

VA-BENE
CYCLES

FORMATIONS & ATELIERS CYCLES SUR-MESURE

BASÉE À LYON - INTERVENTIONS PARIS/AURA/PACA



POURQUOI LE VÉLO AU TRAVAIL ?

LE VÉLO, LEVIER DE BIEN-ÊTRE, PERFORMANCE ET COHÉSION

LES CHIFFRES PARLENT D'EUX-MÊMES :



+6 % de productivité chez les salarié-es actifs (Harvard, INSERM)



-30 % d'arrêts maladie avec une activité physique douce régulière (HERO)



Jusqu'à 1 200 € économisés/an/salarié en frais de transport (FUB)



67 % des salarié-es attendent une **entreprise engagée** (Harris Interactive)

ACCOMPAGNEMENT SUR-MESURE VA BENE

"DES SALARIÉ-ES PLUS MOTIVÉ-ES, UNE ENTREPRISE PLUS ATTRACTIVE."



Formations et ateliers vélo clés en main ou sur-mesure, animés sur site ou à distance, à l'heure du petit-déj ou du déjeuner, sur une matinée ou une journée.



Une approche humaine et professionnelle pour **renforcer la santé, l'autonomie et la convivialité dans vos équipes**.



Session de formation chez

JLL Lyon -

Thème : "Assurer le tempo"

Des salariés qui repartent

sereins et en sécurité.

FORMATIONS ET ATELIERS CLÉS EN MAIN

FORMATION À LA CARTE

FORMAT	DURÉE	PARTICIPANTS	TARIF INDICATIF	OBJECTIF
LA FRINGALE	1h	8 max	dès 200 €	atelier express, ambiance conviviale
IL GRUPETTO	½ journée ou plus	8 à 25	dès 450 €	formation ciblée, team building
ACCOMPAGNEMENT	sur mesure	variable	sur devis	politique et mobilité douce & suivi durable

MODULES PÉDAGOGIQUES



Tête dans le guidon : bien s'équiper, prévenir le vol



Assurer le tempo : repérer les risques, faire un contrôle sécurité



Rouler en cadence : entretenir son vélo (VAE inclus)



Coup de pompe : réagir à une panne ou un accident



Possibilité de création d'**ateliers sur mesure** et **auto-réparation**



**DES CONTENUS CONCRETS ET ACCESSIBLES À TOUS.TES,
MÊME SANS EXPÉRIENCE PRÉALABLE.**

DÉROULEMENTS ET LIVRABLES :

COMMENT ÇA MARCHE

AVEC 5 ÉTAPES :

1. Échange de cadrage RH/QVT
2. Envoi d'un kit de communication interne
3. Animation des ateliers
4. Transmission des supports & synthèse
5. Et après ? On reste à vos côtés : accompagnement sur la durée, suivi individualisé, et événements autour de la mobilité pour garder l'élan.



CE QUE VOUS RECEVEZ



Fiches pratiques & visuelles



QUIZ! Tutos vidéo, quiz, documentation imprimable



Rapport de fin d'intervention (participation, retours)



Conseils personnalisés pour vos salarié·es

SIMPLE À METTRE EN PLACE, EFFICACE POUR TOUTES LES ÉQUIPES



IMPACT ET ENGAGEMENT :

UN EXEMPLE CONCRET

 Des salariés ayant suivi la formation la tête dans le guidon qui passe à l'atelier pour apprendre à réparer eux mêmes et ne quittent plus leurs vélos.

IMPACT MESURABLE



Jusqu'à 240 g de CO₂ évités par km parcouru



36 kg/an pour un trajet domicile-travail de 3 km quotidien



88 % des salarié-es restent fidèles si le bien-être est valorisé (Malakoff Humanis)

POURQUOI CHOISIR VA BENE ?



Formatrice certifiée & mécanicienne cycles expérimentée



10 ans en entreprise : on parle le même langage



Kit de com clés en main



Méthodes pédagogiques actives et bienveillantes



Une hotline même après la formation pour les salariés
Un atelier de réparation ouvert à vos salariés avec des tarifs avantageux

ET MAINTENANT ?

Vous souhaitez enclencher une dynamique vélo dans votre entreprise ?

[Diagnostic mobilité douce gratuit de 30 minutes.](#)

 formation@vabenecycles.fr

 06.64.70.35.75

 www.vabenecycles.fr

 Lyon et Intervention Paris- Auvergne Rhône Alpes - PACA



Va Bene Cycles - Pour que chaque coup de pédale compte, au travail comme ailleurs.