

« Famenne à Vélo » c'est...

- 350 km de voies cyclables balisées de points-nœuds : Suivre une série de numéros suffit ! 1
- 6 communes du Pays de Famenne : Durbuy, Hottin, Marche-en-Famenne, Nassogne, Rochefort et Somme-Leuze.
- 4 balades thématiques : Un circuit « nature » (15 km), un circuit « attractions en famille » (17 km), un circuit « historique » (28 km) et un circuit « sportif » (60 km), avec des variantes plus courtes. 2
- La Dorsale famennaise qui traverse tout le territoire, de Houyet à Bomal (74 km).
- Des RAVels et chemins empierrés qui filent à travers bois, des routes et voies de campagne qui relient les villages entre eux.
- Disponible sous différents supports : carte papier 3, circuits GPS, application SityTour, réseau virtuel sur www.famenne-a-velo.be
- Une cinquantaine d'établissements « Bienvenue Vélo » : hôtels, gîtes, chambres d'hôtes, bistros de terroir... qui sont heureux d'accueillir les cyclistes au Pays de Famenne. 4
- Des « Fiesta Vélo », fêtes familiales autour du vélo, organisées plusieurs fois par an. 5

Infos : www.famenne-a-velo.be

De la mobilité et des loisirs... à vélo !

Visualisez les balades thématiques du « Pays de Famenne » à l'aide du QR code suivant !

La carte papier « Famenne à Vélo » est disponible auprès des organismes touristiques de la région.



Pour réparer (🔧), louer ou acheter un vélo (€)...

À Rochefort :

🔧€ Monsieur Christophe Walhain
Cycle Sport
Vente, location et réparation
Rue de Behogne, 59 – 5580 Rochefort
+32 (0)84/21.32.55
www.cyclesport.be

€ Office Royal du Tourisme de Han-sur-Lesse
Location
Place Théo Lannoy, 3 – 5580 Han-sur-Lesse
+32 (0)84/37.75.76
www.valdelesse.be

À Nassogne :

🔧€ J. Cycles
Vente, location et réparation
Rue de Masbourg, 10 – 6950 Nassogne
+32 (0)84/40.06.40
www.j-cycles.be

€ Camping Relaxi Ardennen
Location
Rue de Jemelle, 116 – 6953 Forrières
+32 (0)84/22.33.02
www.campingrelaxi.be

À Marche-en-Famenne :

🔧€ Benoît Lambert Cycles
Vente, location et réparation
Chaussée de l'Ourthe, 100
6900 Marche-en-Famenne
+32 (0)84/31.32.41
www.benoitlambert.be

🔧€ Bike Boudoux Sport
Vente et réparation
Rue des Religieuses, 6
6900 Marche-en-Famenne
+32 (0)84/32.25.29
www.bikeboudouxsport.be

🔧 Les Compagnons de la Maison ASBL
Réparation et vente de vélos d'occasion
Rue Victor Libert, 55
6900 Marche-en-Famenne
+32 (0)84/31.60.09
www.lescompagnonsdelamaison.be

Vous souhaitez réparer, louer ou acheter un vélo à Durbuy, Hottin ou Somme-leuze, surfez sur le site www.famenne-a-velo.be

Nous contacter :

Pays de Famenne ASBL & GAL RoMaNa
Yves-Marie PETER – Caroline DELMARCHE
Rue Saint-Laurent, 14 – B-6900 Marche-en-Famenne
+32 (0)84/222.583
info@paysdefamenne.be – contact@galromana.be
www.paysdefamenne.be



Ne pas jeter sur la voie publique

Fonds européen agricole pour le développement rural : l'Europe investit dans les zones rurales.

Éditeur responsable : Pays de Famenne (ASBL) Rue Saint Laurent, 14 – B-6900 Marche-en-Famenne



En avant ! Avec...



&



L'ÉCOMOBILITÉ un vent de gaieté!

Des conseils, des idées pour se déplacer autrement à ROCHEFORT, MARCHE-EN-FAMENNE et NASSOGNE



« Viens passer ton Brevet du Cycliste ! »

Les élèves de 5^{ème} primaire apprennent à rouler prudemment en ville, en suivant une formation à la sécurité routière, lors de sorties encadrées. Ils obtiennent alors le « Brevet du Cycliste », gage de leur comportement et de leur respect pour la sécurité. Sur les 3 communes, 1000 enfants auront obtenu ce brevet à la fin de l'année 2014.

Projet éducatif réalisé en collaboration avec l'ASBL « Pro Velo » et les écoles.

Infos : www.brevetducycliste.be



« Viens, partons à l'école ensemble, avec le Vélobus ! »

Sécurité et convivialité : le « Vélobus » emmène les enfants à l'école à vélo, selon un circuit prédéfini. Des accompagnateurs coachés et/ou des parents motivés encadrent les enfants, jusqu'à ce qu'ils deviennent autonomes. Les initiations à Forrières, Han-sur-Lesse, Aye et Marche-en-Famenne ont débuté fin mars 2014.

Projet réalisé dans le cadre du projet de coopération mené avec le GAL du Pays du Bugey.

Infos : www.famenne-a-velo.be/velobus



Plein de projets... qui font bouger !



« Viens le mercredi après-midi, on se balade à vélo avec Mamy ! »

Le projet « Remise en selle », propose 2 fois par an, en ville, des sorties à vélo encadrées, pour les aînés. Belle occasion de retrouver le plaisir de faire du vélo, de s'affranchir dans la circulation et de passer un moment convivial avec ses petits-enfants!

Projet intergénérationnel réalisé en collaboration avec la « Maison des Aînés » de Marche-en-Famenne.

Infos : <http://mda.marche.be>

« Viens, quel plaisir de rouler sur des voies cyclables bien entretenues ! »

Des formations à l'attention des ouvriers communaux sont organisées au fil des saisons, pour assurer un entretien des voies cyclables, en pleine osmose avec la nature. Vive la gestion différenciée!



Et que ça roule... et que ça marche!

Pourquoi rouler à vélo ou marcher?

- C'est bon pour la santé! Je fais de l'exercice tout en m'amusant.
- C'est la liberté! Je suis autonome, je ne dépends pas de quelqu'un pour me déplacer.
- C'est rapide! Les embouteillages ne m'arrêtent pas, je prends des raccourcis et je n'ai pas de problème pour me garer.
- C'est économique! Pas besoin de faire le plein, je produis mon énergie.
- C'est bon pour l'environnement! À vélo ou à pied, je ne pollue pas et je profite du calme.

Qu'est-ce qu'un vélo en bon état?

- Des freins avant et arrière en bon état de marche.
- Des pneus bien gonflés et des roues non voilées.
- Une selle à bonne hauteur (assis sur la selle, jambes tendues, la pointe des pieds touche le sol).
- Une chaîne graissée et tendue correctement.
- Un équipement d'éclairage (phares et catadioptrés) en état de fonctionnement.

7 différences...

Entoure les 7 différences entre ces deux dessins.



L'ÉCOMOBILITÉ un vent de gaieté!

Comment adopter une attitude préventive?

- Je suis attentif à ce qui se passe sur la route!
- Je m'assure que les autres usagers de la route m'ont vu.
- Pour ma sécurité, le gilet fluo est conseillé.

À vélo...

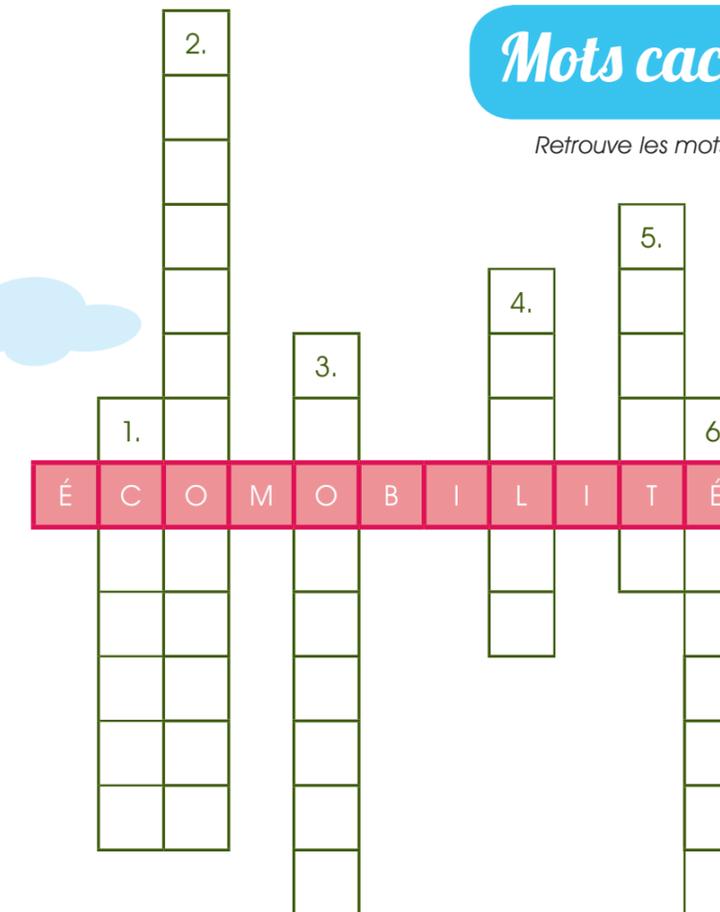
- Je communique clairement mes intentions aux autres usagers (tendre le bras, coup de sonnette).
- Je connais mon itinéraire et prévois les difficultés pour éviter les écarts de direction et les arrêts brusques.
- Je tiens compte, dans ma conduite, de la qualité de mon vélo, de mes réflexes, des conditions atmosphériques, du revêtement de la route,...
- Je fais attention aux piétons et les laisse passer s'ils s'engagent sur un passage clouté.
- Pour ma sécurité, le casque est conseillé.

À pied...

- Je communique mes intentions aux autres usagers, je regarde à gauche et à droite avant de traverser.
- J'emprunte les passages cloutés.
- En l'absence de trottoir, je marche du côté gauche de la route.

Mots cachés...

Retrouve les mots de la grille.



Questions:

1. Je me protège la tête grâce à lui.
2. Mon vélo se voit dans l'obscurité grâce à eux.
3. Elle me permet de me faire entendre à vélo.
4. Que porter pour être en sécurité dans l'obscurité?
5. Bouger, c'est la conserver!
6. En pédalant ou en marchant, je la produis moi-même.

Réponses: 1. Casque / 2. Catadioptrés / 3. Sonnette / 4. Gilet / 5. Santé / 6. Énergie