KIT ORGANISER UN WEEK-END OU UN ÉVÈNEMENT ÉCOENGAGÉ AVEC UNE RESCOUTERIE

Ce kit permet d'organiser un week-end ou un événement écoengagé inscrit dans la conversion écologique, en respectant au maximum les critères du label REEVE écoengagé niveau 3 et d'avoir tous les éléments pour faire une ReScouterie et un ideathon.

SCOUTS GUIDES DE FRANCE

Sommaire

1 Les critères pour organiser un évènement éco engagé niveau 3 3

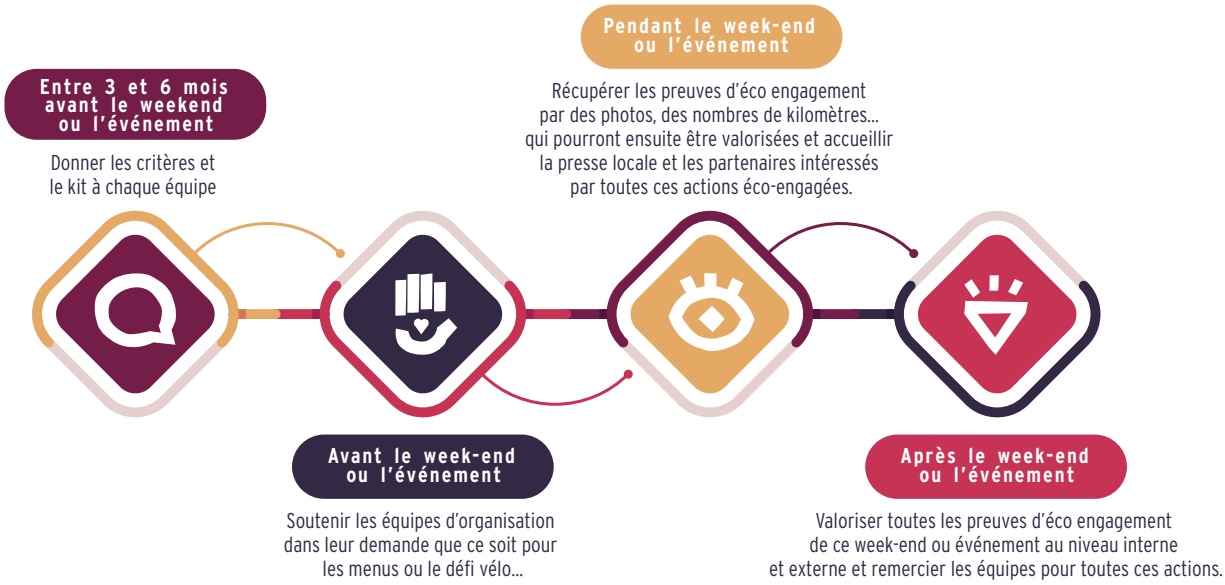
Fiche pratique « Les critères pour un événement éco engagé du label REEVE » 4
- Pour l'équipe alimentation 4
- Pour l'équipe transport 5
- Pour l'équipe déchets 6
- Pour l'équipe en charge du site 6
- Pour l'équipe programme : ressources et sobriété 7
- Pour l'équipe programme : un évènement pour tous et toutes 7
- Pour l'équipe programme : l'éco conception dans l'évènement 8

2 Organiser une arrivée écoengagée à l'événement 9

3 La rescouterie 11
1. Le bar : lieu d'échanges et de convivialité 11
2. L'atelier de réparation vélos 12
3. Réparer avec la couture 13
4. Entretenir & réparer le matériel 14
5. Améliorer le confort en camp, en faisant soi-même, à partir de matériaux recyclés ou locaux 15
6. Ateliers découverte et vie dans la nature 16

4 Organiser un ideathon pour trouver de nouvelles idées 18

Fiche pratique 1 « L'installation sur le vélo » 20
Fiche pratique 2 « Le diagnostic du vélo » 21
Fiche pratique 3 « Le matériel pour partir en randonnée et en toute sécurité » 23
Fiche pratique 4 « Les roues » 24



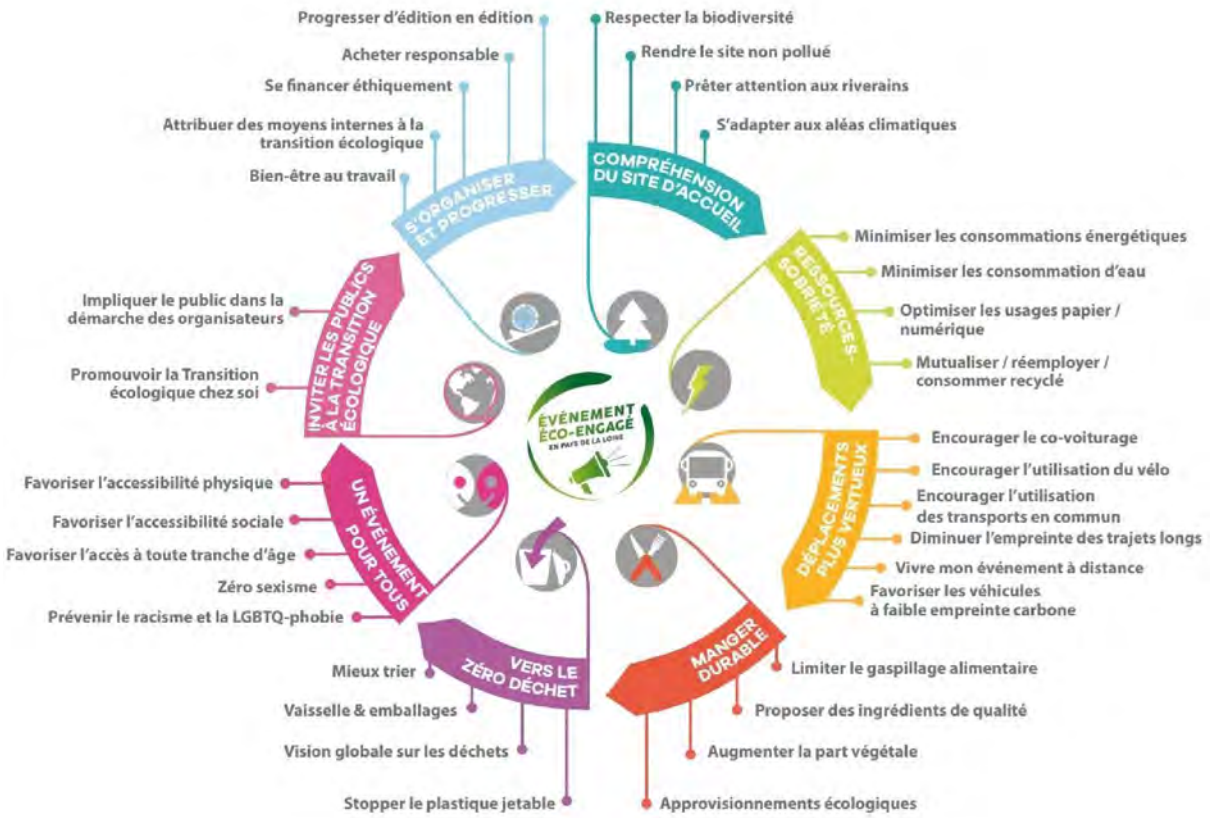
1 Les critères pour organiser un évènement éco engagé niveau 3

Les SGDF ont choisi en 2021 et 2022 de labelliser ses événements pour en faire des événements éco engagés répondant aux ambitions de la conversion écologique. Pour le label REEVE, les événements éco engagés intègrent les enjeux environnementaux et sociétaux dans son organisation et dans ses relations avec ses parties prenantes. Le référentiel du réseau REEVE a 8 enjeux fondamentaux pour « l'événement éco-engagé » (voir ci-dessous). L'application de ce référentiel peut être vérifiée via un processus d'évaluation, ce qui permet à un événement d'obtenir le label « événement éco-engagé » ce que les SGDF ont obtenu de niveau 2 pour l'AG 2021 et le niveau 3 pour les Journées nationales 2022.
L'évaluation extérieure est une reconnaissance, néanmoins pour les événements le principal est d'essayer d'atteindre les critères en équipe.
La partie "Les critères événement éco engagé » permet d'identifier en amont par commission ou équipe en charge les actions à mettre en œuvre.

Les moyens
Pour pouvoir soutenir toutes les commissions / équipes de façon transversale, il est préférable d'avoir une ou deux personnes pilotes avec une équipe chargée de la dimension conversion écologique.
Les personnes référentes peuvent prendre en charge ces domaines (certaines peuvent être directement dans les commissions) :

- Coordination de l'éco engagement dans tout l'événement
- Transport
- Alimentation
- Déchets
- Programme de l'événement y compris le décor
- Inclusion
- Rescouterie : café, couture, matériel, vélo
- Ideathon

LES ENJEUX POUR UN ÉVÉNEMENT ÉCO-ENGAGÉ



Les plus

Si les équipes connaissent dès le début les critères, elles peuvent les prendre en compte. Les critères permettent de mener des réflexions en équipe et de faire des choix qui peuvent parfois prendre plus de temps mais qui sont modélisant.

Fiche pratique

LES CRITÈRES POUR UN ÉVÉNEMENT ÉCO ENGAGÉ DU LABEL REEVE

POUR L'ÉQUIPE ALIMENTATION

Pour établir les menus

- ☐ Une majorité des menus proposés sont équilibrés d'un point de vue nutritionnel
- ☐ 100 % des produits nobles possèdent un label de qualité bio/label rouge/etc.
- ☐ Les plats sont faits maison et à base de produits frais.
- ☐ Les denrées consommées par l'organisation, les équipes et/ ou les artistes sont majoritairement d'origine locale / circuit court / saison / fermier comme le 5e
- ☐ Proposer majoritairement de la nourriture végétarienne (50 % comme voté dans la résolution en 2020)
- ☐ Les produits exotiques sont tous achetés par commerce équitable.

Formation

- ☐ Former les équipes restauration à la lutte contre le gaspillage alimentaire

À anticiper

- ☐ Avoir mis en place un système de redistribution/don des non consommés/invendus alimentaires.

Pour rappel la résolution "Tout est lié" votée en 2020 qui fixe les objectifs SGDF pour 2025
Conversion écologique - Alimentation

Sur l'alimentation

- **Réduire l'empreinte carbone des repas en proposant plus de repas végétariens et moins de repas à base de viande, avec un objectif de réduction en 2025 de 18 kg d'équivalent CO_2 par scout/guide et par an.**

Base alimentaire du repas	Végétarien	Poulet	Porc/Poisson	Bœuf
Répartition	50 %	29 %	15 %	6 %

- **Cuisiner avec des produits locaux et de saison, avec un objectif de réduction en 2025 de 4.66 kg d'équivalent CO_2 par scout/guide et par an.**

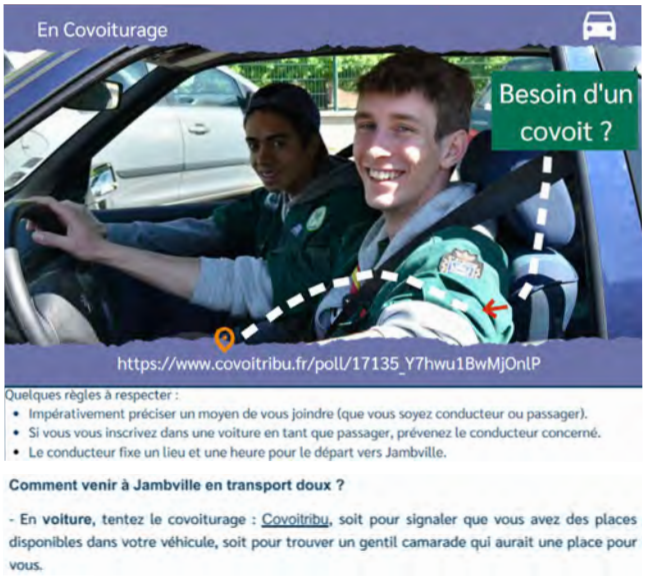
Produits des repas	Locaux et de saison	Autres
Répartition	73 %	27 %

LIEN VERS LE KIT CONVERSION ECOLOGIQUE :
• Alimentation

POUR L'ÉQUIPE TRANSPORT

Dès l'inscription

☐ Inciter le public à faire du covoiturage et lui proposer un outil pour ce faire comme la communication avec mise en place d'un covoitribu.



☐ Informer le public sur les accès aux pistes cyclables et les dispositifs mis en place sur l'événement. Un courriel spécifique est envoyé à tous les participants ayant indiqué venir en vélo.

☐ Proposer des bornes de recharges de voitures électriques et l'organiser pendant le week-end / événement

☐ Prévoir une enquête relative aux transports auprès du public (origine des visiteurs, moyen de transport utilisé...) pour la valoriser et mieux aiguiller

☐ La mesure des kms parcourus avions est connue et proposer systématiquement à ses participants aériens de compenser leurs émissions

Sur le chemin du week-end ou événement

☐ Mettre en place des fléchages spécifiques pour se rendre de la gare à l'événement.

☐ Mettre en place un système de navettes amenant le public sur le lieu de l'événement.

Sur le site prévoir

☐ Mettre en place des parkings vélos

☐ Faire un atelier de réparation des vélos

Proposer de participer en ligne

☐ Proposer une retransmission / enregistrement de mon événement en ligne

La résolution "Tout est lié" pour les activités votée en 2020 qui fixe les objectifs SGDF pour 2025
Conversion écologique - Sur les déplacements.

- **Pour les activités d'année, promouvoir les modes de transports alternatifs à la voiture individuelle pour les déplacements courts et de moyenne distance avec un objectif de réduction en 2025 de 9.77 kg d'équivalent CO_2 par scout/guide et par an.**

Mode de transport	À pied, à vélo	Covoiturage	Transport en commun	Voiture individuelle
Répartition	34 %	31 %	25 %	10 %

LIEN VERS LE KIT CONVERSION ECOLOGIQUE :
• Transport

POUR L'ÉQUIPE DÉCHETS

Utiliser des gamelles

- ☐ Zéro gobelet plastique jetable (PLA y compris), Zéro bouteille en plastique
- ☐ Tous les gobelets réutilisables sont consignés et non millesimés
- ☐ Remplacer la vaisselle jetable par de la vaisselle réutilisable ou compostable.
- ☐ Préférer les gamelles et les quarts. Ne pas utiliser de PLA (plastique "compostable").

Trier les déchets

- ☐ Trier les déchets dans les zones techniques en quadri-flux (ordures ménagères, emballages recyclables, biodéchets et verres)
- ☐ Proposer un tri des biodéchets, déchets recyclables et verre en zone publique
- ☐ Mettre en place une équipe responsable du bon fonctionnement et de l'animation des points de tri ou avoir un prestataire dédié, comme l'équipe des TriTouts permet de faciliter et de sensibiliser en animant les deux points de collecte des déchets, à proximité des intendances.
- ☐ Chacun des déchets est orienté vers la filière qui lui correspond, si elle existe sur le territoire. Prévoir y compris pour les mégots
- ☐ Recycler les piles et D3E. Prévoir une boîte

Evaluer les déchets et valoriser les données

- ☐ Faire une évaluation des quantités de déchets produits et valorisés

La résolution "Tout est lié" votée en 2020 qui fixe les objectifs SGDF pour 2025 - Déchets

Sur les déchets

- **Promouvoir un mode de vie zéro déchet en réduisant les emballages et les produits à usage unique, avec un objectif de réduction en 2025 de 0.71 kg d'équivalent CO_2 par scout/guide et par an.**

Type de déchets	Recyclables	Non-recyclables
Répartition	83 %	17 %

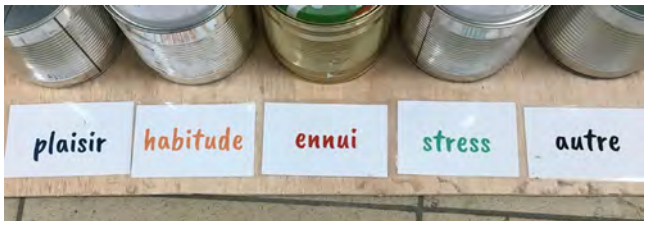
LIEN VERS LE KIT CONVERSION ECOLOGIQUE :

- Déchets

POUR L'ÉQUIPE EN CHARGE DU SITE

L'état du site

- ☐ Penser à limiter l'impact environnemental de mon événement sur le milieu naturel et à faire les aménagements en conséquence.
- ☐ Mettre par exemple les infrastructures lourdes dans les plaines, ce qui permet de préserver la forêt (espace boisé classé) en y installant que les tentes pour le couchage.
- ☐ Installer des dispositifs ludiques pour récupérer les chewing-gums et mégots. Exemple en photo les coins fumeurs avec des cendriers pédagogiques.
- ☐ S'assurer de la remise en état du lieu à l'issue de l'événement (il n'y a plus de déchets sur le site, pas d'aménagements en dur...). Faire un râteau à la fin de l'événement



Partenariat

- ☐ Réaliser un partenariat avec une association locale de préservation de la biodiversité. Profiter de l'événement pour mettre en place un partenariat avec la LPO local ou d'autres associations.

Son

- ☐ Limiter l'impact acoustique de mon événement (ne pas dépasser tant de décibels, notamment à partir d'une certaine heure)
- ☐ Mettre en place un horaire maximum des sonos. Si nécessaire, définir les horaires en concertation avec le voisinage.

Information aux riverains

- ☐ Prévoir une réunion d'information avec les riverains

Prévoir les aléas météo

- ☐ Prévoir une adaptation en cas de conditions météo défavorables
- ☐ Prévoir des adaptations en cas de pluie ou tempête

POUR L'ÉQUIPE PROGRAMME : RESSOURCES ET SOBRIÉTÉ

Les décors

- ☐ Avoir une scénographie issue du réemploi. Par exemple : pour les décors prendre des palettes et des cartons déjà utilisés

Les impressions

- ☐ Limiter et optimiser au maximum les impressions (recto/verso, peu d'encrage, formats standards, etc.)
- ☐ Utiliser des supports et moyens d'impressions éco-conçus par exemple impression des documents A3 et A4 en économie d'encre.

Signalétique

- ☐ Les supports de signalétique sont intemporels (signalétique sans date et pérenne), et stockables
- ☐ Supprimer les goodies et cadeaux remis aux participants (type carnet, stylo et autres supports de communication).

L'eau et les toilettes

- ☐ Mettre en place une démarche d'économie d'eau.
- ☐ Pas de toilettes chimique

Les sources énergétiques

- ☐ Minimiser l'usage de groupes électrogènes à énergie fossile exclusive
- ☐ Ne pas utiliser de groupe électrogène

POUR L'ÉQUIPE PROGRAMME : UN ÉVÉNEMENT POUR TOUS ET TOUTES

À l'abri de la maltraitance

- ☐ Dispositifs de prévention des comportements inappropriés déployés. Avoir un temps sur "À l'abri de la maltraitance" en amont ou pendant.

Accessibilité

- ☐ Nommer / former un référent accessibilité
- ☐ Vérifier / diagnostiquer l'accessibilité effective du site
- ☐ Mettre en place une tarification liée aux ressources.
- ☐ Une signalétique informe et sensibilise le public sur les dispositifs (tri, vélo, accessibilité...) mis en place

Diversité dans la prise de parole

- ☐ Une action significative de parité sur la scène / missions de représentation, par exemple : l'observatoire de la prise de parole peut être mis en place

Équipes diverses

- ☐ Illustrer par les faits de la diversité dans les équipes, invités et publics.

L'écoresponsabilité sur l'événemen

- ☐ Prévoir une animation sur les enjeux globaux du développement durable et leur compréhension.
- ☐ Prévoir une animation sur les solutions que le public peut mettre en place dans son quotidien
- ☐ Inviter le public à la transition écologique
- ☐ Une personnalité promeut l'éco responsabilité de l'événement
- ☐ L'événement rend public ses impacts environnementaux

Évaluation

- ☐ Proposer au public un moyen de me faire des propositions d'améliorations sur la démarche éco événement

POUR L'ÉQUIPE PROGRAMME : L'ÉCO CONCEPTION DANS L'ÉVÉNEMENT

S'intégrer dans une dynamique collective d'éco-conception

- ☐ Nommer un référent ou une référente développement durable

Bientraitance

- ☐ Organiser une action significative en faveur du bien-être des équipes (salariés / bénévoles/ stagiaires)
- ☐ Mesurer le bien-être des équipes (salariés / bénévoles/ stagiaires) à travers un ou plusieurs indicateurs pertinents

Valorisation de l'écoengagement de l'événement

- ☐ Réaliser et communiquer un bilan avec des critères environnementaux de la manifestation
- ☐ Définir une politique éco-événement avec des objectifs chiffrés

SCOUTS GUIDES DE FRANCE

POLITIQUE ÉCO-ÉVÉNEMENT

En accord avec la **résolution Tout est Lié** votée à l'assemblée générale 2020 et avec l'article n°7 de la loi des Scouts et Guides **"La guide, le scout aime et protège la création"**, les Journées nationales 2022 s'engage concrètement sur les points suivants

- Pour la réduction des déchets :
  - 100% des mégots récupérés et recyclés
  - 0 déchet visible par terre à l'issue de l'événement
  - 0 gobelet jetable et 0 bouteille en plastique
- Pour une consommation d'énergie responsable :
  - 0 groupe électrogène utilisé en tant que source principale d'énergie
- Pour des déplacements plus vertueux :
  - ½ des personnes qui viennent en voiture viennent en covoiturage
  - ½ des participants viennent en transports en communs (train, bus, navette)
- Pour une alimentation saine et respectueuse de la nature :
  - 80% des repas sont "bas carbone"
  - L'équivalent de 2 repas complets (entrée, plat et dessert) sont faits maisons
  - Au moins 50% des repas sont végétariens
- Pour l'égalité :
  - Au moins 40% du temps de paroles est occupé par des femmes et 40% par des hommes

Signature :

Pour Jambville, Martin Viennot — Pour l'équipe pilote, Astrinée Jacolin

sgdf.fr

Demande aux prestataires

- ☐ Intégrer des critères de développement durable dans le cahier des charges des prestataires
- ☐ Mes prestataires sont écoresponsables (prestaDD, etc.).

Innover

- ☐ Évolution du traditionnel "badge" du participant et participante vers un badge fabriqué par les participants utilisant du tissu récupéré ou apporté en ressourcerie et un kit de tampons. Par kit : 3 tampons sont réutilisables, 2 tampons sont spécifiques à l'évènement, le recyclage de ces tampons en fin d'évènement est prévu avec le fabricant.

FABRIQUE TON ÉCUSSON DU RASSEMBLEMENT !

1. **Découpe un morceau de tissu** de 6 x 6 cm (tu peux te servir du morceau de carton pour t'aider) avec l'aide des ciseaux cranteurs

2. Tu peux **choisir** parmi les 3 tampons suivants **l'engagement** qui te parle le plus : S'ENGAGER POUR LA NATURE · S'ENGAGER POUR LA JEUNESSE · S'ENGAGER POUR LE MONDE

Ajouter le nom du rassemblement : À L'UNISSON ! et les dates : JOURNÉES NATIONALES 16 - 18 AVRIL 2022

3. **Choisis les couleurs** que tu veux parmi les encreurs.

Pense à sécher le tampon sur un chiffon avant de l'utiliser s'il a servi dans un encreur d'une autre couleur.

4. **Tamponne !**

Suggestion de présentation :

Tu peux aussi libérer ta créativité et expérimenter d'autres compositions !

Attention, le tissu est limité donc évite le gaspillage ;-)

5. **Tu peux aller coudre ton écusson à la ReScouterie !**

Tu peux aussi directement tamponner ta chemise, ton tote bag, ton sac à gamelle... pour économiser du tissu !

2 Organiser une arrivée écoengagée à l'événement

Le transport représente généralement 50 % des émissions d'un événement. Cette rubrique reprend les critères du label événement éco engagé ci-dessus mais que pour la partie arrivée au week-end qui demande de la préparation et doit être anticiper 3 mois minimum avant. Dès l'annonce de l'événement, les participants et participantes doivent ainsi être encouragés à venir en covoiturage ou en mode actif (vélo et à pied), que ça soit par un défi à relever ensemble et aussi faciliter via des sites de covoiturage ou des bus organisés.

Petit plus : S'amuser en chemin

Rendre le chemin pour venir à l'évènement ludique peut être un argument pour opter pour un moyen de transport plutôt qu'un autre. Par exemple : regarder s'il y a des Géocaches sur le chemin, faire que les participants puissent se rejoindre sur le trajet, voir s'il y a des intérêts culturels sur le chemin, proposer des défis... Commencer l'imaginaire dans les transports permet à chacun et chacune de se mettre en route.

Une signalétique avec des matériaux recyclés est à prévoir pour accéder au lieu du rassemblement, depuis la gare la plus proche pour celles et ceux qui viennent en train. Utiliser des matériaux recyclés permet de ne pas créer de nouveaux déchets.

UN DÉFI VÉLO

Organiser un défi vélo sur un événement permet de :

1. Faire découvrir la randonnée à vélo, expérience qui peut faciliter l'organisation de camps à vélo ou de futurs trajets ;
2. Réduire l'impact des transports encourageant les mobilités actives (marche et vélo), éventuellement en complément des transports en commun ;
3. Faire une activité enthousiasmante pour venir à l'événement, permettant de faire se rencontrer différents groupes et commencer l'imaginaire.

Les points d'attention

- ☐ Prévoir un parking vélo, qu'il soit visible et sécurisé dans l'enceinte de l'événement et pas à l'extérieur pour éviter le vol ou la dégradation de vélos;
- ☐ Adapter la difficulté des étapes pour rendre la randonnée accessible au plus grand nombre, de l'ordre de 30-35 km (à adapter selon les âges). Si besoin prévoir en avance un lieu de campement pour une étape;
- ☐ Prévoir des équipements adaptés à une météo qui peut être défavorable;
- ☐ Prévoir quelques équipements pour les réparations les plus basiques (en particulier les crevaisons, avoir un multi-outils);
- ☐ Valoriser le nombre de kilomètres parcourus en mobilité active.

Les moyens à prévoir

Humain: au moins une personne dédiée à l'organisation du parcours, à partager si possible avec 1-2 personnes au moins en cas de problème; une personne dédiée au contact avec les participants;

Matériel: vélos, porte-bagages et sacoches; quelques outils de réparation; des habits de sport; matériel de camping et pour cuisiner selon le type de séjour prévu (voir la vidéo dédiée au matériel);

Financier: pour le trajet, les seules dépenses concernent la nourriture peuvent être prises en charge directement par les participants.

TUTO VELO:

- Le matériel de sécurité à vélo
- Réparer un pneu crevé
- Bien s'équiper pour pédaler

LE COVOITURAGE

Proposer un site de covoiturage au participant: CovoiTribu est un site de covoiturage, qui permet de mettre en place facilement toute la logistique liée au covoiturage avec les parents, notamment l'heure et le lieu de rendez-vous, chaque jeune dans chaque voiture, les conducteurs, etc.

Faciliter le transport en commun

Se renseigner sur les horaires des transports qui permettent d'accéder au lieu et les communiquer.

À pied

Proposer un itinéraire pour les personnes souhaitant venir à pied. L'itinéraire doit emprunter un minimum de tronçons voie rapide pour être agréable et sécurisé.
Le trajet à pied peut devenir une expérience en proposant des activités en chemin: Géocache, visite de lieux, jeux de piste, chemin spirituel, rencontre de locaux, ...

LIEN VERS LE KIT CONVERSION ECOLOGIQUE:

- Vélo
- Covoiturage
- Transport

3 La rescouterie

L'ORGANISATION GÉNÉRALE

La ReScouterie est un espace qui regroupe des ateliers techniques, des animations et un espace de convivialité, nous avons développé ici 5 lieux au sein de la ReScouterie..
Cet espace répond à deux objectifs :

Promouvoir et agir pour la conversion écologique

- Faciliter l'accueil par la récupération, la réparation et le don ou prêt de matériel de campisme ;
- Proposer des moyens concrets pour prolonger la durée de vie du matériel ;
- Faciliter l'usage de modes de transports actifs et doux.
- Découvrir et vivre avec la nature

Valoriser l'acquisition de compétences techniques

- Proposer des ateliers permettant l'acquisition de compétences techniques utiles dans la vie quotidienne ;
- Transmettre des bonnes pratiques pour la vie dans la nature ;
- Déconstruire les stéréotypes de genres concernant les compétences techniques, encourager la transmission intergénérationnelle et impliquer différents profils de bénévoles dans des activités éducatives (responsables matériel, parents ayant une compétence à transmettre...).

1. LE BAR : LIEU D'ÉCHANGES ET DE CONVIVIALITÉ

Cet espace est un lieu d'accueil chaleureux afin de présenter la conversion écologique et la ReScouterie, en particulier les différents ateliers, les interventions et les défis. La musique, les boissons proposées et les affichages permettent d'engager la conversation, d'échanger et aussi attendre. Un espace de détente permet de consommer les boissons et de poursuivre les échanges d'idées. Des animations peuvent être prévues, soit sous forme d'affichage (tableau d'échange de services, témoignages illustrés, mur des connexions...), soit d'ateliers (fresque de la biodiversité, fresque du climat, nappes tournantes, conférences, idéathon, scène libre d'expression...)

Les enjeux sont :

- Accueillir les participants et participantes et les informer sur la ReScouterie ;
- Présenter le programme et les différents ateliers proposés ;
- Expliquer les choix faits sur le rassemblement pour être éco engagé et valoriser les initiatives : défi vélo, les interventions, montrer ce qu'on peut faire avec peu de moyens (cocktails naturels) ;
- Provoquer la discussion et les échanges (de contacts, bonnes pratiques..) autour d'un rafraîchissement ;
- Proposer un cadre et une animation cohérents avec la démarche (décors et installations de récup et/ou réutilisables, approvisionnement local, de saison, attention portée à la gestion des déchets et au gaspillage alimentaire...).

Points positifs

- Le fait de proposer quelque chose à boire rend l'accueil plus convivial. Avec des noms de cocktails softs drôles et annonciateurs, cela attire comme RomarinGé. On parle plus facilement autour d'un verre !
- La musique, la buvette, la déco, les créations et affichages des défis et des interventions permettent d'entamer une discussion, de discuter autour de nos propositions.

Point d'attention

- Ne pas être le café du week-end ou de l'événement.. Prévoir plus de points d'approvisionnement d'eau, café, de pause pour les participants, pour permettre au bar de la reScouterie d'être plus un lieu d'échanges et de partages qu'un simple point d'eau.

Les moyens à prévoir

Matériel

- ☐ café/thé, bouilloire et cafetière ;
- ☐ citrons, herbes du potager, sirop... ;
- ☐ de l'eau ;
- ☐ des ecocup des visiteurs ;
- ☐ tableaux à craie ;
- ☐ des petites créations récup (carton, tissu,...) pour montrer l'ambiance et inciter à aller aux ateliers) ;
- ☐ un poste de musique ;
- ☐ décoration comme des guirlandes de fanions ;
- ☐ des sièges en mode recyclé (ex des sièges faits en palette, de nombreux tutos existent).

Humain

Prévoir 4 personnes en roulement : 2 au bar, 2 qui font visiter le lieu et qui accompagne les participants.

La formation à prévoir :

Connaître les différents ateliers et les interventions proposés ; avoir une vision globale de l'organisation et du lieu.

2. L'ATELIER DE RÉPARATION VÉLOS

L'atelier de réparation des vélos permet de favoriser la venue au rassemblement en vélo et est un critère dans le label événement éco-engagé REEVE niveau 3.

L'atelier de réparation des vélos permet à l'aide de plusieurs pieds d'ateliers et du matériel adéquat :

- ☐ d'avoir un lieu équipé pour les participants et participantes venues en vélo à l'arrivée et repartir en toute sécurité ;
- ☐ accompagner, si besoin, les participants dans leurs réparations ;
- ☐ sensibiliser aux mobilités actives ;
- ☐ former les participants à la réparation vélo à travers des ateliers thématiques ;
- ☐ d'animer des ateliers thématiques pour sensibiliser aux mobilités actives (vélo, marche à pied) et former à la réparation du vélo.

L'atelier de réparation vélos peut proposer :

- ☐ un diagnostic du vélo (voir la fiche pratique 2 page 20 et 21 du kit) ;
- ☐ des réparations simples : gonflage de pneus, changement de chambres à air, dévoilage de roues, réglages du jeu de direction, réglages du dérailleur avant et/ou arrière, réglages des freins, changement de câbles.

L'atelier de réparations vélo peut aussi proposer des ateliers thématiques participatifs et ludiques pour former les participants aux connaissances du vélo ou à la réparation, comme par exemple (voir les fiches pratiques à partir de la page 20) :

- ☐ savoir faire le diagnostic du vélo ;
- ☐ connaître le matériel pour partir en randonnée vélo en toute sécurité ;
- ☐ vérifier l'installation sur le vélo ;
- ☐ connaître la base sur les roues et savoir changer une chambre à air (ou autre élément spécifique de vélo comme le dérailleur avant et arrière, le jeu de direction... selon les besoins des participants lors de l'événement) ;
- ☐ échanger sur les enjeux du développement du vélo en France.

Les points d'attention

- être à l'écoute des besoins des participants et adapter, si possible, les ateliers thématiques ;
- avoir un espace en extérieur ou couvert assez grand pour permettre la venue des participants avec leurs vélos, l'installation des pieds d'atelier et du matériel ainsi que de pouvoir accueillir pour les ateliers thématiques ;
- limiter le nombre de places pour les ateliers thématiques afin de favoriser la participation et que chacun puisse utiliser les outils. Par exemple : 1 responsable de l'atelier avec 5 participants et participantes.

Les moyens à prévoir

Humain : au moins deux personnes pour pouvoir se relayer pendant l'événement. Il est aussi possible de faire appel à une association locale d'auto-réparations vélos. Ainsi, des bénévoles de l'association peuvent intervenir directement sur l'événement et prendre avec eux du matériel.

Matériel : adapter le matériel selon les réparations que l'on souhaite réaliser sur place.

Voici une proposition de matériels : pieds d'atelier, pompe, coupe câble, grosse clé à molette, clés plates, clés allen, clé à rayon, pied de dévoilage, dérive chaine, attaches rapides, tournevis cruciformes, tournevis plats, WD 40, nettoyant frein, graisse, démontes pneus, chambres à air (de dimensions

variées et de valves différentes), rustines, freins de remplacements (V-Brake, Caliper), câbles de freins, câbles de dérailleurs, embouts de gaines, férules, bâche (notamment si l'atelier est en extérieur pour poser les pieds d'atelier et retrouver plus facilement les pièces qui tomberaient !).

Il est aussi possible de mettre des affiches (en nombre limité pour ne pas trop imprimer) pour décorer l'atelier de réparations vélos comme : la composition d'un vélo et les différentes étapes pour le diagnostic d'un vélo (voir documents en annexe).

Formation

La formation à prévoir : avoir dans l'équipe des personnes qui savent réaliser les réparations de base. Il est aussi intéressant d'avoir au moins une personne formée, par exemple avec le diplôme "opérateur ou opératrice cycle" ou "mécanicien ou mécanicienne vélo".

3. RÉPARER AVEC LA COUTURE

Lieu convivial où les participants et participantes viennent apprendre les bases de la couture à la main et l'utilisation de la machine à coudre pour réparer du matériel (toile de tente par exemple), apprendre à coudre ses insignes mais aussi fabriquer des objets simples avec des tissus de récupérations : sac de tentes, sac à piquets , sac à gamelles...
Il faut un lieu couvert en cas de pluie et pour la poussière, avec un plancher plat de préférence pour les tables et les pieds de machines à coudre. Il faut de l'espace pour poser d'un côté les tissus et le petit matériel de couture (que ce soit facilement accessible et trouvable) et de l'autre les machines (pas plus de deux machines à coudre par grande table pour avoir de l'espace pour être à côté des participants , les aider et les guider sur les machines à coudre).
Les participants et participantes peuvent venir avec leur tissu et les groupes avec leur matériel à réparer.

Les enjeux

- permettre à chacun et chacune quel que soit son niveau d'apprendre une technique de couture : que ce soit recoudre un bouton, coudre ses insignes, réparer sa chemise déchirée ou alors partir sur la confection d'objets recyclés.
- montrer que la couture est pour tout le monde : petit et grand, filles ou garçons.
- que les gens puissent ensuite transmettre ce qu'ils ont appris.
- repartir avec quelque chose fait soi-même.
- On ne fait pas à la place mais avec ou à côté. Les gens ne viennent pas pour faire réparer mais apprendre à le faire.

Pour organiser l'espace pendant l'événement

- ☐ prévoir des plages horaires surtout si ce sont des ateliers avec des enfants ou des jeunes. Prévoir au minimum 30 minutes pour que les participants prennent le temps de s'installer, d'apprendre à utiliser la machine et faire leur réparation ou leur création.
- ☐ limiter le nombre de personnes en fonction du nombre de machines et d'intervenants.
- ☐ délimiter l'espace et le lieu où doivent arriver les participants pour pouvoir limiter le nombre de personnes à l'entrée et discuter avec les gens pour savoir quels sont les besoins et leurs envies pour pouvoir les orienter ensuite. Il faut éviter que les gens arrivent de partout et s'installent à une machine comme si c'était un self service. Pour cela , il faut prévoir une seule entrée

Afin d'anticiper l'affluence, il faut prévoir

- ☐ des patrons en cartons pour permettre aux participants d'être plus rapides.
- ☐ Éventuellement des morceaux déjà découpés.
- ☐ Organiser l'équipe pour que chacun gère un type d'atelier.
- ☐ prévoir des modèles pour montrer l'objet fini.

Les plus

Pour le lieu : prévoir deux parties ; une partie réparation : tente, sac, chemises ... et une partie création par recyclage d'objets utiles pour le camp ou le quotidien.

Les points d'attention

Il faut anticiper le matériel pour avoir assez pour chaque participant.
Prévoir des pauses pour l'équipe
Les machines sont fragiles, attention à la poussière, aux feuilles mortes qui peuvent venir s'infiltrer.
Penser à faire des pauses pour ne pas surchauffer les machines.

Voilà quelques idées d'ateliers et d'objets avec lesquels les participants peuvent repartir. Attention il n'est pas possible de tout faire faire, il faut choisir de soit faire un atelier spécifique sur un objet , soit proposer en parallèle maximum 3 objets pas plus (ce qui permet d'anticiper le matériel, les découpes...). Le choix va se faire en fonction du matériel récupéré, des envies et des compétences des organisateurs de l'atelier.

Commun pour tous

- Couture à la main : apprendre à coudre un bouton ou un insigne.

Pour les plus jeunes

- Customisation d'un top bag fabriqué avec un vieux t-shirt avec des rubans, des boutons ...
- Chouchou
- Pompon en laine
- Fabrique une marionnette avec des chaussettes dépareillées.
- Poupée en chiffon à personnalisé

Pour tous

- Sac à gamelle ou Sac à linge sale (avec des vieux morceaux de tissu en coton)
- Paraqua (avec du tissu imperméable ou des sac cabas)
- Panière
- Pochette brosse à dent

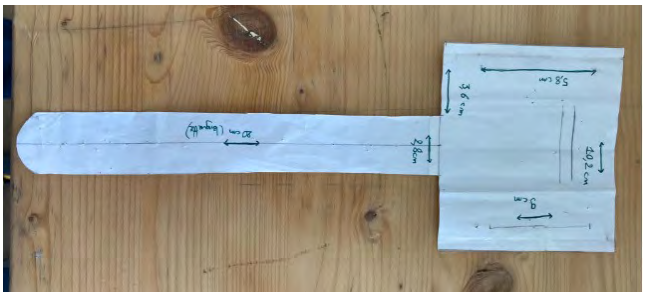
- Housse de téléphone portable avec une poche arrière de jeans
- Essuie main pour le coin équipe
- Carré démaquillant
- Pochette pour ranger les masques par exemple
- Sac à piquet / sac à tapis de sol / sac de tente (dans des vieilles toiles de tentes ou des jambes de jeans)
- Tote-bag avec un vieux t-shirt
- Housse d'opinel pour la ceinture (énorme succès, une seule couture à faire)
- Pochette en tissu éponge pour mon savon solide
- Cabine de douche avec des vieilles toiles de tente.

Point d'attention
Quelque soit l'âge, des farfadets à l'âge adulte , tout le monde peut utiliser une machine à coudre en étant aidé. Il faut prendre en compte les envies des participants, et leur niveau.

Les moyens à prévoir
Humain. Il faut prévoir (cela peut tourner)
- une personne par machine à coudre,
- une personne pour l'accueil qui temporise le nombre de personnes, qui aide les participants à choisir ce qu'ils veulent faire et expliquer aussi la démarche de l'atelier couture.
- une personne sur la couture à la main.

Pour l'atelier étui à opinel : prévoir une personne pour la partie découpe et pose des boutons pression et une machine à coudre dédiée avec une personne accompagnante. Pour cet atelier, le tissu type faux cuir ou même toile cirée doit être découpé à l'avance à partir du patron pour gagner du temps. Les boutons pressions peuvent aussi être triés à l'avance pour faciliter le choix et la pose.

Matériel : tables et chaises, rallonges et multiprises pour les machines. Des machines à coudre. Du petit matériel de couture : laine, boutons, ruban, élastique, tissus variés (coton, imperméable/ toile cirée, faux cuir...), fils (blancs, noirs et quelques couleurs), aiguilles de machines à coudre pour jeans, aiguilles à main, plusieurs paires de ciseaux de couture, mètre rubans ou règles, stylos frictions qui s'effacent au fer pour écrire sur le tissu, boutons pression et pinces pour les poser, épingles. Prévoir des boites pour poser le petit matériel, du carton ou du polystyrène à côté de chaque machine pour planter les épingles. Prévoir quelques canettes de fils supplémentaires (attention les canettes ne sont pas compatibles avec toutes les machines).


patron pour l'étui à opinel

Financier
La majorité du matériel peut être prêté ou donné : machine, ciseaux , épingles....

L'objectif est de n'acheter aucun tissu neuf, mais si besoin, du tissu pouvant être réutilisé se trouve pour des prix très compétitifs dans les ressourceries, au Secours populaire ou chez Emmaüs. Il est aussi possible de récupérer de vieilles toiles de tentes pour faire les réparations ou fabriquer des sacs de tentes ou des sacs à piquets. Les participants peuvent venir avec des vieux tissus ou vêtements non utilisés, trop petits ou abîmés pour les recycler. Attention à ne pas se retrouver avec trop de tissus à la fin. Il faut être précis au départ sur ce qui est demandé d'apporter aux participants.

Ce qui finalement peut être acheté c'est du fil, des aiguilles de machines en plus "type jeans" (mais qui peuvent resservir).

La formation à prévoir
Les organisateurs doivent savoir utiliser une machine à coudre et être capable d'expliquer à d'autres. D'autres personnes peuvent venir donner un coup de main sans forcément de compétences, par exemple sur la partie pose des boutons pression pour l'étui à opinel (il suffit d'expliquer avant). Pas besoin d'être un expert ou une experte. Il est intéressant d'avoir dans l'équipe quand même une ou deux personnes qui savent gérer les problèmes techniques des machines ou des réparations un peu plus techniques. Votre atelier est à organiser en fonction des compétences que vous avez.

4. ENTRETENIR & RÉPARER LE MATÉRIEL

Description de l'organisation
Mise en place d'un atelier où l'on répare, mais surtout on apprend à réparer et entretenir son matériel de campisme, voire plus large :
- affûtage : couteaux, hachettes, planes, serpettes, croissants...
- emmanchage (haches, hachettes)
- avoyage de scies
- protections : tubes pour scies, hachettes, planes, serpes

Les enjeux
Pour avoir du bon matériel, il est nécessaire de bien l'entretenir. Entretenir est le meilleur moyen de prolonger la vie d'un objet, d'éviter de le racheter, d'autant que les éléments d'entretien ou de stockage sont infiniment moins chers, voire participent du recyclage. Cet entretien implique souvent de menues réparations (refixer un manche, remettre un rivet...). Il convient ici d'apprendre à faire ces réparations, afin de les dupliquer en groupe et/ou en unité.

Il est également nécessaire de bien le stocker et le transporter, car le matériel de camp passe plus de temps au local que sur les lieux de campisme.

Un point important de l'atelier est aussi de savoir créer des protections pour les endroits fragiles et dangereux que sont les tranchants des outils, surtout quand on vient de les améliorer.

Les points d'attention
Pour faire de bonnes démonstrations, de bons apprentissages par le geste, il est nécessaire d'avoir du matériel abîmé. Le mieux est d'avoir du matériel à restaurer. L'apprentissage de l'aiguisage sur son couteau personnel est le plus facile à réaliser.

Les moyens à prévoir
Humain : des gens qui savent faire et qui savent transmettre ;

Matériel : établis ou tables bien fixes, pinces, tournevis ou ciseau à froid, pierre à aiguiser, de nombreux couteaux perso étant en inox, il faut aussi des affûteurs à rouleaux. Pour les protections : chutes de gaines ICT, de tuyau (arrosage), de tubes PVC (genre IRL), de tasseaux ;

Financier : de nombreux matériels pouvant être prêtés ; pour les protections, s'appuyer sur des chutes provenant de chantiers (demander aux bricoleurs, ou à des pros, de garder des chutes) ; garder les tuyaux d'arrosage abîmés, si 25 m ne sont plus utilisables, des bouts de 30 cm peuvent l'être.

La formation à prévoir
montrer le geste, faire faire le geste, expliquer, notamment ce qui se passe et qu'on ne voit pas (notamment les risques si on fait mal).
Insister sur les points d'attention comme la sécurité : les outils sur lesquels on travaille sont dangereux, à nous de maîtriser le risque.

5. AMÉLIORER LE CONFORT EN CAMP, EN FAISANT SOI-MÊME, À PARTIR DE MATÉRIAUX RECYCLÉS OU LOCAUX

Description de l'organisation
Atelier pour apprendre des techniques servant à fabriquer des objets pour améliorer la vie de camp.
L'atelier peut avoir de nombreux modules adaptés à l'âge et au savoir-faire des visiteurs apprentis :
- une simple croix en brelage à emporter ;
- un maillet qui apprend à scier, écorcer et faire un trou à la tarière ;
- des assemblages de bois, plus ou moins complexes, en démonstration, ou en apprentissage encadré ;
- pour les réalisations plus complexes, abouties, une exposition d'objets finis, avec les explications pour le montage, complète l'atelier et donne des idées, un horizon pour toujours progresser.

Les enjeux
- l'apprentissage ou le perfectionnement à faire un geste technique ;
- le possibilité de le transmettre et de le réutiliser ;

Les moyens à prévoir
Humain : des gens qui savent faire et qui savent transmettre ;

Matériel : quelques outils de base (tarières ou vilebrequins, scies, planes, ciseaux et maillets) et les matériaux autres que le bois. Pour celui-ci, des branches trouvées sur site suffisent et montrent combien il est facile d'utiliser une ressource locale. Des réalisations finies, apportées de leur lieu d'origine, ou réalisées sur place auparavant, servent d'illustration. Des fiches explicatives (distribuées ou à télécharger) permettent d'emporter la "recette", moins encombrante que l'objet lui-même ; des fiches plastifiées peuvent rester sur place.

Financier : un peu de ficelle ; accès à un site de téléchargement.

La formation à prévoir
gestes élémentaires : montrer, faire avec, corriger, aider… Comment tenir l'outil pour l'utiliser efficacement et sans danger

Les points d'attention
gérer les flux aléatoires de visiteurs fait répéter souvent la même chose

Les plus

Faire une exposition : l'histoire de chaque objet permet de les "mettre en vie".

6. ATELIERS DÉCOUVERTE ET VIE DANS LA NATURE

Description de l'organisation

Organisation sous format d'un écovillage regroupant un ensemble de propositions inspirantes pour les activités de scoutisme en pleine nature ou pour la vie quotidienne de chacun. Le système de village permet de partir des contraintes du quotidien (hébergement, se nourrir…) et des systèmes d'organisation collective pour proposer de nouveaux modèles mieux connectés au vivant.

Enjeux :

- Découverte de techniques de vie dans la nature, respectueuses de celle-ci ;
- Développement d'un lien affectif avec la nature ;
- Développement de la créativité et de l'ingéniosité à réaliser avec ses mains des outils low-tech et/ou à partir du vivant ;
- Par l'imaginaire du village, mettre en évidence le lien avec les actions du quotidien.

Quelques idées d'atelier :

- Abris forestiers/Bivouac : proposer des modèles de constructions éphémères dont l'emprise sur la nature est réduite ou proposant une expérience immersive dans l'environnement naturel. Les techniques de bivouac sont illustrées par des hamacs et tarps tendus entre les arbres. Les hamacs peuvent être confectionnés à partir de matériaux de récupération (en doublant le tissu) : toiles de montgolfière, toiles de jute de sac de café, cordes rebutées de club d'escalade ou d'entreprise de travaux en hauteur…

- Bushcraft/Bois : connaissance des outils et leur utilisation. Il peut être proposé aux participants de construire un petit ustensile en bois : le plus simple est de réaliser une cuillère en bois. Moyens nécessaires : préférez du bois de bouleau (dont l'écorce pourra également être utilisée pour des allume-feux), couteau croche pour la sculpture du bois.

- Bushcraft/Feux : techniques d'allumage de feux sans briquet/allumettes. Différentes techniques peuvent être proposées : des plus simples aux plus compliquées. Le plus simple est de proposer l'essai de pierres à feux (fire steel). Moyens nécessaires : fire steel, paille séchée, amadou, feather sticks, écorce de bouleau…

- Créer son savon : sur le temps imparti et pour des questions de sécurité (produits et précautions à prendre : activité non recommandée pour des jeunes de moins de 14 ans), on peut se limiter à la coloration et au parfumage des savons. Moyens nécessaires : base savon d'origine végétale, colorants minéraux ou végétaux, extraits alimentaires pour les parfums (fleur d'oranger, vanille, citron…).

- Vannerie : il est possible de proposer aux participants de réaliser de petits objets (comme une corbeille) ou de plus simplement découvrir la technique en réalisant des formes décoratives.

- Hutte en osier : si le lieu est prêt à accueillir une installation permanente, il peut être proposé de réaliser une installation vivante en osier. La plantation et le tressage réalisés par les participants deviendra dans quelques mois une hutte arborée.

Conseils de réalisation :
- À réception des brins d'osier, les faire tremper dans 15 cm d'eau
- Ne sortez les brins de l'eau qu'au dernier moment pour éviter le dessèchement de la base des brins.
- N'attendez pas que les brins fassent des feuilles et des racines, si les radicelles présentes se cassent lors de l'enfoncement des boutures, ce n'est pas grave, d'autres repousseront rapidement.
- Après la plantation, n'oubliez pas d'arroser très généreusement (même s'il pleut ou va pleuvoir !), afin de favoriser le contact terre/boutures.

Moyens (pour une hutte de 3 m de diamètre au sol) : 140 brins de 2 m40, sécateurs, raffia pour le tressage, plantoir

- Rocket stove : réalisation de réchauds à bois à partir de boîtes de conserve. Ce système permet d'améliorer l'efficacité énergétique par rapport à des feux ouverts et donc de limiter la consommation de bois.

4 Organiser un ideathon pour trouver de nouvelles idées

Un idéathon est un grand marathon d'idées qui peut se faire avec des participants et participantes de tout âge pouvant durer de 1 h30 à une journée.
L'objectif est d'échanger sur un sujet en groupe et en petite équipe avec des experts d'un sujet choisi et de développer de nouvelles idées et solutions, apportant des réponses concrètes aux préoccupations. Dans un premier temps, les participants rencontrent des experts du sujet puis les idées se développent en équipe.

Pour organiser un idéathon, il faut :
- trouver les experts et les expertes du sujet choisi ;
- informer les potentiels participants et participantes ;
- préparer des supports pour faciliter la réflexion individuelle et en équipe ;
- identifier un ou une facilitatrice pour l'idéathon et des modérateurs et modératrices pour chaque table.

Le déroulé de l'ideathon :
1. Installation des participants et participantes par table de 8 personnes maximum devant un document qui facilite le déroulé ;

2. Présentation du déroulé de l'ideathon et de la problématique par la facilitatrice ou le facilitateur ainsi que chaque expert et experte et du pourquoi ils ont été appelés pour témoigner et répondre à leur question ;

3. Un ou une experte est présent à chaque table et les participants peuvent leur poser autant de questions qu'il ou elle le souhaite pour répondre à la problématique ou éclaircir des points. Les modérateurs et modératrices permettent de faciliter ces échanges. Pour chaque table il faut prévoir à minima 15 minutes par expert et experte. Si vous avez 5 experts il vous faudra donc prévoir 1 h sur cette étape. La ou le facilitateur s'occupe de gérer le temps pour le respecter. Ce sera toujours trop court, limiter le temps permet d'oser poser les questions même si vous ne connaissez pas les autres personnes.

4. Après avoir remercié les experts et expertes, la ou le facilitateur passe à la 3 ème étape qui est en groupe d'échanger premièrement sur ce qui les a marqué et ensuite rassembler leurs idées pour mettre en avant leurs trouvailles. La ou le modérateur reste à chaque table pour faciliter les échanges.

5. La dernière étape est de remonter ces idées via un document par équipe et aussi à l'oral à l'ensemble du groupe.

6. Si vous avez assez de temps, il est intéressant de faire voter les participants et participantes sur les idées à mettre en place à court, moyen et long terme.

Un ideathon peut être organisé pour tout public, la diversité des participants dans les équipes permet de faire émerger encore plus d'idées.

Moyen humain
- un facilitateur ou une facilitatrice ;
- un modérateur ou une modératrice par table ;
- des experts et expertes choisies pour leurs compétences ou leurs capacités à répondre à la problématique.

Matériel
- préparer en amont les tables où les participants et participantes pourront s'assoir en face de leur document ;
- Document support par personne pour pouvoir écrire les idées et le document de retour par équipe.

Exemple
Un exemple d'un ideathon vécu lors des Journées nationales 2022. Un des points du Plan d'orientation 2022-2028 a été choisi pour réfléchir dessus et faire émerger des idées à réaliser et d'identifier des leviers : « Agissons face à l'urgence climatique et à la chute de la biodiversité en intégrant ces nouvelles contraintes comme leviers de créativité dans nos activités ».

Public : tous les cadres du mouvement et les jeunes de 16 ans et + dispo et qui veulent.

- de 14 h à 16 h à l'extérieur près du bar de la ReScouterie

Inscription en amont, ouvert pour 40 personnes (les groupes de 5 personnes sont préfaits en avance par les orgas et modérés pendant le temps)

Déroulé :

- 14 h -14 h15 : présentation du déroulé : trouver des leviers de créativités dans les activités SGDF avec les contraintes liées à l'urgence climatique et la chute de la biodiversité et méthodologie : un support est donné à chaque personne pour faciliter les questions et la prise de note. Présentation des experts et des expertes : un climatologue, un océanographe pour la biodiversité, des acteurs et actrices locales, des membres engagés des SGDF...

- 14 h15 - 15 h : rencontre en petits groupes des expert·e·s, ils ont entre 10 et 15 min par expert·e·s pour poser toutes leurs questions à l'aide du support

- 15 h - 15 h45 : échange en petit groupe pour identifier grâce à l'analyse des deux arbres les leviers de créativité dans les activités et les expliquer

- 15 h45 - 16 h : retour d'une idée pour chaque groupe et affichage de l'expo et les personnes peuvent commenter. L'expo se fera soit sur des branches soit à l'aide d'affiches à 0 recyclée

Kit rédigé par la commission Conversion écologique des Journées nationales 2022 coordonné par Élise Drouet avec le soutien d'Amaury Fromenty et Claire Varnoux.

Ont contribué : Astinée Jacolin, Jean Roman, Anaïs Mayet, Céline Mathieu, Manon Bigo, Aurélien Bigo, Élise Wilhem, Pierre Guyot, Boris Briantais, Véra Darakdjian, Benoît Tardy, Matthieu Sarrat, Camille Monti Lalaubie, Arnaud Pierrard, Agnès Pierrard, Marc Gacquière, Isabelle Loyat, Eric Busquet, Roseline Bardier, Anouk Magne, Marie Ramis, Damien Ramis, Laurent Thannberger, Sylvain Rosset, Aymeric Monnet, Prune Gallezot, Lazare Olivry, Vincent Loyat, Élise Drouet, Amaury Fromenty, Claire Varnoux.

Photos : ©DR SGDF - Mise en pages : Marylène Gaudy / Studio graphique SGDF / 11-2022

sgdf.fr

Scouts et Guides de France
Immeuble Le Baudran Bâtiment D
21-37 rue de Stalingrad
CS 50520 - 94741 Arcueil Cedex
Tél : 01 44 52 37 37

SCOUTS GUIDES DE FRANCE

L'INSTALLATION SUR LE VÉLO

Savoir régler son vélo pour être bien installé et bien pédaler : la selle, le guidon, la ligne de chaîne (quelle vitesse, quel plateau pour quel type de parcours).

Durée : 45 minutes
Matériel pour 10 personnes :
- 3 vélos
- 3 multitool ou jeux de clés allen

Prérequis :
Un animateur ou une animatrice doit savoir régler le vélo (selle, guidon), expliquer la ligne de chaîne.

DÉROULÉ :

En amont :
- préparer un vélo avec le matériel bien installé (selle à la bonne hauteur pour l'animateur ou l'animatrice, cintre bien réglé pour l'animateur ou l'animatrice)
- préparer deux vélo avec le matériel mal installé (selle basse ou trop haute, cintre trop haut ou trop bas)

Théorie :
- demander aux participants ce qu'il faut bien régler pour être bien installé sur un vélo
- expliquer comment régler la selle et le cintre selon la taille du cycliste et selon la position que le cycliste souhaite avoir sur le vélo

Pratique :
- savoir régler la selle
- savoir régler le cintre

Théorie :
- demander aux participants où est-ce qu'ils situent les plateaux, les vitesses sur les dérailleurs et sur le cintre
- présenter le petit pignon, le grand pignon, le petit plateau, le grand plateau
- indiquer qu'il peut y avoir des vélos avec 3 plateaux, 2 plateaux ou un seul plateau (mono plateau)
- demander aux participants comment ils utilisent les vitesses et plateaux
- quand ils sont en descente
- quand ils sont sur du plat
- quand ils sont en montée

Pratique :
- faire pratiquer les participants pour qu'ils apprennent à changer les vitesses et plateaux, selon le profil de la route (montée, descente, plat)

Temps de questions/réponses

LE DIAGNOSTIC DU VÉLO

Savoir faire un diagnostic du vélo pour s'assurer qu'il est prêt pour partir tranquillement en balade/déplacement.

Durée : 45 minutes
Matériel pour 10 personnes :
- 4 vélos
- 4 multitool ou jeux de clés allen
- 1 pompe à vélo
- Fiche "diagnostic du vélo" (voir en 2e page)

Prérequis :
Un animateur ou une animatrice doit savoir faire un diagnostic du vélo. Préparer en amont des vélos mal réglé.

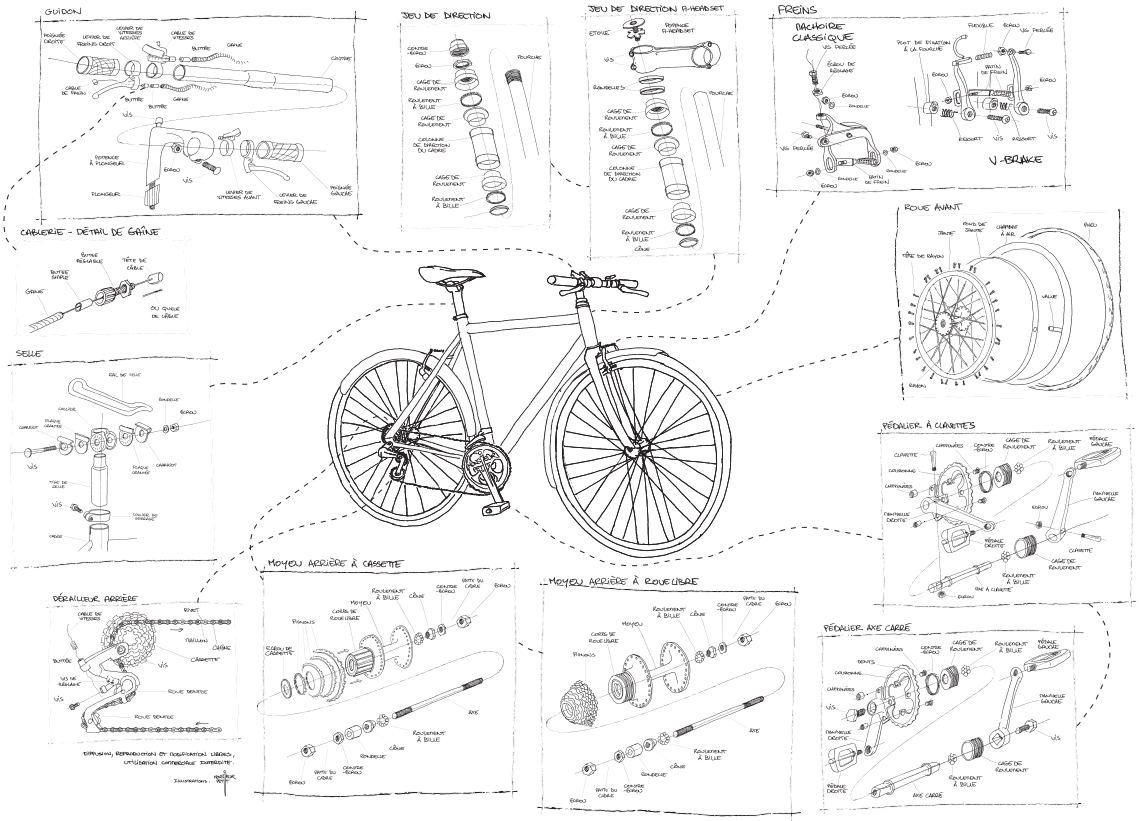
DÉROULÉ :

En amont :
- préparer les vélos en les réglant mal : desserrer la vis de la selle, de la potence, avoir un pneu dégonflé...etc.
- imprimer ou projeter la fiche "diagnostic vélo"

Théorie :
- voir si les participants connaissent le vocabulaire autour du vélo :
  - leur demander à l'oral ce qu'ils reconnaissent sur le vélo
  - leur proposer des papiers avec du vocabulaire et proposer de le placer au bon endroit sur un vélo
- demander aux participants ce qu'il faut vérifier sur un vélo afin de partir en balade/déplacement, selon eux
- présenter les différents éléments : s'appuyer sur la fiche "diagnostic du vélo"
- présenter les outils nécessaires pour les réglages : le multi-tool est l'outil de base + pompe à vélo

Pratique :
- par groupe de 2 ou 3, chaque groupe reçoit un vélo.
- chaque vélo a un mauvais réglage.
- chaque groupe doit faire le diagnostic du vélo et faire le réglage nécessaire.

Temps de questions/réponses
Ressources supplémentaires : Monsieur Petit



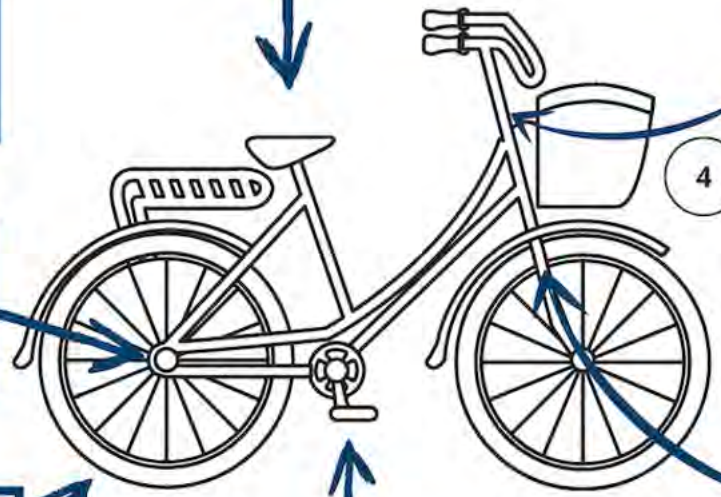
Le diagnostic du vélo : 7 contrôles de sécurité et 2 contrôles de fonctionnement

1 Le cadre
- ☐ Vérification des fissures, chocs

2 Assise du cycliste :
- ☐ Serrage tige de selle au cadre
- ☐ Positionnement de la selle

3 La roue avant :
- ☐ Pneu (usure, trou)
- ☐ Chambre à air (trouée)
- ☐ Rayonnage (voile, tension des rayons)
- ☐ Moyeu/Axe (jeu)

9 Le dérailleur avant
- ☐ Serrage dérailleur/cadre
- ☐ Fonctionnement du dérailleur
- ☐ Vérification des vis de butée



4 La direction du vélo
- ☐ Vérification des accessoires (lumières)
- ☐ Serrage et position cintre et potence
- ☐ Serrage potence et pivot de fourche
- ☐ Serrage, position des leviers de frein et manettes de vitesses

8 Le dérailleur arrière
- ☐ Serrage dérailleur/cadre
- ☐ Fonctionnement du dérailleur
- ☐ Vérification des vis de butée

7 La roue arrière
- ☐ Pneu (usure, trou)
- ☐ Chambre à air (trouée)
- ☐ Rayonnage (voile, tension des rayons)
- ☐ Moyeu/Axe (jeu)

6 Le pédalier
- ☐ Serrage des pédales et manivelles
- ☐ Serrage des plateaux

5 Les freins avant et arrière
- ☐ Fonctionnement des deux freins
- ☐ Serrage des étriers
- ☐ Serrage et état des patins ou disques

SCOUTS GUIDES DE FRANCE

LE MATÉRIEL POUR PARTIR EN RANDONNÉE ET EN TOUTE SÉCURITÉ

Connaître le matériel obligatoire et recommandé pour partir dans de bonnes conditions en balade/déplacement.

Durée : 45 minutes
Matériel pour 10 personnes :
- 3 vélos
- sacoches, porte bagage, lumières avant et arrière, sonnette, casque, gilet fluorescent, deux systèmes de freins Z et fonctionnels

Prérequis :
Un animateur ou une animatrice doit savoir faire un diagnostic du vélo.

DÉROULÉ :

En amont :
- préparer un vélo avec le matériel nécessaire pour partir en randonnée : sacoches, porte bagage, lumières avant et arrière, sonnette, casque, gilet fluorescent, deux systèmes de freins et fonctionnels
- avoir deux vélos avec le matériel obligatoire et recommandé non monté sur le vélo

Théorie :
- demander aux participants ce qu'ils pensent obligatoire et ce qu'ils pensent recommandé pour partir en randonnée ou même un court déplacement que ce soit sur le vélo ou sur le cycliste.
  - variante : proposer que chaque participant écrit une idée sur un post-it, une feuille de brouillon, un paperboard, un tableau veleda...
  - variante : proposer plusieurs éléments et les participants doivent les mettre dans la partie "obligatoire", "recommandé" ou "inutile"
- présenter les différents éléments :
  - ce qui est obligatoire :
    - une lumière avant, avec catadioptre. La lumière allumée doit être fixe et non clignotante.
    - une lumière arrière, avec catadioptre. La lumière allumée doit être fixe et non clignotante.
    - des catadioptres sur la roue avant, la roue arrière et les pédales
    - deux systèmes de freins indépendants (un avant et un arrière) qui fonctionnent !
    - une sonnette qui peut être entendu normalement jusque 50 mètres
    - un casque jusque 12 ans
    - un gilet fluorescent dans une zone non éclairée, de nuit
  - ce qui est recommandé
    - un casque pour les plus de 12 ans
    - présenter les accessoires qui sont recommandés pour les randonnées vélo :
    - porte bagage à l'arrière
    - sacoches (imperméables dans l'idéal)

Pratique avec les trois vélos :
- savoir vérifier que les éléments obligatoires sur le vélo sont bien présents
- savoir mettre les sacoches sur le porte bagage
- savoir installer les lumières sur le vélo
- savoir vérifier le fonctionnement des freins

Temps de questions/réponses
Deux vidéos pour aller plus loin :
Le matériel obligatoire
Bien s'équiper

LES ROUES

Connaître les différences de tailles de roues, les types de pneus. Savoir changer une chambre à air et savoir mettre une rustine.

Durée : 45 minutes
Matériel pour 10 personnes :
- 4 roues avec 4 chambres à air en mauvais état.
- 2 kits de rustines
- 4 démontes pneus
- Clé pour enlever la roue (si les roues sont sur les vélos)

Prérequis :
Un animateur ou une animatrice doit connaître les différents types de pneus, la composition d'une roue, savoir changer un pneu et mettre une rustine.

DÉROULÉ :

En amont :
- trouver 4 roues de différentes tailles et pour différentes utilités : une roue VTT, une roue pour vélo de route, une roue pour VTC
- avoir une roue avec un pneu et une chambre à air en bon état
- avoir 3 roues avec des pneus en mauvais état, sous gonflé et crevé

Théorie :
- demander aux participants ce qui différencie ces différentes roues : quand est-ce que l'on utilise quelle roue ?
- demander aux participants de quoi est composée une roue :
  - moyeu
  - rayon
  - jante
- savoir reconnaître la taille du pneu : comment le lire sur le pneu ?
- savoir trouver l'information de la pression du pneu : comment le lire sur le pneu ?
- savoir détecter quand le pneu est trop usé et qu'il faut le changer
- savoir détecter quand le pneu est sous gonflé ou crevé
- savoir changer un pneu
- savoir mettre une rustine
- savoir changer une chambre à air

Pratique :
- lire la taille du pneu, la pression du pneu
- changer et gonfler un pneu
- mettre une rustine
- changer une chambre à air

Temps de questions/réponses
Pour aller plus loin : vidéo pour réparer un pneu crevé