à vélo OTTAWA

par envirocentre

## Le Mois à vélo

# Trousse d'outils

Nous remercions notre partenaire:

Ottawa

letsbike.ca/fr

# Le Mois à vélo, c'est quoi au juste?

Le Mois à vélo est une campagne annuelle qui encourage les personnes à essayer le vélo comme moyen de transportation amusant et sain.

EnviroCentre fournit les ressources et la motivation pour faire des trajets en vélo!

## Nous offrons :

- un site Web interactif et intéressant;
- de l'information sur les GES non émis en choisissant le vélo;
- des prix;
- des conseils et des ressources;
- des affiches imprimables;
- des ateliers en ligne;
- encore des prix;
- des activités communautaires.

## Pourquoi soutenir le cyclisme?

- Pour **réduire** le volume de circulation!
- Pour améliorer notre **santé mentale et physique**!
- Pour contribuer à garder Ottawa **verte**!
- Pour établir des trajets **prévisibles**!
- Pour apprendre à **connaître notre communauté**!
- **Pour substituer les aliments aux carburants!**

# Constituez votre équipe

- Envoyez un courriel à vos amis, aux membres de votre famille ou à vos collègues pour les inciter à s'inscrire.
- Diffusez l'affiche sur votre lieu de travail, à votre école ou à votre lieu de rassemblement local!
- Organisez une activité d'équipe virtuelle, une randonnée en groupe ou un pique-nique d'équipe.
- Organisez une séance de planification d'itinéraire.
- Inscrivez-vous à un atelier.
- Suivez-nous sur les réseaux sociaux!
- **Célébrez!** Soulignez les réussites de votre équipe par des prix, des défis et des récompenses originales. Envoyez-nous vos articles!
- **Mesurez votre impact!** Suivez les résultats de votre équipe tout au long du mois et partagez-les sur les réseaux sociaux.

Téléchargez l'affiche

# Recrutement d'une équipe : exemple de courriel

à vélo OTTAWA

## Juin est le Mois du vélo!

### Joignez-vous à mon équipe pour le Mois du vélo!

**Le Mois du vélo est l'activité annuelle d'EnviroCentre visant à promouvoir les déplacements à vélo.**

En participant à la campagne et en comptabilisant vos déplacements à vélo, vous constaterez votre impact ET vous aurez la chance de gagner l'un des superbes prix offerts tout au long du mois.

Sortez vos sacs à vélo, gonflez vos pneus et rechargez vos lampes, car ensemble, nous ferons de 2022 la meilleure année de vélo qui soit!

**Signez et joignez notre équipe!**

### Rien de plus simple pour participer!

1. Inscrivez-vous sur letsbike.ca et rejoignez notre équipe (inscrire le nom de l'équipe).
2. Aller au travail à vélo! Aller à l'école à vélo! Aller à l'épicerie à vélo! Aller au parc à vélo! Tout compte!
3. Comptabilisez vos déplacements et vous verrez la différence que vous et votre équipe faites en choisissant de faire du vélo!
4. Restez à l'affût! Vous pourriez gagner l'un des superbes prix qui seront distribués au hasard au cours du Mois du vélo!

# Recrutement d'une équipe : exemple de bulletin d'information

## En juin, nous participons au Mois du vélo et nous espérons que vous vous joindrez à nous !

Le programme du Mois du vélo a pour but d'inciter les gens à utiliser le vélo comme moyen de transport et de mesurer l'impact environnemental du vélo par rapport à la voiture !

Que vous alliez déjà partout à vélo ou que vous vouliez essayer pour la toute première fois, tout le monde est invité à participer.

En comptabilisant vos trajets à vélo tout au long du mois de juin, vous courrez la chance de gagner des prix quotidiens offerts par des entreprises locales - et cette année, il y en a des FORMIDABLES ! Vous pouvez les voir en cliquant ici.

Le Mois du vélo (anciennement le Mois du vélo au boulot) est organisé par EnviroCentre en partenariat avec la Ville d'Ottawa. Au cours de la dernière décennie, le programme a convaincu près de 5 000 personnes à commencer à se déplacer à vélo ! L'objectif du programme est de fournir des ressources, des ateliers et des conseils ainsi que de créer une communauté de cyclistes positive et inclusive. Le Mois du vélo est amusant, gratuit et plein de sourires !

## Rien de plus simple pour participer!

- Inscrivez-vous à letsbike.ca et joignez-vous à notre équipe ( **inscrire le nom de votre équipe** ).
- Aller au travail à vélo ! Aller à l'épicerie à vélo ! Aller au parc à vélo ! Tout compte !
- Comptabilisez vos déplacements et vous verrez la différence que vous et notre équipe faisons en choisissant de faire du vélo !
- Croisez les doigts : vous pourriez gagner l'un des superbes prix qui seront distribués au hasard au cours du Mois du vélo !

# Atelier virtuel

## Le vélo en ville : conseils et infrastructure

Animé par un cycliste sympathique et expérimenté, cet atelier permettra aux participants d'obtenir des réponses aux questions les plus courantes. Vous apprendrez comment parcourir Ottawa en vélo : conseils, infrastructure et pratiques exemplaires générales, et vous aurez beaucoup de temps pour poser des questions ! Cet atelier est adapté aux cyclistes de tous les âges et de tous les niveaux (anglais-français)).

## Nouveau! Le vélo en famille

Faire du vélo est une activité amusante pour toute la famille ! Qu'il s'agisse d'une promenade de loisir ou d'une sortie à la bibliothèque, le vélo est un choix idéal pour les personnes de tout âge. Cet atelier couvrira tout ce que vous devez savoir pour que la pratique du vélo en famille soit un succès.  Nous parlerons des vélos pour enfants, des vélos adaptés pour adultes et de la planification d'itinéraires, et vous aurez droit à des conseils pratiques de quelqu'un qui est déjà passé par là ! Cet atelier est adapté aux cyclistes de tous les âges et de tous les niveaux. (anglais / français)

## Découvrez votre ville à vélo : Planification d'itinéraires - nouveaux endroits!

Puis-je vraiment me rendre là où je veux en vélo ? Cette présentation vous aidera à le découvrir ! À l'aide d'un exemple amusant, vous découvrirez les différents outils cartographiques dont disposent les cyclistes d'Ottawa et comment les utiliser pour planifier votre itinéraire. Nous espérons également inspirer votre prochaine randonnée en vous faisant découvrir des destinations cyclables que vous ne connaissez peut-être pas. Cet atelier peut être adapté à des communautés particulières et s'adresse à des cyclistes de tous les âges et de tous les niveaux. (anglais / français)

## Prolongez votre saison de vélo

Animé par un cycliste sympathique et expérimenté, cet atelier vous permettra d'apprendre comment faire du vélo à votre aise toute l'année. Vous découvrirez des trucs, des astuces et des outils pour prolonger votre saison de vélo. Nous parlerons de planification d'itinéraires, de techniques et de trucs simples pour entretenir votre vélo en hiver. L'atelier a pour but de faire découvrir aux cyclistes les joies de faire du vélo toute l'année. (anglais-français)

**Tous les ateliers durent environ une heure.**

**Communiquez avec nous pour réserver votre atelier de soutien aux employés dès aujourd'hui! 200$ +TVH**

# Faits amusants !

## Le saviez-vous?

- La Ville d'Ottawa entretient environ 900 km d'infrastructures cyclables!
- La première bicyclette a circulé dans les rues d'Ottawa en 1877 !
- La recharge d'une batterie de vélo électrique ne coûte que 12 cents d'électricité !
- Le saviez-vous? Le programme Vélo-bus est maintenant offert dans tous les autobus d'OC Transpo ? Amenez votre vélo!
- La Share the Road Cycling Coalition a décerné le prix or de la collectivité véloconviviale à Ottawa!
- Au Canada, près de 50 % des déplacements en voiture totalisent moins de 5 km, une distance que la plupart des gens peuvent parcourir à vélo en 30 minutes environ !
- Le vélo est bon pour la santé : les personnes qui font du vélo sont moins stressées, moins dépressives et moins anxieuses, et elles ont moins de risques de crise cardiaque et d'accident vasculaire cérébral !

# Prêt à vous rejoindre ?

## À Vélo !

Voici tout ce que vous devez savoir pour commencer:

### Inscrivez-vouz !

- Consultez letsbike.ca
- Ouvrez un compte.
- Créez une équipe (si vous le voulez).
- Invitez les gens se joindre à vous.
- Comptabilisez vos déplacements à vélo pour pouvoir gagner des prix !
- Soyez fiers de la différence que vous faites !

### Réservez un atelier

Cette année, nous proposons les ateliers suivants.

- Utilisation du vélo en ville
- Découvrez votre ville à vélo
- Le vélo en famille
- Prolongez votre saison de vélo

### Suivez-nous

- Facebook
- Instagram
- Twitter

# Commanditaires

## Répondants communautaire

## Commanditaires du prix