Petit guide pour partir avec la caravane des alternatives :
Du 10 au 20 août
Pour une journée, deux, dix…

Du 10 au 20 août, nous avancerons doucement sur les routes et les chemins qui longent la Sarthe, puis le Loir. Découvrir, à un rythme lent, les paysages, les lieux de vie, les villages qui font la Sarthe et nous installer pour un moment de partage, prendre le temps de vivre ensemble, susciter les rencontres ; voilà ce qui nous amène à prendre la route !
Les défis que l'humanité doit relever aujourd'hui : l'adaptation au changement climatique, la perte de bio-diversité, les violences de toutes parts appellent à des dépassements de nos modèles de société tels qu'il nous faut saisir dès maintenant l'opportunité de donner de la force à toutes **les alternatives locales, les solutions à notre désordre global…**.

Contact : alternatiba72-caravane-info@lists.riseup.net
Inscription en ligne : http://goo.gl/forms/beXwV33uXU8zVAp73
Info à jour sur le site : https://alternatiba.eu/lemans/caravane-des-alternatives-2016-2/
Événement Facebook : https://www.facebook.com/events/640114706153115/

Un petit groupe organise depuis cinq mois les conditions pour faire de la caravane des alternatives une expérience à partager. Nous comptons donc à la fois sur la force du **collectif**, de l'**entre-aide** mais nous avons également besoin que chacunE soit **autonome** sur un certain nombre d'aspects. Ce petit guide a pour objet de donner les infos qui permettront à touTEs de s'organiser…

1. Le parcours

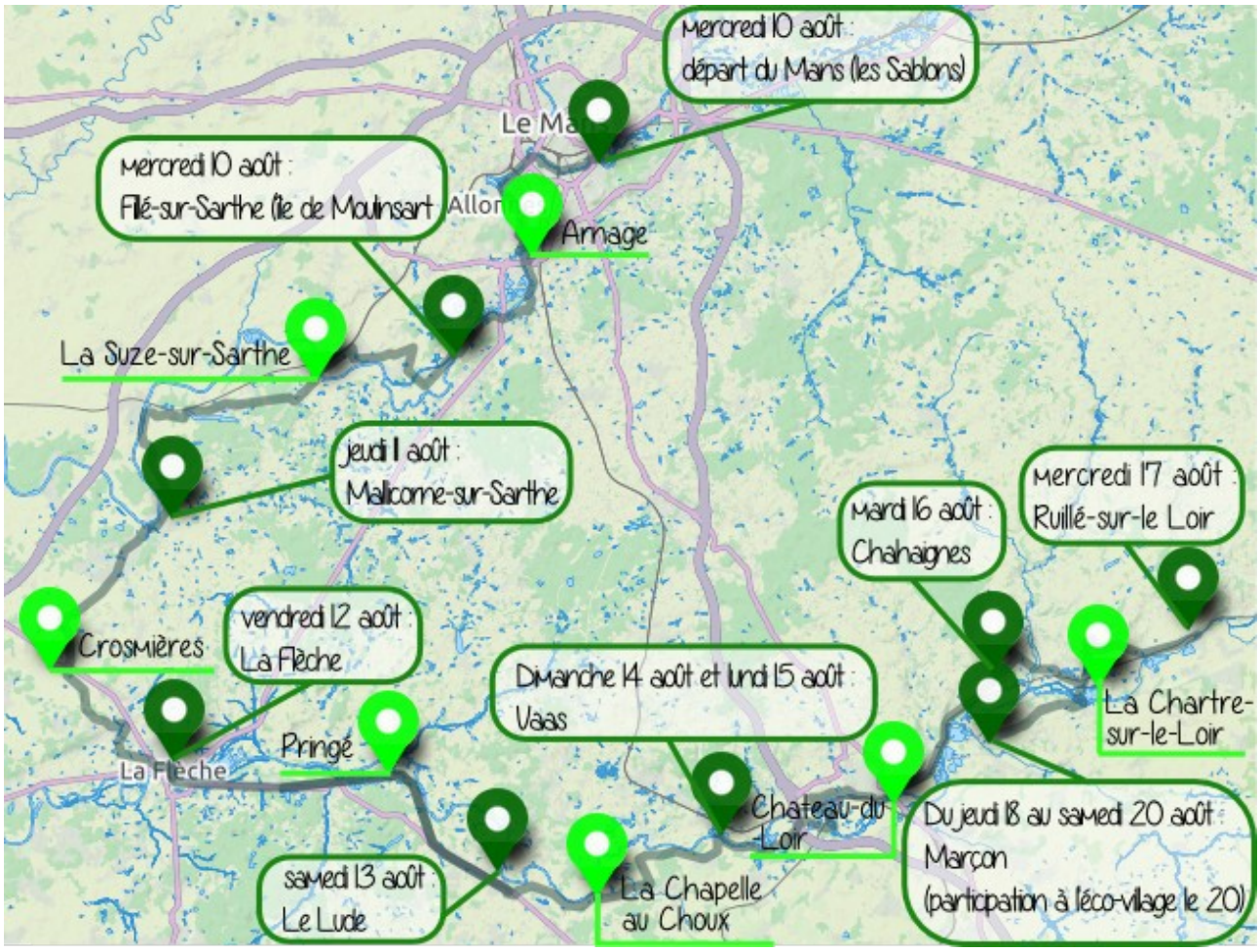
2. A quoi s'attendre ?

3. Le programme détaillé

3. Engagement des participantEs

4. Quelques conseils

I. Le parours



2. A quoi s'attendre ?

Parcours

Le parcours que nous emprunterons ne sera pas déclaré à la préfecture si nous sommes moins de cent cyclistes (!) par contre chaque ville ou village où nous nous arrêterons seront renseignéE de notre passage.
Le parcours a été défini à partir des cartes OpenStreetMap (outil calque Cycle Map), google map et sera affiné grâce à des cartes IGN « randonnées » ou sur place avant le départ lorsque cela est possible. Des personnes connaissant les lieux nous ont parfois conseillé des chemins.

Hébergement

Nous aurons des lieux où installer nos tentes, soit en camping (Le Lude), soit dans des champs ou des prés. Un couchage en dur, pour celleux qui ne peuvent pas camper, pourrait être trouvé si besoin (ex : la Flèche). Nous devrions disposer à chaque fois de sanitaires et d'un point d'eau mais pas toujours de douche. Celleux qui auront besoin de laver du linge (si le temps permet de le sécher!) s'organiseront pour utiliser les laveries dans les villes qui en proposent. (la Flèche, Le Lude, Château-du-Loir)

Repas

Une cantine auto-gérée précédera la caravane pour préparer un pique-nique chaque midi et un repas à partager avec les habitantEs chaque soir. La cantine aura besoin de volontaires pour chaque repas ! Vous pouvez y participer dès maintenant pour l'organiser, faire les menu, etc. !
A part le premier repas du midi, ils seront préparés à partir des produits que nous achèterons aux producteurICEs sur notre parcours. Les produits de l'épicerie seront achetés avant le départ…
Prévoyez les aliments de « réconfort » dont vous pourriez avoir besoin : chocolat, saucissons, etc.

Étapes

Un petit programme est prévu pour chaque étape. Préparation collective du repas du soir, atelier de réparation vélo, visite, rencontre, spectacle, jeux… (le programme en détail est mis à jour sur le site Internet!)
Plusieurs villes d'étape sont accessibles en train, avec le vélo à bord (La Suze, Malicorne (via Noyen), Vaas, Château-du-Loir) ou en car, sans possibilité d'emmener de vélo (La Flèche, Le Lude)
Et vous pouvez aussi venir partager la soirée uniquement !

Équipement

Pour les cyclistes, les étapes seront assez courtes (en moyenne une vingtaine de kilomètres par jour), un simple vélo équipé, et bien réglé, est donc suffisant ! L'asso cyclamaine propose à touTEs les participantEs une révision gratuite de leur vélo (n'attendez pas la première semaine d'août!)
Pour les marcheurEs, les étapes sont… moins courtes ! Mais restent accessibles…
Il est possible d'alterner vélo / marche si vous pouvez partager un vélo !
Les tentes, les instruments de musique pourront être transportés dans le camion de la cantine. (pensez à mettre vos noms dessus!)

Communication

Des articles sont parus dans des bulletins municipaux, des municipalités ont déjà été informées. Un événement facebook a été créé. Radio Alpa nous propose un entretien.
Courant juillet et août, nous demanderons la parution d'article dans la presse locale, nous ferons parvenir des affiches pour les distribuer aux commerçantEs des villes et villages étape.
A chacunE de relayer largement le passage de la caravane dans son réseau !

Coût

Il est demandé une participation de 5E / jour par personne pour les deux repas. (gratuit pour celleux qui ne sont pas en mesure de payer)

3. Le programme détaillé

Jour 1 : mercredi 10 août, Le Mans – Arnage – Fillé-sur-Sarthe

RDV à 9H30 pour un petit déjeuner partagé, “pique-nique de la diver’cité” avec les habitantEs des Sablons.
Organisé avec Concordia, le centre social « le Kaléidoscope », des asso des communautés vivant dans le quartier des Sablons, les p’tits débrouillards.
Départ du Mans à 10H30 pour les marcheurEs, à 11H30 pour les cyclistes.
Le Mans – Arnage (8km en suivant le boulevard Nature à télécharger sur le site Internet du Mans)
Repas du midi à la Gèmerie, à Arnage
Arnage – Fillé (12 km)
Passage vers SPAY avec Spay’Cific, GAEC Bio Avenir et Champ solaire
Arrivée vers 15H ou 16H à Fillé-sur-Sarthe
Fabrication de pain dans le four à pain du moulin.
Préparation du repas partagé (à partir des produits de Marie Sidibé, AMAP des îles du milieu) Occupation de l’île de MoulinSart pour l’animation (amphithéâtre, moulin pour faire du pain, jardin, parc, salle polyvalente…) Hébergement sur gazon sur l’île + Salle polyvalente

Jour 2 : jeudi 11 août, Fillé-sur-Sarthe – La Suze – Malicorne-sur-Sarthe

Départ de Fillé à 9H30 pour les marcheurEs, 10H30 pour les cyclistes
Fillé – La Suze (10 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs ou des cyclistes par le train de la Suze*
La Suze – Malicorne (17 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs ou des cyclistes par le train de Noyen-sur-Sarthe.*
Arrivée vers 16H à Malicorne
Animations, rencontres dans le village (artisans faïenciers, micro-ferme en permaculture…)
Préparation du repas partagé
Spectacle déambulatoire « l'autre jardin » par la compagnie l'Escamoteuse
Hébergement au camping municipal

Jour 3 : vendredi 12 août, Malicorne-sur-Sarthe – Crosmières – La Flèche

Départ de Malicorne à 9H30 pour les marcheurEs et les cyclistes.
Malicorne – Crosmières (12 km)
Présentation de l’AMAP du Clos Vert et atelier désherbage (pour celleux arrivéEs le plus tôt!)
Crosmières – La Flèche (10 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs via le car régional.*
Arrivée à La Flèche vers 15H30
16H30 : atelier réparation de vélo avec Localyptus et cyclopédie (champ Baudry)
18H : Visite d’une micro-brasserie
Préparation du repas partagé
20H30 : Rencontre au Bar à Z’arts après le repas
Campement dans le champ d'une habitante (dans le quartier du Verron)

Jour 4 : samedi 13 août, La Flèche – Pringé – Le Lude

Départ de La Flèche à 9H30 pour les marcheurEs, 10H30 pour les cyclistes
La Flèche – Pringé (11 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs via le car régional*
Extrait du spectacle de Françoise Suhard et Bruno Demaugé : “êtres au lavoir” (lavoir de Pringé)
Pringé – Le Lude (13 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs via le car départemental au Lude*
Arrivée au Lude vers 16H30
Animations et rencontres avec les habitantEs du foyer logement du Lude, des participantEs des incroyables comestibles, d'une éleveuse de vache laitière, d'un ornithologue amateur de la LPO

Préparation du repas partagé
Possibilité (pour les cyclistes) de visiter la ferme de Nicolas Fleurance (Les deux Eves)
Hébergement gratuit au camping municipal (douches, sanitaires)

Jour 5 : dimanche 14 août, Le Lude – La Chapelle aux choux – Vaas

Départ du Lude à 9H30 pour les marcheurEs, 10H30 pour les cyclistes
Le Lude – La Chapelle aux choux (7 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs via le car départemental au Lude*
La Chapelle aux choux – Vaas (10 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs ou des cyclistes par le train de Château-du-Loir*
Arrivée à Vaas vers 15H30
Préparation du repas partagé
Rencontre d'un auto-constructuer et bardelier
Campement dans un grand pré (accès à l'eau et toilettes sèches)

Jour 6 : lundi 15 août, Vaas

Arrivée possible pour des marcheurEs et les cycliste par le train à Château-du-Loir
Possibilité de participer à un chantier d'éco-construction
Découverte d'un Kerterre
Participation au petit festival à Vaas organisé par l'association Baobab avec Gratiferia et concert
Détente, ballade, repos…

Jour 7 : mardi 16 août, Vaas – Château-du-Loir – Chahaignes

Départ de Vaas à 9H30 pour les marcheurEs, 10H30 pour les cyclistes
Vaas – Château-du-Loir (10 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs et les cyclistes par le train à Château-du-Loir*
Château-du-Loir – Chahaignes (10 km)
Arrivée à Chahaignes vers 16H
Découverte d'un vin naturel, rencontre d'un artiste sculpteur, Sam Phil
Préparation du repas partagé
Campement à Chahaignes dans un champ (toilettes (peut-être sèches), point d'eau)

Jour 8 : mercredi 17 août, Chahaignes – La Chartre-sur-le-Loir – Ruillé-sur-le-Loir

Départ de Chahaignes à 9H30 pour les marcheurEs, 10H30 pour les cyclistes
Chahaignes – La Chartre (7 km) *Arrivée possible pour des marcheurEs et des cyclistes à la Chartre*
Pique-nique près du plan d'eau ou de jardins partagés
La Chartre – Ruillé (6 km)
Arrivée à Poncé vers 16H
Visite d'un jardin cultivé sur « sol vivant »*, canoé* , mise en lecture des textes issus de l'atelier d'écriture de l'arbre à plumes, le 19 septembre dernier et sur la route…
Préparation du repas partagé
Hébergement au camping municipal

Jour 9 : jeudi 18 août, Ruillé-sur-le-Loir – La Chartre-sur-le-Loir – Marçon

Référentes : Emmanuèle, Amélie
Départ de Ruillé-sur-le-Loir à 9H30 pour les marcheurEs, 10H30 pour les cyclistes
Ruillé-sur-le-Loir – La Chartre-sur-le-Loir (6 km)
Pique-nique près du plan d'eau ou de jardins partagés
La Chartre – Marçon (6 km)

Arrivée à Marçon vers 15H30
Préparation du repas partagé
Campement sur le lieu du festival organisé par l'association Ondes Positives avec les autres bénévolEs (douches du stade de foot, sanitaires)

Jour 10 : vendredi 19 août, Marçon

Participation aux préparatifs de l'éco-village de Marçon
Ballades, détente, kayak…

Jour 11 : samedi 20 août, Marçon – Château du Loir (- Le Mans)

Participation à l'éco-village
En fin de journée : Concert (entrée offerte à touTEs les participantEs de la caravane)
Pour voir le programme : https://ondespositivesasso.wordpress.com/
ou retour par le train de Château-du-Loir (par le (dernier) train à 17H24)

Jour 12 : dimanche 21 août, Marçon – Jupilles – Ecommoy (- Le Mans)

Pour celleux qui ne sont pas partiEs la veille.

- Marçon – Château-du-Loir : 9 km, puis retour au Mans par le train de Château-du-Loir à 10H52
- Marçon – Jupilles : 15 km

Marché de Jupilles pour partager le repas à Crocus chez Fréda, découverte de Crocus
Jupilles – Ecommoy : 12 km puis retour au Mans par le train d'Ecommoy à 19H09

- Marçon – Le Mans

3. Les participantEs s'engagent à :

- Respecter le code de la route (rouler en binôme : pour veiller l'unE sur l'autre, s'entraider, se soutenir et s'assurer d'arriver à bon port dans les meilleures conditions, respecter les distance de sécurité en évitant de former des pelotons compacts : pour permettre aux véhicules motorisés de dépasser la caravane, il est prévu de rouler en petits groupes de 5 à 8 vélos, espacés d'une dizaine de mètres chacun.)
- Emporter un sac de voyage d'un poids et d'une taille raisonnables et son matériel de camping
- Respecter la nuit le sommeil des personnes présentes sur le site.
- Préserver la propreté des sites d'accueil
- En tant qu'adulte référent éventuel, veiller à la sécurité et au bien-être des enfants qui sont sous sa responsabilité.

4. Quelques conseils

Voici une liste de matériel que chaque participantEs devrait se procurer (à compléter…)

Des chaussures adaptées à la marche / un vélo qui roule bien (doté d'un porte-bagage avec des sacoches ou bien d'une petite remorque ou d'une carriole)
Matériel de camping : Tentes, matelas (de quoi les gonfler)
Affaires de pluie ou soleil, chapeau casque(tte), lunettes, crème solaire
Lampe torche, lampe frontale, lumière de vélo
Papier toilette
Vêtements chauds (ou pas!)
Boules quies
Affaire de toilettes
Un nécessaire léger de couvert (une tasse, un couteau…)
Des aliments de « réconfort » perso
De quoi jouer, lire, faire de la musique…
De la déco de vélo