



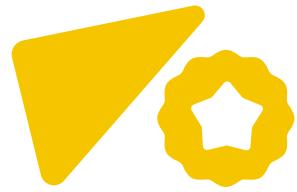
Cycliste  
averti

# LE PROGRAMME D'ÉDUCATION AU VÉLO EN MILIEU SCOLAIRE



Cycliste averti,  
un programme de Vélo Québec

 Vélo  
Québec



**Cycliste  
averti**

## 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  
5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> 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.



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.



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.



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.



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 manœuvres 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

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

- Une enseignante

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



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](http://cyclisteaverti.ca)**



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 NOTRE PARTENAIRE**

**Québec**

Cycliste averti bénéficie d'un soutien financier du ministère de l'Éducation , de la Société de l'assurance automobile du Québec, ainsi que du ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs, dont l'aide financière provient d'Action-Climat Québec, un programme découlant du Plan pour une économie verte 2030.

Dans votre milieu, Cycliste averti est rendu possible grâce au soutien de :

