

La citation du moment :

Là où sont mes pieds,
je suis à ma place.

Proverbe amérindien



SOMMAIRE

Edito..... p 1



Les
cadeaux
sont
disséminés
dans les

pages suivantes.

Bonne cueillette !

REMERCIEMENTS :



A DAF qui nous a offert
une illustration figurant
dans cette Potinière.
Voir d'autres de ses oeuvres
sur : [site de DAF - David
Libourel](http://site.de.DAF-David.Libourel)

EDITO

Déjà un nouveau numéro de la Potinière ???!!!! Mais que se passe-t-il chez les In'VDéens, eux qui nous ont habitué à attendre 5 mois, les numéros dits « réguliers » ?

Pour ce passage d'année, nous avons décidé de vous offrir un numéro spécial, plein de gaieté et de belles perspectives, pour vous remercier de votre fidélité et de votre intérêt pour nos actions.

Assez parlé : on vous laisse découvrir les perles semées dans ces pages. Bonne cueillette !

*Toute l'équipe In'VD vous souhaite de vivre
une année sous le signe de la transition
écologique. Y'a d'la joie à bouger !!!*

Vitamines 12, LE RETOUR !!!

On vous l'avait annoncé dans la Potinière n.12 : In'VD continue à avancer sur le projet Vitamines 12, contre vents et marées. Rappelez-vous : il s'agit de tester en conditions réelles d'utilisation, sur l'ensemble de notre territoire rural, des vélotos innovants, à pédales et assistés jusqu'à 45 km/h.

C'est que les territoires ruraux ont le droit, eux aussi, de disposer de solutions de mobilité peu énergivores et innovantes !

Bonne nouvelle : on rebondit sur ce projet, grâce au Parc Naturel Régional des Grands Causses, notre partenaire historique.

En effet, le Parc nous inclut dans une proposition qu'ils soumettent à l'Ademe, en réponse à un nouvel Appel à Manifestation d'Intérêt. Celui-ci s'appelle « Avenir Montagnes Mobilités ». On peut penser que c'est fait pour nous !

Bonne nouvelle également : la Région Occitanie nous confirme son soutien pour ce projet !

Nous avons jusqu'au 7 janvier 2022 pour remettre notre copie, sur un sujet que nous connaissons bien. Nos interlocuteurs du Parc ont, eux, l'avantage de savoir comment rédiger de bonnes propositions. Alors on se prend à penser qu'en 2022, Vitamines 12 sera bel et bien lancé.

C'est le moment d'en faire le voeu !

**Pour garder la forme en 2022,
faites le plein de Vitamines 12 : adhérez à In'VD.**

184 : c'est le nombre d'adhérent-e-s d'IN'VD au 31 décembre 2021. C'est mieux qu'en 2020 alors continuez !

RENOUVELEZ VOTRE ADHESION 2022

Ici : [j'adhère en 2022](#)

Invitez vos amis à faire de même !



Ça veut sûrement dire que les adhérents d'In'vd sont accros aux potins de la Potinière.

Assemblée générale :

Samedi 12 février 2022 à 10h, à Aguessac.

Buffet déjeunatoire en suivant, dans le respect des contraintes sanitaires du moment. Surveillez votre boîte mail, vous allez recevoir l'invitation.

Proverbe indien trouvé dans une papillote de chocolat :

« Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie de l'habiter ».



Le chocolat c'est bon, surtout quand on est adhérent d'In'VD. Parce qu'In'VD fait bouger.



Conte de faits

Qui a dit que le père Noël est une ordure ?

Depuis la nuit des temps, on a toujours vu le Père Noël se déplacer en traîneau tiré par des rennes. Jamais dans un SUV dernière génération, pas plus dans une Tesla rutilante dans ce XXI -ème siècle qui crie sa modernité débridée. Alors oui le Père Noël a quelque chose à nous apprendre sur notre mobilité.

Ainsi rêve-t-on encore si on s'imagine sur un vélot sur une voie verte entre Millau et Le Rozier ?

Verra-t-on prochainement dans Millau des pistes cyclables qui permettent de circuler sereinement, avec des parkings aménagés et sûrs ?

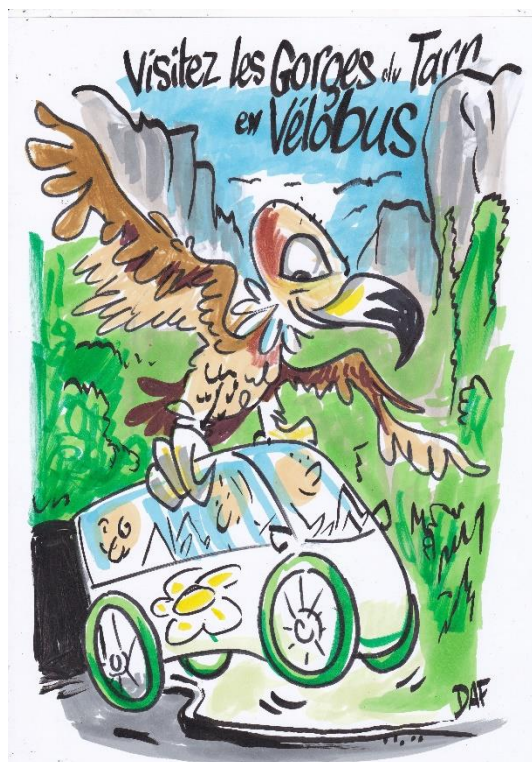
Et puis ce seront les vélos-cargos qui feront la livraison " dernier kilomètre " en ville.

Je vois déjà tous ces enfants sur leurs bicyclettes, qui rejoignent leur école et sont encadrés par des adultes qui leur ouvrent le chemin.

C'est ainsi : le rêve devient parfois réalité. N'a-t-on pas vu dernièrement une double rame de train sur la ligne de l'Aubrac affichant presque complet ? Oui, les riverains et usagers de la ligne ont répondu présent à cette sortie inaugurale le 28 novembre.

Non, tout n'est pas rêve, il suffit, tel le Père Noël, de garder les mains sur les rênes de notre destinée.

Joyeux Noël à tous et que les rêves d'écomobilité soutenable se réalisent !



Conte imaginé et écrit par Pierre-Yves de Boissieu.
Co-Président d'In'VD



Un cadeau de la Communauté de Communes de Millau pour In'VD : nous sommes dans les [Voeux de la Communauté de Communes Millau Grands Causses](#).

Je vous assure : en dépit d'un semblant de pagaille, nous étions très organisés... !

Vélo recyclé, vélo en bambou, projet d'entreprise Plein d'initiatives intéressantes se déploient en France. Nous avons été contactés par Alexandre qui nous écrit ceci : En reconversion professionnelle et faisant un master management des entreprises, je rédige un mémoire sur l'intérêt des usagers pour les vélos éco conçus. J'envisage ensuite de créer mon entreprise de fabrication de vélo en bambou.

Pourriez-vous diffuser ce questionnaire à vos membres et votre réseau?

Il prend moins de 3 minutes à renseigner et j'utiliserai les réponses en support de mon mémoire.

<https://forms.office.com/Page/ResponsePage.aspx?id=DQSIkWdsW0yxEjajBLZtrQAAAAAaAAAAAMAACUHHk9UQ1dMMDeyUTk0TIFIN1UyTIFHTVVFQVJXWi4u>

Alors... à vos claviers et MERCI pour lui !



un vélo en bambou
c'est comme un
chocolat en
papillote : on fait le
tri avant de
manger.

A la guerre comme à la guerre !

Les parisiens n'ont pas attendu In'VD ni Anne Hidalgo, pour se déplacer à vélo. L'originalité est surpassée par la fonctionnalité : sans moteur électrique, avec seulement le « moteur à soupe » (c'est à dire les mollets), deux hommes transportent 4 personnes. On ne fait pas mieux à notre époque, même avec un moteur électrique, puisque l'occupation moyenne d'une voiture est de 1,2 personnes.



*Trouvaille trouvée par Eric Artières
Co-Président d'In'VD*

Un clin d'oeil à l'Histoire... et un défi pour l'Aveyron ?

Strava, une application pour les coureurs et cyclistes a publié que le nombre de déplacements en vélo à Paris a enregistré une hausse de 45 % entre 2019 et 2021, pour une durée moyenne de 40 minutes.

Il est très compliqué d'estimer une distance parcourue en 40 minutes, tant les variables sont nombreuses : santé du cycliste, type de vélo, météo, circulation etc... Tout au moins peut-on dire qu'en Aveyron, la vitesse moyenne de circulation d'une cycliste sur un VAE, circulant dans et autour de Millau, est d'un peu plus de 20 km/h.

Ainsi, on peut parcourir 5 km en moins de 20 minutes. Or, 2/3 des employés qui vont au travail en voiture, habitent à moins de 5 km de leur travail.

Cela signifie donc que 2/3 des travailleurs pourraient se rendre au travail à pied ou à vélo, faire des économies et améliorer leur santé.

Et si, en 2022, In'VD mettait les collectivités locales et les entreprises du Sud Aveyron au défi de les y inciter ?

Merci à Philippe Cabon, co-président d'In'VD, pour cette info.

La publication complète est ici : <https://www.cleanrider.com/actus/les-deplacements-a-velo-explosent-a-paris/>

LA VIDEO « Une semaine sans MA voiture » AU CENTRE HOSPITALIER DE MILLAU est en ligne !!!!!

Cliquez ici : [vidéo Velhosto](#)



DES CONSEILS POUR FAIRE DURER LA BATTERIE DE VOTRE VELO



1 - BATTERIE CHARGÉE, BATTERIE HEUREUSE.

Pour commencer, on tord le cou à une idée reçue bien souvent entendue. Contrairement à ce qui se dit, recharger souvent sa batterie ne l'abîme pas. Au contraire, c'est fortement recommandé, ne serait-ce que pour avoir un vélo toujours prêt à être utilisé ! En effet, une batterie maintenue vide trop longtemps peut subir des réactions chimiques qui engendrent des dégâts irréversibles. De plus, une batterie non utilisée se vide petit à petit. Donc même si vous n'utilisez pas votre VAE pendant plusieurs semaines, pensez malgré tout à mettre régulièrement sa batterie en charge et à la laisser charger entièrement.

2 - NI CHAUD, NI FROID. La batterie craint les gros écarts de température. Sa température idéale doit se situer entre 12 et 25 degrés Celsius. En hiver : laissez-lui le temps de se (re)mettre à température avant de la charger. Pour cela, placez-la dans une pièce tempérée et patientez 1 h ou 2 avant de la brancher.

En été : même chose à l'inverse. Ne chargez jamais une batterie chaude.



Placez là dans un endroit frais et laissez-lui le temps de revenir à une température tempérée.

En agissant ainsi, vous prolongez la vie de votre batterie de plusieurs années. Carrément !

3 - CIEL ! DE L'EAU... La batterie d'un VAE est étanche, c'est ce qui permet aux cyclistes de rouler par tous les temps. (Il semble curieusement que les cyclistes soient moins étanches que la batterie, ils sortent rarement sous la pluie). Cependant, la batterie n'aime pas les lavages à grande eau aussi protégez la batterie avant de laver votre vélo. De plus, la batterie n'aime pas l'humidité : tâchez d'entreposer votre VAE dans un lieu sec.

4 - APPUYER SUR LA PEDALE. C'est surtout vrai pour le démarrage : c'est là qu'une grande quantité d'énergie est sollicitée. Alors pédalez franchement, vous soutiendrez votre batterie qui vous le rendra... en augmentant votre autonomie. L'énergie de la batterie, moins j'en utilise, plus y'en a.

5 - PNEUS SOUS PRESSION. Les pneus n'aiment pas le stress : ils sont sensibles à la pression. Comme nous.

Trop de pression : ils sont rigides et le cycliste le subit. Manque de pression : c'est la batterie qui doit fournir plus d'énergie pour que le cycliste avance. Conclusion : vérifiez régulièrement la pression de vos pneus et assurez-vous qu'elle soit juste bien, c'est à dire celle préconisée par le fabricant.

Au besoin, faites-vous aider par des pros...



La GRANDE question : quelle orthographe pour véloto / vélauto ?

Les vélotos : on vous en parle depuis longtemps. Ce sont ces vélos innovants, à 4 roues, hybrides (à pédales et avec une assistance électrique) tout ou partiellement carrossés, capable de transporter un à 2 adultes. Doit-on les appeler véloto ou vélauto ?

Les avis sont partagés :

Véloto : qui va du vélo vers l'auto. Sa conception ultra-légère (moins de 100 kg), ses dimensions (moins d'1 mètre de large) On pédale pour le mouvoir et le fait de participer à son déplacement en pédalant, indique qu'il s'agit plus d'un vélo que d'une auto.

Vélauto : ou vélo-auto, ce véhicule est conçu pour remplacer la voiture, trop énergivore. Le fait de l'écrire « au » comme « auto », pourrait faciliter son adoption par un large public puisqu'il s'agit toujours, au moins « orthographiquement », d'une (vél-)auto.

Vous avez un avis sur le sujet ? Alors votez en cliquant ici : [Je participe au sondage !](#)



QUE NOUS RESERVE 2022 ?

Chez In'VD, pas de boule de cristal ni d'horoscope pour prédire l'avenir, nous préférons l'écrire. Voici quelques-uns des projets de l'année. Fidèles à nos habitudes (notre « enthousiasme débridé », diraient certains) nous savons bien que de nouvelles initiatives surgiront inopinément en cours d'année !

OPERATION Une semaine sans MA voiture pour « TREMPLIN POUR L'EMPLOI »

Tremplin pour l'Emploi est une association intermédiaire conventionnée par la préfecture de l'Aveyron. Son objectif est de faciliter l'insertion sociale et professionnelle des personnes rencontrant des difficultés dans la recherche d'emploi. Camille Vergély, directrice de cette association, souhaite organiser un événement d'écomobilité auprès de ses bénéficiaires, du 16 au 20 mai 2022. C'est l'occasion pour In'VD de tester le contenu de son KIT « Une semaine etc... ». L'événement sera organisé par l'équipe de Tremplin pour l'Emploi et accompagné par Philippe C, Eric et Hélène d'In'VD. De beaux moments en perspective !

<https://www.tremplinpourlemploi-aveyron.fr/>



SPEZI – Edition 2022, 30 avril et 1^{er} mai.

Aaaaaah ! Le Spezi!!!!!!!!!!!!!! !

On vous en a déjà parlé moult fois et avec des trémolos dans la voix. Comment vous dire ? Le SPEZI c'est... c'est comme une papillote en chocolat dont on découvre avec surprise qu'elle recèle un délicat goût de noisette grillée qui nous donne envie d'en reprendre une autre. (de papillote). Le SPEZI c'est pareil : quand on y a goûté une fois, on y revient. Voici pourquoi :

- C'est LE rendez-vous européen des cycles innovants
- On peut TOUT essayer sur place
- L'ambiance est familiale, stimulante et joyeuse.



Pour In'VD, c'est l'occasion de voir des nouveautés, sentir les tendances, nouer des contacts avec des constructeurs. Bref, vous l'avez compris : cette

année, nous y retournons en groupe, parce qu'ensemble, c'est encore mieux ! Nous organisons un déplacement à 8 ou 9 personnes, en fonction du minibus que nous trouverons.

Si vous êtes intéressé-e-s pour venir, si vous avez une piste pour qu'on dispose d'un minibus pendant le week-end, faites-le nous savoir sur info@invd.fr !

L'ALTER TOUR PASSE DANS L'AVEYRON CET ETE !

Kekséksa ??? L'AlterTour, c'est un tour dans la France, à vélo, à plusieurs, coopératif et surtout non compétitif.

L'objectif ? Rencontrer des alternatives dans plein de domaines : agriculture, économie, mobilité, environnement etc...

Cette année, l'Alter tour passera dans l'Aveyron, notamment sur le Larzac le week-end du 5 août.

In'VD y participera, sous une forme restant à préciser et tout le monde peut accompagner sur le bout de chemin de son choix !

Plus d'infos sur le site internet <https://www.altercampagne.net/>



Est-ce qu'ils sont en train de dire que nous ne valons que 0,2 humains ?

En kilos, certainement ! De plus, on convoitait depuis bien plus longtemps qu'eux et ça, ils ne l'ont pas encore réalisé... ouaf ouaf !



Source : rapport ministériel sur l'évaluation des politiques de prévention en santé publique - 07/2021

https://www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/rapports/cec/115b4400_rapport-information

KIT In'VD : LE JEU !



L'équipe KIT In'VD phosphore, sur une idée de Morgane Cabon : la réalisation d'un jeu, dont l'objectif est de faciliter la mise en route d'un événement « Une semaine sans MA voiture ». Vous souhaitez participer à la conception et/ou tester le jeu au cours d'une partie surchauffée ? Faites le nous savoir sur info@invd.fr !



COMPLETEZ VOS CONNAISSANCES !

La voiture est un outil que nous utilisons couramment pour nous déplacer. Mais que savez-vous vraiment des soucis qu'elle engendre ? Voici quelques informations **DE POIDS** pour y voir plus clair et pouvoir

briller avec **intelligence** des faits dans les diners de famille.

- A - Une voiture, outil de déplacement courant des personnes, pèse en moyenne 1380 kg.
B - Avec un taux de remplissage moyen de 1.2 personnes à bord, on y ajoute 85 kg de passagers (moyenne de poids H/F).



- C - La consommation moyenne de carburant est de 6.3 l/100 km.

Ces calculs mis bout à bout démontrent que seule 5.8% de l'énergie est utilisée pour déplacer les personnes. Autrement dit : **94,2% de l'énergie consommée par l'automobile sert à déplacer l'outil ...** et tout cela à une vitesse moyenne qui oscille autour de 50 km/h en milieu rural et 30km/h en ville.

Mais, nous direz-vous, il y a maintenant les voitures électriques. Las !

- D - Les voitures électriques pèsent plus lourd en raison du poids des batteries : de 170 à plus de 1700 kg selon le modèle de véhicule.

Vous l'avez compris : **l'automobile est un problème à cause de son poids**, ou de son « obésité technologique ». En effet, ajoutons ceci :

- E - Environ 50 000 personnes meurent chaque année en France, pour cause d'inactivité physique. (voir **source** ci-contre).
On dégrade la planète et notre santé en même temps.

Notre proposition :

A In'VD, nous travaillons à rééquilibrer ce rapport entre poids de l'outil et poids des passagers. Ainsi, nous agissons pour l'émergence de véhicules ultra légers, à 2 places assises avec un coffre.

Ces vélotos (ou vélautos) pèsent moins de 100 kg et peuvent transporter environ 180 kg. Leur batterie pèse environ 12 kg.

Côté santé, ils sont équipés d'une assistance électrique et de pédales pour les rendre à mobilité active, et ainsi, participer à l'émergence d'une tranche de population en bonne santé physique et morale.

On ne dit pas que c'est LA solution, on dit que c'est UNE solution et qu'elle présente des avantages certains.

Rédigé par Michel J, co-président d' In'VD



PEDILIO