



OPÉRATION CHECK TON VÉLO ! Vos sorties vélo en toute sécurité



De la roue à la route, préparons ensemble vos sorties vélo !

Le Département de la Charente-Maritime et ses partenaires facilitent vos initiatives de sorties scolaires grâce à 3 propositions d'ateliers :

- **Atelier d'auto-contrôle technique**
- **Atelier d'auto-réparation**
- **Atelier savoir-rouler à vélo**

Plus d'infos :

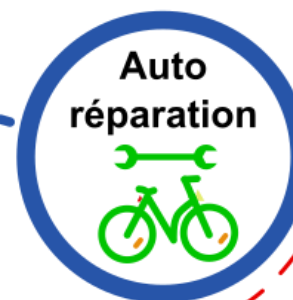
Département de la Charente-Maritime
Service Nouvelles Mobilités et Transports
velo-quotidien@charente-maritime.fr
05 46 31 37 66



Programme Check ton vélo

Savoir pédaler
Mettre son casque
Ralentir, freiner, s'arrêter
Garder une trajectoire
Changer ses vitesses
Contrôler sa vitesse
Lâcher un appui

Vérification des
éléments obligatoires
du vélo
Vérification des
éléments indispensables
pour rouler en sécurité



Savoir circuler
Connaître le code de la
route adapté au vélo
Rouler sur un parcours
routier
Rouler en groupe en tenant
compte des autres usagers

Gonfler sa roue
Réparer une crevaison
Régler ses freins
Régler son dérailleur
Changer des pièces...



Savoir attacher son vélo
Conseil pour le choix de
l'antivol
Marquage contre le vol

1 - FICHE AUTOCONTRÔLE DES VÉLOS

- Capacité maximale : 1 classe
- Durée de l'atelier : ½ journée ou plus en fonction de l'état des vélos

L'enjeu est de faire découvrir aux jeunes un moyen de transport alternatif à l'usage de la voiture individuelle. La vérification du bon état des vélos est toutefois un préalable pour veiller à la sécurité des usagers. Aussi l'objectif de ce premier atelier est de contrôler plusieurs points sur les vélos des élèves. Cela permet de détecter d'éventuels problèmes et d'anticiper les dysfonctionnements.

Une photocopie de la fiche d'autocontrôle sera conservée par l'établissement dans le cas où le collège organise d'autres séances avec les élèves. Les élèves ramèneront leur fiche à leur(s) responsable(s) légal(aux) pour réparer les défauts constatés ou acheter le matériel nécessaire à la réparation si un atelier d'autoréparation est prévu.

Nombre d'intervenants :

- ✓ 2 ou 3 pour interagir avec les élèves
- ✓ Les élèves passeront successivement par 2 ou 3 ou plus en fonction de l'organisation prévue par les intervenants.

Descriptif de l'atelier :

- Régler les vélos des collégiens-es pour qu'ils soient bien positionnés,
- Réaliser un check-up de l'ensemble des éléments obligatoires sur un vélo (catadioptres, éclairage, sonnette),
- Informer, conseiller sur les éléments facultatifs de sécurité,
- Vérifier les éléments indispensables pour rouler en sécurité, voir la fiche d'autocontrôle.

Matériel nécessaire à l'atelier :

- Les vélos des collégiens-es,
- Arceaux vélo ou barrières Vauban ou mur (avec possibilité de poser les vélos) jouxtant l'atelier,
- 2 tables et 4-5 chaises,
- Vestiaires ou toilettes avec un point d'eau.

(Fiche d'autocontrôle en annexe)

2 - FICHE AUTORÉPARATION BASIQUE DES VÉLOS

→ Capacité maximale : 1 classe

→ Durée de l'atelier : ½ journée ou plus en fonction de l'état des vélos

Une chambre à air crevée, un pneu détérioré, des patins de freins usés, une chaîne qui déraille peuvent constituer un frein et un danger à l'utilisation du vélo. En apprenant à réparer leur vélo eux-mêmes, les élèves pourront gagner en autonomie et pratiquer dans de bonnes conditions.

Avec cet atelier, les jeunes apprendront les premières réparations. Ils auront de meilleures connaissances concernant le fonctionnement de leur vélo, ce qui leur permettra de détecter d'éventuels problèmes et d'anticiper les dysfonctionnements.

Cet atelier vient en complément de l'atelier d'autocontrôle. Dans la mesure du possible il est réalisé 2 semaines ou plus après l'autocontrôle afin de laisser le temps aux responsables d'acheter les pièces nécessaires à la réparation.

Nombre d'intervenants :

- ✓ 2 à 3 pour interagir avec les élèves
- ✓ Les élèves passeront successivement par 2 ou 3 ou plus en fonction de l'organisation prévue par les intervenants.

Descriptif de l'atelier :

- Régler les vélos des collégiens·es pour qu'ils soient bien positionnés,
- Réaliser un check-up de l'ensemble des éléments obligatoires sur un vélo (catadioptrés, éclairage, sonnette),
- Savoir gonfler ses pneus et/ou réparer une crevaison,
- Régler les freins et/ou les réparer en fournissant le matériel de remplacement des éléments défectueux,
- Régler les dérailleurs et/ou la patte de dérailleur arrière et/ou changer les gaines, câbles et embouts de gaine et de câble en fournissant le matériel de remplacement des éléments défectueux,
- Dévoiler une roue, si toutefois elle est réparable...

Matériel nécessaire à l'atelier :

- Les vélos des collégiens,
- Les fiches d'autocontrôle remplies si un atelier de ce type a été réalisé précédemment,
- Le matériel nécessaire pour équiper réglementairement les vélos et remplacer les éléments défectueux,
- Arceaux vélo ou barrières Vauban ou mur (avec possibilité de poser les vélos) jouxtant l'atelier,
- 2 tables et 4-5 chaises,
- Vestiaires ou toilettes avec un point d'eau.

3 - FICHE APPRENTISSAGE DU SAVOIR ROULER À VÉLO BLOC 1 LES FONDAMENTAUX

- Capacité maximale : 1 classe
- Durée de l'atelier : 1 ou plusieurs séances d'une demi-journée

La maîtrise du vélo est nécessaire pour circuler sur la voie publique. Cette partie a pour objectif de maîtriser les fondamentaux et d'amener les élèves à savoir adapter leurs trajectoires, leurs vitesses, le freinage et de prendre des informations en roulant.

En pratique, ils apprendront à adapter leur conduite et à adopter les bons comportements pour rouler en sécurité sur un parcours en milieu sécurisé (freiner, indiquer sa direction, faire un tourne à gauche, prendre un carrefour giratoire...).

Nombre d'intervenants :

- ✓ 2 à 3 pour interagir avec les élèves
- ✓ 2 groupes d'élèves d'une même classe séparées, si possible, sur 2 espaces distincts

Descriptif de l'atelier

Partie pratique en milieu sécurisé sur un parcours d'apprentissage

- S'équiper : casque / vestimentaire,
- Maîtriser son démarrage, sa vitesse et son freinage,
- Garder sa trajectoire, ligne droite, slalom ou obstacle,
- Rouler en enlevant un appui (main, selle, pied),
- Changer ses vitesses,
- Faire le tourne à gauche, positionnement, indication, regard,
- S'insérer dans un carrefour giratoire, positionnement, indication, règle de priorité.

Matériel nécessaire à l'atelier

- Les vélos des collégiens-es,
- 2 espaces ouverts, type cours de collège, terrain de handball ou autre,
- Vestiaires ou toilettes avec un point d'eau.

4 - FICHE APPRENTISSAGE DU SAVOIR ROULER À VÉLO BLOC 2 SAVOIR CIRCULER

- Capacité maximale : 1 classe
- Durée de l'atelier : 1 ou plusieurs séances d'une demi-journée

Le vélo étant un véhicule à part entière, les cyclistes comme les autres usagers doivent respecter le code de la route. Cet apprentissage a pour objectif de sensibiliser les jeunes à la signalisation routière et particulièrement au code de la route appliqué aux cyclistes.

En pratique, ils apprendront à rouler en groupe et à adopter les bons comportements pour rouler en toute sécurité sur un parcours d'apprentissage du code de la route en milieu sécurisé.

Nombre d'intervenants :

- ✓ 3 pour interagir avec les élèves
- ✓ 2 groupes d'élèves d'une même classe avec une partie théorique et une partie pratique durant la demi-journée

Descriptif de l'atelier

Partie théorique en salle

- Présentation des panneaux de signalisation spécifiques au vélo,
- Quizz sur le code de la route.

Partie pratique en milieu sécurisé sur un parcours d'apprentissage

- S'équiper : casque / vestimentaire,
- Rappeler les fondamentaux : propulsion, équilibre, freinage,
- Comportements à adopter pour circuler en toute sécurité sur un parcours aménagé (giratoire, double sens cyclable, priorité, stop, cédez-le-passage, zones partagées etc.),

Savoir rouler en groupe

- Suivre et passer une consigne,
- Distance de sécurité,
- Simple file, double file,
- Respecter le code de la route.

Matériel nécessaire à l'atelier

- Les vélos des collégiens·es,
- Un espace ouvert, type cours de collège ou terrain de handball où il est possible d'installer un parcours avec plusieurs espaces composés de plots, supports, panneaux, etc.,
- Une salle avec un écran et un vidéoprojecteur pour une projection sur le code de la route et les quizz,
- Vestiaires ou toilettes avec un point d'eau.

5 - FICHE ATELIER DE LUTTE CONTRE LE VOL DE VÉLOS

- Capacité maximale : 1 classe
- Durée de l'atelier : ½ journée

Le nombre estimé de vélos volés depuis le 1^{er} janvier 2023 est de 464 155 soit 1271 vols de vélos par jour en France (source : <https://www.compteur.net/compteur-vols-de-velos> - estimation basée sur les derniers chiffres publics connus).

Près de 100 000 vélos sont retrouvés, sans pouvoir être restitués à leur propriétaire, la plupart du temps faute d'identification. Ainsi, il apparaît utile de présenter tous les moyens pour lutter contre le vol de son vélo. Cet atelier a donc pour objectif d'informer les collégiens·es sur les gestes simples à effectuer et les choix à opérer pour éviter le vol de leur vélo.

Nombre d'intervenants :

- ✓ 2 à 3 pour interagir avec les élèves
 - ✓ Les élèves passeront successivement par 2 ou 3 ou plus en fonction de l'organisation prévue par les intervenants qualifiés

Descriptif de l'atelier :

- Un atelier interactif et pratique incluant l'attache d'un vélo et le bris d'antivol ne présentant pas un niveau de protection satisfaisant,
- La présentation de vidéos de voleurs de vélos,
- Des conseils sur les antivol présentant un niveau de protection satisfaisant validé par un organisme indépendant,
- Le marquage et l'enregistrement du vélo marqué dans le fichier national unique des cycles identifiés (FNUCI),
- Des dépliants sur le marquage des vélos et sur les antivol, ainsi qu'un flyer pour savoir bien attacher son vélo, sans oublier les conseils pour ne pas se le faire voler,

Matériel nécessaire à l'atelier

- Les vélos des collégiens·es,
- Les renseignements nécessaires à l'enregistrement des vélos (adresse mail, identité et n° de téléphone du propriétaire du vélo, si possible facture ou preuve d'achat),
- 2 tables, 3-4 chaises, 2 grilles pour exposer des grandes affiches,
- Arceaux vélo ou barrières Vauban jouxtant l'atelier,
- Rallonge électrique multiprises, prise accessible,
- Accès wifi.

**PACK CHECK TON VÉLO
AUTOCONTRÔLE + AUTORÉPARATION
+ SAVOIR ROULER À VÉLO BLOC 1 & 2**

- Capacité maximale : 1 classe
- Durée de l'atelier : 2 journées ou 1 journée et 2 demi-journées ou 4 demi-journées

Des collègues organisent durant l'année scolaire des sorties à vélo pour quelques-unes de leurs classes, sorties d'une ou plusieurs journées avec un projet pédagogique travaillé durant l'année. Ce « pack sortie à vélo » propose de réunir quatre ateliers qui permettent de préparer les élèves, les vélos et les enseignants en amont des sorties. Pour que le groupe enseignant-élèves puisse utiliser ce mode de transport écologique dans les meilleures conditions de sécurité.

Nombre d'intervenants :

- ✓ Voir les fiches 1, 2, 3 et 4

Descriptif du pack

1ère journée ou 2 demi-journées

Matin :

- Atelier autocontrôle technique des vélos

Après-midi :

- Atelier savoir rouler à vélo bloc 1

2ème journée ou 2 demi-journées

Prévoir 2 semaines ou plus entre les 2 journées pour d'une part laisser le temps aux parents d'acheter le matériel de réparation suite à l'atelier d'autocontrôle et d'autre part aux collégiens-es mal à l'aise de s'entraîner.

Matin :

- Atelier autoréparation des vélos

Après-midi :

- Atelier savoir rouler à vélo bloc 2

Matériel à prévoir

- Pour chaque atelier, se référer au matériel demandé sur chacune des fiches.

Annexe

Fiche autocontrôle des vélos

ÉLÉMENTS DE SÉCURITÉ OBLIGATOIRE			
Accessoires obligatoires	Présent	Absent	Observations
Réfecteur avant			
Éclairage avant			
Sonnette			
Réfecteurs pédales			
Réfecteurs latéraux			
Réfecteurs arrière			
Éclairage arrière			

VÉRIFICATION DES ÉLÉMENTS INDISPENSABLES POUR ROULER EN SÉCURITÉ				
Éléments du vélo		Conforme	À réparer	Observations
Les freins	Avant patins ou plaquettes / étrier / câble / gaine			
	Arrière patins ou plaquettes / étrier / câble / gaine			
Les roues	Serrage			
	Gonflage			
	État des pneus			
	Voile			
Repères de Sécurité	Tige de selle			
	Potence à plongeur			
	Bouchons aux extrémités du cintre			
Transmission	État de la chaîne			
	État des dérailleurs avant & arrière			
Jeu	Direction, pédalier / roues			
Cadre	État général, fissure.			