

Catalogue des animations



Sommaire



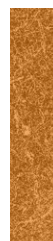
Les solutions vélo

3



Les avantages
du vélo

4



Soutenez les solutions
de mobilités locales

5



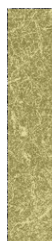
Conseil
en entreprise

6



Mécanique

7-10



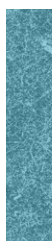
Sensibilisations, conseils
et actions pratiques

11-20



Curieux vélos

21-23



Se mettre en selle à tout âge,
grâce à la vélo-école

24-28



Animations jeunesse

29-32



Ils nous font
confiance

33

Les solutions vélo

● Notre expérience

Chez Ocivélo, nous bénéficions d'**une expérience de longue date** sur les sujets de mobilités, et particulièrement, sur le territoire stéphanois. Fort d'un **large réseau de partenaires public et privé**, constamment enrichi, notre vision polyvalente nous permet de vous accompagner au mieux dans vos projets.

● Votre projet

À travers la rationalisation des dépenses, l'amélioration de la qualité de vie des salariés ou encore le renforcement de l'attractivité ; **penser les mobilités se révèle un atout majeur pour toutes les structures.**

Nous apportons les leviers et les conseils nécessaires afin de lever les freins à la pratique du vélo, et de rendre autonome tous type de personnes.

● Notre territoire

À l'échelle nationale, le plan vélo, doté de 350 millions d'euros, a pour objectif d'atteindre les 9% de part modale du vélo, d'ici 2024. Il est actuellement de 1% dans la Loire. **Ensemble** rendons ces objectifs concrets, **bâtissons l'avenir des mobilités**, pour notre territoire et pour ses habitants.

Ocivélo

Ocivélo, est une association d'intérêt général, agissant de manière collective, solidaire et citoyenne pour faciliter et favoriser l'usage du vélo sur le bassin stéphanois. Nos actions sont variées et adaptées aux particuliers, aux scolaires et aux professionnels.

Pour toute question :

 animation@ocivelo.fr

 06 66 06 25 77

Les avantages du vélo

Sources : ADEME

Une plus grande ponctualité, rapidité et pertinence

- Jusqu'à 15 minutes de gagnées sur les courtes distances (33% des salariés résident à moins de 5 km de leur lieu de travail).
- La vitesse moyenne en ville est de 15 km/h à vélo et de 18 km/h en vélo à assistance électrique, contre 14 km/h en voiture.

Moins polluant

- N'émet pas de gaz à effets de serre.
- Le cycliste est moins exposé aux gaz qu'un automobiliste confiné dans son véhicule.

Diminution du stationnement

- Pour 1 place de voiture c'est 6 à 10 vélos stationnés.

Avantages financiers

- Réduction d'impôt, crédit mobilité, dispositifs locaux.

Diminution de l'absentéisme, augmentation du bien-être au travail et de la productivité

- Moins 15 % d'absentéisme chez les salariés cyclistes.
- 6 à 9 % des salariés sédentaires optant pour une activité physique régulière.
- De 2,5 à 9,1 % de productivité gagnée pour une entreprise encourageant ses salariés à pratiquer une activité physique.

Moins risqué

- Contrairement aux idées reçues, le vélo est le moyen de transport le moins risqué. Plus il y aura de cyclistes, moins il y aura d'accidents !

Diminue le stress et augmente l'espérance de vie en bonne santé

- 7 km à vélo ou 30 minutes d'activité physique par jour baissent de 30% les risques de mortalité.
- Diminution de la sédentarité, facteur majeur de maladies chroniques tel que l'obésité, le diabète, l'hypertension, les cancers etc.
- Contribue fortement à une meilleure estime de soi.

Meilleure image

- Attractivité auprès des candidats et fidélisation des collaborateurs

Moins de frais de déplacements

- Un trajet de 10 km coûte 1 000 € en petite voiture citadine contre 100 € à vélo.

Soutenez les solutions de mobilités locales

Adhérez à Ocivélo

Vos adhésions donnent **du poids à nos actions** ! Nous portons votre voix au sujet des mobilités actives à l'échelle des collectivités pour améliorer la qualité de vie de notre territoire.

Devenez Mécène

Contribuez financièrement et directement à nos actions sociales de terrain.

- **800 €** c'est une journée d'atelier mobile pour autonomiser des jeunes en difficulté.
- **1 800 €** c'est un cycle d'apprentissage pour les enfants dans un centre social.
- **3 000 €** permet la revalorisation et la distribution d'une flotte de 14 vélos.
- **5 000 €** c'est un cycle complet d'apprentissage pour les enfants, les adultes et les seniors éloignés des solutions de mobilités.
- **+ de 5000 €** c'est un soutien au projet global de l'association et ses missions de fond.

Devenez Mécène de compétence

Œuvrer dans une association ne relève pas que du bénévolat. Grâce au mécénat de compétences, vos salariés peuvent mettre leur **savoir-faire au service de l'intérêt général**, dans le cadre de leur contrat de travail et sur leur temps de travail. Un don en nature, aux conditions fiscales avantageuses.



Conseil en mobilité vélo

Vous avez un projet de développement autour du vélo ? Achat de vélos à assistance électrique, création de stationnements vélos ou animations de sensibilisation ? Ocivélo vous présentera les possibilités de financement et d'accompagnement.

Différents dispositifs existent : Objectif Employeur Pro Vélo, Alvéole +, appel à manifestation d'intérêt générale porté par Saint-Etienne Métropole, les choix sont multiples.

OBJECTIFS

- Présenter les financements existants.
- Soutien dans le montage du projet.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Réunion en présentiel ou en visio-conférence pendant 1h.

Mécanique

La méconnaissance de la mécanique, la peur de mal faire ou le manque de temps, sont des freins à l'usage du vélo. Les mécaniciens d'Ocivélo se chargeront d'accompagner vos collaborateurs, afin de les rendre autonome dans l'entretien ou la réparation de leur vélo, personnel ou ceux de votre entreprise.



Initiation à la mécanique vélo

Un mécanicien encadre un groupe de cyclistes venus avec leur vélo, pour se former sur une thématique définie en amont (freinage, dérailleurs, points de sécurité...). Plusieurs séances peuvent être organisées afin d'appréhender toutes les facettes de la mécanique vélo.

OBJECTIF

- Rendre autonome les cyclistes dans l'entretien de leur vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Pièces de bases (câbles, gaines, patins de frein, lubrifiant) fournies.
- Groupe de 5 à 8 personnes.
- Durée : 2h par thématique.
- Espace : 15m² avec une table à l'abri.

Atelier mobile d'auto-réparation



L'atelier d'auto-réparation permet aux participants de travailler sur leur propre vélo. Un mécanicien cycle est présent pour mettre à disposition des outils et conseiller afin d'autonomiser les participants, sur des réglages et réparations simples.

OBJECTIF

- Autonomiser les personnes sur l'entretien et les réparations simples.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 3h
- De 5 à 10 personnes.
- Espace : 20m² abrité, avec table et chaises.

Atelier mobile de réparation

Un mécanicien cycle vérifie votre vélo et effectue quelques réglages de base : dérailleurs, freins, selle, potence, roues, éléments de sécurité.

Il vous donne également tous les conseils nécessaires à l'entretien de votre monture.

OBJECTIFS

- Entretien fait par un professionnel.
- Identifier les pièces à changer.
- Conseils sur l'entretien du vélo.

INFORMATION PRATIQUE

- Une demi-journée d'intervention permet d'entretenir de 10 à 15 vélos.

Sensibilisations, conseils et actions pratiques

Parmi les freins à l'usage du vélo, la distance à parcourir arrive en premier. Pourtant 75% des déplacements en voiture individuelle se font pour des trajets inférieurs à 5 kilomètres. Cela représente 15 minutes de vélo. Les intempéries et la peur de se faire voler son vélo reviennent régulièrement aussi.

Informé, conseiller et sensibiliser vos collaborateurs aux bons équipements et bonnes pratiques, se révèle important afin de démarrer et pérenniser la pratique du vélo.

Stand d'informations

Nous présentons l'association et répondons à toutes vos questions : conseils pour lutter contre le vol, documentation, conseils pour se déplacer en sécurité, guide du cycliste, cartes des temps de déplacement à vélo sur la métropole, et bien plus encore.



OBJECTIFS

- Sensibiliser le public à l'usage du vélo.
- Donner des clés pour se déplacer en sécurité.

INFORMATIONS PRATIQUES

- 15 minutes pour une présentation de l'association.
- Espace de 10m² à l'abri ainsi qu'une ou deux tables.

Marquage Bicycode®



Le marquage Bicycode® est un code inscrit sur le cadre du vélo, afin de dissuader le vol et/ou faciliter la restitution en cas de vol. Les données sont enregistrées par l'intervenant d'Ocivélo, sur une plateforme dédiée.

OBJECTIF

- Sensibiliser les personnes au risque de vol de vélo et aux outils existants pour l'éviter.

INFORMATIONS PRATIQUES

- En 1h jusqu'à 6 vélos marqués.
- Comprend l'enregistrement du vélo sur la plateforme Bicycode.
- Espace : 10m² et une table.

Bien choisir son vélo

Prenez conseil auprès d'Ocivélo, pour identifier le vélo qui vous convient le mieux, selon votre situation, votre sensibilité, et vos types de déplacements. Pour cela nous venons avec différents vélos électriques et musculaires, afin de les tester sur place.

OBJECTIFS

- Orienter le cycliste sur le vélo qui lui convient.
- Conseiller et informer sur le panel de vélos existants.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 30 minutes pour évaluer les besoins des participants.
- Durée : 1h
- 15 personnes conseillées.
- Espace : 15m² à l'abri ainsi qu'une table.

Essai de vélos à assistance électrique

La méconnaissance du panel de vélos électriques est un frein à l'achat. Ocivélo met à disposition de 2 à 4 vélos afin de sensibiliser les employés à l'usage du vélo électrique. Des conseils sont donnés aux participants, afin de les orienter sur le meilleur modèle, adapté à leurs utilisations.



OBJECTIFS

- Sensibiliser les personnes à l'usage du vélo électrique.
- Comparer les modèles de vélos.
- Prendre conseils pour l'acquisition d'une flotte de vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 1h ou 2h.
- Jusqu'à 20 essais par heure.
- Vélo standard et/ou vélo cargo à disposition.

Choisir son itinéraire à vélo

Cette formation permet aux participants de gagner en confiance, apprendre à s'orienter et choisir un itinéraire à vélo, par l'utilisation de cartes et d'applications mobiles.



OBJECTIFS

- Donner des outils d'orientation et de choix d'itinéraires aux participants.
- Donner des conseils sur les déplacements urbains à vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 1h30.
- 2 à 8 personnes.
- Formation théorique et pratique.

Formation au code de la route vu du guidon

Cette formation théorique et participative permet d'acquérir des compétences sur la circulation en milieu urbain, informer les personnes sur les bons comportements à avoir et comment se déplacer à vélo, tout en étant en sécurité.

OBJECTIFS

- Acquérir les compétences pour se déplacer en sécurité.
- Échanger sur les difficultés rencontrées par les cyclistes.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 1h.
- De 5 à 20 participants.
- Le contenu peut être adapté en fonction de la zone géographique de l'entreprise.

Parcours pédagogique



Sensibiliser les cyclistes au code de la route, via un parcours pédagogique en milieu fermé. Le parcours pédagogique permet aux cyclistes de s'entraîner à l'observation des panneaux, aux placements sur la chaussée, aux règles de priorités, tout en étant en milieu fermé et donc dans un espace sécurisé.

OBJECTIFS

- Sensibiliser aux dangers de la route.
- Respecter le code de la route.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 1h30.
- 8 à 20 personnes.
- Espace : 20m par 40m minimum.
- Matériel pédagogique fournis.



Balade thématique à vélo

Musculaire ou V.A.E.

Découvrez la ville et ses lieux emblématiques à travers une balade à vélo. Les thèmes sont nombreuses allant du tour des jardins ouvriers à la découverte des œuvres de street-art, des voies verte etc.

OBJECTIFS

- Découvrir la ville sous un angle différent.
- Démocratiser l'usage du vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 2h.
- 6 à 12 participants.
- Thématique à définir ensemble.
- Prévoir des accompagnants supplémentaires si le nombre de participants est plus important.



Rallye team building

Partez à la découverte de coins insolites ou emblématiques de la ville tout en résolvant des petites énigmes. Vos équipes exploreront en autonomie, les différents parcours de nos rallyes. Un moment privilégié favorisant la cohésion d'équipe.

OBJECTIFS

- Découvrir la ville sous un angle différent.
- Créer du lien entre les collaborateurs.
- Diffuser l'esprit vélo dans votre entreprises

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 1h à 3h.
- À partir de 10 participants.
- Thématique existante ou à définir ensemble.

Curieux vélos

Envie de parler vélo autour d'une animation ludique qui plaira aux petits comme aux grands ? Les « curieux vélos » sont là pour animer tous types d'évènements, de manière conviviale.



Vélo à direction inversée

Un vélo qui fait l'inverse de ce qu'on lui demande : c'est déroutant ! En tournant le guidon à gauche, sa roue part à droite. Challengez votre groupe et réalisez la plus longue distance avec ce vélo qui rend fou.

Une explication des cinq points de sécurité du vélo est réalisée dans le même temps, pour sensibiliser à la sécurité du vélo.

OBJECTIF

- Sensibiliser vos salariés de manière ludique aux points de sécurité de leur vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 15 minutes environ.
- Par groupe de 6 personnes.
- Espace : 20m².

Vélo curieux'énergie



L'aspect attrayant du vélo curieux'énergie constitue une animation ludique pour tous types d'évènements en entreprise ou grand public. Pédalez et réutilisez l'énergie produite pour recharger votre téléphone ou préparer un délicieux smoothie.

OBJECTIF

- Aborder différents enjeux comme la production d'électricité, la transition énergétique, la santé, la nutrition...

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 2 à 5 minutes, seul ou en relais.
- Jusqu'à 30 personnes sur le vélo en 1h.
- Espace : 10m² avec une table et un point d'eau à proximité.

Se mettre en selle à tout âge grâce à la vélo-école

Apprenez le vélo au sein de notre vélo-école. Un cycle complet d'apprentissage est réalisé, de la base qu'est l'équilibre à l'autonomie pour se déplacer en sécurité. Plusieurs séances seront nécessaires pour arriver à l'objectif que vous vous fixez.



Formation débutant

Module 1

Il s'agit d'une aide pour réussir les premiers coups de pédale. Pour les vrais débutant.es, dans un espace sécurisé, hors circulation, l'animateur vous forme à l'équilibre et à la conduite du vélo.

OBJECTIFS

- Apprendre à pédaler progressivement.
- Apprendre à se déplacer et manier son vélo.

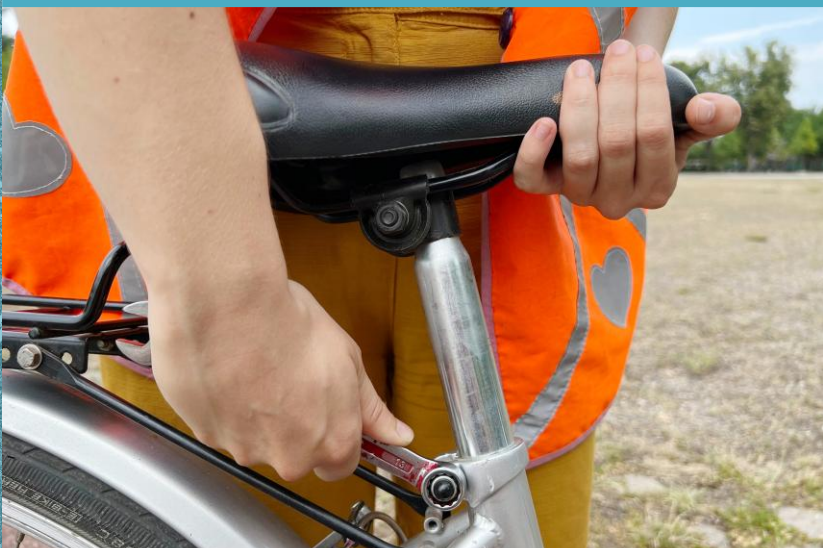
INFORMATIONS PRATIQUES

- Séance d'1h15.
- Jusqu'à 8 personnes.
- Un vélo dédié aux premiers apprentissages et un casque réglable sont mis à votre disposition.

Formation remise en selle

Module 2

La formation remise en selle est destinée aux personnes ayant perdu confiance ou n'osant pas se déplacer à vélo pour différentes raisons (sécurité, santé...). Des conseils théoriques et techniques sont abordés afin de faciliter les déplacements des personnes.



OBJECTIFS

- Reprendre confiance en sa pratique du vélo.
- Acquérir des astuces pour bien utiliser son vélo et se déplacer en sécurité en milieu urbain.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 1h15.
- Peut s'étaler sur plusieurs séances suivant les besoins.
- Par groupe de 1 à 3 personnes.



Accompagnement au trajet

Module 3

Il s'agit ici de se déplacer facilement dans une circulation complexe, sur des voiries peu adaptées aux vélos. Ce troisième module est ouvert à celles et ceux qui sortent du module 2, ainsi qu'aux personnes qui veulent changer leurs habitudes de déplacements, ou viennent d'une autre ville. Pouvant aussi être abordé sous l'angle de la sécurité de nuit et par mauvais temps.

Pour cela, vous êtes accompagné le long de l'itinéraire que vous choisirez : domicile/travail par exemple.

OBJECTIFS

- Apprendre à se déplacer en sécurité en milieu urbain.
- Choisir les bons outils pour se protéger des intempéries et du vol de vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Séance individuelle ou par petit groupe (3 maximum).
- Séance entre 1h et 2h.



Réparer

Module 4

Ce dernier module a pour objectif de vous former à la mécanique de base du vélo. Apprenez à changer une chambre à air, régler simplement ses freins ou encore remettre la chaîne si votre vélo déraille. Grâce à cet atelier, vous serez prêt à constituer votre trousse à outils.

OBJECTIFS

- Apprentissage des réparations de base.
- Être autonome dans la réparation.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Séance d'1h15 orientée sur un problème spécifique.
- Séance individuelle ou collective jusqu'à 5 personnes.

Animations jeunesse

L'apprentissage du vélo dès le plus jeune âge est un enjeu primordial pour pérenniser son usage à l'âge adulte. L'objectif est de sensibiliser les jeunes, à la mécanique vélo, aux déplacements quotidiens à vélo, mais surtout qu'ils apprennent en s'amusant.

Vélo puzzle



Chaque enfant, seul ou par groupe de 3 ou 4, suit un guide de montage et expérimente l'assemblage d'un vélo. Il apprend le nom des pièces, sa fonction et trouve l'outil adapté permettant de positionner les pièces à la bonne place.

OBJECTIFS

- Sensibiliser les enfants à la mécanique vélo par une approche simplifiée.
- Apprendre le nom et la position des différentes pièces d'un vélo.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : environ 1h pour démonter et remonter un vélo puzzle.
- Avec 3 vélos, une douzaine d'enfants peuvent réaliser l'atelier.

Animation à vélo Gymkhana



Réalisez une demi-journée d'activités ludiques et sportives autour du vélo. Un animateur crée des jeux de coopération ou d'opposition afin d'animer votre atelier de jeux, à vélo.

OBJECTIFS

- Pratiquer une activité physique.
- Pratiquer le vélo d'une manière différente.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 3h.
- 8 à 15 personnes.
- Espace : une cour de récréation, un parking fermé à la circulation ou autre.

Savoir Rouler À Vélo pour les scolaires



En 12h d'enseignements répartis en 3 blocs de compétences, les jeunes apprennent à se déplacer en sécurité : savoir pédaler, savoir circuler et savoir rouler à vélo.

L'opération « SRAV » vise l'autonomie à vélo pour l'ensemble des enfants avant l'entrée au collège.

Le SRAV fait partie intégrante du projet pédagogique, il est donc créé avec la participation active des enseignants.

OBJECTIFS

- Autonomiser les enfants dans leurs déplacements au quotidien.
- Pratiquer une activité physique quotidienne.
- Sensibiliser les jeunes à ce mode de déplacement écologique et économique.

INFORMATIONS PRATIQUES

- Durée : 12h minimum pour un cycle complet.
- Pour une classe à la fois.
- Prévoir des accompagnants supplémentaires pour les sorties.
- Espace : dans la cour de l'établissement ou dans un lieu prédéfini en amont.

Ils nous font confiance



Nos partenaires



Ocivélo adhère à la Fédération des Usagers de la Bicyclette, l'Heureux Cyclage, l'AF3V et la Clavette Stéphanoise.



Association d'usagers du vélo à Saint-Étienne

Suivez-nous :



site web : ocivelo.fr



facebook : [@ociveloSte](https://www.facebook.com/ociveloSte)



tweeter : [@OciveloSt_E](https://twitter.com/OciveloSt_E)



linkedin : Ocivélo

À bientôt !

