



La Sacoche

n°84



Le voyage est fatal aux préjugés, à l'intolérance et à l'étroitesse d'esprit. Mark Twain

Quand la canicule sort le grand braquet !

Quand paraîtront ces lignes, les canicules qui ont sévi depuis la fin Juin ne seront qu'un mauvais souvenir. On notera les records du thermomètre, le Gard revendiquera ses 45,9 ° enregistrés. Mais malheureusement pendant cet épisode de surchauffe, des familles auront perdus leurs biens et d'autres des parents. Heureusement, nous sommes loin de l'hécatombe de 2003 grâce aux plans de prévention mis en place depuis.

Cette année, il ne fallait pas prendre à la légère le beau temps chaud au-dessus de la moyenne, propice à y laisser sa peau. Le premier risque, en restant longtemps au soleil sans protection un peu sérieuse était à tous les coups l'insolation. Ce n'est pas pour le folklore que les pêcheurs en mer portent chemise et couvre-chef, ne laissant que les avant-bras dégagés. Les victimes désignées sont les personnes âgées, les enfants, les travailleurs extérieurs..... et les cyclistes !

Appelé aussi hyperthermie, cet accident est dû à une élévation intense de la température au niveau de la tête et une mauvaise thermorégulation du corps. C'est-à-dire un dépassement des capacités de notre corps à évacuer la chaleur excédentaire ; il faut savoir que le cerveau n'y résiste pas!

A vélo, pour éviter ce qu'on appelle aussi le coup de pompe, il faut impérativement éviter de sortir aux heures les plus chaudes , boire peu mais souvent, et bannir les tenues noires. Parce que l'eau qui s'évapore au niveau de la peau refroidit le corps. Parce que le sombre absorbe plus le rayonnement du soleil que le blanc, qui le réfléchit. Il est bien préférable de randonner de très bonne heure à la fraîche , disons de 6 h à 9 h, laps de temps suffisant pour réaliser une belle sortie. Là aussi se rafraîchir la tête est recommandé. Eviter les grimpees en montagne en pleine journée, c'est le début de la sagesse. Ses cols, ses pentes , ses vues imprenables ne changeront pas de place, vous pourrez y revenir, pas de soucis.

Pour éviter une déshydratation rapide, on trouvera sur le marché des boissons énergétiques qui aident l'organisme à l'effort, chacun les consommant selon ses besoins et ses goûts. Mais il existe une astuce qui a fait ses preuves : mettre une pincée, un chouia de sel dans le bidon. Bien sûr pas jusqu'à être désagréable au goût mais qui retardera l'apparition du sel sur votre épiderme amené par votre sueur.

J'ai souvenir qu'en A.F.N., quand nous partions en opérations aux fins fonds de djebels inhospitaliers, l'intendance nous distribuait des cachets de sel à mettre dans nos bidons. En matière de références, s'il est une institution qui a quelque expérience en matière d'efforts prolongés en plein cagnard, c'est bien l'Armée.

La presse nous a informés du décès de deux cyclos, un dans le Vaucluse, l'autre participant à une célèbre cyclo sportive dans l'Ariège. Dans les deux cas la canicule serait la cause du malaise fatal, sans oublier celui d'un malheureux coureur alsacien. La Sacoche n'a pas vocation à stigmatiser qui que ce soit mais en alerte orange laisser partir des milliers de vélos dans des routes pentues nous semble pour le moins léger; certes annuler l'épreuve au dernier moment, c'est ruiner les efforts des organisateurs, tous bénévoles, c'est amener une très grande frustration pour les engagés, certains venus de loin.

Il faut reconnaître qu'une cyclo sportive n'a rien à voir avec une randonnée organisée par un club. La dimension est autre, chrono, ravitaillements, sponsors (à ne pas décevoir), classement, de fait c'est une course ; d'ailleurs le participant est prévenu des difficultés , à lui de prendre ses responsabilités quant au circuit choisi et à la météo.

....//....

Quand la canicule sort le grand braquet ! (suite)

Extraits du programme : les 28 km de la première montée depuis Foix longs et usants pour atteindre le Col de Péguère : « Normal » direz-vous « juste de quoi fatiguer les organismes, avant les attaques qui vont fuser dans le final !!! » Cela dit, mes amis, profitez bien du fond de vallée et de ses faux-plats pour vous ravitailler et vous concentrer sur ce qui vous attend...Tous ceux qui auront présumé de leurs forces dans les 85 à 90 premiers kilomètres, souffriront le martyre pour atteindre les 1517 m d'altitude du Port de Lers... Pour les autres, ce ne sera que de l'enchantement, tellement le paysage proposé par les montagnes d'Aulus est somptueux !!! Et que dire de ce Col d'Agnès : il est aussi dur qu'il est beau !!!

Là, camarade, soyons honnête, tu ne pars pas pour une balade de santé ! Mais si tu as la forme et des moyens physiques que tu crois idoines, pourquoi ne pas s'inscrire. Les circuits sont tellement beaux. Mais, le nombre (5000 !) incite avec le classement à se surpasser et c'est bien là le risque de surchauffe. Cette fois, finies les ambitions de chrono, la fournaise (35°) a obligé l'organisation à stopper l'épreuve après de nombreux malaises, une chute sévère et malheureusement un décès. Force reste à notre biologie de Mammifère bipède!

Aimer son sport, vouloir garder la forme, aimer se surpasser, c'est super. Mais aimer la vie et jouer les prolongations, si possible en roulant à sa main, c'est bien aussi.

La montée brutale du thermomètre a fait des dégâts mais nous sommes loin des presque 20.000 décès comptabilisés en 2003. Chaleur qui avait duré presque deux mois et demi avec un pic début Août.

Cette année-là, la Semaine Fédérale FFCT se tenait à Aurillac. Il y eu quelques inquiétudes le dimanche dans l'organisation pendant l'ouverture de la fête. Des cyclos étaient signalés sur la route vers St Flour victimes de coups de chaleur. Tout finalement est rentré dans l'ordre, hommes et vélos ont regagné leur base. Les points de ravitaillement, les fontaines, furent prises d'assaut et le public ravi de notre venue nous arrosa et ravitailla abondamment en liquide. Il a fait très chaud, la majorité partait aux aurores afin d'être rentrés à midi. Comme il n'y avait pas de rivalités, de classements, de chrono, les gens ont monté les bosses à leur main ou à pied et tant bien que mal ont fini leur circuit. La quête de l'ombre était permanente, les bistrots ouverts ont bien travaillé, la chasse à la canette était devenu une constante. Des petits malins montèrent des buvettes en ballots de paille dans leurs champs car en Auvergne les affaires on connaît ! Dans une rue pentue, aux abords de la capitale du parapluie (en vacance !) le goudron avait fondu sur toute la largeur et quelques uns ou unes se sont retrouvés en mauvaise posture barbouillés de noir. Dans l'ensemble tout c'est bien passé, pas d'incidents majeurs, le défilé de clôture fut au top, Patrick Sébastien en profita pour fêter en musique son cinquantenaire et les habitants étaient tristes de nous voir partir. Because le festival qui suivait, drainant régulièrement une faune de supporters marginaux. Nous en avons croisé quelques échantillons croquignolet, du genre anars en goguette, redoutant la douche, ennemi du peigne et du travail, déambulant avec un rat en guise d'épaulettes.

En résumé, pour toutes activités au dehors en période estivale c'est le bon sens qui doit prévaloir. Le sage a dit : *"qui veut voyager loin ménage sa monture"* ; en l'occurrence pour nous, c'est le cavalier qui prime.

Jean-Claude MARTIN
Juillet 2019

Quelques précisions

Un adulte produit environ un demi litre à un litre de sueur par jour grâce à ses trois millions de glandes sudoripares mais un adulte dans certaines circonstances particulières (forte chaleur, activité physique intense), peut en produire jusqu'à 3 litres. On parle de "régulation thermique".

La transpiration est un phénomène physiologique et naturel indispensable à l'organisme pour lui assurer cette régulation, l'élimination des déchets métaboliques mais aussi pour nous assurer une protection par l'hydratation de la peau et son rôle de barrière immunologique.

La chaleur de vaporisation est l'énergie nécessaire pour vaporiser 1 g d'eau; elle varie en fonction de la température de l'eau qui s'évapore : de 2 257 kJ/kg à 100°C, la chaleur de vaporisation est de 2 454 kJ/kg à 20°C et de 2 501 kJ/kg à 0°C .

Nous sommes des Mammifères. Notre température centrale ne doit pas s'écarter du créneau 37° /37,5°. Dans un environnement changeant, ce qui est la règle, nous avons les moyens de nous adapter, c'est prodigieux. Notre cerveau, qui contrôle TOUT, ne supporte pas les dérèglements thermiques. Conclusion: monter le Ventoux ou tout autre col difficile en plein cagnard par 38° à l'ombre est tout simplement suicidaire !

Notre organisme est capable de réduire sa production d'énergie interne en cas de besoin ; c'est pourquoi le cassoulet et la choucroute garnie ne sont pas vraiment des plats d'été ; l'alcool non plus, car ce produit inutile doit être dégradé et cela produit de la chaleur, elle aussi inutile et superflue.

En cas d'effort physique, nous « brûlons » du glucose, avec un rendement qui n'est pas de 100% ; donc nous produisons de la chaleur, qu'il faut éliminer. C'est banal, l'effort physique nous réchauffe. Tant que nous réussissons à préserver l'équilibre thermique du corps, nous pouvons traverser le Sahara. Les ennuis commencent quand la chaleur produite n'est pas suffisamment dispersée et que la température centrale augmente, et notamment dans le cerveau : malaise, éblouissement, vertige, perte de conscience.....et chute ! Avec hélas la mort possible au-delà d'un certain seuil.

<https://www.doctipharma.fr/conseils-de-pharmacien/article/transpiration-excessive-comment-la-prevenir-comment-la-soigner>



Tout un programme - envoi de Louis Ait-Mouhoub - Alès

Le coeur a ses raisons.....



Aubussargues

Un cycliste succombe

Un homme de 42 ans est décédé d'un arrêt cardiaque lors d'une sortie à vélo en groupe, samedi matin, sur la route départementale 136, entre Aubussargues et Serviers-Labaume. L'alerte a été donnée à 9 h 50. Les témoins du malaise ont été les premiers à réaliser un massage cardiaque sur la victime, avant l'arrivée des sapeurs-pompiers d'Uzès, renforcés par un médecin-pompier et l'hélicoptère du Samu. Malgré les soins prodigués, le cycliste est décédé sur place. La gendarmerie et le maire d'Aubussargues se sont rendus sur les lieux.

Montaren

Un cycliste sauvé in extremis

Vendredi matin, un cycliste de 50 ans a été victime d'un grave malaise cardiaque à Montaren, sur le chemin du Mas de Pascal. Heureusement, les pompiers sont intervenus rapidement et grâce à leurs soins de réanimation, ont permis à l'homme de retrouver une activité cardiaque. Le cycliste a ensuite été transporté par l'hélicoptère du Samu au centre hospitalier Lapeyronie, à Montpellier, dans un état grave.

Le saviez-vous ? Nous mourrons tous un jour d'un arrêt du cœur.....

OK, c'est la vie, ce qui en fait le prix et le charme . Mais on n'est pas obligés d'accélérer le processus !

Amis cyclos, prenez connaissance des deux entrefilets ci-contre, découpés par tonton Sacoche dans la rubrique FAITS DIVERS du Midi Libre du 21 avril. La mort subite, brutale, et en plus à vélo ! Et Tonton de rajouter qu'un cycliste de 45 ans est mort de la même façon à St Mamert deux mois plus tôt.

Ce n'est donc pas une nouveauté; et ce n'est pas une spécialité méridionale ; je suis certain que des exemples similaires existent dans tous les départements de l'Hexagone. Ça fait du monde!

La Sacoche s'est déjà penchée sérieusement sur ce problème, car ç'en est un, de la mort prématurée par négligence du cœur. Nous estimons faire œuvre utile en republiant *in extenso* les quatre chroniques déjà parues, en espérant que cela contribue à améliorer les statistiques.

Bonnes lectures !

Et ne manquez pas d'en faire profiter les copains ! Surtout les fringants adeptes de la moyenne soutenue et des côtes franchies à l'arraché.

Marcel VAILLAUD

La Sacoche n° 40 - Le coeur à l'ouvrage

La Sacoche n° 53- A votre bon coeur

*La Sacoche n° 65 - C'est l'histoire d'un mec
- Une affaire de coeur*

La Sacoche n° 72 - A votre bon coeur (2)

Extrait

L'avis de mon cardiologue

"Ce n'est pas le vélo qui provoque l'accident cardiaque mais un manque de vigilance du cycliste.

Il faut écouter son corps. Notamment à partir de 50 ans "

Signaux d'alerte devant conduire à consulter sans délai un cardiologue:

- essoufflement anormal dans un effort même modéré
- douleur dans la poitrine, précise ou diffuse
- sensation de fatigue anormale, de malaise.

Attention à l'effet de groupe, qui incite à s'accrocher pour suivre les meilleurs ! Ces meilleurs ont toujours la possibilité d'attendre leurs copains. Le vieillissement n'épargne personne, il est dans l'ordre des choses , les palliatifs (comme le VAE) valent mieux que l'obstination à nier l'évidence. Pratiquer un test d'effort tous les 18 mois à deux ans permet d'objectiver les problèmes s'il y en a sous roche (et en milieu hospitalier !)

La Sacoche a suivi la première édition du Véloshow

A la réflexion, pour une première édition, ce fut une belle réussite.

L'Association *Criatura* basée dans la bonne ville rhodanienne de Bagnols/Cèze s'est beaucoup investie dans le projet; le succès fut au rendez-vous. D'abord le ciel pas très catholique pour ces Pâques 2019 retint ses vannes, laissant échapper quelques gouttelettes pour la sortie du Dimanche. Toutes Presses locales confondues, il s'est proclamé que la promenade fut "top": le parcours, l'ambiance familiale, les musiciens en forme, pas de problèmes majeurs lors de l'expédition. En soirée le concert obtint un joli succès.

Il faut dire que le concept de la rencontre des mondes du vélo et de la musique ne manque pas d'originalité surtout si parmi les rouleurs vous intégrez en vedette Sansévérino et ses musiciens, tous fans de deux roues. Le lendemain rebelote, mais pour un parcours assez long (60 km) au départ de Sommières la Médiévale pour rallier le célèbre Aqueduc du Pont du Gard. Dès le départ de la randonnée, baptisée *La Guibole*, la cinquantaine de présents a vite compris que l'ambiance serait joyeuse; la locomotive du jour, Sansévérino, vedette qui ne se la pète pas, n'arrêta pas un seul instant de faire le pitre; sans cesse zigzaguant devant, revenant au gré des ronds points par les côtés, interpellant avec gouaille les malheureux automobilistes que nous bloquions aux carrefours. En voilà un qui n'engendre pas la mélancolie! La vraie revanche pacifique du vélo sur l'auto!

Belle cohorte hétéroclite où se côtoyaient les représentants des diverses tendances cyclistes. Cela allait du cyclo-campeur et son barda aux fins coursiers en passant par de sympathiques tandémistes qu'accompagnaient des randonneurs confirmés. Une véritable auberge espagnole rassemblant des amoureux de la pédalée dont certains, fans des artistes, étaient venus par sympathie et de fort loin.

La première partie du trajet s'effectua par une voie verte où la cohorte bigarrée ne passa pas inaperçue; certains promeneurs affichaient clairement leurs craintes en nous voyant débouler rigolards en rangs serrés. Une fois de plus, on a pu constater que la Voie Verte est un beau concept pour cheminer peinard à condition que chacun respecte l'autre! Il n'est pas toujours facile de faire cohabiter la maman et sa progéniture fantasque avec le roller zigzaguant que croisent les possesseurs de clebs en liberté.

Le tableau serait incomplet si on ne signalait pas la présence de piétons se croyant seuls au monde qui se rangent en maugréant quand un deux roues se pointe. Certains cyclistes se croyant en course il faut le dire, ne sont pas toujours des exemples de courtoisie. Mais en ce jour, un joyeux groupe pourtant important, respectant les consignes de prudence, prouva qu'on peut cheminer sans difficultés majeures.

La traversée de Nîmes la Romaine se fit sans encombre sous l'œil amusé des touristes, intrigués par le passage impromptu de cette cohorte roulante bariolée à souhait. On a même eu droit à quelques applaudissements ponctués de joyeux vivas, inutile de préciser que la présence active de notre trublion patenté n'était pas étrangère à ces manifestations de sympathie.

Bien guidés par les dévoués rouleurs de l'Association des Amis du Pont du Gard, c'est par les contournements des villages rencontrés, évitant la nationale chargée, que nous sommes arrivés à destination. Seul un petit accrochage sans trop de gravité mit à terre et au fossé un participant; un mauvais esprit me souffla que la victime étant l'accordéoniste du groupe, c'est lui qui a payé.....la note... En soirée, il assura bravement sa prestation pendant le concert.

A 15 h précises commença réellement le morceau de bravoure de l'expédition. La vedette du jour en tête avec sa chanteuse, son manager, ses musiciens furent invités à nous ouvrir la route, nous les figurants du cortège, pour une arrivée qui se voulait roulante et triomphale.

Et l'entreprise ne fut pas triste. Il faut savoir que le célèbre site était ouvert gratuitement ce jour, que la population était invitée à venir pique-niquer, que se tenait un beau marché de produits locaux et que l'affluence des touristes était au top. Il faut imaginer l'embarras provoqué par notre intrusion dans ce monde piétonnier pas du tout averti de notre venue.

Pour couronner le tout, une fanfare donnait simultanément aubade pour nous accueillir au bout du pont. Ce fut un pied à terre prudent et général. Et toute cette foule hétéroclite se mélangea sans heurts, dûment canalisée par la sécurité, et tout finit devant le podium où se tint le concert prévu.

Un constat: contrairement à certaines assertions, les vélos et les piétons font bon ménage quand ils se respectent et il n'y a pas eu d'accrochages ni physiques, ni verbaux. Une chose est certaine, c'est que les touristes présents se souviendront de la venue de ces grands vieux gamins de cyclistes rigolards.

Cette manifestation musico sportive fut l'occasion de partager de sympathiques rencontres. Avec bien sûr les artistes, mais aussi Eric, rouleur au long court venu de l'île d'Oléron, les fondateurs de la revue le 200, des inconnus fans de la vedette du jour.

Merci à Charlotte de l'Association *Criatura*, à qui je laisse le mot de la fin:

"Maintenant qu'on a planté la graine on va en prendre soin!"

La Sacoche s'associe pleinement à cette ambition qui est une manière de propagande originale pour la pratique du vélo.

Tonton Sacoche.

En marge du Véloshow 2019.



Comme il est développé dans l'article précédent la randonnée dite de La guibole, Sommières - le Pont du Gard fut hautement folklorique. Mais pas seulement, ce fut aussi l'occasion d'échanges et d'approches amicales intéressantes. La première, ce fut la rencontre avec Stéphane Sanseverino, un type très avenant, toujours amateur de bons mots. Auteur, compositeur, chanteur, grand voyageur, invité de par le monde sur des scènes renommées, il pourrait rouler des mécaniques. Il n'en est rien. Son dada, qu'il a sur et dans la peau, c'est rouler, surtout avec les copains, à vélo.

Autre fan de la bécane approché, Didier Wampas, lui aussi compositeur, chanteur, pratiquant une musique à son image le Rock

Homme entier brut de décoffrage, trente ans électricien à la RATP et pas une once de promotion ! Sûr que la hiérarchie n'avait pas besoin de lui chercher des noises...Maintenant à la retraite, il s'adonne pleinement à sa musique et à son sport favori, le vélo. Pour ce faire, il arbore un maillot où il est écrit en toute simplicité : Wampas c'est le roi ! C'est le titre d'une de ses chansons qu'il interprète avec fougue sur scène. Finalement ce rebelle au franc parler est un poète plein de sensibilité. Le voir à travers ses vidéos vous le fera mieux apprécier, surtout ses rencontres avec la presse, radio ou télé.



Vu à l'œuvre le régisseur des musiciens, Ulysse Fellous, le catogan en bataille, ordonnant, plaçant, rugissant, interpellant, encourageant, recadrant, le portable vissé à l'oreille, s'agitant efficacement et justifiant pleinement son surnom de l'Abeille !



Au départ, un brin de causette avec Alain Puisieux, un des pères fondateurs de la revue trimestrielle le 200. Leur crédo : ce qu'un cycliste débutant peut parcourir en une journée c'est déjà un premier voyage : on part le matin, on arrive le soir, le paysage a changé, notre état émotionnel a changé, les couleurs ont changé. A notre avis le débutant doit avoir un bon minimum d'entraînement. Sinon il pose sa bécane et va se baigner, dégouté, son fondement et les mollets raidis.



Il y avait aussi dans la cohorte, un couple de baladins de rue très sympas, qui se faisaient remarquer par les cerceaux dépassant de leur paquetage.

Dans le défilé triomphal, il y eut même un faux Mr le Maire haut en couleur et pas muet pour deux ronds (page suivante).

A l'arrivée une joyeuse bande de "musicos" nous donna l'aubade, régaland le public en attendant le concert donné par la vedette du jour.

.....//.....

En marge du Véloshow (suite)



Autre rencontre, celle d'un randonneur au long cours, Didier venu d'Oléron avec armes et bagages ; après l'intermède du Véloshow il continuait son voyage vers la Côte d'Azur. Son désir premier était de trouver un coin peinard sur le site pour camper et de se réveiller plein d'admiration face au monumental Aqueduc. Son prochain projet de voyage cycliste, voir les camps où son résistant de père fut interné en Europe. Une super intention.

Pour converser, nous avons stationné nos engins, bloqués par un système original qui ,d'une vulgaire barrière de rue, fit un solide porte-vélo. Rien moins qu'un bâton dans les roues !!! (voir flèche rouge) . En principe cette appellation signifie un empêchement malveillant. Là, pour le coup, il s'agit bien d'une géniale invention, le mot n'est pas trop fort. Les organisateurs de randos, de rassemblements où la venue de cyclistes est attendue



feraient bien de s'en inspirer ; il suffit de quelques bouts de bois suspendus entre les barreaux de la barrière et le tour est joué. Un rack temporaire pas cher est né. Il accepte tous types de cycles et l'on voit sur la photo que le dérailleur est protégé. Chacun le sécurise par son propre cadenas .Fin de la manif, on détache les ficelles on range le tout. On n'a pas su qui était l'inventeur de la chose mais chapeau bas devant cette invention légère, pratique et peu coûteuse.

Voilà quelques potins récoltés lors de cette superbe journée Pascale en pays Gardois.

Jean-Claude MARTIN



La Page Nature

.....aux champignons

Dans nos bois et nos campagnes, quand ce n'est pas simplement dans nos jardins, le mois de septembre inaugure la saison des champignons! Quant à les identifier, ce n'est pas en général une mince affaire ; la diversité de ce groupe botanique est immense ; il est vrai que certaines espèces sont communément connues, comme les cèpes, les girolles, les trompettes de la mort...Mais la majorité est affaire de spécialistes et/ou de passionnés.

Ce qu'on appelle communément un « champignon » n'est en réalité que la partie émergée de l'iceberg, la fructification, ou carpophore. Un champignon dans la nature est invisible, c'est un mycelium, à savoir un enchevêtrement de filaments qui se développe dans le sol, dans la litière forestière, bien à l'abri de la lumière.

Comme tous les êtres vivants, un champignon se reproduit ; en l'occurrence il produit des spores, par milliers, par millions ! Et pour ce faire sort de terre cet organe spécifique appelé « carpophore ».

Le carpophore permet de déterminer l'espèce, de discriminer celles qu'on peut déguster en fricassée comme les cèpes de celles qu'il faut soigneusement éviter de consommer comme les amanites phalloïdes malgré leur aspect sympathique ! Les spores se forment sur ou dans des structures diverses et variées du carpophore.

Tout un chacun a vu un champignon de Paris, *Agaricus bisporus*; sous le chapeau blanc il y a des lamelles rayonnantes de couleur beige, les spores se forment à ce niveau.

Quand vous plongerez dans un guide des champignons pour mettre des noms sur vos récoltes, la présence du chapeau avec des lamelles sera un premier critère de sélection. Sous le chapeau d'un cèpe (*Boletus edulis*), on a une sorte d'éponge formée de tubes bien serrés. Si au lieu de ça on voit des aiguillons, ce sera un Hydne. Quant à ces petits nids d'oiseau joliment espacés sur un bois mort, c'est un *Cyathus*. La liste est longue.....

Pour l'amateur rien ne vaut un bon guide qui va vous prendre par la main dans vos observations, des plus générales aux plus fines, vous faisant appréhender la richesse du groupe. Il vous donnera en outre de précieuses indications sur la comestibilité si vous êtes "mycophage". Le monde des champignons ne manque pas de poisons et mieux vaut ne pas se fier à l'apparence !



girolles



Geaster



Cyathus hirsutus



Bolet rose et jaune



Vesce de loup
=Lycoperdon



Coprin

Clavaire



Marcel VAILLAUD

Trémelle



photos de
l'auteur

Le Tour de France et le Pont du Gard.



Inutile de rappeler à nos lecteurs la venue et l'occupation pendant trois jours du caravansérail qu'est la caravane du Tour autour de la capitale gardoise.

Notre cher Pont du Gard (cher dans tous les sens du terme), fut tout particulièrement à l'honneur et les télés du monde entier ne se privèrent pas d'en montrer l'image.

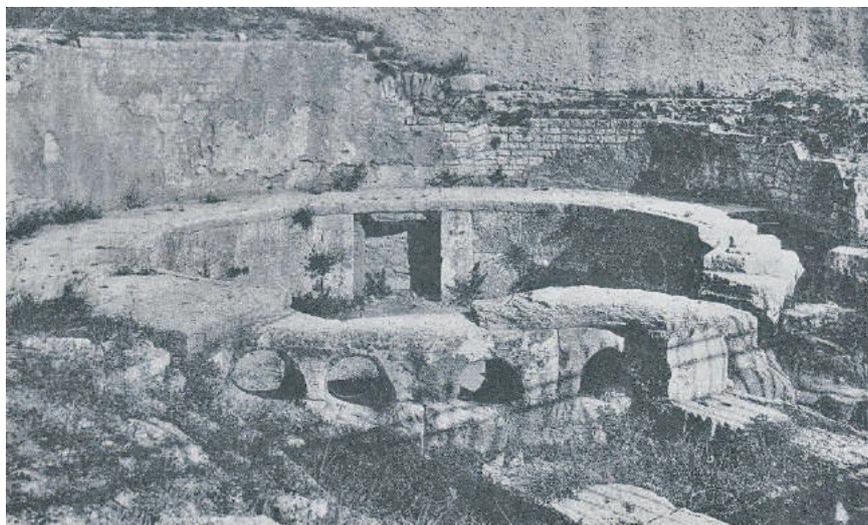
Cependant on regrettera que le tablier où nous posons nos semelles et parfois nos roues quand on ne nous l'interdit pas sans vergogne, à nous paisibles cyclistes promeneurs, ne soit pas appelé du nom de son génial concepteur, le dénommé Henri Pitot de Launay.

Né en 1695 à Aramon (Gard) après des études de mathématiques, il s'intéressera à la construction, au renforcement de digues, de l'amenée de l'eau à Montpellier par un aqueduc de 800 m encore visible qui fait la fierté de la ville : Les Arceaux.

Il va diriger la construction du pont accolé au monument érigé par les Romains sur lequel nous circulons aujourd'hui. Sauvante ainsi l'édifice millénaire mis en danger de destruction par les profondes entailles faites dans ses piliers pour permettre la traversée des charrois.

Il s'intéressera aux problèmes de fluides, notamment à l'écoulement de l'eau dans les rivières et découvrira que beaucoup de théories de son époque sont infondées. Il inventa ainsi un instrument destiné à la mesure de la vitesse des fluides connu aujourd'hui sous le nom de tube de Pitot . Il est employé de nos jours, notamment en anémométrie ; On écoute !!! Le tube de Pitot permet de mesurer la différence entre la pression totale et la pression statique d'un fluide en mouvement, différence qui est la pression dynamique et qui est proportionnelle au carré de la vitesse de l'écoulement. Cette relation a été découverte intuitivement par Henri Pitot en 1732, quand on lui a confié la tâche de mesurer l'écoulement de la Seine. Assurément notre gardois méritait un peu plus de reconnaissance posthume

....//.....

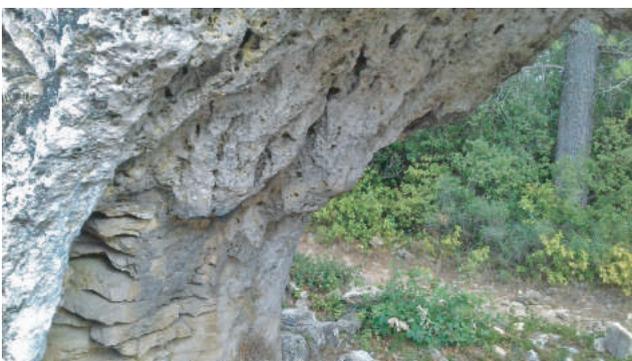


Le Castellum divisorium à Nîmes

Le Tour de France et le Pont du Gard (suite).



concrétions calcaires dues à des fuites et des prélèvements sauvages par piquages des agriculteurs au fil du temps



Sur le chemin des vestiges....

Dans le secteur du pont du Gard , il y a aussi, cachés dans la garrigue, les restes en amont, de la conduite amenant l'eau à Nîmes. Pour trouver ces vestiges, il faut s'engager vers le village voisin de Vers (d112) , tourner à droite dès le franchissement de l'ancienne voie ferrée et monter une centaine de mètres en sous-bois. Là, vous commencez à voir des vestiges de la conduite, longue de 50 km. La source est au pied d'Uzès dans la vallée de l'Eure; l'eau arrive à Nîmes la Romaine au lieu dit le Castellum Divisorium , rue de la Lampèze. Au niveau du pont du Gard, le canal sommital du pont est aujourd'hui visible..... mais accompagné d'un ou d'une guide moyennant finance !! Le Castellum comprend un bassin circulaire de près de six mètres de diamètre qui était à l'origine couvert et dix ouvertures d'un diamètre de 40 cm ; l'eau arrivait par le canal de section rectangulaire et elle était distribuée dans les différents quartiers de Nemausus grâce à 10 tuyaux en plomb partant des 10 ouvertures. Au fond du bassin, 3 autres ouvertures permettaient de le vidanger.

Que ces quelques lignes vous invitent à ne plus voir le magnifique aqueduc pour lui-même mais comme un système d'amenée de l'eau d'une modeste source à la capitale gardoise. Un vrai travail de...Romains.

En s'informant on peut trouver sur le tracé de l'ouvrage de nombreux vestiges ayant échappé au vandalisme . Au cours des siècles , on a prélevé les pierres taillées pour bâtir des églises, des maisons et servir de soutènement pour les rives des champs.

En un mot l'ouvrage était devenu une carrière à ciel ouvert !

Johannes Claudius Martinosus

Arrêt sur image.....

Le viaduc de la Récoumène

Une histoire pas banale, celle du viaduc de La Récoumène, près de Monastier-sur-Gazeille. Quand venant du périmètre du Mézenc, paradis du cyclo en mal de nature sauvage, on le découvre barrant l'horizon, on sent de suite qu'il est exceptionnel. Et il l'est.



D'abord par son élégance vertigineuse et la finesse de ses huit arches ; il fait 65,6m de haut et franchit la Gazeille, petit affluent de la Loire.

Le viaduc est construit en basalte, la roche du pays qui nous rappelle que cette région fut volcanique il y a 7 millions d'années (La Sacoche n° 68-volcanisme) .Roche homogène, à grain très fin (c'était une lave), dure et dense. D'une longueur de 270m , en courbe et légère déclivité, c'est un chef-d'œuvre d'ingénierie ferroviaire qui faillit être terminé en 1925, maillon important de la « transcévenole ». Sauf que c'est cette année-là que l'on stoppa le projet ! Du coup le viaduc devint inutile.

Je cite Auguste Jouret qui a participé à la construction du viaduc au début de sa carrière d'ingénieur : « *Le viaduc de Recoumène est l'ultime morceau de bravoure de ce temps. Plaqué sur un paysage sévère, il s'offre dans son élégance racée et froide, hommage gratuit en effet car, authentique œuvre d'art, il ne sert finalement qu'à être regardé* ».

En 1989 il fut classé monument historique, maigre consolation.

Le viaduc sert de nos jours aux randonnées pédestres, équestres , VTT....et sauts à l'élastique. C'est ce qu'on pourrait appeler une reconversion.

Marcel VAILLAUD



Près d'Alzon sur la D999 qui rejoint Le Vigan, et Nîmes au-delà, un autre chef d'oeuvre, et il n'est pas le seul dans cette région causses-cévennes.....

photos de l'auteur

Le Mini-vélo nouveau serait-il arrivé ?

J'ai vu dans le bon site Gravillon une publicité pour la mise au point d'un nouveau cycle par un créateur haut de gamme basé en Angleterre. A l'allure de l'engin je me suis dit « *cette coupe tu l'as vue à quelque part* ». Le temps de me remémorer le lieu, je poursuivis la lecture de l'article.

Là j'avoue que cette approche moderne de la publicité m'a pour le moins surpris encore que.....Je laisse au lecteur le soin de se faire une opinion. Mais ce qui suit est pour le moins étonnant, frôlant presque le ridicule.

Lignes qui accompagnent la photo ci-dessous.

Darron Coppin et son équipe de Sven Cycles ont la capacité extraordinaire de résoudre des problèmes de conception qui rendraient dingues la plupart des constructeurs de vélos. Qu'il s'agisse de créer un vélo d'exploration pour un Chef, un trike de voyage pour une personne handicapée ou un vélo électrique aux lignes superbes. Darron a longtemps été obsédé par le format du mini-vélo et voici le résultat : peut-être la plus belle réalisation que vous aurez l'occasion de rencontrer. Ce modèle est toujours un prototype destiné à son usage personnel, cependant il ne cesse chaque jour de l'améliorer et de le tester.



Sans être un génie, pour améliorer cette petite merveille et attendu que son pays de naissance, la Grande Bretagne, est notoirement pluvieux, nous l'équiperions de garde-boue légers. Pour compenser le poids nous réduirions le pédalier de 52 dents à 40 ce qui aurait l'avantage d'avoir moins de couronnes derrière, 8 au lieu de 10. Comme le dérailleur est bas, nous lui mettrions une protection métallique afin de le protéger des chocs. Quant aux manivelles, bien que le boîtier soit rehaussé, nous chercherions des manivelles plus courtes. Mais dans les tournants malheur aux distraits qui oublieraient de remonter les pédales ! L'éclairage (obligatoire) ne nous semblerait pas superflu !

Et puis Euréka ! Me revint en mémoire qui chevauchait un vélo semblable. Il me suffisait de retrouver dans le bouquin consacré à Vélocio, écrit par l'érudit Raymond Henry, son descriptif (p. 327) et les photos (pp 338 et 382)

.....//.....

Le Mini-vélo nouveau serait-il arrivé ? (suite)



Vélocio pose au pied des Alpilles avec son n° 5, un vrai «carrosse de gala». 1905. Collections du musée d'Art et d'Industrie de Saint-Étienne.

Force est de reconnaître qu'à part le guidon, pardon le cintre ! , la coupe générale est fort ressemblante.

Son nom, le 5, chiffre de classement des vélos créés et utilisés par le Maître Stéphanois. Le n° 5 construit en 1905 est le descendant d'un prototype créé quelques années avant sur la base de roues de 50 cm. C'est donc bien un des ancêtres du Mini-Vélo , qui revient de temps en temps à la mode.

Il est certain que les matériaux se sont allégés, le freinage est plus performant, les vitesses plus nombreuses et leur fonctionnement plus facile. Il faut souligner le sérieux et la finition des soudures, c'est de la belle ouvrage. Le sac dans le cadre est une super astuce ; quant à la sacoche avant on remarquera son beau volume ; mais là, l'aérodynamisme est aux abonnés absents !

C'est un cycle polyvalent facile à manier avec lequel on peut faire du cyclotourisme pépère. Pour un Pâques en Provence , Vélocio sur le sien avait fait un St-Etienne - les Alpilles. En ville il sera bien utile pour les livraisons dans les rues tortueuses aux accès et aux stationnements difficiles. A moins comme beaucoup de nouveautés, qu'il ne reste en l'état de prototype.

Jean-Claude MARTIN

Sources : Site web : gravillon.net - Pierre Labardant.

Livre : Vélocio - par Raymond Henry - Ed : Musée d'art et d'industrie



Un panneau qui interpelle!

Silence dans le peloton !!
Arrêtez vos grivoiseries !
Tonton explique:

"Ce nom est celui d'une localité du département du Puy de Dôme, il indique l'origine familiale son étymologie provient de l'occitan chaix qui signifie : la dent, et par extension la pointe / l'endroit couvert de pierres pointues- du prélatin karr."

Quand le luxe s'intéresse au vélo et qu'il est en couverture d'un prestigieux magazine, on ne peut que se réjouir de cette exposition.

Le seul petit hic réside dans le prix de ce coursier aux lignes dépouillées ; c'est qu'il ne faut pas l'être (fauché) pour l'acquérir ! Son nom de baptême ? **Le Flâneur sportif**. Tout un programme !

Il est conçu pour foncer et pas baguenauder en costard avec son pignon fixe. La Sacoche dans son N°71 en page 10 l'avait passé au crible et donnait une idée de prix pour son achat : 8.000 € !

Maintenant ,si dans la « haute » on déclare que le vélo c'est chic, cette reconnaissance ne peut que nous réjouir. Nous suggérons que ce biclou aux lignes épurées soit élevé au rang d'œuvre d'art et qu'il trône dans quelque salon au design contemporain.

Sa première utilité sera d'éviter à son acquéreur un gadin en ville car d'expérience il n'a pas vocation à être chevauché par un néophyte ,même friqué.
Si Tonton Sacoche le dit, ça doit être vrai !



...du coin de l'œil.....

le portail du cheminot

