



CIRCULER À PIED EN SÉCURITÉ

Se déplacer à pied n'est pas quelque chose de si anodin, encore moins avec l'âge qui a un impact évident sur nos capacités (ouïe, vue, audition, motricité...).

→ Un atelier, parce qu'être piéton, ça s'apprend !

Thèmes abordés

LES RÈGLES

- Où marcher ?
- Savoir traverser
- Les groupes de piétons

LES PANNEAUX SPÉCIFIQUES

- Les zones piétonnes, de rencontre, les voies vertes
- La signalisation dynamique
- Quiz panneaux

MARCHER C'EST LA SANTÉ

- Les dangers sur la chaussée
- Bienfaits de la marche
- Posture et renforcement musculaire

Objectifs de l'atelier



Actualiser ses connaissances du Code de la route, revoir les règles de base, comprendre les panneaux complexes et les nouvelles signalisations (utiles pour circuler à pied).



Comprendre rapidement la signalisation pour mieux appréhender ses déplacements, anticiper les dangers sur la route et accroître sa sérénité.



Favoriser la prise de conscience des bénéfices et des risques des déplacements piétons.

Atouts de l'atelier

1. Animé par un formateur qualifié (experts, psychologues...)
2. Adaptation du format de l'atelier en présentiel ou distanciel
3. Accompagnement personnalisé des participants et interactions avec les équipes qui organisent l'atelier

4. Favorise les échanges et les interactions

5. Participation active grâce à de nombreux exercices pratiques

6. Maintien du lien social

7. Convivialité et dynamique de groupe

8. Évaluations avant ou après l'atelier pour une adaptation continue des supports

