

UN TERRITOIRE DURABLE, UNE BONNE SANTÉ

RETOUR D'EXPÉRIENCE : DES ACTIONS POUR S'INSPIRER

Vélisol

Association d'accompagnement
à la pratique du vélo

"CE QUI EST BON POUR LA SANTÉ ET LA PLANÈTE ? FAIRE DU VÉLO !"

POINT DE DÉPART

Les fondateurs de l'association, issus d'horizons professionnels divers (notamment du social), ont misé sur le vélo pour mettre en relation des personnes communiquant peu entre elles. Nombreux sont ceux qui entretiennent en effet un rapport particulier avec le vélo, bon ou mauvais, c'est donc un vecteur d'échanges très spontané.

L'idée était de proposer un atelier de réparation de vélo, sur la place centrale d'une commune périphérique, pour les jeunes et les moins jeunes. C'est le début des ateliers itinérants, le vélo et son entretien faisant office de points d'appui pour faciliter la rencontre avec les habitants et développer les habitudes d'entraide. L'objectif était également d'échanger autour du vélo, qu'on soit cycliste ou non, et de susciter l'envie de se remettre en selle. « On s'appuie sur le vélo mais on tente d'élargir notre champ d'action à tout ce qui peut graviter autour de lui ».

LES PRINCIPES DU PROJET

Plusieurs courants de pensée et notions nourrissent les réflexions de l'association. Le premier est l'**éducation populaire** qui « vise essentiellement l'amélioration du système social et l'épanouissement individuel et collectif, en dehors des structures traditionnelles (famille) et institutionnelles (école) ».

Ensuite vient la notion d'**empowerment**. Ce terme évoque la capacité d'autonomisation et d'action de tout un chacun sur les environnements sociaux, politiques ou écologiques qui l'entourent.

Enfin et plus en lien avec le vélo, la notion de **Vélonomie** désigne le fait d'être autonome dans l'entretien et la réparation mécanique d'un vélo et plus largement dans sa capacité à se déplacer à vélo librement et en sécurité.

Depuis 2011, Vélisol est une association qui cherche à faciliter la pratique du vélo pour toute personne en ayant le désir, sur le territoire de Caen et sa périphérie. Dans cet objectif, l'association a développé différentes activités : des temps d'aide à la réparation dans ses locaux ou au cours d'ateliers itinérants, la remise en circuit de vélos destinés au rebut et des sessions de vélo-école à destination d'un public varié.





LES INCONTOURNABLES DU PROJET

LE VÉLO : UN PRÉTEXTE À L'ÉMANCIPATION

Central dans les différentes activités de l'association, le vélo apparaît comme un support idéal pour un projet ayant des objectifs plus larges. Il s'agit également de créer un espace convivial, favorisant l'entraide et les échanges, où chacun puisse trouver une place. En acquérant progressivement des connaissances et savoir-faire, les personnes se rendent compte que réparer un vélo et l'utiliser est à leur portée.

RÉPONDRE À DES ENJEUX D'INÉGALITÉS

Si la part modale du vélo en France est faible (estimée à 2-3% des déplacements), ce chiffre cache de grandes disparités : inégalités hommes/ femmes, usage récréatif ou quotidien, pratique en ville ou sur chemin... et 2 % de la population adulte ne sait pas faire de vélo¹.

Les activités de Véloisol attirent un public essentiellement familial. En discutant avec les parents, les membres de l'association se sont vite rendus compte que « certains parents ne savaient pas faire de vélo ou ne l'envisageaient en tout cas pas comme un moyen de transport ». L'association multiplie alors des activités auprès « des personnes les plus éloignées de la pratique du vélo » :

1. Ateliers d'aide à la réparation à la Maison du vélo mais aussi ateliers itinérants pour aller au plus proche des lieux de vie des habitants.
2. Des cours de remise en selle en partenariat avec les maisons de quartier.
3. Le projet ReCyclons qui consiste à réparer d'anciens vélos pour les vendre à coût réduit. « Nous travaillons beaucoup avec les personnes pour qui le vélo peut apporter le plus et qui pourtant accumulent le plus d'obstacles à la pratique ». Par exemple, pour certaines personnes, le vélo permet d'être un moyen d'accéder à des emplois en horaires décalés où aucun transport en commun n'est disponible.

LA PRATIQUE DU VÉLO COMME VECTEUR DE SANTÉ

Bien qu'elle ne soit pas affichée de prime abord, la pratique du vélo est défendue comme vecteur de santé au-delà de ses bienfaits liés à l'activité physique.

D'abord pour les plus jeunes, la pratique quotidienne ou récréative du vélo est un cocktail de stimuli permettant l'éveil, la concentration et la prise d'initiative. Pour les adultes ayant appris ou réappris tardivement à faire du vélo, vient le renfort de l'estime de soi, le sentiment d'avoir dépassé un blocage vécu comme une honte ou une cause d'exclusion. L'aspect social de partage et d'apprentissage mutuel dans le cadre de la parentalité ou entre habitants aide également les participants : « *Les temps de mécanique entre un parent et un enfant sont des moments privilégiés où l'on apprend ensemble, où l'on s'entraide, où l'on progresse ensemble. Il en ressort beaucoup d'effets positifs.* ». Enfin, le vélo apparaît comme un moyen simple d'accéder à une activité de plaisir qui s'exerce dehors, permet de s'aérer ou de partager du temps en famille. C'est également un moyen de se déplacer limitant les nuisances sonores et la pollution atmosphérique néfastes à la santé de tous.

UNE PRATIQUE EN FAVEUR DE L'ENVIRONNEMENT

Tout comme les enjeux de santé, les questions environnementales et les bénéfices de la pratique du vélo comparés à d'autres modes passifs de déplacement (voiture, bus...) ne sont pas affichés prioritairement mais se lisent en filigrane. Véloisol est membre de « L'Heureux Cyclage », le réseau des ateliers solidaires et participatifs qui promeut le réemploi de vélos inutilisés et l'apprentissage de la mécanique. Entrer dans cette démarche permet d'allonger la durée de vie des vélos, limitant ainsi l'utilisation excessive des ressources et le volume des déchets. Enfin, le développement des modes actifs de déplacement contribue ainsi à la lutte contre les changements climatiques en réduisant les émissions de gaz à effets de serre.

UN MODÈLE ASSOCIATIF INTÉGRANT DES PRINCIPES D'ÉCONOMIE SOCIALE ET SOLIDAIRE

Le modèle de l'association s'est dessiné selon les principes de l'économie sociale solidaire : activités à utilité sociale forte en vue d'une accessibilité optimale à toutes et tous. Véloisol travaille avec les pouvoirs publics et bénéficie de leurs soutiens (subventions, mise à disposition de locaux...) qui assurent une stabilité à l'association et permet de proposer des tarifs raisonnables pour l'adhésion ou l'achat de vélo. « *On vise le public le plus large possible, avec une attention particulière pour les personnes en difficulté financière ou sociale. Cela permet une grande mixité dans nos ateliers* ». Le modèle économique de l'association intègre aussi une large part d'autofinancement (ateliers itinérants, adhésions, vente de vélos, prestations de formation et de sensibilisation à la pratique du vélo auprès d'entreprises, institutions et collectivités). L'association a ainsi créé 10 postes (représentant 8 ETP) et a noué de nombreux partenariats avec des structures du champ médico-social. Véloisol accueille également de nombreux stagiaires issus d'horizons divers. Cette réalité confirme le fort potentiel économique de la pratique du vélo².

¹ ADEME (2021). Développer la culture vélo dans les territoires.

² ADEME (2020). Impact économique et potentiel de développement des usages du vélo en France.

FOCUS SUR DEUX ACTIONS D'ACCOMPAGNEMENT À LA PRATIQUE DU VÉLO

Cours d'initiation pour les personnes n'ayant jamais pratiqué le vélo

Au départ les adultes utilisent des draisienne de « taille adulte » pour se familiariser et découvrir l'outil vélo. Ils comprennent comment le vélo tient en équilibre. Ce recours à la draisienne s'avère sécurisant et permet de lutter contre les peurs et appréhensions. Le passage au « vrai » vélo en est facilité.

Une fois l'équilibre acquis, les personnes apprennent en milieu protégé les rudiments de l'utilisation du vélo (maîtrise de la trajectoire, utilisation des freins et vitesses). Elles travaillent ensuite le lâcher de mains, la prise d'information sur leur environnement et tout ce qui leur servira par la suite.

En fin de cycle, des sorties en milieu ouvert sont organisées en s'appuyant sur les aménagements cyclables existants puis progressivement sur la route. L'accompagnement dans ces premiers déplacements dans un espace partagé, hors du cocon des pistes de vélo-école, permet de prendre de bonnes habitudes, d'être sensibilisé aux règles de circulation et de s'informer sur les principaux points de vigilance à maîtriser.

Remise en selle

Ces cours concernent les personnes qui ont déjà fait du vélo, ont quelques bases mais ne sont pas assez confiants pour une pratique au quotidien.

Les premiers temps se déroulent en milieu protégé et permettent d'évaluer le niveau des usagers, de travailler les points de lacunes.

Puis les personnes encadrant les cours veillent à ce que les participants sachent comment fonctionne leur vélo. En effet, comprendre l'origine d'un « bruit bizarre » et savoir estimer s'il y a danger ou non est rassurant et permet de se déplacer sereinement.

Enfin, du temps est passé sur l'espace public, afin de satisfaire au mieux les souhaits de pratique ultérieure des apprenants.

INGRÉDIENTS CLÉS

- Ne pas attendre d'être un expert en matière de vélo pour lancer son projet en faveur de la vélonomie
- Commencer modestement sans être prescriptif
- Prendre en compte l'approche globale de la vélonomie
- Sensibiliser à la pratique et l'entretien du vélo dès le plus jeune âge
- Assurer un maillage territorial fort

REGARD RÉTROSPECTIF

À la veille de ces 10 ans d'existence, retour sur trois phases qui ont marqué l'association.

01 OUVERTURE DE LA MAISON DU VÉLO

Après la mise en place des ateliers itinérants de vélo, l'association a reçu un soutien de plusieurs collectivités (ville de Caen, communauté urbaine Caen la Mer, département du Calvados, région Normandie) pour installer ses locaux aux abords de la gare de Caen en septembre 2013. Cette Maison du vélo pensée comme un village associatif regroupe plusieurs associations participant au déploiement de la « culture vélo » : association vélo handicap, cyclotourisme...

Au-delà du partage, cette démarche a agrandi les locaux, accru la visibilité de l'association et acté l'engagement et le soutien des collectivités pour les activités proposées. « C'était un soutien politique à notre engagement pour l'intérêt général ».



02 MISE EN PLACE DES VÉLO-ÉCOLES

Surprise de découvrir que tout le monde ne sait pas faire de vélo, l'association a souhaité développer les activités d'apprentissage pour adultes. Cela a nécessité qu'un salarié suive la formation d'« initiateur mobilité à vélo » permettant d'acquérir les compétences de l'apprentissage du vélo pour tous publics. **Cette phase de travail a permis à Véloisol de s'ouvrir à d'autres publics, d'autres territoires et surtout d'aller vers les publics dans les lieux où ils se réunissent.** En complément de ceux proposés à la Maison du vélo, des cycles de cours sont également proposés dans les quartiers prioritaires de l'agglomération. Cela s'inscrit fréquemment dans le cadre de partenariat avec les centres socioculturels.

03 INSCRIPTION DANS UN TEMPS LONG

La phase la plus récente est celle d'une relative stabilité, avec un fort ancrage dans les territoires et une pérennisation des activités. Suite à un dispositif local d'accompagnement en 2017 et une pérennisation des activités suite à un diagnostic local d'accompagnement (DLA), l'association a retravaillé son modèle économique en cherchant à développer l'autofinancement (adhésions, vente de vélos, prestation de services notamment auprès d'entreprises) tout en réussissant à contractualiser sur plusieurs années avec des organismes publics : ARS, Politique de la ville, CAF. Le soutien renforcé de Caen la Mer a également permis de poursuivre l'aventure.

Ainsi, la formation de relais locaux est assurée dans les territoires pour que les activités au plus près des habitants. De même, l'accès à toutes les déchetteries du territoire facilite le réemploi des pièces et vélos.

PERSPECTIVES

Par la suite, Vélisol ne cherche pas à se développer de façon exponentielle mais souhaite accompagner d'autres structures désireuses de créer un projet autour de la vélonomie afin de tisser un maillage sur tout le territoire : « **Un atelier d'autoréparation, ce devrait être un service de proximité, on ne fait pas plusieurs kilomètres en portant sur l'épaule son vélo en panne** ».

Vélisol est également engagée dans le programme Savoir Rouler à Vélo (SRAV) dont l'objectif est d'apprendre aux enfants à se déplacer à vélo de façon autonome et en toute sécurité. Le développement du SRAV va s'intensifier dans les prochaines années, il s'inscrit dans le cadre d'un plan vélo plus global qui vise à faire passer la part modale du vélo de 3 à 9 % des déplacements.



POUR ALLER PLUS LOIN



Réseau des ateliers de réparation de vélo : L'HEUREUX CYCLAGE

<https://www.heureux-cyclage.org/>



Développer « La culture vélo » par l'ADEME

<https://presse.ademe.fr/2021/06/lademe-devoile-son-nouveau-guide-developper-la-culture-velo-dans-les-territoires.html>



Les ateliers vélo participatifs et solidaires en territoires peu denses

https://www.heureux-cyclage.org/IMG/pdf/ateliers_velo_en_territoires_peu_denses_-_guide_de_mise_en_oeuvre_-_lhc_2020.pdf



Maison du Vélo
54 quai Amiral Hamelin
14000 CAEN
Tél : 02 31 34 45 70

Vélisol est une association de promotion de l'action sociale et éducative (insertion sociale, insertion professionnelle, réhabilitation sociale, cohésion sociale et mixité sociale), à travers l'aide à la réparation de vélo et toute autre activité qui permette de poursuivre ce but. Elle exerce sur Caen et son agglomération.

