

# VÉLO-BOULOT EXPRESS

LE BULLETIN DU



À L'INTÉRIEUR...

Être visible à vélo	2
Info-travaux	2
Semaine de la mobilité	3
Travaux pont ruisseau Thérien	3
Qualité de l'air à vélo	4

PRÉSENTÉ PAR LA  
TABLE DE CONCERTATION VÉLO  
DE L'OUTAOUAIS



## Réseau vélo-boulot 2008... toujours plus grand

Les organisateurs du Réseau vélo-boulot sont une fois de plus extrêmement satisfaits des résultats de l'édition 2008. L'heure n'est pas tout à fait au bilan, mais d'ores et déjà nous constatons que le Réseau a atteint de nouveaux sommets avec plus de 1 260 participants (comparativement à l'objectif de 1 200 participants et 900 en 2007).

Jusqu'à combien de participants le Réseau vélo-boulot atteindra-t-il au cours des prochaines années? Difficile de le prédire. Nous savons par l'Enquête origine-destination 2005 qu'environ 1 800 déplacements à vélo sont effectués durant l'heure de pointe du matin. Nous savons également qu'environ 6 000 déplacements à vélo sont effectués durant une période de 24

heures. Ces chiffres sous-évaluent probablement la part modale du vélo durant la période estivale compte tenu que l'Enquête origine-destination 2005 a été réalisée entre 21 septembre et le 29 novembre 2005. Par contre, ils nous donnent une idée de la proportion des cyclistes utilitaires qui sont *réseautés* par le Réseau

Suite à la page 3

## Activité de clôture du Réseau vélo-boulot et ajouter votre visage « vélo » à la Mozaïk humaine!

C'est le 22 septembre prochain, dans le cadre de la **Semaine de la mobilité (16 au 22 septembre)** et **Journée En ville, sans ma voiture (22 septembre)** que se terminera votre défi personnel vélo-boulot. À cet effet, nous souhaitons souligner cette réalisation par une activité spéciale qui se tiendra à la Maison du Citoyen, Agora Gilles-Rochelleau (25, rue Laurier, secteur Hull, Gatineau) à partir de 16 h

Venez rencontrer d'autres membres du Réseau et certains de nos commanditaires. Tirage des prix de participation et plusieurs prix de présence. Des bouchées et des breuvages seront servis.

Ajouter votre visage à la Mozaïk humaine

Afin de célébrer de façon particulière cette activité, la Ville de Gatineau, la STO et le Réseau vélo-boulot vous

invitent à un happening de photographie artistique en public (à la salle Vidéotron de la Maison du Citoyen de 17 h à 19 h). Des portraits seront croqués pour ensuite être regroupés et former une œuvre collective unique représentant le thème des transports alternatifs et les avantages qui en découlent.

La compagnie artistique **Mozaïk humaine** ([www.artmozaik.com](http://www.artmozaik.com)) œuvre dans la création d'art urbain et d'événements interactifs avec la communauté. Elle a réalisé de nombreuses fresques dans la région, dont celle sur la façade du Musée canadien des civilisations à Gatineau ainsi que celle soulignant le quinzième anniversaire de la maison de la culture de Gatineau. La **Mozaïk humaine** travaille avec les communautés afin de créer des images reflétant le portrait de différentes

cultures, histoires et visions de l'expression humaine.

Ne ratez pas cette occasion de participer à une séance de photographie professionnelle tout à fait gratuitement tout en contribuant à un projet artistique d'envergure! Votre portrait se transformera en un pixel utilisé pour créer une œuvre collective qui sera diffusée en ligne dans les sites Web de la Ville de Gatineau et de la Société de transport de l'Outaouais. Aucune réservation nécessaire. Premiers arrivés, premiers servis! Bienvenue à tous et à toutes!

Pour de plus amples renseignements sur les activités de la **Semaine de la mobilité** et la journée **En ville, sans ma voiture!**, visitez le [www.gatineau.ca](http://www.gatineau.ca) ou composez le 3-1-1.



## Être visible à vélo

Avec l'arrivée prochaine de la saison automnale et, forcément, de journées plus courtes, il est plus qu'important d'être visible et de bien voir ce qui est devant soit à vélo (29 % des accidents mortels à vélo surviennent après la tombée du jour). Pour ce faire, il est important de différencier deux types de système d'éclairage. Le premier, parfois appelé système d'éclairage passif, se réfère aux divers réflecteurs (sur le vélo, les sacoches vélo et les vêtements). Le deuxième, appelé système actif, se réfère aux phares avant et arrière.

### Les réflecteurs

Le code de la sécurité routière requièrent que le vélo soit doté de réflecteurs avant et arrière, au niveau des pédales ainsi que dans les rayons des roues. Voir illustration tirée du Guide de sécurité à vélo de la SAAQ et du MTQ. Comme complément à ces réflecteurs, il est également importants d'avoir des bandes réfléchissantes sur les sacoches de vélo ou les sacs à dos ainsi que sur les vêtements.

### Les phares

Il est important de munir son vélo d'un phare rouge à l'arrière ainsi que d'un phare blanc à l'avant, en plus des réflecteur. Pour le réflecteurs arrière, un phare doté d'au moins trois lumières de type

DEL (diode électroluminescente) et offrant idéalement un rayon d'éclairage de

180 degrés est souhaitable pour être vu jusqu'à 1 km de distance.

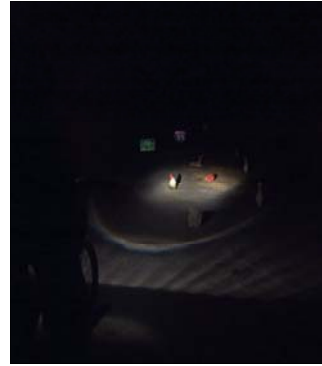
Pour les phares avant, il existe une grande variété de phare allant de 15 \$ jusqu'à 400 \$. Il est important de comprendre que les phares moins dispendieux sont davantage conçus pour être vus par les automobilistes et non d'offrir une grande

visibilité aux cyclistes lui-même. En effet, comme les images ci-contre le démontrent, un phare doté d'une simple lumière incandescente n'offrira pas un grand éclairage au cycliste.

Par contre, un système d'éclairage un peu plus dispendieux (environ 25 à 50 \$) offrira un meilleur éclairage pour le cycliste.

Enfin, ceux qui veulent tout voir (et pour qui l'argent n'est pas un problème), il y a le système *nec plus ultra* valant près de 400 \$ et offrant un éclairage presque comparable à celui d'une voiture!

Consultez le site [www.planetbike.com](http://www.planetbike.com) (fonction « See the light ») pour vous aider à identifier le meilleure système d'éclairage pour vos besoins. Les images des phares proviennent d'ailleurs de ce site.



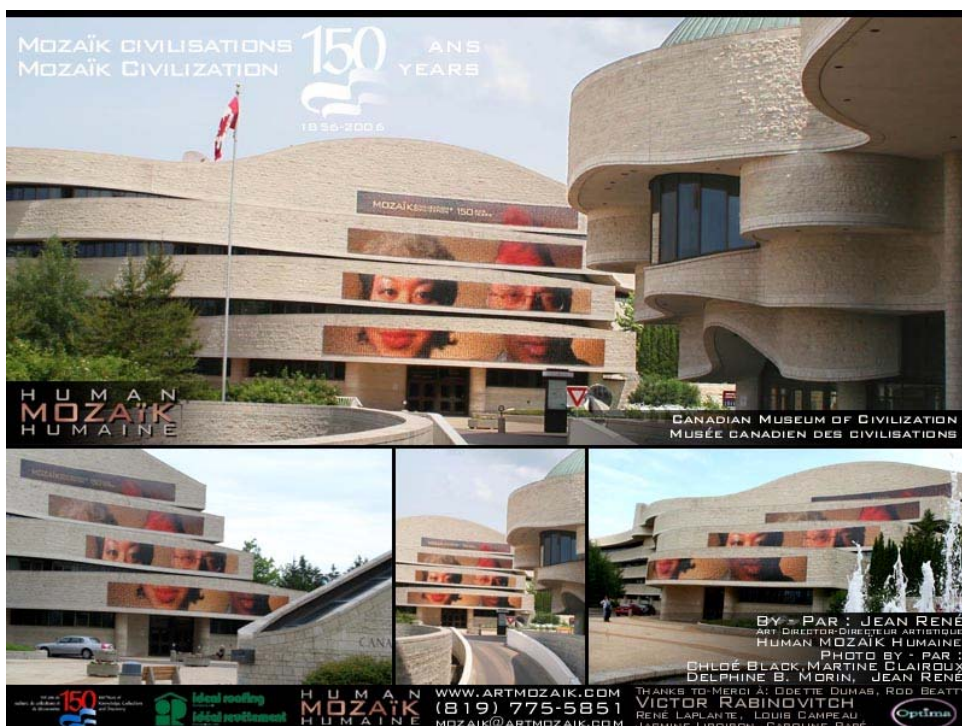
Vous notez un problème (bris, débris, danger potentiel, etc.) sur les voies cyclables de la Ville de Gatineau? Composez le 3-1-1. Ce centre d'appels non-urgents est destiné à transmettre les requêtes, obtenir de l'information, faire une plainte ou soumettre un commentaire. Le centre d'appel assure le suivi auprès des différents services municipaux. Si le 3-1-1, n'est pas disponible de votre résidence, vous pouvez composer le 819-595-2002. Vous pouvez également y accéder sur Internet à : [www.ville.gatineau.qc.ca/311.htm](http://www.ville.gatineau.qc.ca/311.htm) Sur le territoire d'Ottawa, composez le 613-239-5353 (ligne téléphonique gérée par la Commission de la Capitale nationale (CCN)).

## Activité de clôture du Réseau vélo-boulot et ajouter votre visage « vélo » à la Mozaïk humaine (suite)

vélo-boulot. C'est donc une bonne partie des cyclistes qui adhèrent au Réseau. Mais, somme tout, il y a davantage qui ne font pas partie du Réseau vélo-boulot malgré le fait qu'ils prennent leur vélo de façon régulière ou bien qu'ils optent pour un autre mode de transport.

Ce qui revient à dire qu'un de nos objectifs

pour les prochaines éditions sera d'intégrer au Réseau vélo-boulot les travailleurs qui utilisent déjà leur vélo pour se rendre au travail (la force du nombre) et, pour des raisons toutes aussi importantes, de recruter (parmi les navetteurs auto-solo) de nouveaux adeptes du vélo-boulot.



## Durant la Semaine de la mobilité... Invitez un ami à prendre son vélo

Nous souhaitons dans le cadre de la Semaine de la mobilité (16 au 22 septembre) inviter l'ensemble de la population qui n'utilisent pas le vélo pour se rendre au travail à en faire l'essai pour une journée ou quelques fois durant cette semaine. Les membres du Réseau vélo-boulot sont, pour

l'occasion, invités à « contaminer » un collègue, un ami ou un membre de sa famille à enfourcher leur vélo durant cette semaine. Qui sait? Ces personnes pourraient attraper la pique du vélo-boulot se joindre à l'édition 2009 du Réseau vélo-boulot.

## Travaux mineurs près du pont du ruisseau Thérien

La Commission de la Capitale nationale annonce que des travaux d'empierrement sont prévus au pont du ruisseau Thérien au cours de l'automne suite à un lessivage

des pierres cet été. Ces travaux pourraient entraîner la fermeture du pont pour quelques jours.

## Qualité de l'air respirée à vélo pour se rendre au travail

Une récente étude menée au Danemark démontre que, contrairement à ce qui est fréquemment perçu, l'utilisation du vélo n'exposerait pas davantage les cyclistes aux polluants (CO et NOx) de l'air ambiant. En effet, l'étude comparait, à deux moments différents (heures de pointe et hors des heures de pointe), trois groupes d'individus : un premier groupe de navetteurs à vélo empruntant le chemin le plus court pour se rendre au travail, un deuxième groupe toujours de navetteurs à vélo empruntant une voie cyclable éloignée de la circulation automobile et un troisième groupe d'individus empruntant le transport en commun. Les résultats ont démontré, sans grande surprise, que ce c'est le deuxième groupe d'individus (cyclistes), empruntant les

voies cyclables avec une faible circulation, qui était le moins exposé aux polluants. Le groupe de cyclistes empruntant le chemin le court arrivait au deuxième rang. Enfin, les usagers du transport en commun arrivaient au troisième rang. Les déplacements à vélo ou en transport en commun effectués en dehors des heures de pointe réduisaient l'exposition aux polluants de 10 à 30 %. Bref, la meilleure option qui s'offre aux cyclistes est d'emprunter, dans la mesure du possible, les voies cyclables avec faible circulation (rues peu achalandées, pistes cyclables, etc.) et ce, en dehors des heures de pointe.

Ces constats s'appliquent également pour les piétons. En effet, d'autres études ont démontré que le vélo et la marche semblent être les

meilleurs modes de transport pour minimiser l'exposition aux divers polluants de l'air ambiant. Vient ensuite le transport en commun suivi, en dernière position, de la voiture. Les modes de transport écologique sont donc non seulement les plus avantageux pour l'environnement mais également pour nos poumons!

Source :

A proper choice of route significantly reduces air pollution exposure—a study on bicycle and bus trips in urban streets. *Sci Tot Environ* 389 (1): 58-70.

ETA (Environmental Transport Association) 1997, "Road user exposure to air pollution: a literature review", (UK) Dept of Environment Transport & the Regions (DETR).

### POUR INFORMATION

#### RÉSEAU VÉLO-BOULOT

a/s Loisir sport Outaouais  
394, boul. Maloney Ouest, bureau 102  
Gatineau (Québec) J8P 7Z5  
Téléphone : 819-663-2575, postes 30  
Télécopie : 819-663-5568

#### COURRIEL :

[INFO@RESEAUVELOBOULOT.CA](mailto:INFO@RESEAUVELOBOULOT.CA)

**Il est toujours possible de s'inscrire au Réseau vélo-boulot...  
retrouvez-nous sur le Web : [www.reseauveloboulot.ca](http://www.reseauveloboulot.ca)**

Le Réseau vélo-boulot est une activité parrainée par de la Table de concertation vélo de l'Outaouais qui regroupe les organismes suivants :



#### Merci à nos partenaires et commanditaires



Polo Vélo • Bicyclettes de Hull • G.M. Bertrand • Sport échange Outaouais • Vélos des Ronds-Points • Agence de la santé et des services sociaux de l'Outaouais • Arkel • Conseil régional de l'environnement et du développement durable de l'Outaouais • cFocus •