



# Pédaler au nom de la solidarité

Dans le cadre du projet «Bougeons», des membres TCS aident des personnes d'un âge avancé à collecter et éliminer leurs déchets. Avant de passer à l'action, ces «quinquas» se forment à la conduite d'un vélo-cargo. Touring a suivi un cours.

TEXTE JULIANE LUTZ | PHOTOS EMANUEL FREUDIGER

**E**n ce samedi matin, le soleil resplendissant réjouit la foule des promeneurs, mais désole les malchanceux retenus par des travaux d'intérieur. Et pourtant, dans la salle de cours du centre technique TCS d'Ittigen près de Berne, sept personnes d'excellente humeur ne prêtent aucune attention à la météo.

Agés de 50 à 70 ans, en bonne forme physique et se déplaçant volontiers sur deux roues, ces six hommes et une femme sont volontaires pour être partie prenante du projet «Pédaleur TCS». Leur tâche consiste à collecter des objets encombrants et matières à recycler – vieux papier, bouteilles vides – au domicile de seniors souffrant de problèmes de locomotion et à transporter le matériel ainsi récolté jusqu'à la prochaine déchetterie, tout cela au guidon d'un

vélo-cargo électrique. Lancée à Berne en septembre dernier, cette action gérée par l'Académie de la mobilité du TCS s'inscrit dans le cadre de l'initiative «Bougeons», laquelle cherche à mieux connaître et encourager la mobilité durant la seconde moitié de la vie (dès l'âge de 50 ans et plus).



«Je peux m'imaginer donner de mon temps tous les 15 jours.»

Susanne Seiler-Baur  
future pédaleuse

léger»; quant aux modèles pouvant atteindre 45 km/h, ils appartiennent à

la catégorie «cyclomoteur». Il en résulte notamment qu'une interdiction de circuler pour les voitures, motos et cyclomoteurs s'applique aussi aux vélos électriques rapides (sauf si le moteur n'est pas enclenché), mais pas aux Pédaleurs TCS, puisque ces derniers emploient un vélo électrique lent.

La distance de freinage est également plus longue: sur un vélo traditionnel roulant à 15 km/h, la distance de réaction et de freinage se monte à 10,1 m. Sur un vélo électrique lancé à 25 km/h, il faut compter 18,8 m pour s'immobiliser complètement. Une distance qui se voit encore allongée sur une chaussée mouillée ou si la plateforme du vélo accueille une charge plus ou moins lourde.

Susanne Seiler-Baur écoute attentivement les explications du modérateur du TCS mobilisé pour l'occasion. Agée de 59 ans et domiciliée à Schliern (BE), elle a découvert le projet en lisant un article du magazine Touring. «Je viens d'arrêter de travailler et suis à la recherche de nouvelles activités», explique-t-elle. Combiner engagement social et écologique tout en pratiquant une activité physique, un pari qui l'a immédiatement convaincue! «Je peux parfaitement m'imaginer donner de mon temps une fois toutes les deux semaines», relève-t-elle.



Christina Haas explique les subtilités du vélo-cargo.



Lors du cours, on passe de la théorie à la pratique.

pour terminer la séance, ils s'exercent à piloter leur engin chargé d'un sac de 20 à 25 kg sur la plateforme. Une fois que tous les participants sont à l'aise et en confiance, ils se répartissent en deux groupes et se lancent sur route ouverte. A la suite des deux animateurs, ils franchissent un pont, évitent un obstacle, sélectionnent le mode de propulsion le plus adéquat à la montée et traversent un rond-point. A cet endroit délicat, ils mettent scrupuleusement en pratique les consignes reçues, à savoir se positionner au milieu de la route peu avant l'entrée du rond-point, accorder la priorité aux véhicules venant de la gauche, tourner dans le rond-point au centre de la chaussée et précéder la sortie d'un signe de la main, à l'image des automobilistes enclenchant leur indicateur de direction. Et de répéter l'opération jusqu'à ce que tout le monde maîtrise la manœuvre.

### Signe de reconnaissance, un T-shirt jaune

De retour au centre TCS d'Ittigen, les participants échangent leurs impressions. De l'avis général, les vélos-cargos électriques se pilotent sans difficulté et procurent un réel plaisir de conduite en dépit de leur taille respectable, environ 2,35 m. En conclusion, Christina Haas détaille encore le déroulement des ordres de course. Dès qu'elle reçoit une demande d'aide pour évacuer des déchets, elle contacte tous les participants par e-mail et les questionne pour savoir

lequel d'entre eux est en mesure d'accepter. Comme cadeau, les volontaires reçoivent un T-shirt portant le logo du club et au dos la devise «Bougeons»;



«Cycliste enthousiaste, ce projet me convient parfaitement.»

Beat Zaugg pédaleur en devenir

il est le signe de reconnaissance des Pédaleurs TCS et le moyen de les identifier lorsqu'ils se présentent à domicile. Beat Zaugg se réjouit déjà des premières demandes. Depuis qu'il a pris sa retraite, ce septuagénaire participe à un grand nombre d'activités sociales. «Cela me procure toujours un grand plaisir, c'est aussi pourquoi ce projet me convient parfaitement.» Il souhaite s'engager comme Pédaleur

une fois par semaine, et s'organise déjà en ce sens.

### Une aide pour collecter les déchets recyclables

Les personnes âgées peuvent désormais bénéficier gratuitement des services des Pédaleurs du TCS pour évacuer leurs déchets recyclables – bouteilles vides, vieux papier, aluminium – si le point de collecte est trop éloigné ou trop compliqué à atteindre. Ils seront aidés par les volontaires du projet Bougeons sur leur vélo-cargo électrique, lequel permet aussi de transporter des objets encombrants. Tous les Pédaleurs portent un T-shirt jaune et arrivent à domicile à vélo-cargo électrique, ce sont là leurs signes distinctifs. ♦

Les Pédaleurs peuvent être contactés par e-mail à l'adresse [info@bougeons.ch](mailto:info@bougeons.ch), ou par téléphone au numéro 058 827 34 09. Plus d'informations sur [bougeons.ch](http://bougeons.ch)

Publicité







**RICCI HOTELS**  
FAMILY RESORT  
CESENATICO  
★★★★  
depuis 1954

## EN VACANCES AVEC STYLE

Choisis les meilleurs services, le confort supérieur et les saveurs authentiques de la Romagne.

**RICCI HOTELS • CESENATICO • CÔTE ADRIATIQUE** Tél. 0039 0547 87102 - [info@riccihotels.it](mailto:info@riccihotels.it)

Demande une offre  
[www.riccihotels.it](http://www.riccihotels.it)