



Formation « remise en selle »

D'une durée de 2h, cette formation s'adresse aux salarié.e.s sachant déjà rouler à vélo mais n'osant pas le faire pour des trajets du quotidien pour diverses raisons (interruption de la pratique, besoin de conseils et de mise à niveau, crainte pour la sécurité...). Elle se déroule individuellement ou en très petit groupe, au siège de l'intervenant formateur. En fonction du niveau des personnes, la formation propose conseils théoriques, mise en situation et conseils pour s'équiper et régler son vélo. **Ses objectifs sont :**

- **D'acquérir les outils et connaissances nécessaires** pour changer son regard sur la pratique du vélo comme moyen de transport,
- **De gagner en confiance à vélo** et donner les clés pour acquérir les bons réflexes sur la route, et ainsi se déplacer en toute sécurité.

Une même personne peut bénéficier de plusieurs séances.

Contenu

- **Séquence 1** (avant la formation) : faire connaissance et (re)découvrir le vélo
 - ✓ **Envoi d'un questionnaire et d'informations** sur l'usage du vélo,
- **Séquence 2** : un vélo sûr et adapté à la pratique (30 à 45 min)
 - ✓ **Point sur les besoins** (trajets, motivations, équipement, type de vélo) et les offres (achat, location, entretien),
 - ✓ **Vérification du vélo du participant** et réglages simples avant mise en pratique.
- **Séquence 3** : rouler à vélo en confiance (1h15 à 1h30)
 - ✓ **Conseils pratiques et remise d'un guide** (voir, être vu, anticiper, rester vigilant, identification des situations à risque, choisir son itinéraire),
 - ✓ **Mise en situation en fonction des besoins** (exercice de conduite dans un espace protégé, accompagnement sur un itinéraire, identification des aménagements).

Modalités

- **Nombre de participant.e.s** : 1, jusque 3 personnes (NB : L'employeur peut choisir plusieurs séances pour un même salarié),
- **Formation réalisée durant ou en dehors du temps de travail,**
- **Lieu** : local de l'intervenant (ou autre lieu à définir avec les bénéficiaires) et aux alentours pour la mise en situation.

L'employeur

- **Prend la/les inscription.s** et la/les transmet à l'intervenant,
- **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). Sinon, ils peuvent aussi en demander un (voir disponibilité avec l'intervenant),
- **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) ou s'en procure un (certains intervenants peuvent mettre à disposition des vélos sur demande et sous conditions).

Coût de la formation

Coût de 120 € HT par personne et par séance pris en charge à 60% par le programme Objectif Employeur Pro-Vélo, soit un reste à charge pour l'employeur de 48€ par personne et par séance.

Les participants peuvent bénéficier de plusieurs séances en fonction de leur niveau, avec une prise en charge de 60 % de chaque séance par le programme pour l'employeur.

