

# L'INFO EN ROUE LIBRE !

NEWSLETTER DE LA ROUE LIBRE DE THAU

Mars 2024

## **Je pédale, donc je suis...**

*Le miracle du vélo, c'est qu'il fonctionne en douceur comme un aimable rappel à l'ordre biologique, de la même manière qu'il impose à tous ceux qui le pratiquent une vigilance minimale.*

*Toutes les invitations à la passivité que constitue pour beaucoup d'individus leur relation avec les médias de divers ordres s'évanouissent dès qu'ils se mettent en selle ; ils deviennent responsables d'eux-mêmes et en prennent immédiatement conscience.*

*Ils prennent conscience simultanément du lieu qui est le leur, celui qu'ils peuvent parcourir dans tous les sens et des itinéraires qui en éloignent ou y ramènent. Si l'on tient compte, en outre, du fait que la pratique de la bicyclette leur permet en général de replonger dans leur souvenir d'enfance et dans la continuité de leur vie, on en conclura que l'expérience de la pratique cycliste est une épreuve existentielle fondamentale qui réassure ceux qui s'y livrent dans leur conscience identitaire : je pédale, donc je suis.*

(Marc Augé, Eloge de la bicyclette. Editions Payot & Rivages 2008)

Retrouvez les actualités de la Roue libre de Thau [sur notre site](#). Vous y trouverez également les [comptes rendus](#) (CR) de notre assemblée générale, des rencontres et de nos réunions.

N'hésitez pas à nous proposer des informations, des avis ou des réactions, la rubrique "le coin des adhérents" est là pour cela. Envoyez vos textes à : [contact@larouelibredethau.org](mailto:contact@larouelibredethau.org)

## L'actualité de l'association

**La Roue libre ne tourne pas toute seule, merci à celles et ceux qui la font avancer.**

Grand merci aux administrateurs qui ont quitté le CA lors de notre Assemblée générale du 3 février dernier.

Merci à Jeanne-Marie, active au sein du Conseil d'administration depuis 8 ans, qui a animé la vélo-école et rédigeait les comptes rendus de nos réunions, elle continue à gérer les permanences des ateliers d'aide à la réparation.

Merci à Paul, membre du CA depuis 7 ans qui a tant apporté aux ateliers et continue à animer les formations mécaniques.

Merci à Christine qui a assuré avec efficacité et humour la rude tâche de secrétaire pendant l'année 2023,

Merci également à Sophie, membre du CA depuis 3 ans et qui a accepté avec générosité la présidence de l'association en 2023,

Merci à Raymond qui fait bénéficier nos ateliers de sa grande compétence et de sa gentillesse,  
Merci à Dominique membre du CA depuis 3 ans et qui continue à assurer l'accueil de l'atelier de Sète,  
Merci à Nicole qui a apporté son énergie et sa bonne humeur au collectif et qui continue à assurer l'accueil de l'atelier de Sète.  
Qu'ils soient remerciés pour leur engagement qui a permis à la Roue libre de tourner...



**Voici le nouveau logo** de notre association. Grand merci à Jean-Renaud qui l'a habilement et généreusement créé pour nous. Une nouvelle identité pour la Roue libre de Thau qui fêtera ses 10 ans d'existence en 2025...

## L'écho des balades

Belle balade à Marseillan le dimanche 10 mars avec une pause déjeuner dans un agréable restaurant au soleil et face au port.

Nous étions 14 pour aller à Pézenas, vendredi 15 mars, guidé par Michel toujours aussi précis et prévenant, un aller par Aumes et un retour par Pinet, un bel itinéraire pour cette balade prévue pour la semaine précédente mais reportée en raison du mauvais temps.

Le vendredi 22, c'est à Lunel que les cyclistes de la Roue libre vont se rendre.

## Se former aux premiers secours

**Se former gratuitement aux premiers gestes qui sauvent et aux procédures de sécurisation en cas de situation d'urgence.**

La Ville de **Frontignan** propose aux adhérents des associations, et notamment à leurs encadrants, des formations aux premiers secours.

Deux types de formations sont proposées du **2 avril à 29 juin**, par sessions de 10 personnes maximum :

Formation aux « **gestes qui sauvent** » de 2 h de 18 h à 20 h du lundi au vendredi prodiguée par l'Union Départementales des Sapeurs-Pompiers.

Formation au module de **prévention et secours civique** de niveau 1 (PSC1) de 7h, programmées les lundis ou samedis (8h30 12h/ 13h30 17h30)

Les formations se déroulent à la **Maison des projets et de la Citoyenneté**, à

l'angle de la rue Anthérieu et du boulevard Victor-Hugo à Frontignan.

**Vous pouvez vous inscrire**, via le site de la Ville grâce au lien suivant

<https://www.frontignan.fr/formez-vous-a-sauver-des-vies/>

ou directement à la maison des projets et de la citoyenneté » 11 rue Victor Anthérieu 34110 Frontignan.

## Les échos du réseau

### Les vélos dans les TER

Le collectif Vélo Occitanie, auquel participe la Roue libre de Thau, a lancé un sondage pour recueillir l'avis des adhérents des associations de la région sur l'emport des vélos dans les trains régionaux. Plus de 500 réponses sont parvenues au collectif, un résultat appréciable qui permettra de faire entendre la voix des cyclistes aux élus de la Région.

24° congrès de la FUB

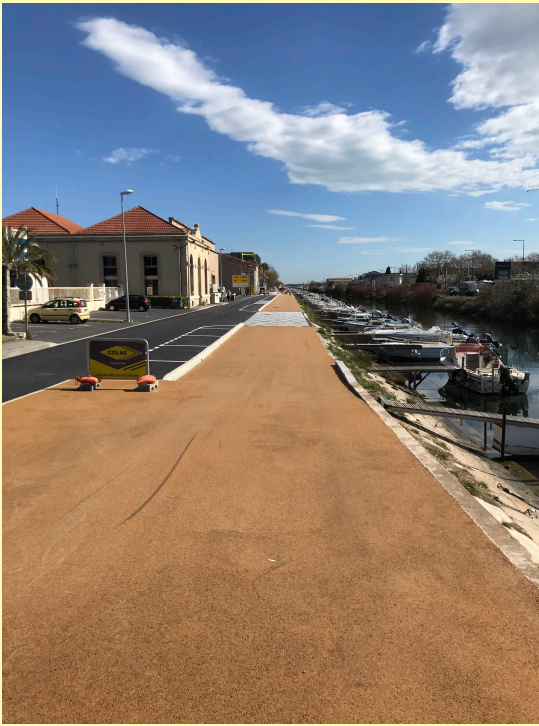
**2030 :  
une France  
cyclable !**

**21 & 22 mars 2024 - Grenoble**

### Le Congrès de la FUB

Au programme du Congrès de la Fédération des Usagers de la Bicyclette, à laquelle nous adhérons : l'alliance vélo et transports en commun ; l'éducation à la mobilité, chemin vers l'autonomie ; le vélo, clé d'aménagement de tous les territoires. Un beau programme pour une fédération qui booste les politiques en faveur du vélo.

## Aménagements cyclables



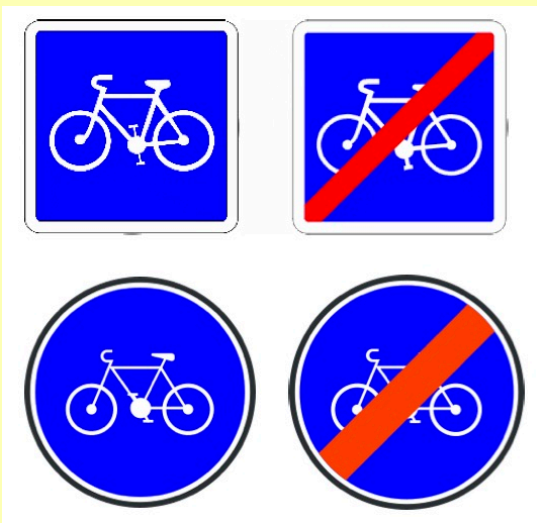
## QUAI DES MOULINS A SETE

La piste cyclable sur le quai des Moulins à Sète est en cours d'achèvement faisant suite à l'ouverture du pont des Arts.

Cet aménagement, tant attendu après des années d'une voirie dégradée et pénible, permet de rejoindre Frontignan La Peyrade d'une manière fluide et fort agréable.

Reste à gérer l'entrée sur le quai des Moulins par le passage du Pont du Mas Coulet.

## Réglementation, bon à savoir



**Connaissez-vous la différence entre ces 4 panneaux ?**

Vous trouverez la réponse sur le site de le FUB (Fédération française des usagers de la Bicyclette : [www.fub.fr](http://www.fub.fr) / rubrique Vélo et la Ville, Aménagements.

Si vous êtes impatients...la réponse figure en bas de page.

## Le coin des adhérents

**Cette rubrique est pour vous** : proposez vos idées, vos remarques qui peuvent être utiles à tous.

**Adressez vos textes**, photos ou dessins à [contact@larouelibredethau.org](mailto:contact@larouelibredethau.org)

### *Réponses de la réglementation*

Le panneau **ronde** sur fond bleu indique l'**obligation de rouler sur la piste** ou la bande cyclable. Le panneau **ronde** sur fond bleu barré de rouge marque la fin de cette obligation.

Le panneau **carré** sur fond bleu indique la présence d'une piste ou d'une bande cyclable **conseillée et réservée aux cyclistes**. Les usagers ont donc le choix de suivre les voies qui leur sont réservées, ou de partager la chaussée avec les usagers motorisés.



L'équipe de la Roue libre de Thau

[www.larouelibredethau.org](http://www.larouelibredethau.org)

Adhérente à la FUB ([www.fub.fr](http://www.fub.fr))

Tél. 06 25 80 18 70

Ce message a été envoyé à {{contact.EMAIL}}

[Se désinscrire](#)

