



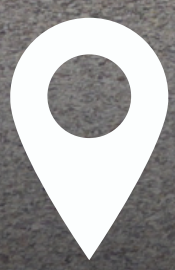
OSEZ LE VOYAGE À VÉLO

BAS CARBONE - LE FESTIVAL

7 & 8 mars 2026



Infos & programme :



MJC Sans Souci,
34 Avenue Lacassagne, Lyon 3



Avec le soutien :



osez.maisonduvelolyon.org

ATELIERS & CONFÉRENCES

SAMEDI 7

Rez-de-chaussée :
Grande Salle : Salle Abd Al Malik
Salle 30 : Salle Nelson Mandela

1er étage
Salle 10 : Frida Khalo
Salle 15 : Frantz Fanon
Salle 20 : Adèle Haenel

11h00
12h30

Salle 30. Bidouille et Biclou avec Philippe Cazalis : Quelques conseils et astuces pour se sortir de mauvaises situations. Petites réparations, bricolage en tout genre, en attendant le réparateur adéquat.

Salle 20. Et si je me mettais au carnet de voyage ? avec Ludivine Alligier : Le dessiner à vélo est un partenaire idéal pour immortaliser ses souvenirs. Ce sera d'autant plus facile avec un brin de technique !

Salle 15. Limiter ses déchets en voyage à vélo avec Claire Dulière : astuces et retours d'expériences : de quoi s'inspirer pour tous types de voyageurs et voyageuses.

14h00
15h30

Salle 30. Voyage en famille au long cours avec Sylvaine Houdy : Un retour d'expérience en famille sur le voyage au long cours avec des enfants. Vous profiterez donc de la version des parents ... et des enfants !

Salle 20. Rejoindre un voyage collectif avec Martin Vericel d'Univoyage : Le cyclotourisme c'est bien, à plusieurs c'est mieux ! L'association Univoyage présente son programme de balades et séjours à vélo et anime un temps de rencontre entre cyclotouristes pour s'organiser de belles aventures collectives en 2026.

Salle 15. L'origine du voyage à vélo avec Maurice Normand : Revivez la grande aventure de l'invention du vélo, du dérailleur et du cyclotourisme. Une saga palpitante pleine de coups du sort, de coups de génie, de coups tordus. Des histoires d'amitiés, d'amours, de trahisons.

15h30
17h00

Salle 30. Qu'est-ce que je mets dans mes sacoches ? avec Sylvaine et Elsa Houdy : Un atelier pour découvrir les indispensables à mettre dans ses sacoches, et aussi ces petites choses qui peuvent contribuer grandement à améliorer le quotidien des voyages au plus au moins long cours.

Salle 20. Les enfants parlent aux enfants avec Philippe & Paul Cazalis : Récit de voyage et partage d'expérience par un enfant pour les enfants... Qu'est-ce qu'il a aimé, moins aimé, souhaitez-t-il repartir, dans quelles conditions?

Salle 15. Voyager avec des ados avec Sonia Fortas : retour d'expérience, en présence de jeunes de la Maison Pour Tous des Rancy (Lyon 3).

10h00
11h30

Salle 30. Voyage en solo au sud de l'Europe avec Amélie Berthelot : Amélie a parcouru de Turin à Athènes en solo sur l'Eurovélo 8. Conseils, anecdotes et défis du voyage en solo pour inspirer celles et ceux qui veulent se lancer.

Salle 20. Voyager en famille à vélo : pas besoin d'être un pro ! avec Géraldine Mouquet : Découvrir le voyage à vélo en famille, accessible à tous niveaux et styles (camping ou hébergement de charme), avec témoignages concrets.

Salle 15. De la Lorraine à la Méditerranée, coulisses d'un voyage itinérant à vélo cet été 2026 avec Didier Couval : Présentation de la 26e randonnée estivale de CyclotransEurope, entre Lorraine et Méditerranée, et retour sur l'organisation d'un voyage itinérant à vélo.

11h30
13h00

Salle 30. Vélo, train, ferry, bus : les joies du voyage lointain sans avion avec Marion Jover et Bertrand Vidailhet : Retour sur un Paris-Tokyo de deux ans à vélo sans avion, avec conseils, anecdotes et ressources pour le voyage lent.

Salle 20. Bases pour réparation vélo

Salle 15. Santé et bobologie en voyage avec Adèle Berthoud : Conseils pratiques, soins courants et gestion de l'urgence pour partir serein.

14h00
15h30

Salle 30. Voyage en famille au long cours avec Sylvaine et Elsa Houdy : Retour d'expérience sur le voyage au long cours en famille : vélos, loisirs, hébergement, santé, école et bien plus.

Salle 20. Le COP Bike Ride : Rejoignez-nous sur le plus grand Relai international à vélo! avec Guillaume Otrage et Anne-Violaine Monnié : Une aventure vélo et climat hors du commun : relai 2024 Paris-Baku, 2025 Baku-Belém, et la COP 2026 en Turquie.

Salle 15. Comment faire le tour de France à vélo quand on n'y voit rien? avec Yves, Gislaine et Sylvain Jouanneau & Aurelie Martin : Yves, malvoyant, a fait le tour de France en tandem avec treize pilotes. Film et récit d'un voyage de 4 000 km en 50 jours.

15h30
17h00

Salle 30. Qu'est-ce que je mets dans mes sacoches ? avec Houdy Sylvaine : Atelier pratique sur les indispensables et astuces pour voyager plus sereinement, avec échanges d'expériences.

Salle 20. Tricycles avec Paul(ine) Magnère & Myriam Gallot : Découvrir le tricyclotourisme pour personnes à mobilité réduite et comment transformer les limites en possibilités.

Salle 15. Comment raconter son voyage à travers un média ? avec Simeon Baldit de Barral : Atelier pour créer un média engagé à partir d'un voyage à impact positif, avec outils et conseils pratiques.

DIMANCHE 8





GRANDE SALLE

TABLES RONDES

SAMEDI 7

DIMANCHE 8

9h30

Atelier préparation pour un premier voyage à vélo avec Amélie : Un atelier pour se lancer sereinement : choix du vélo, matériel, entraînement et astuces pour voyager léger et limiter son impact environnemental.

15h30

Atelier préparation pour un premier voyage à vélo avec Amélie : Les clés pour tester le voyage à vélo : équipement, organisation, préparation et conseils pour partir confiant·e et responsable.

11h00

Itinéraires en Europe avec Godin Olivier : Des idées d'itinéraires en Europe (Portugal, Grande-Bretagne, Pays-Bas, Scandinavie...) accessibles sans avion. Conseils et tracés pour tous les niveaux, inspirés des EuroVelo et de son livre À vélo en Europe.

FILMS

12h30

L'œil du cyclo de Léa Schiettecatte et Brewenn Héлары, 63 mn

14h15

Lignes et horizons (de Bourgoin-Jallieu au Cap Nord) de Aurélie Ferlet, 28 mn

15h00

Tour de Bretagne à vélo de Julien Perret, 35 mn

15h45

Guidoline et rigolade tour en Europe en famille de Bernard Bocquet, 54 mn

17h00

Pirenexus un voyage en Catalogne de Gérard Bastide, 40 mn

20h00

Une route à soie d'Elayis Baudini, 56 mn

21h00

Table-ronde « Femmes et vélo » avec Laura, Elayis, Marion, Caroline et Léa

11h00

Une route à soie de Elayis Baudini, 56 mn

13h00

L'œil du cyclo de Léa Schiettecatte et Brewenn Héлары, 63 mn

14h45

Pyrenexus de Gérard Bastide, 40 mn, suivi de **Maroc père et fils** de Philippe Gouyou-Beauchamp, 17mn

Tout le week-end
Atelier au Jardin

VELOWCOST avec Normand Maurice & Jean Behja : Comment, à partir d'un simple VTT d'occasion il est possible de se préparer, à moindre coût, un premier vélo de voyage. Il sera suffisant pour envisager ses premières aventures...

Contact et infos :



Entrée gratuite · Nombre de places limité

Lieu : MJC Sans Souci, 34 avenue Lacassagne Lyon 3

À proximité Tram T3 station Dauphiné-Lacassagne - Bus C11, C13, C16, C25, BHNS Tb12, arrêt Rouget de l'Isle - Station Vélo'v.

Pour les films, conférences et ateliers, se présenter un peu à l'avance.

osez.maisondouvelolyon.org