

## Au boulot à vélo !

Quelle sera l'entreprise ou l'administration la plus adepte du vélo dans le pays de Montbéliard ?

C'est ce que nous diront les résultats de notre challenge « au boulot à vélo » qui démarrera lundi 18 septembre.

C'est le moment de motiver les collègues pour monter une équipe et relever le challenge !

Il suffit de demander la création d'une équipe sur le site de l'association puis lorsque l'équipe est créée de s'inscrire individuellement sur le site « auboulotavelo-pm.fr ».

C'est une bonne occasion d'essayer le vélo ou de le faire essayer à des collègues non cyclistes, de se motiver tous ensemble à travers le challenge et de tenter de gagner des cadeaux de nos partenaires avec le tirage au sort associé.

La Fédération des Usagers de la Bicyclette dont fait partie Vélocité a mis en place un baromètre des villes cyclables qui permet à tous de donner son avis sur les aménagements cyclables et les conditions de circulation à vélo.

Cette année, le baromètre ne concerne que la ville de Montbéliard dans notre agglomération.

Après les quinze jours du challenge, vous pourrez donner un avis éclairé sur le site « parlons-velo.fr ».

Donc au mois de septembre : Tous à vélo !

Septembre 2017

Le président, Romain MEYER

## Fête du vélo au FIMU



Cette année, comme l'année dernière, la fête du vélo s'est déroulée sur 2 jours : samedi 3 et dimanche 4 juin.

Le samedi, nous nous sommes installés au port de Montbéliard avec nos partenaires (Maison pour tous de Bavans, Cyclo-randonneurs de Valentigney, PMA).

Mais nous ne sommes guère sortis des tentes car la pluie, qui nous avait épargnés lors de la matinée s'est acharnée sur nous dès l'ouverture de la manifestation !

Heureusement, le lendemain, c'est sous le soleil que la vingtaine de cyclistes (pas tous de véloCITE) s'est rendue au FIMU. Temps frais pour le pique-nique mais sec.

Cette sortie originale a été très appréciée, chacun ayant pu goûter la musique qu'il affectionne : il y avait du choix.

Opération à reconduire !

### **Contacts :**

Courrier : *Vélo*CITE Pays de Montbéliard, espace associatif, 1 rue du Château, 25200 MONTBELIARD

Courriel : [montbeliard@fubicy.org](mailto:montbeliard@fubicy.org)

Site Internet : [www.montbeliard.fubicy.org](http://www.montbeliard.fubicy.org)

ou directement à l'atelier vélo, au 49 rue de Belfort à Montbéliard.

## Entendu au Congrès de la FUB : *Le vélo et la santé*

On en parle peu mais la santé en vélo faisait l'objet d'un atelier au Congrès de la FUB.

Trois médecins se sont exprimés pour confirmer que le meilleur médicament n'est pas vendu en pharmacie et que le VAE est décidément une belle invention.

Jean-François TOUSSAINT, directeur de l'Institut de recherche biomédicale et d'épidémiologie du sport, constate en France, des comportements de plus en plus sédentaires, une obésité qui progresse à grands pas et une décroissance d'activité des enfants avec l'entrée dans l'adolescence. 8% de la population française n'a aucune activité physique contre 3% au niveau européen.

Du coup, les capacités cardio-vasculaires sont en décroissance extrêmement rapide... la condition physique est en train de s'écrouler à une vitesse considérable.

Une étude menée Outre-Manche montre que, sur 80 000 sujets anglais et écossais qui pratiquent le vélo, la mortalité précoce diminue de 15%. Les gains sont considérables pour le vélo comme transport quotidien : de 30 à 50% de réduction de la mortalité vasculaire... et il y a dix fois plus de gains que de risques, tant sur les effets de la pollution que sur l'insécurité routière.

Une ville qui développe son réseau cyclable voit la croissance de l'usage du vélo s'accompagner d'une diminution d'accidents graves et Jean-François TOUSSAINT approuve l'aide à l'achat d'un vélo à assistance électrique.

Guillaume BARUCQ, médecin généraliste à Biarritz, fait des ordonnances pour la pratique du paddle ou du vélo. Et il s'en voudrait de qualifier cette thérapeutique de « sport sur ordonnance »...



Marie-Pierre HUMEAU-CHAPUIS, pneumologue et ingénieur en éducation thérapeutique, prône l'idée que le médicament ne fait pas tout. Si l'activité physique peut devenir un facteur de santé, c'est parce qu'on maîtrise toutes les influences réciproques entre le comportement personnel du patient et son environnement au sens large.

Ce médecin cite le cas d'une femme atteinte d'une sclérose en plaques : « Depuis qu'elle a acheté un VAE, elle a retrouvé une autonomie, alors qu'elle continue à travailler en fauteuil roulant ».

Le VAE, ça redonne une dynamique à la vie !

Le vélo est aussi plein de ressources pour les fumeurs : « Le fumeur, en marchant, perd son taux d'oxygène, alors qu'à vélo, on ne perd pas son taux d'oxygène. Le vélo entraîne bien moins de perte d'oxygène que la marche ».

**Autant d'arguments positifs pour nous encourager à nous lancer dans ce mode de déplacement ou bien conforter les cyclistes dans ce qu'ils ont pu déjà constater sur eux-mêmes !**



### **Vélo électrique, ça roule !**

L'aide de l'Etat pour l'achat d'un vélo électrique a été entérinée : le décret a été signé le 16 février et publié au Bulletin Officiel le 18 février.

Si vous achetez un vélo électrique, l'Etat pourra donc vous rembourser 20% du prix du VAE (la limite ayant été fixée à 200 €).

Pour plus d'infos :

<http://www.fub.fr/fub/actualites/bonus-200-eu-velos-assistance-electrique-bon-debut>

<https://www.cyclable.com/blog/2017/02/18/bonus-ecologique-achat-velo-electrique/>

### **Prochains rendez-vous....**

**Balade commentée : dimanche 1<sup>er</sup> octobre** : les œuvres d'Olivier CALAME. Départ de la gare d'Audincourt à 14H. Environ 25 km.

**Marquage vélo : samedi 14 octobre**, Place Denfert à Montbéliard, de 9H à 17H.

#### **Marchés du soir avec participation VéloCITE :**

- vendredi 15/09 : Dasle

- vendredi 22/09 : Etupes

Rendez-vous à 18h au port de Montbéliard.

### **Prochaines réunions de l'association :**

**lundi 02/10, 06/11, 04/12 et 08/01/18** à 18H, salle Bauhin, espace associatif de Montbéliard (1 rue du château).

**Atelier vélo** : 49 rue de Belfort à Montbéliard.

Ouvert le mercredi de 15H à 19H et le 3<sup>ème</sup> samedi du mois de 9h à 12h.



## Enquête vélo

BAROMÈTRE  
DES VILLES  
CYCLABLES



Cette enquête à l'initiative de la FUB permet de noter les aménagements cyclables de nos villes.

Nous avons jusqu'au 30 novembre pour y répondre par internet : [www.parlons-velo.fr](http://www.parlons-velo.fr)

Plus nous serons nombreux à répondre, plus l'enquête sera efficace !

### EN PROJET :

#### Un Observatoire National de la Cyclabilité

Les rencontres au Congrès de la FUB, qui s'est tenu à Nantes le 28 avril a fait émerger divers projets dont celui d'un observatoire national de la cyclabilité. Chambéry avait été ville pionnière dans sa volonté de connaître l'avis des citoyens qui pédalent sur son territoire.

Le faible taux de réponses au questionnaire avait engagé une réflexion sur le besoin d'un évaluateur indépendant.

En effet, si la Ville évalue sa propre enquête, elle est juge et partie.

En regardant les enquêtes similaires qui ont été menées à Strasbourg, Metz et Orléans, Chambéry s'est posé la question de compléter le questionnaire en ligne (relayé par les associations de cyclistes) par une enquête téléphonique... et pourquoi ne pas étendre ces expériences locales au niveau national ? La réflexion s'engage alors sur la mise en place d'un indicateur sur l'état de cyclabilité d'un territoire. Pourront donc être évalués, sur le plan national, à la fois : la situation actuelle d'un territoire par rapport à un autre et les évolutions d'un même territoire dans le temps.

Charles Maguin, administrateur de la FUB se réfère au modèle allemand, chargé d'expérience en ce domaine, mais souhaite aussi, par ce biais, donner à ce projet une dimension européenne.

Le déroulé du questionnaire commence à prendre forme, les contacts avec les cyclistes d'outre-Rhin sont encourageants et l'outil pourrait commencer à fonctionner pour les premiers tests avant la fin de l'année.

On vise évidemment le long terme : que les résultats des futures enquêtes stimulent l'amélioration des conditions de circulation à vélo !

**DONNEZ VOTRE AVIS**  
**Votre ville est-elle cyclable ?**

Répondez en 5 minutes à l'enquête en ligne pour évaluer votre ville jusqu'au 30/11/2017.

Les résultats de cette enquête seront rendus publics en 2018. Ils permettront aux villes de mieux cerner les attentes des citoyens qui souhaitent se déplacer à vélo.

Plus il y aura de réponses, plus l'enquête sera efficace. Ensemble, rendons la circulation à vélo plus agréable et plus sûre !

**Relayez l'enquête dans vos réseaux !**

[www.parlons-velo.fr](http://www.parlons-velo.fr)

Se déplacer à vélo dans ma ville est :  
Très désagréable ○○○○○ Très agréable

Les usagers motorisés me respectent :  
Pas du tout ○○○○○ Beaucoup

Je peux circuler en sécurité à vélo sur les grands axes de ma ville :  
Pas du tout ○○○○○ Tout à fait

Selon moi, les pistes et bandes cyclables sont :  
Pas du tout entretenues ○○○○○ Très bien entretenues

Selon moi, ma ville est à l'écoute des besoins des usagers de bandes cyclables est :  
Pas du tout ○○○○○ Tout à fait

Selon moi, le stationnement des véhicules motorisés sur les bandes cyclables est :  
Très fréquent ○○○○○ Très rare

Stationner son vélo en gare ou à une station de transports :  
Très facile ○○○○○ Très difficile

### Adhésion 2017 à renvoyer à : véloCITE, 1 rue du château, 25200 Montbéliard

Je souhaite adhérer à l'association véloCITE Pays de Montbéliard.

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse postale : \_\_\_\_\_

Adresse Internet : \_\_\_\_\_

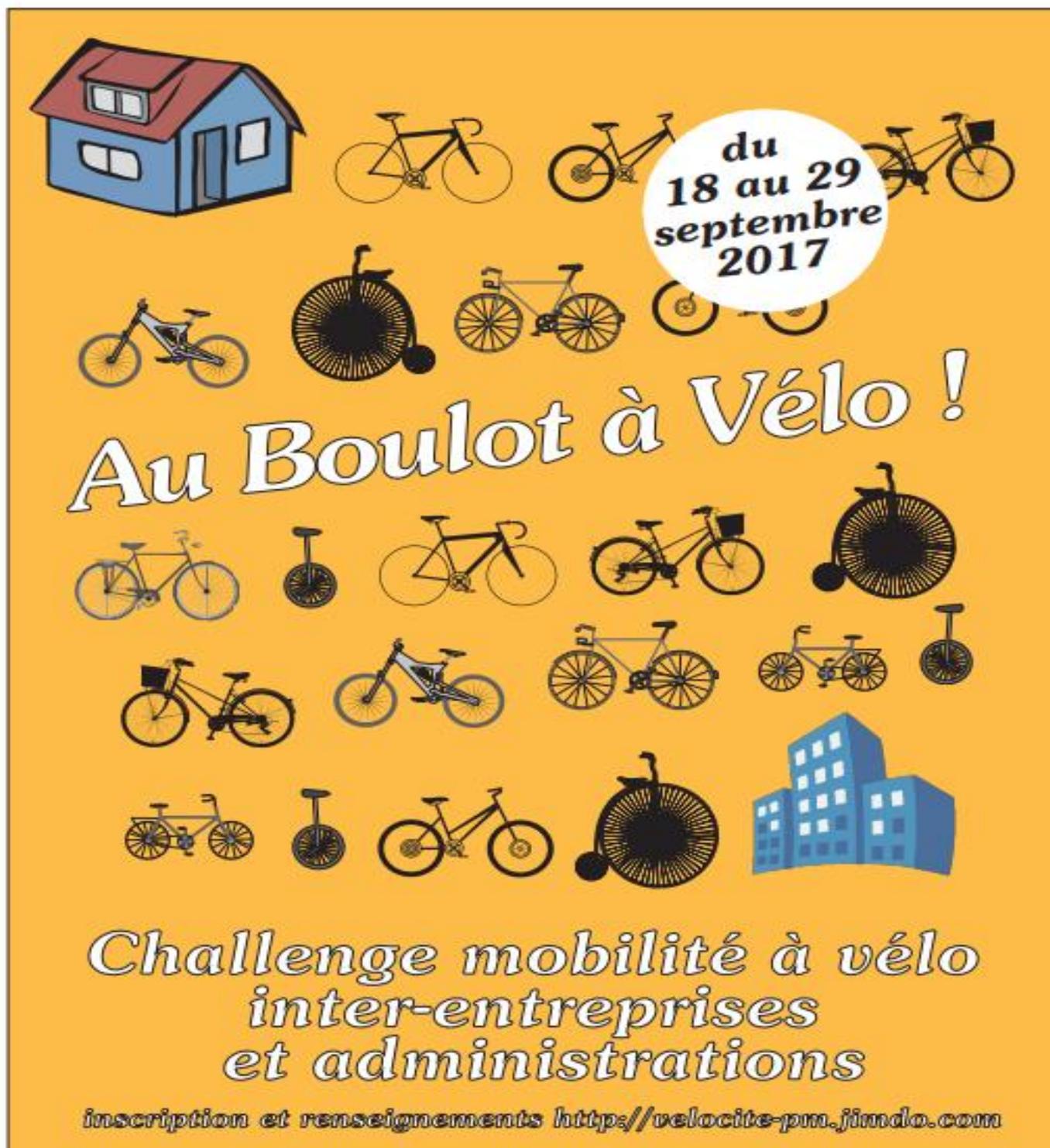
Cotisation :

- individuelle : 10 euros
  - familiale : 20 euros
- Merci de préciser le nb de personnes concernées : \_\_\_\_\_

## Au boulot à vélo

L'opération aura lieu du **18 au 29 septembre**.

Le site internet de l'opération est : [auboulotavelo-pm.fr](http://auboulotavelo-pm.fr) (il y a un renvoi à partir du site de VéloCITÉ).



du  
18 au 29  
septembre  
2017

# Au Boulot à Vélo !

Challenge mobilité à vélo  
inter-entreprises  
et administrations

inscription et renseignements <http://velocite-pm.jimdo.com>

**VéloCITÉ**  
Pays de Montbéliard

**M** Pays de  
**Montbéliard**  
AGGLOMÉRATION