

# Cyclo-Camping

## international

N°166 – PRINTEMPS 2023

### DOSSIER

## Retour sur le 36<sup>e</sup> festival international du voyage à vélo

**BALKANS - TURQUIE - ETATS-UNIS**  
**DÉPAYSEMENTS GARANTIS !**

**VOYAGE EN FRANCE**  
**À LA DÉCOUVERTE DE LA CREUSE**

**CYCLOPATHES**  
**QUAND LA BICYCLETTE**  
**ÉTAIT DÉCONSEILLÉE...**



## Édito

### Envie de partir à vélo ?

Les joies de l'hiver sont derrière nous, et il commence à être temps de préparer sa monture pour les balades au soleil. Mais ne tournons pas la page si vite, alors que les souvenirs de notre 36<sup>e</sup> festival à Vincennes sont encore dans nos têtes : c'est ce à quoi nous invite ce numéro qui consacre un dossier à l'événement. Les témoignages de Luc et Thérèse au stand de l'association montrent bien CCI en action, tout entière tournée vers ce vaste public de futurs voyageurs à vélo, de voyageurs expérimentés intéressés par nos activités et de simples curieux... La remise de la bourse Jeune cyclo-voyageur devant un large public était encore une incitation au voyage à vélo. Ce dossier s'arrête aussi sur une « famille FFCT » rencontrée dont les trois générations se retrouvaient chaque année aux semaines fédérales.

« Le festival fait ressortir l'envie de partir à vélo », nous dit Thérèse... et cette revue aussi ! Les quatre récits sont à l'image de la variété des choix de destinations : la France avec ce tour de Creuse qui deviendrait presque à la mode, l'Europe, la destination la plus courante chez les CCistes, avec une famille qui se dirige vers Istanbul, rencontrant Quentin, un Cciste qui fait le tour des Balkans, et comme destination lointaine les États-Unis avec ce couple performant qui va d'un océan à l'autre en 50 jours et quelques 5 000 kilomètres.

Vous irez sûrement aussi butiner dans les autres rubriques, avec au choix : les indémodables Cyclopathes, un témoignage touchant d'un aîné... et pourquoi pas les sorties à venir alors que le soleil arrive ?

Sylvie DARGNIES



### ► 4 Sur la route

- 4 Un tour dans les Balkans.
- 8 Impressions d'Amérique, une traversée inoubliable.
- 12 Un an en vélo en famille.  
Première étape : Lyon - Istanbul en six mois.
- 16 Le tour de la Creuse en solo.



### ► 19 Le cycliste oblique

- 19 Le Grand Rassemblement Cycliste



### ► 20 DOSSIER

- 20 Retour sur le 36<sup>e</sup> festival du voyage à vélo



### ► 27 Elles & Ils voyagent

### ► 28 Nos ancêtres les cyclopathes

- 28 Quand le Docteur Philippe Tissié démontrait les méfaits de la bicyclette...



### ► 30 Guidolignes

- 30 Ma lettre de ré-adhésion
- 31 Petit guide pratique pour débutants

### ► 32 Biblio-Cycles

### ► 33 Brèves

### ► 34 Vie de l'association

- 34 La vie des antennes...
- 36 Les sorties à venir



#### Photo de couverture

Anita et Bernard Ollier :  
Pont du Golden Gate, depuis San Francisco

#### Pour les prochaines revues

Les textes (9 000 caractères environ pour la rubrique SUR LA ROUTE et entre 3 500 et 4 000 pour la rubrique GUIDOLIGNES) et les photos destinés aux prochains numéros doivent parvenir à : Luc DEVORS (luc.devors@gmail.com)

#### Dates de parution de la revue

mi-janvier • mi-avril • mi-juin • mi-octobre

Prochaine parution : N°167 : mi-juin 2023



Directeur de la publication : François Coponet • Coordination : Fabien Savouroux et Véronique Olivier

Conception graphique / Mise en page : Fabien Savouroux

Ont participé à ce numéro : Pascal Arnaud, Jean-Louis Barrère, Gérard Bastide, Laura Bayoud, Marco et Didi Belorgey, Patrice Bohmert, Jean-Baptiste Boitte, Bernard Colson, Stéphane Culot, Sylvie Darnies, Luc Devors, Isabelle Del Real, Jean-Luc Gaudin, Bernard Génovès, Martine Hanniet, Philippe Heureux, Jean-Louis Mounier, Quentin Lebastard, Guy Lecointre, Martine Le Lan, Françoise Lissonnet, Evelyne Maho, Thérèse Monnerie, Véronique Olivier, Bernard et Anita Ollier, Morgane Pertois, Philippe Orgebin, Christine Quinel, Fanny Riom, Fabien Savouroux, Michèle Yan.

PRINTEMPS 2023 • Tirage : 900 exemplaires

Prix : 6 Euros TTC (frais de port inclus) • Impression : La Contemporaine - 11 Rue Edouard Branly - 44980 Sainte-Luce-sur-Loire • ISSN : 0755-0219.

# Un tour dans les Balkans



▲ Parc du Durmitor.

Quentin a pour objectif de découvrir l'ex-Yougoslavie, abîmée par la guerre. Il roule de la Bosnie à l'Albanie en passant par la Croatie et le Monténégro, une belle découverte.

**Q**uatre pays, quatre monnaies et deux langues pourraient ainsi résumer mes quinze jours de vélo dans les Balkans. Depuis mon Erasmus en Pologne, je songeais à découvrir l'ex-Yougoslavie.

Pour ce voyage, nous partons à deux avec David, un Irlandais rencontré par WarmShower. Avant de partir, j'ai trouvé un point de chute pour laisser la voiture à proximité de Mostar, en Bosnie.

## La Bosnie : du pont de Mostar à la campagne minée

Ce 23 août 2021, nous découvrons Mostar et son pont, témoin des violents affrontements entre Bosniaques et Croates à la fin des années 90. Pour trouver le célèbre monument, il suffit de suivre les boutiques à touristes qui dénaturent les lieux. Je ne peux m'empêcher de penser à mes parents qui découvrirent le site d'origine à la fin des années 80.



▲ Shkodër.

Nous déjeunons avec Zoé, une Française cyclotouriste, qui travaille à Mostar depuis trois ans. Sur ses conseils, nous empruntons la Ciro railway, une ancienne voie de chemin de fer qui doit nous conduire à Dubrovnik en Croatie. Nous découvrons la campagne et son contexte

tendu. Cette région est habitée par des Croates. Alors que nous pensions trouver des mosquées, nous ne découvrons que des églises.

Notre route passe par des villages d'un autre temps, l'histoire semble s'être arrêtée depuis la guerre. Seules quelques maisons sont encore habitées, alors que la plupart sont à l'état de ruine. J'apprendrai plus tard que ces habitations sont minées pour empêcher le retour de leurs occupants. Avant la frontière nous traversons une zone désertique. Des panneaux explicites nous rappellent de ne pas sortir de la route au risque de marcher sur une mine antipersonnel. Vingt ans après, les restes de ce conflit sont encore bien présents.

## Coup de cœur pour le Monténégro après un court passage en Croatie

En fin d'après-midi, nous passons la frontière croate puis on se laisse descendre jusqu'à Dubrovnik. Le contraste est saisissant après ces deux jours en campagne.



On s'accorde une journée de repos pour arpenter les ruelles de la citadelle.

Le circuit nous fait longer l'Adriatique par une grande route où se côtoient des véhicules immatriculés dans toute la région. En fin de matinée, le Monténégro s'offre à nous, j'y resterai au total une semaine, ce sera mon coup de cœur durant ce voyage. La route nationale longe la baie de Kotor, après quelques coups de pédale le ciel s'obscurcit, puis un déluge s'abat sur nous. Il nous faut continuer pour rejoindre la ville. À l'entrée de Kotor on s'offre une chambre pour faire sécher nos effets avant de visiter la ville en fin d'après-midi. J'aime l'ambiance qui règne entre ces murs.

Je dois revenir à Mostar plus tôt. David n'ayant plus d'obligations professionnelles et souhaitant passer la journée à Kotor, nous décidons de continuer chacun à notre rythme. Il poursuivra sa route vers la Grèce. La journée commence fort, pour sortir de la baie, la route grimpe en lacets sur environ 25 km. Plus je m'élève avec Atahualpa, ma fidèle monture, plus la vue sur la baie est magnifique. Les nuages ont disparu, permettant d'admirer la chaîne de montagnes. Je déjeune à Cetinje, l'ancienne capitale du royaume. Les nombreux bâtiments administratifs et autres ambassades ont connu des jours meilleurs. La visite du palais royal, dernière demeure du Roi Nicolas 1<sup>er</sup> venu s'exiler en France à la fin de la première guerre mondiale, est un coup de cœur. C'est seulement en 2011 que le prince Nicolas de Monténégro a obtenu de nouveau un titre officiel.

Le circuit me conduit au bord du lac de Shkodër, le plus grand des Balkans, partagé entre le Monténégro et l'Albanie. Un itinéraire fait découvrir les vignobles de la région. La route étroite et sinueuse grimpe bien. Les paysages sont splendides, évoquant les nombreuses photos que j'ai pu voir de la baie d'Halong. Un peu avant Virpazar je rencontre la famille Boitte, CCistes également. Morgane et Jean-Baptiste voyagent dans les Balkans avec leurs enfants Antonin et Adélie, puis espèrent continuer leur année de voyage en Amérique Centrale\*. Nous passons la soirée à échanger sur nos voyages respectifs.

### Passage ouvert pour une incursion en Albanie

Un violent orage se déclare en fin de nuit. Je ne pars qu'une fois l'averse passée. Je continue à longer le lac, l'Albanie n'est plus très loin. À ce qui semble être la douane on me fait signe de passer. Je m'attends à un contrôle en règle de mes papiers, un peu plus loin. Je ne rêve pas,

\* Voir leur récit page 12 et à suivre dans le numéro 167



▲ Les vieux bâtiments de Cetinje.

“ Un peu avant Virpazar je rencontre la famille Boitte, CCistes également. Morgane et Jean Baptiste voyagent dans les Balkans avec leurs enfants, Antonin et Adélie, puis espèrent continuer leur année de voyage en Amérique Centrale. ”

je suis rentré comme ça en Albanie. Et dire qu'il y a vingt ans, ce pays était l'un des plus fermés au monde ! En arrivant à Schröder, je suis impressionné par la multitude de berlines allemandes flambant neuf, il s'agit de la diaspora de retour au pays pour les vacances. Qu'on ne s'y trompe pas, l'Albanie reste l'un des pays les plus pauvres d'Europe.

Ce soir, je dors chez Susan et Chuck, un couple de warmshowers américains qui, à la retraite, se sont installés en Albanie. Ils reçoivent tous les cyclistes de passage. L'appartement est petit, mais la présence d'un roof top à l'albanaise permet de monter les tentes entre deux fers à béton rouillés. Ce soir c'est ambiance auberge espagnole autour d'un bon repas. Je reste une journée chez eux en attendant >>>>



▲ Vue sur le lac de Shkodër.





▲ Retrouvailles avec les BOITTE chez Susan et Chuck, Warmshowers albanais.

que la pluie passe. J'en profite pour visiter la ville. Avant mon départ je me plie à la tradition des lieux, laisser dans la cage de l'escalier une empreinte de ma main avec la date de mon passage.

Avec Kerstin et Suzana, deux Allemandes de retour de quatre mois à vélo en Europe de l'Est, nous roulons ensemble une journée avant de nous séparer à Podgorica.

### Au Monténégro, d'invitation en invitation

De retour au Monténégro, mon itinéraire me conduit vers le parc du Durmitor par les petites routes de montagne. Dans les villages, l'hospitalité m'est offerte. Je suis invité à échanger autour d'un verre de vin, ou le plus souvent un café. Je décline le raki trop fort pour moi.

Au village de Bolesestra, un groupe d'hommes m'interpelle pour prendre le café, nous échangeons comme on peut. Je suis encouragé à rencontrer un habitant du village qui vit le reste de l'année en France. Il me raconte l'histoire de sa famille ayant fui le génocide arménien, puis la guerre de Yougoslavie. Son témoignage me touche.

En fin de journée, la route à peu près praticable devient une piste défoncée au fil des passages de camions intervenant sur le chantier de l'autoroute. Des gros pick-up conduits par des Chinois me doublent dans un nuage de poussière. Après la piste, on retrouve la route principale en prenant la direction de Mojkovac. Longer la rivière

“ Je ne rêve pas, je suis rentré comme ça en Albanie. Et dire qu'il y a vingt ans, ce pays était l'un des plus fermés au monde ! ”

Tara permet de s'échapper de la circulation. Les paysages de campagne, avec leurs meules de foin séchant à l'air libre, me font penser à la Roumanie.

Les gorges sont somptueuses, la route emprunte de nombreux tunnels. On commence à s'élever pour rejoindre le Tara Bridge et sa tyrolienne de 1 000 m enjambant la rivière. L'ascension est freinée par une montée de 10 km à 11 %. La tente est montée entre deux maisons au village d'Aluga.

La pause déjeuner est propice à la découverte du lac noir et de sa forêt de pins.



► Pont de Mostar.



▲ Arrivée à Mostar.



▲ Je suis invité à prendre le café.

On se croirait dans les Alpes.

Le parcours dans le parc national passera par deux cols à 2 000 m dans un paysage superbe. C'est l'occasion de s'exercer à la vidéo. Dans cet univers minéral il est difficile de camper. Je me laisse descendre au bord de la rivière Piva, oui elle s'appelle « bière » si l'on traduit. La frontière avec la Bosnie n'est plus très loin, il serait préférable de s'arrêter avant.

À dix km de la douane, un panneau publicitaire indique un spot de rafting, il est déjà 19 h. Une piste défoncée de deux kilomètres conduit dans un havre de paix. Au bord de la rivière un restaurant juxta des petits chalets. Je demande à poser la tente. Le site étant peu fréquenté en cette période, on me propose pour le même prix une chambre. Un peu de confort est le bienvenu après trois nuits de bivouacs.

### La boucle est bouclée. Mostar, fin du voyage.

Après une nuit de sommeil, un petit déjeuner bosniaque de charcuterie et de légumes me tiendra au corps toute la journée. Après sept petits kilomètres, apparaît la frontière avec la Bosnie. C'est un tout petit poste frontière peu fréquenté : amusant d'emprunter un pont de bois pour changer de pays.

Pour ma dernière nuit en itinérance, j'ai la chance d'apercevoir un lac avec un kiosque aménagé pouvant servir d'abri. Seul mon matelas est posé au sol. Par sécurité, l'eau stagnante est bouillie avant de préparer mon repas. Ne souffrant d'aucune pollution lumineuse,

la voûte céleste est scintillante, permettant de s'adonner à l'astrophotographie. Au moment d'aller me coucher, un renard vient me rendre visite, je n'en avais pas vu depuis longtemps.

La route ne fait que descendre pour Gacko, puis traverse une zone karstique. C'est une région laissée pour compte, les quelques villages que j'aperçois sont très pauvres. J'arrive en fin de journée à Mostar bouclant un périple de 1 000 km.

J'ai adoré cette région et l'accueil de la population, il faudra que je revienne pour découvrir le Kosovo et la Macédoine. ●

**Quentin LEBASTARD**

#### Contact :

[grainesvoyageuses13@gmail.com](mailto:grainesvoyageuses13@gmail.com)  
<https://lebastardquentin.hubside.fr>



▲ Baie de Kotor.

## En pratique

- ▶ **Comment s'y rendre ?** Il est possible de se rendre à Sarajevo en bus via l'Allemagne. Se renseigner en amont pour le transport des vélos. Mostar est à environ 1 600 km de Marseille.
- ▶ **Où se loger ?** Il y a quelques campings sur la côte très chers et peu adaptés pour les tentes. Il est possible de louer une chambre chez l'habitant pour une somme modique. Il est également très facile en campagne de mettre la tente dans les jardins.
- ▶ **À quelle période ?** privilégier la fin du printemps ou le début de l'automne.
- ▶ **Pour mieux comprendre l'histoire tragique de cette région :** « Vie et mort de la Yougoslavie » de Paul GARDE aux éditions Fayard.
- ▶ **Parcours :** Mon parcours m'a fait découvrir le sud de la Bosnie, une fraction de la Croatie, le Monténégro et le Nord de l'Albanie.
- ▶ Tracé sur : <https://www.bikemap.net/en/r/9306660/#7.25/42.75/18.635>



# Impressions d'Amérique, une traversée inoubliable.

Traverser les USA est un rêve. Cinq mille kilomètres séparent les deux rivages. Été 2019, Anita et Bernard partent pour deux mois. Depuis le pont du Golden Gate, ils jettent un dernier regard vers San Francisco.

▲ San Francisco depuis Sausalito.

La ville s'estompe dans les brouillards glacés du Pacifique. Seule émerge la pointe de la Transamerica Pyramid, gratte-ciel symbole de la ville. Nous y avons séjourné quelques jours, pour prendre notre élan, avant le grand départ ! Recentrer des roues malmenées par les soutiers d'Air France, dérouiller nos jambes en grimant au belvédère des Twin Peaks, faire pèlerinage à une fameuse « maison bleue », respirer l'ambiance générale de la ville.

## Les routes de Californie

Le petit port de Sausalito est plus paisible. Contourner la baie de San Pablo, récupérer la US 88, mettre le cap plein Est ! Par les petites routes, la Californie prend des airs méditerranéens. Vergers d'abricotiers et d'amandiers, culture de la vigne, fenouil sauvage tapissant les talus. À Pioneer nous entrons dans le vif du sujet. Carson Pass permet de franchir la barrière de la Sierra Nevada. Route rectiligne

directe dans la pente, fort pourcentage. En échange ambiance américaine, forêt somptueuse d'immenses pins Ponderosa, nature puissante. Évitions de rêver, un « big truck » surgit en haut du toboggan, frein moteur hurlant, bardé d'un chargement de grumes. Bivouac au sommet du col. Grand silence, lumière du soir. Long hurlement dans le lointain ! Un coyote nous aurait-il repérés ?

À 2000 m d'altitude, le Lac Tahoe fut le site des Jeux d'hiver 1960. Nous faisons une longue pause auprès de ses eaux à la limpidité étonnante. Plus grand lac de montagne du pays, pour sa profondeur et sa pureté, on le compare au lac Baïkal.

Une piste forestière permet de rejoindre Carson City. Située dans une dépression, la capitale du Nevada est un four en milieu d'après-midi. Prétextant remplir nos bidons, nous trouvons un microclimat chez un fleuriste. Autre possibilité, climatisation garantie dans les nombreux casinos, spécialité de cet État !

## À travers les déserts de l'Ouest

En quelques kilomètres le monde change. L'opulente Californie cède la place à l'austérité des grands espaces désertiques. La Sierra faisant écran à l'air humide et frais de l'océan, les Grands Bassins sont des immensités torrides en été, glacées et enneigées en hiver. Plus ancienne route transcontinentale, la US 50 Lincoln Highway devient notre fil conducteur. Départ à la nuit pour profiter de la fraîcheur, réserves d'eau pour la journée, route déserte, lignes droites vers l'horizon. Les rares véhicules ralentissent pour demander si tout va bien, pas de soucis mécaniques, besoin d'eau ? Louées par des asiatiques pour quelques jours de vacances, de belles Harley, sono à fond, sillonnent le décor ! Bandana sur le front, tatouages excessifs, costume de cuir, Japonais et Coréens viennent vivre leur rêve de grands espaces ! Fallon, Austin, Eureka, Ely, Delta, petites villes oasis, carrefours avec les traces orientées nord sud.

Le motel permet un vrai repos. Chambre, lit, baignoire « maxi format » ! L'eau du désert, pompée dans les nappes, coule à flot ! Vie facile, il suffit de posséder la « formule magique ». Réserver un motel ? « Credit Card » ! Acheter un ice-cream monstrueux chez Deary Queen ? « Credit Card » ! Demander la lune ? Toujours « Credit Card » !

Pas de boutiques, nous faisons les courses chez « mister Supermarket ». Petits vélos, au pays des « big cars » alignés sur d'immenses parkings ! Énormes véhicules aux vitres teintées, d'où sortent souvent des conducteurs... encore adolescents ! Chipsters, burgers, barils de pop corn ou de beurre de cacahuètes... nous préférons le modeste rayon fromage blanc allégé, fruits, crudités, pain complet. « Credit Card » est juste un peu plus sollicitée.

L'Amérique cache sa face sombre, moins visible, que nous ressentons aussi. Marginaux vivants sur les trottoirs des



▲ A long way from home.



▲ Chaldans sur le Mississipi à Keokuk.



▲ Bye Bye Illinois, Welcome to Indiana !

villes. Obésité omniprésente. Vieillards, sans retraite, occupant de petits emplois : gardien de camping, rangement des caddies. Un policier nous renseigne, son sourire est en ruine, faute de soins. Des miséreux mangent un cornet de frites à nos côtés chez Burger King. « For Sale », les bords de route sont de véritables vide-greniers pour objets superflus. D'une ville à l'autre, d'un quartier, d'un trottoir à l'autre, les inégalités sont surprenantes.

Le plaisir d'un arrêt pour écouter le silence, admirer la beauté merveilleuse des paysages. Nous avons une pensée émue pour le pays disparu, avant la « conquête ». Nous nous rêvons Sioux ou Apaches ! L'espace, le vent, la nature vierge, trésors perdus, paradis terrestre menacé ?

Nous avons choisi l'itinéraire le plus direct, ignorant les zones urbanisées, plutôt au nord et en altitude pour amortir la canicule estivale. Hésitants à partir de l'Est ou du rivage Pacifique, le sens des vents dominants a finalement guidé notre choix. Un cyclo, venu de Chicago vers Los Angeles, nous dit ses difficultés à contre courant. Nous rencontrons très peu de cyclistes. Un Anglais voyage à vélo couché vers Boston. Deux étudiants sont engagés dans un défi sportif pour leur formation de sapeur-pompier.





▲ Bienvenue dans la vallée des dindes !

### La découverte des Rocheuses

Utah, Colorado, les imprévus du chemin apportent chaque jour leur lot de surprise. Hangars et autres bâtiments tapissent la vallée, des volailles blanches caquètent par milliers. Une région spécialisée dans l'élevage des dindes ! Odeur forte, plumettes dans l'air, picotement des narines. Un fermier nous explique un pourcentage de pertes, certaines s'évadent, on chasse « the turkey » dans les montagnes environnantes. Nous longeons une grosse usine, imaginant la fin de l'histoire pour les volatiles, rôtis et farcis un jour de Thanksgiving !

Dans le Parc des Rocheuses, Rabbit Ears Pass marque la ligne de partage des eaux entre Pacifique et Atlantique. Au tiers du voyage, nous penchons désormais vers l'Est. Le long canyon de « Cache la Poudre » permet de quitter définitivement les montagnes. En 1820 des trappeurs canadiens-français, bloqués par une tempête de neige, ont été contraints d'enterrer une partie de leurs munitions le long des berges de cette rivière. Deux siècles plus tard, le site est un lieu de baignade et de loisirs en tout genre.

Les Américains sont simples, chaleureux, directs. Les propriétés sont ouvertes, libres de clôtures. Nous sommes invités plusieurs fois. Un barbecue se prépare en famille, on nous interpelle ! Une piscine, un bain nous est proposé. La tente est déjà montée quand un véhicule s'arrête, venant aux nouvelles. Des Français ! Le « guy » se met à démonter directement la toile pour nous charger dans son pick-up... et nous inviter chez lui ! Soirée autour de vieux albums de famille.



▲ A big assiette

### Dans les plaines du Middle West

Finies les étendues sauvages de montagne et de désert. Nebraska et Missouri, nous roulons sur une mer bien verte à cette époque. Soja, maïs, bétail, silos à grains, l'agriculture est intensive à perte de vue. Un hélicoptère nous survole, traitant les champs. Ils « aiment » le bruit des moteurs. Grosses cylindrées, motos, quads, tondeuses à gazon, routes rainurées, climatiseurs, sirènes variées...

Les grands fleuves, comme les reliefs, coupent notre route. Après le Missouri, avant l'Illinois, voici le maître Mississippi ! On le franchit par le grand pont métallique, façon Meccano, de Keokuk. Débordant de minerai, un train de chalands remonte doucement vers les Grands Lacs.

Nous aimons traduire les noms de lieux, si évocateurs. État de Pennsylvanie (Forêt de Penn). Les Appalaches (Terre des Indiens Apalachee) sont l'ultime obstacle naturel avant les plaines côtières. Revoici, avec plaisir, forêts et montagnes. Nous visitons des lieux surprenants. On y porte de jolis chapeaux, les femmes sont élégantes en robes d'autrefois, les hommes bien souvent barbus ! Une calèche nous dépasse. Claqueusement du fouet, parfum de crottin. Un moment étrange, pour une nuit nous mettons la tente près d'une ferme, en pays Amish.



▲ USA – Pont du Golden Gate, depuis San Francisco.



▲ Désert du Grand Bassin, entrée d'un ranch.



▲ Cameron Pass dans les Rocheuses.

### Sur la route de New-York

Une flèche traverse le ciel, un bombardier furtif vire sur l'aile. Des centaines d'hommes tous vêtus de bleu, cernés de barbelés et miradors, une prison... à ciel ouvert. On dispute un tournoi de football américain. Une fête, beaucoup de monde, des cavaliers survoltés pour un rodéo. Une église, nous demandons de l'eau, on nous accueille avec des cris de joie, des bras ouverts, des chants « Ho happy day » ! Des panneaux routiers, donnent le choix entre Chicago et Indianapolis. Partout la bannière étoilée, God Bless America !

Tissu urbain resserré, immeubles élevés, grandes cités, populations noires, Big Apple se rapproche ! Plusieurs ponts, un trafic de plus en plus dense, une dernière nuit dans un motel sordide. Entre deux immeubles une ouverture, nous voulons voir, instinctivement ? Éblouissement ! Face à nous, si proche, la muraille de granit rose des immeubles de Manhattan. Au fond, point culminant de la skyline, la flèche de l'Empire State Building. Nous restons un long moment, fascinés. Cinquantième et dernier jour de voyage. ●

Anita et Bernard Ollier

Contact : [bollier@laposte.net](mailto:bollier@laposte.net)



▲ Utah, US 191, en descendant vers Duchesne.



▲ Colorado, US 40, vers Maybell.



◀ Un moment français !



▲ Dans les plaines du Far West.



# Un an en vélo en famille

## Première étape : Lyon - Istanbul en six mois.



▲ Col de Llogara - Albanie.

Après deux ans de préparatifs, la levée des restrictions dues à la pandémie libère Morgane, Jean-Baptiste et leurs deux enfants Antonin et Adélie sur la route pendant un an. Voici le début de leur aventure à vélo.

**N**ous sommes fin mai 2021, on nous annonce la réouverture des troquets en France et cela nous semble de bon augure pour débiter l'aventure vélo en famille que nous préparons depuis deux ans. Accompagnés de nos deux enfants de cinq et sept ans, le convoi se met en branle : un tandem Pino, une randonneuse Genesis, un Frog's 24 pouces, 12 sacoches et cinq doudous. Depuis Lyon, les premiers kilomètres se font sur la Via Rhona avec les amis et leurs jumelles d'un an. Un échauffement parfait pour notre famille, en forme, mais loin de faire du vélo au quotidien !

### Mise en jambes en France : de nouvelles habitudes

Notre vie s'organise doucement autour de toutes ces choses qui, habituellement, nous préoccupent beaucoup moins. Trouver un endroit pour dormir, faire un peu d'école, trouver du pain un dimanche, faire les courses après la montée et pas avant. Dans le Luberon, nous commençons à comprendre que nous n'allons pas pédaler un an sur du plat et que l'on peut même y trouver du plaisir. La maxime familiale devient « Pas de bonne journée sans dénivelé ».

Notre projet initial est de rejoindre l'Eurovélo 8 et de ne plus la lâcher jusqu'en

Turquie, que nous espérons atteindre avant d'être rattrapés par l'hiver.

### C'est par la région des lacs que débute la traversée de l'Italie

À Nice, nous rencontrons un cyclo voyageur qui nous déconseille quelque peu la plaine du Pô. Nous passons les Alpes en train et trois changements plus tard, nous voici finalement au lac Majeur. Hors saison, nous sommes envoûtés par la force tranquille du lieu. Tellement conquis que nous enchaînons bientôt le lac d'Iseo, le lac de Côme et le lac de Garde. Au revoir les petits matins où l'on sort de la tente pour sauter dans l'eau cristalline ! Le mois

de juillet arrive, il est temps de trouver les chemins de traverses, plus calmes pour les vélos.

La plaine du Pô est effectivement un peu monotone et envahie par les moustiques mais l'arrivée à Venise par la lagune est une récompense précieuse. La région du Frioul nous réserve encore des surprises, entre kermesse vélo sur les places de villages et fête sous les lampions.

### Passage vallonné en Slovénie avant d'apprivoiser la Croatie

Nous rejoignons ensuite la Slovénie par une région vallonnée. Une belle nature nous attend entre montagnes, torrents, forêts et vignes aussi. Nous nous baignons dans l'eau fraîche, nous visitons des grottes, découvrons les chevaux de Lipicka. Nous hésitons à continuer vers Ljubljana mais les enfants ont vraiment très envie de voir la mer.

Quelques kilomètres sur l'étroite côte slovène et nous passons en Croatie. Nous sommes mi-juillet et ici le camping-car est roi ! Les campings sont immenses, chers et pleins à craquer, nous nous sentons un peu perdus. Dans ce cas, nous adoptons la solution qui fonctionnera à plusieurs reprises : quitter le littoral et grimper ! Après un conseil de famille exceptionnel (il nous fallait la majorité), nous nous lançons même dans une montée de 21 km et 1400 m de dénivelé, notre fait d'armes ! Nous rejoignons le parc national du Velebit, immenses forêts, ours et fraîcheur.

Nous finissons par apprivoiser la Croatie ou peut-être l'inverse. Parce qu'on y trouve de merveilleuses figes tout au long du chemin, des champs d'oliviers patiemment quadrillés de pierres sèches qui semblent tous les jours attendre une



▲ Via Rhôna - France.

“ Nous finissons par apprivoiser la Croatie ou peut-être l'inverse. Parce qu'on y trouve de merveilleuses figes tout au long du chemin, des champs d'oliviers patiemment quadrillés de pierres sèches qui semblent tous les jours attendre une tente et quatre cyclo voyageurs. ”

tente et quatre cyclo voyageurs, des petites îles finalement calmes et peuplées de familles accueillantes. Mais aussi parce que l'arrière-pays, pas toujours déminé, plus austère, nous fait réfléchir à cette Europe que nous avons décidé de traverser à vélo, connaissant souvent si mal ce qui est si proche.

### Des montagnes du Monténégro à l'accueillante Albanie

Nous traversons en quelques jours le Monténégro, un pays de montagne que nous aimerions parcourir avec un vélo électrique plutôt qu'avec nos lourds chargements. On rencontre pourtant ici Quentin\*, notre premier cyclo voyageur de CCI (rien ne les arrête !).

Puis nous rejoignons l'Albanie. L'ambiance est très différente. Le pays est assez pauvre, les routes mal entretenues, la pollution plastique omniprésente mais l'accueil est tellement chaleureux. On nous offre des provisions tout au long du chemin, on nous prépare à dîner, on nous emmène dans l'antique Mercedes voir les ruches et les arbres fruitiers. Ce pays, qui ne nous attend pas mais nous accueille, nous transforme de touristes en voyageurs. Ce qui était simple l'est moins : notre GPS n'est plus aussi précis, les chiens sont un peu plus menaçants, mais nos sacoches ne désemplassent pas (miel, fruits, et même service à raki, l'alcool local...).

Notre dernière étape en Albanie passe par le site antique de Butrint une belle surprise et une transition en douceur vers la Grèce. >>>>



▲ Ile de Chios - Grèce.

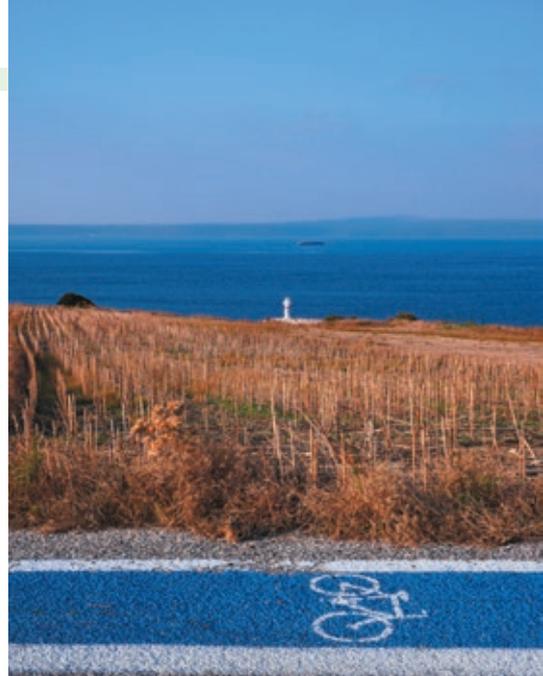
\* Voir son récit page 4



▲ Baie de Kotor - Monténégro.



▲ Ile de Naxos - Grèce.



▲ Détroit des Dardanelles - Turquie.

### La Grèce, hors saison, entre beauté et désolation

Nous quittons donc l'Albanie pleins d'attention pour ce pays au cœur de l'Europe et dont on parle si peu. Nous rejoignons la Grèce début septembre. Vaste territoire dont nous décidons de visiter principalement le Péloponnèse, région qui promet la mer et les sites archéologiques.

Un bateau juste après la frontière doit nous y conduire, finalement c'est plutôt deux bateaux et un passage par Bari, en Italie...

Nous sommes hors saison, c'est calme, il y a encore quelques camping-cars et beaucoup de Français retraités dedans. Les enfants sont vite les chouchous et ils adorent ! Nous apprenons à passer très discrètement auprès des chiens endormis ou à leur dire des mots doux en filant à toute vitesse, ici ils sont plutôt agressifs ! Nous nous régalaons d'une cuisine plus élaborée, nous découvrons plusieurs sites historiques (Olympie et son stade, Mystra et ses églises byzantines, le théâtre d'Epidaure,...) et naturels d'une grande beauté. Mais aussi, avec désolation, l'envers d'une



▲ Pause-pique-nique - Croatie.

agriculture intensive qui recouvre des hectares de déchets plastiques ou encore les conséquences des incendies. Il y a beaucoup de travailleurs immigrés avec des vélos de fortune que nous sommes heureux de pouvoir dépanner parfois.

“...marqueur du temps qui s'est écoulé depuis notre départ, l'olive symbolise aussi pour nous ce qui relie les huit pays que nous avons traversés.”

Nous arrivons à Athènes en octobre et rencontrons une autre famille à vélo avec qui nous décidons de faire un bout de chemin. L'école du voyage s'agrandit et c'est maintenant cinq enfants qui pédalent. Pour des raisons qui nous échappent, la frontière maritime avec la Turquie est fermée, une tempête est annoncée sur la route Nord. Nous décidons de patienter en rejoignant les Cyclades. Nous profitons des dernières chaleurs pour faire de beaux bivouacs sur la plage, ça monte et ça descend mais avec les copains ça avance plus facilement.

Un peu déçus de ne pas pouvoir atteindre la Turquie en bateau, nous tentons de nous en approcher en rejoignant l'île de Chios. Une belle surprise humaine et culturelle sur cette île où la production de la résine de mastic a façonné hier comme aujourd'hui une forte identité. Nous cherchons un bateau privé qui peut nous permettre de rejoindre la côte turque, si proche. Après trois jours de suspense et de pourparlers avec les autorités maritimes, nous traversons enfin. Alors que nous posons pied à terre, les autorités grecques nous demandent de revenir, notre capitaine prend alors la responsabilité de dire que nous avons filé...

◀ Izmir - Turquie.





▲ Lac d'Iseo - Italie.



▲ Lac de Garde - Italie.

### Des sourires dans un pays hospitalier, la Turquie, dont on a peut-être forcé l'accès

Dès les premiers kilomètres, nous découvrons la grande hospitalité turque. Salutations, sourires, cadeaux. Partout il est possible de bivouaquer, tout est simple sauf de refuser un thé !

Le deuxième jour, nous posons notre tente dans l'aire de jeux d'un petit lotissement et informons la maison toute proche de notre présence. Quelques minutes plus tard, les habitants nous apportent à dîner et nous donnent rendez-vous le lendemain matin sans que l'on sache bien pourquoi. Nous comprendrons que nos voisins sont en fait coiffeurs. Ils ont décidé d'annuler leurs rendez-vous pour offrir une coupe de cheveux à toute la famille : une super idée pour des voyageurs !

Chaque jour révèle son lot de belles rencontres et de surprises : accueil chaleureux chez les habitants, thé avec l'imam du village, article dans la presse locale... Nous découvrons encore de superbes sites antiques, notamment le majestueux sanctuaire d'Asclepios à Pergame et le riche musée et site de « Troie » et nous nous régalaons de baklava ! Aucune difficulté si ce n'est de rester coincés en haut d'une grande roue, sans nos vélos bien sûr, c'est donc une autre histoire.

C'est l'heure de la récolte des olives, ce petit fruit que nous avons vu grandir et mûrir tout

au long de notre chemin. À la fois marqueur du temps qui s'est écoulé depuis notre départ, il symbolise aussi pour nous ce qui relie les huit pays que nous avons traversés. Nous aimerions bien aller plus loin en Turquie, pourquoi pas la Cappadoce et plus loin encore. Mais le froid arrive, c'est frais le matin, c'est frais le soir, cela impacte un peu le moral et nous préférons rejoindre Istanbul. D'autant que notre fille a un petit problème de santé que nous devons régler sans tarder. Nous longeons le détroit des Dardanelles et rejoignons le Bosphore mi-novembre après 5300 kilomètres, fiers de ce chemin parcouru en famille.

Nous apprécions le confort et la chaleur d'un appartement. Nous redevenons intensément des homo-urbanus sans vélo. Nous rencontrons une dernière famille turque qui a travaillé sur un projet de voie cyclo pour relier l'Eurovelo 8 à Istanbul, la boucle est bouclée. C'est le moment de chercher des cartons, démonter les vélos, les emballer, une première pas si facile.

Nous avons aimé ces six mois, nous avons aimé dire merci en cinq langues, direction à présent l'Amérique Centrale pour passer l'hiver, une autre aventure nous attend. (à suivre) ●

**Morgane Pertois et Jean-Baptiste Boitte**

Contact : [morgane.portmer@orange.fr](mailto:morgane.portmer@orange.fr)

<https://www.polarsteps.com/JbBoitte/3920370-2021-du-vent-dans-les-rayons>



▲ Péloponnèse - Grèce.



▲ Aéroport d'Istanbul - Turquie.

# Le tour de la Creuse en solo



▲ Bénévent l'Abbaye.

Département peu peuplé de France, la Creuse, de surcroît, porte un nom qui suscite la curiosité : de quel « creuse » ou « creux » s'agit-il ? Intrigué et curieux, Philippe décide d'aller pédaler le long de cet itinéraire assez récent.

**J'**ai assez vite imaginé que ce périple s'inscrirait « en creux » dans un emploi du temps de jeune retraité, encore assez surchargé, et me procurerait l'occasion de me retrouver seul avec moi-même, expérience que je renouvelle chaque année pendant sept à dix jours fin avril. Pour ce genre de voyage, je me fixe un cadre de référence : si possible, pas de voiture ni d'avion ; logement sous toit (oserai-je vous avouer que je ne suis plus un grand amateur de bivouac ou de camping ?), bagage léger et un livre « un petit peu difficile à lire » (comme aurait dit Michel Serres), que j'ai envie d'approfondir.



▲ Aubusson, lissier.

## Ou comment atteindre son point de départ.

Venant de Belgique, la première question est : comment s'y rendre ? Après plusieurs changements, j'arrive à Paris. La traversée de la ville s'avère très facile (environ 25 minutes) et m'offre une halte au Jardin des Plantes en attendant le train. Je gagne la gare de Paris-Austerlitz où m'attend l'Intercité Paris-Limoges. Le chargement du vélo se passe facilement : je suis aidé par la cheffe de bord !

Un peu moins de trois heures plus tard, je débarque à La Souterraine pour gagner à vélo Bénévent-l'Abbaye à 35 kilomètres de là, où je logerai le premier soir. La météo s'est gâtée durant le voyage

et le soleil belge (si ! si !) et parisien a fait place à de lourds nuages gris qui finiront par m'arroser assez copieusement sur les quinze derniers kilomètres de cette première étape, qui me donne une première idée du relief creusois !

### La foi pour avancer.

À Bénévent-l'Abbaye, pas un chat ou presque. L'hôtel accueille ce soir-là quatre marcheurs hollandais, en route pour Saint-Jacques, ainsi que trois enfants ukrainiens hébergés par l'hôtelier. À table, les pèlerins m'expliquent qu'ils viennent de renvoyer leur tente par la Poste, les nuits étant trop froides et de nombreux campings encore fermés. La pluie ne cesse de tomber durant la nuit ainsi qu'au petit matin, laissant augurer d'une journée difficile. Et pourtant, au moment du départ, voici qu'elle cesse ! Petit miracle, je n'en aurai quasiment plus de tout le voyage mais le ciel restera plombé pendant encore deux ou trois jours. Expérience de solitude, disais-je plus haut. Et en effet, je ne croiserai que quelques très rares cyclistes, surtout à mon retour à La Souterraine, qui est une étape vers Saint-Jacques de Compostelle. Quelques marcheurs aussi, sur la voie de Vézelay, dont un agriculteur, retraité lui aussi. Les rencontres étant peu nombreuses, chacune d'elle se révèle précieuse et riche d'échanges.



▲ Château de Boussac.



▲ Aubusson.

“ À Royère-de-Vassivière, mon GPS rend l'âme et je perds le balisage du Tour de la Creuse. Hé bien, il suffit de demander aux locaux pour le retrouver ! ”

### Tous les matins du monde en Creuse ?

L'objectif du deuxième jour est le lac de Vassivière, en passant par Bourgueuf, cité qui doit sa fondation au Moyen Âge à l'Ordre des Templiers de Jérusalem. Elle fut une des premières localités de France à avoir été dotée de l'éclairage public électrique à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle.

Le lac de Vassivière est un lac de retenue construit en 1946. Il faudra 18 mois pour remplir complètement la retenue d'eau, engloutissant au passage quelques villages. J'apprends qu'un barrage ça bouge, ça « travaille » et que sa stabilité est surveillée régulièrement par un fil à plomb (!) et des capteurs piézo, inclus dans la base du mur de retenue. À Royère-de-Vassivière, mon GPS rend l'âme et je perds le balisage du Tour de la Creuse. Hé bien, il suffit de demander aux locaux pour le retrouver ! Le lendemain, je fais halte à Aubusson, capitale de la tapisserie et je m'offre une journée de repos pour visiter la Cité Internationale de la tapisserie, dont la section contemporaine vaut vraiment la visite ! Sous-préfecture, Aubusson présente de nombreuses maisons à l'abandon et une desserte ferroviaire réduite à un ou deux TER par jour, alors qu'en pleine crise du Covid, il me semblait avoir entendu que l'on allait rétablir les lignes régionales. Un peu plus tard, ce sera Chambon-sur-Vouèze où furent tournées certaines séquences du film « Tous les matins du monde ». >>>>



▲ Aubusson.

## La Creuse sans peine.

Je ne vous ai pas encore parlé du relief. Il faut quand même de bons mollets pour attaquer les nombreuses côtes de l'itinéraire. La campagne alterne bosquets, prairies (la Creuse fournissait la capitale française en moutons), bruyères, haies. Le « Tour de la Creuse à vélo » emprunte de petites routes au trafic très faible et il n'y a pas de voies vertes. Inauguré il y a quatre ans, cet itinéraire semble faire le bonheur des professionnels de l'hôtellerie, des cafés et de la restauration. Qui a dit que les cyclistes ne dépensaient rien ?

“ Conversation agréable autour d'un repas tout simple, mais je sens très vite qu'il y a certains sujets à éviter tels le bio, l'écologie, les étrangers, le changement climatique, etc. Un bel exercice d'accueil de la différence ! ”

Après Chambon-sur-Vouèze, me voici dans un hameau de Châtelus-Malvaleix, logé dans une chambre d'hôtes où je me retrouve le soir à table avec un couple dans la cinquantaine. Lui est agriculteur, elle est aide-soignante dans un EHPAD. Conversation agréable autour d'un repas tout simple, mais je sens très vite qu'il y a certains sujets à éviter tels le bio, l'écologie, les étrangers, le changement climatique, etc. Un bel exercice d'accueil de la différence !



▲ Bourgneuf.



▲ Quelque part en Creuse.



▲ Chambon-sur-Vouèze.

Avant-dernière étape : Crozant après une visite pédestre du confluent de la petite et de la grande Creuse. L'hôtel du lac est tenu par un couple franco-hollandais qui réserve à leurs hôtes un accueil très sympathique en même temps qu'efficace. Et enfin, le dernier jour, retour par une courte étape jusqu'à La Souterraine. Comme c'est le 1<sup>er</sup> mai et un dimanche en plus, tout est fermé hormis une épicerie où je trouverai de quoi manger pour ce soir.

Visite de l'abbatiale où je rencontre les derniers pèlerins de mon voyage. Apparemment, l'accueil pèlerin fonctionne

maintenant comme l'économie néo-libérale, à savoir que le tampon pour la « Creditale » est en self-service ! Économie de personnel sans doute....

En conclusion, un très beau parcours pour qui aime la solitude et ne craint pas d'affronter un relief assez vallonné, ainsi qu'une météo parfois pluvieuse. Pensez, chaque matin, à prendre votre pique-nique car les commerces sont rares.

Bonne route ! ●

**Philippe Heureux**

Itinéraire entièrement balisé (avec parfois quelques « trous » sans balises), téléchargeable sur le site : <https://www.francevelotourisme.com/itineraires/tour-de-creuse-a-velo>



# Le Grand Rassemblement Cycliste \*



Le Grand Rassemblement Cycliste (GRA.RA.CY) serait une fête splendide. La grand-messe des dérailleurs, le Big Chaudron de la bécane, le Woodstock des mollets en folie, le Bénarès du plateau-pignon, l'Olympe de la corporation cycliste. Historique. Exemplaïre. Les organisateurs y travaillaient depuis deux ans déjà et d'après les fuites de la presse, rien ne serait laissé au hasard. Alors j'ai posé une semaine de congés, bouclé mes sacoches et j'ai pris aussitôt la route pour profiter au maximum de l'ambiance. De nombreux cyclos étaient déjà sur les routes et nos premiers échanges, très sympathiques. Nous partageons la même passion !



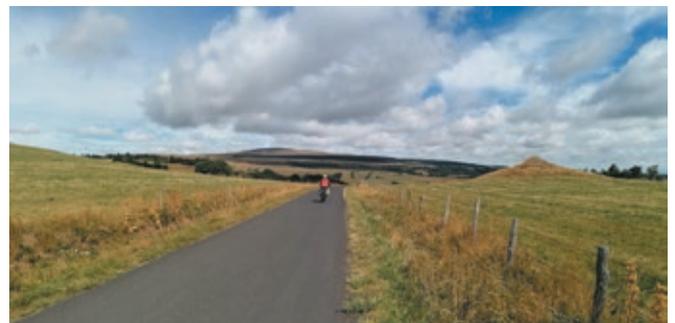
À plus de cent kilomètres de l'immense concentration, nous avons vu déjà apparaître les tout premiers balisages GRC. Deux panneaux effectuaient un premier tri en divisant les arrivants en participants français/participants étrangers. J'ai supposé qu'il y avait des interprètes dédiés à chaque nationalité. Sacrée organisation ! Après trois kilomètres, un nouveau fléchage nous orienta vers deux circuits différents : vélos à assistance électrique / vélos sans assistance. J'ai admis l'idée même si j'ai dû me séparer de quelques-uns de mes nouveaux compagnons de route. Après tout, pour-



quoi pas ? Chacun pourrait ainsi avancer à son rythme. Aussi je suivis docilement les flèches. Un peu plus loin, un autre panneau divisait le flux en hommes/femmes/non binaires. Choqué par cette sélection, je me suis imaginé que c'était peut-être pour un futur classement. Ou qu'il s'agissait, je sais pas moi, d'un accueil personnalisé ? Mais fallait continuer à

rouler. Plus loin, de grands panneaux partageaient, question d'intendance sans doute, le flot prévu des participants : avec réservation/sans réservation. Avec réduction/sans réduction. Ah bon ? Encore quelques kilomètres, salariés/demandeurs d'emploi/retraités- paiement par carte/en espèces- camping/ chambres d'hôtes- demi-pension/pension complète- vegans/ omnivores- fumeurs/non-fumeurs- avec alcool/sans alcool- bio ou conventionnel- thé ou café- avec sucre/sans sucre. À chaque carrefour de nouveaux balisages GRC orientaient à nouveau le peloton : juniors/seniors/vétérans/masters- en solo/par équipe- licenciés/non-licenciés- 1<sup>o</sup> catégorie/autres catégories- gravel/vtt/vtc/route- grimpeurs/rouleurs- guidage par gps/par carte/au roadbook/au pif- cadres alu/cadres acier/ autres- simple plateau/double-plateau/triple-plateau- roues de 26"/roues de 27,5"/roues de 700- avec sacoches/sans sacoches- selles gel/selles cuir.

Je suivis à chaque fois le flot qui se réduisait inévitablement à chaque intersection en prenant bien le temps de vérifier mes choix. Ce serait trop bête de faire fausse route et devoir faire machine arrière à cause d'une étourderie. La tête commençait à me tourner un peu, la chaleur sans doute. J'étais pour ainsi dire de moins en moins nombreux. Pourtant, au loin, d'autres panneaux GRC nous attendaient pour nous filtrer encore : adhérents/non adhérents/accompagnateurs- vaccinés/non-vaccinés- avec pass/sans pass- masque/ pas masque- valides/handicapés- civils/militaires- gauchers / droitiers- blancs/de couleur- ceux qui croient au ciel/ceux qui n'y croient pas- pessimistes/optimistes- extravertis/immuno-déprimés- ambidextres/empotés- casque/bérêt basque- laine/ coton/polyester- super/diesel- techno/classique- avec glaçons/ sans glaçons- plutôt du soir/plutôt du matin- polaire/col roulé- de face/de profil- pour/contre...



Lorsque je suis parvenu devant l'entrée du Grand Rassemblement Cycliste, j'étais seul. ●

Gérard Bastide

\* note de l'auteur : bien évidemment, cette fable moderne n'a absolument aucun rapport avec la belle organisation et les super rencontres du CCI, qu'on se le dise !



## Dans la famille cyclo, je demande...

*Le grand-père, Jacques 90 ans,  
la grand-mère Suzanne 87 ans,  
cyclotouristes depuis plus de 50 ans,  
la mère, Véronique, 61 ans  
la fille, Laure, 32 ans  
le père -  
... Pioche !*

Rencontrée au festival, cette famille de cyclos depuis trois générations a bien voulu répondre, dans la bonne humeur, à quelques questions.

► **Jacques et Suzanne, pouvez-vous nous raconter comment vous êtes venus au vélo ?**

- Jacques : J'étais assez sportif, quand j'étais jeune, je faisais beaucoup de foot. Puis j'ai arrêté et je m'ennuyais. Six mois après, j'ai vu un beau vélo jaune dans une vitrine, ça m'a donné envie.

- Suzanne : Je le voyais arriver à 13h30 le dimanche, suant et heureux et j'ai désiré m'y mettre à mon tour. Mes premières sorties n'ont pas été concluantes, c'était très dur, je ne suis pas souple, rien. Mais je me suis accrochée et petit à petit j'y ai vraiment pris goût : le vélo, c'est des ailes ! Et le mieux, c'est que ça marche encore !



▲ Laure.



▲ Jacques et Suzanne à vélo.

► **Faisiez-vous partie d'un club ?**

- Jacques et Suzanne : Nous sommes une famille FFCT, nous faisons partie du club de Domont, dans le Val d'Oise. Jacques a été longtemps le président du club et maintenant il est président d'honneur. Nous faisons les flèches de France, les BCN, les BPF, les 100 Cols, tous les ans les semaines fédérales. Par ailleurs nous avons fait Saint-Jacques de Compostelle, la Hollande, le Danemark, deux fois le tour de Corse et d'autres...

► **Comment vos enfants sont-ils venus au vélo ?**

- Jacques : Ils étaient bien obligés !

- Véronique (sa fille) : Quand j'étais jeune, je suis venue à de nombreuses semaines fédérales avec vous. Ensuite, j'ai rencontré mon mari, un cyclotouriste, et on a fait tous ensemble une flèche, c'était Paris-Nice, on dormait à l'hôtel. Et chaque année, ou presque, on se retrouvait aux semaines fédérales.

► **Une anecdote ?**

- Suzanne : J'ai eu un cancer du sein et j'ai été opérée. Peu après, à Aurillac, nous avons repris le vélo pendant une semaine fédérale. La semaine finie, j'avais retrouvé un peu de forme, nous montons un col. En haut, j'ai dit à Jacques « T'as vu, c'est le col du Guéry ! » Et guérie, je l'étais...

► **Avez-vous fait des voyages ensemble ?**

- Laure : Non, mais toute la famille se retrouvait aux semaines fédérales. J'ai même fait mes premiers pas pendant une d'entre elles.

- Véronique : Laure faisait du vélo avec nous sur le siège bébé. Lorsqu'elle s'endormait, on lui collait un petit coussin sous la joue pour tenir sa tête. Ensuite elle a été sur une troisième roue. Parfois, elle y jouait à voler avec ses bras.

- Laure : Quand j'ai eu treize ans on est partis faire le Puy-en-Velay - Sète en sept jours de vélo. Pour la dernière étape, nous avons fait cent bornes parce que j'avais donné rendez-vous à des copines au camping.

- Véronique : Et puis tu as arrêté...
- Laure : ... Parce que c'était le truc des parents, il fallait bien que je la fasse, ma crise d'ado !

J'ai repris avec mon copain : quand je l'ai rencontré il faisait son premier voyage à vélo et je lui ai dit : « Tu sais, je connais le vélo ». Nous vivions à Grenoble et avons eu envie de voir la mer, direction Marseille.

Nous avons aimé voyager ensemble (Espagne, Suède, USA, etc). Plus tard, nous avons réalisé que nous voulions faire un travail dans ce milieu : La Sacoche Filante était née ! Nous avons appelé une de nos sacoches « Suzanne », en l'honneur de ma grand-mère.

- Véronique : Sur le site de Laure, il y a des sacoches, bien sûr, mais aussi des idées de rando.

- Laure : Ce sont des topos de tours qu'on a déjà fait en France et en Belgique, et qu'on a envie de partager, pour donner envie à d'autres familles de faire du vélo.

► **Une dernière question : Suzanne et Jacques, vous continuez à pédaler, pouvez-vous nous préciser dans quelles conditions ?**

- Suzanne : À nos âges, on fait beaucoup moins de vélo, mais on continue quand même. On fait des sorties de 30 km environ, autour de chez nous. Jacques a un tricycle



▲ Véro.

électrique et moi je le suis, parfois en vélo normal et parfois en VAE, selon ma forme du jour. ●

Interview par Véronique Olivier, sur une idée de Françoise Lissonnet

## Impressions sur le stand revue CCI 2023

Être colocalisé sur le stand CCI apporte une synergie réelle.

Les personnes qui sont venues nous rendre visite étaient de toutes sortes, cyclistes ou non. Beaucoup venaient se renseigner sur le voyage à vélo avec l'intention de tenter l'expérience à court terme. D'autres pratiquaient déjà, mais en dehors de toute structure associative et cherchaient à connaître l'intérêt de l'adhésion à CCI.

De nombreux adhérents sont passés pour discuter avec nous du contenu de la revue, plus particulièrement de la rubrique « Sur la route ». L'attente concernant les récits est centrée sur la France, destination de nombreux voyageurs et sur la rubrique « Guidolignes » pour transmettre une anecdote ou une réflexion. Ne vous interdisez pas d'écrire un texte « hors rubrique » pour transmettre un bricolage, une recette ou autre, et pourquoi pas un dessin ?

Nous nous sommes efforcés de faire passer le message que la revue, bulletin de cohésion de l'association vivait grâce à la participation de ses membres. De la discussion il ressort que nombreuses sont les personnes qui n'osent pas se lancer dans l'écriture du récit de voyage\*. Ce qui est paradoxal : alors que la demande sur les récits en France est forte, souvent les cyclovoyageurs interrogés répondent que n'ayant voyagé qu'en France, leur récit ne présenterait pas d'intérêt.

Comme les expériences passées l'ont montré les auteurs présentant leurs ouvrages sont toujours enthousiastes pour écrire un article.

Bilan : outre des échanges nombreux, une vingtaine de personnes seront contactées afin de leur communiquer les données techniques pour écrire dans la revue.



Luc Devors

\* Voir proposition d'aide à la rédaction page 35.

# Mon Festival CCI 2023

**Ouf ! Bien heureuse de retrouver le festival CCI de Vincennes (21 et 22 janvier 2023), après cet arrêt de deux années et le « slalom » pour atteindre Paris !**

**P**remière année où je passe un peu de temps derrière une table : depuis deux ans, j'ai rejoint l'équipe des relecteurs de la revue et j'ai eu la grande joie d'accueillir à la fois des adhérents ou futurs adhérents, avec des échanges qui me réjouissent, au sujet de projets ou de voyages réalisés, ou bien encore à propos de la revue.

Ce qui m'a semblé inciter les personnes à adhérer a été formulé ainsi par Hamila (jeune femme trentenaire et adhérente depuis quatre ans) : « J'adore cette communauté ». Elle est également lectrice de la revue et continue : « Merci pour le numéro spécial femmes. Pour moi, il se distingue des autres, vous avez réussi à allier passion, vélo et modernité ; cette revue est très vivante grâce aux liens récents et d'actualité. J'aime aller sur les liens que vous proposez. C'est vraiment passionnant. Ma rubrique préférée est « Les cyclopathes » : je plonge vraiment dans une aventure et je me sens partir ».



Photo : Bernard Colson

▲ La cantine «secrète» des bénévoles.

Le forum ainsi que les propositions de week-ends ou de quinzaines sont appréciés par les adhérents et attirent les non-adhérents, (notamment ceux qui aimeraient démarrer le voyage à vélo, mais qui sont encore hésitants) : le Manuel du voyage à vélo (MVV) a également toute sa place pour donner des ailes aux projets. D'autres préfèrent partir seul avec soit un itinéraire ne laissant rien au hasard, soit au contraire un projet très sommaire de façon à se laisser guider par les rencontres, les imprévus.

Cette diversité dans la façon d'aborder le voyage à vélo au sein de CCI m'intéresse, car, selon les destinations ou sa condition physique, des choix s'imposent parfois. Pour moi, je n'envisage pas le « vrai » voyage autrement qu'à vélo : j'ai ressenti cela très fortement lors du visionnage du film sur la traversée de la Chine (Une petite reine à travers l'Empire du Milieu, de Raymond Puill) : j'ai sillonné le nord de la Chine en bus et train, mais cela ne m'a pas permis de ressentir cette liberté et surtout ces rencontres complètement inattendues et informelles.

Les séances film du festival reflètent également cette diversité : je suis allée à la « séance 10 » à l'espace Sorano et suis passée de l'ambiance familiale joyeuse de très jeunes



Photo : Bernard Colson

▲ Atelier carnets de voyage.

cyclos, avec leurs parents et grands parents le long du canal de Nantes à Brest, à un parcours en solitaire dans les hauteurs de l'Atlas, pour terminer par une découverte (pour moi) de ce pays la Géorgie, avec un commentaire très serein sur la vie locale.

J'ai également apprécié les rencontres Cyclo-pays, notamment celle de la destination Sénégal : en effet, trois intervenants étaient au rendez-vous pour nous faire partager trois approches différentes de ce même pays, donc des circuits variés et surtout des façons différentes de rejoindre ce pays. Cela m'a donné envie de consulter sur le site CCI les fiches cyclopays.

Ce festival a fait ressurgir mon envie de vivre des rencontres improbables qui, à mon avis, ne peuvent se réaliser que dans cette situation de voyage où mon vélo me donne la joie de m'emmener là où je n'avais jamais pensé aller. ●

## WikiCycloPays :

<https://wikicyclopays.cyclo-camping.international/>

**Thérèse Monnerie, Cciste du groupe rennais**



Photo : Bernard Genevois

▲ Stand «anecdotes plein la carriole», récit familial sous forme de carnet de voyage.

# Un festival en papier, réenchantons le vélo

Quel plaisir de se balader dans le coin des revues et assos ! Le turbulent fanzine vélorutionnaire « Chasse-Goupille » y côtoie le sage magazine associatif « Le Randonneur ». La coopérative « Railcoop », qui nous promet de futures lignes de train vélocompatibles fait face à l'AF3V qui évalue et suscite la création de véloroutes et itinéraires cyclables. Les beaux magazines « 200 » et « Carnets d'Aventures » sont voisins...

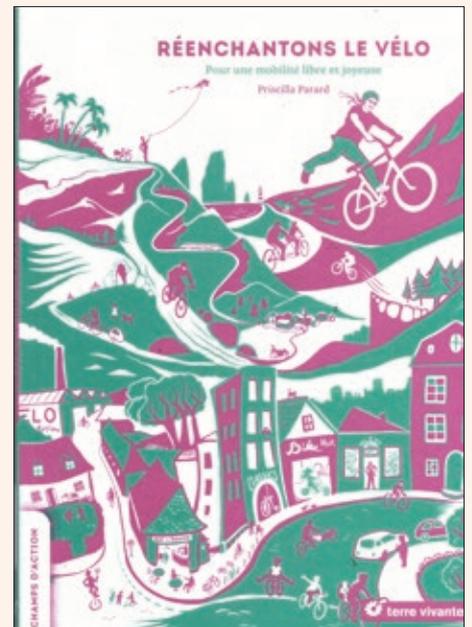
On passe ensuite au coin des livres : tous sont des récits de voyage : textes, photos, BD, carnets de voyages. Tous ? Non ! Un petit bouquin orné d'une couverture bicolore bien pêchue tente une synthèse sur le puissant développement actuel de notre petit biclou.

« Réenchantons le vélo », de Priscilla Parard, ne nous dépayse pas vraiment : jolie préface de Sylvie Dargnies, témoignages de cyclos connus par les festivals CCI (Aude Lévy, Pierre Malleret, la famille Billard « Dans la roue du Petit Prince ») ou par la revue (Louise Roussel, interviewée dans le n°165, Louise Lepetit et sa maman n°157). D'autres témoignages variés : un artisan fresquiste à vélo, un cycliste de 87 ans, un tandémiste aveugle, une vélotaffeuse illustrent le fait que notre monture œuvre « pour une mobilité libre et joyeuse » (sous titre du livre).

Les courts chapitres, écrits dans une langue simple et claire se succèdent : « Se relier par le vélo - à soi - à l'autre - à la nature », « Prendre soin de soi et de sa monture ». Dans « Prendre son envol », on trouvera cinq pages pleines d'informations sur « La place des femmes ». Le chapitre « Rouler pour la planète » détaille comment la simple action de pédaler peut ménager l'avenir (impact climat, air sain, moindre empreinte au sol, livraisons écolo...)

Et le voyage ? Il est abordé dans le chapitre six qui se termine par une mine d'informations (festivals, musées du vélo, lectures, magazines, cinéma, documentaires et films de voyage). Le tout pour 10 euros et en moins de 100 pages : bravo Priscilla ! ●

Véronique Olivier



« Chasse-Goupille » [https://wiklou.org/wiki/Chasse-Goupille\\_\(fanzine\)](https://wiklou.org/wiki/Chasse-Goupille_(fanzine))

« Le Randonneur » <https://www.le-randonneur.eu/>

« Railcoop » <https://www.railcoop.fr/>

« AF3V » <https://www.af3v.org/>

« 200 » <https://www.200-lemagazine.cc/>

« Carnets d'Aventures » <https://www.expemag.com/>

« Réenchantons le vélo » de Priscilla Parard, éditions Terre Vivante

## Martine au festival

### Quand le festival sert aussi à monter des projets CCI

Je suis venue au festival CCI, juste avec ma copine, toujours emballée par cet afflux d'idées, de personnes enthousiastes et de voyageurs incroyables.

Et voici que François Pretot m'interpelle.

Nos points communs : le vélo, l'AG de Rieux et nos chiens qui pédalent avec nous... ou l'inverse !

Des mots se croisent : « semaine famille, Doué la fontaine, petites randonnées, piscine, troglos, châteaux, ma fille Maëlle BAFA, 12 au 20 août 2023 ». Ça fourmille, ça pétille.

Au fait j'adore ma ville, ma région et les enfants ; c'est décidé, je me lance dans cette organisation\*.

Et puis il y a Philippe Roche, calme et serein, qui acquiesce en souriant.

Alors partageons et à bientôt. ●

Martine Hanniet et Lily

\* Voir annonce « Semaine famille » en quatrième de couverture.



Photo : Bernard Colson

▲ Rencontre Cyclo-Pays.

## Remise de la Bourse CCI

**Après deux années sans festival du Voyage à vélo pour cause d'épidémie de COVID-19, les adhérents de CCI ont enfin pu se retrouver durant deux jours.**

Samedi 21 janvier 2023, en fin d'après-midi dans la salle Pompidou, le Jury de la Bourse CCI a remis deux bourses pour l'édition 2023. Cette année encore le nombre de dossiers reçus (23) et la qualité des projets confirme l'intérêt suscité par la Bourse auprès des jeunes voyageurs. Les deux lauréates sont Laura Bayoud pour le projet "De l'Ardèche à l'Andalousie, Terres à Lier" et Fanny Riom pour le projet "Direction le Nord".

Laura et Fanny ont ainsi présenté



Photo : Bernard Genevois

leur projet respectif sur scène, devant une salle pleine. Cela a permis de présenter la bourse au plus grand nombre et de mettre en avant deux projets qui, nous l'espérons, inspire-

ront de futurs voyageurs à vélo.

Cette remise physique a été l'occasion pour les lauréates et pour le jury de se rencontrer et de faire connaissance, le festival offrant une belle vitrine de ce qu'est CCI. Elles ont également pu échanger avec d'anciens lauréats de la bourse CCI. Les rencontres avec des voyageurs, les projections et les ateliers ont conquis les deux lauréates.

Pour 2024, les dossiers seront à déposer entre septembre et Novembre 2023. La remise des Bourses aux lauréats devrait se dérouler en janvier pendant le festival 2024. ●

Patrice Bohmert

## Les lauréates 2023 sont...

### ■ Projet "Direction le Nord"



Fanny se voit attribuer une bourse de 1 000 €. Elle est partie de Nantes le 18 mars, à l'occasion du festival du Voyage à Vélo de Nantes.

Et si... Deux mots aux prémices de cette aventure.

Et si, je roulais jusqu'au

nord ? C'est ainsi que Fanny présente son projet.

À force d'en rire, l'idée finit par mûrir. Pourquoi pas ? Mais d'abord, pourquoi partir ? Elle rêve du temps. D'avancer, certes, mais surtout de s'arrêter. De contempler. Partir avec l'essentiel. Seule. Avec soi-même. Apprendre à se connaître. Sortir de sa zone de confort. Ouvrir les yeux. Faire face aux intempéries.

### ► POUR LA SUIVRE

[www.fannyriom.com/direction-le-nord/](http://www.fannyriom.com/direction-le-nord/)

[fannyriom](https://www.instagram.com/fannyriom)

Le Cap Nord fera office d'une boussole. Elle part sans limite de temps, sans contrainte, au Nord jusqu'à le retrouver avec ce qui est pour elle l'essentiel : un carnet, un crayon et son monocycle. Elle imagine ce voyage comme une résidence d'artistes itinérante. Elle veut prendre le temps d'écrire, de créer, d'enregistrer les sons qui l'entourent : produire de la matière qu'elle transformera à son retour de cette aventure. Ce projet est né suite à une épreuve difficile qu'elle a vécue il y a un an et demi : la dépression. Alors que se lever, s'alimenter, réfléchir étaient des montagnes à gravir, c'est le voyage itinérant en monocycle qui l'a sauvé. Au fil des tours de roue, elle s'est reconstruite et a appris à réapprécier des moments simples : les paysages, une gorgée de café, des discussions...

Tout juste sortie d'études de design graphique et en plein questionnement existentiel, c'est pour elle le bon moment de vivre cette expérience avant de sauter dans le monde professionnel.

Que l'aventure commence ! ●

### ■ Projet «De l'Ardèche à l'Andalousie : Terres à lier



Laura se voit attribuer une bourse de 1 000 €. Laura est une future « ciclo nómada » qui s'aventurera au-delà de ses terres ardéchoises au printemps 2023, pour rouler à la rencontre de collectifs résilients et auto-suffisants, dans la France et l'Espagne rurale. Elle s'accordera trois mois pour atteindre Grenade, en Andalousie, où elle terminera son tour des alternatives inspirantes. Eco-lieux, tiers-lieux culturels ou encore espaces de sociabilité d'initiative citoyenne : elle sera la porte-parole des multiples voix qui font vivre ces lieux émergents, afin de mieux les définir et de saisir leurs impacts sur les territoires traversés.

Lors de son itinérance, elle se met donc au défi de capturer divers sons à sa portée et de prendre le temps de les transformer en podcast puis de les partager. Ils pourront être écoutés en ligne gratuitement, sur le soundcloud de « La ciclo nómada » ou sur Radio Méga Valence 99.2 dans l'émission « le 13h/14h ».

Pour Laura, rouler à vélo est l'allure la mieux adaptée pour voyager avec l'esprit éveillé, où tout est à échelle plus humaine : une douce façon de tisser du lien et de construire des passerelles entre ces différents lieux, au-delà des frontières. ●

### ► POUR LA SUIVRE

[Laur'Aventura](https://www.facebook.com/LaurAventura)

[\\_laur.ventura](https://www.instagram.com/_laur.ventura)

## Plouër - Téhéran, un roman graphique d'Isabel Del Real

**Au festival CCI, tout au fond du coin des auteurs, où tous sont occupés à vendre leur livre de voyage, une table couverte de planches de BD d'un beau noir et blanc et Isabel, rotring en main, peaufinant l'une d'elles...**



► *Bonjour Isabel, après des études à Sciences Po, tu as décidé de prendre ton vélo pour relier Plouër-sur-Rance dans les Côtes-d'Armor en Bretagne à Téhéran en Iran. Comment as-tu pris cette décision ?*

- J'avais envie de partir le plus loin possible à l'est. Je suis partie à pied, mais j'ai réalisé que ce mode de locomotion était trop lent : le vélo s'est imposé pour continuer. Il aurait été aussi possible de partir en voilier, quel rêve !

► *Pourquoi as-tu décidé de passer par les chemins de montagnes ?*

- La montagne en solitaire apporte de grandes émotions. Ce n'était pas obligatoirement un challenge car j'avais la liberté d'aller à mon rythme. Néanmoins, il y a toujours une part d'aléatoire : trois semaines de pluie continue, ou le fait de suivre un groupe qui ne va pas au même rythme...

► *Avais-tu auparavant une passion pour le vélo ou pour le dessin ?*

- Depuis l'enfance, j'aime beaucoup le vélo, la découverte de Paris en pédalant a renforcé cette passion, mais le voyage à vélo ne me tentait pas plus que cela. En ce qui concerne le dessin, j'ai beaucoup dessiné pendant l'enfance, puis mes études très prenantes m'ont éloignée de cette activité.

► *Qu'est-ce qui t'a conduite à te lancer dans un roman graphique ?*

- J'aime la BD depuis toujours, en particulier Riad Sattouf et Marjane Satrapi. Il m'aurait plu de faire une BD de science-fiction. En Croatie, j'ai fait un dessin dont j'ai senti qu'il racontait une histoire. Des questions surgissaient : comment raconter, faire ressentir ce voyage ? Comment retraduire un échange avec quelqu'un qui ne parle pas la même langue ? Pour y répondre, j'ai créé un personnage « flottant » pour que les rencontres qu'il fait soient spontanées et humoristiques. Au fur et à mesure de la réa-

lisation, j'ai senti mon dessin un peu naïf devenir plus délié, mais il faut garder cette juxtaposition de style. N'étant ni écrivain, ni dessinatrice, j'apprends au fur et à mesure.

► *Avec le recul, quelle est la plus grande aventure, le voyage ou le roman graphique ?*

- C'est le roman graphique sur le voyage. Au départ, j'avais 23 ans et je n'étais pas sûre de moi, aujourd'hui, j'ai 26 ans, une micro entreprise et ma BD va avoir un tirage honorable. Lorsque je dessine une planche maintenant, j'ai parfois de la difficulté à retrouver le moi de 23 ans, cette BD est un roman d'initiation dans son contenu et par sa réalisation.

► *Entretemps, tu as gagné une des bourses CCI 2022 pour un projet de voyage au Pamir, peux-tu nous en parler ?*

- Mon objectif est de partir au Pamir, en étant consciente que la conjoncture internationale est incertaine. Et aussi de faire un voyage en racontant le quotidien en BD, au fur et à mesure. Je dispose déjà d'une trame de thèmes (passer un col, dormir dans un lieu inconnu, etc.) à développer au fur et à mesure. La BD est un média très populaire, comme le podcast, qui permet d'aborder toutes sortes de thématiques sérieuses d'une manière immédiatement compréhensible.

► *Penses-tu continuer sur cette lancée expé vélo et dessin ou as-tu des projets d'avenir différents ?*

- Oui, avec des variantes : pourquoi pas une traversée à la voile ? Mais plus tard, j'aimerais bien pouvoir relier ce que j'ai appris pendant mes études et mon vécu actuel, par exemple en faisant du journalisme d'investigation, comme dans « La Revue Dessinée », ou en me lançant dans le dessin de presse. ●

Propos recueillis par Véronique Olivier



**La BD d'Isabelle Del Real sera disponible en France courant mai 2023.**

**Il y aura des exemplaires en dépôt, et les gens qui souhaitent commander peuvent contacter Isabel en ligne (Instagram, Facebook, et son site : [plouheran.wordpress.com](http://plouheran.wordpress.com)).**

# Quand CCI s'ouvre au grand public...

Après deux années de Covid, le 36<sup>e</sup> festival a enfin eu lieu. Nous étions encore un peu méfiants cette année, mais c'est le plaisir du rendez-vous retrouvé qui a prévalu.

Au festival, les CCistes peuvent se rencontrer, et même, pour la centaine de bénévoles, de s'activer ensemble : ce sentiment d'appartenance à un groupe nous fait du bien... Comme nous fait du bien de se frotter à un public vaste, divers, réel et non pas virtuel — puisque désormais il faut préciser —, de discuter avec des voyageurs, des écrivains, des membres d'autres associations, des militants, des fabricants de vélo et même des quidams jamais croisés auparavant. Le temps d'un week-end CCI accueille, se fait connaître et s'ouvre au maximum au monde du vélo, aux futurs pratiquants de l'itinérance à vélo et à tous les curieux.

Le programme offert aux 2 000 festivaliers venus de toute la France était fidèle aux autres éditions, avec quelques innovations du côté des ateliers, ces activités pratiques devenues à la mode à l'époque du DIY (Do It Yourself).

Après plus de 35 ans de festival, il est normal que des interrogations se fassent jour : avec la multiplication des festivals locaux et régionaux, un festival national est-il pertinent ? La fermeture pour travaux du Centre Georges Pompidou nous met face à plusieurs questions : faut-il faire évoluer le festival et de quels espaces avons-nous besoin pour des activités en partie différentes ? Faut-il passer à un festival bisannuel ? Vincennes, dont la mairie est prête à trouver des solutions, est-elle la ville qu'il nous faut ? Il y a surtout la nécessité impérieuse de constituer une vraie équipe de direction prête à travailler les cinq mois précédents environ. Bref, ces travaux sont une occasion de revisiter cet événement annuel pour le rendre plus vivant. ●

Sylvie Dargnies



▲ Les spectateurs salle Sorano.

Photo : Bernard Colson



▲ Le coin des revues.

Photo : Bernard Colson

**Fabrication artisanale de bicyclettes  
et tandems de voyage et randonnée**

**cycles-itinérances**

**François COPONET**  
Voyageur/constructeur depuis 35 ans  
Nouvellement à Mortain-Bocage (50) à partir d'octobre 2022

**[cycles-itinérances.fr](http://cycles-itinérances.fr)**

## PAMPA VÉLO - 6 MOIS EN AMÉRIQUE DU SUD



Après « Pédaler dans la soie » en 2020, le voyage qui nous avait fait explorer la Turquie au temps du Covid, nous sommes repartis le 11 février 2023 vers un autre continent. Cette fois nous remonterons le long de la Cordillère, depuis le détroit de Magellan au Chili vers le Nord. Jusqu'où ? L'avenir et nos mollets nous le diront.

La lumière ici est unique, comme électrique !

Hasta luego !

**Domi Hilaire et Philippe Janssen**

**Pour suivre le blog «Pampa vélo» de Philippe et le carnet de voyage de Domi :**

<https://www.polarsteps.com/philEtDomi/6512961-pampa-velo>

## NOS PETITES REINES



Jeanne et Miha prennent la route le 1<sup>er</sup> mars 2023 depuis le Béarn avec leurs deux filles, Alma 4 ans et Léna 2 ans. Miha pédale sur un tandem Pino sur lequel les filles peuvent aller - même si elles ne vont sûrement pas beaucoup les aider à avancer... - et Jeanne tire une charrette double pour les jours pluvieux et les heures de sieste. Leur projet est de rouler vers le Nord le long de la Véloodyssée et la Vélo Francette puis en Angleterre, aux Pays-Bas, en Allemagne. Ils doivent être mi-juin au nord du Danemark pour s'y marier en tout petit comité au milieu d'une clairière surplombant la mer... Ensuite ils se dirigeront vers la Suède et la Norvège avant de prendre un ferry qui les ramènera aux Pays-Bas puis à Nancy où ils habiteront à la fin du mois d'août.

**Pour les suivre :**

Instagram : « nospetitesreines » et un blog : [www.nospetitesreines.com](http://www.nospetitesreines.com)

## L'AMÉRIQUE DU NORD POUR LE CLIMAT



Zian Favre est parti début avril de Haute-Savoie pour un voyage qui le mènera en Amérique du Nord. Au programme : la Trans Canadienne puis un tour des États-Unis.

Sensible à la cause écologique, le jeune homme de 23 ans a traversé l'Atlantique en voilier pour éviter de prendre l'avion. Partenaire de l'association « La Fresque du Climat », il s'est donné comme mission de sensibiliser les personnes qu'il rencontrera au sujet du dérèglement climatique et de la transition écologique. Une cagnotte au profit de l'association « Mountain Riders » a également été créée pour l'occasion.

**Pour le suivre :**

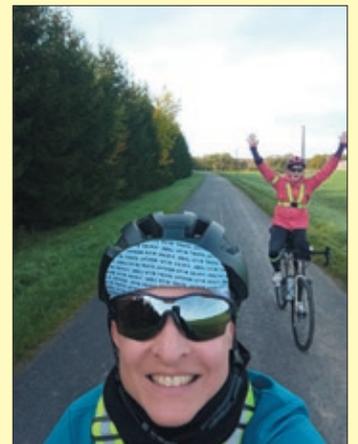
Instagram : zian\_favre

Facebook : zian.fav

## CLÉMENCE ET DAPHNÉ, LES CHILL LICORNE À VÉLO

Avec nos fidèles destriers à deux roues, Gary et Birgitt, nous avons choisi d'arpenter de mai à septembre une partie de la route de la soie via l'Ouzbékistan, le Tadjikistan, le Kirghizstan et le Kazakhstan.

Le vélo est pour nous une ode à la liberté, à la découverte : choisir son tracé, parcourir de longues distances, traverser des lieux méconnus et magnifiques, rouler tant en solo qu'en duo, être autonome avec sa maison sur le vélo, faire des rencontres imprévues... Nous éprouvons l'envie profonde de vivre pleinement cette liberté ensemble sur plusieurs mois et d'aller à la rencontre de nous-mêmes, de cultures et de personnes.



**Pour les suivre :**

Facebook : Chill Licorne à vélo





## Quand le Docteur Philippe Tissié démontrait les méfaits de la bicyclette...

(Extrait de son livre : L'Hygiène du vélocipédiste – 1888)

L'impression de froid que produit le courant d'air sur les organes génitaux dans la course en vélocipède fait contracter violemment les bourses et la verge en provoquant une douleur très vive. Il peut arriver que les testicules soient refoulés jusqu'à l'anneau inguinal, alors la douleur est si vive que le vélocipédiste est obligé de s'arrêter. Un repos de quelques minutes et une pression lente et légère au niveau du point douloureux fait descendre ces organes dans les bourses. Quant à la

verge, elle a l'aspect d'un battant de cloche, tandis que le gland est turgescent et très volumineux ; elle est tellement contractée, rétractée et amincie qu'on peut à peine la saisir, la douleur qu'on y ressent est si violente qu'elle va jusqu'à provoquer la syncope. La chaleur ramène la circulation dans cet organe. Ces accidents arrivent avec le maillot, en été comme en hiver ; je conseillerais donc la chemise de laine avec laquelle on peut protéger ses organes contre le froid. L'usage d'un suspensoir doublé intérieurement de molleton ou de laine rendra aussi de grands services, car il soutiendra les bourses en y maintenant la chaleur.

Le poids des testicules étant supprimé et les bourses soutenues, la liberté des mouvements des jambes sera plus grande. Peut-être objectera-t-on que par le frottement les bords du suspensoir érailleront la peau, la chaleur et la sueur aidant. Un suspensoir bien fait ne procure rien de tel ; je recommande donc son emploi aux véloci-

pédistes dont les bourses sont flasques, qui sont atteints d'hydrocèles, d'hématocèles, de varicocèles, ou qui ont eu des orchites.

Je le répète, les organes génito-urinaires doivent être protégés soit par un suspensoir, soit par une chemise de laine, soit par une doublure de flanelle appliqué au maillot, le vent et le froid auront ainsi moins de prise sur eux.



▲ Amélie Legall et Annie Londonberry ont démontré que la bicyclette était un bel instrument d'émancipation.



Selon la position du vélocipédiste sur la selle, le poids du corps porte plus ou moins sur le périnée, la sellette s'enfonce dans l'angle formé par deux ischions. La question de la selle a donc une grande importance : certains vélocipédistes préfèrent la selle dure, qui facilite leur marche, d'autres choisissent la selle molle, Je conseille l'emploi de cette dernière, qui adoucit les trépidations et le frottement sur les tubérosités des ischions, car souvent le vélocipédiste est obligé, au début de l'entraînement, d'interposer des linges entre la sellette et les fesses.

Les muscles qui ramènent la cuisse en dedans (muscles adducteurs), sont aussi intéressés par l'emploi de la selle dure.

La pression du canal de l'urètre qui se trouve pris entre le bec de la sellette et le pubis, peut y provoquer une inflammation ou même des rétrécissements.

Le vélocipède a-t-il une action nuisible sur la prostate ?

Le docteur Straban répond que les

jeunes vélocipédistes peuvent être atteints de congestion chronique de la prostate, avec atrophie des muscles qui entourent l'urètre et le bulbe, ce qui entrainerait chez eux la masturbation, le surmenage des organes génitaux et une impuissance hâtive. Pour ma part, je ne possède qu'un seul cas de prostatite occasionnée par l'usage du vélocipède, et encore est-elle survenue

chez une personne d'un certain âge. On sait, en effet, que la prostate s'hypertrophie chez les personnes âgées, d'où les rétentions ou les incontinenances d'urine dont elles sont atteintes.

D'autre part, les personnes

d'un certain âge, celles qui approchent de la quarantaine, ne devront user que fort modérément du vélocipède afin d'éviter l'hypertrophie de la prostate. Il est bien entendu que lorsqu'elle existe, ce sport devra être interdit.

L'irritation des vésicules séminales, l'abus de l'acte génésique et surtout celui de la masturbation peuvent occasionner la spermatorrhée, soit pendant la course ou l'excursion, soit après. Cette affection est assez sérieuse pour conseiller aux personnes qui en sont atteintes l'abstention absolue du sport vélocipédique, tant qu'une complète guérison ne sera pas assurée.

Parlerai-je maintenant des accidents que le vélocipède peut provoquer sur les organes génitaux de la femme ? Outre que je ne me fais pas une image bien nette de sa position sur une sellette, la nature ne l'ayant pas faite pour ce genre de sport, j'estime que cette charmante et délicate moitié du genre humain a mieux à faire

que de nous imiter. Et pourtant quelques dames font du vélocipède ; nos voisines d'outre-Manche, entre autres, ne font-elles pas ainsi leur voyage de noces ? Certes, si la poésie y gagne, la santé y perd. Entre les deux il n'y a pas même à choisir.

La femme, a dit récemment M. Peter, est un utérus avec des organes autour. Donc, pas de vélocipède pour la femme, parce que pour bien actionner les pédales, du moins

avec les machines que nous possédons aujourd'hui, il faut qu'elle se mette à califourchon sur la sellette ou bien qu'elle s'assoie sur un siège qui forcément doit être très étroit. Le bassin de la femme étant plus développé que celui de l'homme, elle aura beaucoup plus de difficulté à bien se maintenir en équilibre. D'autre part, dans la première position, le bec de la sellette appuyant à l'entrée du vagin, pourra provoquer de la vaginite. Dans la seconde position, il n'y a pas à redouter le bec de la sellette, mais comme dans la première, la femme devra actionner les pédales avec plus de force qu'elle n'en déploie pour faire jouer celles d'une machine à coudre, et cependant que de désordres cette machine provoque sur ses organes génitaux !

En effet, à l'extrémité du vagin se trouve l'utérus placé entre la vessie en avant et le rectum en arrière. Il est suspendu entre ces deux organes par deux ligaments, les ligaments ronds, auprès desquels sont placés les ovaires. Or qu'arrivera-t-il ? Le périnée sur lequel reposent ces organes étant pressé par la sellette, les refoulera vers la partie supérieure du bassin, et l'utérus obligé de se faire une place nouvelle dans la cavité abdominale, suspendu qu'il est par les ligaments, se penchera en avant ou en arrière, à droite ou à gauche, d'autant plus facilement que la femme aura eu plus de grossesses pendant lesquelles les ligaments auront été physiologiquement distendus. L'axe de l'ouverture du col de la matrice dans le vagin sera déplacé et la reproduction gravement compromise, sans compter les ulcérations, les hémorragies, les maladies des ovaires, les inflammations de la matrice et du vagin, etc., etc., qui peuvent survenir chez « la grande blessée ». Qu'elle abandonne donc le vélocipède au sexe fort et si elle veut



▲ Femmes cyclistes en robe.

absolument se placer sur une machine, que ce soit comme un objet d'art délicat et précieux que le moindre choc peut briser, mais qu'un gardien aussi prudent qu'attentionné transporte en veillant sur lui. Le voyage sera alors vraiment poé-



▲ Le Bloomer, puis ensuite le Trouser, ont donné plus de liberté aux femmes dans leurs mouvements.

tique et délicieux par l'union de la force qui actionne et de la grâce qui lui sourit.

Pour nous résumer, l'usage du vélocipède pouvant provoquer chez l'homme des rétrécissements du canal de l'urètre, des érections fréquentes et de la flaccidité par réaction, de l'urétrite, de la prostatite chez les personnes d'un âge mûr et des pertes séminales, doit être réglé par le

médecin consultant, si légère qu'ait été la première atteinte des affections que je viens de mentionner.

Influence du vélocipède sur la respiration, la circulation et les organes génito-urinaires.

Après tout ce que je viens de dire sur la circulation normale et pathologique, et ce que nous savons déjà sur la respiration, on peut conclure que :

L'exercice du vélocipède active la circulation et la respiration.

À raison de ces faits, un exercice trop violent du vélocipède peut occasionner des congestions des poumons, du cerveau ou du foie, et provoquer une hypertrophie des muscles du cœur chez les jeunes gens qui n'ont pas encore atteint leur complet développement.

Le vélocipède doit être interdit aux personnes ayant une maladie organique du cœur ou des poumons.

Les personnes à tempérament congestif doivent se livrer très modérément à cet exercice, congestif entre tous.

Le vélocipède peut rendre quelques services dans le traitement de l'anémie comme adjuvant au traitement reconstituitif.

L'enfance et la vieillesse devront s'abstenir de cet exercice, celle-ci cause des affections de la prostate et de la vessie, celle-là parce que le développement des organes génitaux n'est pas encore terminé.

La chemise de flanelle est préférable au maillot pour protéger les organes génitaux contre le froid. L'usage d'un suspensoir paraît tout indiqué.

L'usage du vélocipède doit être absolument interdit à la femme. ●

P. Tissier



# Ma lettre de ré-adhésion

Ce n'est pas tous les jours que l'on reçoit une lettre de ré-adhésion manuscrite ! Le haut est décoré de tampons cyclistes rigolos, et Stéphane en profite pour nous décrire les voyages à vélo de sa jeunesse...



Poitiers, 28 Mars 2022

Bonjour,

Déjà plus de cinquante ans que j'ai effectué, pendant mes vacances scolaires, le tour de France à bicyclette. J'avais trouvé à l'époque une formule très pratique pour l'hébergement : les auberges de la jeunesse. Au fur et à mesure des étapes, par la force des choses, j'ai aussi expérimenté d'autres formes d'hébergement : dormir dans les foins d'une grange, avec l'accord du propriétaire -les bottes n'étaient pas rondes à l'époque- mais j'ai appris par la suite que ce n'était pas très prudent à cause de la fermentation. J'ai demandé également l'hospitalité faute d'auberge. J'ai même eu le droit à un lit dans une chambre d'un ancien coureur cycliste devenu artisan boulanger. Les auberges de la jeunesse restaient néanmoins très pratiques, elles ne coûtaient pas cher et les étapes étaient en moyenne d'un peu plus de 100 kilomètres. Il fallait simplement des draps cousus, les duvets étaient interdits. Ainsi le vélo pouvait être léger.

C'était un demi-course de la marque « Motobécane », que j'avais obtenu après avoir passé brillamment mon

certificat d'étude pour la deuxième fois. J'avais fait cinq fautes à ma dictée. Hé oui, pour ma grand-mère, c'était la condition, le certificat et le vélo, sinon, il fallait patienter un an. Ouf !

Les temps ont bien changé. Nous sommes en 2022, beaucoup d'auberges ont disparu. Les « normes » ont envahi notre quotidien. Le code de la route a 101 ans. Les grandes routes sont peu recommandables pour nous cyclistes. Les appareils photo se sont allégés, les vélos sont un peu plus lourds. Il vaut mieux avoir du matériel de camping pour garder une certaine liberté, bien sûr, on peut compter sur l'entraide entre voyageurs et curieux...

Bon, allez, je me réabonne cette année, on est déjà fin mars. Les beaux jours nous tendent les bras. Je vais aller les embrasser pour continuer à agrandir mon jardin... et celui des autres.

À bientôt, peut-être, sur les chemins du hasard !

Excusez mon orthographe, c'est un savoir qui ne m'est pas parvenu dans son intégralité, ainsi que mon écriture manuscrite : je ne sais pas écrire avec un clavier et des touches. Je préfère jouer de la musique avec un clavier de piano... ●

Stéphane Culot

# Le voyage lent :

## petit guide pratique pour débutants

Notre journal a déjà présenté différents témoignages de voyages lents à vélo. Un couple d'adeptes, surnommés par leurs amis « Flanoche et Bague-naude », nous propose ici les règles de base pour qui souhaiterait pratiquer ce sport plus exigeant qu'il n'y paraît...

### Règle numéro 1 : Pas d'objectif.

À la question fréquente « Et vous allez où comme cela ? », pointez du doigt dans une direction en répondant « par là », car telle est la vérité du moment, sans préjuger des changements de caps ultérieurs possibles ( jusqu'à 180 degrés) selon météo, opportunités, rencontres...

### Règle 2 : Pas de mesures.

Pas de compteur de distance ni de dénivelé sur votre vélo ! Notre perception du temps qui passe révèle que le temps est élastique et donc, comme Einstein l'a démontré, la distance l'est aussi et toute mesure sera trompeuse et... parfaitement inutile. Par ailleurs, le matériel de rando étant de préférence robuste, confortable et bon marché, il sera lourd ( inutile de peser son équipement), ce qui contribue au maintien d'une lenteur de déplacement de bon aloi... On pourra cependant doter sa machine d'une transmission type VTT permettant de grimper les côtes en conversant avec les piétons... pour autant qu'ils ralentissent.



Illustration : Fanny Riou, avec l'IA Midjourney

### Règle 3 : Pas de vraie route.

La vitesse des véhicules motorisés est peu compatible avec l'avancement lent. Hors les voies vertes, on se promènera sur les chemins et les petites routes goudronnées à une seule voie si possible ( la présence d'herbe mangeant le goudron étant un bon critère de choix). Bien entendu cela rallonge la distance et augmente souvent la pente d'un énorme facteur. Ce qui n'a aucune espèce d'importance compte tenu des deux règles précédentes et apporte de vraies opportunités pour l'application de la règle suivante.

### Règle 4 : Vive les détours.

Sur le chemin, aucune pancarte, aussi modeste soit elle, indiquant « menhir » ou « chapelle », « cascade », « crique » etc... ne sera négligée. Le détour s'impose, complété éventuellement par la conversation avec un(e) autochtone pour en savoir plus sur la curiosité en question ou d'une n+ $x$  ième baignade si on est au bord de l'eau. Parfois les voies vertes sont dotées de divers panneaux explicatifs et on s'y arrêtera avec respect en prenant tout le temps utile pour déchiffrer les messages effacés par la pluie et les tags. Les divers petits musées, y compris ceux, nombreux, recueillant le matériel agricole d'autrefois, seront visités, même si les horaires d'ouverture entraînent une pause-attente de quelques heures. Les beaux paysages appelleront à un arrêt contemplatif ou encore une

séance photo voire une aquarelle selon les passions de chacun. On pratiquera généreusement les arrêts pour conversation, non seulement avec tous nos congénères mais aussi avec les animaux sauvages comme domestiques, et pour l'observation attentive des petites bestioles et du végétal en général dans ses multiples manifestations plus ou moins curieuses quand on y regarde de près.

**Conclusion :** le voyage cycliste lent demande un fort mental mais rassurez-vous : si vous commencez à pratiquer n'importe laquelle de ces règles... les trois autres suivront tout naturellement. Nous nous présentons d'ailleurs familièrement

comme « vélo glandeurs » pour bien marquer la spécificité de la discipline. Si vous débutez, sachez qu'un critère simple vous permettra de connaître votre niveau : si pendant plusieurs jours, en arrivant à l'étape du soir, vous retrouvez déjà installés les randonneurs à pied (retraités non sportifs) que vous avez quittés le matin même ( en étant parti vous-même en premier) , alors vous êtes très probablement sur la bonne voie ! Bonne vélo rando... pianissimo ! ●

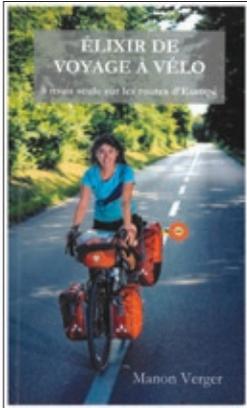
Marco et Didi Belorgey

Contact : [marc.belorgey@free.fr](mailto:marc.belorgey@free.fr)



## Elixir de voyage à vélo

Manon Verger



« Tu n'as pas peur toute seule à vélo ? » et vingt autres questions que l'on m'a posées tous les jours sur les routes d'Europe trouvent réponse dans cet ouvrage.

Voici la recette de l'élixir de ces 10 000 km d'aventures :

- Egrener des récits de rencontres hors du commun.
- Garnir de conseils pratiques pour voyager à vélo.
- Incorporer des astuces pour partir à petit budget.
- Saupoudrer d'anecdotes par pays.

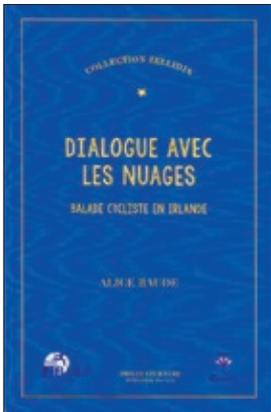
- Relever le tout de poésies.
- Mélanger.
- Déguster.

2022 – 2<sup>e</sup> édition – 183 pages – <https://autres-talents.fr>  
Prix : 15,90 €

## Dialogue avec les nuages

Balade cycliste en Irlande.

Alice Daude



J'ai cru partir pour un voyage en solitaire. Pourtant, j'ai découvert en Irlande la puissance du partage : des personnes rencontrées par hasard m'ont fait rayonner et m'ont laissé une empreinte inoubliable.

Par cette disposition à recevoir le monde, j'ai écouté l'Irlande. Par mes actes et par mes mots, je lui ai répondu ; en cela je parle de Dialogue. Ce carnet est la mise en mots des polyphonies de rencontres humaines, des discussions primaires avec l'île, du dialogue intime que j'ai entretenu avec mes rêves.

Les coïncidences m'ont amené au-delà de tout ce que je pouvais imaginer. Je me suis surprise par les distances parcourues. J'ai chanté sous le soleil ; et même dans le vent. J'ai vécu les terres, les baies, les eaux, rugit dans l'océan. J'ai senti l'île, senti les îles et contemplé les reliefs.

Emerveillée des couleurs et des lumières, oui, j'ai dialogué avec les nuages.

Quoi de plus libérateur que de prendre la route, après deux ans de khâgne-hypokhâgne, sur les chemins de la côte ouest irlandaise pour écrire à bâtons rompus ? Le temps de l'étude est révolu : voilà arrivé le moment de ressentir, de recueillir, de s'abreuver du monde. Ce Dialogue avec Les Nuages est une grande balade à vélo, et aussi le premier tutoiement d'Alice avec ses rêves.

Grâce au soutien financier et humain de Zellidja, le voyage en solitaire si ardemment désiré devient une expérience réelle...

2018 – 189 pages – Éditions Racaille – Collection Zellidja.  
Prix : 19 €

## Cycle!

magazine n° 20



En 2013, nous arrivait de Suisse un petit nouveau dans la presse cycliste, Cycle! magazine, qui se proposait de « décrire le monde du vélo, amateur et professionnel, où l'homme et la machine sont en symbiose pour aller plus vite, mais aussi pour se déplacer, voyager, baguenauder, traverser des grands espaces, voir du pays. » Pour cela, tout était mis en œuvre, une superbe maquette, des photos et des textes de qualité, souvent rédigés par des plumes reconnues, et beaucoup d'enthousiasme pour

aborder le cycle dans tous ses aspects, sportif, touristique ou encore culturel.

Dix ans plus tard, la démarche est restée la même, le format a juste très légèrement diminué, et ce numéro, sous-titré Montagnes, virages et gravillons, offre une nouvelle fois à ses lecteurs un contenu de premier choix, abordant de façon éclectique aussi bien « La haute route du sel » alpine, que des portraits de Bartali, Juliette Labous ou Pierre Matignon, ou bien la découverte du Kurdistan, avec un très beau texte de notre ami Claude Marthaler, et beaucoup d'autres aspects cycliques que je vous laisse découvrir par petites touches tout au long de ce magazine à la lecture vivement recommandée.

Jean-Yves Mounier

Décembre 2022 – 160 pages – Éditions Rossolis – 14 €

## Adventure of Tata Alex

L'Europe à vélo après un cancer – tome 1.

Alexandra Husta



Je m'appelle Alexandra dite Tata Alex, nantaise. À 31 ans, on me diagnostique un cancer du sein et à cet instant précis, le ciel me tombe sur la tête !

Et pourtant c'est pendant ma chimio que je fais une rencontre qui me fait acheter mon vélo et qui va me pousser à me lancer dans le vélo voyage...

Six mois de chimiothérapie, une ablation du sein et trois confinements plus tard me voici en route pour un vélo voyage à travers l'Europe, seule et armée de six mois d'hormonothérapie !

Embarquez avec moi pour un voyage à mon image : drôle et gourmand où joie de vivre et bonne humeur sont les maîtres mots.

Ce livre est une invitation au voyage, un hymne à la vie et à la résilience. Une aventure solidaire, sportive et humaine.

2022 – 224 pages – <https://adventuresoftataalex.wordpress.com/>  
Prix : 20 €

## MAI À VÉLO 2023, C'EST REPARTI !

**Nous sommes très heureux d'annoncer le retour de Mai à Vélo pour une 3e édition en 2023 !**

Mai à vélo lance sa troisième édition pour rassembler du 1er au 31 mai 2023 toutes les initiatives cyclables organisées partout en France. Pour que le mois de mai devienne celui de la fête du vélo, l'objectif est de faire encore mieux que les 3 000 événements de l'an dernier. Nouveauté cette année, le collectif Mai à vélo mobilise un vélo-reporter – Jérôme Zindy – qui sillonnera les routes de France pour couvrir différents événements et aller à la rencontre des organisateurs d'activités sur le territoire.

Initié en 2020 par le ministère de la Transition écologique et de la cohésion des territoires et le ministère des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, Mai à vélo a pour vocation d'encourager petits et grands à la pratique du vélo et de faire découvrir ou redécouvrir, de façon ludique et pétillante, les nombreux avantages de la bicyclette.

**Plus d'infos :** <https://maia Velo.fr/actualites/mai-a-velo-2023/>

## La vélocitatie vous ouvre la voie

Nous sommes heureux de vous annoncer l'ouverture de notre nouvelle véloroute « La Vélocitatie » qui emprunte quatre départements, Tarn, Hérault, Aude et Haute-Garonne. Le parcours de 220 km part du canal du Midi au point le plus haut, le seuil de Naurouze, longe la Rigole de Riquet, traverse des villes d'art et d'histoire, Revel, Sorèze, Castres, rejoint la Passapais à Mazamet, file au pied de l'Espinouse jusqu'à Bédarieux pour rejoindre ensuite par des petits chemins de vignes Béziers et le canal.

La Vélocitatie ? un festival de petits bonheurs ! ●



Illustration : Thomas Campagne / Département du Lot



▲ Tronçon après tronçon, le département du Lot s'équipe de belles voies vertes.

## Les vallées du Lot et de la Dordogne auront leur voie verte !

Abondance de biens ne nuit pas, surtout en matière de voies dédiées aux cyclistes ! Ainsi, en complément de la véloroute qui parcourt toute la vallée du Lot, le département du Lot crée un réseau ambitieux de voies vertes. À terme, ce territoire touristique préservé, riche en patrimoine naturel et bâti, disposera de 160 km de voies vertes, réparties entre la vallée du Lot (ancienne voie ferrée) et la vallée de la Dordogne. Ce vaste chantier a commencé en amont de Cahors. 22 km sont dorés et déjà réalisés. La jonction avec Cahors est prévue pour cette année. Près de 45 millions d'Euros sont programmés pour mener à bien ce vaste projet.

Cerise sur le gâteau : la véloroute nationale La Vagabonde (nord-sud) qui traversera dès cette année cinq départements (Allier, Creuse, Corrèze, Lot et Tarn-et-Garonne) sur près de 150 km, constituera un trait d'union entre les voies vertes lotoises. ●

## COUP DE POUCE

## EN TANDEM RÉDACTIONNEL AVEC CCI !

Vous souhaitez partager l'un de vos voyages avec les lecteurs de cette revue mais vous n'osez pas vous lancer dans l'écriture ou vous bloquez sur une partie de votre récit ? Le comité de rédaction peut vous accompagner, vous donner quelques conseils et même écrire à votre place, soit sous forme d'interview, soit sous forme narrative. L'objectif commun sera de bien mettre en valeur ce qui vous tient à cœur et d'intéresser le maximum de lecteurs.

Pour bénéficier de ce nouveau service (gratuit, bien évidemment !) il suffit de nous contacter. Après un échange avec un membre de notre équipe c'est vous qui déciderez le niveau de ce travail partagé : simple conseil ou prise en charge du rédactionnel par notre équipe. Au final, c'est bien vous qui resterez maître de cet écrit et qui le validerez.

Pour plus d'infos contacter Jean-Louis Barrère. Tel. 07 68 61 25 65.



## Le festival du Roc Castel en juillet

Le festival du voyage lent du Caylar aura lieu du 27 au 30 juillet 2023.

Comme chaque année, venez retrouver les nombreux CCistes présents pour ce rendez-vous festif autour du voyage non motorisé !

## Bikes 4 Ukraine

Cette ONG a été lancée par une figure du monde du vélo, le Danois Mikael Colville-Andersen. Son but est de recueillir des vélos de seconde main (ainsi que des accessoires) et de récolter des fonds afin de financer l'envoi de ces vélos dans le pays en guerre.

« Il y a une crise du carburant, les voitures ont été détruites ou envoyées au front, les transports publics ont été détruits dans de nombreux endroits. Et avec le bombardement actuel des infrastructures énergétiques, les trams et trolleybus électriques ne fonctionnent pas. Les vélos sont une véritable bouée de sauvetage pour de nombreuses personnes et ONG du pays, qui acheminent de la nourriture, des médicaments et des fournitures humanitaires dans les zones vulnérables. »

Bikes 4 Ukraine a déjà livré 450 vélos et récolté près de 18 000 Euros. Elle propose aussi des produits en vente sur la plateforme Fundrazr. ●

**Plus d'infos :** [Bikes4ukraine.org](https://Bikes4ukraine.org)

(Source : Weelz ! La Newsletter, 23 février 2023, <https://weelz.ouest-france.fr/bikes-4-ukraine-des-velos-pour-se-deplacer-en-temps-de-guerre/>)

## ANTENNE DE NANTES,

Soirée projections,  
le 3 février 2023

**Isabelle Lancelot nous a trouvé un local plein de charme à deux pas du musée Dobrée : les salons Mauduit, un ensemble de salles de réception édifiées au début du XX<sup>e</sup> siècle et décorées dans un style Art Déco dans les années 1930. Deux séances bien différentes y étaient programmées.**

Pour commencer, Estelle et Thomas Dalmayrac <sup>(1)</sup> nous ont présenté leur « lune de miel » d'un an autour des Balkans, l'Asie, la Chine, la Russie et son Transsibérien. Leur projet démontre que sans être sportif ni habitué aux voyages en vélo, il est possible de tenter l'aventure. Eux se marièrent, quittèrent leur job et, avant d'avoir eu beaucoup d'enfants (trois ont égayé la soirée surtout les deux plus jeunes), partirent pédaler.



La présentation est organisée autour des principales questions posées : qu'est-ce qu'on emporte ? Qu'est-ce qu'on mange ? Où dort-on ? Et si le matériel casse ? Questions auxquelles Estelle et Thomas apporteront leurs réponses et surtout LA clef : on s'adapte au fur et à mesure des événements.

Passionné, Thomas avait emporté du matériel photo et vidéo. Il en est résulté un blog, un livre (en vente à la Géothèque de Nantes), de belles photos et vidéos. Nous avons eu le plaisir de regarder celle de leur passage en Mongolie, très édifiante sur l'accueil des quelques personnes croisées, la rudesse des « routes » et de la météo.

En revenant, ils s'engagèrent dans l'association Alternatiba.

Puis Eglantine Raphel nous a présenté son périple, avec Geoff Grimsditch un ami anglais, entre Charleville-Mézières et Rouen en montant jusqu'à la Suède et au Danemark. Zoom sur les shelters danois qui offrent un joli compromis entre bivouac et camping, sur le vent, très présent dans ces pays assez plats, un peu d'histoire pour la visite de Copenhague et sa fameuse enclave de Christiania, quartier « libre » autogérée jusqu'en 2013. Nous avons découvert qu'il n'y a pas besoin d'aller en Asie pendant la mousson pour se réveiller dans l'eau suite à l'inondation du camping, qu'il y a énormément de moulins et d'éoliennes dans ces pays et bien entendu, que le Danemark a adoré le passage du Tour de France. Nous retiendrons la vidéo où l'on est filmé, sur un vélo de course, poursuivi par une horde de vikings patibulaires et enragés.



À la fin, ils nous rattrapent et la vidéo se termine dans le sang. Nous l'avons également testée lors de la rando en Scandinavie avec Cyclo Trans Europe cet été. C'est à Jelling dans le Jutland, patrimoine mondial de l'UNESCO.

Un grand merci à Estelle, Thomas et Eglantine pour leurs présentations.

Nous étions quarante-sept cyclo voyageurs avérés ou potentiels, les échanges ont été riches, certains étant là pour se convaincre qu'ils pourraient franchir le pas du voyage en vélo et les autres, convaincus, « mais si, il faut y aller, vous verrez c'est super ! ». ●

Michèle YAN

(1) « into the wheel » [ <https://www.intothewheel.com/> ] [ <https://vimeo.com/kakounet> ] [ <https://alternatiba.eu/> ] [ <https://www.facebook.com/intothewheel> ]

## Le printemps en avance

**C'est avec un programme bien rempli que l'antenne nantaise de CCI a fêté l'arrivée du printemps.**

- Des enfants de classes et du centre de loisirs du quartier de la Bottière ont pu participer à des animations sur le thème du voyage à vélo. En support, nous avons confectionné un jeu de cartes-questions pour les guider dans la découverte de l'exposition itinérante, installée pour l'occasion à la maison de quartier.

- Le 18 mars, le Festival, malgré les manifestations et les grèves, a attiré beaucoup de monde.

Cette année, en ouverture le départ de Fanny, l'une des lauréates de la bourse jeunes CCI, partie pour un voyage en monocycle vers le Cap Nord. Et ce fut un beau départ, sous la pluie mais aussi sous les encouragements et les applaudissements des participant-e-s du festival et accompagnée par son père et quelques ami-e-s pour ses premiers tours de roue.

Nous avons choisi de terminer la journée par un repas partagé, une fois les rangements terminés. Nous y étions 80 ! Fatigués mais satisfaits. ●



▲ Fanny Riom a donné ses premiers coups de pédale.

## DU CÔTÉ DE RENNES

### 8 janvier 2023 : une journée mémorable !

Première sortie vélo de l'année à 24 cyclos pour une boucle Rennes-Laillé-Rennes par une météo pas très clémente, et retrouvailles à 42 participants dans la salle commune de notre co-proprété pour une soirée galette des rois, projections vidéos, et dîner-pique-nique en commun. Alain et Anne-Marie Barthel ont partagé avec nous leur voyage en Mongolie dans une ambiance très conviviale.

Véronique Olivier et Guy Lecointre



▲ Ils nous plongèrent dans l'atmosphère des immensités mongoles.



▲ Après une belle sortie à vingt-quatre cyclos...



▲ et un grain mémorable le long du halage...



▲ Les quarante-cinq spectateurs découvraient les voyages lointains à vélo d'Alain et Anne-Marie Barthel.



▲ ... le temps de la galette des rois est arrivé. Jacques avait apporté sa bibliothèque de prêt de livres de voyage à vélo.

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

### Un nouveau C.A. élu à Chambéry

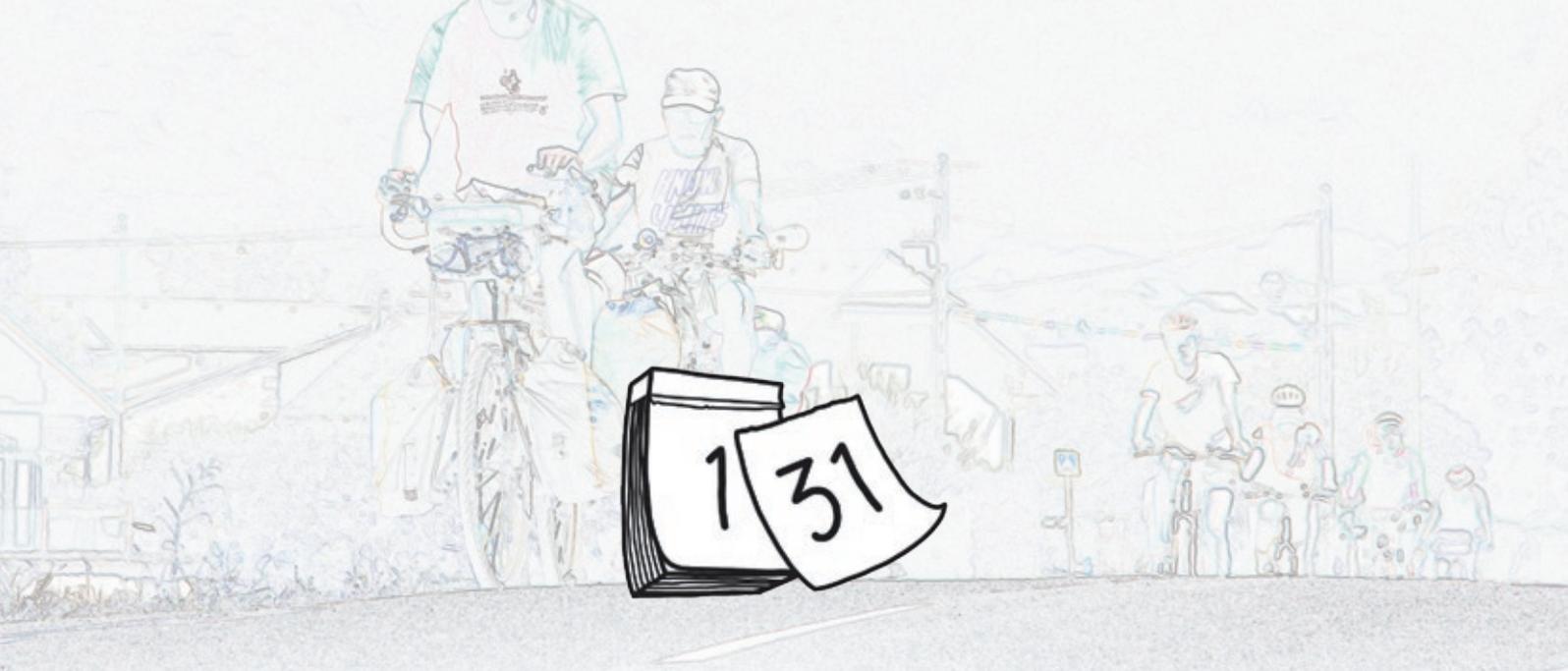
L'assemblée général a eu lieu à Chambéry le 25 mars. Celle-ci a été animée et constructive et a débouché sur le renouvellement de six membres du Conseil d'Administration qui sera présidé par François Coponet.

La nouvelle équipe élue va pouvoir poursuivre les nombreux chantiers engagés comme le nouveau MVV, la refonte du site Internet, le travail de fond sur les différents médias de l'association ou encore la création des groupes locaux et les actions en direction des jeunes. ●



Photo : Fabien Savouroux

◀ De gauche à droite, le nouveau CA :  
Marilyn ETIENNE-BON (trésorière adjointe),  
Michel GUEGAN (vice président),  
Claire GUILLEBAUD (secrétaire),  
Trudie COPONET (trésorière),  
François COPONET (président),  
Pascal ARNAUD (trésorier adjoint),  
Joseph LARIE (membre),  
Thierry MOURLANNE (secrétaire adjoint)  
et Isabelle CARMENT (membre).



► **DU 27 AVRIL AU 7 MAI 2023**  
**DIZAINE EN PICARDIE**

Odile Roblin propose un parcours de dix jours en Picardie, avec départ et arrivée à Château-Thierry.

Des petites étapes pour pouvoir profiter des nombreuses visites possible : châteaux, châteaux-forts, musées, abbayes, mémorial de guerre, forêts, baie de Somme, cathédrales, cité médiévale, canal, fleuve " Somme", jardins flottants, hortillonnages d'Amiens, maison de Jules Verne, musée Jean de la Fontaine, Musée Alexandre Dumas, les phoques à la pointe du Hourdel, spécialités culinaires, etc. Bien sûr, possibilité de rallonger chaque étape.

Renseignements et inscription sur le forum de CCI.

► **DU 27 MAI AU 10 JUIN 2023**  
**QUINZAINE ENTRE LARZAC ET ARDÈCHE**

Gérard Olive nous invite à pédaler sur une quinzaine au départ du Pont du Gard pour prendre la direction du Larzac et de l'Ardèche .

Parcours et renseignements à découvrir sur le forum.

► **ASCENSION 2023 - DU 18 AU 21 MAI 2023**

**WEEK-END EN CHABLAIS**

Stéphane Clamens organise un week-end entre Faucigny et Chablais. Les sorties seront en étoile au départ de son jardin où tout le monde pourra planter sa tente.

Plus de renseignements sur le forum.

**DE DIEPPE À BOULOGNE-SUR-MER**

Patrick Koon propose une sortie entre le 18 et le 21 mai de Dieppe à Boulogne-sur-Mer le week-end de l'Ascension en suivant la Véломari-time avec trois étapes de 60 à 70 km.

Contact : 06 66 88 61 38 ou patrick.koon@gmail.com

**LE SUD-COTENTIN**

François Coponet vous emmène visiter le sud Cotentin au départ de Vire.

Inscriptions et infos sur le forum.

**DU 13 AU 16 JUILLET 2023**  
**LA CILFACYCLETTE**

Comme chaque été, les CCIstes rencontrent des étudiants étrangers à l'occasion de la « CilfaCyclette », pour faire le tour du monde en quatre jours ! Départ et arrivée à Annecy.

Renseignements sur le forum ou auprès de Frédéric Michelland : fredmichelland@gmail.com <http://www.cilfa.fr> / 07 66 73 49 10



► **DU 12 AU 20 AOÛT 2023**  
**SEMAINE FAMILLE**

OYEZ, OYEZ ! Doué La Fontaine, vous connaissez ? C'est en Anjou, près de Saumur.

Vous y trouverez des sites étonnants tel le mystère des Faluns, les troglodytes, le bio parc, les roseraies ...

Nous vous proposerons des activités pour petits et grands comme la sculpture sur pierre...

Vous y ferez des rencontres dans un lieu de verdure, des baignades dans la piscine proche du camping ... et surtout de belles balades à vélo !

Nous vous attendons du 12 au 20 Août, au camping «Les rives du Douet», sous tentes individuelles (emplacements retenus) ou en hébergements «souple-dur « (à réserver).

A bientôt et comme on dit chez nous : Topette !

**Martine et Lily**

**Renseignements :**

1- Martine Hanniet [martine.hanniet@gmail.com](mailto:martine.hanniet@gmail.com) 06 74 48 67 38 (la locale de l'étape)

2- François Prétot [pietrot-francois@orange.fr](mailto:pietrot-francois@orange.fr) 06 77 02 30 51 (sa fille Maëlle, qui a le BAFA, saura occuper les plus jeunes)

Camping : Tél : 02 41 59 14 47 Site : <https://camping-lesrivesdu-douet.fr/>.