

# ASSEMBLEE GENERALE CODEP ARDECHE

Assemblée générale du Codep 07

La Voulte

Vendredi 9 novembre 2012



# Ordre du jour AG 2012 Codep

- Rapport moral – Jean Marie Robert
- Rapport d'activité – Christian Garayt
- Rapport financier – Philippe Dusserre
- Rapport audit aux comptes
- Rapport commission formation – Jean Marc Debard
- Rapport véloroutes et voies vertes – Jean Marc Debard
- Rapport commission jeune – André Vielfaure
- Rapport commission sécurité – Michel Chambonnet
- Interventions des personnalités
- Questions/réponses
- Elections nouveau bureau
- Moment de convivialité

# Rapport d'activité

Assemblée générale du Codep 07  
La Voulte  
Vendredi 9 novembre 2012

Christian Garayt



## REUNIONS ET AG

- Le bureau du Codep s'est réuni à 8 reprises à Privas
- Trois membres du bureau présent à l'AG de Ligue Rhône Alpes à Chatillon (01) et deux à Grenoble pour l'AG de la FFCT
- Présence d'un membre du Codep aux AG des clubs d'Annonay, de Guilhaud-Granges, St Péray, Du Friol, de La Voulte, de Bourg St Andéol, De Vallon Pont d Arc de Privas, du Teil et du Demi-siècle
- Jean Marie siège à la commission sport nature du CDOS ainsi qu'à la CDESI
- Jean Marie et Michel Chambonnet se sont rendus également dans l'Isère pour diverses réunions de la Ligue et de sa commission sécurité

# JOURNEE DU 31 MARS AU POUZIN

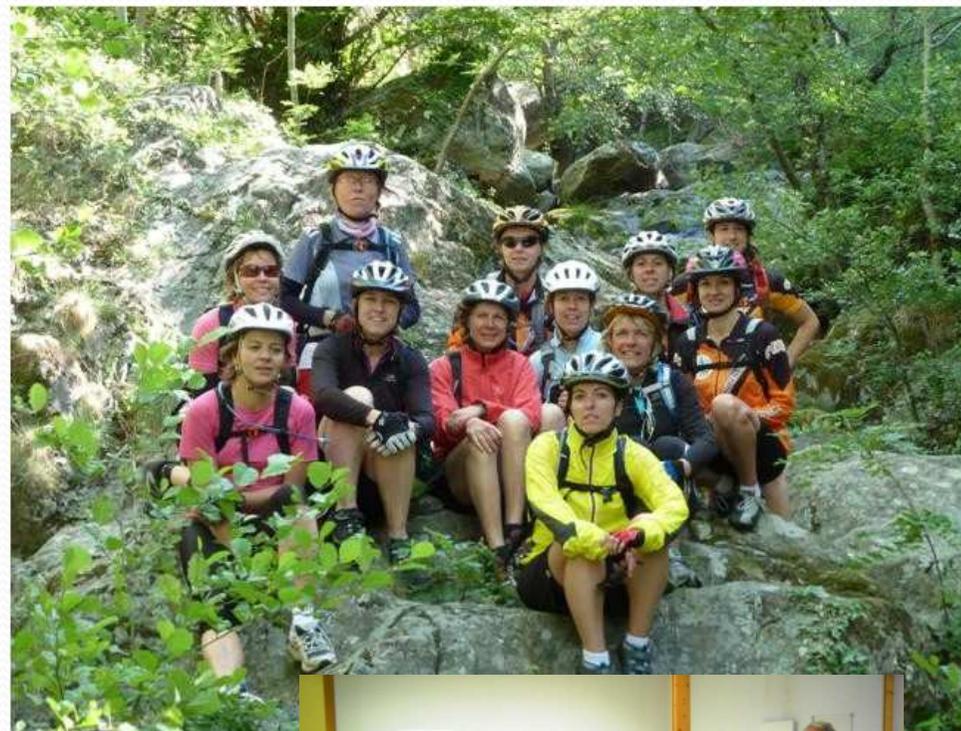
- Journée d'échange entre les clubs et le Codep
- 9 clubs présents



# JOURNEE DU 31 MARS AU POUZIN

## Trois témoignages de club

- Accueil des féminines au club de Guilhaud-Granges
- Groupe VTT femmes à Aubenas
- Actions envers les personnes handicapées pour Annonay



## Exposés du Codep

- Rôle et mission du Codep
- Montage d'un dossier CNDS
- Déclaration de manifestation et Natura 2000



# JOURNEE DU 31 MARS AU POUZIN

- Repas pris en commun et sortie vélo l'après midi



# CONFERENCE SANTE DU 20 AVRIL



# BREVET 200 KM LE 28 AVRIL

- Organisé par Alain Bayle avec l'aide de son club du Teil



## BREVET 200 KM LE 28 AVRIL

- 44 cyclos au départ du Teil



Et Alain est prêt à repartir en 2013 !

# NEWSLETTER

Lettre d'information  
électronique  
3 parutions en 2012  
(janvier- mars- mai)

**SOMMAIRE :**  
Journée rencontre des clubs ardéchois le 31 mars au Pouzin  
Conférence santé le 20 avril 2012 à Guilherand Granges  
Brevet de 200 km à allure réduite, samedi 28 avril 2012  
Week-end VTT à Montsalvaux  
Comité rendu de nos randonnées et sorties  
Les Cyclos Ardéchois  
Lettre d'information trimestrielle à destination des clubs FCCT de l'Ardèche édité par le Codep 07  
Adressé : Comité Départemental de l'Ardèche

**NUMÉRO 3**      **MAI 2012**

**Première rencontre des dirigeants des clubs ardéchois au Pouzin le 31 mars 2012 (Christian Garaty)**

9 Clubs avaient répondu présent à cette initiative du Codep. (Amonay, Guilherand-Granges, Aubenas-val, La vouille, Privas, Le Teil, Le Frieul, Ocoz et La rone libre Vallonnais). Cette journée avait pour but l'amélioration des relations entre le comité et les clubs ardéchois car en dehors des assemblées générales, les échanges clubs-Codep sont rares, mais aussi de faire connaître les initiatives prises dans les clubs car les échanges interclubs ne sont pas fréquents non plus, hors relations personnelles entre dirigeants.

Après l'accueil par Michel Lhardy et la présentation des participants, Jean-Marie Robert le président du Codep a expliqué le rôle souvent méconnu du comité : comme lien au sein de la fédération, la ligne et les clubs pour la demande à l'agencement des nouveaux clubs, la gestion du calendrier et validation des diverses randonnées organisées dans le département, ainsi que la gestion des litiges, stages de formation. Il a aussi indiqué que le Codep est l'interlocuteur privilégié auprès du service des routes du CG et de son service des sports (convention triennale), de la préfecture et des diverses administrations :

FNISDD (Fédération Française de la Colportage)

**SOMMAIRE :**  
Edito et vœux 2012 du Codep  
Journées rencontres et dialogues entre les clubs le 31 mars au Pouzin  
Séance santé le thème des maladies le 20 avril  
Assemblée générale Nîmes Rhône le 22 janvier à Millon (en Michal-ly)  
Programme des actions de ce 1er trimestre 2012

**NUMÉRO 1**      **JANVIER 2012**

**Edito**

Voici la première édition de notre lettre d'information à destination des clubs FCCT du département de l'Ardèche.

Elle a pour but de vous tenir informés des différentes actions entreprises par le Codep 07 durant l'année mais aussi d'être un lien entre tous les clubs ardéchois en diffusant leurs initiatives.

★★★★★

L'ensemble des membres du Comité Départemental de Cyclotourisme de l'Ardèche vous adresse ses meilleurs vœux et vous donne rendez-vous en 2012 pour une nouvelle année sportive.

**Journée rencontre des clubs ardéchois le 31 mars 2012 au Pouzin**

Nous vous proposons de nous retrouver tous ensemble sur une demi-journée le samedi 31 mars pour un moment d'échange et de partage d'expériences.

Il apparaît en effet que l'assemblée générale annuelle du Codep avec son déroulement formel ne permet pas d'aborder tous les sujets qui vous intéressent et ne favorise guère, par manque de temps, le dialogue aussi bien entre les clubs qu'entre le Codep et vous.

Chaque club pourra être représenté par deux à trois personnes du bureau et inter-

**SOMMAIRE :**  
Première randonnée le 4 mars à Guilherand

**NUMÉRO 2**      **MARS 2012**

**Première randonnée le 4 mars à Guilherand**

Le 4 mars les Cyclotouristes Grangeois ont ouvert la saison des randonnées cyclistes ardéchoises par leur Brevet Hivernal. Avec une météo favorable pour la saison ce sont 161 cyclistes qui ont pris le départ de cette 31ème édition pour les deux parcours de 40 et 78 kms. Les récompenses ont été remises par le Maire de Guilherand Granges. Le challenge Romero a été attribué pour la 1ème année consécutive au club de Saint Paray. Le club de Guilherand vous donne rendez-vous le samedi 6 juin 2012 pour Jean Rully des Coteaux Virvannois ou vous seront proposés 4 parcours de 20 - 60 - 90 ou 130 kms sur les belles routes d'Ardèche. Merci à Marie France Prudon et Gilbert Eyralace pour ce compte rendu.

Plus d'infos sur le site du club

**Stage animateur des 28 janvier et 25 février 2012 à Aubenas**

Deux personnes ont participé au stage animateur qui a pour objectif de former des animateurs de randonnée en club ou des accompagnateurs d'adhésifs dans les écoles cyclistes, en liaison avec un instructeur ou un moniteur de cyclotourisme. Cette formation fédérale est la première niveau de cursus de formation des éducateurs. Ce stage comme chaque année depuis 2008, a été animé par 4 moniteurs et instructeur ardéchois. Les stagiaires ont pratiqué la conduite de groupe, la manutention, la mécanique, la lecture de carte. Le 2ème jour, ils ont organisé la sortie VTT réalisée avec des jeunes de l'école du club d'Aubenas-Vail. Egalement pendant cette session, des temps d'échanges ont permis à chacun de partager les expériences de tous.

Contact - Renseignements : [jeanmarcclabard@aol.com](mailto:jeanmarcclabard@aol.com)

/2012 - Rapport d'activité

## Bilan 2012

- Formation, calendrier de vos manifestations, CNDS, contact avec les services des routes et des sports du conseil général, voie vertes et Viarhona; présence sur le stand FFCT de l'Ardéchoise, le travail n'a pas manqué
- Le CODEP 07 représente
  - 1449 licenciés ardéchois
  - 25 clubs actifs

## Et pour 2013 ?

- Pour 2013 une plaquette est en préparation
  - Tirée à 8000 exemplaires on y trouvera :
    - les coordonnées de tous les clubs ardéchois
    - les dates de leurs randonnées
    - Et d'autres informations sur le Codep
    - Elle sera diffusée auprès des Offices de Tourisme de l'Ardèche
- Pour agir le Codep a besoin de tous et en cette année électorale de nouvelles candidatures sont nécessaires
- Chaque club, chaque licencié doit se sentir concerné pour que le CODEP puisse remplir son rôle



# Merci de votre attention

Christian Garayt

# Rapport Financier

Assemblée générale du Codep 07  
La Voulte  
Vendredi 9 novembre 2012

Philippe Dusserre



# COMPTE DE RESULTAT P.C.G

EXERCICE DU 01/10/2011 AU 30/09/2012

<b>DEPENSES</b>				<b>RECETTES</b>			
	<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N-1</b>		<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N-1</b>
EDF GDF, charges locatives	257,65	3%	131,24	Subvention Département fonctionnement	2 500,00	30%	2 500,00
Matériel divers	175,00	2%	1 159,00	Subvention Département entretien	1 000,00	12%	1 000,00
Fournitures de bureau	133,37	2%	690,32	Ristourne FFCT	3 237,10	39%	2 993,36
Locations	3 585,61	48%	1 575,00	Subvention C.N.D.S.	1 600,00	19%	1 800,00
Assurances	140,00	2%	110,00				
Documentation	0,00	0%	30,00				
Communication	106,64	1%	86,11				
Frais bancaires	20,12	0%	11,00				
Frais postaux, téléphone	553,24	7%	125,06				
Cotisations	149,20	2%	52,20				
Déplacements, missions	1 756,26	23%	871,96				
Manifestations, réceptions	396,56	5%	783,99				
Subventions accordées	230,00	3%	550,00				
<b>Excédent</b>	<b>833,45</b>		<b>2 117,48</b>				
	8 337,10	100%	8 293,36	Total des Produits	8 337,10	100%	8 293,36
Total des Charges	7 503,65		6 175,88				
<b>BILAN</b>							
<b>ACTIF</b>				<b>PASSIF</b>			
	<b>N</b>		<b>N-1</b>		<b>N</b>		<b>N-1</b>
Cautions versées	0,00		900,00	Reports antérieurs	8 223,00		6643,92
Trésorerie	9 981,34		9 470,24	Emprunt FFCT	0,00		0,00
Produits à recevoir	470,00		0,00	Charges à payer	1 394,89		1 608,84
				Excédent de l'exercice	833,45		2117,48
	<b>10 451,34</b>		<b>10 370,24</b>		<b>10 451,34</b>		<b>10 370,24</b>
				<b>Fonds propres après excédent 2012: 9 056,45</b>			

# COMPTE DE RESULTAT ANALYTIQUE

EXERCICE DU 01/10/2011 AU 30/09/2012

DEPENSES	N	BUDGET	ECART		RECETTES	N	BUDGET	ECART
EDF,GDF, charges locatives	257,65	200,00	57,65		Subvention Dépt. fonctionnement	2 500,00	2 500,00	0,00
Fournitures de bureau	133,37	200,00	-66,63		Subvention Dépt. entretien	1 000,00	0,00	1 000,00
Documentation	0,00	50,00	-50,00		Ristourne FFCT	3 237,10	3 000,00	237,10
Local siège (loyers,assur.)	3 355,61	3 500,00	-144,39		Sub.C.N.D.S. journée clubs	200,00	200,00	0,00
Communication	106,64	200,00	-93,36		Subvention C.N.D.S. Formation	900,00	900,00	0,00
Frais bancaires	20,12	20,00	0,12		Subvention C.N.D.S. Sécurité	500,00	500,00	0,00
Frais postaux, téléphone	553,24	150,00	403,24					
Cotisations	149,20	80,00	69,20					
Matériel entretien	175,00	0,00	175,00					
Formation	182,25	1 000,00	-817,75					
Sécurité	273,10	400,00	-126,90					
Jeunes, écoles cyclo	200,00	1 800,00	-1 600,00					
Déplacements, missions	1 502,01	400,00	1 102,01					
Manifestations, réceptions	595,46	400,00	195,46					
<b>Excedent</b>	<b>833,45</b>	0,00			Prél.fonds propres	0,00	1 300,00	-1 300,00
	8 337,10	8 400,00				8 337,10	8 400,00	-62,90
Total des charges	7 503,65	8 400,00	-896,35					
<b>CONTRÔLE UTILISATION SUVENTION CNDS</b>								
	<b>UTILISE</b>	<b>BUDGETE</b>	<b>DEMANDE</b>	<b>OBTENU</b>		<b>CONTRÔLE</b>		
JOURNEE RENCONTRE CLUBS	363,64	650,00	200	200		-286,36		
FORMATION	182,25	1 820,00	900	900		-1 637,75		
REUNION SPORT & SANTE	201,10	1 048,00	500	500		-846,90		
(1) hors imputation frais de structure								

# COMPTE DE RESULTAT PREVISIONNEL

DU 01/10/2012 AU 30/09/2013

DEPENSES			RECETTES		
EDF, GDF, Charges locatives	300,00	4%	Subvention Département	2 500,00	30%
Fournitures de bureaux	200,00	2%	Subvention C.N.D.S.	1 600,00	19%
Local siège (loyers,aménag.assur.)	3 500,00	43%	Ristourne FFCT	3 200,00	39%
Documentation	50,00	1%			
Communication	200,00	2%			
Frais postaux & télécom	300,00	4%			
Frais bancaires	25,00	0%			
Cotisations	150,00	2%			
Formation	600,00	7%			
Sécurité	400,00	5%			
Jeunes, écoles cyclo	500,00	6%			
Déplacements,missions	1 500,00	18%			
Manifestations, réceptions	500,00	6%	Insuffisance pré-l.fonds propres	925,00	
	<b>8 225,00</b>			<b>8 225,00</b>	



**Merci de votre attention**

Philippe Dusserre

# Rapport audit aux comptes

Assemblée générale du Codep 07

La Voulte

Vendredi 9 novembre 2012



# Rapport de la commission Formation

Assemblée générale du Codep 07

La Voulte

Vendredi 9 novembre 2012

Jean Marc Debard



## BILAN STAGES 2012

- Stage animateur organisé par le comité en Ardèche avec 10 stagiaires
- Ligue et comité :
  - 5 ème journée du stage initiateur pour 7 personnes à Annonay
  - Stage initiateur à Largorce avec 16 participants dont 6 ardéchois d'Aubenas et Vallon Pont D'arc
  - Stage moniteur à Joyeuse

# BILAN EDUCATEURS 2008-2012

L'Ardèche compte à ce jour 79 éducateurs dont :

- 22 animateurs :  
pour aider les moniteurs et les initiateurs dans les écoles cyclo ou accueillir dans les clubs, s'occuper de personnes handicapées



# BILAN EDUCATEURS 2008-2012

- 42 initiateurs pour organiser des séances dans les écoles cyclo



# BILAN EDUCATEURS 2008-2012

- 14 moniteurs pour gérer les écoles cyclo et organiser des séjours jeunes
- 1 instructeur



# BILAN DE L'ACTION FORMATION SUR 4 ANS

- 79 éducateurs aujourd'hui pour 60 fin 2008
  - Remise en place du niveau d'animateur
  - Décentralisation géographique des stages
- Stages animateurs organisés par le Codep 07
  - 5 stages
  - 53 stagiaires dont 45 ardéchois
- 4 écoles en Ardèche (VTT)
  - CT Annonéens
  - Vélo club du Pays Vallonnais
  - Cyclos d'Aubenas-Vals
  - Cyclos Grangeois



## BILAN DE L'ACTION FORMATION SUR 4 ANS

-  Les témoignages fournis lors de la réunion des clubs au mois d'avril montrent pourtant le dynamisme que cela engendre dans un club
  - Accueil des féminines pour les clubs Grangeois
  - Groupe VTT femmes pour les Cyclotouristes Albenassiens
  - Actions envers les personnes handicapées pour Annonay
-  Turnover important des bénévoles formés et peu de volontaires pour l'accueil dans les clubs
- **Qui sera le nouveau délégué départemental ?**

# Rapport Véloroutes et voies vertes

Assemblée générale du Codep 07

La Voulte

Vendredi 9 novembre 2012

Jean Marc Debard

# REALISATIONS ET PROJETS 2012

- Fin de l'aménagement de la Viarhona coté Drôme



# REALISATIONS ET PROJETS 2012

- La nouvelle passerelle sur la Drôme vers le Pouzin



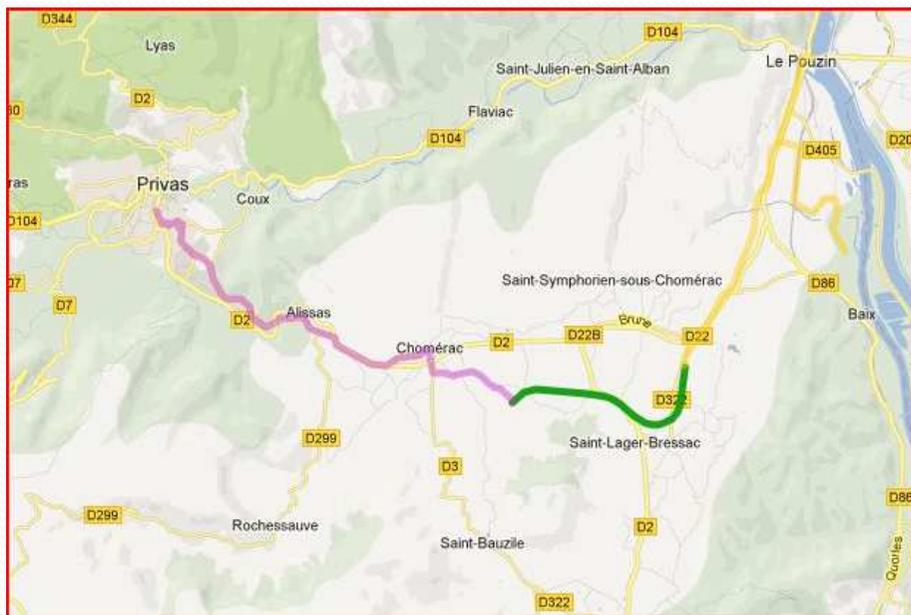
# REALISATIONS ET PROJETS 2012

- En Ardèche 4 tronçons prévus :
  - Tronçon N°1 : Sarras, Ozon, Arras, Vion, Lempis, St Jean de Muzols, Tournon, Mauve, Glun
  - Tronçon N°2 : Soyons, St Georges les Bains, Charmes sur Rhône, Beauchastel, La Voulte sur Rhône
  - Tronçon N°3 : Le Pouzin, Baix, Cruas, Meysse, Rochemaure, Ancone
  - Tronçon N°4 : Viviers, St Montan, Bourg St Andéol
- Enquêtes d'utilité publique terminée fin octobre 2012



# REALISATIONS ET PROJETS 2012

- La première voie verte ardéchoise de 4 km a été inaugurée cet été entre les quartiers du Petit Moras et de Pierre Soule, sur la commune de St-Lager Bressac.



# REALISATIONS ET PROJETS 2012

- La voie verte de la Payre a connu un vif succès dès cet été avec plusieurs centaines de personnes



## AUTRES PROJETS

- En nord Ardèche un projet de véloroute entre Bourg Argental et Sarras (ancienne voie ferrée) et la route de la vallée de la Cance
- Les travaux sur la voie verte entre Ruoms et Grospierres devrait démarrer en 2013



# Merci de votre attention

Jean Marc Debard

# Rapport commission jeunes

Assemblée générale du Codep 07

La Voulte

Vendredi 9 novembre 2012

André Vielfaure



## SITUATION 2012 DES ECOLES DE VELO

- Peu d'évolution depuis la dernière A. G du Codep
- Trois écoles VTT dynamiques :
  - Aubenas Vals
  - Vallon Pont D'arc
  - Annonay qui renforce ses effectifs et la formation de ses cadres bénévoles
- Une Guilhaerand Grange qui a toujours du mal a prendre son envol puisqu'à ce jour il n'y a pas d'inscrit officiel

# EFFECTIFS DES ECOLES

Annonay, Vallon et  
Aubenas : ce sont  
**200 jeunes**  
vététistes qui tous  
les mercredis et  
samedis (pour  
certains) partagent  
leur activité favorite  
avec leurs copains  
et les adultes  
bénévoles



# ECOLE CYCLO D'ANNONAY

- **29 garçons et 4 filles tous les mercredi après-midi**
- **Adultes formés :**
  - **1 moniteur :** Serge Coste
  - **6 initiateurs :** J. Pierre Loubet- Yvan Buffa-Jean Peyrot- Jean-Claude Poulenard-Laurence Charroin, Robert Herelier
  - **3 Animateurs :** Jean Peyrot- Laurent Fouassier-René Bertrand
- **Stages :**
  - sur l'attitude à avoir lors d'un accident
  - Un stage de printemps 3 jours en avril dont une matinée avec la prévention routière
  - Un voyage itinérant 17/18 juillet 2012 : 5 garçons et 1 fille ont participé au rassemblement vtt des jeunes cyclotouristes de la ligue R. Alpes 12/13 mai à Montravel en Bresse
  - Participation à l'Ardéchoise des jeunes.

# ECOLE VTT DE RANDONNEE DU CTAV

- **Nombre d'adhérents 117**
- **Samedi après-midi 14h à 17h :**
  - 42 jeunes dont 1 fille – 13 nouveaux
  - 22 adultes dont 8 féminines
- **Mercredi après-midi 14h à 17h :**
  - 75 jeunes dont 24 nouveaux et 23 filles
  - 38 adultes dont 18 féminines la parité
- **Adultes formés VTT :**
  - Moniteurs VTT : 6
  - Initiateurs : 25
  - Animateurs : 3
  - 5 Animateurs nouveaux venus cette année à former

## SEJOURS ET VOYAGES

- Et en plus des séances hebdomadaires :
  - Voyages itinérants
  - Séjours
  - Participation à des organisations extérieures au club
  
- Samedi 12 mai, **59 jeunes vététistes du Ctav et leurs 26 accompagnateurs** avaient pour objectif précis : la descente du Mont Ventoux le géant de Provence (1920 m)



# SEJOURS ET VOYAGES

Week-end à  
Jonas les 9  
et 10 juin  
2012



AG Codep 07 - 9/11/2012 - Rapport commission jeunes

# SEJOURS ET VOYAGES

Voyage itinérant  
les 7,8 et 9  
juillet 2012 dans  
les Cévennes  
Ardéchoise

24 enfants et 15  
adultes  
accompagn-



# VTT au féminin

- Groupe d'Aubenas de 34 femmes (24 à 56 ans)
  - Dont 4 nouvelles
- Un ou deux groupes en fonction des présentes
- Une sortie tous les 15 jours le dimanche matin (calendrier)
- Séjours/Stages :
  - Rencontre annuelle avec le club de Vallon
  - Stage de maniabilité
  - Week-end à Montselgues (2012) et le Lubéron (2013)



## Conclusion

- Véritable sujet de satisfaction : des adultes prennent des responsabilités dans les différentes structures
- La vitalité et l'avenir de nos clubs passent inévitablement par un public de jeunes que nous avons le devoir d'accueillir dans nos structures
  - N'oublions pas qu'ils entraînent avec eux souvent leurs parents.
- Ne cherchez pas ailleurs le dynamisme de certains de nos clubs, c'est j'en suis sûr, le sauvetage de notre belle et enrichissante discipline



# Merci de votre attention

André Vielfaure

# Rapport de la Commission Sécurité Santé

Assemblée générale du Codep 07

La Voulte

Vendredi 9 novembre 2012

Michel Chambonnet





# SOMMAIRE

1. Les actions du Comité avec la Fédération et la Ligue Rhône-Alpes
2. Les actions du Comité avec les clubs
3. Les actions du Comité avec le Conseil général
4. Les actions locales
5. L'accidentologie
6. Informations assurance
7. Conclusions

# 1- Actions du Comité avec la Fédération et la Ligue Rhône-Alpes

## Réunion de ligue le 1er juin 2012 à Chambéry

- Rappel du plan national vélo, fortement réduit début 2012 :
  - accroissement de 50 % de la contribution de l'état pour le développement du réseau véloroutes et voies vertes
  - mise en place du tourne à droite aux feux pour les cycles
- Exemple de réflexion sur le tourne à droite aux feux menée par la ville de Bourg en Bresse
- Rappel de la conférence santé organisée par la CODEP

# 1- Actions du Comite avec la Fédération et la Ligue Rhône-Alpes

**Réunion de ligue le 1er juin 2012 à Chambéry**

- Communication sur la sécurité proposée par la FFCT (affiches et panneaux)
- Proposition de journée formation-information (avec les délégués de clubs)
- Visite d'aménagements sur l'agglomération de Chambéry



## 2-Les actions du Comité avec les clubs



### Conférence santé le 22 avril 2012 à Guillerand-Granges

- Animée par le docteur François LE VAN, médecin responsable de la commission médicale à la FFCT
- Environ **80 participants** , 11 clubs Ardéchois, 3 Drômois
- Conférence particulièrement intéressante et riche en enseignements, citée en exemple au niveau fédéral et au niveau de la ligue
- Les documents présentés ont été diffusés à tous les clubs
- Un grand merci au club de Guillerand-Granges pour son accueil
- Avis des clubs pour les sujets à envisager pour 2013

## 2-Les actions du Comité avec les clubs

### Très bonne couverture par la presse ...

Le Dauphiné libéré - 28 avril 2012

#### ARDÈCHE/CYCLOTOURISME

### Un médecin fédéral dispense ses conseils

#### GUILHERAND-GRANGES

À destination de tous les pratiquants des clubs ardéchois, une conférence santé a été animée par le docteur François Levan, chargé de la commission médicale à la FFCT (fédération française de cyclotourisme). Devant plus de 80 licenciés attentifs, les exposés du médecin fédéral ont montré à la fois les nombreux avantages de la pratique sportive pour la santé, mais aussi quelques inconvénients. En effet, au-delà des risques inhérents à la chute, la pratique du vélo nécessite une bonne connaissance de ses capacités physiques, en particulier vis-à-vis des accidents cardiovasculaires qui représentent dans la pratique, plus de la moitié des décès de cyclotouristes selon les statistiques de la



les participants à la conférence attentifs aux débats CODEP 07

FFCT. Comme on fait réviser périodiquement sa voiture ou son vélo, il est recommandé également de procéder régulièrement à un examen médical. Basés essentiellement sur la prévention, les conseils ont porté aussi sur les cadences de la pratique, le dosage des efforts, la récupération,

tout cela modulé en fonction des aptitudes et de l'âge de chacun. Enfin, quelques indications sur la façon de boire et s'alimenter correctement en cours de longues randonnées puis des échanges avec les auditeurs ont permis de clôturer cette soirée.

La Tribune - 10 mai 2012

### CYCLOTOURISME Avec le comité Ardèche Zoom sur la santé

Dernièrement une conférence sur la santé a été organisée à Guillerand-Granges par le comité départemental de cyclotourisme et son président Jean-Marie Robert, avec l'aide précieuse des cyclotouristes Grangeois. Elle a été animée par le docteur François Levan, chargé de la commission médicale à la Fédération Française de Cyclotourisme (FFCT).

Plus de quatre-vingts licenciés ont été attentifs aux exposés du médecin fédéral. Au-delà des risques inhérents à la chute, la

pratique du vélo nécessite une bonne connaissance de ses capacités physiques, en particulier vis-à-vis des accidents cardiovasculaires qui représentent plus de la moitié des décès de cyclotouristes.

Basés essentiellement sur la prévention, les conseils ont porté aussi sur les cadences de la pratique, le dosage des efforts, la récupération... Enfin, il fut donné quelques indications sur la façon de boire et s'alimenter correctement en cours de longues randonnées.

## 3-Les actions avec le Conseil général de l'Ardèche

- **Réunions avec la direction des routes le 8/12/2011 et le 5/07/2012**
- Aménagement entrée de Vallon Pont d'Arc
- RD 104 secteur de Rosières
- RD 2 montée de Meysse
- Mise en place de signalétique « cycles » à Labégude
- Déviation de Davézieux
- Avancement de ViaRhôna
- Signalétique cols
-

## 3-Les actions avec le Conseil général de l'Ardèche

Inauguration du 1<sup>er</sup> tronçon de voie verte sur la communauté de communes Barrès-Coiron le 4 juillet



## 4 - Les actions locales

### Dans le cadre de la semaine de la sécurité routière

- Participation, le 18 septembre à Aubenas, au collège de Roqua, à une émission de radio sur INFO RC, radio en milieu scolaire
- Interview d'une demi-heure environ, par 2 élèves de classe de troisième en présence d'un assureur et d'un représentant des motards

Jeudi 27 septembre 2012 page 11

# INFO AUBENAS

## ÉDUCATION Info RC a consacré trois émissions

### Actions sur la sécurité routière

Info RC, radio en milieu scolaire, touche tous les établissements scolaires d'Aubenas et sa région, soit près de 8000 jeunes, pour un bassin d'audience de 80 000 personnes. Elle est animée par des élèves des écoles primaires, des collégiens et des lycéens, encadrés par une équipe de d'adultes, permanents, enseignants et bénévoles. Ses objectifs sont essentiellement pédagogiques, culturels et éducatifs avec cependant une priorité constante accordée à l'éducation à une citoyenneté active. Depuis longtemps, la radio s'est concentrée sur la prévention routière. Après de nombreuses observations émanant autant des équipes éducatives que de parents inquiets et de membres de la radio, il a semblé essentiel de mener cette action d'information et de prévention auprès des collégiens et lycéens.

Ces actions menées avec beaucoup de sérieux par l'équipe d'Info RC se sont toujours effectuées avec l'aide et les conseils précieux des organismes institutionnels et des spécialistes de la sécurité routière.

Cette année l'action s'est déroulée du 16 au 22 septembre et s'intitulait : "Auto, moto, vélo : je suis réglo !". Les thèmes abordés étaient les jeunes et la conduite ; deux-roues, la sécurité chez les jeunes ; alcool, stupéfiants et conduite ; la vitesse, première cause d'accidents sur la route. Trois émissions ont été consacrées au sujet.

Un concours en ligne a été mis en place sous forme de quiz ouvert aux élèves d'Aubenas du CM1 aux BTS. Il est ouvert jusqu'au 26 octobre.

**POUR EN SAVOIR PLUS**  
Toutes les émissions sont en écoute sur la page d'accueil, dans dossier du mois, sur [www.inforc.fr](http://www.inforc.fr)



Les intervenants de l'émission du 18 septembre interviewés par Cécile Vieffaure (3<sup>e</sup> collège Roqua) et Elsa Sartre (3<sup>e</sup> collège Roqua).

## 5-L'accidentologie

- **Déclaration d'accident à faire impérativement**
  - Pour les **statistiques d'accident**
  - Pour faire porter nos actions dans les domaines les plus sensibles
  - Même si les dommages sont faibles et si nos assurances fédérales n'ont pas à intervenir financièrement
- La **déclaration en ligne sur le site de la FFCT** permet de recenser tous les sinistres et d'avoir les informations sur les circonstances et les causes.
  - J'ai établi un document « comment établir une déclaration d'accident en ligne? », je le tiens à votre disposition
- Soyons vigilants, non seulement sur notre **comportement**, mais aussi sur notre obligation à signaler les **imperfections de la chaussée**
  - Utiliser la **fiche de « relevé des imperfections sur le réseau routier »** pour toute anomalie routière susceptible de causer un accident

## 6- Informations Assurance

- Faire remplir , dater et signer **OBLIGATOIREMENT** par chaque adhérent le document « *info-adhérents-clubs à signer 2013* »
- Conserver ce document au sein de votre club
  - en cas de sinistre, il pourra vous être réclamé afin de justifier que vos adhérents ont été informés de leurs possibilités de bénéficier d'assurances complémentaires en plus de leur formule d'assurance de base (MB, PB, PB+ ou GB).
- Ce document est accessible sur le site intranet GILDA (espace club, gestion documentaire, dossier affiliation/ré affiliation) de la FFCT

## 6 – Conclusion

- **Faites circuler les informations de la fédération ou de la ligue**
- Transmettez nous toutes les demandes, réflexions ou **propositions** pouvant émaner de vos membres afin que nos actions soient plus efficaces
- **Le comité** reste toujours à **votre disposition et à votre écoute**
- Enfin, le comité souhaite avoir rapidement vos avis sur les **thèmes à développer** lors de nos réunions sécurité-santé pour l'année **2013**



**Merci de votre attention**

Michel Chambonnet