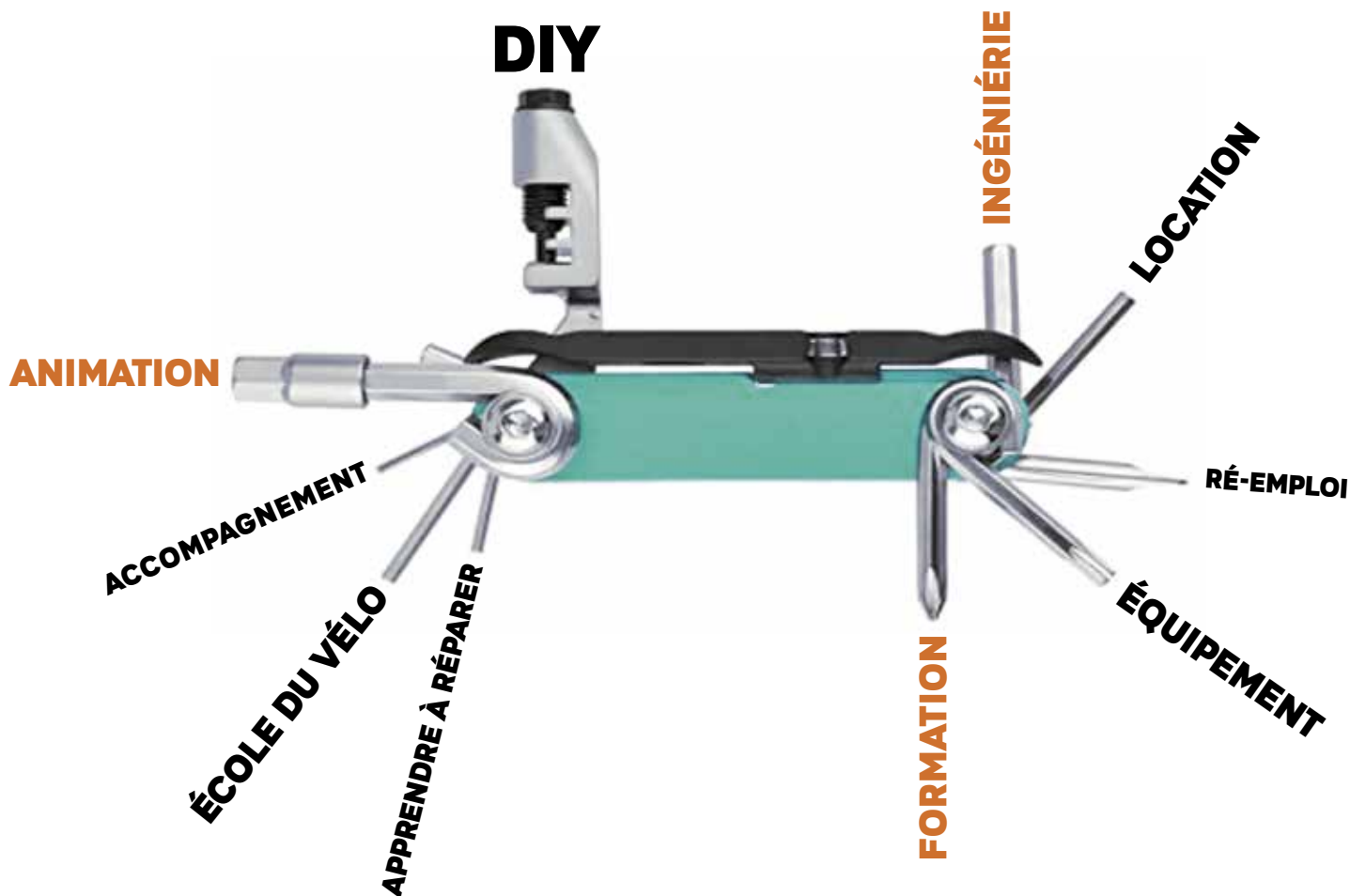


# PROPOSER ET SOUTENIR DES SOLUTIONS POUR L'ÉCOMOBILITÉ



**CATALOGUE DE PRESTATIONS**

## MOBIL'IDÉES KÉZAKO ?

L'association Haute-Alpine qui, depuis 2008, promeut les alternatives à l'autosolisme en proposant de :

### SE DIVERTIR DANS LE CAMBOUIS ET SUR SA BICYCLETTE

- ▶ Apprendre à entretenir, réparer et adapter son vélo
- ▶ Donner et acquérir un vélo d'occasion
- ▶ Louer un vélo et du matériel pour l'itinérance
- ▶ Préparer ses escapades à vélo

### S'ÉPANOUIR EN S'INTÉRESSANT À L'ÉCOMOBILITÉ

- ▶ Des outils d'animations ludiques et pédagogiques
- ▶ Festiv'idées, notre festival du Vélo et de l'Ecomobilité
- ▶ Des sorties à vélo / vélo-école
- ▶ Des projections / débats et soirées thématiques
- ▶ Des formations : mécanique et autre
- ▶ Des ateliers mobiles d'aide à l'autoréparation
- ▶ Des bénévoles

### SE PRÉOCCUPER DES ALTERNATIVES À L'AUTOSOLISME

- ▶ Transports collectifs,
- ▶ Covoiturage,
- ▶ Auto-stop organisé,
- ▶ Auto-partage,
- ▶ Vélo et autres roues libres
- ▶ ...Sans oublier les piétons

**CITOYENS, COLLECTIFS, COLLECTIVITÉS, ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES, ASSOCIATIONS, ENTREPRISES, VOICI LES PRESTATIONS QUI RÉPONDENT À VOS PROJETS D'ÉCOMOBILITÉS !**

## TOUTES LES PRESTATIONS MOBIL'IDÉES

<b>ATELIER MOBILE PARTICIPATIF ET SOLIDAIRE</b> de réparation de vélo, diagnostic sécuritaire et fonctionnel.....	p.4
<b>FORMATIONS</b> .....	p.5
▶ Initiation à la mécanique vélo et réemploi	
▶ Formation/animation thématique sur le sujet vélo (adapter mon vélo à mes besoins, rouler à vélo l'hiver, préparer son périple à vélo, etc. )	
<b>VÉLO ÉCOLE</b> .....	p.6
▶ Auprès des jeunes publics (cycle de 3 à 6 séances)	
▶ Encadrement de l'activité vélo dans une logique de découverte, d'initiation et de sport-santé	
<b>ÉCOLE DU VÉLO ET DE LA MOBILITÉ</b> à destination des <b>scolaires, péri et extra-scolaires, publics en situation de handicap</b> .....	p.7
<b>LOCATION DE MATÉRIEL ET ÉQUIPEMENT DE VÉLOS</b> .....	p.8
<b>OUTILS D'ANIMATION</b> .....	p.9
<b>VÉLECTROGÈNE</b> .....	p.10
<b>SAVOIR ROULER À VÉLO</b> .....	p.11
<b>ACCOMPAGNEMENT À LA CONDUITE DE PROJETS « VÉLO ET ÉCOMOBILITÉ » ENTREPRISES</b> .....	p.12
<b>COLLECTIVITÉS</b> .....	p.13
<b>LE FONCTIONNEMENT DE MOBIL'IDÉES</b> .....	p.14

# ATELIER PARTICIPATIF



+ 5 ANS  
TOUT  
PUBLIC

**ATELIER MOBILE PARTICIPATIF ET SOLIDAIRE DE RÉPARATION DE VÉLO, DIAGNOSTIC SÉCURITAIRE ET FONCTIONNEL**

## INFOS PRATIQUES

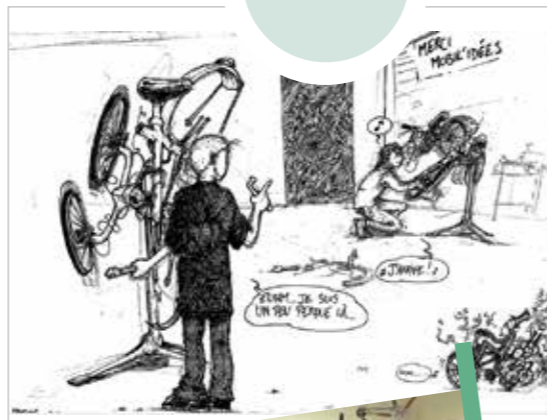
- ▶ Emplacement plat
- ▶ Revêtement qui ne craint pas d'être sali
- ▶ Temps de préparation : 10 mn
- ▶ Surface nécessaire : 10 m<sup>2</sup> minimum

## DÉROULÉ DE L'ANIMATION

Nous venons avec l'ensemble des outils et pièces de base pour apprendre à réparer son vélo. Nous accompagnons à la réparation

## POURQUOI C'EST APPRÉCIÉ :

- ▶ Accélérateur d'échanges
- ▶ Apprendre par la pratique
- ▶ Partager ses connaissances
- ▶ Bénéficier d'un service dont vous êtes acteur



*« C'est au cours de nos temps d'accueil réservés aux familles durant l'été que nous avons organisé l'atelier mobile de réparation de vélos. Romain, accompagné d'un bénévole de l'association, débarque avec sa remorque et ses trousseaux à outils qui regorgent de toutes sortes d'outils .*

*Mobil'idées vient faire profiter de ses compétences et son matériel à quelques jeunes et papas désireux de remettre en état leur vélo ou celui de leurs enfants . Une fois installés ; les intervenants scannent les vélos ; les passent au crible pour évaluer les travaux à entreprendre ;*

*Ensuite par étape ils proposent des solutions, des méthodes et des techniques pour réparer. C'est d'ailleurs ce principe pédagogique qui nous séduit : le faire avec ! Tout le monde est acteur, il ya de l'échange, de la bonne humeur, du partage de savoirs et de valeurs. Merci l'équipe de Mobil'idées »*

Jérôme, animateur d'un CENTRE SOCIAL

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

4

# FORMATIONS



+ 12 ANS  
TOUT  
PUBLIC

**INITIATION PERFECTIONNEMENT À LA MÉCANIQUE VÉLO  
FORMATION THÉMATIQUES SUR LE SUJET VÉLO  
(ROULER À VÉLO L'HIVER, ADAPTÉ MON VÉLO DE VOYAGE...)**

## INFOS PRATIQUES

- ▶ Formation en extérieur ou en intérieur
- ▶ Emplacement 25 m<sup>2</sup> minimum

## DÉROULEMENT :

- ▶ Cycle de séances de 2h (nombre et contenus à déterminer ensemble)
- ▶ Groupe de 8 personnes maximum

## POURQUOI C'EST APPRÉCIÉ :

- ▶ Temps d'apprentissage convivial
- ▶ Nous nous adaptons à tous les niveaux
- ▶ Nous venons avec tout le matériel

Autres formations/animations sur le sujet vélo : adapter/choisir un vélo à ses besoins, rouler à vélo l'hiver, préparer son périple à vélo, etc.



*« Cuvette, saut, roulement, cône, attache rapide, démonte-pneu, gaine, extracteur, manivelle, potence...*

*Le langage du vélo est fleuri, nous étions analphabètes, nous voilà pleins de cambouis !*

*« Ça y est, nous savons régler les freins, dévoiler les jantes, changer un dérailleur, remplacer des rayons et démonter la cassette (et même, coller une rustine)... tous les tracas du cyclistes ont désormais leur maison, et leur maison c'est l'atelier du 1er étage du Buffet de la gare ! Mobil'idées nous a apporté dans sa hotte une grosse caisse pleine d'outils, un fourgon plein de vieux vélos à démonter pour se faire la main, puis ils nous ont enseigné tous les secrets de la petite reine. »*

Philippe, ATELIER VÉLO DU BUFFET DE LA GARE

NOUS NOUS ADAPTONS À VOS ENVIES/BESOINS  
INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

5

# VÉLO ÉCOLE



+6 ANS  
TOUT  
PUBLIC

**APPRENTISSAGE, REMISE EN SELLE, DÉCOUVERTE,  
INITIATION SPORT SANTÉ**

## INFOS PRATIQUES

- ▶ Nécessite d'avoir un vélo fonctionnel (Possibilité de prêt de vélo)
- ▶ Besoin d'un grand espace non ouvert à la circulation
- ▶ Encadrement par une personne qualifiée

## DÉROULÉ DE L'ANIMATION

- ▶ Nombre de séances déterminé ensemble en fonction des objectifs fixés et du niveau du groupe
- ▶ Apprentissage au pédalage
- ▶ Maniabilité
- ▶ Insertion dans le trafic

## POURQUOI C'EST APPRÉCIÉ :

- ▶ Il n'y a pas d'âge pour apprendre à faire du vélo
- ▶ Oser rouler au milieu du trafic



*« Grâce à Mobil'idées, plusieurs résidentes du Centre d'Accueil pour Demandeurs d'Asile de Gap ont pu apprendre à se servir d'un vélo, et l'utiliser pour la toute première fois de leurs vies pour certaines. Être capable de se déplacer en vélo c'est aussi comprendre les panneaux routiers, les dangers de la route et amener une certaine autonomie pour nos résidentes, dépendantes jusque là exclusivement des bus de ville. Entre quelques parties de franches rigolades elles ont su petit à petit apprivoiser leurs peurs et gagner en indépendance. Nous sommes très fiers d'elles. Nous espérons pouvoir renouveler l'aventure dès que possible. Merci à Mobil'idées ! »*

Emmanuelle, FRANCE TERRE D'ASILE GAP

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

6

# ÉCOLE DU VÉLO ET DE LA MOBILITÉ



TOUT  
PUBLIC

**ACCOMPAGNEMENT À LA CONDUITE DE PROJETS  
« VÉLO ET ÉCOMOBILITÉ »**

À DESTINATION DE : SCOLAIRE, PÉRI ET EXTRA SCOLAIRE, FORMATION POUR ADULTE

## INFOS PRATIQUES

- ▶ Nécessite d'avoir un vélo fonctionnel (Possibilité de prêt de vélo)
- ▶ Nombre de séance à déterminer en fonction du projet
- ▶ Encadrement par une personne qualifiée

## DÉROULÉ DE L'ANIMATION

- ▶ Définition des besoins et objectifs avec les porteurs de projet
- ▶ Travail sur l'itinéraire, les vélos, l'équipement
- ▶ Conduite en sécurité

## POURQUOI C'EST APPRÉCIÉ :

- ▶ Décisions prises de manière collective
- ▶ Réalisation du projet entièrement par les stagiaires
- ▶ Convivialité
- ▶ Apprentissage et partage de connaissances

*« Mobil'idées propose une pédagogie de projet interdisciplinaire qui rend les élèves acteurs. Dans notre cas, l'objectif est donné d'avance : organiser une sortie de classe à vélo à la journée, au départ de l'école. Cette démarche progressive s'articule autour d'un nombre de séances défini conjointement et dont le contenu est co-construit : manipulation de l'engin, orientation, lecture de cartes et de plans, règles de conduite en sécurité, etc. Elle implique de travailler en groupe, chercher les informations sur des supports inédits et adapter les itinéraires possibles en considérant les capacités de chacun. Faire le choix d'une mobilité douce qui nous confronte à la réalité du terrain dans un monde de plus en plus virtuel me paraît primordial pour cette génération ... »*

Laura, INSTITUTRICE

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

7

## Exemples de projets :

- ▶ coordination / concertation de projets écomobiles collectifs
- ▶ organisation de sorties écomobiles (à vélo notamment)
- ▶ les ateliers de la bricole : atelier d'autoréparation
- ▶ réalisation d'une sortie ou d'un mini-séjour
- ▶ Plan de déplacement en établissement scolaire



# LOCATION

## LOCATION DE MATÉRIEL ET ÉQUIPEMENT DE VÉLOS



+6 ANS  
TOUT  
PUBLIC

### MATÉRIEL POUR TRANSPORTER DES CHARGES LOURDES :

- ▶ Remorque Carla (jusqu'à 150 kg)
- ▶ Vélo cargo
- ▶ Tandem Pinot Hase (Projet Tandicap)



### MATÉRIEL POUR VOYAGER À VÉLO :

- ▶ Vélos de voyages
- ▶ Sacoques (voyage ou bike packing)
- ▶ Porte-bagages
- ▶ Antivol à la place de cadenas



### INFOS PRATIQUES

- ▶ Location réservée aux adhérent-e-s
- ▶ Possibilité d'adhérer sur place (ou en ligne)
- ▶ Location à prix libre

### INFO ET RÉSA :

- ▶ Contact@mobilidees.org / 07 81 96 04 30
- ▶ Sur place aux heures d'ouverture

*« J'ai emprunté une paire de sacoques Vaude à Mobil'idées pour notre 1er trip vélo dans les gorges du Vardon. Rien à dire, elles ont super bien fait le taf ! Très pratique grâce à une location simple et sans complexe à prix libre. Au top ! Ça m'a donné envie de repartir à vélo ! Encore merci à toute l'équipe ! »*

Jérémie, UN ADHÉRENT DE MOBIL'IDÉES

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

8

# ANIMATIONS



3-12  
ANS  
TOUT  
PUBLIC

Collectivité, Office de Tourisme, entreprise, particulier...  
Commandez nos animations pour aider aux changements de comportement dans la bonne humeur

## 1 • VÉLOS RIGOLOS

Mini vélos, vélos lapins, vel'envers, draisiennes, Vélo girafe, Grand Bi...  
Louez notre flotte de vélos rigolos pour petits grands et grands petits.

### INFOS PRATIQUES

- ▶ Surface minimum de 100 m<sup>2</sup>
- ▶ Emplacement plat et clos (possibilité de mettre des barrières)

## 2 • MANÈGE À VÉLOS

Manège de 6 places qui tourne grâce au pédalage des enfants

### INFOS PRATIQUES

- ▶ Surface minimum 20 m<sup>2</sup>
- ▶ Surface plane
- ▶ Animation intérieure ou extérieure



## 3 • VÉLO ÉNERGIE ET VÉLO SMOOTHIE

Pédaler pour produire de l'électricité ou pour faire un smoothie

### INFOS PRATIQUES

- ▶ Surface minimum 20 m<sup>2</sup>
- ▶ Surface plane
- ▶ Animation intérieure ou extérieure



*« De l'ouverture à la fermeture, il ne s'arrête de tourner que pour laisser monter les nouveaux pilotes. Les enfants doivent pédaler pour faire tourner la machine, une animation qui permet de se dépenser et dont tu es l'acteur ! C'est beau de voir ça aujourd'hui ! »*

Vincent, BÉNÉVOLE À LA RABOUT'CHOU

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

9

# VÉLECTROGÈNE

## UN SYSTÈME MOBILE DE PRODUCTION D'ÉLECTRICITÉ POUR ALIMENTER À LA FORCE DES MOLLETS TOUTES VOS ANIMATIONS

Vous organisez une projection, un petit concert...  
Ne vous embêtez pas à trouver de l'électricité, créez la !

### INFOS PRATIQUES

- ▶ Temps d'installation : 2h (sans la scène)
- ▶ Temps de démontage : 2h (sans la scène)
- ▶ De 1 à 10 vélos en fonction des besoins
- ▶ Kit de communication fourni

### DÉROULÉ DE L'ANIMATION

- ▶ Affichage en direct de l'énergie produite et consommée
- ▶ Court métrage d'introduction dans le cadre d'une projection

### POURQUOI C'EST APPRÉCIÉ :

- ▶ Animation participative et ludique pour sensibiliser aux questions de production d'énergie et de mobilité



+6 ANS  
TOUT  
PUBLIC



*«Le projet Vélectrogène est né à la croisée de plusieurs envies : proposer une animation participative, sportive et ludique permettant de susciter du lien entre les participants; impliquer et questionner les questions de la production et de la consommation d'énergie; participer au dynamisme de la vie culturelle du territoire, le tout grâce à une animation originale. Ce nouveau-né de nos animations espère amener musiques, projections et partages sur tout le territoire ... dès que vous l'appelerez !»*

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

10

# SAVOIR ROULER À VÉLO

« Le vélo est un formidable support ludique et pédagogique, accessible au plus grand nombre et il contribue à de nombreux enjeux éducatifs »

## INTERVENANTS, PRESCRIPTEURS, PORTEURS DE PROJETS...

Nous vous accompagnons dans la construction de votre projet, pour plus d'informations :

ASSOCIATION MOBILIDÉES  
contact@mobilidees.org  
07 81 96 04 30

SAVOIR ROULER  
à vélo  
DANS LES HAUTES-ALPES



## PROGRAMME POUR LES 6-11 ANS

- **SAVOIR PÉDALER : MAÎTRISER LES FONDAMENTAUX DU VÉLO**  
Acquérir un bon équilibre, pédaler, tourner, freiner.
- **SAVOIR CIRCULER : DÉCOUVRIR LA MOBILITÉ À VÉLO EN MILIEU SÉCURISÉ**  
Rouler en groupe, communiquer pour informer les autres, découvrir les panneaux du code de la route.
- **SAVOIR ROULER À VÉLO : CIRCULER EN SITUATION RÉELLE**  
apprendre à rouler en autonomie sur la voie publique et s'appropriier les différents espaces de pratique.

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE, DE LA JEUNESSE ET DES SPORTS



SÉCURITÉ ROUTIÈRE  
TOUS RESPONSABLES

11

# ENTREPRISES

## MOBIL'IDÉES ACCOMPAGNE ET CONSEILLE LES ENTREPRISES SUR LES SUJETS EN LIEN AVEC L'ÉCOMOBILITÉ :

Depuis le 1<sup>er</sup> Janvier 2020, les entreprises de plus de 50 salariés doivent travailler sur l'amélioration de la mobilité des salariés en concertation avec leurs représentants. Si aucun accord n'est trouvé, un Plan de Déplacement Entreprise (PDE) doit être réalisé. Pour les entreprises de moins de 50 salariés, il est aussi important de travailler sur la mobilité de vos salariés.

### MOBIL'IDÉES VOUS ACCOMPAGNE DANS VOS PROJETS :

- ▶ Plan de Mobilité Entreprise
- ▶ Plan de Mobilité Inter-Entreprises
- ▶ Aide à la mise en place de Vélo et VAE au sein de l'entreprise comme véhicule de fonction
- ▶ Accompagnement sur des projets d'écomobilités (clients, salariés, marchandises)
- ▶ Animations
- ▶ Mécénat

*« Nous sommes une coopérative de consommateurs sous enseigne Biocoop de 4 magasins avec 50 salariés et des milliers de clients. Nous avons travaillé avec Mobil'idées pour mener une réflexion sur le sujet de l'impact carbone des déplacements de nos clients, de nos salariés et des marchandises. Nous ne sommes qu'au début de l'action mais nous avons déjà mis en place des parkings à vélo dans nos magasins, l'indemnité kilométrique pour nos salariés venant à vélo et nous avons effectué des livraisons à vélo pour nos clients confinés qui ne pouvaient se déplacer lors du confinement.*

*Le travail continue avec Mobil'idées. »*

Fabien, DIRECTEUR BIOCOOP

INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

12



# COLLECTIVITÉS

## MOBIL'IDÉES ACCOMPAGNE ET CONSEILLE LES COLLECTIVITÉS SUR LES SUJETS EN LIEN AVEC L'ÉCOMOBILITÉ.

### QUELQUES EXEMPLES...

- ▶ Aménagement
- ▶ Pédibus / Vélobus
- ▶ Pistes de financement
- ▶ Promotion
- ▶ Mise en place de systèmes de récupérations de vélos
- ▶ Aide à la création d'un atelier participatif et solidaire de réparation de vélo

### EXEMPLES DE PROJETS RÉALISÉS AVEC DES COLLECTIVITÉS :

- ▶ **Conseil Départemental des Hautes-Alpes** : Aide à la mise en place des véloroutes La Durance à vélo (V862) et V64 (Grenoble-Marseille)
- ▶ **Communautés de communes du Champsaur Valgaudemar et de Serre-Ponçon Val d'Avance** : Convention de récupération de vélos avec les déchetteries
- ▶ **Ville de Gap** : aide à l'implantation d'arceaux vélos
- ▶ **Ville de Chorges** : organisation de temps d'échanges et consultation publique (fête de la mobilité)
- ▶ Mise en place d'un diagnostic participatif sur la cyclabilité pour les villes de Briançon (avec l'atelier Cyclonique) et de Gap

*« Le Département des Hautes-Alpes, pour la mise en œuvre d'itinéraires cyclables a choisi de se tourner vers Mobil'idées car, en plus de raisonner sur l'ensemble du territoire, un important travail sur la réalisation des véloroutes était d'ores et déjà entamé par leurs soins, en organisant des rencontres entre les collectivités locales et les financeurs.*

*Us ont de plus un réseau étoffé permettant d'accéder à des ressources indispensables à ce travail. À la fois professionnelle et passionnée, l'équipe de Mobil'idées va nous aider à faire aboutir les projets en cours dès 2022. Il sera alors temps de faire le bilan mais d'ici là, continuons le travail que nous avons initié avec et sur les territoires. »*

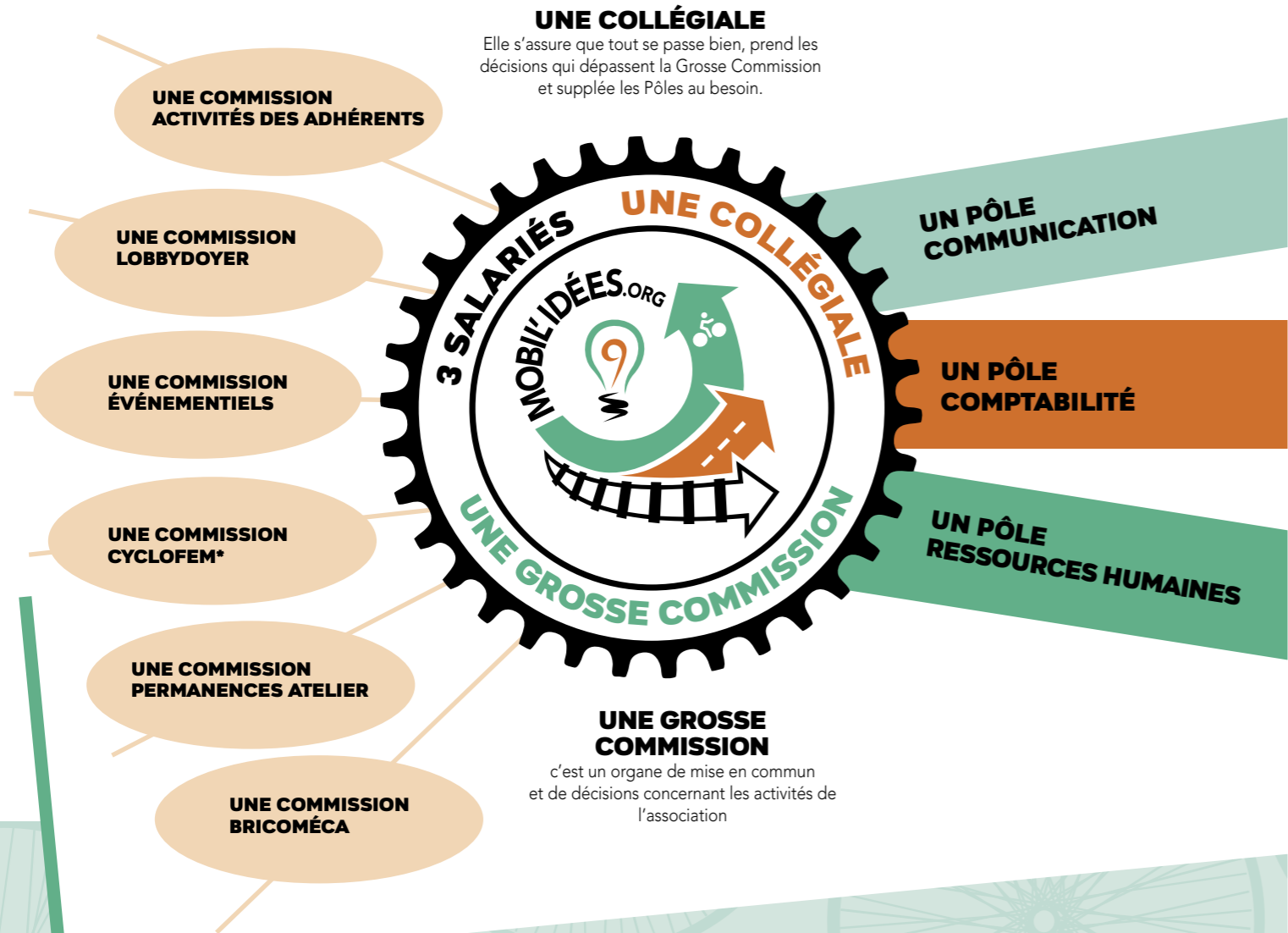
Olivier, TECHNICIEN AU DÉPARTEMENT

VOUS AVEZ UN PROJET AUTOUR DE L'ÉCOMOBILITÉ ET/OU DU RÉ-EMPLOI, INFOS ET TARIFS, NOUS CONSULTER

13



# LE FONCTIONNEMENT DE MOBIL'IDÉES



contact@mobilidees.org  
04 84 13 19 04 • 07 81 96 04 30  
5-7 place Jules Ferry • 05000 Gap

[www.mobilidees.org](http://www.mobilidees.org)

Mise en page : Cam et Leon

Impression : Exaprint sur papier PEFC

Crédits photos : Xavier Mordefroid, Romain Chabanel, Simon Vitorge, Louison Muller,  
Laurent Eyraud-Chaume, Pixabay@Limassol/Cyprus, Pixabay@Ben Kerckx

Dessin : Pariz



# TOUTE UNE ÉQUIPE À VOTRE ÉCOUTE

contact@mobilidees.org

04 84 13 19 04 • 07 81 96 04 30

5-7 place Jules Ferry • 05000 Gap

[www.mobilidees.org](http://www.mobilidees.org)

VINCENT  
FRED  
VALÉRIE  
ROMAIN  
SUZON  
SIMON  
LOUISON  
BASILE  
JEAN-JOËL  
BRUNO  
PIERRE  
ALAIN  
CÉLINE  
CHARLÈNE  
LAURENT  
MARIE-CHRISTINE  
YVES  
JÉRÉMIE  
VICTOR  
MICHEL  
CLÉMENT  
RÉMI  
RACHEL  
ARNAUD  
SOLENN  
FRANÇOISE  
ISA  
ADRIEN  
ANNICK  
CHRISTOPHE  
THÉO  
JULIETTE  
DENIS  
SOPHIE  
LUCIE  
JEFF  
BASTIEN  
MARION  
BENOÎT  
PATRICK  
MARTINE  
ADÉLIE  
MEIJE  
RACHEL  
ARNAUD

