



Crédit photo : FUB

Entretien son vélo

Objectif

Apprendre à contrôler le bon état de son vélo. Connaître les équipements obligatoires ; savoir effectuer les réglages courants ; savoir-faire une réparation de base (ex : crevaison).

Description de l'action

- **Contrôle technique** : lorsque qu'une personne se présente avec son vélo (ou utilisation du vélo « test » du stand), une révision du vélo est réalisée en présence d'un mécanicien cycle.
- **Réglages courants et réparations de base** : vérifier la taille du vélo, régler la hauteur de selle, puis, selon les moyens/besoins => démonter et remonter une roue/ changer les patins de freins/changer une chambre à air/réparer une crevaison.
- **Conseils** : sur les habits adaptés pour le confort et la sécurité (type de chaussures, lacets, pantalon...), sur l'équipement et les accessoires utiles, obligatoires ou non : casque, gilet rétro-réfléchissant, sacoches, pinces à vélo, gants...

Public visé

Tout public se déplaçant à vélo ou souhaitant se mettre au vélo. De 8 à 12 vélos contrôlés et réglés par heure sur la base de 2 animateurs.

Cibles

Pôle d'intermodalités (gare), espace public, parc d'habitat social, établissements scolaires et universitaires.

Nombre de personnes en charge de l'animation	- Minimum 2 animateurs expérimentés et compétents
Espace d'animation	- Espace couvert de 10 m2 minimum
Matériel nécessaire	<ul style="list-style-type: none"> - Au moins 2 vélos « test », pour les personnes sans vélo, - 2 pieds d'atelier vélo, pour effectuer certains réglages - Caisse à outils (liste transmise par la FUB) - Kits de réparation en cas de crevaison <p>Ressources :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fiche « contrôle technique » vélo - Fiche « Réparer une crevaison »
Supports de communication	<ul style="list-style-type: none"> - Kakémono ou drapeau pour la visibilité du stand à créer à partir des éléments graphiques fournis par la FUB - Guide du cycliste urbain FUB - Plaquettes du Programme Alvéole
Communication en amont	Coordination avec le bénéficiaire pour une communication efficace, affichage et/ou stand en pied d'immeuble en amont du lancement, opérations de porte à porte, faire du tractage etc.
Recommandations	Expliquer, montrer mais également faire faire par les cyclistes intéressés (gonfler un pneu, démonter et remettre la roue en place...), pour gagner en autonomie
Points de contrôle	<ul style="list-style-type: none"> - Equipements obligatoires : éclairages, catadioptres, avertisseur sonore (sonnette), freins avant et arrière (garde du frein, tension du câble, état des patins ou plaquettes) - Roues avant et arrière (roues bien attachées) - Pneus avant et arrière (état et gonflage) - Embouts de guidon et poignées - Serrage de la potence, du jeu de direction et de la fourche - Transmission : tester le passage des vitesses - Etat et la lubrification de la chaîne
Pour plus d'informations	- Consulter le wiklou, rubrique "ateliers mobiles" : http://wiklou.org/wiki/Atelier_mobile