

Bulletin d'Informations N°15 – Septembre 2004

Des Véloroutes et des Voies Vertes ; de la Sécurité ; de la Santé !

Chers Cycladines et Cycladins,

Le circuit-découverte de ce mois-ci sera un peu particulier, puisqu'il emmènera les participants à la découverte de la voie verte qui relie Lourdes à Argelès-Gazost dans les Hautes-Pyrénées. Ce dimanche 3 octobre, ce sera ainsi une façon pour « Pau à Vélo » de marquer le coup des journées européenne (le 19 octobre) et nationales (les 25 et 26 octobre) des Voies Vertes 2004. Rappelons que « Pau à Vélo » joue le rôle de relais « Béarn » pour l'Association Française pour le développement des Véloroutes et Voies Vertes (AF3V), basée à Toulouse. D'ailleurs, le président de l'AF3V, Monsieur Julien SAVARY, a annoncé qu'il honorerait notre balade de sa participation.

Si vous avez participé au circuit-découverte du dimanche 5 septembre, vous aurez pu constater que nous exposons quelques accessoires destinés à renforcer la sécurité du cycliste. Dans ce Bulletin, nous vous proposons de retrouver ces articles (écarteurs de danger, pinces réfléchissantes et gilets fluorescents), dont vous pourrez nous passer commande si vous êtes intéressés. Renforçons tous ensemble notre sécurité à vélo, pour le bien de tous et le partage harmonieux de la route !

« Pau à Vélo » souhaite, à l'occasion de cette rentrée 2004, mettre l'accent sur un thème qui lui est cher, celui de la bicyclette comme moyen de rester en meilleure santé. Dans cette démarche, notre association s'efforcera d'informer sur ce sujet pour qu'un maximum de personnes puissent se rendre compte des bienfaits que procure la pratique quotidienne du vélo, en ville comme ailleurs.

Savez-vous, à propos, qu'une demi-heure de vélo ou de marche à pied rapide chaque jour permet de réduire de moitié le risque de cardiopathie coronarienne et diminue aussi le risque de diabète, d'hypertension, d'ostéoporose, d'obésité et de cancer du colon ? Les possibilités d'améliorer la santé et le bien-être par un accroissement de l'activité physique sont énormes.

(citation de l'OMS, in Le Brethon, 2004, page 57, ouvrage disponible au centre de documentation de « Pau à Vélo »)

RÉUNION MENSUELLE

MERCREDI 29 SEPTEMBRE À 20H30

la Pépinière, 6 Av. Robert Schuman

- 🚲 Les dossiers en cours
- 🚲 Comptes-rendus des Groupes
- 🚲 Les prochains rendez-vous
- 🚲 Circuit-découverte Lourdes → Argelès
- 🚲 Annonce de l'Assemblée Générale
- 🚲 Situation financière, fichier des adhérents

N.B. : Cette réunion sera précédée d'une séance de dépouillement des nombreux documents rapportés par Odile et Pierre HAMELIN du congrès de la FUBICY à Marseille. Pour les personnes intéressées, rendez-vous à la Pépinière à partir de 19h00 !

Réunion suivante : mercredi 27 octobre

Assemblée Générale : mercredi 24 novembre
 (date sujette à modification)

AUTRES RENDEZ-VOUS

- 🚲 **Circuit-découverte**, dimanche 3 octobre à Lourdes, départ 10h00 du pied du funiculaire du Pic du Jer (location vélo), pour une balade exceptionnelle jusqu'à Argelès-Gazost ; retour prévu dans l'après-midi.

Prévoir pique-nique et bonne humeur !

- 🚲 **Groupe « Jeunesse et Scolaires »**, mardi 5 octobre à 20h30, au P'tit Caf', Centre Social de la Pépinière, 6 Av. Robert Schuman à Pau
- 🚲 **Groupe « Promotion et Animation »**, mercredi 6 octobre à 20h30, brasserie l'Aragon, Squ. Georges V / Bd. des Pyrénées.
- 🚲 **Groupe « Aménagements et Solutions Cyclables »**, mercredi 13 octobre à 20h30, Centre Social de la Pépinière, 6 Avenue Robert Schuman à Pau.

GROUPE « AMÉNAGEMENTS ET SOLUTIONS CYCLABLES » – 15 septembre 2004 (20h30–22h30)

Contact : Bruno CALINE – 2, Rue Guillaumet, 64000 PAU – 05.59.30.53.63 – bruno.caline@wanadoo.fr

Après la coupure de juillet-août, cette réunion de rentrée a été consacrée à la redéfinition des chantiers à entreprendre. Une première liste de chantiers ainsi que la composition des membres de chaque chantier ont été établies. Compte tenu de l'absence de certains membres habituels du groupe de travail, ce projet doit être consolidé. Merci aux personnes absentes de m'adresser leur avis et confirmation éventuelle par e-mail ou courrier.

chantier "schéma directeur du réseau cyclable sur Pau et la communauté d'agglomération" équipe: Marc Lescanne, Michel Rietsch, Sylvain Thibeau

Objectif : définir les grands principes qui vont guider le développement d'un réseau cyclable continu sur Pau et son agglomération. à compléter par Marc Lescanne

État d'avancement du chantier : : nouveau chantier

Actions avant la prochaine réunion du groupe :

- 1- ville de Pau: utiliser les résultats de la commission "aménagement cyclables", notamment le plan des itinéraires cyclables proposés par le bureau d'étude Concept Ingénierie Diffusion (Christophe Sabatier) et définir les grands principes et les actions prioritaires pour réaliser sur Pau un réseau cyclable continu. Action: Marc Lescanne, Michel Rietsch, Sylvain Thibeau
- 2- communauté d'agglomération: récupérer auprès d'Olivier Garel (Hôtel de France, Place Royale) un plan numérique de la CdA et réfléchir au futur réseau "structurant" du PDU (utiliser le plan figurant dans le projet du PDU de Novembre 2002). Action: Marc Lescanne, Michel Rietsch, Sylvain Thibeau

chantier "le cœur de Pau"

équipe: Bruno Caline, Michel Rietsch, Odile Hamelin, Philippe Rançon, Jacqueline Schetober

Objectif : encourager et développer la pratique du vélo en centre ville. Le projet vise à mieux partager l'espace public et la rue entre tous les usagers afin de favoriser le "bien vivre" en ville. Le projet doit servir de document de référence pour orienter les propositions de "Pau à Vélo" lors de la concertation prochaine avec la municipalité de Pau sur l'aménagement d'une vaste zone piétonnière dans le centre-ville.

État d'avancement du projet : le dossier "Principes pour encourager l'usage du vélo comme mode de déplacement au quotidien" (5 pages de texte et 3 figures) a été remis à la municipalité lors de la rencontre du 30/03/2004.

Actions avant la prochaine réunion du groupe :

- 1- consulter en mairie le dossier du parking Clemenceau lors de l'enquête d'utilité publique (du 6 septembre au 8 octobre inclus) - action: J. Schetober et P. Rançon.
- 2- rédiger une contribution présentant la position de "Pau à Vélo" sur les aménagements souhaitables pour les cyclistes - B.C.
- 3- rencontrer le commissaire-enquêteur Pierre Martin lors de sa permanence du 1er octobre (entre 14h et 17 h) pour lui présenter notre contribution. Action: B. Caline

chantier "les itinéraires malins"

équipe: Philippe Rançon, Odette Blois, Christel Lagrille, Pascale Perez, Alain Dubedout, Claude Arla

Objectif : reporter sur un plan de Pau les itinéraires préférés des "cycladins" paoliens. Les itinéraires sélectionnés sont figurés en distinguant les tronçons selon 3 catégories, (1) "sécurisé pour le cycliste", (2) "non sécurisé mais sans danger pour le cycliste", (3) "non sécurisé et dangereux pour le cycliste". Préparer une maquette du plan en s'inspirant de la carte des itinéraires cyclables éditée par la mairie de Toulouse. Cette maquette à l'effigie de "Pau à vélo" pourrait être ensuite transmise à la municipalité pour être éditée et largement diffusée sur Pau.

Définition du chantier : le projet est élaboré en tenant compte des orientations suivantes: (1) utiliser de préférence des aménagements déjà existants (pistes et bandes cyclables, bandes multifonctionnelles), (2) commencer par tracer ces itinéraires selon un axe Nord - Sud, (3) étudier ensuite les itinéraires Est - Ouest afin de constituer ainsi un maillage de voies cyclables dans la ville, (4) emprunter à vélo ces circuits afin de les tester, (5) tracer ces itinéraires sur la carte de la ville en utilisant les couleurs selon le code défini.

État d'avancement du chantier : une maquette provisoire des plans (itinéraires malins et aménagements cyclables) est désormais disponible.

Actions à entreprendre :

- 1- mise à jour de la maquette provisoire des 2 plans. Action: Philippe Rançon
- 2- préparer les textes et illustrations des rubriques qui accompagneront le plan des itinéraires malins (recto) et le plan des aménagements cyclables existants (verso). Action: toute l'équipe

chantier "dossiers d'aménagements cyclables"

équipe: Bruno Caline, Odile et Pierre Hamelin, Marc Lescanne

Objectif : proposer et accompagner les aménagements cyclables sur Pau et ses environs pour favoriser l'usage du vélo comme mode de déplacement au quotidien.

Actions à entreprendre :

- 1- **participer aux** réunions techniques avec le service de l'urbanisme et de la voirie de Pau (J.P. Bombaut, S. Sallavéria, xxx, R. Lalanne, A. Cazeneuve) sur l'aménagement cyclable de l'avenue Dufau et du cours Lyautet. Action: Pierre Hamelin, Bruno Caline, Marc Lescanne.
 Lescanne.
- 3- suivre les actions entreprises avec la municipalité de Jurançon pour l'aménagement de l'itinéraire Gaston Cambot au collège Gabard confié à une équipe de concepteurs. Action: Pierre et Odile Hamelin

4- recontacter la municipalité de Billère pour aider les services techniques de la ville à préparer un schéma d'itinéraires cyclables.
Action: xxx (volontaire?)

**chantier "voies vertes en Béarn"
équipe: Marc Lescanne, Didier Malifarge**

Objectif : étudier les possibilités d'aménager des voies vertes pour réaliser le tronçon en Béarn qui permettrait de relier Toulouse à Bayonne en passant par Tarbes et Pau.

État d'avancement du chantier : : nouveau chantier

Actions à entreprendre :

- 1- prendre contact avec Julien Savary, président de l'AF3V qui devrait participer à la sortie sur la voie verte de Lourdes à Argeles-Gasost le 3 octobre. Action: Marc Lescanne, Didier Malifarge
- 2- contacter la municipalité d'Orthez qui travaille sur un projet de voie verte du gave. Action: Pierre Hamelin

autres points abordés

- 1- envisager de lancer un plan de déplacement d'entreprise auprès des gros employeurs de la CdA (candidats: Total, Turbomeca, Cité Administrative, Municipalité de Pau, Université de Pau et des Pays de l'Adour, Coop de Pau) - proposition de Bruno Caline
- 2- toutes informations des groupes de travail doivent-elles être accessibles à tous sur le site web de "Pau à Vélo" - question de Marc Lescanne
- 3- nécessité de promouvoir un système de prêt de vélo pour les étudiants paloïis - proposition de Bruno Caline et Didier Malifarge.

La date de la prochaine réunion du groupe est fixée au mercredi 13 octobre 2004, à 20.30, au Centre Social de la Pépinière, 6 avenue Robert Schuman à Pau

GRUPE « PROMOTION ET ANIMATION » – réunion du 1^{er} septembre 2004 (20h30–22h00)

Contact : Pierre HAMELIN – 16, Rue Michel de Coulom, 64110 JURANÇON – 05.59.06.44.20 – piohamelin@wanadoo.fr

La rentrée d'automne 2004 de « Pau à Vélo »

Informations diverses

Pour rappel, les informations suivantes ont été passées en réunion mensuelle le mercredi 26 août 2004.

- Les écarteurs de danger rapportés de Genève sont en vente (2 modèles) au prix de 2€ et 4€. En vente également, des pinces à vélo réfléchissantes "slap wrap" à 3€ pièce, ainsi que des gilets fluorescents de la FUBicy, à 12€ pièce (demander modèle court).
- Pour la semaine européenne de la mobilité, du 16 au 22 septembre, les deux thèmes retenus sont « Faites vos courses à vélo », et « Des rues sûres pour nos enfants ». La journée « Bien en ville sans voiture » aura lieu comme chaque année le 22 septembre.
- Pour le magazine Vélocité de la FUBicy, l'Association Française pour le développement des Véloroutes et Voies Vertes (AF3V) lance un appel à récits sur des vacances à vélo, originaux ou pittoresques.
- Pour rappel, « Pau à Vélo » relaie l'AF3V pour le secteur Béarn, et prendra prochainement des contacts avec les collectivités locales. Des suggestions ont été faites, d'itinéraires à étudier en termes de voies vertes : Pau-Bayonne, Jurançon-Gan, Louvié-Juzon-Laruns. Le « catalogue 2004 des véloroutes et voies vertes » peut être commandé auprès de notre association.
- La journée européenne des voies vertes est programmée au 19 septembre 2004. Comme en France cette date se télescope avec les journées du patrimoine, l'AF3V l'a déplacée aux 25 et 26 septembre 2004. « Pau à vélo » se démarquera encore plus, en organisant son circuit-découverte du dimanche 3 octobre sur la voie verte reliant Lourdes et Argelès-Gazost. Christophe NUSSBAUMER va contacter Julien SAVARY, Président de l'AF3V, qui habite Toulouse et voudra peut-être participer à cette sortie.
- Justement, pour le circuit-découverte du 3 octobre, des renseignements ont été pris concernant les points suivants :
 - La SNCF ne peut transporter que 3 vélos par TER, et en plus les horaires ne sont pas pratiques (!)
 - il y a un service de location de vélos à Lourdes, au tarif de 12€
 - En résumé, il vaudra mieux s'organiser entre cycladins pour transporter soi-même les vélos jusqu'à Lourdes. Départ 10h00 du pied du funiculaire du Pic du Jer (location vélo), pour une balade exceptionnelle jusqu'à Argelès-Gazost ; retour prévu dans l'après-midi ; prévoir pique-nique et bonne humeur, « Pau à Vélo » réservera le soleil.
- Un samedi matin, jour de marché, « Pau à Vélo » compte tenir un stand le matin aux Halles de Pau, dans le coin où de nombreux cycladins posent leur bicyclette pour faire leurs courses. Il faut se mettre en contact avec le placier afin d'obtenir l'autorisation et de payer la mise à disposition de l'emplacement (action Pierre HAMELIN). Florence NUNÈS fournira deux tréteaux et une table ; Christophe NUSSBAUMER fournira la "nappe".
- En préalable à la prochaine réunion mensuelle, une séance d'analyse des documents FUBicy rapportés par Pierre HAMELIN du congrès de Marseille, aura lieu à la Pépinière le mercredi 29 septembre, à partir de 19h00. Bruno CALINE réserve la salle.

Carnaval à vélo ?

Cela ne sera malheureusement pas possible, pour diverses raisons de sécurité du cortège. Cependant, Annie DULEAU suggère les deux actions suivantes :

- Notre circuit-découverte du 6 février pourrait se faire déguisé, sur un thème similaire à celui du Carnaval Biarnès.
- Cela permettrait de faire quand même paraître « Pau à Vélo » sur le programme du carnaval.

Communication de rentrée

Notre action pour annoncer le circuit-découverte du 5 septembre et la rentrée de « Pau à Vélo », a été assez efficace. En effet, voici toutes les communications qui ont été effectuées :

- Communiqué en début de semaine dans la presse.
- Interview de Pierre HAMELIN par Isabelle YOUNG sur France Bleu Béarn le 1er septembre.
- Rencontre avec « Pyrénées Presse » et « Sud-Ouest » le 1er septembre pour deux articles à paraître au plus tard le 4 septembre.

- Annonce du circuit sur les panneaux électroniques de la Ville de Pau.
- Annonce des prochains rendez-vous sur notre site Internet <http://fubicy.org/pau>, ainsi qu'en deux emplacements (portail des associations et agenda) sur celui de la Ville de Pau <http://www.pau.fr>.
- Envoi par mail aux abonnés de la newsletter sur <pau-velo@fubicy.org>.

Journal « le Cycladin »

> Nous comptons sortir le prochain numéro (N°5) fin septembre. Le thème qui avait été initialement retenu (état des lieux sur les demandes d'aménagements et aménagements existants à améliorer), est remplacé par un thème « Congrès de la FUBicy » de Marseille, dont le thème était « Le vélo n'est-il bon que pour les Hollandais ? ». C'est Pierre HAMELIN qui va rédiger ce dossier, tandis que Christophe NUSSBAUMER récupèrera des photos sur (1) le congrès lui-même, et (2) la balade qui a été organisée pour l'occasion dans Marseille. Bruno CALINE se chargera de l'édition. C'est Florence NUNÈS, comme d'habitude, qui se chargera de la mise en page, puis après validation Christophe fera l'édition finale et les tirages.

N.B. : Pierre HAMELIN, qui participera le samedi 18 septembre au Comité Directeur de la FUBicy, y présentera son texte sur le congrès de Marseille ; il est donc important que le premier jet de notre « Cycladin » N°5 soit prêt avant son départ...

> Pour le numéro suivant (N°6), le thème pourrait être « L'année de la Chine », pour une sortie début décembre. On reporterait alors à 2005 le point sur les aménagements.

Action « vélo et santé »

Lors de la réunion mensuelle du 26 août 2004, Alain MEYER qui travaille comme infirmier de bloc opératoire à l'hôpital de Pau, accepte de chercher des contacts pour cette action, dans le cadre de l'hôpital. Un petit groupe est formé sur le sujet. Parmi les adhérents intéressés, on note Jacqueline SCHETOBER, Christophe NUSSBAUMER.

Alain MEYER a mentionné quelques contacts possibles à l'hôpital, il les contactera prochainement. Christophe NUSSBAUMER ajoute qu'il prendra contact avec un adhérent de « Pau à Vélo » qui est médecin à l'hôpital. D'autre part, il serait judicieux de prévoir une prise de contact avec la Sécurité Sociale qui dispose peut-être de moyens de communication efficaces sur ce thème.

Congrès 2005 de la FUBicy à Bordeaux

Pierre HAMELIN, qui est élu au Comité Directeur de la FUBicy, va faire passer l'idée d'un véritable forum des associations à l'occasion de ce congrès qui se déroulera le deuxième weekend des vacances de Pâques (zone Bordeaux). « Pau à Vélo » pourrait avoir son rôle à jouer, aux côtés de Bordeaux, dans la préparation de cet événement.

Fiches « itinéraires malins »

En complément du travail en cours au sein du groupe « Aménagements et Solutions Cyclables » sur la réalisation d'un « Plan des Itinéraires Malins », le groupe « Promotion et Animation » souhaite préparer une série de fiches sur le même thème.

Le contenu de ces fiches se veut, non pas de présenter de manière exhaustive un itinéraire complet pour se rendre du point "A" au point "B", mais plutôt d'apporter un éclairage ponctuel sur les petits "trucs" des cycladins. Par exemple, un passage sécurisé et peu connu, une traversée de jardin pittoresque, ou un cheminement permettant d'admirer un paysage ou un monument.

Ces fiches seraient éditées à destination de la Presse locale, pour une parution tous les deux mois par exemple. Il s'agirait donc d'en avoir toujours deux ou trois d'avance afin de garantir la régularité de la publication. À terme, lorsqu'un nombre suffisant de fiches auraient été réalisées, on pourrait en éditer un recueil qui accompagnerait utilement le « Plan des Itinéraires Malins ».

Avant de lancer cette action, une discussion sur le sujet sera nécessaire avec les acteurs du groupe « Aménagements et Solutions Cyclables », plus particulièrement Philippe RANÇON et Alain DUBEDOUT. Une maquette va être préparée (action Christophe NUSSBAUMER, exemple du passage des tours Aspin), pour envoi à tous les adhérents qui pourront faire des suggestions. Au verso de cette maquette, un texte explicatif (rédaction Pierre HAMELIN) donnera les instructions nécessaires.

Animation interne - vie de l'association

> SOIRÉE ANNIVERSAIRE : La date est fixée au vendredi 3 décembre ; l'animation consistera en un circuit nocturne (qui remplacera l'habituel circuit du dimanche), suivi d'une présentation sur la Chine et d'un repas dans un restaurant chinois près de la Place Clémenceau ; le « Cycladin N°6 », sur le thème de l'année de la Chine, sortira à cette occasion.

> RÉUNION DU BUREAU en préparation

> RÉUNION DU CA en préparation

PROCHAINE RÉUNION « PROMOTION ET ANIMATION »

Prévue le mercredi 6 octobre 2004 à 20h30 à la Brasserie l'Aragon Square Georges V / Bd. des Pyrénées

GROUPE « JEUNESSE ET SCOLAIRES » – réunion du 7 septembre 2004 (20h30–22h00)

Contact : Annie DULEAU – 5, Rue d'Armagnac, 64000 PAU – 05.59.32.74.07

RENCONTRE AVEC LES ÉTUDIANTS

Le Jeudi 28 octobre 2004, à l'occasion de la journée du sport organisée par l'Université, nous envisageons de nous remettre en contact avec les étudiants par le biais d'une enquête sur leurs modes de déplacement et leur besoins ; l'enquête effectuée au printemps nous a permis de savoir que 30 % d'entre eux utiliseraient un service de prêt de vélos s'il y en avait un sur le campus.

Nous distribuerons les enquêtes à l'entrée du restaurant universitaire et nous les récupérerons à la sortie.

Nous envisageons de leur donner un plan du réseau cyclable de PAU (à voir avec le groupe « Aménagements et Solutions cyclables »)

RENCONTRE AVEC LES COLLEGIENS « Les collégiens entretiennent leur vélo »

Entre le lundi 4 octobre et le vendredi 22 octobre 2004, nous envisageons d'aller à la rencontre des jeunes de quatre collèges palois :
- Clermont - Sainte Ursule - Saint Dominique - Beaufrène

Entre 12 heures et 14 heures, deux personnes de l'association iraient animer un atelier de vérification de l'état du vélo, avec une "Fiche guide de vérification" donnée aux collégiens et qu'ils complèteraient eux-mêmes. Les professeurs intéressés seront invités à participer à cette action. Il est prévu la même action dans les quatre autres collèges palois au 3ème trimestre.

PROCHAINE RÉUNION « JEUNESSE ET SCOLAIRES »

Prévue le mardi 5 octobre 2004 à 20h30 au P'tit Caf, Centre Social de la Pépinière, 6 Avenue Robert Schuman à Pau.

Bulletin d'Informations N°15 – Septembre 2004

Supplément

Pour la sécurité à vélo

On a beaucoup parlé du casque, qui protège bien la tête en cas de chute. Au-delà de la simple protection, certains autres accessoires sont utiles à la prévention des accidents. C'est le cas des articles présentés ci-dessous.

→ Pour toute commande, veuillez téléphoner ou écrire à « Pau à Vélo » ! ←

Écarteurs de danger :

Deux modèles rapportés de Suisse, qui s'adaptent sur n'importe quel vélo. Fixation simple autour d'un tube de cadre ou d'une tringle de porte-bagage, avec adaptateurs de diamètre, par vis cruciforme. Longueur 35 cm. L'écarteur peut se rabattre lorsqu'il n'est pas utilisé.



Tarif modèle 1 : 2€ (6 exemplaires disponibles)

Tarif modèle 2 : 4€ (5 exemplaires disponibles)

Pinces à vélo réfléchissantes « slap wrap » de la FUBicy:

Ces pincettes réfléchissent la lumière à une distance de 150 mètres.
Modèle "slap wrap": armature souple qui s'enroule toute seule sur le mollet ou le bras.
Fiable et confortable, tient bien sans serrer ; slogan : « j'y vais à vélo et ça se voit ».



Tarif : 3€ la pièce

Gilet fluorescent haute visibilité :

Gilet jaune fluo avec bandes réfléchissantes et logo FUBicy dans le dos ; lavable et visible à 200 m, haute qualité. Fermeture velcro. Classe 2 selon la norme européenne EN 471. Visible également à distance, il vous servira en plus pour vos déplacements vers l'Espagne (pour rappel, 2 triangles de panne, 2 gilets fluorescents, 1 lampe de poche et 1 trousse de secours y sont obligatoires). 2 modèles : Court ou Long (grandes tailles).



Tarif : 12€ l'unité

✂ ----- Bulletin d'adhésion -----

Familiale : 20€ ; Individuelle : 15€
Étudiants et sans-emploi : 10€ ; lycéens, écoliers : 5€
Chèque à l'ordre de « Pau à Vélo »

NOM :

PRÉNOM :

Adresse :

Tél :

E-mail :

Pau*
à vélo
Le Vélo, plus qu'un sport,
un moyen de transport!