

Déplaçons-nous autrement

Dynamisez votre plan de mobilité



ADTC
Se déplacer
autrement

L'ADTC - Se déplacer autrement est une association d'usagers qui œuvre depuis 1974 pour le développement des modes de déplacements respectueux de la ville, de ses habitants et de l'environnement.

Elle représente et porte les demandes des piétons, des cyclistes et des usagers des transports collectifs dans la grande région grenobloise.

Parmi ses actions : un ensemble de prestations à destination des entreprises ou collectivités pour les accompagner dans le développement de leurs plans de mobilité.

ACTION DE PREVENTION ANGLES MORTS POIDS LOURDS

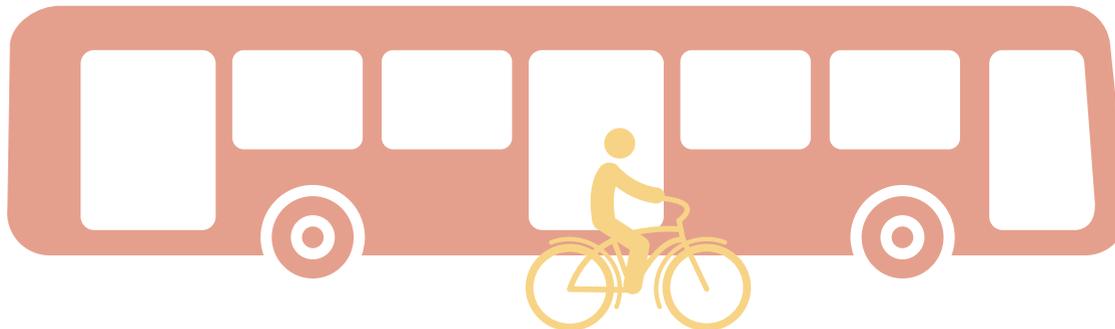
Il y a peu d'accidents graves impliquant un cycliste ou un piéton en milieu urbain, car les collisions se produisent généralement à faible vitesse. Mais, même au ralenti, un accident entre un piéton ou cycliste, et un poids lourd, peut être très grave.

Principe

Pour mieux se rendre compte du danger que représentent les angles morts sur un poids lourd, nous proposons à vos salariés de se mettre à la place du conducteur, avec des vélos disposés autour du véhicule afin de se rendre compte de son champ de vision. En complément, des panneaux explicatifs sur les angles morts et porte-à-faux sont présentés pour illustrer l'action.

En pratique

- Utilisation d'un véhicule de votre établissement ou mis à disposition par l'ADTC-Se déplacer autrement
- Durée : demi-journée ou durant la pause méridienne



MAITRISE DU VELO

Tourner à gauche, regarder derrière soi, franchir des rails de tram... l'environnement urbain peut être une vraie mise à l'épreuve de la dextérité du cycliste. Mieux vaut maîtriser parfaitement sa monture afin de se sentir et être en sécurité pour un trajet agréable.

Principe

Encadrés par un de nos éducateurs vélo diplômés, vos salariés pourront améliorer la maîtrise du vélo grâce à différents exercices de dextérité et maniabilité dans un espace protégé.

Il s'agit de travailler le comportement lors des changements de direction, savoir placer son regard, se positionner sur la chaussée, maîtriser son vélo, travailler le freinage d'urgence...



En pratique

- Utilisation des vélos des salariés ou mise à disposition de vélos
- Besoin d'un terrain dégagé d'environ 50m x 15m
- Durée : demi-journée

Pour aller plus loin :

La **Clavette grenobloise** propose des «ateliers mobiles» pour accompagner vos salariés dans la réparation de leur vélo, ou simplement des stands «air & huile» pour les interventions de base et proposer un diagnostic pour les réparations plus importantes.

clavette-gre@heureux-cyclage.org

DIAPORAMA-QUIZZ « VELO ET SECURITE ROUTIERE »

Ces dernières années le code de la route a bénéficié de nombreuses évolutions, souvent méconnues du grand public, notamment pour favoriser l'utilisation du vélo au quotidien.

Principe

Nous proposons un diaporama-quizz pour engager la discussion avec les personnes présentes, sur les évolutions du code de la route, les bonnes pratiques, la sécurité routière et l'accidentologie.

En pratique

- 1 heure (environ 45 min de présentation et 15 min d'échanges avec les salariés) à proposer par exemple 2 fois dans le temps de la pause méridienne
- Public : groupe de 20 à 30 personnes



STAND DE SENSIBILISATION DEPLACEMENTS

La voiture individuelle est encore le moyen de transport le plus utilisé en France, bien qu'il existe de nombreuses alternatives, plus pratiques, plus économiques, plus rapides...

Principe

Informé, sensibiliser, en engageant la discussion avec les visiteurs du stand sur la pratique du vélo et des solutions alternatives à la voiture en ville. Inciter les salariés à réfléchir à leurs déplacements.

En pratique

- conseils individualisés
- supports ludiques sur la mobilité
- plaquettes de sensibilisation sur les bonnes pratiques du vélo en ville, les aménagements, les équipements du cycliste
- documentation sur les réseaux cyclables et les transports collectifs
- distribution d'éléments de visibilité pour les cyclistes et piétons (brassards et gilets fluos)



FORMATION « VELO ET SECURITE »

Nombreuses sont les personnes maîtrisant la pratique du vélo, mais appréhendant la circulation en ville. Les causes peuvent être la crainte de la circulation motorisée, la méconnaissance des infrastructures cyclables ou encore simplement le doute de ses propres capacités.

Principe

Cette formation aborde la pratique du vélo urbain en alternant parties théoriques et pratiques.

Théorie :

- connaissance des aménagements cyclables
- code de la route et récentes évolutions de la réglementation
- conseils pour bien cohabiter avec les autres usagers
- notions sur les principaux facteurs d'accidents et comment les éviter
- équipement du cycliste et accessoires pour le vélo

Pratique :

- maîtrise du vélo (équilibre et maniabilité)
- circulation sur des aménagements sécurisés, puis dans la circulation urbaine
- conseils sur le choix d'itinéraires adaptés
- conseils pour l'entretien de son vélo

En pratique

- Utilisation des vélos des salariés ou mise à disposition de vélos
- Lieu de la formation : dans nos locaux ou au sein de votre entreprise
- Formules :
 - journée ou demi-journée - généralement 9h-12h 13h-16h
 - atelier de 2h (par exemple sur la pause méridienne 12h-14h)



ADTC

Se déplacer autrement

5 place Bir-Hakeim

38000 Grenoble

04•76•63•80•55

contact@adtc-grenoble.org

www.adtc-grenoble.org



ADTCgrenoble



adtc.grenoble

