

Tous en selle !

Mai à vélo: c'est le moment de s'y mettre

Samedi 30 mai, l'événement Mai à vélo investira, pour la première fois, la place de la Pointe. Une grande fête placée sous le signe du sport, de la santé, de l'éducation et de la sécurité visant à mettre en selle le plus grand nombre.

Guillaume Gesret

Mai à vélo promeut la pratique du vélo dans toute la France depuis six ans. La ville s'associe pour la première fois cette année à cette initiative portée par un collectif d'associations. « Cet événement national, qui fait découvrir de façon pétillante et ludique tous les avantages de la bicyclette, s'inscrit au cœur du Plan vélo 2 initié par la municipalité », explique Clotilde Munier, responsable du pôle Projets et Mobilités de la ville.

Pour faire de ce rendez-vous une journée d'information et de prévention, la mairie s'appuie sur des partenaires du territoire invités à tenir des stands au sein d'un village dédié à la petite reine, installé place de la Pointe.

Lier l'utile à la santé

Damien Richard, référent sport-santé du Comité départemental olympique et sportif de Seine-Saint-Denis, sera présent, au sein du pôle Santé, pour délivrer ce message : « Rouler à bicyclette au quotidien permet d'allier l'utile, à savoir se déplacer de manière non polluante, à la santé. De nombreuses études scientifiques montrent en effet que la pratique régulière réduit le risque de maladies cardio-vasculaires. » Cet éducateur sportif fera donc le déplacement avec des vélos stationnaires, invitant le public à effectuer des tests d'effort. Au sein de cet espace, les visiteurs retrouveront également les bénévoles de l'association Casiopeea. Cette structure, qui accompagne des femmes atteintes d'un cancer du sein, a lancé, lors du confinement de 2021, le programme Remise en selle. Tous les lundis soir, les adhérentes enfourchent un vélo d'appartement fourni par l'association et se connectent à une séance en visio. « Une kiné anime le cours et l'adapte en fonction des particularités de chacune », indique Sophie Robillard, la présidente de Casiopeea. Nous avons l'ambition de fournir du matériel à 50 femmes. La visio permet aux bénéficiaires de ne pas se soucier du regard des autres. »

Apprendre à tout âge

Samedi 30 mai, les organisateurs mettront également l'accent sur la sécurité. Ils convieront ainsi des chauffeurs de bus de la société Transdev pour qu'ils fassent de la prévention sur les angles morts. Les volontaires auront ainsi la possibilité de s'installer au volant d'un véhicule afin de mieux comprendre les difficultés auxquelles les conducteurs sont confrontés.

En 2025, 7 000 événements avaient été organisés en France et à travers le monde dans le cadre de Mai à vélo. Cette année, Pantin rejoint l'aventure ! (photo d'illustration)

Des dispositifs d'apprentissage du vélo seront également présentés aux personnes tentées de se (re)mettre en selle mais qui redoutent la pratique en milieu urbain. De son côté, la Régie du vélo installera un parcours plus vrai que nature afin que les plus jeunes se familiarisent avec les règles de la conduite en ville. De quoi apprendre à maîtriser les virages, les ralentissements, le franchissement d'obstacles et à partager la route avec les autres usagers...

Samedi 30 mai, il sera également possible, avec Les Bécans d'Antoine, de faire marquer son vélo et donc de le prémunir contre le vol ; de tester la flotte Véligo, un système de location proposé par la région ; d'essayer le Home trainer, un dispositif de réalité virtuelle qui vous fera vivre des sensations fortes (gare aux montées !) et, enfin, de découvrir les réseaux cyclables de la ville et du département.

● Samedi 30 mai, de 9.00 à 18.00, place de la Pointe.

