



Fiche action	
<b><u>Typologie de l'action</u></b>	<h2>ATELIER VELO ELECTRIQUE</h2>
<b><u>Public concerné</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seniors Normands de plus de 60 ans</li> <li>L'animation sur une journée peut accueillir jusqu'à 12 personnes</li> </ul>
<b><u>Objectifs</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Découvrir le vélo électrique</li> <li>Reprendre le vélo (les bienfaits sur la santé)</li> <li>Savoir où rouler en sécurité</li> <li>Apprendre les règles du code de la route</li> <li>Prendre confiance en circulation</li> <li>Prendre du plaisir à faire ou refaire du vélo</li> </ul>
<b><u>Contenu</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Accueil des participants et présentation de l'action 15 mn</li> <li>Présentation du matériel (VAE vélo assistance électrique) 30 mn</li> <li>Les règles de circulation, de sécurité, les bienfaits sur la santé 1 heure</li> <li>Les vérifications et l'entretien d'un VAE 1 heure</li> <li>Prise en main via parcours (sur parc fermé) 1 heure</li> <li><b>Découverte de l'usage des VAE en situation (balade) 2 heures</b></li> <li><b>Entretien de 1 niveau des VAE</b> Groupe scindé en 2</li> <li>Conseil de choix de matériel et aide (achat VAE) 30 mn</li> <li>Echange et argumentation des bienfaits de la pratique régulière du Vélo 30 mn</li> <li>Evaluation de l'action par les participants 15 mn</li> </ul>
<b><u>Méthodologie</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'initiateur mobilité à vélo se déplace avec 4 vélos électriques ainsi que l'équipement complet pour les participants</li> </ul>
<b><u>Intervenant</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Initiateur mobilité à vélo</li> </ul>
<b><u>Lieu</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Locaux association : agglomération</li> </ul>
<b><u>Evaluation</u></b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>En fin de formation grille d'évaluation</li> </ul>