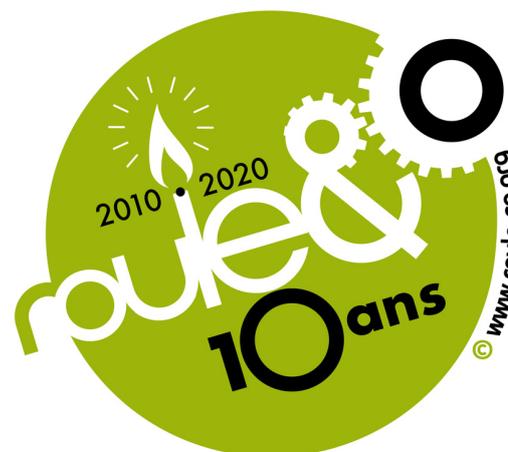


2020-2021

# ROULE & CO, L'ACCÈS POUR TOUS AU VÉLO



## Roule & CO

Association de promotion du vélo

21, avenue des Harmonies

Cran Gevier - 74 960 ANNECY

[www.roule-co.org](http://www.roule-co.org)

 [roule.co](https://www.facebook.com/roule.co)

[info@roule-co.org](mailto:info@roule-co.org)

07 69 02 07 81



## LA PETITE HISTOIRE DE Roule & Co



**Roule & Co** est une association de promotion du vélo comme moyen de déplacement, créée il y a 10 ans et basée à Cran Gevrier.

Son objectif est de permettre à tous l'accès au vélo de pouvoir circuler à vélo en sécurité.

Nos valeurs : entraide, utilité sociale, inclusion, citoyenneté et bien vivre ensemble.

Acteur du territoire, nous nous engageons au quotidien pour un avenir durable à travers la promotion du vélo.

Nos différentes activités nous permettent de proposer un "système vélo" global pour atteindre cet objectif :

- **Gestion d'un atelier participatif de réparation de vélos :**

Pour permettre à chacun de réparer son vélo et/ou d'apprendre à réparer son vélo

- **Gestion d'une vélo école :**

Pour adultes et enfants : permettre à tous d'apprendre à se déplacer en sécurité à vélo.

- **Recyclage des vélos :**

Nous récupérons les vélos d'occasion pour leur donner une seconde vie, et permettre à tous d'accéder à un vélo à prix abordable.

- **Gestion d'une commission circulation**

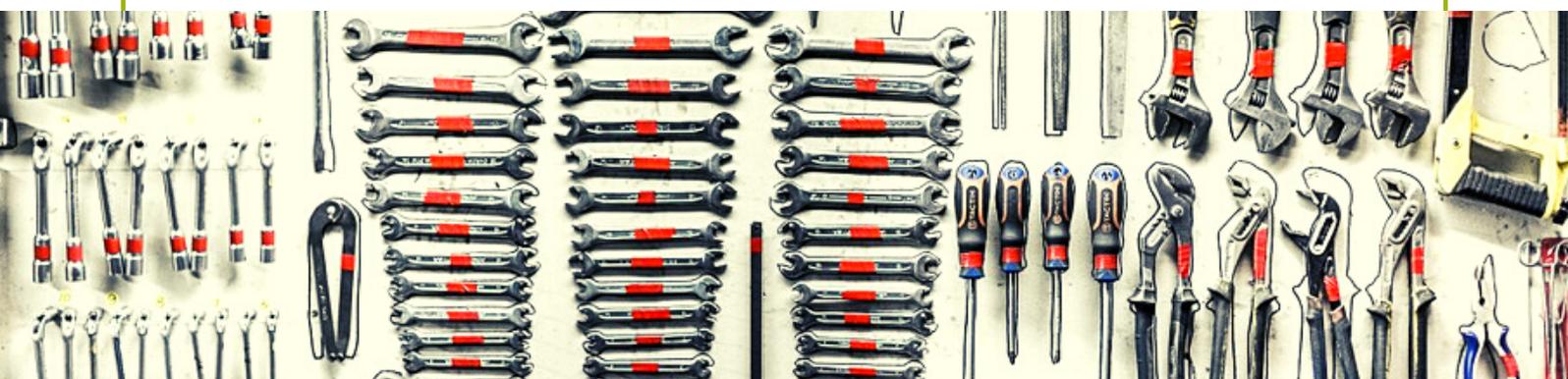
Travail avec les collectivités sur l'amélioration des infrastructures cyclables et la mise en place d'une politique cyclable.

- **Organisation d'évènements :**

Evènements festifs autour du vélo (soirée voyage à vélo, débats, fête du vélo, etc.)

### Nos atouts :

- 3 salariés mécaniciens formés et expérimentés
- 2 Educateurs mobilité vélo
- 1 coordinatrice
- 1 équipe de bénévoles formés à l'accompagnement
- Grand stock de vélos à disposition
- 10 ans d'expérience !





## POURQUOI LE VÉLO ?

### 10 bonnes raisons de se déplacer à vélo

**Le vélo connaît actuellement un engouement jamais vu en France, et est enfin reconnu comme un mode de déplacement à part entière !**

**Les avantages du vélo sont bien connus : santé/bien être, environnement, économie, liberté... Il est aussi un formidable outil d'insertion sociale et professionnelle, notamment pour les publics les plus éloignés de l'emploi.**

#### 1 Le vélo, c'est rapide !

En ville, le vélo est le plus rapide des moyens de transport. Les nombreux embouteillages limitent les déplacements rapides des automobilistes et des transports en commun. Le cycliste ignore les embouteillages et il atteint facilement la vitesse moyenne d'un véhicule motorisé. En outre, le cycliste ne tourne pas de longues minutes pour trouver une place de stationnement. Pour les trajets de moins de 5 km, le vélo est imbattable !

#### 2 Le vélo, c'est bon marché !

À vélo, pas besoin de faire le plein, pas de taxes ou d'assurances, peu de frais d'entretien ou de réparation, pas de parking coûteux... Un vélo ne coûte pas cher et son prix est amorti dès la première année.

#### 3 Le vélo, c'est bon pour la santé !

Rouler à vélo permet d'avoir une activité physique pendant ses déplacements, et gratuitement ! Praticable à tout âge il permet de lutter entre autres contre les accidents cardio-vasculaires et l'obésité. Les cyclistes augmentent leur espérance de vie en bonne santé.

#### 4 Le vélo, c'est la liberté !

Que l'on soit jeune ou plus âgé, riche ou pauvre, le vélo permet à tous d'être autonome, de ne pas dépendre d'un tiers pour se déplacer. Avec le vélo, chacun peut se rendre où il veut, quand il veut, de jour comme de nuit.

#### 5 Le vélo, c'est bon pour l'environnement !

Pas de rejets de gaz à effet de serre, de micro-particules ou d'émanations toxiques. La pratique cycliste apaise la ville et améliore ainsi la qualité de vie de tous. De plus le vélo est silencieux et préserve l'environnement sonore.

#### 6 Le vélo, c'est plus convivial !

Parce que le cycliste peut s'arrêter facilement pour échanger avec un voisin, un ami, une rencontre. Parce que le cycliste n'est pas enfermé comme l'automobiliste dans un espace réduit qui isole, il est plus ouvert aux autres. Et le vélo permet de faire des sorties en famille.

#### 7 Le vélo, c'est bon pour l'économie de proximité !

Les cyclistes (et les piétons) dynamisent les commerces de proximité : ils effectuent leurs achats dans leur quartier, et s'arrêtent plus facilement et plus souvent.

#### 8 Le vélo, c'est bon contre le stress !

Le cycliste connaît parfaitement le temps qu'il lui faut pour joindre un point à un autre. Il n'est que peu concerné par les embouteillages, pannes ou grèves. Il est donc plus décontracté pour aller ou revenir de son lieu de travail. Conséquences : à sa bonne forme physique, s'ajoute le fait qu'il est moins stressé et donc plus apte à l'action.

#### 9 Le vélo, c'est le complément idéal des transports en commun !

De bonnes infrastructures cyclables augmentent le nombre d'usagers des transports en commun, car elles permettent de rejoindre une gare, une station de tram ou de bus plus rapidement qu'en voiture.

#### 10 Le vélo, c'est la découverte !

En variant ses parcours, ce qui est facile, le cycliste découvre (ou redécouvre) son quartier, sa ville ou l'agglomération et ses habitants. Il accède facilement aux sites patrimoniaux, aux monuments, aux parcs, ainsi qu'aux manifestations culturelles ou sportives.

**En cette période de crise sanitaire, il permet aussi d'appliquer les gestes barrières : distanciation physique, activité physique régulière, limite la fréquentation des transports en commun, ...**



## LA VÉLO-ÉCOLE

Du premier coup de pédale à la circulation en ville.



La vélo-école a été créée pour apprendre ou ré-apprendre à faire du vélo à tout âge.

Notre accompagnement a pour objectif de rendre les citoyens autonomes dans leurs déplacements en toutes circonstances selon les **3 niveaux d'accompagnements possibles** :

- **Apprentissage** (pour tout débutant enfant et adulte)
- **Perfectionnement** (pour une remise en selle, prise en main d'un Vélo à Assistance Électrique)
- **Conduite en ville** (pour gagner confiance dans la circulation)

Pour un apprentissage personnalisé nous accompagnons le cycliste selon son niveau, son âge et ses besoins,  
Le nombre de séances dépend de la demande.

### Cours réservés aux adhérents.

L'adhésion (15 € ou 25 € suivant les budgets) donne droit à **3 cours de 45 minutes gratuits**, puis 2 € le cours supplémentaire.

Attention : pour les mineurs, la présence d'un parent est obligatoire le jour de l'inscription.



L'Etat a mis en place le dispositif Alvéole :  
"Coup de pouce vélo, remise en selle" permettant le  
financement de séances de vélo-école **adulte**,  
valable jusqu'au **31 décembre 2020**  
Nous contacter pour plus d'informations.

**alveole**  
COUP DE POUCE VELO



## L'ATELIER PARTICIPATIF

Connaitre son vélo et  
savoir l'entretenir

**L'atelier participatif est accessible à tous les adhérents de l'association sur les heures d'ouverture.**

Vous y trouverez :

- les conseils de nos mécaniciens salariés et bénévoles ou de votre voisin de pied d'atelier (s'il en sait plus que vous).
- Une dizaine de pieds et tous les outils nécessaires à l'entretien et la remise en état de votre biclou.
- Des vélos d'occasion en vente, plus ou moins prêts à rouler, à des prix toujours abordables. Et si vous venez de vous faire voler votre vélo, nous avons des solutions à vous proposer
- Des pièces détachées provenant de vélos démontés. Elles sont à prix libre, suivant votre budget et la valeur que vous leur donnez.
- Plein de gens sympas et une bonne ambiance !

### **Pour adhérer :**

L'adhésion est valable 1 an de date à date.

- 25 € tarif normal
- 15 € tarif « petits budgets »
- 50€ tarif "famille"

.Attention : pour les mineurs, la présence d'un parent est obligatoire le jour de l'inscription.



**L'Etat a mis en place le dispositif Alvéole : "Coup de pouce réparation" permettant de financer la réparation de son vélo (jusqu'à 50€), valable jusqu'au 31 décembre 2020.**

**Nous contacter pour plus d'informations.**

**alveole**  
COUP DE POUCE VELO

## TOUTES NOS ACTIONS ROULE & CO C'EST AUSSI...



PRESTATIONS	PUBLIC - ENCADREMENT	DURÉE- FORMAT
 Atelier participatif	Tous public	Sur horaires d'atelier, à l'année
 Intervention diagnostique vélo	Tous public - mécanicien salarié	Demi-journée - journée Prévoir 20' par vélo Mobile ou à l'atelier
 Séances de formation à la mécanique vélo	Adolescent - adulte mécanicien salarié	1h par thématique - 8 personnes maximum
 Ateliers de réparation de vélo des salariés	Adulte - entreprise mécanicien salarié	Demi-journée - journée Prévoir 20' par vélo Mobile ou à l'atelier
 Gravage bicycode des vélos	Adulte - entreprise mécanicien salarié	Demi-journée - journée Mobile ou à l'atelier
 Vélo-école individuelle	Tous public - individuel moniteur bénévole	Sur rendez-vous à l'année
 Vélo-école collective Cycle d'apprentissage, Savoir rouler à vélo  Parcours maniabilité vélo en circuit fermé	Tous public - scolaires, centres de loisirs, association, entreprise, etc Moniteur salarié diplômé	A l'heure, demi-journée ou journée. Sur le bassin annécien
 Parcours vélo sécurisé en ville	Adultes - entreprises, associations Moniteur salarié diplômé	1h30 8 personnes maximum
 Formation sécurité à vélo, échanges et discussions.	Adultes - entreprises, associations Moniteur salarié diplômé	1h30 6 à 16 personnes
 Animations stands, débat, rencontres,	Tous public Salariés et bénévoles	Sur bassin annécien, toute l'année
 Commission circulation Dialogue collectivités	Collectivités Salariés et bénévoles	Ville Annecy, Grand Annecy Toute l'année

## INFORMATIONS PRATIQUES



### Horaires

Horaires de l'atelier sur notre site internet : <https://www.roule-co.org/>  
Horaires vélo-école à définir selon disponibilités.

### Matériel

Outils spécifiques vélos et génériques en libre service pour les adhérents.

Prêt de vélos et casques si besoin pour la vélo-école

Matériel mécanique et pédagogique pour chaque séance d'accompagnement.

### Encadrement

Les séances sont encadrées par des animateurs salariés.

Des bénévoles formés peuvent compléter l'encadrement.

### Protocole Covid

Nos séances sont animées dans le respect des gestes barrières.

Nos vélos sont désinfectés entre chaque utilisation, les casques sont prêtés avec charlottes et stockés et isolés durant 72 heures entre chaque prêt.

Nous adaptons le nombre de participants aux préconisations des instances sanitaires.

## NOUS CONTACTER, NOUS RENCONTRER.

### Roule & Co

21 avenue des Harmonies –  
Cran Gevrier 74960 ANNECY  
[www.roule-co.org](http://www.roule-co.org)

 [roule.co](https://www.facebook.com/roule.co)

[info@roule-co.org](mailto:info@roule-co.org)

07 69 02 07 81

## RÉSEAUX ET PARTENAIRES

