

# le p'tit mag de l'Ecolavélo

n°3 - février 2010



l'association de ramassage scolaire à vélo de l'école Mirabeau

## A la Une

### Une nouvelle tribu se joint à nous !



Le quartier de l'Occitanie a créé un nouveau circuit Ecolavélo fin 2009. Qui sont-ils, d'où viennent-ils, et comment sont-ils organisés ?

En savoir plus en [page 2...](#)

## Exposé CM2

Les CM2 ont la parole. Ils reviennent par écrit sur un exposé concernant le vélo, l'écomobilité, la pollution, ainsi qu'un atelier réparation.

Rendez-vous en [page 4...](#)

## L'Ecolavélo à la télé !

L'Ecolavélo bientôt sur France 2. Le 9 décembre, une équipe de télévision est venue filmer la petite vie de l'Ecolavélo.



Info et programme en [page 7...](#)

## L'HIVER !



Froid et obscurité...  
Comment bien rouler ?

Rubrique sécurité en [page 3...](#)

## Le vélo couché

On en voit de plus en plus du côté de Mirabeau. Qu'est-ce donc ?



En savoir plus en [page 6...](#)

## Record du monde



Le mesure est prise sur une longueur de 200 mètres.

115 km/h en  
vélo sur le plat

Fin 2009, une Française, Barbara Buatois, bat le record du monde de vitesse à vélo, sur un modèle entièrement caréné.

# La nouvelle tribu du circuit de l'Occitanie



Ca y est !

L'Ecolavélo accueille un nouveau groupe: celui de La Résidence de la Ramée.

Depuis la rentrée scolaire 2009, ce sont jusqu'à 12 enfants accompagnés par quelques parents qui ont choisi ce moyen de transport écocitoyen pour aller à l'école 4 fois par semaine. Cette résidence est située en face de l'entrée principale de la Ramée, et donc trop près de l'école Mirabeau pour être desservie par les bus scolaires.

Plus de 25 enfants y habitent et nombre de parents se retrouvaient jusqu'à présent coincés dans les embouteillages du matin. Aussi, lors d'une réunion de l'association de la résidence, ont ils décidé de concrétiser un projet qu'ils mûrissaient depuis quelques années: celui d'organiser un ramassage scolaire à vélo. Le projet a vu le jour grâce à l'énergie de Sandrine Guilhen, qui a rejoint la résidence récemment avec sa famille et qui avait déjà été impliquée dans une association similaire sur l'école du Petit Train à Tournefeuille.

## En bref

**12**  
enfants

**8**  
accompagnants  
réguliers

**4**  
matins/semaine

**1,5** km



Circuit test un dimanche après-midi, près de l'école

Les parents intéressés ont donc conviés à une réunion en Septembre dernier, Philippe Moinat et Laurent Grospron, membres expérimentés de l'Ecolavélo, pour mieux en comprendre le fonctionnement.

Séduits, après un petit circuit test un dimanche après-midi, ils ont démarré avec les enfants début Octobre.

Concrètement, le groupe de cyclistes se donne rendez vous le matin, au centre de la résidence à 8h10 pour partir à 8h15. La logistique est gérée par mail et via un document partagé sur Google Docs dans lequel chacun (enfants et parents accompagnateurs) s'inscrit pour le mois suivant.

Certes les premiers frimas ont eu raison d'une partie du groupe mais l'initiative est bien partie pour durer.

## + Les autres circuits possibles

D'autres quartiers de Mirabeau ne sont pas encore desservis par un ramassage à vélo.

Il existe pourtant quelques enfants et parents qui seraient intéressés ici ou là, dans les quartiers du Marquisat, le quartier des Vignes, la rue du 14 juillet et de la rue Passerive.

Contactez l'Ecolavélo si vous souhaitez franchir le pas comme au quartier de l'Occitanie.

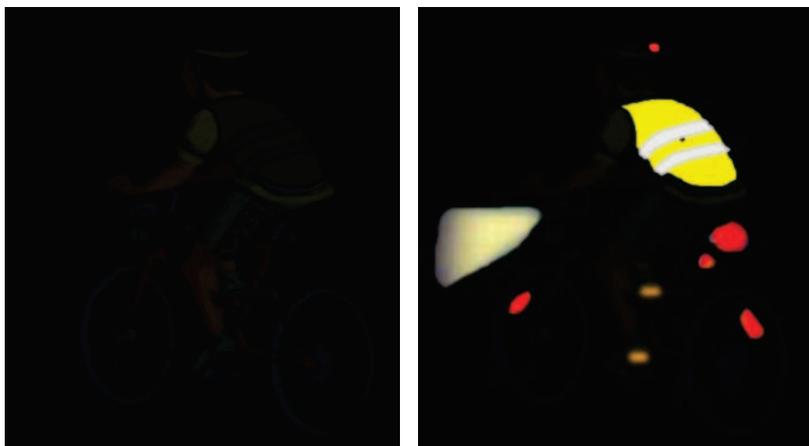


Remise officielle des chasubles ECOLAVELO, par Jean-Lionel Cussey, Président de l'Ecolavélo.

# Le jeu des 7 différences

## L'homme invisible est en danger !

Le dessinateur a volontairement introduit 7 différences entre les 2 dessins ci-dessous. Sauras-tu les trouver (réponses en bas de page) ?



## A retenir !

A vélo, être visible, ça fait vraiment la différence ! De nuit, ayez un bon éclairage sur votre vélo et portez des vêtements clairs et surtout réfléchissants !

## Cherchez l'erreur !

Les images suivantes sont vraies, et pourtant, on peut y trouver des erreurs étonnantes, lesquelles ?



## Verglas et neige, comment faire ?

Voici quelques conseils pour que pédaler sous la neige ne se transforme pas à tous les coups, en chutes et galères.

Ne pas oublier son casque ! Ca n'empêche pas de tomber, mais le risque de chuter étant plus grand, on se protège le plus possible.

Tout en douceur ! On démarre calmement pour ne pas déraiper. On utilise une vitesse intermédiaire : il ne faut pas trop mouliner (risque de patiner), mais il faut mouliner un minimum pour pouvoir rouler doucement tout en gardant l'équilibre.

Sur bitume, surveiller les zones brillantes. Si ça brille, très gros risque de verglas, méfiance !

Doser son freinage ! On peut tester si ça glisse avec le pied, puis en freinant doucement du frein arrière. Si rien ne dérape, alors doser doucement le frein avant. Attention, si la roue avant bloque, c'est chute presque assurée !

Sur route, une neige tassée par les voitures peut être très glissante. Eviter dans ce cas les traces de voitures et préférer la neige bien blanche.

Autant le verglas est dangereux, autant une bonne neige peut être un plaisir. Une petite couche de neige fraîche peut offrir une bonne accroche et de chouettes sensations !

## L'astuce technique

Privilégier un pneu fin dans la bonne neige accrocheuse, et un pneu plus large sur neige glissante et verglas. On peut aussi dégonfler légèrement les pneus pour améliorer l'adhérence.



## L'astuce trop super !

Dernier recours, transformer son vélo comme ceci. Des espèces de chenilles à l'arrière entraînées par le pédalage, et un ski à la place de la roue avant.

Réponses différences: 1- le vélo du cycliste d'éclairage avant. 2- le vélo du cycliste du dessin 1 n'a pas d'éclairage arrière. 3- le vélo du cycliste du dessin 1 n'a pas de catadioptrés, ni à l'avant, ni à l'arrière, ni sur les pédales. 4- le vélo du cycliste du dessin 1 n'a pas de réflecteurs sur les roues. 5- le cycliste du dessin 1 ne porte pas de chasuble réfléchissant. 6- le cycliste du dessin 2 va rentrer chez lui en toute sécurité. 7- le cycliste du dessin 1 va se faire renverser par une voiture car l'automobiliste ne l'aura pas vu.

# EXPOSÉ-atelier vélo pour les CM2

Vendredi 25 septembre dans les classes de Mme Dixneuf et Mr Fauré, Philippe Moinat, fondateur de l'ECOLAVELO a fait un exposé sur les thèmes suivants : comparatif voiture/vélo en terme de santé, d'encombrement, de consommation d'énergie, de pollutions diverses, de coût.

Des notions sur la pollution atmosphérique (qualité de l'air) et sur le changement climatique ont également été abordées, ainsi que l'équipement du vélo.

Cet exposé s'est poursuivi par un atelier de réparation vélo animé par Norbert de l'ALAE.

Les enfants étaient très contents de cet exposé et atelier, et voici des extraits de leurs remarques, qu'ils nous ont gentiment retranscrit, grâce à la participation des enseignants, en exclusivité pour le p'tit Mag. (\*)

(\*) Nous n'avons pas mis l'intégralité des écrits des élèves, car cela aurait fait un journal de 50 pages !



*J'ai retenu que c'était mieux de rouler en vélo qu'en voiture, car la voiture pollue beaucoup plus que le vélo, et crée des embouteillages. Et puis que le pet de la vache pollue aussi !  
Maëlle*

*Quand tu veux partir à vélo tu dois vérifier ton vélo : qu'aucune ficelle ne soit dans les roues, que les roues soient bien gonflées et que les freins fonctionnent. Vincent*

*Il faut vérifier les roues, les freins, la selle, la chaîne, les lumières et klaxon et le porte bagage. Emily*

*C'était très intéressant de connaître les différents gaz comme le CO2. Anne Caroline*

*J'ai retenu qu'il fallait toujours avoir du matériel de secours pour la crevaison. Marion*

*Les vélos ne polluent pas, ne font pas de bruit, ne produisent pas de fumée ni de gaz toxique comme le CO2, et qu'ils coûtent moins cher qu'une voiture. Julie*

*L'atelier de Norbert j'ai adoré ! Norbert a crevé les roues des vélos. On devait les réparer. Alors d'abord on a enlevé la roue du vélo. Après on a retiré la chambre à air et on a repéré où était le trou. Ensuite à l'aide d'une rustine on a bouché le trou. On a remis la chambre à air. On a remis la roue. Et voilà c'est fini ! Odélie*

*Le bus, c'est comme plusieurs voitures en nombre de personnes, mais c'est un seul moteur donc c'est moins polluant que la voiture. Théo*

*Il faut toujours mettre son casque pour ne pas avoir d'accident grave. Samira*





# L'étrange vélo couché

Les parents de Lucie (CM2) et Adélie (CP), de Mirabeau, roulent en vélo couché. Leur papa nous en parle.

## Ca date de quand ? Comment est-il né ?

Cet étrange engin que vous croisez parfois à l'école Mirabeau ou ailleurs ne date pas d'hier, même s'il semble se faire mieux connaître dans Tournefeuille depuis quelques années. C'est en effet dans les années 1930 que le français Charles Mochet eu l'idée de cette géométrie, suite logique de l'évolution continue que connaissait alors la bicyclette.

Après plusieurs courses durant lesquelles la supériorité de l'engin sur le vélo « droit » fut démontrée (à niveau égal, un coureur seul en vélo couché peut damer le pion à un peloton de vélo droit), l'Union Cycliste Internationale (déjà), sous la pression des constructeurs de vélos droits, adopta un règlement encadrant strictement la géométrie des vélos en compétition officielle, excluant le vélo couché.

Privé de vitrine sportive, le concept resta confidentiel. Le vélo couché a toutefois continué son bonhomme de chemin et existe toujours grâce à quelques fabricants spécialisés, pour la plupart néerlandais et américains. Les revendeurs français sont hélas peu nombreux.

## Alors ? C'est bien ou pas ?



☹ Autant le dire d'entrée de jeu, le concept présente tout de même de nombreux inconvénients : un prix très élevé, un poids important (compter 4kg de plus qu'un vélo droit de même catégorie), un équilibre plus précaire (qui n'est plus un souci après la phase d'apprentissage), une moindre maniabilité (essayez donc les chicanes devant la Socamil !).

L'engin peut circuler sur des chemins (selon les modèles) mais n'est pas adapté à la pratique du VTT, et reste un handicap dans les côtes. Malgré tout ça, l'essayer c'est l'adopter !

😊 Il y a donc bien des compensations : un très bon rendement sur le plat ou en descente, dû à un meilleur aérodynamisme et à une position de pédalage très efficace. Les modèles de vitesse sont imbattables en contre la montre (plat !), records de vitesse...

Mais surtout, un mot clé : le CONFORT ! Un vrai bonheur qui permet de rester longtemps, non pas en selle mais en route, sans accumuler trop de douleurs ou de fatigue. Idéal pour les déplacements quotidiens (je « vélotaffe » avec le mien), et très prisé des cyclotouristes pour cette raison. Les problèmes de santé (au niveau de la selle ou des cervicales, en particulier) qui guettent les cyclos assidus sont oubliés.

## Il en est fan aussi, il a fait le tour du monde



Mathieu Monceau, toulousain, est fan de vélo couché. Il a même fait le tour du monde à bord. On le voit ici en photo au Tibet, à plus de 4800m d'altitude (aussi haut que le Mont Blanc).

Il est aussi parti de Toulouse le 9 novembre 2009, pour arriver un mois plus tard à Copenhague, à l'occasion du sommet sur le réchauffement climatique.

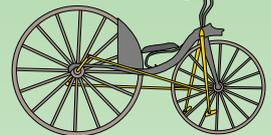


## La frise historique du vélo



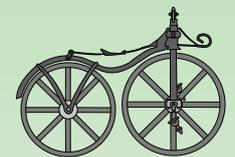
1818

Allemagne



1830

Écosse



1860

France



1870

France



1885

Angleterre



Années 1960



Années 1970

## Quel est le meilleur ?



Démarrage  
1er : vélo droit !



Plat, confort, tour  
du monde  
1er : vélo couché !



Montée  
1er : vélo droit !



Descente  
1er : vélo couché !

# Tournage France2-Macif - Ecolavélo

Mercredi 09 décembre, cela n'est pas passé inaperçu. Il y a eu devant l'école le tournage d'un film pour France 2-Macif concernant l'ECOLAVELO.

Ce petit film fait partie d'une série de programmes courts d'une minute appelés « Emission de Solutions » dédiés à la mobilité durable, et aux solutions disponibles pour se déplacer en limitant la pollution sur l'environnement : éco-conduite, moteurs à énergie hybride, vélo électrique, bus cyclistes, livraisons de colis à vélo, ramassage scolaire à pied ou à vélo....

## Vu à Mirabeau !

Les enfants de  
l'ECOLAVELO  
acteurs, le temps  
d'un mercredi  
de décembre !

## Déroulement du tournage



### 9h30

rendez vous devant l'école avec 2 journalistes arrivés tout juste de Paris. Nous avons 2 h pour filmer l'interview de Mikaele Laliat, trésorière de l'Ecolavélo, qui doit expliquer en quoi consiste l'ECOLAVELO et les avantages de ce mode de déplacement pour se rendre à l'école : éviter les bouchons, ne pas polluer, faire du sport, apprendre à rouler en toute sécurité, se retrouver sur le chemin de l'école avec les copains... Autour d'elle, un caméraman, son assistant preneur de son, et l'assistance logistique de Céline Gospiron et Xavier Darcos de l'Ecolévalo.

### 11h30

les journalistes sont devant les parkings à vélo pour filmer la sortie des enfants.

### 11h45

tous les enfants et parents sont sortis de l'école, exceptés les enfants de l'ECOLAVELO. Nous reconstituons une arrivée à l'école, en plusieurs prises, sous des angles de vue différents. Mme Davignon a eu la gentillesse de se prêter au tournage, dans le rôle de... la maîtresse, et nous l'en remercions chaleureusement !

### 12h15

il est temps de nous filmer en train de rouler sur la piste cyclable jusqu'au quartier de l'Orée de la Ramée.

### 12h45

enfin, retour cette fois ci dans notre quartier avec une faim de loup, et une grande soif car il a fait très chaud avec nos manteaux du matin et nos cartables sur le dos, et on a tous bien pédalé !

### 13h

nous « simulons » un départ du point de rendez vous matinal de l'Orée de la Ramée, et comme si c'était le matin, nous retournons jusqu'à l'école en étant filmé sur tout le trajet.



## Parole d'actrice !

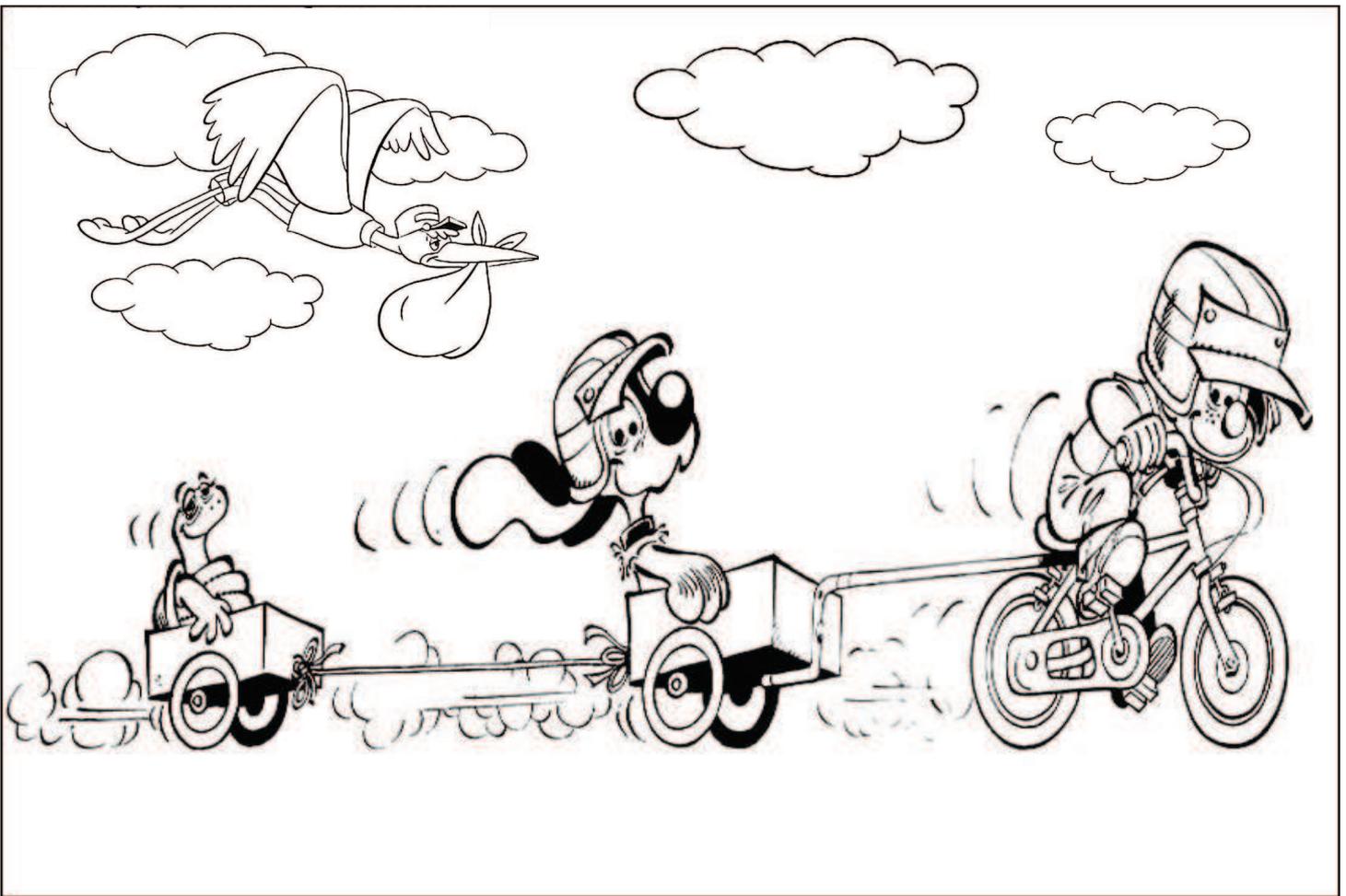
« C'était un peu fatigant, mais c'était chouette d'avoir participé à un vrai tournage ! Et même, on se croyait sur le Tour de France quand le caméraman nous filmait depuis la moto ! »

## C'est pour quand ?

Sur France2 en janvier ou février, après le journal de 20h !  
Et ensuite visible sur internet,  
<http://www.roulonspourlavenir.com/macif-engage-solution.php>

Nous serons avertis à l'avance  
du jour de diffusion.

# Le coloriage



## Ecolavélo Contacts



Association ECOLAVELO  
Mairie  
31170 Tournefeuille  
<http://ecolavelo.free.fr>  
email : ecolavelo@free.fr

Président  
Jean-Lionel Cussey

### Responsables des circuits

Bois Joly - Petit Marquis  
Laurent Chauvin  
[laurent.chn@free.fr](mailto:laurent.chn@free.fr)

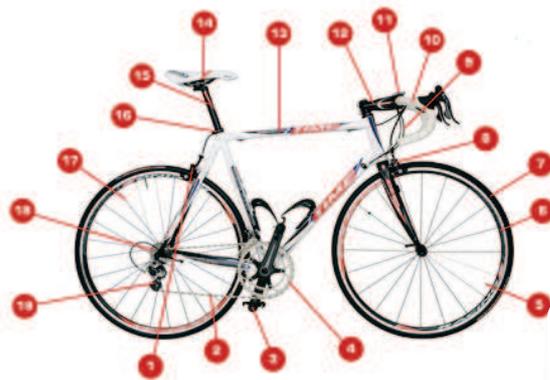
Bordenoire  
Mikaele Laliat - 05 61 86 21 66  
[famille.laliat@gmail.com](mailto:famille.laliat@gmail.com)

Occitanie  
Sandrine Guilhen  
[sandrine.guilhen@free.fr](mailto:sandrine.guilhen@free.fr)

Orée de la Ramée  
Laurent Gropsiron - 05 62 48 20 04  
[ecolavelo.gropsiron@laposte.net](mailto:ecolavelo.gropsiron@laposte.net)



## Jeu ! Le vélo en 19 mots... à vos stylos !



Pour vous aider :  
les mots à  
trouver dans le  
désordre :

cadre, potence,  
jante, pignon,  
pneu, compteur,  
dérailleur, selle,  
frein avant, frein  
arrière, chaîne,  
tige de selle,  
cable de frein,  
pédale, plateau,  
blocage de selle,  
rayon, valve,  
guidon

1	.....	8	.....	14	.....
2	.....	9	.....	15	.....
3	.....	10	.....	16	.....
4	.....	11	.....	17	.....
5	.....	12	.....	18	.....
6	.....	13	.....	19	.....
7	.....				

- 1 Frein arrière
- 2 Pneu
- 3 Frein avant
- 4 Selle
- 5 Chaîne
- 6 Câble de frein
- 7 Tige de selle
- 8 Blocage de selle
- 9 Guidon
- 10 Compteur
- 11 Rayon
- 12 Pignon
- 13 Potence
- 14 Cadre
- 15 Dérailleur
- 16 Jante
- 17 Valve
- 18 Plateau
- 19 Pédale

Réponses :