

Bicyc'lettre

journal de l'association nantaise "Place au vélo" > sept 2006 > n°59

PLACE
au
Vélo

association de cyclistes urbains
de l'agglomération nantaise

EDITO



Bd Victor Hugo :
Les bandes
viennent d'être
élargies, mais
le problème du
stationnement
en épis n'est pas
résolu !

Tous en forme sur notre vélo

Je vous souhaite à tous une bonne rentrée, en espérant que les vacances se sont bien passées.

L'été est pour beaucoup l'occasion de balades, où chacun a pu constater la facilité du vélo. Mais comment faire prendre conscience que la bicyclette peut servir d'autres jours que les dimanches et vacances ? La rentrée est l'occasion d'organiser autrement ses déplacements. Par exemple, pourquoi ne pas déposer ses enfants à l'école à vélo plutôt que les enfermer dans la voiture ?

C'est d'autant plus indispensable que c'est bon pour la santé, et si vous en doutez encore après la lecture de ce numéro, ne manquez pas la conférence du Dr Saladin.

Les travaux de l'été sur Nantes ne sont pas terminés, mais le circuit cœur et la ligne 4 seront bientôt achevés, avec déjà bien des améliorations à apporter. Je me répète direz-vous, mais ne fais que relayer les doléances des usagers de ces aménagements mal pensés pour le vélo. Pour que l'usage de véhicules motorisés individuels diminue fortement en ville, l'effort de la collectivité ne doit pas porter uniquement sur les transports en commun mais aussi sur le vélo, pour que les automobilistes ne puissent plus dire « Je ne fais pas de vélo, il n'y a pas d'aménagements et c'est trop dangereux... »

Pierre Descamps

- 2 → Voyage en VPH
- 3 → Sujet de débat
- 4 → Le vélo,
c'est la santé
- 5
- 6 → Semaine
de la mobilité
→ Actions PAV
- 7 → Les plassovélistes
écrivent
- 8 → Sortie PAV
→ Agenda

Assemblée générale

mardi 19 sept 2006
à 20h30,

Maison des syndicats

Ordre du jour :

- Semaine
de la mobilité
- Emploitremlin
- Débat:
"Comment faire
monter l'utilisation
quotidienne du vélo
par les participants
à la fête du vélo ?"



Randonnée "d'arbre en arbre"

Dimanche 1er octobre, le service des espaces verts de la mairie de Nantes invite à découvrir le patrimoine arboré de la ville, grâce à ses arbres remarquables.

Organisées dans le cadre des animations thématiques autour de l'arbre dans la ville et en partenariat avec Place au vélo, Dyna-mots (pour une randonnée littéraire) et le Comité départemental de randonnée pédestre, ces randonnées «d'arbre en arbre» comportent quatre circuits pédestres, de 9 à 12 km, et deux circuits à vélo de 10 km chacun.

Encadrés par des membres des associations et commentés par des agents du SEVE, ces tracés sont conçus pour être accessibles à un public familial. Les départs se feront tous les quarts d'heure, par groupes de 15 à 20 personnes, à partir de 9h00. L'arrivée des différentes randonnées est prévue au Jardin des plantes. Rendez-vous quai de la verdure, à Rezé.

> Nous recherchons des accompagnateurs pour les balades, si vous êtes intéressé, contactez Place au Vélo

Touriste en VPH

Pour mes vacances je suis allé à Allègre, voir les championnats du monde de Véhicules à Propulsion Humaine, suivis de randonnées dans la Haute Loire. Les VPH regroupent des engins allant sur terre mais aussi dans les airs, sur ou dans l'eau. Contrairement à l'Union Cycliste Internationale qui a imposé la forme du vélo pour que seule la performance humaine soit prise en compte, c'est l'ensemble homme+machine qui est ici mis en valeur.

Un VPH peut avancer en pédalant avec les pieds, mais aussi avec les mains, et/ou en tirant le guidon vers soi. Il peut être à propulsion ou à traction. On voit des 2 roues mais aussi des tricycles, avec la paire de roues à l'avant ou à l'arrière selon le modèle. Les tandems existent, parfois côte à côte ou dos à dos. Certains modèles sont au raz du sol quand d'autres utilisent de grandes roues. Le guidon peut être au dessus ou en dessous. Bref, il y avait quasiment autant de modèles que de participants, certains étant fabriqués artisanalement.

Pour la majorité des VPH, c'est une position semi-couchée qui est retenue. On y gagne d'une part en aérodynamisme, d'autre part en force (c'est avec tout le dos qu'on appuie sur les pédales), mais surtout en confort : En vélo droit, je finis parfois mes randonnées avec mal au postérieur et aux mains (points d'appuis) ainsi qu'aux cervicales (à force de relever la tête). Sur mon vélo couché, je suis comme dans un fauteuil, même après plusieurs heures de randonnée.

En côte, le vélo classique reste gagnant, mais sur le plat et surtout en descente le vélo couché montre ses performances. Sur un circuit standard, à entraînement et type de vélo (course/randonnée) équivalent, c'est le vélo couché qui gagnera la course.

Comment tenir l'équilibre me direz vous ? Il faut réapprendre à faire du vélo, mais le centre de gravité situé plus bas le rend plus stable. Le tricycle permet de s'affranchir de l'équilibre, au prix de performances moindres (frottements).

Il y a bien sûr quelques inconvénients, à commencer par le prix, l'équipement bas de gamme n'existant pas. Le rétroviseur comme le fanion font partie des équipements indispensables, attention cependant aux angles morts des voitures.

En bref, meilleur pour la santé et plus performant que le vélo classique, le vélo couché a un bel avenir devant lui. Pour en savoir plus, internet est la meilleure source d'information, le revendeur le plus proche de Nantes est près d'Angers.

Pierre



2

Train+ vélo couché

Cet été, je suis parti en vacances avec mon vélo couché chargé de sacoches. Ne souhaitant pas faire le trajet en plusieurs jours, j'ai opté pour le train + vélo.

La première étape est de déterminer son itinéraire et ses horaires, tous les trains n'acceptant pas les vélos. Il faut jongler avec 2 types de trains acceptant les vélos : les trains grande ligne à réservation obligatoire (certains TGV et Corail avec surplus de 10€ pour le vélo), et les TER sans réservation (mais où la place n'est pas garantie en cas d'affluence).

Le site de la SNCF affiche le logo vélo sur les trains concernés, mais il faut chercher au milieu de la liste. Essayez Nantes-Paris, on ne vous propose que les TGV, pas les rares TER. Le site de la Deutsche Bahn (trains allemands) permet une recherche (en français) en se limitant aux trains acceptant les vélos gratuitement. Pour faire mon trajet, les solutions proposées étaient trop longues et/ou avec trop de changement, je les ai couplées avec des trains à réservation. Le guide train+vélo a une carte schématique qui permet d'imaginer sur quels trajets un TGV rénové circule : impossible de faire Nantes-Paris, mais Nantes-Lille est possible !

La seconde étape est de se déplacer dans les gares. Le plus facile c'est la pente douce, ou l'escalier roulant. A défaut, le vélo peut rentrer à la verticale dans l'ascenseur. Une gare était dépourvue d'accès facile aux souterrains, mais le chef de gare m'a gentiment fait traverser sur les voies.

Pour monter dans le train, l'idéal est le nouveau TER à plancher bas : il suffit de rouler. En général il y a quelques marches. Le fourgon est plus délicat lorsqu'il faut monter son vélo à un mètre du sol. Il est important de pouvoir démonter facilement les sacoches, la largeur et le poids permettant rarement de monter le vélo chargé.

Mon vélo couché n'est pas beaucoup plus long qu'un vélo «standard» (20 cm en plus), mais contrairement à un vélo droit je ne gagne pas de longueur en tournant le guidon. Il fait juste la dimension adaptée aux compartiments des trains corail. Seule la manœuvre dans les couloirs est compliquée. De même je ne peux le mettre aux crochets, mais j'ai constaté que les vélos droits n'étaient pas tous compatibles.

Il vaut mieux arriver en avance et demander sur le quai si un aménagement spécifique est prévu... même si en général la réponse est qu'il faut attendre le train, s'il n'est pas à quai. Cela m'a permis d'apprendre par exemple qu'un train se séparait en cours de route ou de me faire accompagner (la porte du train ne tenant pas ouverte).

Le trajet Tours-Nantes a été le plus délicat en raison de l'affluence : 7 vélos sont montés dans ce TER nouvelle génération (3 crochets et accès plancher bas) sans difficulté. Mais à Angers où je suis descendu temporairement pour laisser d'autres vélos descendre nous étions 9, et les places utilisées précédemment avaient été prises par les voyageurs. L'affluence sur Angers - Ancenis a fait que mon vélo se trouvait dans l'allée, mais à peine plus gênant que si cela avait été un vélo droit.

Pierre

En savoir plus sur le site de la Fubicy : <http://fubicy.org/train>

Un service public de location de vélos en libre-service

Le service « Ville à vélo » géré par NGE dans ses parkings souterrains arrive à échéance fin 2006. Nantes Métropole cherche un nouveau prestataire pour un service amélioré. Directement accessible sur la voie publique avec un maillage dense, avec un usage simple et bon marché et du matériel robuste. L'opérateur se financerait avec la publicité sur les stations de tram. Dans un premier temps une trentaine de stations de l'hyper centre seraient à mettre en place au 1er juin 2007. Après « Vélo'V » de Lyon et également Toulouse (110 stations et 1200 vélos prévus), Nantes se lance...

Pôle multimodal gare sud

Le Pôle multimodal prévu gare sud est tombé à l'eau, provisoirement espérons-le. Il n'y aura pas de travaux avant les élections, ce qui signifie pas de consignes à vélo ou autre aménagement aux abords de la gare sud (ou nord) dans l'immédiat.

Une étude visant à étudier les implantations possibles de stationnement sécurisé et/ou abrité aux abords de la gare (nord et sud) est lancée par Nantes Métropole. La SNCF et la région y sont associées.



Allez Christophe!!!

La présidence de Place au vélo mène loin : après Bernard Renou, Christophe Raverdy vient d'être élu président de la Fubicy, fédération nationale des associations comme la nôtre. Une bonne chose pour la Fubicy, moins bonne pour Place au vélo qui verra beaucoup moins le plus actif de ses membres. Allez Christophe !

Journée nationale des Voies Vertes Dimanche 24 septembre 2006 de 10h à 18h

Dans le cadre de la Journée européenne des voies vertes, L'AF3V (Association française de développement des Véloroutes et des Voies Vertes) organise une journée nationale des voies vertes le dimanche 24 septembre dans de nombreux départements.

La délégation régionale (Pays de la Loire) de l'af3v, représentée par l'association Place au Vélo, souhaite faire découvrir une voie verte de Loire Atlantique : Châteaubriant-Rougé.

Cette Voie Verte réalisée par la Communauté des Communes du Castelbriantais et inaugurée en juillet 2004 emprunte une ancienne voie de chemin de fer à travers la campagne, parcours plat, mi-ombre, mi-soleil. Longue de 14 km, son revêtement en enrobé lisse la rend facilement praticable par tous les véhicules non motorisés.

Les deux derniers kilomètres au nord de Rougé, en sable stabilisé le long de la forêt de Teillay, ne sont pas praticables par les rollers et les fauteuils roulants.

Il s'agit d'une journée de détente et de promenade sur la Voie Verte avec pique-nique sur l'aire aménagée de Rougé. Ce n'est ni une compétition ni une course.

Accès à la Voie Verte : Depuis Châteaubriant prendre la D34 en direction de St Aubin, se garer au parking du Super U. Au rond-point prendre en face l'avenue Pierre Mendès France puis à droite l'avenue de la Citoyenneté pour atteindre la Voie Verte à droite dans le virage.(distance aller-retour sur la Voie Verte : 20 km). Pour les personnes en fauteuil roulant ou accompagnés de jeunes enfants ne pouvant parcourir toute la Voie Verte, un parking est possible sur l'aire aménagée de l'ancienne gare de Rougé, lieu du rendez-vous pour le pique-nique. Depuis Rougé prendre la D36 en direction de Bain de Bretagne pour rejoindre la Voie Verte.

Thierry Gauchet délégué AF3V : 02 40 65 67 17

De la fête à l'engagement 15000 participants à la vélorution de Nantes !!!

Oui, oui, durant toute une journée ils étaient plus de 15000, des jeunes, des vieux, des familles avec des enfants, de la région et quelques étrangers, avec toutes sortes de vélos, neufs ou bricolés, remorques et « troisième roue », même des tandems et des « vélos couchés »... Il y avait tellement de vélos qu'on ne voyait plus une seule voiture... Bien sur, l'évènement avait été prévu et annoncé depuis longtemps. Le beau temps a fait le reste.

Nous parlons bien sur de la dernière fête du vélo du dimanche 11 juin. Des participants contents, un cadre agréable, tout était bien organisé.

Des questions

Cette journée fut-elle une immense manif en valeur du vélo ? Ou bien un évènement annuel, qui fait maintenant partie des rendez-vous nantais, des rassemblements militants et des agendas des collectivités locales ? La fête du vélo fait-elle la promotion du vélo ? Ou bien sert-elle la promotion de ceux qui en parlent, par exemple des responsables politiques ou membres d'organismes qui parlent volontiers de « la Loire à vélo » mais moins souvent du vélo au quotidien, en ville et tous les jours, au ras des ronds-points et des pavés glissants...

Pour le vélo, je m'engage...

Après avoir ouvert ce débat, voyons-en une autre facette et revenons à nos 15000 amis cyclistes. Combien se servent de leur bicyclette tous les jours, combien une fois par semaine, combien une fois par mois ? Malheureusement, ils sont bien peu à en faire « un usage régulier ». Leur participation peut-elle devenir un premier pas vers un engagement plus important ? Peut-on leur proposer de s'engager à se servir de leur vélo un jour par semaine, en délaissant leur voiture ? Peut-on favoriser un nouveau geste, un changement d'habitude : le mardi je fais les courses à vélo, le week-end je vais au bourg à vélo... Chacun, motivé bien sur, pourrait trouver un objectif quotidien ou hebdomadaire à sa portée et prendre l'engagement correspondant.

L'autre facette, pédagogique et favorisant, serait de proposer des témoignages concrets de personnes qui se sont engagées et qui continuent d'avoir une pratique plus régulière du vélo, en dévoilant leurs petits trucs de la vie quotidienne qui ont favorisé ce changement de moyens de transport : modification d'horaire, changement de lieu pour faire les courses, autre organisation dans la famille... Bien sur, les infrastructures en ville et la pratique automobile ne doivent pas décourager ces bonnes volontés ; et le débat revint, faute de solutions...

Peut-on imaginer une bourse aux bonnes idées, aux bonnes pratiques où un nouvel « engagé » trouverait ainsi solutions et encouragements dans sa motivation cycliste ?

Rendez-vous à l'assemblée générale du 19 septembre pour en débattre.

Charles Esmenjaud 3

Le vélo, c'est la santé !

Conférence-débat Je me soigne au vélo !

Je fais du vélo, c'est grave Docteur ? Quelles sont réellement les conséquences bénéfiques de la pratique du vélo sur la santé ? Tout le monde s'accorde à reconnaître que faire du vélo fait du bien. Au corps, au moral... mais encore ? Quel est le véritable impact de l'usage au quotidien, même à petite dose, de la bicyclette ?

Pour y répondre, la ville de Nantes et Nantes Métropole ont invité le passionnant Jean-Luc Saladin, médecin au Havre, directeur de thèse universitaire, médecin du sport, membre du comité directeur de la Fubicy... et pratiquant assidu de la bicyclette.

Cette conférence-débat sera animée par Catherine Choquet, adjointe au Maire de Nantes, déléguée à la santé. Elle est organisée dans le cadre de la semaine de la mobilité.

Le lundi 18 septembre à 18h30 au cinéma le Katorza rue Corneille à Nantes. L'entrée est libre et gratuite, dans la limite des places disponibles !

Conseil de lecture

A lire, sur le thème de l'obésité, « Que mangerons-nous demain ? » le livre de Christian Remésy, nutritionniste, directeur de recherches à l'INRA.

Notre alimentation est-elle adaptée à nos besoins ? Pourquoi une telle montée de l'obésité, du diabète et des cancers ? Pourquoi, alors que nos connaissances sur les liens entre alimentation et santé sont de plus en plus surs, continuons-nous à être mal nourris ? Ce livre fait le point sur tous les bienfaits démontrés scientifiquement d'une alimentation bien conduite et pointe les incohérences de notre chaîne alimentaire, qui créent un environnement peu favorable pour notre santé à long terme. Oui, l'état de santé de l'ensemble de la population pourrait être amélioré grâce à une alimentation saine et protectrice ! Pouvoirs publics, industriels, agriculteurs et consommateurs doivent se mobiliser !

Nous, cyclistes, en sommes persuadés. Mais le grand public, qui n'a pas encore délaissé sa voiture pour la petite reine, le sait-il ? Pas forcément. C'est pourquoi la Fubicy et le Club des Villes Cyclables ont lancé cette année plusieurs actions sur ce thème. Nous vous présentons donc un résumé du dossier « santé et vélo » développé par ces deux associations. Vous pourrez ensuite répondre aux questions du jeu-concours de la Fubicy « A vélo, c'est la santé ». Et si vous souhaitez en savoir plus, nous vous invitons à assister à une conférence-débat sur ce thème.

Les chiffres parlent !

• De plus en plus d'obèses en France, un coût élevé pour la collectivité

En France, il y a eu 40% d'augmentation de l'obésité ces dix dernières années ! 15% des enfants sont obèses. Un enfant obèse risque fortement de le rester à l'âge adulte, avec une augmentation considérable des maladies cardio-vasculaires et du diabète, et une espérance de vie réduite de 13 ans. Jean-Marie Le Guen, médecin et député de Paris, est l'auteur d'un livre sur l'obésité, et d'une proposition de loi pour agir contre l'épidémie d'obésité. Il chiffre l'impact économique actuel de l'obésité à 1,8 milliards d'euros par an.

• 500 millions d'euros pour économiser 9 milliards d'euros

Augmenter de plus de 10% la part de la population se déplaçant à vélo ou à pied permettrait de diminuer de 5% les dépenses de santé, selon des experts norvégiens.

En France, cette économie de 5% représenterait 9 milliards d'euros par an (Le déficit de l'assurance-maladie était, fin 2005, de 8 milliards d'euros).

La politique cyclable de la ville de Strasbourg, la plus développée en France, est chiffrée entre 8 et 10 € par habitant. A l'échelle de la France, le coût d'une politique cyclable d'envergure serait donc d'environ 500 millions d'euros, somme modeste par rapport aux dépenses d'infrastructures routières.

• L'incitation à faire du vélo est souvent rapidement suivie d'effet

En Grande-Bretagne, le gouvernement a lancé le programme « Bike it » (vas-y à vélo) qui a permis dès la première année de convertir au vélo 8% des élèves de 40 collèges anglais, pour un budget de 800.000 €. Devant ce succès, le programme va être étendu à 120 collèges.

	CO	NO	NO ₂	Benzène	Toluène
Voiture	10	409	77	65	288
Bus	3	311	86	28	94
Vélo	3,2	167	71	35	127
Piéton	2,9	144	57	27	92
Métro ligne 1	2,4	173	41	27	109

NO : oxyde d'azote
NO₂ : dioxyde d'azote
CO : oxyde de carbone

L'impact positif de l'utilisation quotidienne du vélo sur la santé est démontré

• Maladies cardio-vasculaires

Les maladies cardio-vasculaires sont la première cause de mortalité en France : 165.000 décès par an, dont un tiers serait dû au manque d'activité physique. La sédentarité fait 10 fois plus de morts que les accidents de la route ! Au Danemark, une étude sur 30.000 personnes a montré que ceux qui se déplacent au moins une demi-heure par jour à vélo ont un risque d'accident cardio-vasculaire réduit de 50%. La comparaison des données des hôpitaux du Havre, de Münster (Allemagne) et de Groeningen (Pays-Bas) montre une corrélation entre activité physique modérée mais régulière - 30 minutes par jour de déplacements à pied ou à vélo - et réduction des maladies du cœur (moins 45%) ou des accidents vasculaires cérébraux (moins 60%). Le docteur Jean-Luc Saladin nous détaillera ces chiffres lors de sa conférence-débat du lundi 18 septembre, au cinéma le Katorza.

• Cancers, diabète, ostéoporose

Plusieurs études (Finlande, Etats-Unis) montrent que l'exercice physique régulier permet diminuer de 40% le risque de développer un diabète ou certains cancers : sein, rein, colon. Il permet également de lutter contre l'hypertension artérielle, le cholestérol, l'ostéoporose, de diminuer le stress.

• **Et de plus...** La pratique du vélo facilite la digestion, l'irrigation du cerveau (lutte contre la maladie d'Alzheimer). Grâce au contact avec l'environnement, le cycliste développe son ouïe (spectre sonore varié), sa vue (champ visuel sans contrainte), son toucher (accélération et décélération non subies), son odorat (respiration soutenue)

De nombreux enjeux pour l'environnement et la santé collective

• Le vélo est silencieux

Actuellement, 65% des européens sont exposés à des niveaux sonores dépassant 55 décibels sur 24 heures.

• Le vélo ne pollue pas

Autant d'asthmes ou de bronchites en moins ! De plus, il n'émet pas de gaz à effet de serre. Or une personne qui remplace la voiture par le vélo pour ses petits trajets, c'est 700 à 1000 kg de CO₂ en moins par an. Selon une étude autrichienne, le potentiel de réduction des émissions de CO₂ par l'usage du vélo en ville représente 4% des émissions de CO₂ du secteur des transports.

• Le cycliste inhale moins de polluants que l'automobiliste.

Le cycliste, plus mobile, reste moins longtemps que l'automobiliste dans les zones les plus embouteillées, les plus polluées.

Le cycliste inhale bien au-dessus des pots d'échappement, par rapport à la ventilation d'une voiture.

Une étude réalisée à Paris intra-muros le prouve. Des capteurs portatifs ont permis de mesurer les différents gaz dans un habitacle de voiture, dans les transports en commun, sur un cycliste et un piéton. Voir les résultats en microgramme/m³ dans le tableau en bas de page 4.

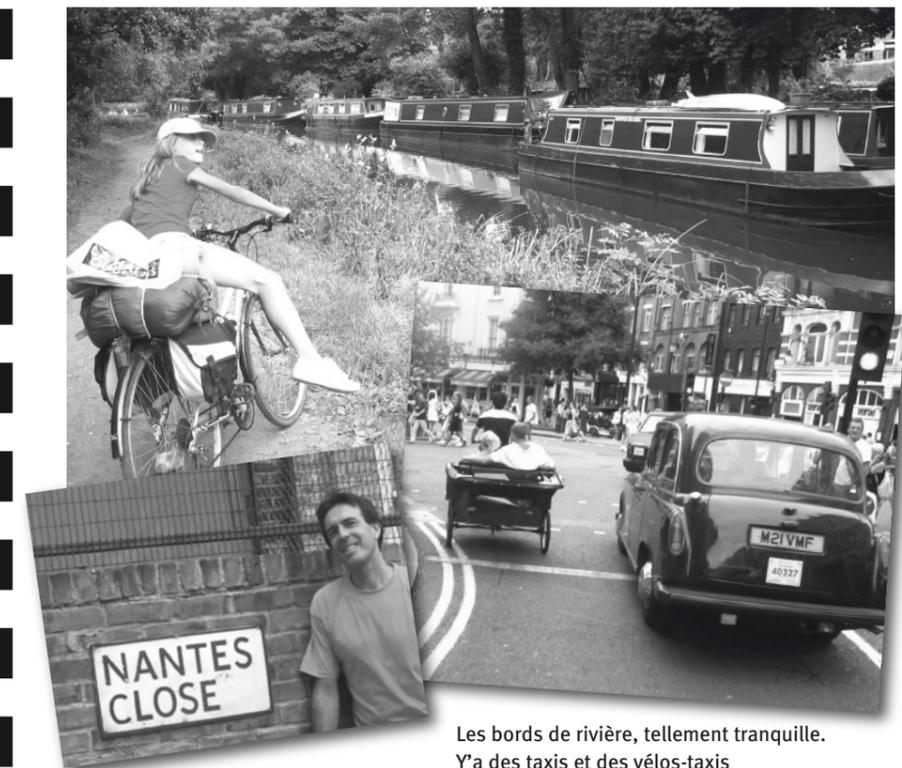
Yves

Jeu-concours

A vélo, c'est la santé !

En collaboration avec le Club des Villes Cyclables, La Fubicy a lancé au mois de juin, un jeu-concours intitulé « A vélo, c'est la santé ». Il suffit de répondre aux trois questions simples qui figurent sur le bulletin de participation, de glisser ce bulletin dans l'urne prévue à cet effet. On peut également voter par internet, sur le site de la Fubicy : www.fubicy.org. Plus de 250 lots sont à gagner !

A Nantes, ce jeu-concours est relayé par la municipalité. Vous pouvez donc glisser votre bulletin de participation dans l'une des urnes déposées dans 15 lieux municipaux : la mairie centrale, la Manufacture des Tabacs, les 11 mairies annexes, la médiathèque centrale et la médiathèque nord. Vous trouverez également une urne dans la caravane de la mobilité, pendant la semaine du 16 au 22 septembre.



Les bords de rivière, tellement tranquille. Y'a des taxis et des vélos-taxis

«So easy», trop facile

Cet été nous avons décidé d'orienter nos phares avant vers le Nord et d'aller, 1000 ans après un certain Guillaume, envahir l'Angleterre. A trois familles donc (6 adultes, 6 enfants) nous avons visé Saint Malo, en 4 jours, par les bords de rivières. Passage en ferry pour Portsmouth et là, enfin la découverte de la conduite à gauche. Une autre réalité anglaise, c'est que si on trouve des aménagements cyclables, ils sont rarement continus. La rupture de continuité est même généralement brutale : mais les automobilistes sont conciliants et même sur les routes très étroites de campagne savent freiner plutôt que doubler sans visibilité. Après une séquence de creux et bosses nous avons atteint le chemin de halage de la rivière Wey qui nous a mené en totale sécurité jusqu'à la Tamise et donc sans encombre jusqu'à Londres. Là nous avons pleinement profité de nos deux roues pour arpenter, plus rapidement que les troupeaux de touristes à pieds, les lieux incontournables de la capitale. Quel plaisir d'arriver devant Buckingham Palace, seuls au milieu d'une route surdimensionnée, alors que des piétons du monde entier sont canalisés par les bobbies sur les trottoirs surpeuplés. Peut être avons nous profité d'une circulation estivale raréfiée, peut être avons nous su trouver les routes cyclables balisées, le fait est que nous n'avons pas souffert de la très forte motorisation des routes anglaises. Mais surtout, avoir découvert une capitale étrangère en douceur, en l'abordant d'abord par sa campagne, en gagnant son cœur avec lenteur en passant par les arrière-cours, voilà qui est une vraie chance. Pas de « bicycles » dans l'Eurostar ? nous sommes revenus à vélo et c'est tant mieux.»

Olivier

Cyclo Camping International

Activités avec Cyclo Camping International dans la région. Activités gratuites et ouvertes à tous, mais chacun est autonome, vélo, sacoches, tente, duvet, nourriture...

- Week-end à Angers samedi 23 et dimanche 24 septembre, le long de la Mayenne. Rendez-vous samedi vers 12h30 (chacun ayant déjà pris son repas), cale de la Savatte, en face du Château d'Angers. On roule ensemble samedi après-midi, nuit au camping de la Jaille, retour dimanche à Angers en fin d'après-midi. 40 à 50 km par jour. On peut se regrouper pour prendre le train au départ de Nantes.

- Week-end à Rennes, 21 et 22 octobre. Nuit au gîte de Veneffles (10 €, réservation 15 jours avant)

Contact CCI : charles.esmenjaud@wanadoo.fr



Semaine de la mobilité

La Semaine européenne de la mobilité se déroulera du 15 au 22 septembre 2006. Le thème de cette 5ème édition, le changement climatique, permet de valoriser plus particulièrement les modes de transports moins polluants.

Pour Place au Vélo, la semaine de la mobilité, c'est toujours l'occasion de faire sa rentrée et de convaincre de nouveaux futurs cyclistes ! Pour cela, l'association propose de multiples rendez-vous tout au long de la semaine, à commencer par Jours de Fête où nous pourrions toucher une foule de cyclistes potentiels !

Voici le programme :

Conduite Accompagnée / Vélo-école :

Cours de conduite à vélo en ville > sur inscription (02.40.200.400 – nantes@fubicy.org) : départ de la Place Royale (ou du stand PAV le 22) pour un atelier de 3/4 d'heure environ, permettant de faire le tour des différents types d'aménagements cyclables nantais et de connaître les règles de bonne conduite du vélo en ville.

- lundi 18, mardi 19, mercredi 20 et jeudi 21 à 18h et 19h,
- vendredi 22 à 10h, 11h, 14h, 15h, 16h, 17h
- samedi 23 à 11h et 15h,

22 septembre 2006 Village de la mobilité

Cours des 50 otages à Nantes :

- Stand de présentation de l'association
- Marquage des vélos, pour lutter contre le vol (4€ + prévoir pièce d'identité). Informations sur le marquage : www.fubicycode.org

Jours de Fête

Les 16 et 17 Septembre 2006

Place au Vélo sera présent sur le site du Festival « Jours de Fête » à Saint-Herblain au Parc de la Bégraisière.

Cette année encore 30 000 à 40 000 spectateurs seront attendus pour assister aux différents spectacles (musique, théâtre de rue, danse...) A l'entrée du site, Place au Vélo proposera au public :

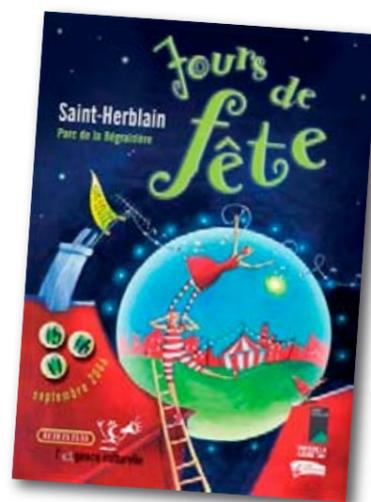
- Un service de gardiennage gratuit des vélos le samedi de 14h à 24h et le dimanche de 12h à 20h
- Un service contrôle technique des vélos.
- Le marquage des vélos, pour lutter contre le vol (4 € + prévoir pièce d'identité).

Cette action s'inscrit dans le cadre de la semaine de la Mobilité (du 15 au 22 septembre 2006).

Tous les adhérents sont bien évidemment invités à nous aider à tenir le stand et à profiter de la fête.

Sur le site, vous pourrez nous trouver : rue François Rabelais, proche Médiathèque

Plus d'informations : www.nantes.fubicy.org ou 02.40.200.400



L'automobiliste est bête,
Il croit que c'est le motard
qui est bête, alors qu'en
fait c'est le cycliste,
dit le piéton.

La route est réservée à tous, partageons

La dernière campagne de la Prévention routière.
Ca nous change de l'incitation au port du casque !

C'est parfois le politique qui est bête !



L'Université Européenne de Sécurité Routière s'est déroulée du 28 au 31 août à la Cité des Congrès.

Lors de son intervention, Monsieur Fougerat, vice-président de Nantes-Métropole chargé de la voirie, a présenté les statistiques d'accidentologie dans l'agglomération. Il a mentionné la diminution probable dans le futur de la circulation automobile, pour des raisons surtout économiques (prix de l'essence) et qu'il faudra donc prendre en compte l'évolution des modes de déplacement vers les motos, les cyclomoteurs et les transports en commun. Le vélo a été oublié... Dans la suite de son intervention, il a insisté sur la grande collaboration entre ses services et les associations d'usagers... de motos, en particulier la FFMC (rencontres, déplacements en compagnie des motards, prise en compte de leurs remarques, avec présentation de photographies d'aménagements réalisés pour les motards, et remerciement à un représentant d'association de motards d'être présent dans la salle (un coup d'œil sur la liste des participants lui aurait peut-être permis de voir qu'il y avait aussi dans la salle des représentants d'association de cyclistes...)

On peut comprendre qu'en raison de contraintes de temps l'exposé ait pu être limité, mais il est quand même dommage (et significatif ?) que le vélo ait été oublié, notamment au sujet de la diversification des modes de transport.

Michel Brugnon

Et les vélos?

Sur la route de Clisson, actuellement en cours d'aménagement dans le cadre de la mise en service du busway, véhicule et vélo circulent sur une même voie dont l'é étroitesse ne permet pas absolument aux premiers de doubler les seconds. Sur cet axe très fréquenté, notamment par les scolaires, ce constat ne paraît pas gage de sécurité et de sérénité pour les usagers. Les tracés des différents secteurs routiers apparaissant définitifs, pouvez vous solliciter l'avis de Nantes métropole ? D'une façon plus générale, je



regrette l'absence de voie cyclable digne de ce nom sur une part importante du tracé de la ligne Busway.

Anne Tallec

Vélo à l'extrême droite

Super, le contresens cyclable de la rue Octave Feuillet est en train d'être aménagé mais hélas l'aménageur s'est senti obligé de rabattre les vélos à l'extrême droite à l'intersection avec la rue George Sand pas du tout dans le prolongement de la rue ! De plus ce carrefour se voit gratifié d'un stop pour vélo, ne pourrait-on pas convenir que les balises de priorité suffisent pour les cyclistes ?

Bernard

Pas enchantée

Je vais quotidiennement à mon bureau en vélo de St Sébastien à Nantes soit un peu plus de 5 km.



Je passe par l'intérieur de St Sébastien au lieu de profiter du Bd des Pas Enchantés. Comme vous le savez, ce boulevard a été aménagé par une promenade longeant la Loire. A première vue cet aménagement est séduisant :

la vue, l'esthétique (belles végétations), le confort (cheminement séparé de la voirie). Cet aménagement récent et sans doute coûteux est même cité en exemple.

Les 2 problèmes observés sont : 1- la mixité dangereuse avec les piétons.

Il existe au sol quelques rares indications, souvent recouvertes par la poussière, distinguant la partie piétons de la partie vélo. Autrement dit, le long de la promenade, les piétons marchent un peu où ils veulent, comme sur un chemin, sans même savoir que les vélos ont droit d'y circuler...

Je ne suis pas contre les vélos avec les piétons, mais il faut une bande distinguant les 2 types d'usager. Un peu comme en Allemagne (Berlin notamment) où les vélos roulent sur les trottoirs... aménagés. Une bande de goudron rose leur est réservée. Elle est respectée par les piétons et les vélos. Sur les Pas Enchantés j'ai constaté un vrai problème de sécurité.

2- L'état de la piste. Le revêtement du chemin ressemble à un mélange de sable et de terre. Une idée sympathique de l'aménageur mais qui sans doute fait rarement du vélo... En effet, par beau temps, la poussière soulevée par le passage du vélo est conséquente. Imaginez l'état du pantalon en arrivant au bureau... Par temps de pluie c'est là que ça se gâte. Le sol se transforme en boue collante, flaque d'eau. Je ne vous parle pas des lendemains de dégel en hiver, on a le droit à de

vraies ornières, qui embourbent le vélo. Le mieux, c'est quand ça regèle par dessus et là ce n'est plus du tout praticable (sauf en VTT-cross bien sûr). Emprunter la voirie ? Quand la

piste en sable n'est plus praticable, le vélo va sur la route, résigné. Poursuivi d'un charpelet de voitures bloquées derrière le maudit vélo. Et là, on se fait régulièrement klaxonner, voire insulter car nous n'allons pas sur la piste aménagée !

Armel Bellanger

Chicanes

Les bords de l'Erdre sur Nantes sont un lieu de promenade reconnu et très apprécié par les petits et les grands. Nombreux sont ceux qui longent la rive gauche sur Nantes à pied mais aussi à vélo. La grande majorité se balade tranquillement, en famille ou entre amis. Pourtant certains habitants du quartier voudraient interdire les deux-roues. Quelques cyclistes irrespectueux foncent tête baissée, roulent trop vite et font peur. Mais ne faut-il pas ajouter quelques chicanes aux endroits étroits, voire quelques graviers dans les virages et mettre quelques panneaux bien ciblés pour donner priorité aux plus fragiles (sans demander de mettre pied à terre sur 300 mètres !). Qu'en pensez-vous ?

Daniel

Gare BACO

Toujours mobilisé pour faciliter les transports collectifs dans l'agglomération, le Collectif Transport lance une action symbolique de pose de la première pierre de la gare SNCF "Baco". Cette station permettrait d'avoir un pôle d'échange central entre le réseau tramway et les futurs trains qui devraient être de plus en plus nombreux à circuler sur l'étoile ferroviaire nantaise pour une desserte péri-urbaine. Le 20 septembre à 11h00 parking Baco.

Marc

Contrôles techniques

Voici les contrôles techniques programmés :

- samedi 9 septembre à Orvault de 14 à 18h La Frébaudière
- dimanche 10 septembre à Vertou de 10 à 17h Complexe Sèvre et Maine
- dimanche 24 septembre à Carquefou de 10 à 18h La Fleuriaye

Les bénévoles sont souhaités pour participer activement à ces ateliers.

30 septembre 2006 9e Bourse aux Vélos

9h30-17h Place du Pont Morand à Nantes
9h30-11h00 : dépôt des vélos ; à partir de 11h00 : la vente commence ; à 16h00 : fin de la vente ; jusqu'à 17h00 : restitution des vélos invendus.

Nous avons besoin de bénévoles pour la journée. Plus d'informations : www.nantes.fubicy.org ou 02.40.200.400

Fête du Vélo 2007

Si vous êtes intéressé(e) pour participer activement ou ponctuellement au montage du projet, n'hésitez pas à contacter l'association ou à m'envoyer un e-mail : raphaelle.gouedard@fubicy.org. Le projet 2007 étant nouveau, tout est à imaginer mais d'ici quelques mois, ce sera figé. Bienvenue à tous !

Raphaëlle

Vélorution

La prochaine Vélorution est le samedi 16 septembre, première journée de la semaine de la mobilité. L'accent sera mis sur la nécessité de promouvoir le vélo en ville contre le tout-automobile, et également de dénoncer la semaine de la mobilité, qui n'est qu'une vitrine servant les pouvoirs publics, masquant le réel besoin d'une politique vélo à l'année et non sur une semaine, voire un jour.

RDV à 16 heures Place Pont-Morand en face de la préfecture.

Plus d'info sur http://velorutionnantes.free.fr/ Jérémie

Cyclistes brillez

Pont Morand les 18 et 19 octobre
Votre éclairage a des ratés ? Pas de problème, comme les années précédentes et toujours avec la participation d'ATAO, Place au Vélo propose un contrôle technique gratuit pour votre vélo. Ca se passe au Pont Morand, les mardi et mercredi 18 et 19 octobre de 10h à 17h.

Dimanche 10 septembre

Balade à vélo organisée par Didier :
Canal de la Martinière (45 km environ)
rendez-vous à 9h00, piscine Gloriette.
Retour 17h30. Prévoir un pique-nique

Dimanche 24 septembre

Journée Nationale des Voies Vertes Châteaubriand-Rougé (voir page 3)

Dimanche 1er octobre

Randonnée arboricole voir page 2

Dimanche 8 octobre

A la Chapelle sur Erdre. Réflexion sur la mise en place d'un jalonnement d'itinéraires dans la commune. Rendez-vous à 10h00 place de l'Eglise, balade de 2 heures pour découvrir la richesse des itinéraires de La Chapelle sur Erdre suivie d'une discussion autour d'un verre.

Voir l'actualisation sur le site PAV.

Voir aussi les week-ends sorties CCI page 6

❖❖❖ **N'hésitez pas à consulter le site internet et à réagir par mail...**

site > <http://nantes.fubicy.org>

mail > nantes@fubicy.org

SUR VOTRE AGENDA!

- **Samedi 16 septembre**
❖❖❖ Brico-Vélo à « Jours de fête »
- **Week-end 16-17 septembre**
❖❖❖ « Jours de fête » à St Herblain
- **Mardi 19 septembre**
❖❖❖ Assemblée générale
Maison des syndicats à 20h30
- **Samedi 30 septembre**
❖❖❖ Bourse aux vélos au Pont Morand
- **Du 15 au 22 septembre**
❖❖❖ Semaine de la mobilité (voir page 6)
- **Lundi 18 septembre**
❖❖❖ Conférence « santé » à 18h30 au Katorza
- **Dimanche 1er octobre**
❖❖❖ Randonnée « D'arbre en arbre »
- **Samedis 7 et 21 octobre**
❖❖❖ Brico-Vélo rue d'Auvours 14-18h
- **Mardi 18 et mercredi 19 octobre**
« Cyclistes brillez » au Pont Morand
- **Mardi 21 novembre**
❖❖❖ Assemblée générale
Maison des syndicats à 20h30



retrouvez-nous

au local pour le rendez-vous hebdomadaire
tous les jeudis de 17h à 20h
8, rue d'Auvours - 44000 Nantes
tél > 02 40 200 400
portable > 06 27 200 655

et aussi sur internet

mail > nantes@fubicy.org
site > <http://nantes.fubicy.org>
Pour s'inscrire à la liste de diffusion
envoyer un mail à : velo-serveur@fubicy.org
avec le sujet : join nantes-velo@fubicy.org.

Rédaction

Michel Brugnon
Yves Choquet
Daniel Daoulas
Pierre Descamps
Dominique Dupont
Charles Esmenjaud
Olivier Flamand
Thierry Gauchet
Raphaëlle Gouédard
Marc Peroy
Christophe Raverdy
Bernard Renou

* Vélocité est la revue bimestrielle de notre fédération, la FUBicy

Bulletin d'adhésion + abonnement à la Bicyc'lettre > individuelle 8 € - réduite 4 € - famille 12 € - association 32 € - école/collège 10 €
Adhésion + abonnement à Vélocité* 22 ou 26 €

nom _____ prénom _____
adresse _____
tél _____ e-mail _____

à envoyer à l'ordre de Place au Vélo - 8, rue d'Auvours - 44000 Nantes - tél > 02 40 200 400
date _____ signature _____