Développement durable

Mon activité artisanale à vélo

4 heures

OBJECTIFS ET COMPÉTENCES VISÉES

- Connaître le matériel cyclable adapté mes déplacements
- Apprendre à utiliser un vélo spécialisé dans le cadre de mon activité (organisation, itinéraires...)
- Savoir se déplacer avec un vélo cargo chargé

PROGRAMME

Pour optimiser votre inscription :
Le jour de la formation prévoir un casque, un gilet de visibilité et un vélo (standard, VAE, cargo, etc.). Être prêt·e à prendre son vélo quelle que soit la météo. Avoir un rayon d'intervention de 10 à 20 km. Avoir répondu au questionnaire.

- Le vélo cargo en théorie
  - Identifier les besoins spécifiques des participants selon leurs métiers
  - Connaître les types de vélos et remorques, les fournisseurs
  - Connaître les bons réflexes à adopter dans son organisation et à vélo
- Mise en selle
  - Connaître les règles d'entretien et les points à vérifier régulièrement sur le vélo
  - Optimiser l'ergonomie du vélo
  - Prendre en main le vélo cargo sur terrain sécurisé
  - Apprendre à se déplacer en ville

MATÉRIEL ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Modalités pédagogiques : Échanges, analyse de pratiques, co-construction, alternance d'apports théoriques et pratiques, livret de synthèse remis à chaque participant.

Matériel : Vélos cargos, remorque, caisses de manutention, casques, gilets de visibilité.

FORMATEUR

Cette formation est animée par une monitrice de vélo, également livreuse à vélo. CV formateur disponible sur demande.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation des acquis par le formateur (tour de table et mise en situation). Évaluation de satisfaction.

ACCESSIBILITÉ

Locaux accessibles (ascenseurs et locaux aux normes d'accueil). Le référent Handicap est à votre disposition pour toutes questions et adaptations.
Mail : cad.hautesavoie@cma-auvergnerhonealpes.fr

Mise à jour le 22/02/2024

LES +

- Une formation innovante pour vos 1ers coups de pédale
- Des conseils de professionnels de la cyclologistique
- Échanges entre pairs
- Gagnez en visibilité grâce au vélo, avec l'aide du réseau CMA

PUBLIC

- Chef(e) d'entreprise
- Conjoint(e), collaborateur/associé
- Salarié(e)
- Demandeur d'emploi

PRÉREQUIS

LIEU

Bmvirolle
15 Av. du Pont Neuf
74960 Annecy

DATES / HORAIRES

Lundi 22 avril 2024
➔ De 13h30 à 17h30

TARIF

140 € nets de taxe

Pour les TNS prise en charge à 100 %
(Travailleur Non-Salariés) sous réserve de la décision du financeur.

DÉLAI D'ACCÈS

Si le seuil de 4 stagiaires est atteint (maximum 6 stagiaires)

CONTACT : PÔLE FORMATION

28 av de France – BP 2015
74011 ANNECY Cedex
04 50 23 14 71
formation.hautesavoie@cma-auvergnerhonealpes.fr

Siret : 130 027 956 00015
Enregistré sous le numéro 84691788769.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.