



Aluu Sikkili = Bonne journée à vélo (en Groenlandais)
Parce que chaque tour de roue fait du bien ici et là-bas !



Ateliers pédagogiques vélo

Les entreprises sont nombreuses à avoir développé des solutions en faveur des mobilités douces comme la création de stationnements dédiés et sécurisés, l'aide à l'achat de vélo ou la mise en place d'indemnités kilométriques. Les actions relatives au développement durable, à la diminution de l'empreinte carbone ou encore en faveur de la QVT sont aussi souvent corrélées au sujet des mobilités douces. Le boom des VAE (Vélo à Assistance Electrique) est directement lié à celui des « vélo tafeurs ». L'usage quotidien nécessite un vélo conforme, en bon état et dont l'utilisateur assure l'entretien courant. Les « petites » réparations n'ont rien de sorcier mais on se sent souvent démuné face à une panne ou un dysfonctionnement.

Pour aider le plus grand nombre à se sentir en confiance et outillé pour s'auto dépanner, j'ai conçu plusieurs modules qui peuvent être dispensés sur le lieu de travail pendant la pause méridienne ou en fin de journée. A commencer par 3 ateliers pédagogiques de base qui s'adressent à un public pratiquant mais débutant en termes de réparation vélo. Une large place est laissée à la pratique et aux questions pour assurer l'assimilation et la satisfaction du plus grand nombre. Les participants sont encouragés à venir avec leur propre vélo.

Les modules de base

Atelier dérailleur et VAE



Atelier - atelier de base - Vincent THOMAS (Aluu Sikkili) - avril 2023 pour l'année 2023/2024 - Vincent THOMAS

Après un peu de théorie, l'accent est mis sur la pratique : le réglage et l'entretien des dérailleurs. Un point spécial VAE est également dispensé lors de cet atelier avec notamment des règles clés concernant les batteries.

Atelier frein et sécurité



Atelier - atelier de base - Vincent THOMAS (Aluu Sikkili) - avril 2023 pour l'année 2023/2024 - Vincent THOMAS

Après un peu de théorie, l'accent est mis sur la pratique : réglage, entretien, voire changement des freins. L'atelier est centré sur 2 types de freins les V-brake et les freins à disque. Il est également dispensé des informations « sécurité » pour rouler en sécurité et sécuriser son vélo.



Aluu Sikkili = Bonne journée à vélo (en Groenlandais)
Parce que chaque tour de roue fait du bien ici et là-bas !



Là aussi, nous commençons avec un peu de théorie sur les pneumatiques notamment. Une large place est laissée à la pratique et au changement des pneus et des chambres à air.

Nous profitons de cet atelier pour aborder le kit de réparation « idéal » pour se dépanner seul.

Les ateliers sont dimensionnés pour une dizaine de personnes et sont conçus pour être des moments de convivialité.

Un document de synthèse est toujours remis aux participants.

J'assure la fourniture des équipements et de l'outillage nécessaires à l'animation des ateliers.

Charge à l'entreprise de mettre à disposition un espace adapté.

Et avec vous que peut-on faire ?

Bien entendu les objectifs et donc le format et le contenu des ateliers sont adaptables.

Certains souhaitent des ateliers plus techniques, un focus vélo cargo ou se centrer sur la réglementation.

D'autres voudront creuser la pratique en randonnée itinérante ou la sécurité.

Après un premier diagnostic et une collecte des attentes des collaborateurs (points d'intérêt, format, horaires) nous pourrions fixer ensemble les objectifs et le format des ateliers.

Parlons-en ensemble pour faire avancer un pas plus loin la culture vélo et le qualité de vie dans votre entreprise.



Quelques mots sur mon parcours

C'est la pratique sportive du vélo qui m'a amené à l'issue d'une vie professionnelle au sein d'un grand groupe, à suivre une formation qualifiante de mécanicien vélo.

Je suis également « fresqueur » et acteur dans des associations orientées développement durable, mobilités douces et solidaires.

Mon ambition première est de d'aider le plus grand nombre à se (re)mettre en selle pour son bien et celui de tous.

Vincent

Je suis à votre disposition pour en dire un peu plus et surtout vous écouter.

Merci par avance de votre confiance !