



PRC Magazine Avril 2023

Continuez à venir nombreux nous soutenir

Bulletin adhésion 2023 [ici](#)

Bienvenue dans l'ère du vélo



Si la France fait partie des pays qui ont entamé leur baisse d'émissions à gaz à effet de serre, le transport reste le secteur émetteur prédominant qui lui ne diminue pas, et notamment le transport des particuliers. Il est grand temps de considérer le vélo comme une solution pleinement alternative au tout-voiture, l'écosystème vélo laisser une large place aux réponses à apporter tant sur le plan du changement de pratique de mobilité que sur les modalités pratiques de mise en place d'un vrai système vélo performant. Les investissements favorables au climat progressent dans leur ensemble, les pouvoirs publics peinent à sortir du paradigme du tout-voiture en matière de budget transports. Pourtant, en stoppant la construction de nouvelles routes, ce ne sont pas moins de 12 milliards d'euros d'argent public qui pourraient être redirigés vers les transports collectifs, la marche et le vélo. Quels sont les obstacles à cette bifurcation ? Quels rôles respectifs doivent jouer l'Etat et les collectivités territoriales ? Les arbitrages financiers du Plan Vélo sont déterminants pour la réalisation sur le quinquennat des 50 000 kilomètres de pistes cyclables demandés par les acteurs du vélo, étape indispensable pour atteindre la neutralité carbone en 2050.



Le vélo, outil d'émancipation de la femme

Où sont les femmes. Eh bien elles sont de plus en plus à vélo La relation entre le vélo et les femmes est loin d'être une évidence. Les femmes ont dû lutter activement pour gagner le droit de rouler à bicyclette. Le vélo femme pourrait presque être considéré comme une conquête. En Europe, et en France particulièrement, la part des femmes roulant à vélo augmente progressivement, mais la parité est encore loin d'être atteinte. Le vélo, outil d'émancipation de la femme Il toujours a aidé les femmes à se faire une place dans un univers masculin. Aujourd'hui faire du vélo pour les femmes est une évidence, mais cela n'a pas toujours été le cas .Il a contribué à libérer les femmes de leur carcan imposé par la société, à commencer d'abord par leur carcan vestimentaire. Impossible d'évoquer l'histoire du vélo et des femmes sans évoquer les suffragettes qui ont permis aux dames de pouvoir enfin porter des pantalons bouffants, dits « bloomers » pour enfourcher leur bicyclette. Un avenir radieux est promis au vélo dans les villes, il semble paré de toutes les vertus. Déjà vanté dans l'aménagement des villes et les bonnes pratiques du développement durable, il devient à présent un nouvel acteur. Pour de l'accident et sentiment d'insécurité la nuit **Les avantages du vélo** sont pour elles la gestion de leur temps et de leur corps (pas de promiscuité, dans les transports en commun notamment), la pratique d'une activité physique, des économies et une attitude responsable face aux questions d'environnement. **Les inconvénients** : elles sont toujours plus chargées que les hommes, accompagnent leurs enfants à l'école et aux activités, ont davantage peur de la chute et de l'accident, se sentent en insécurité la nuit. Pour toutes ces raisons elles préconisent des pistes cyclables en site propre et éclairées, des arceaux et des garages à vélo au domicile, à l'école et au travail, de la signalétique,.../....



.../... Elles souhaitent que les enfants apprennent à faire du vélo en ville et des ateliers de remise en selle pour celles qui en ont perdu l'habitude. Plus il y aura de pistes cyclables, plus il y a de femmes à vélo. Le vélo à assistance électrique (VAE). efface le relief et le vent devient plus sécurisant de rouler. Il a été un des ressorts qui a mis énormément de monde à vélo. Néanmoins, si la tendance va vers davantage d'égalité homme-femme, il reste du chemin à parcourir. Il n'est que le révélateur de la place des femmes dans la société. Pour les femmes qui ont franchit le pas, le sentiment qui revient le plus est celui de liberté. Elles deviennent maîtresses de leurs trajectoires, de leurs mouvements, en totale indépendance. Cet instant où elles sont seules sur leurs vélos des moments précieux pour les femmes: C'est est un peu le nouveau balai des sorcières.



L'entretien de la batterie du vélo à assistance électrique



Si votre vélo à assistance électrique est neuf, sachez que pour tirer pleinement profit de la capacité de sa batterie, celle-ci doit subir 2 à 3 cycles de charge/décharge complets. En acquérant votre vélo, pensez donc à respecter cette première consigne. Si vous n'utilisez pas votre



monture durant plusieurs mois, veillez à retirer sa batterie. Dans ce cas, il faut la stocker dans un endroit à l'abri de la lumière. Il faut aussi éviter qu'elle se décharge complètement. En cas de non utilisation prolongée, et surtout en hiver, il est conseillé de procéder à une charge complète de votre batterie une fois tous les 2 mois.

Par ailleurs, lorsque vous chargez votre batterie de VAE, évitez de le faire en plein soleil. Il est également conseillé d'effectuer la charge loin de sources de chaleur. Si cela se fait en hiver, évitez qu'elle se fasse en température négative. Procédez toujours en plaçant votre batterie dans un lieu sec et de préférence avec une température comprise entre 15 et 30° C. En suivant ces conseils, vous permettez à votre batterie de durer plus longtemps. En outre, en cas de choc causé par une chute ou un accident et si votre batterie ne fonctionne plus, adressez-vous à un professionnel. Dans tous les cas, évitez de l'ouvrir ou de la réparer vous-même. Cela ne ferait qu'empirer les choses. Il se peut cependant que votre batterie faiblisse inexorablement. Il existe des services de reconditionnement de batterie VAE afin de vous permettre de prolonger sa durée de vie.

Au niveau du moteur du VAE



Pour ce qui est du moteur, il faut savoir qu'il s'agit d'un des éléments les plus fiables d'un VAE. Les moteurs sont fabriqués en conformité avec de nombreuses normes. En général, ils sont conçus pour être d'une solidité à toute épreuve. Ainsi, à ce niveau, il faut juste vérifier de temps en temps le serrage du moteur au niveau de la roue ou du pédalier. En cas de problème lié à la motorisation, il est plutôt conseillé de s'adresser à des professionnels. Ceux-ci disposent généralement de tout ce qu'il faut pour effectuer un diagnostic précis de cet élément. Par ailleurs, les fabricants de moteur de VAE tels que Bosch ou Yamaha disposent d'une logistique permettant de répondre aux éventuels problèmes mécaniques. En cas de souci, n'hésitez pas à les contacter. Ils sauront vous donner tous les conseils nécessaires. En outre, pour éviter tout problème lié au moteur, lors de l'achat de votre VAE, choisissez toujours un moteur conforme à votre type d'utilisation. Évitez d'opter pour un moteur trop peu puissant, surtout si vous utilisez votre vélo sur un parcours vallonné. Ainsi, vous éviterez qu'il ne chauffe ou ne s'use prématurément. Optez de préférence pour un moteur avec beaucoup de couple.

Le vélo

Une chance pour réenchanter notre territoire

Vélo & Territoires publie le Schéma national des véloroutes 2023



Au sortir d'un cycle d'actualisation de trois ans, Vélo & Territoires publie le Schéma national des véloroutes 2023. Augmenté de 465 km, au profit de quatre prolongations et d'un ajout d'itinéraire, ce Schéma national de référence compte désormais 59 itinéraires, dont dix EuroVelo, et totalise 26 115 km. Qui dit actualisation dit aussi publication d'une nouvelle carte. Une version 2023 entièrement repensée pour mettre en avant la connectivité des itinéraires et la densité du maillage. Si le Schéma national est actualisé tous les trois ans, son avancement, lui, est mis à jour et communiqué chaque année par Vélo & Territoires. En 2022, la moitié des réalisations d'itinéraires cyclables concernent le Schéma national, soit 510 km sur les 1 010 km enregistrés par Vélo & Territoires.

Voies vertes :

Quand les aménagements pénalisent les personnes à mobilité réduite



Dans le cadre de "Action Mobilités Accessibilité !" Et pour défendre l'accessibilité des loisirs

Des associations s'unissent et interpellent conjointement les élus et décideurs départementales et régionales pour améliorer la sécurité, l'accessibilité et la roulabilité des voies vertes. Ils appellent de leurs vœux à un engagement ferme aisément applicables.

Les voies vertes pour sortir de l'isolement

Avec la pandémie de Covid-19 et ses confinements successifs, a eu pour effet que de ne pas pouvoir aller où nous voulons, l'isolement et la restriction de liberté, **c'est ce que vivent au quotidien** de très nombreuses personnes en situation de handicap et leurs proches toute l'année, et ce, malgré la loi dite "handicap" de 2005 qui vise à l'accessibilité universelle.

Mais l'accessibilité concerne tout le monde : 9 Français sur 10 déclarent éprouver des difficultés dans leurs déplacements. C'est le cas pour 72 % des personnes se déplaçant avec une poussette.

Dans les agglomérations ou en zones périurbaines et rurales, l'accessibilité de la voirie recueille le plus haut niveau d'insatisfaction.../..



Cela passe notamment par des largeurs de voie appropriées et la suppression des barrières anti-accès motorisé et potelets aux entrées des voies vertes. Ces dispositifs bloquants voire dangereux pour les usagers ne répondent malheureusement que très rarement à leur objectif premier. Il est urgent de mettre en accessibilité les voies vertes, ces aménagements sécurisés, de faible déclivité, réservés aux usagers en modes actifs (piétons, cyclistes, PMR, rollers), permettant de s'affranchir de nombreuses coupures et autres obstacles bloquant dans la mobilité. C'est la demande forte que fait l'AF3V pour satisfaire les besoins de nombreux. Les voies vertes, comme tout aménagement, doivent répondre aux critères de l'accessibilité universelle par la mise en place d'un cahier des charges précis pour les maîtres d'ouvrage garantissant sécurité et inclusion. Il s'agit aussi de garantir un accès aux voies vertes en toute saison et par tous les temps grâce à l'emploi de revêtements durables et roulants en enrobé qui soient entretenus toute l'année. C'est également permettre la connexion des voies vertes aux gares et stations de transports collectifs pour faciliter les déplacements et lutter contre les fractures sociales et territoriales. Les voies vertes, artères d'un réseau national de 17 515 km sont des infrastructures permettant le déplacement quotidien de nombreux citoyens français. Elles sont de véritables infrastructures de transport qui doivent prendre en compte les besoins des usagers et permettre de rejoindre les pôles de service, lieux de travail ou de formation. Il est impératif de soigner leur réalisation qui dépend principalement des Conseils départementaux et régionaux pour permettre à toutes et tous d'en avoir l'usufruit.



En bonnes voies



Saint-Hyppolite du Fort / Ganges
Reste un tronçon de 3 km à revêtir d'enrobé au niveau de la commune de La Cadière et Combo pour faire la jonction entre les deux villes, puis l'implantation des barrières anti-intrusion ainsi que les lieux de repos et de pique-niques



Anduze/ Lézan / Tornac les travaux ont repris au niveau d'un nouveau revêtement qui sera un test sur ce tronçon. Seront ensuite aménagés des aires de repos et de pique-niques, Une fois les travaux terminés, nous verrons s'ouvrir le tronçon **Lézan / Quissac**





Alès

Le pont de Bouzen finit sa mue, après la structure et le tablier, ce sont les anciens trottoirs transformés en voie mixtes piétons cyclistes qui se font une beauté...../



..../ **En continuité**, le quai de Cauvel voit la voie verte (1km) se concrétiser jusqu'au quartier de La Royale pour se projeter dans le futur vers Cendras

Agenda



MEYRANNES
Bourse aux Vélos
Dimanche 16 Avril 2023

Dépôt des vélos à 8h30, début des manifestations à 9h30 Clôture à 17h00



LES RUISSEAUX CÉVENOLS

Comme chaque année depuis plus de 40 ans, le club cyclo de St Jean du Gard vous convie le 1er mai à venir pédaler sur les petites routes des Cévennes.

Cette année, tout au long de votre parcours, vous serez accompagnés par le murmure des ruisseaux cévenols, mais vous aurez aussi le plaisir de grimper quelques superbes cols et de contempler le moutonnement infini des serres et des valats qui forment ce relief si recherché des amateurs de vélo. Après une première partie dans la Vallée Française le ravitaillement de mi parcours rassemblera les cyclos au Pompidou sur la Corniche des Cévennes. Les trois parcours plongeront ensuite vers la vallée Borgne avant de se séparer. Retour sans difficulté vers Saint Jean du Gard pour les deux premiers itinéraires, alors que les plus endurants avaleront quelques bosses supplémentaires sur le grand parcours - en particulier le col de l'Espinass - avant de redescendre vers les Plantiers et rejoindre St Jean. Chacun trouvera son parcours :

- **Le Petit de 69 km**, accessible au plus grand nombre.
- **Le Moyen de 82 km**, un peu plus corsé, mais d'un dénivelé raisonnable
- **Le Grand de 110 km**, réservé aux cyclistes plus aguerris, il présente un profil davantage montagnard. Mais quel que soit votre choix, le plaisir de rouler en Cévennes vous accompagnera tout au long de votre périple !

Contact et renseignements Martine Vigouroux 06 81 66 10

martine.vigouroux32@orange.fr



Alès le mercredi 10 mai 2023
Place des Martyrs de la résistance
de 13h00 à 18h00

Le Printemps Citoyen en Occitanie est un festival collaboratif mettant en valeur la citoyenneté et l'engagement, qui propose des événements dans les lieux de convivialité partout sur le territoire régional, pour développer la participation des habitants, éveiller à l'engagement en faveur des grands enjeux de société et faire vivre la démocratie.

Parmi tous les stands, **Partageons la Route en Cévennes, Cyclo Rando Alès en Cévennes et Alès'Y** seront présents pour informer:

- De toutes les possibilités de la mobilité sur Alès Agglomération.
- Présentation des aménagements cyclables réalisés ou en projets
- Prévention sur les déplacements (vélos et trottinettes)
- Marquage de vélos.
- Essais de vélos à Assistance électriques (piste de maniabilité) et parcours urbain (sur inscription)
- Le tourisme à vélo sur notre territoire



Saint-Jean-du-Gard
11^{ème} concentration de tandems en Cévennes
Les 27, 28 et 29 mai 2023



Renseignements

Cyclorando.com

Pour vous déplacer et stationner votre vélo dans Alès



Maison de la mobilité

Ales'Y, à chacun sa mobilité

Mode d'emploi [ici](#)

Le plan cyclable: [ici](#)





Possibilité de faire marquer son vélo cadre carbone

Pour nous rencontrer ou pour le marquage des vélos, nous tenons une permanence à **notre siège à l'Office Municipal des Sports de la Ville d' Alès Rue Charles Guizot à Tamaris (UNIQUEMENT sur rendez-vous)**

Vous pouvez aussi nous contacter pour des renseignements, ou nous faire part de vos idées ou projets, mieux connaître notre association.

Contact: 06 71 47 12 21

Courriel prc2@gmx.fr

[Notre site ici](#)

ALES: INTERVENTION SUR LA VOIE PUBLIQUE



vous pouvez signaler toutes anomalies constatées sur l'espace public, par exemple un nid de poule sur la chaussée, une panne d'éclairage public, un problème de propreté etc... et demander une intervention pour résoudre ce problème.

Vous pouvez également faire toutes suggestions (pose de bacs à fleurs, mise en place de bancs...) visant à améliorer votre vie quotidienne dans l'espace public :

Soit en appelant le 0.800.540.540

[soit en remplissant le formulaire ICI](#)

Notre Fédération



Créée en 1980, la FUB, Fédération française des Usagers de la Bicyclette, est une association à but non lucratif. La FUB agit pour apporter des réponses concrètes aux préoccupations quotidiennes des cyclistes et promouvoir l'usage du vélo comme mode de déplacement quotidien, par la mise en réseau des associations locales, la concertation avec les pouvoirs publics, et des campagnes de communication grand public.

[Lire la suite](#)