CYCLISTE AVERTI
Vélo Québec

LE PROGRAMME D'ÉDUCATION AU VÉLO EN MILIEU SCOLAIRE

Dans les arrondissements de Lachine, LaSalle et la ville de Dorval, Cycliste averti est offert par le GRAME

GRAME

CYCLISTE AVERTI
Vélo Québec

OBJECTIFS

- Qualifier les jeunes à se déplacer à vélo de façon sécuritaire et plus autonome dans leur quartier.
- Donner aux parents la confiance de laisser leurs enfants se déplacer à vélo, et susciter une réflexion sur les choix de transport familiaux.

PUBLIC CIBLE

Élèves de
5e et 6e année

POURQUOI ?

- Taux de sédentarité et problèmes d'obésité en croissance
- Baisse significative de la pratique du vélo chez les jeunes depuis les années 90
- Surreprésentation des jeunes cyclistes parmi les victimes de collisions sur le réseau routier

LES 5 ÉTAPES DU PROGRAMME

1 FORMATION THÉORIQUE À LA SÉCURITÉ ROUTIÈRE

Apprentissage des notions de sécurité routière à travers des simulations, des animations interactives, des vidéos et des lectures.

6 HEURES — **Enseignant(e) titulaire de la classe**

2 PRATIQUE EN MILIEU FERMÉ

Développement des habiletés à vélo à travers des jeux et exercices en gymnase ou dans la cour d'école.

6 HEURES — **Enseignant(e) d'éducation physique**

3 SORTIE SUR ROUTE EN GROUPE

Sur un circuit de 3 à 5 km autour de l'école, mise en pratique des notions apprises en classe et entraînement aux manœuvres dans des situations courantes de circulation à vélo.

1/2 JOURNÉE — **Instructeurs cyclistes formés par Vélo Québec**

4 EXAMEN INDIVIDUEL SUR ROUTE

Circuit similaire à celui de la sortie en groupe. Évaluation des comportements et manœuvres de l'élève selon 7 critères.

1/2 JOURNÉE — **Instructeurs cyclistes formés par Vélo Québec**

5 BULLETIN PERSONNALISÉ

Chaque élève participant obtient un bulletin personnalisé rendant compte de ses progrès et de ses compétences.

Trois niveaux possibles :

- Cycliste averti
- Cycliste intermédiaire
- Cycliste débutant

À LA FIN DU PROGRAMME, L'ÉLÈVE AURA APPRIS À :

- vérifier l'état et l'ajustement de son vélo, ajuster son casque
- comprendre les panneaux routiers
- respecter les règles de la circulation
- se positionner dans la rue de façon à assurer sa sécurité
- reconnaître les risques posés par les angles morts et les portières d'auto
- déterminer qui a priorité dans les différents types d'intersection
- effectuer des manoeuvres de virage sécuritaires
- comprendre l'importance des vérifications et des contacts visuels
- signaler ses intentions grâce au code gestuel

CE QU'ILS PENSENT DU PROGRAMME

Je me sens plus en confiance en présence d'autos, lorsque je ne suis pas sur des pistes cyclables.

- Un élève

La force du programme Cycliste averti, c'est qu'il pousse les jeunes à utiliser le vélo non pas seulement comme un loisir, mais aussi comme moyen de transport.

- Un instructeur

Les instructeurs de Vélo Québec savent mettre les jeunes en confiance et leur donner beaucoup de commentaires pour qu'ils s'améliorent.

- Une enseignante

Mon enfant m'a appris des choses sur les règles à vélo que malheureusement j'ignorais. C'est un cours essentiel qui devrait faire partie du projet éducatif au primaire.

- Un parent

EN SAVOIR PLUS : cyclisteaverti.ca

Vélo Québec

Cycliste averti est une initiative de Vélo Québec. D'abord lancé comme projet-pilote à Montréal en 2015, le programme est maintenant déployé dans plusieurs régions grâce à des mandataires.

MERCI À NOS PARTENAIRES

Québec

Cycliste averti bénéficie du soutien financier du gouvernement du Québec.

Desjardins

Desjardins est fier de s'engager auprès des jeunes en appuyant le programme Cycliste averti et l'apprentissage des notions de sécurité routière qu'il propose.

Nous sommes heureux d'offrir une flotte de vélos à deux écoles participant au programme.

Inscrivez-vous en remplissant le formulaire de candidature sur **cyclisteaverti.ca/desjardins**.

Photos : Maxime Juneau/APMJ

11/2023