

CŒUR & VÉLO



Pour vivre mieux : cardiaques, à vos vélos !

A.C.C. 137 Av. Paul Doumer 92500 Rueil-Malmaison ★ N°26 Novembre-Décembre 1999

Dans ce numéro

- Nouvelles de l'A.C.C.

- Michel aussi nous manque 2
- Cyclo-méridienne 2000 2
- Rendez-vous chez les cigognes 3 - 4
- La Normandie en 2001 ? 4
- Encore des sorties A.C.C. 4

- Points de vue

- Revenons sur le bon chemin 5

- Humour

- A notre trésorière Josiane 5

- Connaître

- Systèmes antivol et pacemakers 6
- Les chevaliers du Garde Boue 6
- Positiver... 6

- Vos lettres nous intéressent

- Des nouvelles de deux ou trois... 6

- Les "amis de cœur" racontent...

- Incident de frontière 7 - 8

édito

Soyez participants !

Après avoir été à l'origine de l'A.C.C. qu'il a présidée cinq années durant, Christian Saint-Faust (qui a, pour cela bien mérité notre reconnaissance) ne voulait absolument plus exercer cette charge. Le nouveau Bureau, issu de l'assemblée générale de Mittelwihr, a dès lors cru devoir me la confier.

Comme je l'ai dit en Alsace, si j'ai accepté (non sans appréhension), c'est parce que, pour pouvoir remplir au mieux ma tâche, je sais pouvoir compter sur mes collègues du Bureau. Et pas seulement eux ... L'ambiance, oh combien amicale, conviviale, régnant fort heureusement dans notre association est pour moi un encouragement. Ce sera d'ailleurs une de mes préoccupations essentielles que de veiller à la préserver tant il est vrai que l'A.C.C. poursuivant son développement, elle pourrait s'en trouver menacée. Car si la confrontation des idées, des conceptions différentes peut s'avérer utile quand elle donne lieu à débat constructif, elle peut tout autant se révéler nuisible quand elle se traduit en affrontement stérile.

Aussi, avec le Bureau, plus que jamais serons nous à votre écoute à tous. Encore faut-il que vos voix nous parviennent. Faites-nous donc connaître le plus possible vos remarques, suggestions propositions... nous les attendons. Nous attendons aussi vos articles, *Cœur & Vélo* existe pour que vous vous y exprimiez. Puissiez-vous également répondre le plus souvent possible "présent" à nos invitations, être partie prenante de nos organisations. En un mot, soyez participants !

Comme je l'ai déjà dit aussi, l'A.C.C. sera ce que, ensemble, nous la ferons. C'est pourquoi je compte sur chacun d'entre vous.

Michel Dautresme ■

Appel des cotisations 2000

Sauf si vous possédez déjà la carte 2000 (adhésion après le 1er juillet dernier ou ré-adhésion déjà effectuée), le temps est venu de régler votre cotisation 2000 (80 F minimum)

Bulletin d'adhésion, ou ré-adhésion, 2000
 Nom.....Prénom.....
 Adresse postale complète.....

 Tél.Date de naissance
 Si licence cyclotourisme, N°.....Fédération.....
 Problème cardiaque

membre actif (80 F minimum) bienfaiteur (100 F minimum)
 (membre bienfaiteur: non cardiaque ou non "cyclo" soutenant l'A.C.C.)

A retourner à Pierre POISSON 137, Av. Paul Doumer 92500 RUEIL-MALMAISON avec un chèque correspondant, à l'ordre de l'A.C.C.

NOUVEAUX ADHÉRENTS

- BRASSET Jean-Claude
2 rue de Salamine 35200 RENNES
Tél. 02 99 32 47 77
- CASASOLA Jean-Léon Lignane RN 7
- N° 5975- 13540 PUYRICARD
Tél. 04 42 28 22 82
- CHALUMOT Gervais 33 lot. Mireille
Chemin de Seyères
13990 FONTVIEILLE
Tél. 04 90 54 76 44
- HERLIN Albert 1209 rue de Rumilly
59400 CAMBRAI
Tél. 03 27 74 97 87

Michel aussi nous manque...

"Il va nous manquer", écrivions-nous dans le dernier N° de *Cœur & Vélo*, après le décès du oh combien regretté Maxime Brégeron. Il nous manque en effet. Tout comme nous manque maintenant Michel Humbert, un autre de nos membres tout aussi entreprenant, dont la mort subite, le 2 septembre dernier, nous a laissés désespérés. A 66 ans, Michel, qui souffrait d'une insuffisance aortique depuis l'âge de 20 ans, se sentait cependant en pleine forme.

Nous lui devons notamment l'idée de la "Cyclo-méridienne 2000", un projet qui lui était cher et à la mise au point duquel il avait beaucoup contribué avec le concours de notre ami Pierre Poisson.

Impatient de l'expérimenter, il en avait déjà accompli, avec enthousiasme, une grande partie de l'itinéraire lorsqu'il nous a quittés. Ce qui lui faisait nous écrire, le 28 août, ces lignes : "Parti le 21/08, j'ai effectué une fabuleuse traversée de la France sur un parcours (géographique) vraiment original". Il devait d'ailleurs présenter la "Cyclo-méridienne 2000" lors de notre assemblée générale à Mittelwihr le 11 septembre. Sa disparition nous donne une raison supplémentaire de participer à celle-ci : il a tellement œuvré pour sa réussite !

Michel était un vrai "cyclo-voyageur", davantage habité par le goût de la découverte que par celui de la performance, ainsi qu'on le perçoit à travers les récits de ses raids ("Sur le chemin de Compostelle" dans notre N°13 de mai-juin-juillet 97 et, tout récemment, "Des sources du Danube à Budapest" puis "De Budapest à Trieste" dans nos deux derniers numéros).

Ceux d'entre nous qui l'ont approché lors de nos "Journées-rencontres" ont été conquis par sa culture doublée de beaucoup de modestie, sa pondération, sa gentillesse...

A son épouse déjà atteinte par un deuil cruel en 95, à sa famille, à ses amis (en particulier ceux de son club "Les cyclo-voyageurs de la Loire"), nous adressons nos affectueuses pensées.

M.-D. ■

Cyclo-méridienne 2000 A.C.C. - C.V.L. ENGAGEZ-VOUS, RENGAGEZ-VOUS !

Nous sommes déjà relativement nombreux à nous être déclarés à Mittelwihr décidés à participer à la "Cyclo-méridienne 2000".

Rappelons que c'est une des opérations de l'an 2000, la "Méridienne verte", consistant dans la plantation d'une lignée d'arbres suivant le tracé du méridien de Paris de Dunkerque à Prats-de-Mollo (Pyrénées Orientales), qui a donné à Michel Humbert l'idée de notre "Cyclo-méridienne".

Il s'agit, rappelons-le également, d'accomplir une randonnée cyclo en suivant un parcours épousant au plus près le méridien de Paris, parcours élaboré par Michel et Pierre (Poisson) et fourni aux participants en même temps qu'une carte de route à faire tamponner aux endroits précisés.

Ce parcours peut être accompli en partie (minimum 100 km) ou en totalité (environ 1200 km), dans l'un ou l'autre sens, seul ou en groupe, ou encore en relais. Ni dates, ni délais imposés, seule condition: opérer en l'an 2000 exclusivement.

A Mittelwihr, des contacts ont été pris entre

plusieurs de nous pour passer à l'acte. Certaines régions pensent s'organiser pour une participation en groupe sur une section du parcours. Alors que tel ou tel A.C.Ciste envisage d'accomplir celui-ci partiellement ou en totalité, en solo ou avec un ou deux autres. Selon les cas, on prévoit un aller et retour sur une partie de l'itinéraire, ou une voiture suiveuse, à moins d'effectuer le retour (ou l'aller) par le train... Bref, on commence à s'organiser.

Il importe désormais que les inscriptions se multiplient, que chacun nous fasse part de ses intentions, voire de ses souhaits, afin que nous puissions éventuellement mettre en relation les intéressés et participer le cas échéant à la réalisation des randonnées (que nous souhaitons aussi diverses et nombreuses que faire se peut) effectuées dans le cadre de notre "Cyclo-méridienne 2000". Il faut que celle-ci soit un succès. Nous devons bien cela à Michel Humbert qui a tellement œuvré dans ce but. Est-il meilleur moyen de lui rendre hommage, d'honorer sa mémoire ? ■

Cyclo-méridienne 2000 A.C.C.-C.V.

NomPrénom.....projette de participer à la Cyclo-méridienne.

Parcours envisagé : Totalité Tronçon (approximativement de.....à.....)

Période(s) probable(s) : Seul En équipe En relais

Equipier(e)s ou relayeurs(ses) éventuel(e)s

Demande en conséquence l'envoi du "mode d'emploi" avec l'itinéraire indicatif et la "carte de route".

A retourner, avec 8 timbres à 3 F, à Pierre POISSON 137 Avenue Paul Doumer 92500 RUEIL-MALMAISON

Rendez-vous chez les cigognes

Nos "Journées-rencontres" nationales, du 11 au 17 septembre en Alsace, avaient été soigneusement préparées par Max Pinson, lequel s'était même assuré le concours d'un temps superbe pour mieux nous faire profiter encore des splendeurs de cette région tout au long de cette mémorable semaine. Aussi, ne pouvaient-elles être que réussies. Josiane Besset, qui y participait, nous en donne un bref aperçu.

Impatients de découvrir cette région très chère à notre ami Max, beaucoup d'entre nous sont arrivés bien en avance devant le Centre d'hébergement de Mittelwihr (à côté de Riquewihr et proche de Colmar) où nous allons résider durant ces "Journées-rencontres" nationales. Les retrouvailles sont animées. La plupart des A.C.Cistes ne se sont pas revus depuis l'an dernier à St-Marc-sur-Mer (Saint-Nazaire).

L'accueil officiel, en présence du président du Club cyclo de Colmar, du maire et conseiller général de Ribeauvillé et d'un journaliste régional, se fait en fin d'après-midi autour d'un buffet magnifiquement présenté, garni de kougelhops, bretzels et vin d'Alsace, offerts par le C.C.Colmar.

Le samedi matin étant réservé à l'assemblée générale, les randonnées ne commencent que l'après-midi par une petite mise en jambes d'une cinquantaine de km sur un parcours plus ou moins vallonné selon l'itinéraire suivi par les uns et les autres. Durant le séjour, nous aurons ainsi le loisir de parcourir des routes touristiques en terrain plus ou moins accidenté, accompagnés par des amis de Max. Les chasseurs de cols ne sont pas oubliés. Max en a en effet prévu : col du Haut Ribeauvillé, du Schaentzel, du Firsplan... et j'en passe.

La route des vins n'a plus de secret pour nous : Ribeauvillé, Sélestat, Iguisheim, Turckheim et son veilleur de nuit, Riquewihr, etc..., des villages tous plus jolis (et fleuris) les uns que les autres.

A Ebersmunster le dimanche midi, lors de la visite guidée de l'Abbatiale (église baroque du XVII^e siècle), une surprise nous attend... un magnifique concert, un véritable enchantement. L'organiste, Bernard Chalte, ami de Résy Fleith, "ambassadrice" du C.C.Colmar auprès de nous, s'est spécialement déplacé pour nous faire découvrir l'orgue et sa musique. Pour le traditionnel "repas festif", le soir, nous avons droit à une soirée dansante avec une animatrice et un petit groupe folklorique de six Alsaciens et Alsaciennes qui font monter l'ambiance. Entre le Baeckeofe et le Munster, les cyclos de l'A.C.C. démontrent qu'ils ont encore du souffle (après une journée de vélo) pour danser et chanter.

Le lundi, après une petite escapade en Allemagne (Sasbach, Breisach-am-Rhein) et le déjeuner à Neuf-Brisach, nous apprécions les boissons fraîches et les petits "amuse-gueules" offerts par Max et Mathilde, son épouse, dans leur propriété sur le chemin du retour. Cette journée est

sûrement la plus chargée car, après les 90 km de de selle (ou de voiture pour les accompagnatrices), l'arrêt très apprécié chez nos amis à Endolsheim, le retour au Centre et la douche rafraîchissante (il fait très chaud en ce mois de septembre en Alsace), nous avons rendez-vous à 18 h pour une promenade guidée dans Colmar. Remercions Elisabeth Spihlmann, une amie de Max, qui nous a fait découvrir, avec toute la passion l'habitant, cette fort belle ville.

Le mardi soir, nous sommes conviés à la visite de la cave du Domaine du Bouxhof, ainsi qu'à une dégustation gratuite : Tokay, Cervurtraminer, dont un "vendanges tardives", etc... Un vrai régal. A compter du lundi, petit à petit le groupe d'A.C.Cistes a commencé de s'amenuiser pour se séparer complètement le vendredi, terme de nos "Journées-rencontres". Cependant, certains parmi nous qui devaient partir plus tôt ont prolongé leur séjour tellement ils se sentaient bien en notre compagnie en Alsace.

Bien sûr, on n'oublie pas de se donner rendez-vous pour au plus tard septembre 2000 à Saint-Affrique (Aveyron), où auront lieu nos prochaines "Journées", qu'a déjà commencé de préparer notre ami Jean-Paul Callède.

Merci à Max, Résy et les autres, pour leur accueil et l'organisation sans faille de ce séjour alsacien.

Josiane Besset ■

l'assemblée générale

Comme d'habitude, c'est dans une atmosphère bon enfant qu'elle s'est tenue le 11 septembre, en ouverture des "Journées-rencontres".

Du rapport d'activités présenté par le président Christian Saint-Faust, on retiendra surtout, outre le développement des rencontres dans certaines régions, l'ouverture réalisée en direction des journaux "santé" dont plusieurs ont publié des articles sur l'A.C.C., contribuant ainsi à la diffusion de notre message à l'endroit de ceux qui sont, ou ont été atteints sur le plan cardiovasculaire, ainsi que de leur entourage.

Des témoignages apportés par les "animateurs de région", celui de la région Rhône-Alpes a été le plus applaudi, mais tous se sont révélés intéressants car riches d'enseignements. Chaque "animateur" présent aura pu faire son profit de ce qui a été dit par les autres. Nous aurons probablement l'occasion d'y revenir.

Dans un tout autre registre, comme l'a montré le rapport financier présenté par Josiane Besset, ►►

nouvelles de l'A.C.C.

►► les comptes de l'A.C.C. sont équilibrés, la gestion de notre association est parfaitement saine et transparente. Aussi n'apparaît-il pas nécessaire de modifier le montant des cotisations.

Après les éclaircissements apportés par Pierre Poisson à propos de la "Cyclo-Méridienne 2000", beaucoup des adhérents présents ont fait part de leur intention d'y participer. Ce qui est plutôt satisfaisant pour les responsables.

Jean-Paul Callède a, quant à lui, proposé l'organisation des "Journées-rencontres" nationales de l'an prochain à St Affrique, en Aveyron. Cette proposition, assortie de suffisamment de précisions, a fait l'unanimité.

A noter encore l'adoption, de deux modifications des statuts. La première, mineure, touche seulement une tournure de phrase. La seconde, concernant l'assemblée générale, limite à 10% du nombre des adhérents les pouvoirs détenus par un seul membre.

Auparavant, s'était déroulé le vote relatif à la composition du Bureau.

le nouveau Bureau de l'A.C.C.

La décision du président Christian Saint-Faust de mettre fin à son mandat après cinq ans de bons et loyaux services constitue sans doute le fait majeur de ce scrutin.

Tout d'abord l'assemblée générale a renouvelé les mandats de Michel Dautresme et Pierre Poisson et a élu un nouveau membre : Robert Jourdain.

Puis le nouveau Bureau s'est réuni pour procéder (à bulletins secrets) à l'élection de ses président, vice-président, secrétaire et trésorier.

Cette élection a donné le résultat suivant :

- Président d'Honneur : Ch. Saint-Faust (Paris)
- Président : Michel Dautresme (Yvelines)
- Vice-président : Daniel Legendre (Var)
- Secrétaire : Pierre Poisson (Hauts de Seine)
- Trésorière : Josiane Besset (Drôme)
- Membres: Daniel Gauthier (Manche), chargé des relations avec la F.F.C.F.
- Jean-Louis Wilmès (Seine et Marne)
- Robert Jourdain (Seine St Denis)

la Normandie en 2001 ?

L'assemblée générale et les "Journées rencontres" 1999 viennent à peine de se dérouler, la région où auront lieu celles de l'an 2000 vient tout juste d'être décidée que, déjà, se manifeste une candidature pour l'organisation de notre rendez-vous de 2001 !

Notre ami Jacques Antoniewski se propose en effet de le mettre sur pied dans l'Orne, en Normandie, où il possède une maison et passe une partie de son temps.

Il a déjà pris des contacts, trouvé hébergement, salle de réunion, etc. et soumis une première ébauche de son projet au Bureau de l'A.C.C. afin que celui-ci prenne une décision de principe (qui devra être ratifiée par l'assemblée générale de 2000).

S'il existe d'autres propositions, elles ont intérêt à se manifester rapidement!

Encore des sorties A.C.C.

La saison 99 continue dans les régions. Ainsi, l'ami Daniel Legendre conviait les A.C.Cistes de la région Provence-Côte d'Azur à une nouvelle rencontre le 17 octobre. Espérons que cette fois-ci la plupart auront répondu à son invitation ! Le même jour, la région Rhône-Alpes organisait elle aussi une sortie (comme elle le fait régulièrement chaque mois). Nous en reparlerons.

Nos "Journées-rencontres" vues par DNA ("Les Dernières Nouvelles d'Alsace") L'amicale nationale des cyclos-cardiaques en Alsace



L'envoi pour une semaine de cyclo-découverte de notre province, sous un soleil radieux et encadrés amicalement par de nombreux adhérents du Club Cyclotouriste Colmar. (Photo DNA)

●●● Victoire sur l'adversité, joie de vivre et témoignages, trois règles fondamentales qui régissent la charte de cette association dont la 5^e rencontre nationale se tient actuellement à Mittelwihr (voir DNA du 9 septembre).

Nous avons rencontré les 51 participants à cette semaine cyclotouristique. Parmi eux, 40 amoureux de la petite reine dont 13 couples qui, après avoir connu un problème cardiaque, se rassemblent pour tisser des liens mais surtout pour témoigner des bienfaits d'un cyclotourisme raisonnable, à leurs yeux une excellente thérapie.

Preuve en est qu'on reste bouche bée en apprenant au fil d'une petite enquête le nombre de kilomètres parcourus, qui se comptent par milliers l'an, à l'exemple de

cette «cyclo» opérée d'une valve mitrale qui totalise à ce jour, pour la présente saison, 5800 km! Ce chiffre est à considérer comme une moyenne, certains passionnés approchant les 10000 bornes.

Mais l'Amicale des cyclos cardiaques a réussi pour but de rencontrer des malades ou ex-malades pour transmettre leurs expériences. L'amicale entend aussi proposer au corps médical le vécu post-opératoire sur le long terme.

Samedi matin, l'assemblée générale ordinaire se déroula également au Centre de Mittelwihr, lieu d'hébergement des amicalistes.

Il échet à Max Pinson, délégué régional de l'amicale, de présenter le programme de la semaine, voire les sorties journalières concoctées par lui en connaissance de cause, soit deux ou trois circuits au choix appropriés aux possibilités de chacun.

L'organisation de la «Cyclo-méridienne 2000», sous forme d'une traversée du pays de Dunstberg à Marolles, lui exposée dans ses grandes lignes. L'assemblée décida de tenir la 6^e rencontre en septembre 2000 dans l'Aveyron.

A 14h, Max Pinson donnait le coup d'envoi de la découverte de notre région à vélo aux 40 cyclos accompagnés amicalement d'autant de membres du CC Colmar, venus là pour accueillir à leur façon les cyclos-cardiaques français.

Pour conclure, reprenons l'appel figurant dans «Cœur à vélo», la revue bimestrielle de l'amicale: «Pour vivre mieux, cardiaques à vos vélos».

Nous leur souhaitons bon vent pour leur séjour alsacien.

Pour tous renseignements, s'adresser à Max Pinson qui reçoit les inscriptions au 03 89 71 54 74.

Revenons sur le bon chemin

Daniel Legendre nous livre son opinion sur l'évolution de nos comportements lors de nos "Journées rencontres" nationales. De quoi susciter notre réflexion et, peut-être, ouvrir un débat.

En 1995, les "Journées-rencontres" nationales de l'A.C.C. avaient lieu à Beaugency, dans le Loiret. Nous y avons roulé sur les routes plates et abritées de la Sologne. Nous n'étions alors qu'une vingtaine d'A.C.Cistes et la consigne était de rouler entre 20 et 23 km/heure à nos compteurs, ce qui nous permettait de bavarder en pédalant, donc de mieux lier connaissance, de nous apprécier mutuellement en échangeant idées et réflexions, ce qui est toujours enrichissant.

Les années ont passé et, avec le temps, nos sorties ont changé. En effet certains d'entre nous, très sympathiques par ailleurs, ont maintenant un peu tendance à prendre nos "Journées-rencontres" pour des "cyclo-sportives", ce qui est dommage et n'était pas prévu par les fondateurs de notre Amicale, car ce n'est pas le but recherché. Nos documents précisent en effet qu'il s'agit de favoriser notre réadaptation "par la pratique raisonnable du cyclotourisme".

Je pense qu'aujourd'hui nous avons dévié du bon chemin et qu'il faut reprendre celui-ci pour le bien de tous. Je pense aussi que, passé 50 ans, il vaut mieux ne pas trop vouloir rechercher les performances. Au demeurant, ceux qui ont envie de faire des prouesses peuvent toujours les

rechercher dans des sorties hors A.C.C., ce qui sera mieux pour l'image de notre Amicale. J'ai vu à Mittelwihr quelques-uns d'entre nous s'évader du groupe à une dizaine de km de la fin du parcours, ce qui ne se fait pas et a eu pour effet de mettre Jean Delrue en colère, ce qui n'est pas facile et, qu'à ce jour, je n'avais encore jamais vu.

En ce qui me concerne, j'ai pris l'habitude de baser mon allure sur mon cardiofréquence-mètre et non sur celle de ceux roulant plus vite. J'ai aussi pour devise : "Savoir se ménager pour pouvoir durer". Cette année nous avons perdu deux amis qui paraissaient en pleine forme. Je ne veux pas dire qu'ils ont trop forcé mais tout simplement qu'il ne faut pas se fier aux apparences, tout bien portant est un malade qui s'ignore.

Toujours à Mittelwihr, trois amis (Christian Saint-Faust, Daniel Gauthier et Jean-Louis Wilmès) m'ont proposé d'aller avec eux. Nous avons fait du cyclotourisme ensemble. Nous avons pris le temps de contempler la nature, les paysages. Nous avons fait des photos, visité des lieux. Ce fut formidable et riche d'enseignements. C'est cela le cyclotourisme.

Daniel Legendre ■

Notre vice-président a sans doute raison de nous rappeler à l'ordre. Il est vrai que nous devons nous montrer raisonnables, ce que notre enthousiasme, notre joie de vivre nous font parfois oublier. Gardons-nous donc de dépasser nos limites. Mais, justement, ces limites ne sont pas les mêmes pour tous. Elles sont, pour chacun de nous, fonction de ce qu'il a subi, de son état physique du moment, de son âge, etc., autant de facteurs qu'il est seul, avec son médecin, son cardiologue, à pouvoir apprécier. C'est la raison pour laquelle, lors de nos rencontres régionales et nationales, il nous faut absolument offrir plusieurs possibilités adaptées aux possibilités et désirs des uns et des autres, notamment des plus "cool". Il y va en effet de notre crédibilité (intérieure eexterne). Et puis l'A.C.C. ne doit-elle pas faire le bonheur de tous ?

Michel Dautresme ■

humour

A notre trésorière Josiane

Notre trésorière Josiane Besset habite Les Meaux, qui dépend de Eurre (Drôme). "Ce coin de paradis" a inspiré à un ami A.C.Ciste y étant passé "ces quelques astuces de bon ou mauvais goût", dit-il !

En camp'Eurre vagabond'Eurre, un peu rimail'Eurre, les Meaux m'ont inspiré des mots, alors que toi tous les jours soigne d'autres... maux*. Je suis donc venu voir Eurre, pas celle de Normandie avec son Eure qui n'a qu'un R, car ici il en faut de l'R pour monter les cols et arriver à Eurre de bonne h'Eurre. Hélas, je suis arrivé à la mauvaise h'Eurre car les Besset sont des travail'Eurre quittant tôt Eurre pour embaucher à l'Eurre péçise. Et bien, faute de t'avoir vu, je te téléphonerai. J'espère avoir de bons rill'Eurre au bout du fil !

Qui est ce baratin'Eurre ? Un cycl'Eurre de "Qu'Eurre et Vélo" qui vient faire une visite à sa

trésorière. Et d'où vient-il ? D'un coin de France qui t'a accueilli l'an dernier en te promettant d'escalader un pont. Promesse non tenue : il y a des réparat'Eurre, il faudrait un temps meill'Eurre, a-t-il prétexé... un baratin'Eurre quoi...

Si les lect'Eurre sont bons devin'Eurre, ils auront reconnu le signat'Eurre de ces lignes. Ils auront ainsi gagné... le droit s'offrir l'apéro à la santé de cet aut'Eurre, lequel n'est pas un bon donat'Eurre. A eux de trouver un meill'Eurre sponsorisat'Eurre !

Signé : un amat'Eurre inconnu ■

* Josiane travaille en milieu hospitalier.

connaître

Systemes antivol et pacemakers

Les portillons électroniques de surveillance ne présentent pas de danger pour les personnes équipées de stimulateurs cardiaques, ou pacemakers. Deux études scientifiques, l'une française, l'autre américaine, montrent en effet que les rares interactions observées sont bénignes et tout à fait transitoires.

Il est néanmoins conseillé par les spécialistes de ne pas stationner devant ces portiques, mais de les franchir à allure normale.

(d'après TOP SANTÉ)

Les "Chevaliers du Garde-Boue"

Le 28 mars dernier est né "L'Ordre des Chevaliers du Garde-Boue". Non, ce n'est pas une plaisanterie! Pour ses initiateurs, "comme le 650 hier, les garde-boue sont aujourd'hui menacés". Selon eux, seuls semblent compter désormais le vélo de course et le V.T.T., le commerce, la F.F.C. (NDLR : à ne pas confondre avec la F.F.C.T.).

C'est pourquoi "l'Ordre des Chevaliers du Garde-Boue" a pour buts :

- de valoriser, promouvoir et défendre l'utilisation, la fabrication et la pérennité du garde-boue...
- de favoriser entre ses membres les échanges d'informations, les rencontres...
- d'apporter sa contribution à la défense du cyclotourisme authentique...

Renseignements auprès de :

Jean-Pierre MONNOT - 5, rue de l'Hérault - 57070 METZ

vos lettres nous intéressent...

Des nouvelles de deux ou trois d'entre vous

La place nous étant comptée vu l'abondance des matières (comme on dit dans les journaux), nous serons donc relativement brefs, nous contentant de citer seulement deux ou trois des lettres ou cartes postales (souvenirs de vacances) que nous avons reçues (merci, ça fait toujours plaisir), envoyées par des A.C.Cistes n'ayant pu être présents en Alsace.

C'est le cas, par exemple, de Bernard Decrand (Cannes). Pour avoir participé au Tour de Corse A.C.C. en 98, il a été conquis par l'île de Beauté. Au point qu'il y est retourné pour un nouveau Tour (avec son club, qu'il a persuadé). Aussi nous a-t-il adressé de là-bas un petit clin d'œil. Tout va donc au mieux pour Bernard. Ce qui réjouira tous ceux qui le connaissent.

C'est un tout autre décor que connaît actuellement Jean-Marc Brusson (Rennes). En effet, ses galons d'officier l'ont conduit en Bosnie à l'état-major franco-allemand où, nous dit-il "l'ambiance est bonne". Mais, dans le pays, "les ruines sont nombreuses et les traces de la guerre visibles".

Cependant, on y "remonte peu à peu à la vie" et "les différentes entités tentent de relever les murs mais les moyens manquent", observe notre ami militaire. A qui nous souhaitons une bonne fin de mission, en espérant le retrouver bientôt.

Victime d'un infarctus, Jean-Léon Casasola (Puyricard, Bouches du Rhône), nouvel adhérent, s'est livré à un incroyable "forcing" pour retrouver tous ses moyens. Il en a été payé au-delà de ce qu'il espérait puisqu'il s'en ainsi découvert d'insoupçonnés. Ce qui l'a conduit à réaliser des performances dont il eut été bien incapable du temps où il se croyait en bonne santé. De cette expérience, il a tiré un récit occupant plusieurs centaines de pages qu'il rêve de voir publié. Pour faire passer son "message", en tous points semblable au nôtre, message qui tient en une seule phrase: "Fais du sport... à l'aune de tes ans et de tes possibilités".

Nous reviendrons sur l'histoire de notre ami à qui nous souhaitons de trouver un éditeur pour son bien intéressant manuscrit. Il le mérite. ■

Témoignage d'H. Laffont dans "Ouest-France" lors de la "Semaine Fédérale" Positiver...



Henri Laffont a l'accent qui sent bon le sud, Carcassonne plus précisément. Ce retraité de 67 ans indique trois semaines fédérales à son compteur. Tennisman repent,

il s'est accroché au vélo suite à un coup au cœur, devenu coup de cœur.

« Je ne serai pas venu à cette semaine fédérale sans l'association des « cyclos cardiaques ». C'est le fil conducteur de mes trois participations à ce rassemblement. Quand survient une attaque, c'est un peu le ciel qui vous tombe sur la tête. Cette maladie frappe alors que l'on se sent en bonne santé. On est alors diminué physiquement et moralement. Rencontrer d'autres cyclos qui ont connu ces problèmes permet de positiver. C'est l'occasion de retrouver un espoir de surmonter ce handicap. On est pas fini, on peut encore faire du sport! »

Désormais, pour les commandes de :

T-shirts, écussons, auto-collants A.C.C.
une seule adresse :

Josiane BÉSET "Les Meaux" 26400 EURRE (Tél.: 04 75 76 80 00)

T-shirts : 60 F l'unité (préciser ancien ou nouveau modèle et taille : M, L, XL, XXL)

Écussons : 20 F l'unité

Auto-collants : 5 F l'unité (commande minimum : 10 unités - envoi possible 2 unités contre 4 timbres à 3 F).

Incident de frontière

Une fois encore notre doyen Paul Canivenc (83 ans) nous livre un de ses souvenirs du temps où, jeune et plein d'entrain, il se lançait dans de grandes randonnées hors de nos frontières. Celui-ci date de 1937, époque où la Yougoslavie, alors royauté, n'était pas ce qu'elle est, hélas, devenue...

Nous étions, mon ami Fred et moi, en train de réaliser une virée "internationale" en Europe Centrale avec cinq monnaies différentes dans nos poches. Des Grisons suisses nous étions déjà passés au Tyrol italien et, de là, en Autriche, dans cette pittoresque Carinthie. Tout s'était jusqu'alors bien passé grâce à nos passeports en règle. Mais nous voici, un certain début d'après-midi, en arrêt devant un poteau indicateur que je revois encore. Une de ses flèches pointée marquait ostensiblement "Nach Jugoslavien 7 km". Grand Dieu, quel attrait! Comment résister? Là, tout près, derrière ces montagnes, la Yougoslavie! La vieille Serbie nous paraît être un autre monde à la portée de nos pédales et la décision fut vite prise: "On y va Fred?" "Allez Paulo!".

Et nous voici grim pant dans la rocaïlle, suivant cette "route-sentier" internationale qui doit nous mener à la frontière Austro-Yougoslave.

Ça à l'air de coller!

Nous savons pertinemment que nos passeports ne sont pas valables pour le royaume du petit roi Pierre II car il y manque l'indispensable visa consulaire, mais tant pis, nous verrons bien.

Le pourcentage du col, allié à l'état précaire du sol, ne parvient pas à nous faire regretter notre décision. Retourner en arrière? Allons donc, jamais deux fois la même route. Suant et soufflant, tirant vélos et bagages lorsque la pente est trop raide, nous avons pris de l'altitude. Plus de maisons, plus de cultures, seulement la montagne sauvage et les lacets qui se succèdent.

Oh! Oh! Là-bas, une barrière rayée, blanche et noire: la frontière autrichienne! Un dernier effort et nous mettons pied à terre devant les soldats de vert vêtus qui regardent avec curiosité nous, nos machines, nos bagages et les papiers que nous leur tendons. On discute, on baragouine plutôt, nous montrons du doigt, là-bas, l'autre barrage, à quelques centaines de mètres, où flotte le drapeau tricolore yougoslave. Notre bagage en allemand, à l'époque, se bornait à une vingtaine de mots et les explications sont pénibles.

Enfin "ça a l'air de coller", les vélos sont examinés autant par curiosité que pour vérification avec le triptyque et, pan!, un nouveau cachet sur le passeport nous ouvre la barrière. "Auf widersehen! Autriche".

Gaillards, nous voici dans le "no man's land". A l'autre maintenant! Les soldats serbes coiffés de leur typique calot interrompent, en nous voyant, une partie de boules acharnée. On nous introduit au poste où un officier se met en devoir de nous

interviewer. Hélas! Peu ferrés en allemand, nous sommes lamentables en serbe. A toutes ses questions, nous ne pouvons que secouer la tête après nous être regardés. Bon enfant, il insiste, peine perdue. Nous lui avons tendu un tas de papiers utiles et inutiles, passeports, triptyques, cartes de passage en douane, cartes fédérales, et il s'en prend à nos livrets déjà passablement gribouillés en plusieurs langues et tamponnés dans tous les coins. Certainement, de toute sa carrière de douanier, le brave homme n'a vu des cyclos français franchir son poste. Rien ne semble lui interdire de nous laisser entrer dans son pays et, saisissant un énorme cachet, il couvre d'un seul coup une demi-page encore vierge de mon passeport qu'il feuilletait.

Rien ne va plus...

Nous sommes aux anges et nous nous jetons un coup d'œil complice. L'affaire serait-elle si simple? Mais qu'arrive-t-il? L'homme, semblant se raviser, feuillette maintenant le passeport de Fred avec insistance, une fois, deux fois, trois fois, que cherche-t-il? Hélas, nous ne le savons que trop! C'est ce fameux visa consulaire qui nous manque. Feignant de ne rien comprendre, et ne comprenant effectivement rien à ses questions, nous prenons un air apitoyé et ignorant. Et voici l'homme qui reprend mes propres papiers et, désespoir, d'un coup de plume rageur, il annule le cachet apposé quelques minutes auparavant.

Rien ne va plus. Jouant notre dernière chance, nous entreprenons de le convaincre: sur la grande carte murale nous traçons un hypothétique itinéraire qui nous fait ressortir de Yougoslavie rapidement et, sur un calendrier auquel nous ne comprenons rien, nous lui montrons que notre séjour sera court, très court. Rien n'y fait.

Prenant notre tas de paperasses, il sort et alerte le chef de poste autrichien qui nous a pointés tout à l'heure. Ce dernier arrive et tous deux discutent longuement en compulsant à nouveau nos pièces d'identité. Que disent-ils? Jamais nous le saurons. Ils n'ont d'ailleurs pas l'air d'être d'accord et nous commençons sérieusement à perdre espoir. Allons-nous être refoulés? Ne connaître que ces quelques mètres carrés de Yougoslavie? Le temps a passé, le soir vient avec la fraîcheur, nous sommes à plus de 1 000 m d'altitude, et un crachin glacé tombe maintenant.

L'officier autrichien est reparti sans nous, qui réintégrons le poste yougoslave derrière notre irascible douanier qui ronchonne. Nous ne savons pas du tout où nous en sommes. L'homme a enfoui dans son tiroir tous nos papiers et deux soldats ►►

Incident de frontière (suite)

► ont emmené nos vélos dans la salle. On nous fait entendre que nous devons rester là. Nous avons faim et nous savons aussi le faire comprendre grâce à une mimique internationale infailible. On nous fait traverser la route et nous entrons dans une pittoresque et crasseuse auberge où on nous abandonne, semble-t-il, à notre sort.

Comment s'en sortir ?

Tant pis, notre demi-échec ne nous a nullement coupé l'appétit ni atteint le moral. Le refuge est peuplé d'individus aux mines patibulaires que nous prenons pour des contrebandiers. La servante, voyant que nous ne répondons pas à ses questions, nous apporte la soupe, suivie de mets assez bizarres. Nous faisons honneur au repas, arrosé d'une bonne bouteille de vin rouge parfumé qui nous semble d'autant plus délectable que, depuis le départ de France, nous n'en avons pas goûté. Il fait nuit noire maintenant, la salle basse est éclairée par des lampes fumeuse ou des bougies. Bien restaurés, nous songeons à nous reposer. Camper, bivouaquer, il ne faut pas y songer : il pleut et tout notre matériel est resté dans les sacoches avec les vélos. La servante, une plantureuse fille rousse que nous avons déjà baptisée "la grosse Bertha", semble comprendre nos hésitations et, une bougie allumée à la main, elle nous invite à la suivre. Derrière elle, nous gravissons un escalier et nous nous trouvons dans une mansarde meublée de deux lits. Nous n'avons d'ailleurs pas le temps de détailler davantage le local car la fille est repartie sans nous laisser son lumignon. Qu'à cela ne tienne! A tâtons, nous nous couchons. Fred roupète, n'ayant qu'un drap dans son lit. Il trouvera d'ailleurs l'autre le lendemain, plié à ses pieds. Nous sombrons bientôt

dans le sommeil.

Réveillés de bonne heure, nous détaillons curieusement le paysage : de notre fenêtre nous voyons le poste de douane où s'affairent les soldats. Descendus dans la salle d'auberge, nous prenons un substantiel petit déjeuner et troquons quelques schillings autrichiens contre des dinars pour payer l'addition. Ragaillardis, nous mettons le nez dehors et regagnons la guérite où notre chef de poste nous accueille gentiment, mais sans avoir l'air disposé à nous rendre notre liberté.

Une heure ou deux passent ainsi. Enfin une auto venant d'Autriche stoppe. Long palabre avec les passagers. Il est certainement question de nous.

Sauvés !

Le douanier prend enfin une décision. Il nous tend un papier où il a inscrit quelques lignes et nous montre la route, celle du sud, celle de la Yougoslavie! Il monte lui-même en voiture et nous comprenons qu'il nous attendra quelque part. En route donc! Heureux comme des fous nous dévalons le col transformé en bourbier, décidés à nous arrêter au prochain village. Nous atteignons un hameau au nom barbare où nous montrons notre papier. On nous fait signe de continuer plus avant. Enfin des maisons, un village, une petite ville même, c'est Jesenice où nous soulevons la curiosité des indigènes.

Grâce à notre talisman, nous sommes conduits au poste de police où nous retrouvons notre douanier qui a dû soumettre notre cas à ses supérieurs. Là, après de multiples palabres et une caution à payer, on nous donnera droit de séjour et nos passeports s'orneront d'un beau visa que nous n'aurons, somme toute, pas volé.

Paul Canivenc ■

A un ami A.C.Ciste qui, chaque été, s'en va sur son vélo chargé (surchargé !), enchaînant brevets, randonnées permanentes, etc. plusieurs mois durant, nous avons demandé de nous raconter son dernier périple (lequel l'a conduit jusqu'à Mittelwihr pour nos Journées-rencontres 99). Voici son "papier".

Une fable

Çà se termine un peu moins bien que ça débute. Il était parti, début mai, tout pédali, tout campignant, pour un voyage estival vers les Pays de l'Est...de l'Hexagone : 9 000 km - 6 mois, ramenés à 7000 km - 5 mois suite à une rencontre brutale avec un poteau. Non ! c'est pas triste; un peu rétréci, c'est tout. Si, si, il a réussi quatre randonnées permanentes dans les ligues qui lui faisaient défaut... Il a même bouclé le cycle complet des vingt "Rayons du Centre" réussissant par là même ses objectifs UN et DEUX. Alors, tu vois, c'est quand même un heureux dénouement pour cet A.C.Ciste de l'Ouest au pays de la Choucroute et de la Carpe frite. Avait-il fait le mauvais choix en vouant sa fidèle monture à...Saint-Léger ?? Je ne sais. Toujours

est-il qu'il nous permet de mettre l'accent - alsacien, bien sûr - sur un inconvénient des pistes cyclables trop méconnu. Notre lascar, comme beaucoup de cyclistes en pareil cas, rêvassant, sifflotant, avait baissé sa garde, négligé ses défenses, médité dans le chaud soleil, admiré les paysages rhénans et ...percuté un POTELET ayant pour mission de partager la voie en deux et - accessoirement - de couder les tubes de cadre ! L'essentiel est que les services fiscaux lui laissent assez d'argent pour qu'il puisse s'offrir cette merveilleuse randonneuse au label "Confrérie des 650".

Une fable disais-je ? Oui : LE LAID TIERS ET LE POTELET. Il l'a vécu ..., je l'ai inventée...et..

... Roger le conte ! ■