

# Je m'active à Lachine!



## Le printemps sur 2 roues

Le soleil a fait fondre la neige et les crocus pointent leur nez hors du sol humide...

Les marcheurs et cyclistes se font de plus en plus nombreux : c'est le printemps!

Les pistes cyclables ouvriront officiellement le 1er avril prochain et plusieurs sont déjà praticables. Soyez prêts à vous délier les jambes. Qu'il soit rangé au garage, au cabanon ou sur le balcon, il est temps de sortir votre vélo et de le préparer pour la saison chaude. Afin de profiter pleinement de vos sorties à vélo, voici quelques conseils qui sauront rendre vos trajets plus agréables et plus sécuritaires.

- Si votre vélo était rangé tout l'hiver, il a peut-être besoin d'un petit ajustement. Vous pouvez le confier à l'une des trois boutiques de professionnels de Lachine qui font la mise au point pour une trentaine de dollars. Sinon, vous pouvez réaliser vous-même les arrangements de base qui sont, habituellement : le gonflage des pneus, le serrage des freins, le graissage de la chaîne et le serrage des boulons des pièces mobiles (comme la selle par exemple).

- La mise au point peut aussi être l'occasion d'ajouter certains articles essentiels comme des réflecteurs manquants, un porte-gourde ou de vous munir d'un meilleur cadenas.

- Vérifiez si votre casque est toujours adéquat et bien ajusté, particulièrement pour les enfants en bas âge. Ils grandissent vite et ils ont peut-être besoin d'un nouveau casque. Magasinez-le avec eux, ils seront plus enclins à le porter !

- Avant d'entamer votre première randonnée, faites des étirements ainsi qu'un tour du quartier avec votre vélo, histoire de vous assurer que les ajustements sont bien effectués.

Il ne vous reste plus qu'à planifier votre sortie à vélo en vous rappelant que le vélo est le moyen le plus efficace pour se déplacer en ville sur de courtes distances. Alors que ce soit pour longer le canal Lachine, aller au travail ou faire des emplettes, la saison du vélo est vraiment relancée.

Voici les adresses des trois commerçants vélo de Lachine, n'hésitez pas à les visiter.  
D'amour Bicycles 600 rue Victoria  
Bicyclettes Rossi 2500 Boul Saint-Joseph  
Rouemanie 101 6e av.



*Mélanie Durand, du Comité de revitalisation Saint-Pierre, n'a pas attendu que la neige soit fondue pour ajuster son vélo. Elle est désormais fin prête pour les belles journées. (Photo Alexandre Campeau-Vallée)*

Campagne réalisée par le  
Comité sur le transport à Lachine.

Pour tous renseignements,  
contactez le GRAME au 514. 634. 7205.

En collaboration avec

Le **Messenger** Lachine & Dorval

[www.messengerlachine.com](http://www.messengerlachine.com)

3296265