

N° 145

Bulletin Cœur & Vélo
Janvier - Février - Mars 2021



*« Ceux qui font du vélo savent que dans la
vie rien n'est jamais plat » René Fallet*



Sommaire	page 1
Les vœux du président de l'amicale	page 2
Les vœux de la présidente de FF VELO	page 3
Un duo pour la rédaction cœur & vélo	page 4
Témoignages Nadou Lahaye	page 5
Témoignages Bernard Kaufeler	page 6
Dans le rétroviseur	page 8
Histoire dans la Yaute	page 9
Ils nous soutiennent	page 13
Santé	page 14
Sécurité	page 15
Les séjours 2021	page 16
Culture ACC 2.0	page 20
Assemblée générale 2021 en Saône & Loire	page 21
Adhésions 2021	page 23
Les nouveaux adhérents	page 26
La Bourgogne Franche-Comté	page 27
Nos participations	page 28
Les Boucles de l'Espoir	page 29
Dans nos cœurs	page 30
Le comité de direction	page 31
A bientôt	page 32



Chers Amis, Chers AMICALISTES

L'an 2020 va fermer ses portes... Une année nouvelle va s'ouvrir à nous. Douze nouveaux mois à partager ensemble.

Par ce message, je veux présenter mes vœux de Bonne Année 2021 à tous les AMICALISTES. Je souhaite à chacune et chacun d'entre vous bonheur, santé, bonheur familiale et associative.

Les fêtes de fin année, Noël et le réveillon de la Saint Sylvestre (31 décembre), sont des douceurs qui nous rappellent qu'il nous faut garder que les meilleurs de nos souvenirs. Chaque année a sa part de bonheur, de joie, comme la semaine nationale des Cyclos Cardiaques de Damvix en Vendée, mais aussi de tensions, et de drames, comme les décès de Joël, Maurice, Laurent, Jean-Pierre, Michel, ... Ainsi va la vie associative aussi...

Cette année 2020, j'ai vécu avec vous un moment intense et chaleureux à Damvix. D'autres ont été un peu plus difficiles... mais en cette fin d'année quand je fais le bilan des douze derniers mois, je me sens heureux et plein de joie d'être à vos côtés dans une aventure aussi belle et chaleureuse.

Je ne vais, bien sûr, pas vous décrire le bilan, qui serait un trop long discours pour des vœux de Bonne Année 2021 ... Non, je veux simplement, chers Amis, vous rappeler mon respect et mon estime. Collaborer avec vous est un plaisir quotidien... Œuvrer avec une belle équipe est une fierté pour moi !!!

Alors encore une fois, laissez-moi vous présenter mes vœux associatifs de Bonne Année 2021. Que l'an Deux Mille Vingt et Un soit, pour nous, fait de réussite au niveau associatif, familiale et personnel.

Que l'année Deux Mille Vingt et Un soit pour notre Association une année prospère dont chacun soit fier.

Bonne Année dans la joie et le respect de chacun...

Que l'année 2021 réalise tous nos vœux associatifs et qu'elle protège nos familles, et amis.

Bonne Année 2021 de la part de votre président.





En cette année si particulière pour nous tous, l'activité physique a souvent été au cœur de nos discussions. Nous nous sommes sentis brimés car privés un moment de notre activité préférée et nous savons tous que le maintien de notre santé passe par une continuité de l'activité. Il serait cependant malvenu de trop pleurer sur notre sort, quand on sait que certains de nos camarades ont été ou sont encore gravement malades.

Les actions de prévention menées par la Confrérie des cyclo-cardiaques sont aujourd'hui reconnues. Au-delà, les rencontres et séjours sont la preuve vivante du bienfait de notre activité tant sur le plan de la santé que sur le plan psychique. Quand on est triste, ne dit-on pas qu'on a le « cœur serré » ?

D'ailleurs, si la médecine s'intéresse aux fonctions cardiaques, le commun des mortels opère lui un transfert du cerveau vers le cœur et en fait le siège des sentiments : on a bon cœur, un cœur en or, sur la main, le cœur triste, lourd ou léger, on offre son cœur, s'en donne à cœur joie, etc..... les expressions sont nombreuses, très majoritairement positives qui montrent notre attachement à cet organe vital.

Et pour entretenir le moral rien ne vaut des retrouvailles comme celles que propose la Confrérie. Gageons que dès que les contraintes liées à la crise sanitaire seront levées, l'envie sera très forte pour tous de reprendre la route, les chemins et surtout la voie qui mène aux amis et camarades. Les liens qui unissent les membres d'un club, d'une confrérie, d'une fédération sont certes différents des liens familiaux mais parfois aussi solides et je vous encourage tous à les cultiver avec soin car ils font partie de nos thérapies.

2021 ne pourra qu'être meilleur que l'année qui s'achève. C'est que je vous souhaite et nous souhaite à toutes et tous.

La présidente de FF Vélo : Martine CANO



J'avais formé, depuis que j'ai repris la publication de notre bulletin trimestriel, un duo avec ma fille Marie-Laure de façon à vous présenter un document que nous espérons agréable à lire pour nos adhérents et les clubs cyclos qui sont destinataires.

Depuis le numéro 144, en raison de son activité professionnelle très intense, un nouveau duo a vu le jour avec mon ami Claude Vincent qui anime pour le SCODijon la section CycloSport et l'organisation de notre Cyclo sportive **Courir Pour La Paix** avec comme parrains : Bernard Hinault et Francesco Moser.

Il partage comme nous sa passion du vélo en toute convivialité, tel est l'objectif commun à tous les membres du team CycloSport du SCODijon. La performance est quant à elle reléguée au second rang même si tout cycloportif à cœur de montrer sa roue arrière à ses petits camarades de jeux.

Depuis sa création en 2011, le team CycloSport ne cesse de croître et se veut rassembleur. Les sorties d'entraînements sont ouvertes à tous et à toutes.

« Vélosophie est sa religion, il nous invite à partager sa passion »



Claude Vincent

Il puisse son énergie dans les nombreux séjours qu'il fait en Haute Savoie du côté de La Clusaz



Séjour ACC à DAMVIX – septembre 2020

Nouvelle venue à l'Amicale, j'en connaissais l'existence pour avoir visité son stand aux semaines fédérales FFCT depuis 2005, mes débuts en cyclotourisme. J'ai donc eu grand plaisir à faire connaissance avec ses membres, en particulier les Bourguignons plus proches de cœur.

Belle organisation que cette semaine aux confins de la Vendée, des Deux-Sèvres et de la Charente-Maritime. Un véritable soulagement de pouvoir rouler en groupe après l'annulation des rassemblements de l'été !

J'ai pourtant commencé par faire bande à part, le dimanche, pour aller vers les superbes jardins de William Christie, à Thiré, que je rêvais de visiter. En chemin, grâce aux journées du Patrimoine, j'ai découvert un passionnant petit musée des produits laitiers à Maillé. Au retour, malgré une pluie diluvienne, la maison du Maître des Dignes, à Chaillé les Marais, m'a permis de découvrir la rude vie des habitants des marais, si ingénieux pour exploiter un milieu pas facile.

L'assemblée générale du lundi était bien utile pour mettre des noms sur les visages et réciproquement. Volontiers iconoclaste, je me suis amusée de la révérence déployée envers l'amicaliste Bernard Thévenet. Sans doute faut-il être un ancien compétiteur pour la comprendre – je ne suis même pas assidument le Tour de France, c'est dire mon ignorance de ce milieu ! Mon admiration va plus volontiers à une coéquipière qui s'appuie régulièrement ses 50 km malgré deux prothèses de hanche, ou à l'héroïsme quotidien et discret des handicapés moteurs...

J'ai beaucoup apprécié la générosité et le talent de l'artiste-peintre Claude Pellerin et du sculpteur Maurice Gauthier. Animatrice sportive dans mon village, je retiens l'idée de la soirée des talents cachés de l'amicale, moment de partage super sympathique.

Côté sportif, la souplesse proposée (3 niveaux de difficultés en vélo, des randos pédestres ou des visites pour les non-pédalants) est très appréciable et repose sur un gros travail préalable des organisateurs bénévoles, qu'ils en soient remerciés. Les dénivelés du vendredi, assortis d'un vent soutenu, ont démenti quelques à priori sur la région. La météo nous a relativement épargnés, et quel plaisir de profiter de la piscine tiède lorsque l'orage s'abat à l'extérieur ! L'hébergement et la restauration étaient au top, le personnel charmant et les participants attentifs aux précautions sanitaires de rigueur. Moyennant quoi nous sommes tous repartis d'attaque pour affronter la mauvaise saison. Un grand merci à l'ACC pour cette semaine, et j'espère à l'année prochaine (sous réserve de l'opération « Toutes à Toulouse » de la FFVélo).

Nadou Lahaye (Poumpils Beaumontois, Tarn-et-Garonne)



« *Occitane tu as mis dans mon âme une balade Bourguignonne* » (Claude Nougaro)

Dédicace pour Dany Mary | 



Quand cœur et vélo font bon ménage...

Si certains thérapeutes (médecins, cardiologues), peu nombreux au demeurant, freinent des quatre fers quand leurs patients leur demandent un certificat d'aptitude à la pratique du cyclotourisme, la majorité d'entre eux favorise et encourage les activités physiques comme traitement aux pathologies cardiaques. D'ailleurs, dans le cadre des stages de rééducation, des séances quotidiennes de vélo, marche, natation ... sont programmées. Il y a bien une raison !

C'est aussi la position de L'Amicale des Cyclos Cardiaques dont la devise : rassurer, témoigner, prévenir, résume bien les objectifs.

J'ai connu l'association, il y a de cela une dizaine d'années, par l'intermédiaire d'un nouvel adhérent à mon club cyclo mais à l'époque, sans souci de santé, sûr de mon invincibilité, je n'y avais prêté qu'une oreille discrète et ses performances à vélo m'avaient fait sourire : ça n'était pas pour moi.

Moralité : Evitez les jugements hâtifs

En juin 2015, alors que j'essayais ma monture avant le départ pour une randonnée vers Saint Jacques de Compostelle, je fus soudain pris d'une panne de jambes et écourtais ma sortie. Mon médecin, contacté trop tardivement, m'orientait vers le SAMU et direction l'hôpital de Saint Malo. Un infarctus et deux stents plus tard, je retrouvais ma compagne Janick qui avait gagné au change : au lieu de deux semaines d'absence loin de la maison, je rentrais après cinq jours d'hosto.

Moralité : Ecoutez votre corps quand il vous parle

Lors d'échanges avec des amis cyclos que j'avais connus sur un tour de Bretagne (2005) puis sur un Saint Malo- Saint Jacques de Compostelle (2006), ils me parlaient de l'Amicale dont ils étaient membres et des rassemblements auxquels ils participaient. Puisqu'il s'agit de Brigitte et Jean Paul Chambettaz, les Suisses que vous connaissez tous, l'affaire était sérieuse et digne de considération. L'arrivée de Joël Grandjean, notre dévoué président, au CT Pleine Fougères, (Ille et Vilaine), mon club, me faisait franchir le pas et pour une cotisation modique, je rejoignais votre confrérie riche de la diversité de ses membres, de leur origine géographique, de leur accent chantant ou pointu, de la spécificité de leurs pathologies et de leurs traitements, de leur passé cycliste parfois glorieux, de leur matériel divers et varié ...

Moralité : Les amis sont de bon conseil

Mon baptême du feu se fit à Blainville en 2019 pour l'assemblée générale et mon intégration fut rapide, facilitée il est vrai par la présence de Brigitte et Jean Paul venus passer auparavant quelques jours à la maison et qui m'avaient bien conditionné. J'ai découvert une association structurée, organisée, efficace, accueillante et nous avons passé, ma compagne et moi, un excellent séjour au point de retenir pour l'année suivante nos places pour le regroupement de Canet avec Babeth et Bernard, qui connaîtra, hélas, le même sort que les autres séjours

L'AG de Damvix fut d'un cru identique : sobriété (sauf au repas), gentillesse, convivialité, et si les parcours furent parfois monotones à cause de la platitude du marais, il permit à d'autres des randonnées

aisées ... Il en faut pour tout le monde. Le port du badge fut un plus appréciable ; la piscine chauffée, la qualité des sorties et des visites pour les marcheurs, l'écoute du personnel et leur disponibilité ont contribué à la réussite du séjour. Les contraintes sanitaires furent vite acceptées et assimilées sans être un frein au bon déroulement de la semaine.

J'ai apprécié les sorties vélo avec un air de semaine fédérale, la foule en moins, les amitiés en plus. Dans un groupe plus cyclo que cardiaque, les kilomètres se sont enchaînés à vive allure jusqu'à la dernière échappée qui nous a réservé la surprise d'un relief plus accidenté.

Moralité : Dans « Amicale », il y a « Ami »

J'ai pour projet de vous retrouver toutes et tous le plus longtemps possible c'est pourquoi à chaque séjour, j'apporterai encore quelques bidons d'eau de ... vie pour que cela dure des années et des années ...

Je m'engage à devenir au près des cyclistes atteints par une maladie cardiaque l'ambassadeur de l'association en leur faisant part de ses objectifs, de son fonctionnement et de ses organisations .

Bien amicalement à tous les membres actifs et associés et un grand merci aux organisateurs pour leur dévouement et la qualité de leur action.

Moralité : Cardiaque un jour, amicaliste toujours



Bernard (ni Thévenet, ni Hinault...) mais un des nombreux Bernard de l'ACC

Bernard Kaufeler : Amicaliste depuis octobre 2018



Tranche de vie de Renée et Jacky Duc

C'est à Parent pour l'AG 2006 de l'amicale des cyclos cardiaques que nous rencontrons pour la première fois Renée et Jacky Duc, ils seront ensuite de toute nos AG.

CHAMONIX LE TOUR DU MT BLANC et LA COURSE A PIED

On parle de la création de l'Ultra Trail de Chamonix en 2003... Mais on oublie que le **28 août 1980** un coureur a déjà fait cette course sans être médiatisé comme aujourd'hui. Il s'agit de **Jacky Duc**, un chamoniard spécialiste des courses de longue distance. **Il réalise le tour du Mont-Blanc en 21h40 minutes !!** Sur la photo on peut constater sa tenue sportive et simple !



Faire des chronos autour du Mont-Blanc ne date pas d'hier. En 1978, deux sportifs chamoniards, **Christian Roussel et Jacky Duc**, partaient faire la boucle en petites foulées. Ils avaient mis 25 heures.

REPÈRES L'UTMB EN CHIFFRES : quatre courses, pour 5500 coureurs venus des cinq continents, avec 51 nations représentées. L'épreuve reine, l'Ultra Trail du Tour du Mont-Blanc traverse neuf communes, trois pays, sept vallées, franchit dix cols, passe au pied de 71 glaciers pour 166 km (la distance Paris-Auxerre) et 9400m de dénivelé. (Deux fois l'ascension de l'Everest) 2300 coureurs sont inscrits. Chaque été les quelque 25 000 randonneurs moyen mettent une semaine pour le même parcours.





Le refuge du Plan de l'Aiguille

De 1974 à 1990 Renée et Jacky Duc sont aux commandes du refuge du Plan de l'Aiguille, lieu privilégié loin du bruit, si près de CHAMONIX.



Le Refuge du Plan de l'Aiguille, fringant bâtiment accroché à flanc de montagne sur un replat verdoyant et fleuri, culmine au-dessus de Chamonix-Mont-Blanc à 2207m d'altitude. Il est situé à un quart d'heure à pied de la station téléphérique du Plan de l'Aiguille, à Chamonix. Outre une vue imprenable sur la vallée de Chamonix-Mont-Blanc et sur les montagnes alentours, le Refuge du Plan de l'Aiguille offre un environnement confortable et des équipements modernes alliant le charme rustique d'un refuge de montagne. C'est le bon endroit pour s'évader et quitter la routine quotidienne, que l'on soit habitué des refuges ou non-initié. A l'occasion des 150 ans de la construction du Refuge du plan de l'Aiguille, une exposition est à découvrir à l'intérieur du Refuge et qui retrace le mode de vie et des anecdotes concernant les différents gardiens du refuge, le passage de personnalités. De nombreuses photos, cartes postales anciennes illustrent les textes explicatifs.



Publicité vantant la vue unique à admirer depuis le Chalet-Restaurant du Plan des Aiguilles.

2019 : 150 ans de la construction du premier refuge du Plan de l'Aiguille

Une belle aventure initiée en 1869, lorsqu' Henri Khun obtint l'autorisation de construire un pavillon pour accueillir les visiteurs au Plan de l'Aiguille... Depuis 150 ans, l'accueil y est toujours chaleureux.

A la fin du XVIIIème siècle déjà, Horace Bénédicte de Saussure s'extasie devant le panorama grandiose qu'il découvre depuis le Plan de l'Aiguille, appelé alors «Plateau de la Croix». Ce site extraordinaire attire, tout naturellement les visiteurs du XIX^{ème} siècle. Dans la vallée, de nombreuses cabanes, simples abris de planches, sont ainsi édifiées sur les plus beaux sites panoramiques. Détruites chaque hiver par la neige ou les avalanches, elles sont reconstruites chaque été.

En 1894, les frères Couttet : Benoît, Ambroise et Joseph demandent, à leur tour, l'autorisation de bâtir un pavillon. Ce sera un petit chalet en pierres, construit en 1898 (à l'emplacement actuel) sur un promontoire hors couloir d'avalanches. La plupart des excursions se font à dos de mulet et depuis la vallée le chemin est long, les haltes nécessaires, tant pour les bêtes que pour les hommes. Un deuxième chalet s'avère nécessaire pour abriter l'écurie. Il sera bâti en léger décalé afin d'éviter que les odeurs n'importent les visiteurs.



Les visiteurs téméraires montent à dos de mulets. En 1928, l'ancienne écurie pour les mulets est transformée en remise tandis que l'on aménage des chambres et un dortoir pour les guides.

Un peu plus tard, les frères Couttet construisent le pavillon du Trois, à mi-pente depuis la vallée. Sommaire cabane à 1690 mètres d'altitude, on y trouve rafraîchissements et nourriture avant de poursuivre la montée jusqu'au refuge. En 1903 est tracé le chemin conduisant du Plan de l'Aiguille au Montenvers, d'une largeur de plus d'un mètre sur cinq kilomètres de long. Magnifique balcon au pied des impressionnantes faces nord, le «sentier des aiguilles» s'ouvre aux excursionnistes.

En 1912, le refuge (appelé aussi pavillon, cabane ou hostellerie...) compte deux chambres de quatre lits et une chambre pour les guides. Les Petits et les Grands Charmoz, le Grépon ou Blaitière, l'aiguille de l'M ou l'aiguille des Peigne... Comme tous les refuges, le Plan de l'Aiguille servira de «camp de base» aux ascensionnistes équipés de tricounis et de cordes de chanvre. C'est aussi de ce refuge qu'est donnée l'alerte quand une cordée a pris du retard et n'est pas de retour à l'heure prévue. Les caravanes de secours se forment alors rapidement pour aller prêter main-forte aux alpinistes piégés par l'orage ou par une chute de pierres.

Le 22 juin 1927, le refuge abrite pour une nuit, bien emmaillottée, une statue de la Vierge. C'est de là qu'une cordée de guides partira le lendemain pour le sommet du Grépon où la statue sera scellée au rocher puis bénie afin de protéger, du haut des 3482 mètres, les hardis montagnards.

Après la construction du téléphérique des Glaciers (1928), le refuge perd une partie de la clientèle de promeneurs. Depuis le dortoir aménagé partent, au milieu de la nuit, les ascensionnistes vers les voies rocheuses des aiguilles des Pèlerins ou de Blaitière.

Pendant l'hiver 1925, le refuge abrite un hôte pour le moins inhabituel : **Blaise Cendrars**. Ses textes, écrits pendant cette période, racontent son vécu dans ce chalet d'altitude, ses allers et venues dans la vallée, et les quelques visites qu'il reçoit. Du haut de son belvédère, il observe la ville, les agitations

d'une saison d'hiver qui se termine, les hôtels qui ferment... Durant son séjour hivernal au Refuge, Blaise Cendrars rédigea la suite de son roman « Le Plan de l'Aiguille » – édité en 1917 et qui malgré

son titre, n'évoque à aucun moment ni le chalet, ni la montagne éponyme. En revanche, dans ce second roman intitulé « Les Confessions de Dan Yack » qui paraîtra en 1929, l'écrivain relate ses allers et venues dans la vallée, décrivant la montagne qui l'entoure et les observations qu'il fait du haut de son belvédère. Quand il descend dans la vallée, il s'entend appeler « l'Anglais, le fou ».

A la suite de la fratrie Couttet, Aristide Farini, guide, devient le gardien de ce nouveau refuge-dortoir. Ce sera ensuite le tour de **Paul Démarchi**, guide célèbre, empêché d'exercer à cause de graves gelures aux pieds lors d'un secours en montagne. Guide, moniteur de ski, et doté d'une force hors du commun, Paul fut naturellement désigné en juillet 1949, avec ses deux frères, pour porter le gigantesque câble du téléphérique de l'Aiguille du Midi à sa construction : un véritable exploit! Courageux et désintéressé, il fut surnommé "le Saint-Bernard des Neiges" après avoir effectué une quarantaine de sauvetages entre 1930 et 1955. En 1938, lors d'un sauvetage particulièrement délicat au mont Blanc du Tacul, il se gela les pieds et dû subir une amputation. Après l'accident, il garda le Refuge du Plan de l'Aiguille, d'où il lança ses expéditions de secours. En 1951, il participa au sauvetage après le crash de l'avion indien « Malabar Princess ». Paul disparut en avril 1956 dans des conditions mystérieuses avec Henryk Mückenbrunn qui l'avait chargé d'emmener un client en Italie via le col du Géant. Ce client, un certain Ebel, était en fait le plus gros trafiquant d'or de l'époque, recherché par toutes les polices internationales, ce que Paul ignorait. Les 3 hommes seront retrouvés morts et Interpol conclura à la mort naturelle de Paul. Fin tragique pour celui qui avait consacré sa vie à sauver celle des autres !

Au printemps 1946, le refuge du Plan de l'Aiguille sera choisi pour accueillir une bonne partie du stage de guides. Armand Couttet et Armand Charlet en sont les grands chefs d'orchestre. Dès 1950, le Plan de l'Aiguille voit s'installer le chantier de construction du nouveau téléphérique. L'approvisionnement, tant en nourriture pour les ouvriers qu'en matériaux pour les travaux, passe par un portage à dos d'homme.

Sur demande de Paul Démarchi, Fernand Bellin et son épouse Noëla viendront avec leur famille, tenir le refuge en 1947. Le temps est beau et la clientèle nombreuse. On compte sur tous les bras pour aider à gérer l'ensemble, approvisionnement, cuisine, service, réveils au petit matin... Andrée, 18 ans, est embauchée pour le service tout comme l'aîné des garçons, Michel, 14 ans, pour les portages.

Au cours des étés suivants, le refuge est gardé par Jean Schuler et Rionda (1948), puis Lucien Thivierge et André Zizi, guide du Lavancher (1949-1950). Le travail se fait toujours en famille, avec les épouses et les enfants.

En 1954, le téléphérique ouvre ses portes à la clientèle jusqu'au Plan de l'Aiguille. Aussi, dès ce premier été, la famille Claret-Tournier souhaite commencer son activité. La convention exige la présence d'un guide pour garder le refuge.

La préférence est donnée à Joseph Claret-Tournier qui prend, avec sa famille, possession des lieux. Après son grand-père Jules (guide en 1904), son père Joseph (guide en 1931) et son oncle René (qui a fait 540 fois l'ascension du Mont Blanc), Jeannot Claret-Tournier a suivi le stage de guides en 1961. Calme et patient, il aurait pu être un excellent guide, mais étant par ailleurs artisan menuisier – et cristallier actif jusqu'à un âge avancé –, il a choisi d'aider ses parents dans le gardiennage du refuge. Joseph et Jeannot ont été les derniers guides, gardiens du Plan de l'Aiguille. Jusque dans les années 50, il était recommandé sinon obligatoire que les gardiens de refuges soient des guides censés organiser les secours aux accidentés et même participer au sauvetage.

Le téléphérique des Glaciers fonctionne toujours, sauf quand l'orage tape fort et fait disjoncter les circuits électriques. Pour assurer la fourniture quotidienne en lait, des vaches ont été louées pour l'été. On les laisse paître alentour. L'eau potable est puisée à la «boille» au ruisseau de la Tapiaz... Les promeneurs affluents, les alpinistes aussi.

A partir de 1974, le refuge du Plan reste dans la famille avec Jean, sa sœur Renée, et son beau-frère, Jacky Duc.

Dorénavant, le refuge est équipé d'un radio-téléphone permettant de dialoguer directement avec le PSHM (Peloton Spécialisé Haute-Montagne) (ancien nom du PGHM) en cas d'accident en montagne. Les alpinistes et leurs guides fréquentent volontiers ce sympathique refuge. Il est d'usage de donner un coup de main pendant le « coup de feu » du repas du soir. On débarrasse la table et on aide à la vaisselle.

Anne et Jean-Christophe Devouassoux sont demandeurs et, en décembre 1990, reprennent les rênes du Refuge et de la Buvette, dont les concessions sont désormais séparées. D'importants travaux sont entrepris sur la toiture du premier chalet. En amont du Lac Bleu, l'eau sera captée, puis canalisée jusqu'à la buvette, et enfin jusqu'au refuge. (*Photos ci-dessus : Guillaume Graff*)

Malgré des conditions de vie rudimentaires, les témoignages de bon accueil abondent dans les livres d'or du refuge. Familles en promenade vers le Montanvers, touristes étrangers venus admirer le paysage ou grimpeurs de haut niveau... En 1995, le petit chalet de bois de la buvette, construit voilà plus de quarante ans, donne quelques signes de faiblesse. La reconstruction est indispensable. La Montagne de Blaitière accorde à Jean-Christophe et Anne Devouassoux, un bail à construction et exploitation d'une durée de 23 ans. Les deux bâtiments (buvette et refuge) sont désormais dissociés. le refuge va être profondément transformé pour pouvoir offrir aux randonneurs et aux alpinistes un hébergement moins rustique et beaucoup plus confortable. Coup de chapeau aux entreprises, qui ont souvent travaillé dans des conditions difficiles, et à Jean-Christophe, qui a réalisé de nombreux aménagements intérieurs : la cuisine, la salle à manger, les dortoirs, le local d'hiver...

En Assemblée générale d'automne 1999, la rénovation du refuge est décidée, avec l'idée de réunir les deux bâtiments. L'hiver suivant sera consacré aux recherches d'entreprises, devis et autres démarches administratives. Le 9 juillet 2006, enfin, le nouveau refuge ouvre ses portes, proposant vingt-trois lits. En 2008, Claude Quenot et Marie-Noëlle Thévenet prennent à leur tour la gérance du refuge. Anciens et nouveaux gardiens, les trois générations sont présentes pour l'inauguration du nouveau refuge. A la fin de la saison 2017, Marie-Noëlle met le cap vers une retraite bien méritée. Les saisons se déroulent du 1^{er} mai au 1^{er} novembre et les tartes de Claude attirent de plus en plus de monde !

Quand on garde un refuge, il se doit d'être polyvalent. C'est le cas de Claude, pâtissier de métier, né en Bourgogne, mais qui a très vite attrapé le virus de la montagne, et qui n'hésite pas à passer du fourneau à la menuiserie ou au carrelage. Grâce à lui, un bon nombre de travaux intérieurs – sanitaires, escalier, petits dortoirs, logement des gardiens – ont pu être terminés, réalisés avec goût. Après la réfection des peintures de toiture en 2017, l'embellissement du refuge passe aussi par le fleurissement, en dépit des vents tempétueux, de la neige ou de la grêle... A l'intérieur, les gardiens offrent à leurs hôtes le confort d'une connexion WI-FI, largement appréciée par les randonneurs d'aujourd'hui et un salon de lecture pour la détente de fin de journée. Touriste, promeneur, randonneur, trailer, grimpeur ou parapentiste, chacun peut apprécier le point de vue sublime du Plan de l'Aiguille !



Guillaume Martin et Pierre-Luc Périchon



Un très grand plaisir pour notre amicale de recevoir la veille de **Liège Bastogne Liège** le soutien de Pierre-Luc Périchon et de Guillaume Martin de l'équipe Cofidis.

Pierre Luc est professionnel depuis 2012 après avoir porté les couleurs du SCODijon de 2009 à 2011. Il remporte en 2012 la classique Paris - Camembert et participe à 5 Tours de France, cette année il était sur la liste des remplaçants pour les championnats du monde à Imola. C'est un coureur exemplaire, un équipier de luxe, qui fait le bonheur de son leader Guillaume.

Guillaume Martin est professionnel depuis 2013, j'avais eu l'occasion de le côtoyer sur le Tour de Côte d'Or que j'organise pour le SCODijon, il portait à ce moment-là les couleurs du CC Etupes.

Garçon extrêmement intelligent il fait depuis 2020 le bonheur de l'équipe Cofidis, il redonne du crédit à cette équipe qui a fait un choix judicieux en recrutant Guillaume.

En août 2020, Guillaume Martin monte sur la 3^{ième} marche du podium au classement général du Critérium du Dauphiné 2020 devant Pogacar futur lauréat du Tour de France.

En septembre il prend le départ de son 4^{ième} tour de France, où il s'illustre en terminant onzième du général et premier Français. Il est ensuite logiquement sélectionné pour la course en ligne des championnats du monde à Imola. Thomas Voeckler fait un choix judicieux en confiant à Guillaume un rôle prépondérant pour la conquête du titre mondial de Julian Alaphilippe. Guillaume, épaulé par Pierre-Luc, a depuis, ramené le maillot du meilleur grimpeur de la Vuelta.

Un très grand merci à ces deux champions pour cette belle photo.





Coup de cœur sur la montre cardio



La montre cardio c'est quoi ?

C'est une montre qui utilise plusieurs capteurs qui vont lui permettre d'analyser votre rythme cardiaque, votre sommeil, la distance que vous avez parcourue dans la journée. Ce miniordinateur au poignet va analyser votre activité physique et même votre sommeil pour d'abord cumuler ces données, mais surtout vous avertir en cas de problème sur votre santé.

Sur quels critères choisir sa montre cardio ?

Le premier besoin d'une montre cardio c'est bien de surveiller son état physique, aussi il est peut-être intéressant de ne pas tomber dans l'excès et de partir sur des montres qui vont faire d'autres fonctions que vous n'utiliserez pas. Pour trouver la meilleure montre cardio nous avons établi une liste de critères qui nous semble essentiel afin de faire le bon choix.

- La fonction de cardio-fréquencemètre
- La gestion du sommeil
- La gestion des activités sportives
- La compatibilité avec le smartphone
- L'étanchéité de la montre cardio
- La fonction GPS
- L'autonomie de la montre
- Les fonctions avancées
- La marque et le prix

La fonction de cardio-fréquencemètre

Acheter une montre cardio c'est quand même pour surveiller sa fréquence cardiaque, on se doit donc d'avoir un capteur digne de ce nom. Et dans la jungle des montres cardio c'est à vous de faire le choix qui vous semble le mieux adapté pour votre activité et à votre budget.



ANGI, les casques de vélo qui appellent à l'aide

Confronté au mois d'octobre à la disparition d'une personne chère à un membre très proche de ma famille, je viens de m'équiper avec un capteur que je vous présente.

ANGi est doté d'un système de « live tracking » grâce à un capteur qui se place sur le casque. Il permet de partager son parcours avant de partir rouler et d'avoir un suivi en temps réel du cycliste grâce à sa balise GPS. Le système ne nécessite pas d'abonnement payant, il suffit de le connecter avec l'application gratuite « Ride », disponible en libre téléchargement.

En cas de chute, le capteur se connecte à l'application, fait retentir une alarme et enclenche un compte à rebours. Si le cycliste va bien il stoppe simplement le décompte (son temps est personnalisable). S'il est blessé, et qu'il n'est pas en mesure de le stopper l'application envoie une alerte aux contacts d'urgence pré enregistrés pour les prévenir de la chute et indique les coordonnées GPS exacte de l'incident.

En cas de non réseau, le cycliste peut définir la durée de sa sortie, s'il n'est pas rentré à temps une alerte sera envoyée aux contacts d'urgence avec son dernier emplacement enregistré.



Capteur ANGI : 10 g – 4cm sur 2,4cm – prix 49,90 € - garanti 2 ans

Caractéristiques techniques :

- Compatible avec la plupart des casques de vélo du marché : nécessite un emplacement occipital dédié sur le casque
- Balise de sécurité GPS
- Live Tracker
- Détecteur de chute
- Capteur relié à l'application « Ride », disponible en téléchargement gratuit pour les appareils iOS 11 minimum et Android 7 minimum.
- > Abonnement Specialized Ride **gratuit**



LES SEJOURS 2021



**Babeth & Bernard SCHAEFFNER vous proposent un séjour dans l'HÉRAULT
Du 5 mai au 11 mai 2021**

Les Curiosités que nous vous proposons de découvrir lors de nos randonnées:

- Lac du Salagou, Cirque de Navacelle, Les Gorges de l'Herault, Pezenas, Clermont-L'Herault,
- Saint Guihem le désert et Saint Martin de Londres, Le Cirque de Mouréze

Faites votre choix ! Cinq formules d'hébergement vous sont proposées (sur le site)

4 journées randonnées Vélo avec visites au cours des parcours.

Des circuits de randonnées pédestres avec visites seront proposés aux "non cyclo"

Informations : Bernard Schaeffner, schaber@orange.fr Tél : 04 66 39 20 94 port : 06 42 30 88 10

BULLETIN D'INSCRIPTION

Nom : Prénom : Accompagné de :

Adresse : Ville : CP :

Tél : Port : Courri

Entourez la formule :

1

2

Réserva

Acompte : de 100€ par personne

Le solde sera demandé ...

Nombre d'Inscriptions Limitées à 35 participants en logement

Complet

Chèque de réservation à l'ordre de l'ACC
A faire parvenir avec le bulletin à : Bernard Schaeffner 8, rue Coupo Santo 30200 St-NAZAIRE



LES SEJOURS 2021

SÉJOUR GRAND OUEST du 17 au 21 Mai 2021 PAYS DE FOUGERES



Rassurer
Témoigner
Prévenir

WWW.CYCLOCARDIAQUES.ORG

AUBERGE | GÎTES | CHAMBRES | CAMPING | Wifi gratuite

Aux portes de la Bretagne, un cadre paisible et verdoyant...



La Maison Neuve Chauvigné 35490

Un accueil personnalisé à la campagne
Un engagement pour le développement durable

Dans une ambiance chaleureuse, Marie-Armelle et Luc vous reçoivent à une table conviviale, autour de plats traditionnels faits maison.

Vous pouvez également y séjourner en chambres d'hôtes, en gîtes ou en camping.

De la pension complète à la gestion libre



Bulletin de réservation pour les journées « Grand Ouest 2021 »

Lundi 17 mai au Vendredi 21 mai 2021 « La maison neuve 35490 Chauvigné »

Nom :Prénom :Accompagné de :

Adresse :Ville :

Tél :Port :Courriel :

Renseignements Michel Briere Tél : 02 99 60 00 00

- Au Gîte en pension complète, environ 55€ par jour et par personne
- Au Gîte pour les personnes seules, possibilité de partager la table

Réservation au Gîte : 100€ par personne somme qui sera déduite du total du séjour

- Au Camping du gîte avec dîner en commun environ 46€ par jour et par couple, 32€ personne seule

Réservation Camping du Gîte: 100€ par couple, somme qui sera déduite du total du séjour.

Chèque de réservation à l'ordre de : l'ACC

À faire parvenir à : Michel Briere 27 route du Mesnil 61100 La Lande Patry

Complet



LES SEJOURS 2021

Séjour en Brenne

du Lundi 31 mai au Vendredi 4 juin 2021



A Mézières-en-Brenne, dans l'Indre, à 30 km à l'ouest de Châteauroux. Pour une découverte du Parc Naturel Régional de la Brenne et de ses milliers d'étangs, de la vallée de la Creuse avec Crozant le village des peintres et Gargilasse celui de George Sand, de l'abbaye de Fontgombault, du château d'Azay-Le-Ferron et de ses jardins.

Nombre de participants limité à 36

Renseignements : Georges Longy tél : 06 79 06 59 50



Bulletin de réservation pour le séjour Brenne 2021

NOM :Prénom :Accompagné de :

Adresse :Ville :CP :

Tél :Port :Courriel :

En gîte (en pension complète, chambres à 2 lits avec sanitaire privatif complet, draps et linge de toilette fournis) environ 250 € par personne (+ 40 € en chambre individuelle).

Réservation en gîte : 120 € par personne somme qui sera déduite du total du séjour .

En camping avec dîner en commun

Réservation en camping : 120 € par couple somme qui sera déduite du total du séjour.

Chèque de réservation à l'ordre de l'ACC

A faire parvenir avec le bulletin à Joël Grandjean – Launay Briand – 35730 PLEURTUIT



LES SEJOURS 2021

Séjour à GUNSBACH dans la vallée du MUNSTER (Haut-Rhin) du 13 au 19 juin 2021

Vous séjournerez en pleine nature à la Maison de KLEEBACH, située à 17 km à l'ouest de Colmar.

Juchée sur le haut d'une colline, à 4 km à l'est de Munster, la Maison de KLEEBACH surplombe le petit village de GUNSBACH, réputé pour son musée alsacien, consacré à la vie et à l'œuvre d'Albert Schweitzer et sa Maison du Fromage.

Également haut lieu de la musique et du chant en Alsace, nos membres mélomanes y trouveront tout ce qu'il faut pour exprimer leurs talents musicaux (pianos, orgue, clavecin, théâtre vert extérieur).

MAIS ATTENTION, NE TARDEZ PAS TROP CAR LES PLACES SONT LIMITEES :

- 32 personnes à la maison de KLEEBACH
- 8 emplacements pour nos campings caristes

Bulletin de réservation à la Maison de KLEEBACH du 13 au 19 juin 2021

Nom : Prénom :
Accompagné de :
Adresse :
Tél : Port :
Courriel :

Complet

A la Maison DE KLEEBACH (en pension complète chambre double et environ € 81,- en chambre individuelle, suppléments esuimes inclus).

Réservation au Gîte 120 € par personne, somme qui sera déduite du total du séjour.

Paiement du solde au plus tard le 30/04/2020, dont le montant sera ajusté au coût du séjour connu, prestations externes incluses.

En Camping-car dans l'enceinte de l'établissement avec dîner en commun. Stationnement sur les parkings réservés & accès courant € 4,5/Jour ; pour les sanitaires : mise à disposition pour 2 campings cars d'une chambre au prix de € 72,- par couple/camping - car, dîner € 18,50 jour/personne, et possibilité de commander pour la semaine le panier repas au prix de € 9,- accès à l'eau potable possible sur demande individuelle.

Réservation camping-car :130€ par équipage de 2. Somme déduite du total du séjour.

Chèque de réservation à l'ordre de l'ACC

Adressé avec le bulletin : **Bernard HAUSSER 23, rue des Tilleuls**
67 550 ECKWERSHEIM Tél : 06 32 75 42 52

Création d'un Musée ACC virtuel

C'est en avril 2020, lors du confinement suite au Coronavirus, que Daniel SOUZY, webmaster à ce moment, se lance dans la création du Musée.

« Je crois que je me suis lancé dans un truc de fou ! Fin mars je tourne en rond, le site internet a pris son rythme de croisière, le vélo est lui aussi confiné, que faire ? Et si je créais un MUSEE ACC. J'en parle à notre Président qui y voit un support pour laisser des souvenirs, utiles aux successeurs.

Alors au travail. Avant de me lancer dans la création sur le site, je commence par définir sur papier la structure du Musée. J'établis la liste des espaces à créer, chacun sur un thème marquant l'histoire de l'Amicale. En même temps je me replonge dans les premiers numéros de notre bulletin Cœur & vélo pour trouver matière à remplir les espaces.

Après avoir recensé une douzaine d'espaces, je commence la création de l'espace [Accueil](#), puis suivent les espaces [Personnages](#), [Communication](#), [Rencontres Nationales](#). Il me faut en permanence chercher dans les documents du passé pour sélectionner photos, témoignages...

A ce jour, il reste encore pas mal de travail à accomplir. Les espaces ouvriront progressivement et des améliorations seront apportées à ceux déjà ouverts suite aux commentaires reçus des visiteurs.

Ouverture du MUSEE ACC le 2 janvier 2021

Pour en savoir plus, allez visiter le MUSEE ACC. Accès libre depuis la page ACCUEIL de notre site. Je compte sur vous pour m'adresser vos remarques, vos documents... afin de corriger, améliorer, enrichir le contenu de notre MUSEE ».



Daniel





ASSEMBLEE GENERALE 2021

Tous en selle en 2021 avec le Team Bourgogne Franche-Comté de l'amicale



Christine Carré Solange Chevat Anne-Marie Glussot

Elles assurent la gestion des randonnées pédestre, les visites et l'animation de la soirée de l'amicale.



Daniel Buzon : le Monsieur Vélo de notre séjour, il confectionne les circuits pour tous.



Gestion de la documentation et de la logistique



Sylvain Glussot



Pierre Lescure

Une équipe à votre service

En 2021, nous vous donnons rendez-vous au Village des Meuniers à Dompierre les Ormes, situé à la croisée des chemins Charolais et Mâconnais, ce village rural à vocation touristique, tout en préservant la beauté de ses paysages et la qualité de vie de sa population.

Nous vous invitons à venir découvrir

Bienvenue en Bourgogne du Sud ! Dans le beau département de la Saône&Loire. Venir séjourner dans le Haut-Clunisois, c'est découvrir un patrimoine naturel, culturel, historique et humain dont on ne peut qu'apprécier l'authenticité. Au carrefour du Mâconnais, du Clunisois, du Charolais, du Brionnais et du Beaujolais, cette région offre un large choix de visites, d'activités et de bien-être.



SEMAINE NATIONALE DES CYCLOS CARDIAQUES

(Journées Maxime Brégeron)

Du samedi 11 au samedi 18 septembre 2021

CAMPING LE VILLAGE DES MEUNIERES

Des vacances en Bourgogne comme vous les imaginez

Bulletin de réservation pour la "rencontre nationale des cyclos cardiaques"

samedi 11 au samedi 18 septembre 2021 en Bourgogne sud

Nom :	Prénom :	Accompagné :
Adresse	Ville	CP
Tél :	Port :	Courriel :

Séjour complet du 11 au 18/09/2021 Partiel du: Au :

Trois possibilités d'hébergement en pension complète

- Hébergement confort 2 couples salle de bain à partager 59 € par jour et personne environ (17 hébergements)
- Hébergement Premium 2 couples 2 salles de bain et WC. 64 € jour et personne environ (6 hébergements)
- Formule hébergement chalet pour 1 couple 69 € jour et par personne environ (4 hébergements)

Hébergement en demi-pension dîner en commun du soir

- Hébergement confort 2 couples salle de bain à partager 16 € nuit personne. Dîner 22 € personne

Les lits sont faits à votre arrivée, le linge de toilette sera à votre disposition

Local fermé pour mettre les vélos, avec un espace équipé pour les réparations éventuelles

- Camping-car Forfait 10€ par personne et par nuit avec électricité, Dîner en commun 22 € personne

Réservation pour les Hébergements 150 € par personne

Réservation au camping 150 € par équipage

Chèque à l'ordre de l'ACC

A faire parvenir avec le bulletin à: Joël Grandjean Launay Briand 35730 Pleurtuit



ADHESIONS 2021

Au cours de notre assemblée générale du mois de Septembre en Vendée, Joël a proposé de donner plus de force à notre communication de façon à toucher de façon plus percutante les cyclistes qui comme nous subissent un jour une panne de cœur.

Être touché par une maladie cardiovasculaire ne marque pas la fin de la pratique du vélo, au contraire, c'est là où commence sous- autre une forme notre activité de façon à protéger le moteur de la vie pour que ces battements nous offrent la possibilité de rouler encore longtemps.

Ce nouveau feuillet 10 x 21 recto- verso sera à insérer dans notre flyer 3 volets.

Aujourd'hui nous avons mis Pierre Siret à l'honneur, dans le prochain feuillet ça pourrait être vous.

La réalisation gratuite de ce document est de l'agence de communication Dijonnaise 



Rassurer
Témoigner
Prévenir

WWW.CYCLOCARDIAQUES.ORG

L'AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES AU SOMMET !



Fini la trilogie " Les cinglés du Ventoux" (n° 3912), "Les fêlés du Grand Colombier" (n° 1503) et "Les fadas du Puy Mary".

Pierre Siret, adhérent de l'Amicale Région Auvergne s'est lancé un nouveau défi personnel.

"Outre le défi personnel que je me suis lancé, il s'agit de démontrer que tout en prenant les précautions nécessaires un cardiaque est capable de réaliser un défi sportif. Son instrument le "cardio" et la tête." Pierre Siret*

Le dimanche 16 août 2020, Pierre Siret, est arrivé au col de la Loze un mois avant les coureurs du tour de France.

Le col de la Loze est situé en Savoie, entre Ménibel et Courchevel. C'est un ancien chemin montagnard bitumé pour créer une voie verte réservée aux cyclistes.

Nombreux passages à plus de 20% dans les 6 derniers kilomètres de l'ascension.

▶ Altitude du col de la Loze : 2 304 m

**On peut être cyclo-cardiaque
et se permettre quelques efforts !
Bravo Pierre !**





Rassurer
Témoigner
Prévenir



ADHÉRER À L'AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES

Confrérie de la Fédération Française de Cyclotourisme, notre amicale ne délivre pas de licence.

Après votre panne de cœur, venez vous remettre en selle avec notre amicale. C'est simple et facile. Nous sommes présents dans toutes les régions . Vous pouvez nous retrouver sur notre site :

www.cyclocardiaques.org

Retournez-nous le document ci-dessous et à bientôt !

BULLETIN D'ADHÉSION

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

CP : Ville :

Téléphone :

E-mail :

Problème cardiaque rencontré (Confidentiel) :

Je souhaite adhérer à l'Amicale en tant que **Membre Actif**

Cotisation (20€ min.) :

Chèque à l'ordre de A.C.C. à envoyer avec ce bulletin à :
TAILLADE Bernard - 6, rue des Acacias - 63510 MAINTRAT

⊖ Pour ses membres **non** licenciés **ET non** titulaires d'une "Individuelle Accident", l'Amicale a souscrit une assurance "Risques Corporels" qui les couvre dans le seul cadre de ses activités de l'Amicale (Régionales et Nationales).

⊖ **En tant que membre actif** : lors de mes participations aux activités de l'ACC, je m'engage à respecter le code de la route, à suivre les consignes de l'organisateur et à ne pas commettre d'imprudences au regard de mes aptitudes cardiovasculaires, que je suis seul, avec mon cartologue, à connaître.

Fait à
Le

Ne pas glisser sur la veste/pluie.



Rassurer
Témoigner
Prévenir

www.cyclocardiaques.org

Amicale Cyclo Cardiaques

Bulletin de RE-Adhésion 2021

Pour continuer à recevoir Cœur & Vélo et participer aux activités de l'Amicale

Membre	Cotisation	NOM	Prénoms	Montant
ACTIF n° ACC :	Mini 20 €			€
ASSOCIE (Conjoint)	Mini 20 €			€

Membre SYMPATHISANT

Cœur & Vélo > Internet	Mini 26 €			€
Conjoint - Autre	Mini 26 €			€
Cœur & Vélo > Papier	Mini 33 €			€
Total				€

Chèque à l'ordre de ACC à adresser ,avec ce bulletin, à >>

TAILLADE Bernard
6 , rue des Acacias
63510 MALINTRAT

Si modifications de vos coordonnées ?

Nouvelle adresse :

Nouveau téléphone :

Nouvel e-mail :

Correspondance :



BirdsDessines



ADHESIONS 2021



Rassurer
Témoigner
Prévenir



ADHÉRER À L'AMICALE DES CYCLOS CARDIAQUES

Confrérie de la Fédération Française de Cyclotourisme, notre amicale ne délivre pas de licence.

Après votre panne de cœur, venez vous remettre en selle avec notre amicale. C'est simple et facile. Nous sommes présents dans toutes les régions . Vous pouvez nous retrouver sur notre site :

www.cycloscardiaques.org

Retournez-nous le document ci-dessous et à bientôt !

BULLETIN D'ADHÉSION

Nom : Prénom :

Date de naissance :

Adresse :

CP : Ville :

Téléphone :

E-mail :

Problème cardiaque rencontré (Confidentiel) :

.....

Je souhaite adhérer à l'Amicale en tant que **Membre Actif**

Cotisation (20€ min.) :

Chèque à l'ordre de A.C.C. à envoyer avec ce bulletin à :
TAILLADE Bernard - 6, rue des Acacias - 63510 MALINTRAT

Ne pas jeter sur la voie publique.

⇒ Pour ses membres **non** licenciés ET **non** titulaires d'une "Individuelle Accident", l'Amicale a souscrit une assurance "Risques Corporels" qui les couvrent dans le seul cadre de ses activités de l'Amicale (Régionales et Nationales).

⇒ **En tant que membre actif** : lors de mes participations aux activités de l'ACC, je m'engage à respecter le code de la route, à suivre les consignes de l'organisateur et à **ne pas commettre d'imprudences** au regard de mes aptitudes cardiovasculaires, que je suis seul, avec mon cardiologue, à connaître.

Fait à

Le



NOUVEAUX ADHERENTS



Hervé Simonin



90100 Delle

06 86 25 84 30

hsdelle90100@gmail.com



Richard Mascré



16 Grande rue

89250 Beaumont

03 45 75 96 21

rdmascre@gmail.com



Hubert Pommier



20 C Montée Gauthier Villars

39000 Lons le Saunier

06 37 47 82 58 ou 03 84 25 11 19

pommier.hubert@orange.fr



La Région Bourgogne Franche-Comté de l'amicale se structure avec des relais départementaux



Pierre Lescure : Dept 21 : Côte d'Or - 06 29 87 96 34 - pierrelescure@hotmail.com
36 clubs et 1312 licenciés

Léandre Pfundstein : Dept 25 : Doubs - 09 79 18 52 90 - leno.antoine07@orange.fr
16 clubs et 396 licenciés

Hubert Pommier : Dept 39 : Le Jura - 06 37 47 82 58 - pommier.hubert@orange.fr
16 clubs et 608 licenciés

Dany Mary : Dept 58 : Nièvre - 06 27 23 31 50 - lili.mary@wanadoo.fr
19 clubs et 754 licenciés

Yves Gueguen : Dept 70 : Haute-Saône - 03 84 95 83 08 - y.gueguen@hotmail.fr
8 clubs et 334 licenciés

Daniel Buzon : Dept 71 : Saône & Loire - 06 72 32 81 10 - buzdan@wanadoo.fr
14 clubs et 682 licenciés

Richard Mascré : Dept 89 : Yonne - 03 45 75 96 21 - rdmascre@gmail.com
20 clubs et 408 licenciés

Hervé Simonin : Dept 90 : Territoire de Belfort - 06 86 25 84 30 - hsdelle90100@gmail.com
2 clubs et 170 licenciés

Source FFVélo Région Bourgogne - Franche Comté : 131 clubs et 4664 licenciés



Pierre

Léandre

Dany

Yves

Daniel

Richard

Hervé

Hubert

C'est dans un parfum de Vendée Globe que Rémy et Marie-Paule Trichet ont conviés les Acécistes aux Sables d'Olonne pour la journée rencontre des Pays de La Loire, le 15 Octobre 2020.

En effet l'ouverture du « Village Vendée Globe » a lieu le surlendemainInutile de vous préciser que les pontons s'animent déjà et que l'effervescence de la ville n'est pas encore au niveau maximum ! Ceci dit, nous profitons de l'instant pour faire un clin d'œil au bateau « mécénat cardiaques » en lui souhaitant bon vent ! Dès le matin, avec nos guides respectifs, le groupe de marcheuses part pour une visite du centre ville et des points touristiques en s'attardant à l'île Penotte....connue sous la Révolution sous le nom de l'île perdue. A proximité du remblai, un quartier ordinaire devenu un musée en plein air grâce à une artiste sablaise qui n'avait qu'un seul objectif en 1997 : redonner vie à son quartier en créant des fresques de coquillages sur les murs, avec l'accord des propriétaires et de la municipalité. Le parcours des cyclos nous emmène vers le nord en longeant la côte, après avoir contemplé le Remblai et les ports pour nous conduire vers la forêt d'Olonne et les marais salants où l'activité saline est encore là, les tas de sel l'atteste. C'est dans une ambiance chaleureuse que nous prenons le repas en commun, au restaurant « le Vintage », situé au port de pêche. A la fin du repas, les tenanciers ont apporté le dessert de Jean Claude surmonté d'un feu d'artifice(Il a un an de plus !), nous lui souhaitons un Joyeux Anniversaire ! L'après-midi nous continuons notre programme en suivant le trait de côte vers le sud jusqu'à Port Bourgenay, il s'agit d'un port de 650 anneaux créé en 1985, il est situé entre forêt, dune et plage s'intégrant dans le paysage face à l'océan. Puis la fin de journée arrive et nous nous retrouvons au point du départ. Nous avons passé une superbe journée dans la bonne humeur, et de plus, avec un soleil radieux. Merci à Rémy et Marie-Paule pour avoir organisé cette magnifique journée et de nous avoir fait découvrir « Les Sables » autrement ! Merci aussi aux participants d'avoir répondu à cette invitation, à Danielle et Joël qui sont venus, en voisins, se joindre à nous et profiter des Pays de La Loire « en Vendée ».



Gérard Lécureuil Correspondant des Pays de La Loire

Les Boucles de l'Espoir du Vélo Club Pouilly-en-Auxois

220 participants étaient présents pour ce rendez-vous annuel de nos amis du VCPA le samedi 17 octobre.

Jérôme, Daniel, Jean-Paul et Pierre, 4 amicalistes étaient au départ de cette randonnée accompagnés par des amis Brigitte, Michel et Claude le Vélosophe.

Les circuits étaient magnifiques, avec beaucoup de relief pour des cardiaques, sous une température très automnale.

A l'issue de cette belle rencontre, c'est un chèque d'une valeur de 4800€ qui a été remis à l'association de **La lutte contre le cancer**.



RDV pour les 9^{ème} Boucles de l'Espoir le dimanche 3 juin 2021.



DANS NOS COEURS

Cette nouvelle est cruelle de vérité, nous ne verrons plus Dominique



Elle a lâché son dernier souffle le jeudi 22 octobre à 2h28 à l'ICANS à Strasbourg, emportée par une leucémie foudroyante.

Le cancer a à nouveau gagné la partie et Bernard a perdu l'amour de sa vie et la mère de ces deux fils Victor et Paul.

Dominique aimait beaucoup le chant choral, elle pratiquait avec un grand plaisir le gospel avec le grand chœur d'Alsace les " **Freedom Voices** ".

Avec l'amicale c'est une autre famille qui était dans son cœur, elle appréciait beaucoup nos séjours et les circuits avec le groupe piloté par Georges Longy ou la découverte des lieux avec ces explications étaient toujours un émerveillement pour elle.

Elle roulait encore malgré la chimio, souvent en solitaire pour ne pas ralentir Bernard dans ces folles pédalées.

Le projet d'un nouveau vélo en carbone était à l'étude, Bernard avait même installé un home-trainer dans sa chambre pour l'aider à repousser la maladie le plus loin possible à grands coups de pédales.

Dominique reste dans nos cœurs.





2021 : Tous en selle avec le comité de direction de l'amicale

Président : **Joël Grandjean** - 06 67 21 22 00 - joel.grandjean2@gmail.com

Vice-président et secrétaire : **Georges Longy** - 06 79 06 59 50 - georges.longy@orange.fr

Secrétaire adjoint : **Michel Brière** : 06 23 45 10 24 - michel.briere73@sfr.fr

Trésorier : **Jean-Bernard Lallier** - 06 38 61 70 85 - jblallier@wanadoo.fr

Trésorier adjoint : **Daniel Marchand**- 06 32 68 42 06 - daniel.marchand39@wanadoo.fr

Gestion des adhérents : **Bernard Taillade** - 06 71 82 37 98 - bernard.taillade@orange.fr-

Gestion matériels et équipements : **Daniel Buzon** - 06 72 32 81 10 - buzdan@wanadoo.fr

Chargé de veille juridique : **Bernard Schaeffner** - 06 42 30 88 10 - schaber@orange.fr

Communication Cœur&Vélo : **Pierre Lescure** - 06 29 87 96 34 - pierrelescure@hotmail.com

Adjoint communication : **Bernard Delmas** - 06 84 11 89 69 - bernarddelmas@orange.fr

Relais du groupe marcheurs pour l'ACC : **Jacques Denys** - 09 52 38 57 42 - denysj52@free.fr

Membre des organisateurs de l'AG 21 : **Sylvain Glussot** - 06 45 14 06 17- s.glussot@orange.fr





A BIENTOT



Rassurer
Témoigner
Prévenir



Webmaster
Daniel SOUZY
webmaster@cyclocardiaques.org

Cœur & Vélo



Rédacteur : Pierre LESCURE
pierrelescore@hotmail.com

Lettre aux adhérents



Rédacteur : Joël GRANDJEAN
joel.grandjean2@gmail.com



www.cyclocardiaques.org

