser,
 - ✓ S'initier aux gestes de conduite.

Modalités

- **Nombre de participants** : minimum 3 et jusqu'à 6
- La formation se déroule sur le **temps de travail ou durant la pause méridienne**, sur le site de l'employeur.
- **Lieu** : site de l'employeur.
- **Durée** : 1h30

L'employeur

- **Prend les inscriptions et transmet la liste des participants** à l'intervenant 7 jours avant la date de la formation,
- **Informe les salariés qu'ils devront avoir un vélo personnel ou mis à disposition par l'employeur** (freins fonctionnels, lumières, vélo en état de rouler),
- **Met à disposition de l'intervenant des équipements pédagogiques** (une salle de réunion équipée d'un ordinateur et vidéoprojecteur, d'un tableau blanc 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.

L'intervenant formateur

- **Adapte le contenu de la formation** aux besoins de l'employeur et des salariés participants,
- **Prépare un itinéraire** autour de l'environnement du lieu de travail.

Le salarié :

- **Vient avec son vélo personnel ou un vélo mis à disposition par l'employeur** (freins fonctionnels, lumières, vélo en état de rouler).

Coût de la formation

Coût de 350 € HT pris en charge à 60% par le programme Objectif Employeur Pro-Vélo, soit un reste à charge pour l'employeur de 140 €.



Soutenu par

