Cours et formations

Description

Des cours de conduite peuvent être proposés pour différents publics cibles (enfants, jeunes, femmes migrantes, adultes, aînés, etc.) ou mettre l'accent sur un type de vélo (à assistance électrique, cargos, etc.). Exercices d'agilité, rappel des règles de circulation et des comportements à adopter sont enseignés. D'autres cours portent sur la mécanique vélo et aident les cyclistes à prendre en charge l'entretien, les petits réglages et les réparations de base.

Différentes infrastructures associent un côté ludique au développement de compétences : pumptrack, bikepark et jardin des circulations éphémères ou pérennes.

Intérêt

Ces cours améliorent les compétences des cyclistes débutant-e-s, à savoir l'aisance dans différentes situations de trafic et les compétences physiques, organisationnelles et techniques relatives au vélo. Ils peuvent ainsi apprendre les bases de la conduite cycliste et s'exercer dans un milieu protégé. Ils gagnent ainsi peu à peu en assurance pour leurs trajets de loisirs et utilitaires.

Enfin, (re)mettre en selle certains groupes de la population (enfants, femmes, migrants, séniors) signifie aussi renforcer leur autonomie et mobilité.

Enjeux

L'enjeu principal de ces cours consiste en leur réalisation et promotion. Il est également important d'inclure les aspects relatifs à la sécurité des cyclistes dans les cours de conduite destinés aux conducteurs et aux conductrices des TIM ou aux chauffeurs et chauffeuses de bus.



Jardin des circulations à Lausanne



Pumptrack mobile lors du festival "Hallo Velo" à Berne



Cours vélo pour femmes migrantes dans un jardin des circulations à Nidau, Bienne



Jardin des circulations mobile et temporaire lors du festival "Hallo Velo" à Berne

Cours d'apprentissage pour enfants

Plusieurs associations, telles que PRO VELO et Swiss Cycling, proposent des cours vélo à l'attention des enfants. Ces cours sont proposés sur plusieurs niveaux, les premiers consistant à transmettre quelques règles de circulation élémentaires aux enfants et les manœuvres de base. Les parents sont également intégrés à ces cours afin de leur donner un bref rappel théorique des comportements à adopter sur la route en tant que cyclistes. Les enfants s'exercent d'abord dans un jardin de la circulation avant de se rendre sur la route accompagnés d'un parent. Dans les cours plus avancés, les enfants viennent seuls et développent leurs compétences.

Cours vélos pour migrant-e-s

Des cours sont également donnés à l'attention des personnes issues de la migration dans différentes communes. Dans certaines cultures, le vélo occupe une place minime, et notamment auprès des femmes, qui se trouvent souvent interdites de rouler à vélo. Ces cours leur offrent donc la possibilité de développer leurs compétences et une liberté dans leur mobilité. À Amsterdam par exemple, Mama Agatha a appris à faire du vélo à plus de 1'500 femmes de diverses origines.

Cours pour vélos électriques

Pour préparer au mieux les nouveaux conducteurs et nouvelles conductrices de vélos à assistance électriques, diverses associations et prestataires proposent des cours de conduite, tels que PRO VELO, le TCS ou encore l'ATE Association Transport et Environnement. Dans un environnement sûr, il est possible de faire ses premières expériences, de s'entraîner à s'arrêter, freiner et prendre des virages, et d'acquérir une conduite prévoyantes à des vitesses élevées.

Développer ses connaissances

Level up your ride est un programme d'apprentissage numérique à la conduite à vélo. Il s'adresse autant aux enfants, adolescent-e-s qu'aux adultes. La plateforme renvoie à divers cours de conduite pour compléter la formation en ligne.

Ready to bike est un outil en ligne proposé par Swiss Cycling pour évaluer sa conduite à vélo.

Références

- Mundler, M., et Rérat, P. (2018). «C'est la liberté !». Étude des cours de vélo pour adultes en Suisse. Etudes urbaines: rapport de recherche N°3.
- Mundler, M., et Rérat, P. (2018). Le vélo comme outil d'empowerment. Les impacts des cours de vélo pour adultes sur les pratiques socio-spatiales. Les Cahiers scientifiques du transport n°73, 139-160.