



## La vie du club,

- C'est avec une profonde tristesse que nous avons appris en cette fin d'année deux décès. Celui de **Denise LEDOUX**, la femme de Robert puis une semaine plus tard celui de notre Président d'Honneur, **Daniel FAURE**, survenu après neuf ans de lutte acharnée contre la maladie.
- Début octobre, **Jacques PLÉ**, qui roulait avec nous depuis plusieurs mois a pris sa licence.
- Notre traditionnelle « **Sortie famille** » s'est déroulée cette année dans la cité médiévale de **Provins** en Seine et Marne.

Au cours de la matinée nous avons visité « **La Grange aux Dimes** », puis par la « **Place du Châtel** » nous sommes rendus à « **La Tour César** », point culminant de la vieille ville ; nous avons terminé par les visites de la **collégiale Saint Quiriace** et du musée à « **La Maison Romane** ».

Après nous être restaurés à « **La Table Saint Jean** » nous avons pris le « **P'tit train** » qui nous a promenés dans la vieille ville et sur une partie des cinq kilomètres des remparts.

L'après-midi s'est poursuivie avec le spectacle « **Les Aigles des Remparts** » puis la visite des **souterrains**, anciennes carrières du moyen âge.

La bonne participation à cette sortie avec 18 participants et la bonne organisation ont fait la satisfaction de tous.

- Nous étions une trentaine à notre, non moins traditionnelle, « **Soirée beaujolais** » qui cette année s'est déroulée dans une salle de la MJC Aimé Césaire.

## Le mot du président

Juste un mot pour revenir sur l'année 2015 qui a été marquée par des événements tragiques au sein de la population. Pour notre part, au Club nous n'avons pas été épargné tant sur le plan santé que sur le plan douleur où nous avons été touché par la disparition en des dates solennelles par Denise Ledoux et Daniel Faure, notre ancien Président.

Néanmoins, ce dernier trimestre, nous a permis de nous réunir nombreux, en famille, d'une part à Provins et, d'autre part à la soirée beaujolais où ce fut une totale réussite à la MJC Aimée Césaire.

Je vous souhaite à toutes et à tous une meilleure année pour 2016 avec surtout une excellente santé et la joie de se retrouver tous sur le vélo.

Cécil

## Les derniers « cancons » du CA

- **Jacques Bernard** a transmis, au président, sa démission du poste de trésorier pour la fin de l'année ; la raison est son désaccord avec le reste des membres du CA quant à l'attribution de sommes d'argent allouées aux membres qui participent aux organisations longues distances officielles (PBP, Diagonales etc...), sommes qu'il trouve trop élevées.
- **Fernand Salaün** en tant que trésorier adjoint prendra la relève jusqu'à la prochaine assemblée générale.
- **Claude Martin** nous a informé qu'il ne se réinscrirait pas au club l'année prochaine car il déménage de la région parisienne pour la Côte d'Azur, en janvier, afin de se rapprocher de ses enfants et petit enfant.

(Suite et fin)



## Les derniers « cancons » du CA (suite et fin)

- Lors de la dernière réunion mensuelle il a été proposé, qu'à partir des mois d'octobre, novembre, jusqu'à fin février, les sorties du dimanche matin se fassent le samedi après-midi et le départ des sorties les jours de semaine à 13 heures.

Que les personnes qui souhaitent adopter ces changements se mettent d'accord entre elles et qu'elles rendent compte de leur efficacité après quelques essais.

### Des images... de la « Sortie famille à Provins » le 10 octobre 2015



18 participants

La Grange aux Dîmes



Place du Châtel

La Tour César



La collégiale Saint Quiriace





Les remparts



Les aigles des remparts



Les souterrains

Des images... de la « Soirée beaujolais » le 4 décembre 2015



## Rubrique bobos

Malheureusement ce trimestre cette rubrique est très fournie.

- **Daniel Faure**, président d'honneur  
A été hospitalisé à Ris pour poursuivre son traitement.
- **Alain Boch**  
A subi une laminectomie L5 S1. L'opération consiste à découper un morceau d'une vertèbre pour dégager un nerf écrasé ; elle s'est très bien déroulée et la récupération rapide. (Levé 4 heures après l'opération et montée descente d'escalier dès le lendemain avec kiné).  
Maintenant il reste à attendre la guérison du nerf abimé (durée quelques semaines ? quelques mois ? quelques... ?) et la fin des douleurs toujours très présentes.  
Il a repris le vélo (recommandé par le chirurgien) par une petite sortie de 24 km à un rythme de sénateur.
- **Marcel Couleau**  
En vélo, s'est fait renversé par une voiture, devant la poste, alors qu'il effectuait des courses dans Viry.  
Bilan : quatre points de suture au cuir (qui n'est plus beaucoup chevelu et qui n'était pas casqué !) et un gros hématome à la hanche ; depuis il porte son casque dès qu'il sort son vélo !
- **Cecil**  
A été hospitalisé une semaine pour une opération de la prostate.
- **Claude Pirrovani**  
Fait à nouveau de l'arythmie cardiaque quand il pratique le vélo ; il a été obligé de s'arrêter.

### Le CoDep apprécie notre initiative

Vous avez lu, dans l'édition Hiver 2015 du « CycloEssonien » n°67, page 10, que le Comité Départemental de l'Essonne a mis le CRVC à l'honneur en portant à la connaissance de tous les clubs du département notre initiative pour faire connaître plus amplement, dans notre club, la revue fédérale « Cyclotourisme ».

En 2016 nous continuerons de la promouvoir en espérant que les lecteurs de 2015 renouvelleront leur abonnement.

### Notez sur vos agendas

- Le jeudi 14 janvier inscriptions de 17 à 19 heures
- Le samedi 23 janvier Assemblée Générale Ordinaire
- Le vendredi 5 février à 20h 30 réunion mensuelle
- Le dimanche 17 avril « La Randonnée du Moulin de Viry »

Juste pour rigoler un peu !



## SÉCURITÉ :

*Rouler en toute tranquillité*

Vous savez tous que Claude, notre « Monsieur Sécurité » quittera le club en janvier 2016 ; voici sa dernière rubrique truffée, comme toujours, de bon conseils.

### SÉCURITÉ...

Indispensable et chère

...SÉCURITÉ

Sans toi que deviendrions-nous ?

Toujours présente à mon esprit, surtout quand je suis sur mon vélo. Chère sécurité je te respecte et je n'oublie jamais d'observer scrupuleusement toutes tes règles. Tu nous permets d'exercer notre sport favori, moment de détente et de convivialité s'il en est ! Avec toi dans ma tête et en toute complicité, quand j'enfourche ma bécane pour faire une randonnée, mon épouse sait que grâce à toi je reviendrai... avec toi à la maison !

La sécurité c'est mon affaire, c'est aussi l'affaire de tous. De l'un, quand il est seul, mais du groupe lorsque nous sommes plusieurs. Une chute de l'un peut engendrer la chute du groupe, avec de lourdes conséquences ; c'est la raison pour laquelle nous devons toujours rester vigilants. Cela implique une certaine rigueur comportementale. Mais, il faut savoir ce que l'on veut.

**Y a pas à barguigner avec la sécurité !**

Son respect doit être spontané et permanent. Il s'agit d'autodiscipline individuelle, mise éventuellement au service du groupe.

Distinguons nous, nous cyclotouristes, extrayons nous du nihilisme ambiant !

**Allez... bonne route à tous.**

C. MARTIN

## Rubrique SANTÉ

### *L'Influence des changements climatiques sur le comportement humain.*

Nous avons tous constaté ce phénomène de réchauffement, plus particulièrement cet automne et ce début d'hiver en sont un témoignage ; nous sommes largement au-dessus des normes de saison. Il est vrai que ces anomalies vont bouleverser nos modes de vie avec une nature complètement chamboulée !

Regardez autour de vous, l'hiver recule et devient passagèrement automne ; le printemps sera-t-il hivernal ? Ce décalage peut être de 3 à 4 mois, si cela continue les vacances d'été deviendront dans des décennies vacances « hivernales ».

L'automne empiète sur l'hiver, l'hiver remplacera le printemps et le printemps sera l'été ; alors « Où irons-nous ? »

Ce matin quand je regarde mon jardin, je rêve, c'est presque « l'Éden », des géraniums qui ne cessent de fleurir et les jonquilles qui commencent à sortir de terre pour remplir nos yeux de jaune (vert et jaune) des fleurs à nos couleurs !

Et nous, devant la glace, je me pose la question, comment serons-nous d'ici quelques années ?

En attendant, restons humbles et pédalons avec cuissards courts ou longs afin de ne pas attraper froid !

Cécil