



# LA LETTRE D'INFO d'1-Terre-actions

Le vélo pour tous

N°3 - MARS 2024

## Les actus de l'asso

### Bienvenue à nos nouveaux salariés

L'équipe d'1-Terre-actions s'est renforcée et partiellement renouvelée dans l'hiver. Bienvenue à nos nouveaux techniciens et animateurs cycles Hugo, Elio et Thibault, mais aussi Yannis et Kevin, nos 2 jeunes en service civique. Vous pourrez profiter de leurs compétences dans nos ateliers de l'Argonne et de la Source, mais aussi sur nos différents ateliers mobiles. Ayhan est actuellement en formation pour obtenir un diplôme de technicien cycle bien mérité et reviendra fin mai.

### Adhésions à l'asso

Bientôt 200 adhésions depuis le 1er janvier, merci à vous ! Si ce n'est pas déjà fait, voici le [lien](#) pour renouveler votre adhésion. Pour rappel, elles sont désormais valables par année civile, du 1er janvier au 31 décembre, et c'est grâce à vous que nous sommes là ! Nous retapons des vélos, vous aidons à bichonner le vôtre, dans nos ateliers ou dans des ateliers mobiles extérieurs, et fournissons conseils et infos avec plaisir !

Bonus : une adhésion à jour vous permet de voter à l'AG...

### Assemblée générale mardi 4 juin à 19h

Lieu et horaire précisés prochainement par mail

Comme chaque année, l'asso prépare son AG, à laquelle nous espérons vous voir nombreux. C'est un temps fort pour partager avec vous tout ce que nous faisons collectivement (et c'est beaucoup !), nos projets en cours, écouter vos envies et vos idées... et finir de manière conviviale autour d'un pot, venez nombreux !

### Commissions animées par les bénévoles : on recrute !

Notre association a du succès et nous sommes très nombreux à bénéficier de ses services. Pour que cela fonctionne, aux côtés de l'équipe des salariés, nous avons créé des commissions animées par des bénévoles :

- ➔ **la commission communication / bénévoles**, qui organise les sorties vélo, les temps de rencontre et leur logistique, prépare et diffuse les mails que vous recevez, la newsletter, etc.
- ➔ **la commission technique**, qui veille à l'entretien technique de nos locaux, aménage un bureau ou un camion...

Si ça vous tente, il y a certainement un rôle pour vous ! Dites-le nous à [benevole@1terreactions.org](mailto:benevole@1terreactions.org), ou lors de l'AG.

### Le coin des bénévoles

Nouveaux créneaux :

Atelier  
de l'Argonne

1er sam. de chaque mois  
10h-13h / 14h-17h

Atelier  
de la Source

Chaque jeudi  
9h-12h30 / 13h30-18h

Tous les bénévoles sont bienvenus !  
(prévenez avant) Plus d'infos [ici](#)

### Les prochains ateliers mobiles



La Ferté-  
St Aubin

sam. 06/04, 10h-14h,  
Place de la Halle

La Chapelle  
St Mesmin

dim. 07/04, 10h-17h, dans le  
cadre de [Déclic Ecologique](#)  
Espace Béaire

St-Cyr-  
en-Val

sam. 13/04, 9h-13h  
devant la police municipale  
(97 route d'Olivet)

Marigny-  
les-Usages

sam. 13/04, 14h-17h  
Lieu à préciser

Ingré

ven. 19/04, 16h-19h  
sur le marché

Saran

merc. 24/04, 9h-13h  
sur le marché

### Et les RDV hebdomadaires reprennent :

Université  
d'Orléans


Tous les jeudis, 11h-14h,  
La Source, à proximité des  
amphis des sciences

pl. du Martroi  
à Orléans


Les ven. à partir du 12/04  
de 12h à 19h  
sauf 19/04, 10/05


Retrouvez plus de détail et les mises à jour  
éventuelles sur la [page dédiée](#) de la  
Métropole ou sur notre page [facebook](#)


## Quelques bases pour entretenir votre vélo

 Des **pneus bien gonflés**, c'est essentiel pour faire moins d'effort, et pour ne pas abîmer ses roues. Quelle pompe, quel embout, quelle pression ? Des infos sur cette [vidéo](#).

Si vous n'avez pas de pompe à pied chez vous, pensez aux ateliers d'1-Terre-actions et à nos ateliers mobiles bien sûr, mais il existe aussi des pompes dans l'espace public, référencées sur [openstreetmap](#) ou [geovelo](#) (visibles en zoomant).

 Des **freins bien réglés** pour rouler en sécurité. Il est nécessaire de retendre les câbles de frein de temps en temps, et changer les patins ou plaquette de frein lorsqu'ils sont usés. Des explications [ici](#) pour les freins V-Brake. Si vous avez un autre type de frein, une petite recherche internet vous permettra de trouver le bon tuto. Si vos **câbles** sont rouillés ou effilochés, il faudra également les changer.

 Une chaîne de vélo s'entretient : coup de brosse, WD40 pour dégraisser, huile pour lubrifier. Elle s'abîmera et abîmera le reste de la transmission plus vite si elle est sale ou trop sèche.

 Bonus : **réglage son dérailleur arrière**. [vidéo ici](#)

*NB : nous n'avons pas d'action chez les professionnels dont nous reprenons les vidéos :-)*

Enfin, si vous aimez avoir beaucoup de lecture et de nombreuses précisions, le **wiklou** est fait pour vous : c'est le wikipedia du vélo.

Et bien sûr, nous vous montrons et expliquons tout cela quand vous venez dans nos ateliers de la Source et de l'Argonne en [auto-réparation](#).

## Accueil de services civiques

Accueillir des jeunes pour leur transmettre des connaissances fait partie de nos valeurs associatives. C'est pourquoi 1-Terre-actions s'est associée à la **Ligue de l'enseignement** pour recruter deux jeunes en service civique. C'est l'occasion pour eux de découvrir à la fois le monde associatif et le monde de la mécanique vélo.

Nous leur souhaitons pleine réussite dans cette immersion de quelques mois !

## Prêts pour être accompagnateurs ?

Les 18 et 21 mars, nos animateurs étaient présents dans 2 écoles de Saint Jean de la Ruelle. En effet, dans le cadre du dispositif "**Savoir Rouler à Vélo**" développé par l'Éducation Nationale, nous intervenons pour réviser les vélos des enfants. Certains en avaient vraiment besoin !

Cette action, financée par Orléans Métropole, a reçu des retours très positifs des enfants mais aussi des parents et des enseignants qui pour certains découvraient l'asso.

Ce dispositif, le "SRAV", aura pour point d'orgue un grand rassemblement métropolitain qui regroupera plus d'un millier d'élèves qui partiront de toute l'agglomération et se rejoindront au **Parc de Loire le jeudi 23 mai** prochain.

1-Terre-actions sera présent avec un stand, comme d'autres assos mettant en valeur des mobilités douces mais aussi le développement durable, la sécurité routière...

D'ailleurs, **des villes cherchent des bénévoles pour accompagner à vélo** des classes sur le trajet ! Contactez-nous et nous vous transmettrons les coordonnées des intéressés.

Vous êtes les bienvenus pour participer de cette manière à cette grande fête du vélo !

## La FUB, vous connaissez ?



L'asso est membre de la Fédération des Usagers de la Bicyclette, qui regroupe de nombreuses assos vélo !

Créée en 1980, la FUB promeut l'usage du vélo comme mode de déplacement quotidien.

Elle agit pour apporter des réponses concrètes aux cyclistes. Son [site internet](#) est une vraie mine d'informations sur le vélo.

La FUB met également en réseau les assos locales, est active dans la concertation avec les pouvoirs publics et met à disposition des campagnes de communication grand public.

En région Centre, elle a impulsé en 2023 les rencontres régionales de toutes les assos vélo locales. Ce fut un grand moment de convivialité et d'échanges. Suite à ces rencontres, un collectif régional est aujourd'hui en cours de formation ! Chouette !

## MAI à vélo : on s'y met ?

Des rendez-vous partout en France pour fêter le vélo. Un mois pour le découvrir sous toutes ses formes, le reste de l'année pour l'adopter et l'utiliser !

L'asso est très mobilisée au travers des ateliers mobiles organisés tout le mois de mai.

Au-delà, **chacun peut aussi contribuer, avec ses proches, sa mairie, l'école, son asso communale... en organisant un événement favorable au vélo.**

Le site internet qui vous explique tout est [ici](#).

Et ça marche ! A St Hilaire, mairie, assos et habitants organisent en commun des événements tout le mois de mai et les km à vélo sont décomptés grâce au challenge geovelo, avec des résultats appréciés !

Alors à vous de jouer !