

# La bicyclette de dérailleurs

caen.fubicy.org



illustration :  associationin.free.fr

**N°9 – Avril 2016**

**Appel aux adhérents.** Vous avez été plusieurs à répondre à notre appel et à nous demander ce que vous pouviez faire pour aider Dérailleurs dans sa mission et devenir ainsi des bénévoles réguliers ou occasionnels. Le Conseil d'Administration vous propose ci-dessous une série d'actions dans lesquelles vous pourriez trouver le moyen de vous investir ou tout simplement donner un coup de main. Si l'une ou l'autre de ces actions vous intéressent, merci de nous le faire savoir en envoyant un mail à l'adresse [caen@fubicy.org](mailto:caen@fubicy.org). Merci à l'avance pour votre aide.

**A-P Hodierne**

- **Marquage Bicycode.** Le marquage antivol Bicycode est une de nos activités régulières. Outre le service qu'elle apporte, elle nous permet surtout de rencontrer de nouveaux cyclistes et d'échanger sur le vélo au quotidien. Nous assurons une session de marquage le 1er samedi de chaque mois mais nous sommes de plus en plus sollicités pour des sessions ponctuelles dans le cadre de telle ou telle animation. Si nous voulons pouvoir y répondre, il nous faut former de nouveaux opérateurs de marquage. Si cela vous tente (manipulation de l'outil de marquage ou tenue du secrétariat), merci de vous porter volontaire ... nous assurons la formation.
- **Permanences thématiques.** Afin d'animer nos permanences du samedi, nous pensons à les organiser sous forme d'après-midi thématiques (les équipements cyclables, acheter un vélo de ville ou de randonnée, les véloroutes et voies vertes, voir et être vu, etc ...). Nous avons besoin d'aide pour travailler à la réalisation de fiches thématiques et de visuels et tenir ces permanences.
- **Promenades à vélo.** Depuis la création de la Maison du Vélo, Dérailleurs organise chaque 2ème dimanche du mois des promenades matinales (exceptionnellement à la journée). Là aussi, nous sommes régulièrement sollicités pour en organiser plus fréquemment, selon d'autres modalités et à d'autres moments de la semaine. Si vous-mêmes êtes intéressés par la promenade ou la randonnée et êtes disposés à accompagner des groupes, manifestez-vous.
- **Etude des temps de déplacement.** En septembre 2014, Dérailleurs a commencé une série d'études sur les temps de déplacement dont vous trouverez la synthèse sur notre site. Courant 2015, cette activité a été mise en sommeil mais nous souhaitons la développer. Il s'agit de mesurer à un moment de la journée le temps mis à vélo, en voiture et en transport en commun pour relier deux points de l'agglomération. Il nous faut donc pour chaque test trois personnes. Si vous avez des disponibilités et/ou des itinéraires à nous proposer, nous sommes preneurs ...

- **Accompagnement de cyclistes débutants.** Comme vous le savez, la Maison du Vélo anime un service de Vélo Ecole destiné soit à des personnes qui n'ont jamais fait de vélo, soit à des personnes qui en ont perdu l'usage (le vélo ça ne s'oublie pas mais quand même ...). Après la Vélo Ecole vient le temps de l'insertion dans la circulation. C'est là qu'intervient *Dérailleurs* pour prendre en main le cycliste en apprentissage, le mettre en confiance et lui apprendre la conduite à tenir en ville. Moniteurs bénévoles ... c'est à vous. C'est un nouveau service qui ne demande qu'à s'organiser.
- **Sillonneurs des véloroutes et voies vertes.** Nous allons mener cette année une grande campagne de réactualisation de nos fiches descriptives des véloroutes et voies vertes (sur le site de l'AF3V), en commençant par notre département mais avec possibilité d'extension à l'ensemble de la Normandie. Une fois les fiches descriptives terminées et mises en ligne, le travail ne s'arrête pas là et il faudra parcourir régulièrement ces itinéraires pour en relever les modifications. Si vous aimez vous promener à vélo (ce dont je ne doute pas), si vous avez de la méthode et du goût pour la rédaction, vous pouvez grandement nous aider.
- **Sillonneurs en milieu urbain et péri-urbain.** Là aussi, si vous aimez vous promener à vélo, vous pouvez jouer un rôle actif en prenant en charge une ville ou un quartier, en remontant les problèmes et les améliorations souhaitables. Il s'agit d'un travail de suivi qui nécessite donc de la constance de la part de *Dérailleurs* pour pouvoir être crédible auprès de l'autorité chargée de la voirie et des équipements cyclables. Il s'agit d'un travail qui n'est pas fait aujourd'hui faute de disponibilités. Nous ne le mettrons en place que si nous pouvons en assurer la pérennité.

(APH)

### **Appel de cotisation 2016.**

Si vous n'avez pas encore réglé votre cotisation 2016, c'est le moment. Le tarif reste inchangé à 12 euros pour une adhésion individuelle et 18 euros pour une adhésion familiale. Vous pouvez utiliser le coupon-réponse joint à ce courrier ou bien vous rendre sur la page "Adhésion" de notre site. Nouveauté 2016, vous pouvez adhérer ou renouveler votre adhésion en utilisant le service sécurisé de paiement en ligne **HelloAsso**. A ce jour, 30 adhérents ont déjà utilisé ce service. Nous rappelons qu'en réglant votre cotisation via HelloAsso, vous n'êtes aucunement obligés de "faire un don" ou de "laisser un pourboire" comme proposé par le site. Sachez que 100% de vos dons ou cotisations sont reversés à *Dérailleurs* ; le "pourboire" est une façon pour le site HelloAsso de se financer, mais il n'est pas obligatoire. Si vous ne savez pas où vous en êtes de votre cotisation, il existe un truc simple : votre année de cotisation est inscrite en haut et à gauche de l'étiquette adresse sur l'enveloppe qui contient ce courrier. Si vous y voyez autre chose que "2016" c'est que vous n'êtes pas à jour ... **Merci de votre fidélité.**

### **Les rendez-vous permanents de *Dérailleurs***

- chaque samedi après-midi : permanence de *Dérailleurs* à la Maison du Vélo
- chaque 1er samedi du mois : session de marquage Bicycode à la Maison du Vélo
- chaque 2ème dimanche du mois : promenade matinale. Rendez-vous à 9h45 et retour entre 12h00 et 12h30.

Pensez à contrôler ces rendez-vous sur <http://caen.fubicy.org>

## **VELOROUTES ET VOIES VERTES HISTORIQUE ET AVANCEES EN FRANCE ET EN EUROPE**

*Il est souvent question dans nos lignes de ces fameuses véloroutes et voies vertes qui émaillent désormais nos territoires mais le lecteur peut n'avoir qu'une perception approximative et même erronée de ce que recouvrent ces deux expressions. Un historique de l'expérience « Eurovélo » permet de mieux mesurer l'avancée de ce réseau qui se développe grâce à la volonté et au dévouement de groupes très motivés à travers l'Europe, ébranlant sans faire de bruit le règne du tout-voiture à l'échelle d'un continent.*

Les Danois furent les précurseurs de l'idée d'un réseau européen de routes dédiées aux cycles en 1993 en la personne de Jens Erik Larsen. Lors de la conférence d'Amertsfort aux Pays-Bas, en 1995, un groupe de travail est formé au sein de l'ECF (European Cyclist's Federation) à partir de membres appartenant à différents pays du nord de l'Europe. Ce groupe propose déjà un réseau de 12 routes cyclables en Europe. Peu à peu, cartes et applications informatiques se mettent en forme avec l'implication de nouveaux pays européens.

Le projet prend de l'ampleur et se structure. En 1997, le projet « EuroVelo », soutenu par la Commission européenne est officiellement lancé à Logrono en Espagne. La première EuroVelo route sera inaugurée en 2001 (North Sea Route) et un guide apparaît l'année suivante. En 2009, le Parlement européen demande à la Commission et aux états-membres de considérer ce projet comme une opportunité de développement. D'où l'intégration au « Trans-European Transport Network » et la possibilité d'obtenir des subventions à hauteur de 50% du coût total engagé.

On trouve aujourd'hui à travers l'Europe 15 EuroVelo routes dont il est facile d'obtenir le descriptif sur le site internet d'ECF. Certaines ont été nommées par référence à des faits religieux ou historiques comme la Via Romea-Francigena de Londres à Rome (EV5), la véloroute des Pèlerins (EV3) ou la véloroute du Rideau de Fer (EV13). Les autres évoquent une zone géographique ou climatique : Véloroute Baltique-Adriatique (EV9), Baltique Sea Cycle (EV10) ou Véloroute de l'Atlantique (EV1).

7 routes EuroVelo concernent la France : l'EV17 (le Rhône), l'EV8 (la Méditerranée), l'EV6 (la Loire à Vélo), l'EV3 (baptisée localement la Scandibérique), l'EV1 (Atlantique), l'EV15 (le Rhin) et l'EV4 (Europe centrale). Cette dernière concerne directement la Normandie puisqu'elle en longe les côtes du Mont St Michel au Tréport.

En France, l'association française pour le développement des véloroutes et voies vertes (AF3V) a largement contribué à l'élaboration du schéma national des véloroutes et voies vertes (SN3V) validé en 1998. Certains grands itinéraires font partie du réseau européen. Dérailleurs adhère dès l'origine à l'AF3V et son président participe désormais à son conseil d'administration. Notons qu'en septembre 2014, ce dernier a nommé l'Association Dérailleurs Délégation d'Itinéraire (DI) pour la partie française de l'EuroVelo 4.

N'hésitez pas à consulter les sites internet de l'EuroVelo ([www.eurovelo.com](http://www.eurovelo.com)) et de l'AF3V ([www.af3v.org](http://www.af3v.org)) pour organiser vos prochaines sorties ou vacances à vélo ou, tout simplement, pour en rêver !

**(CC)**

## Ramasse-miettes et fourre-tout

« *Ramasse-miettes et fourre-tout* » est une collection de brèves ramassées ici ou là dans la Presse ou au détour d'un déplacement à vélo. Pour notre numéro d'avril, cette chronique s'est mise au diapason de la randonnée La Rochelle – Caen.

### Le cycliste, le vent, les bernaches et la trahison.

« Les bernaches viennent d'arriver. L'arrivée des bernaches annonce généralement l'arrivée du froid. Elles arrivent de Pétaouchnock, là-bas dans le Nord. Elles font une escale technique quelque part en Scandinavie. Et hop, elles débarquent en Bretagne avant de repartir pour l'Afrique du Nord. Les bernaches sont des oies. Elles volent en V, comme tout le monde dans le ciel, même la patrouille de France. Une fois l'aire d'amerrissage repérée, le chef de vol passe le message aux autres et aussi sec, tout le monde descend. Dans l'eau. Elles passent leurs journées à se prélasser dans la mer et à papoter...

C'est à vélo que je les ai découvertes, les bernaches. J'ai dit à mon vélo : tiens les bernaches sont là ! Pour toute réponse, mon vélo a sauté une vitesse. Qu'est-ce qu'on sue à vélo ! Attendez pas d'erreur, moi c'est pas le vélo de course, le maillot façon Tour de France, le casque et les cale-pieds. Moi, c'est le vélo peinard, tranquille sur les petites routes le long des côtes, pour dénicher les bernaches. N'empêche le long des côtes, c'est plein de côtes. Qui grimpent sacrément sec, qui scient les mollets, qui te démolissent les genoux, qui te font ahaner comme un damné. Et donc suer. Evidemment l'intérêt d'une côte, c'est que dans l'autre sens c'est une descente. Alors là, hardi petit, un bon coup de pédale au sommet, on lâche tout, roule Raoul, fonce Alphonse, dégagez devant, le fou volant arrive, banzaï ! C'est grisant la descente, le vent siffle aux oreilles, on voit se rapprocher la mer tout au bout, on fonce à toute berzingue, salut les bernaches, faites-moi une place, j'atterris ! »  
(Alain Rémond - journal Marianne 2006. Alain Rémond est, entre autres, philosophe, chroniqueur, écrivain et ... cyclotouriste).

### Les sept commandements de VELOCIO.

*Paul de Vivie dit VELOCIO (29 avril 1853 - 4 mars 1930 ) est la figure emblématique du cyclotourisme français. Vélocio est son pseudonyme littéraire. Ce pseudonyme évoque le vélo et la vitesse, il peut se traduire par " celui qui va vite à vélo ".*

1. Repas légers et fréquents ; manger avant d'avoir faim et boire avant d'avoir soif.
2. Haltes rares et courtes, afin de ne pas laisser tomber la pression.
3. Rayer de l'alimentation, au moins en cours de route : le vin, la viande et le tabac.
4. Se couvrir avant d'avoir froid, se découvrir avant d'avoir chaud, et ne pas craindre d'exposer l'épiderme au soleil, à l'air, à l'eau.
5. Ne jamais aller jusqu'à la fatigue anormale qui se traduit par le manque d'appétit et de sommeil.
6. Ne jamais forcer, rester en dedans de ses moyens, surtout pendant les premières heures où l'on est tenté de dépenser trop parce qu'on se sent plein de forces.
7. Ne jamais pédaler par amour propre.

(GS)

**Association Déraillleurs – Maison du Vélo – 54 quai Amiral Hamelin – 14000 CAEN**

courriel : [caen@fubicy.org](mailto:caen@fubicy.org)

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

Membre de la FUB : Fédération française des Usagers de la Bicyclette

Membre de l'AF3V : Association Française de développement des Véloroutes et Voies Vertes

SIRET : 512 929 704 00025



**MAISON DU VÉLO**