

Programme  
formation  
bénéficiaires

**Ma  
Cyclo  
entreprise**



En partenariat avec :



# Programme formation bénéficiaires

# Ma Cyclo entreprise



Un partenariat avec :



Soutenu par



Programme  
formation  
bénéficiaires

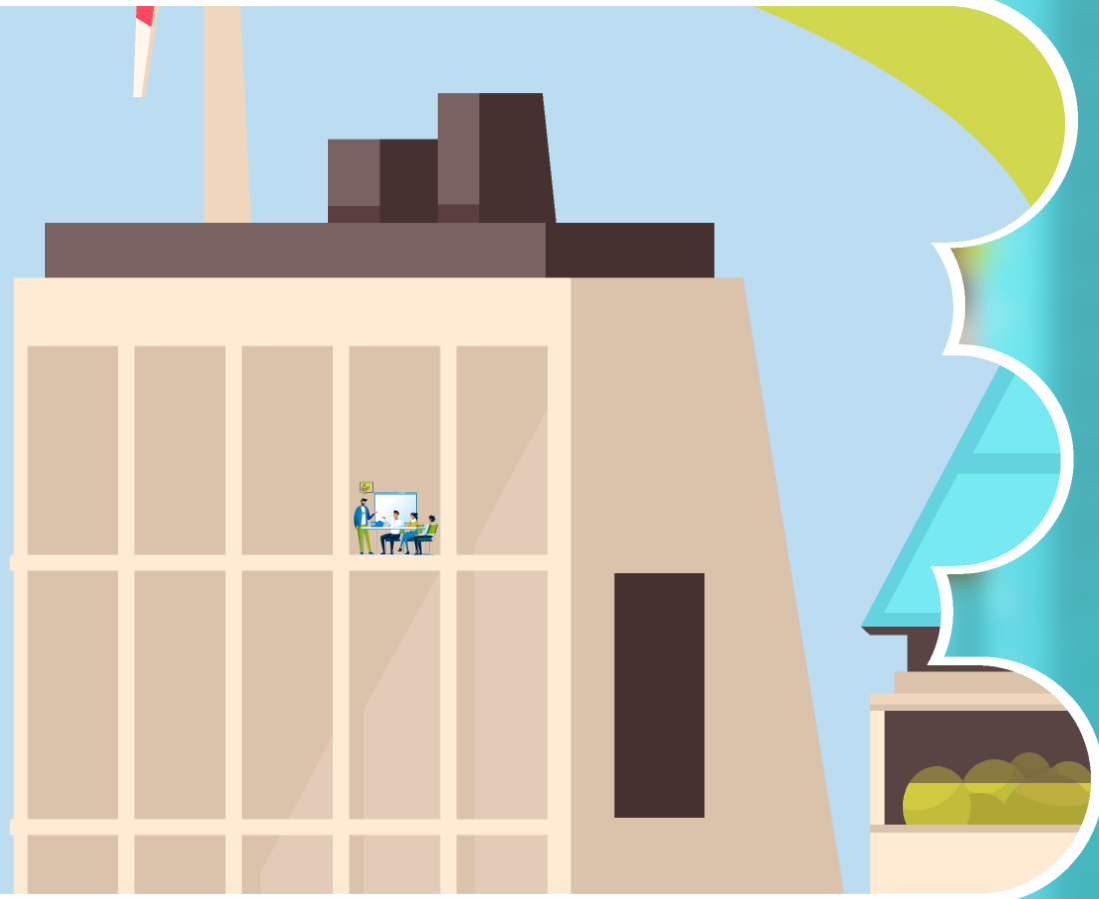
**Ma  
Cyclo  
entreprise**

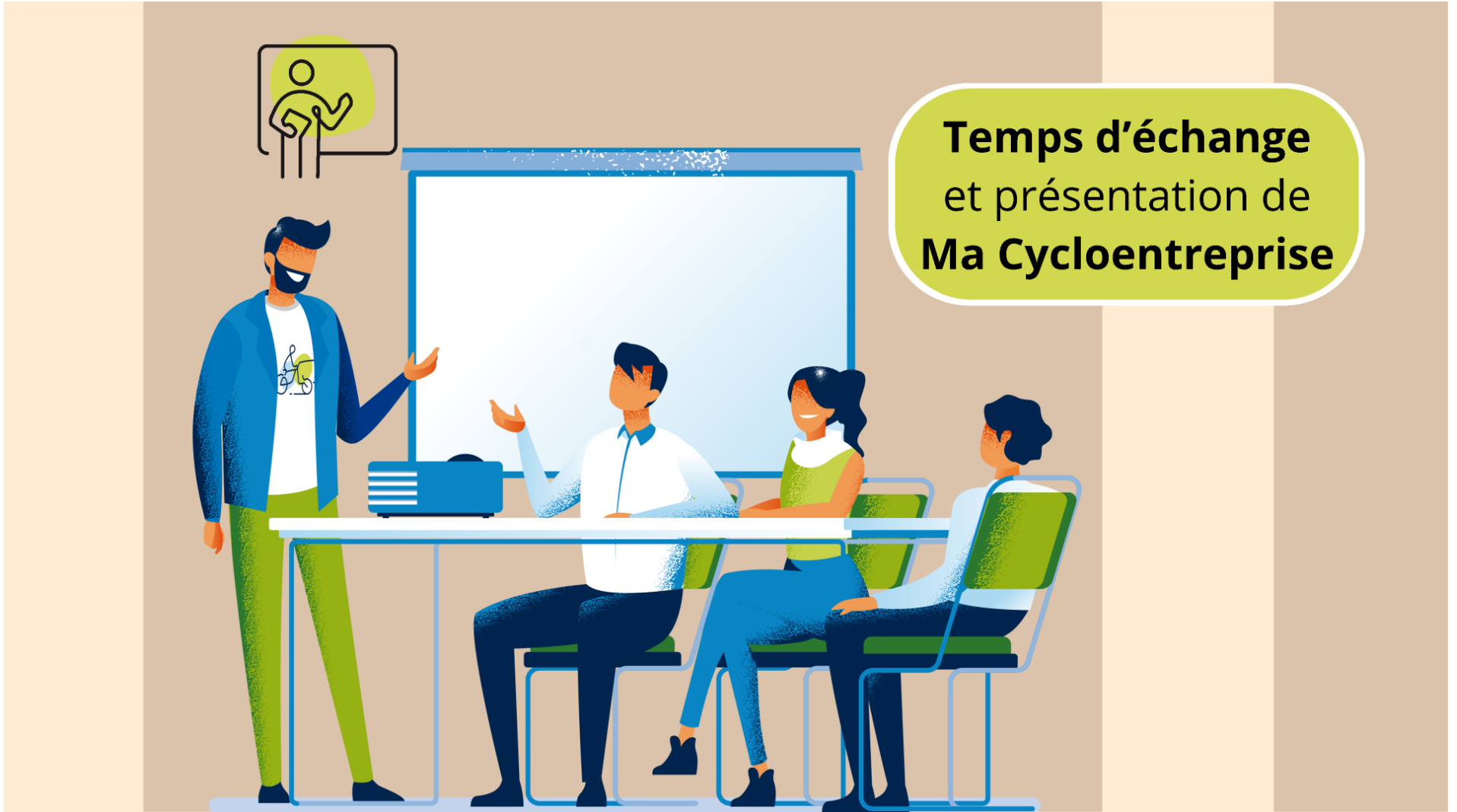


En partenariat avec :



**Accueil**





**Temps d'échange  
et présentation de  
Ma Cycloentreprise**

# Lauréat de l'appel à programme CEE 2019 du Ministère de la Transition écologique et solidaire



Les CEE : un dispositif de la loi POPE 2005 qui finance des programmes d'information, de formation et d'innovation pour **favoriser l'économie d'énergie.**

**Ces programmes sont financés par les fournisseurs d'énergie** soumis à une obligation d'économies d'énergie.

**Le financeur et porteur du projet, Eni Gas & Power France S.A.,** fournit de l'énergie sur l'ensemble du territoire français.

**Les associations Adie et Les Boîtes à Vélo** sont les partenaires qui déploient le programme sur l'ensemble du territoire.

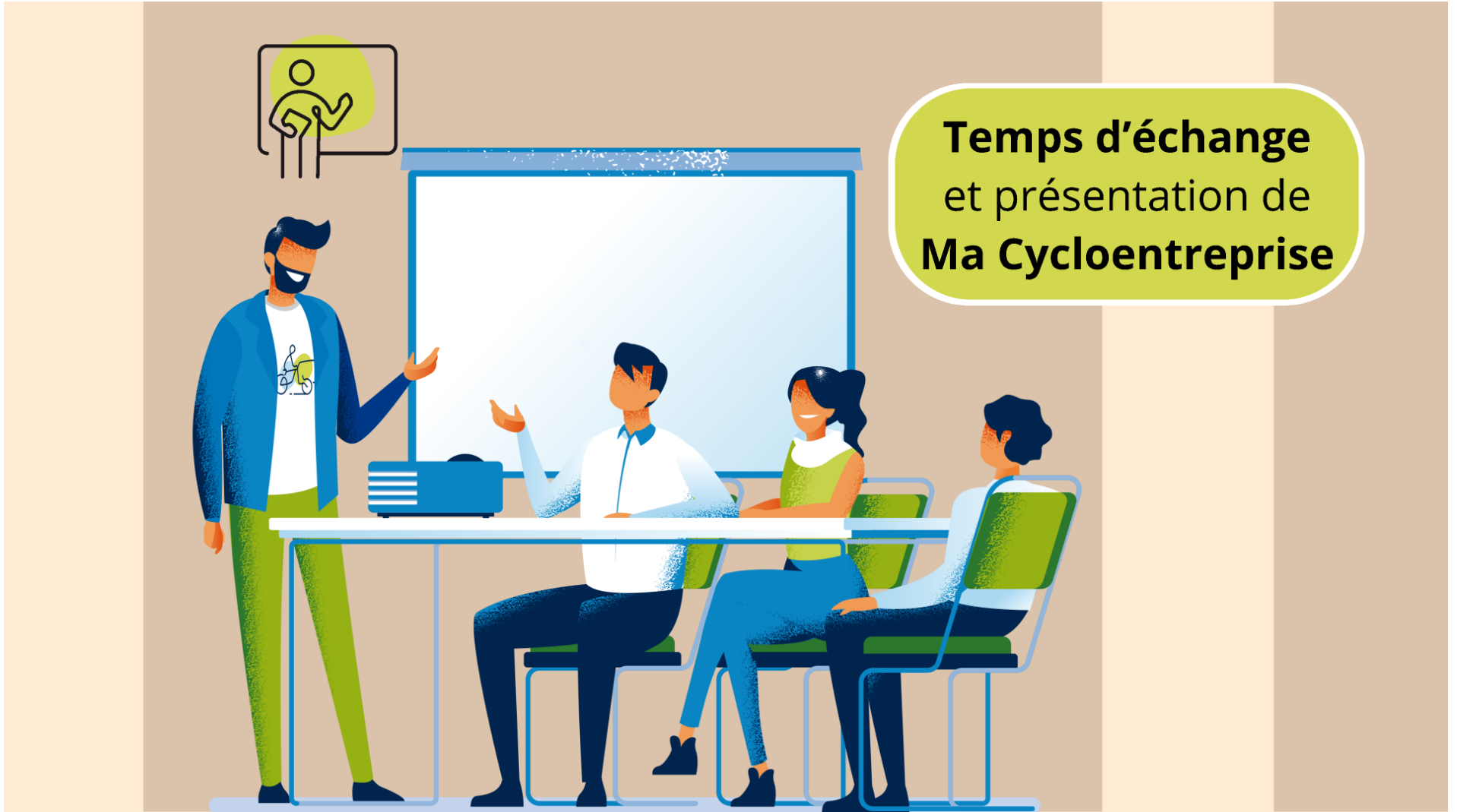


Soutenu par  
RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



adie





# Les Boîtes à Vélo - France depuis 2014

## Les Boîtes à Vélo - France

**Association fondée en 2019** : Volonté de réunir les collectifs des différentes villes (Angers, Nantes, Paris, Grenoble, Lyon, Lille). Naissance à Nantes en 2014 avec le premier regroupement de professionnels à vélo.

**Favoriser l'essor et la généralisation** de l'entrepreneuriat à vélo en France.



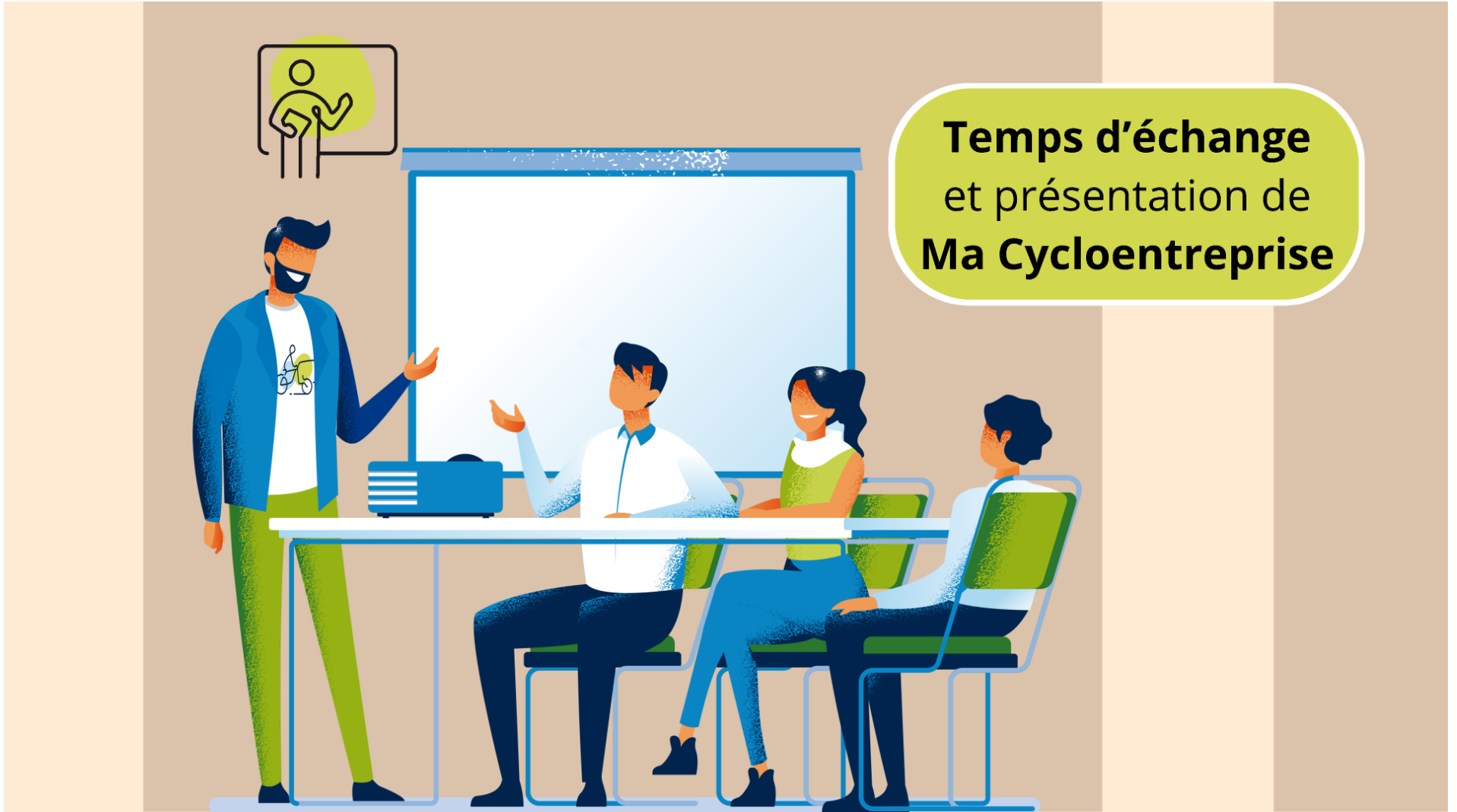
Plus de

**115**  
adhérents

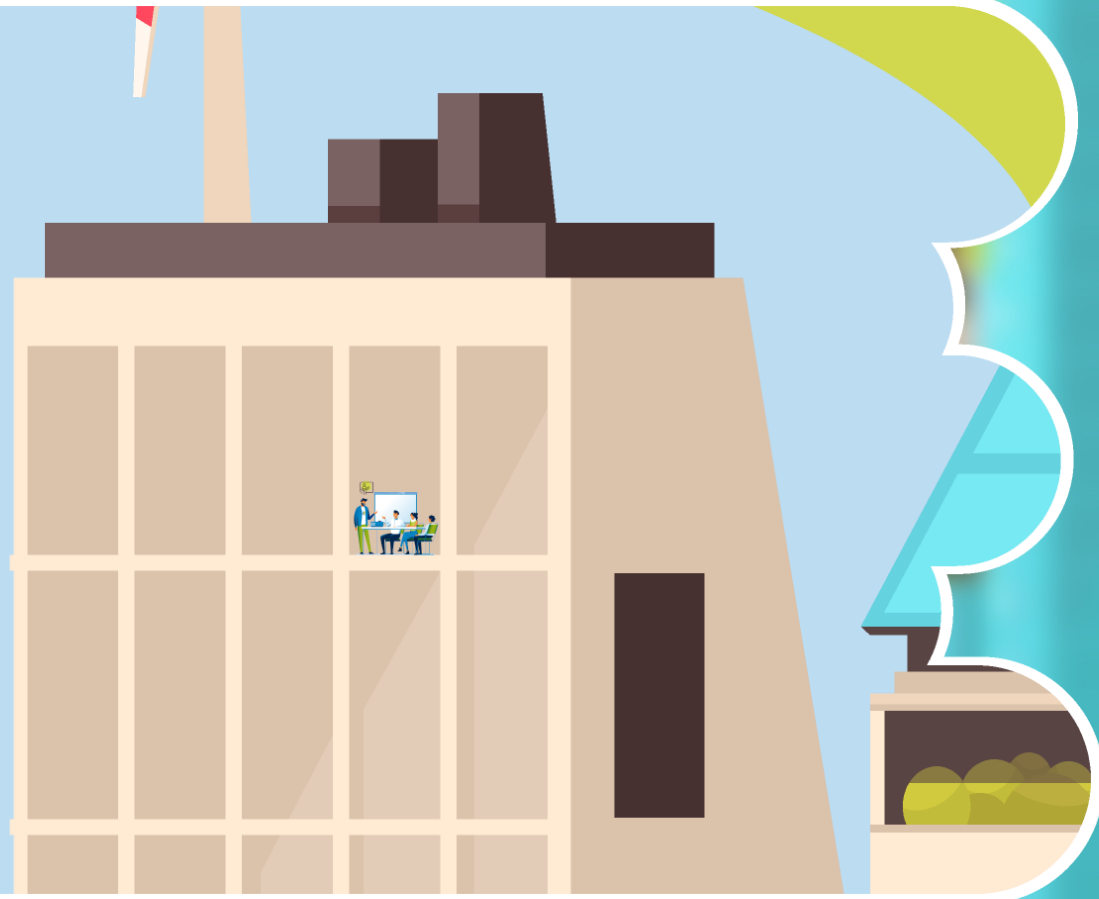
**30**  
métiers  
différents







**Accueil**



Programme  
formation  
bénéficiaires

**Ma  
Cyclo  
entreprise**



En partenariat avec :



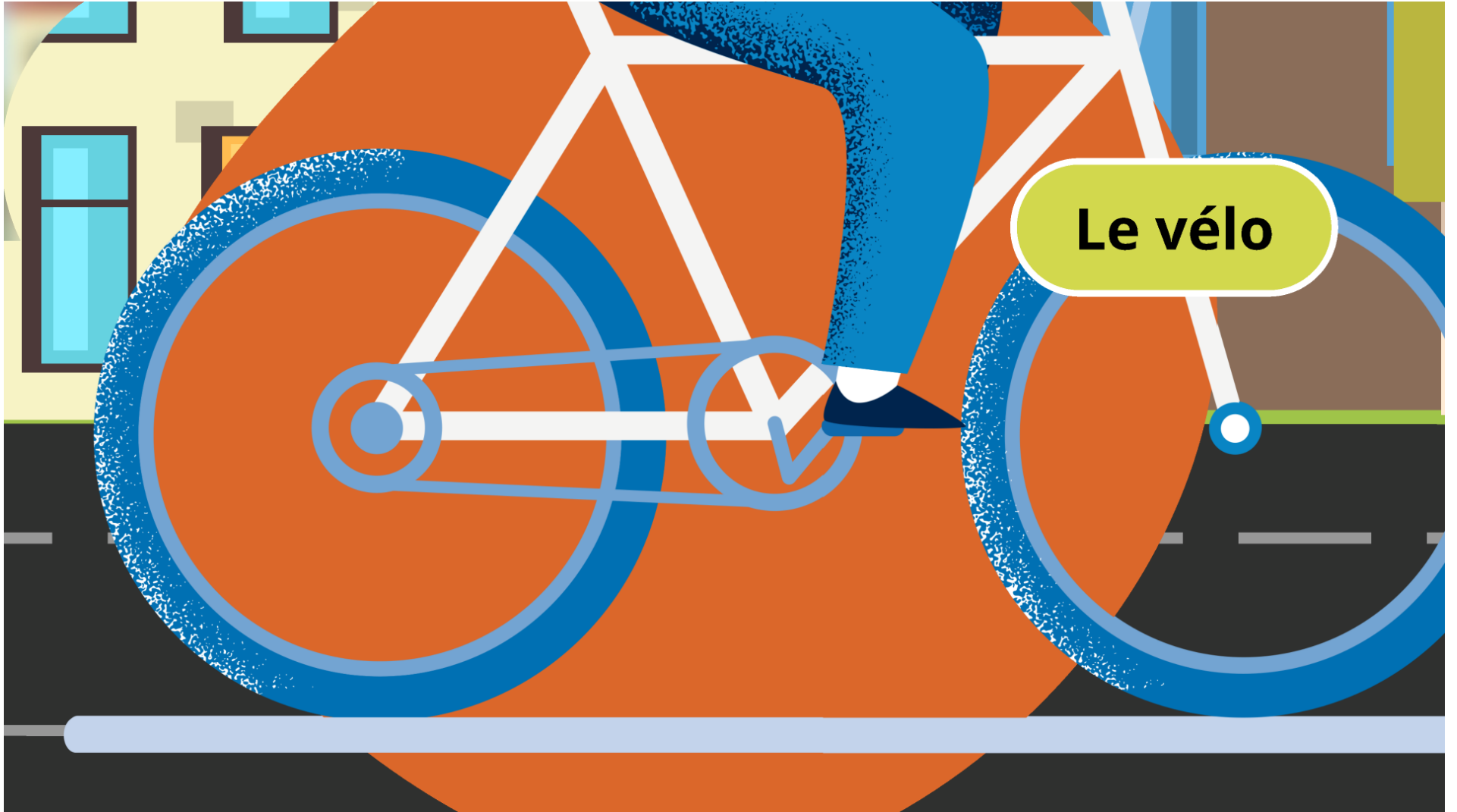


**Qu'est-ce que la cyclomobilité professionnelle ?**

**Le jeu des 7 erreurs**

**Les grandes familles de vélo utilitaire**









**Le sac à dos**







**Aucun EPI**  
(Équipement de Protection Individuelle)





**Smartphone en roulant**









**Emplacement des pédales et  
position des pieds sur les pédales**







**Aucun équipement  
cycliste**



Le jeu des  
**7 erreurs**

















**Qu'est-ce que la cyclomobilité professionnelle ?**

**Le jeu des 7 erreurs**

**Les grandes familles de vélo utilitaire**



**Les grandes familles  
de vélo utilitaire**

# | Les grandes familles de vélos utilitaires

# | Les grandes familles de vélos utilitaires



# Les grandes familles de vélos utilitaires



# Les grandes familles de vélos utilitaires

**Biporteur**



**Triporteur**



**Tricycle**



# Les grandes familles de vélos utilitaires

**Biporteur**



**Triporteur**



**Tricycle**



**Vélo + remorque**



# Les grandes familles de vélos utilitaires

**Biporteur**



**Triporteur**



**Tricycle**



**Vélo + remorque**



**Longtail**









**Qu'est-ce que la cyclomobilité professionnelle ?**

**Le jeu des 7 erreurs**

**Les grandes familles de vélo utilitaire**



**Si l'on devait trouver une définition**  
de la cyclo-mobilité professionnelle ?

## **Si l'on devait trouver une définition de la cyclo-mobilité professionnelle ?**

Ex : Tout déplacement à vélo (engin à propulsion musculaire avec assistance électrique ou non), pouvant inclure le transport de personnes et/ou de charges, réalisé dans le cadre d'une activité rémunératrice.  
Les trajets domicile-travail ne sont pas inclus dans la définition de la cyclomobilité professionnelle.



**Qu'est-ce que la cyclomobilité professionnelle ?**

**Le jeu des 7 erreurs**

**Les grandes familles de vélo utilitaire**

Programme  
formation  
bénéficiaires

**Ma  
Cyclo  
entreprise**



En partenariat avec :



## Point sécurité routière

Quiz

La réglementation

Les préconisations



# La sécurité routière - les notions de base

## La réglementation

- Les pistes et bandes cyclables.
- La signalisation spécifique : tourne à droite, sas vélo,...
- Port du casque et du gilet.
- Code de la rue locale ?

## Les préconisations

- L'équipement du cycliste.
- La sécurité : casque et gilet fortement recommandés.
- Rencontrer l'association locale des cyclistes pour évaluer les zones à risques.



## Point sécurité routière

Quiz

La réglementation

Les préconisations



## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?



Au cédez-le-passage cycliste au feu, les vélos sont autorisés à passer le feu rouge pour tourner à droite :

- A** Oui, dans tous les cas
- B** Oui, après avoir cédé la priorité à tous les usagers
- C** Non, jamais



Au cédez-le-passage cycliste au feu, les vélos sont autorisés à passer le feu rouge pour tourner à droite :

- A** Oui, dans tous les cas
- B** Oui, après avoir cédé la priorité à tous les usagers
- C** Non, jamais



## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?



Le cycliste a-t-il le droit de circuler dans ce sens ?

**A** Oui

**B** Non



Le cycliste a-t-il le droit de circuler dans ce sens ?

**A** Oui

**B** Non



## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?





S'agit-il d'une bande ou d'une piste cyclable ?

**A** Bande cyclable

**B** Piste cyclable



S'agit-il d'une bande ou d'une piste cyclable ?

**A** Bande cyclable

**B** Piste cyclable



## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?



| Ce cycliste est-il positionné dans :

- A** Le parking vélo
- B** Le sas vélo
- C** Le passage piétons "vélos"



| Ce cycliste est-il positionné dans :

**A** Le parking vélo

**B** Le sas vélo

**C** Le passage piétons "vélos"



## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?



| Le conducteur du bus en mouvement voit-il le cycliste ?

**A** Oui

**B** Non

| Où le cycliste doit-il se placer ?

**A** Rester derrière

**B** Passer devant

**C** Se mettre sur le côté



| Le conducteur du bus en mouvement voit-il le cycliste ?

**A** Oui

**B** Non

| Où le cycliste doit-il se placer ?

**A** Rester derrière

**B** Passer devant

**C** Se mettre sur le côté





| Le conducteur du bus en mouvement voit-il le cycliste ?

**A** Oui

**B** Non

| Où le cycliste doit-il se placer ?

**A** Rester derrière

**B** Passer devant

**C** Se mettre sur le côté

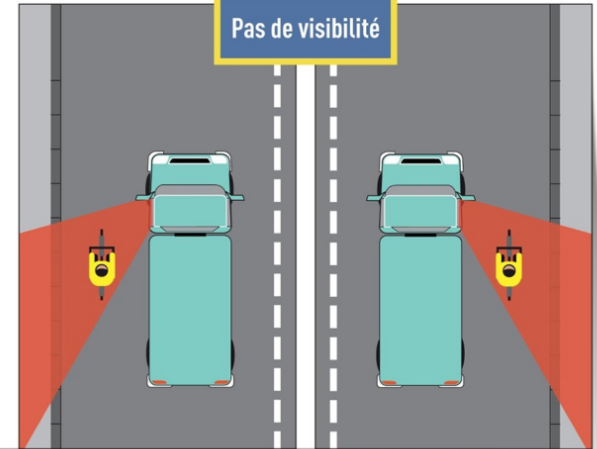
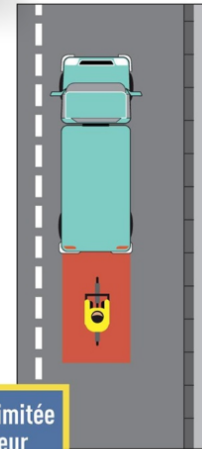
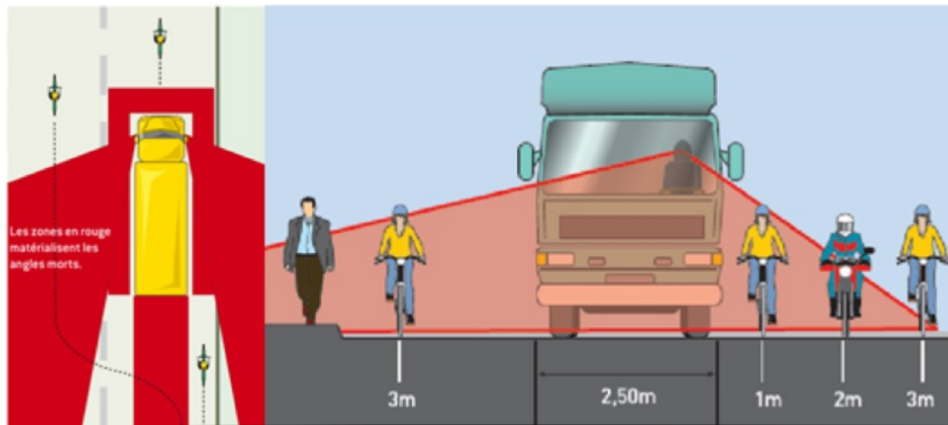


## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?



# Fiche pratique sur l'angle mort



## Quiz sécurité routière

Connaissez-vous bien  
le code de la route vélo ?



## Point sécurité routière

Quiz

La réglementation

Les préconisations



## La réglementation



## Port du casque et du gilet



### **Le gilet haute visibilité**

Depuis le 1<sup>er</sup> octobre 2008, hors agglomération, tout conducteur et passager doivent porter un gilet de haute visibilité la nuit, ou le jour lorsque la visibilité est insuffisante (pluie, neige, brouillard).



### **Le casque**

Le casque n'est pas obligatoire pour les personnes âgées de plus de 12 ans mais est conseillé.

# La réglementation





## Point sécurité routière

Quiz

La réglementation

Les préconisations



# Les préconisations



# Des préconisations par les utilisateurs de vélo-cargo

## L'équipement du cycliste

### Le confort :

**Respirabilité** et **étanchéité**. En fonction des distances que vous allez parcourir, **ne pas sous-estimer l'importance des vêtements**. Des gants sont également utiles, pour **le confort et la sécurité**.

## La sécurité

### Gilets et casques :

Ils ne sont **pas obligatoires**, on met parfois du temps à les adopter mais ils sont très efficaces. Il est aussi **possible de les personnaliser** pour en faire des supports de communication.

## Les associations locales

### Créer du lien :

Ne pas hésiter à **rencontrer les associations** cyclistes de votre localité pour avoir des conseils sur d'éventuelles zones rouges. **Cela permet aussi de se faire connaître.**

# Les préconisations



# Existe-t-il un code de la rue près de chez vous ?



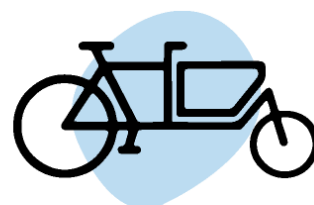
# Les préconisations



Et maintenant, passons  
aux essais pratiques !

( durée environ 1 heure )

Ma  
Cyclo   
entreprise



# Les préconisations





## Point sécurité routière

Quiz

La réglementation

Les préconisations



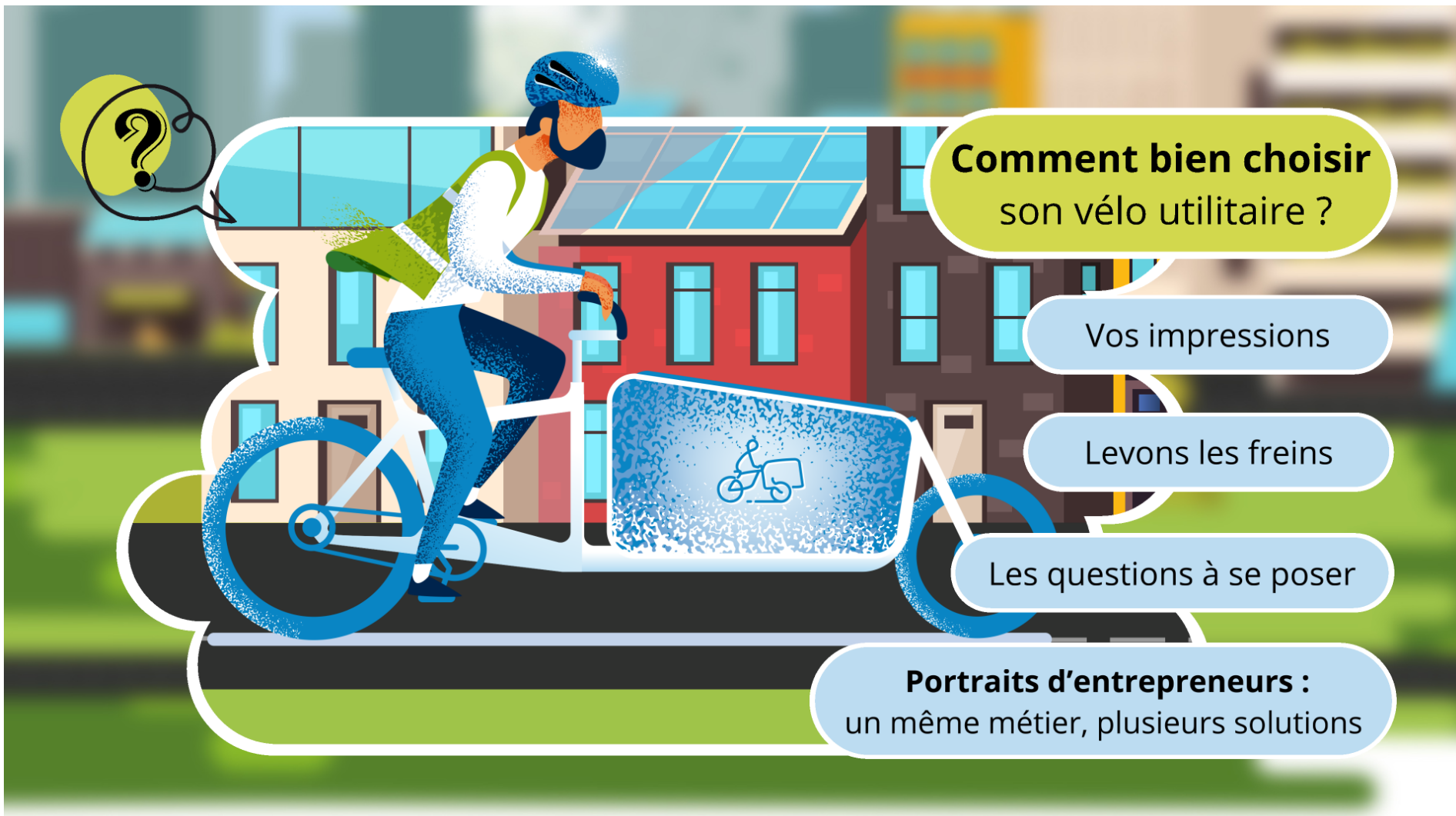
Programme  
formation  
bénéficiaires

**Ma  
Cyclo  
entreprise**



En partenariat avec :





**Comment bien choisir  
son vélo utilitaire ?**

Vos impressions

Levons les freins

Les questions à se poser

**Portraits d'entrepreneurs :**  
un même métier, plusieurs solutions



**Vos impressions**

## Recueil des impressions

Avez-vous eu des **appréhensions** ?  
Si oui, lesquelles ?

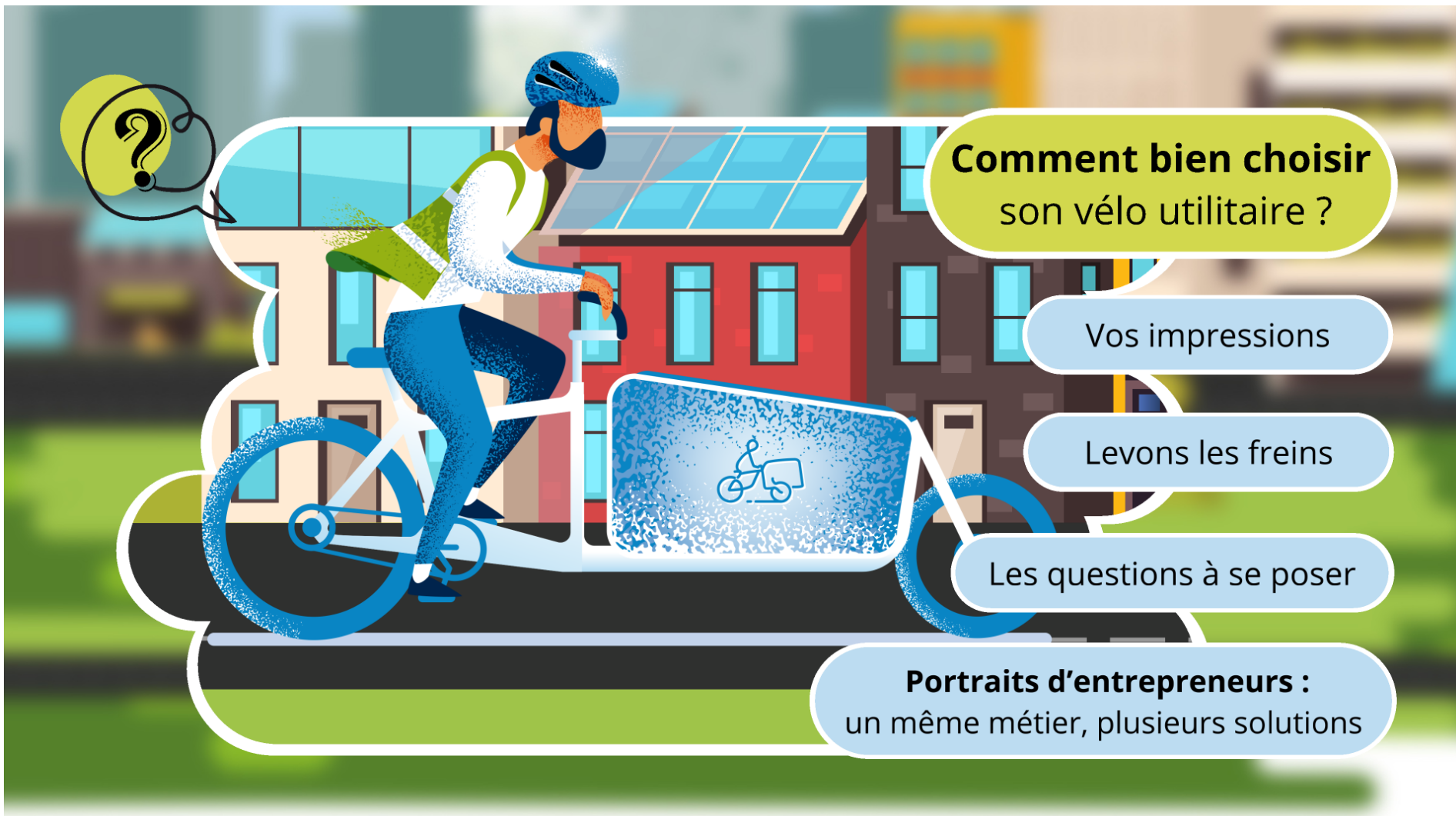
Ont-elles été **levées par les essais** ?

Selon vous, quels sont **les points forts**  
**et les faiblesses** des vélos essayés ?

Avez-vous désormais une idée  
plus précise de **vos besoins** ?



**Vos impressions**



**Comment bien choisir  
son vélo utilitaire ?**

Vos impressions

Levons les freins

Les questions à se poser

**Portraits d'entrepreneurs :**  
un même métier, plusieurs solutions

**Levons les freins**





# | Consignes

- **Choisir** un pictogramme.
- Dire ce qu'il **nous évoque**.
- **Retourner** la carte et déconstruire ensemble les freins.

**Levons les freins**







C'est dangereux

Ma  
Cyclo   
entreprise



C'est dangereux

Ma  
Cyclo   
entreprise

**Faux !**

**Accidents**

Très peu d'accidents de vélo en ville.

**Sentiment d'insécurité**

Dans l'ensemble, les professionnel.le.s à vélo ne se sentent pas en insécurité lorsqu'ils exercent leur travail.

**Voies cyclables**

Il y a de plus en plus de pistes cyclables et de cyclistes, 2 gages de plus grande sécurité

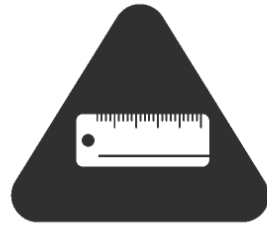
Ma  
Cyclo   
entreprise



C'est dangereux

Ma  
Cyclo   
entreprise

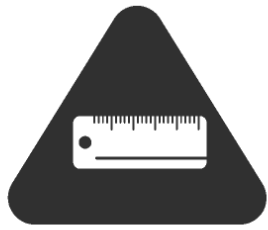




Faible capacité de  
chargement et  
encombrant

Ma  
Cyclo   
entreprise





Faible capacité de  
chargement et  
encombrant

Ma  
Cyclo   
entreprise

**Faux !**

**Sur la route**

Les vélos-cargo et vélos-remorque peuvent circuler dans les espaces intermodaux et dans les zones de rencontres (places, rues piétonnes,...).

**Taille/capacité de chargement**

Meilleur rapport

"capacité de chargement / poids à vide"  
qu'un VUL (Véhicule Utilitaire Léger).

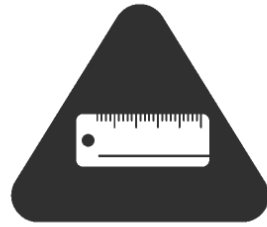
Possibilité d'ajouter une capacité de chargement ponctuellement (remorque).

**Lieu de stockage**

Je peux stocker mon vélo chez moi !

Un box coûte moins cher qu'un local  
(env. 10€/m2/mois à Paris) et il peut être mutualisé.

Ma  
Cyclo   
entreprise



Faible capacité de  
chargement et  
encombrant

Ma  
Cyclo   
entreprise





Je ne vais  
rien gagner

Ma  
Cyclo   
entreprise