

## Ghislaine BOURDET



C'est Ghislaine Bourdet qui cette fois a bien voulu répondre à quelques questions, afin de partager sa pratique de cyclotouriste. Ce fut un moment bien agréable ; je ne parle pas du thé, du moelleux aux châtaignes (recette à la fin de ce Cyclo Café) et des gâteaux secs provenant de

chez notre boulanger-pâtissier préféré (je vous conseille les boîtes pré-remplies), mais nous nous connaissons un peu et avons passé un très bon moment.

Ghislaine est adhérente au club depuis 2011 et sa silhouette élancée est bien connue de toutes et tous car elle est souvent présente sur son vélo et sur les différentes organisations.

**Ghislaine, tu es née il n'y a pas très longtemps, bien sûr, mais où as-tu grandi ?**

Je suis née à Courbevoie dans les Hauts de Seine mais j'ai passé les trois premières années de ma vie à Paris, juste avant de partir m'installer avec ma marraine à St Médard en Gironde.



Mes premiers tours de roues datent de mes 4 ans environ ; une petite copine me prêtait son vélo et j'ai le souvenir d'avoir vite appris. Aux alentours de mes 6 ans, j'ai reçu un vélo rouge avec des sacoches écossaises. Entre 7 et 18 ans, nous avons vécu à Poissy, où rouler n'était pas pratique car c'était déjà trop dangereux ; lorsque nous allions dans l'Yonne, pendant les vacances, je faisais du vélo autour de Vezelay et je me revois dépassant les garçons ; il faut dire que j'étais sportive car pratiquant l'athlétisme.

**Tu as continué le sport à l'âge adulte ?**

Est arrivé l'âge du mariage et des enfants, et je n'avais guère le temps de pratiquer un sport. Ensuite nos métiers nous ont conduits à Suresnes et c'est là que j'ai commencé à courir un peu ; nous habitons et travaillons sur le même

site, et la course à pied me permettait de m'évader un peu. Le week-end nous allions dans notre maison aux Mesnuls. J'ai connu des copains qui m'ont entraînée à courir davantage, et à partir de ce moment-là j'ai couru plus sérieusement et j'ai participé à de nombreuses courses. : Paris-Versailles, le marathon de Paris, couru en un petit peu plus

de 4h, avec ses tunnels difficiles à passer, des semi-marathons à Emancé, Andrésy (que j'affectionnais particulièrement) , Le Perray et Rambouillet entre autres. Puis nous nous sommes installés définitivement aux Mesnuls.

### **Toujours pas de vélo ?**

A l'aube de mes 48ans, j'ai tenté le vélo, le dimanche matin, car courir était devenu trop pénible en raison d'un mal au dos. Je me souviens que c'était un vélo en dural (duralumin). Lorsque ma retraite est arrivée, je me suis offert un vélo « specialized », en carbone, avec trois plateaux, et surtout avec un cadre à ma taille, acheté chez Jacky à Rambouillet, Le mal de dos a disparu, mais il faut dire que j'ai fait faire par un ostéopathe, installé à Epinay sur Seine, une étude posturale afin que le réglage soit au plus près de mes besoins et pendant plusieurs années j'ai roulé en vallée de Chevreuse. J'ai aussi beaucoup roulé en montagne à cette période et j'ai grimpé de nombreux cols dans les Alpes, les Pyrénées et les Vosges.



### **Et ton arrivée au club ?**

C'est en fréquentant plus souvent les magasins de vélo que j'ai découvert, grâce aux affiches, l'existence du club de vélo de Maurepas ; je commençais à m'ennuyer à rouler seule et je recherchais une façon de pratiquer ce sport en groupe. Je me suis inscrite et j'ai immédiatement été ravie de l'accueil qui m'était réservé, et la pratique correspondait tout à fait à ce que je cherchais. J'ai commencé à rouler avec Michel Dautresme dans le groupe 5 puis dans le groupe 4 avec Claude Rossi. A cette époque je ne consultais pas le site et ne connaissais pas l'existence des séjours du club ou week-end, mais depuis je me suis bien rattrapée.

### **Tu as parcouru les différentes régions de France :**

Mon premier séjour club était en Ardèche ; depuis celui-ci, je pense avoir participé chaque année à tous les voyages ; ainsi, je suis allée dans le Gers, à Millau, en Bretagne, dans le Lot et en Alsace ; cette année je serai de la partie en Anjou. Je n'ai en tête que de bons souvenirs : la pluie et le vent de Bretagne, la chaleur de l'Alsace, la bonne ambiance du Gers, les beaux paysages ardéchois ; tous ces séjours ont été très

agréables.

Et pour attendre l'arrivée du séjour du mois de juin, je m'inscris aussi aux week-end proposés : des allers-retours à vélo depuis Maurepas qui m'ont conduite à Varengeville, à Blois, dans le Vexin, à St Méen, au Mont-St-Michel ou dans les Ardennes belges. Cette année, j'irai à Sosoye dans les Ardennes.



### **As-tu connu la journée du club en septembre ?**

Je pense avoir participé à toutes, la première pour moi était en Anjou.

J'ai aussi deux autres très bons souvenirs : c'est d'une part ma participation aux 24H du Mans où nous avons pédalé dans une ambiance extraordinaire ; il y avait Sylvie et Xavier, Yannick Mouchet et Yannick Le Gentil, Chantal et Bernard, Gisèle et Henri et Odile. Le second, c'est mon baptême de vélo sur piste au vélodrome de St-Quentin où j'ai réussi à monter tout en haut de la piste malgré une petite crainte.

### **Et les grands rassemblements plus institutionnels ?**

Je n'ai jamais participé à une Semaine Fédérale ; je pense qu'il y a trop de monde pour moi. En revanche, j'ai fait partie des cyclotes des Yvelines qui sont allées à Strasbourg, et ce fut une aventure incroyable : autant de pluie sur une semaine est inimaginable, mais impossible aussi de vivre autant de bons moments. L'année prochaine, nous irons à Toulouse.



### **Mais nous te voyons aussi souvent du côté de l'organisation ?**

Dans la mesure de mes disponibilités, j'essaie de donner un coup de main, que ce soit à l'accueil de Hauteurs et Vallées ou pour le pot du premier mai cette année. Cette année, j'ai fait la formation PSC1 (Prévention Secours Civique Niveau 1) et j'essaie d'aider au maximum ceux qui en ont



besoin en testant le tandem-Trike par exemple. Je suis prête pour aider à l'organisation de la cyclo-cancer du mois d'octobre.



### **Il est vrai que tu as une autre passion**

Oui, je peins depuis plusieurs années, 1991 exactement, et chaque samedi depuis 2004 je suis à Paris à l'académie ; c'est vraiment une passion, et plus jeune j'aurais aimé pouvoir m'inscrire à la faculté des Beaux Arts, mais à l'époque suivre certaines études était plus compliqué. De temps en temps, lorsque ma sœur de Nantes me rend visite, nous parcourons les

musées de peinture parisiens.

*Je me souviens qu'à une fête du club, nous avons pu voir des peintures de Ghislaine ; ses très grandes natures mortes sont vraiment très réussies. J'ai passé un très bon moment avec Ghislaine à laquelle je souhaite une très belle année de vélo. Nous la retrouverons en forme pour Toutes à Toulouse !*

*Entretien de Danielle CORS avec Ghislaine BOURDET*

Et si vous souhaitez comme moi vous régaler :

### **MOELLEUX AUX CHATAIGNES**

#### **Les ingrédients**

*60 g de lait en poudre Régilait\**

*500 g de crème de marrons*

*50 g de poudre d'amandes*

*3 œufs*

*80 g de beurre fondu*

*1 sachet de levure chimique*

*1 cuillère à café de rhum*

*\* écrémé, demi-écrémé ou entier selon les goûts.*

#### **La préparation**

*1 - Mélanger les œufs, le lait en poudre Régilait et le beurre fondu.*

*2 - Ajouter la poudre d'amande, la levure, le rhum et la crème de marrons.*

*3 - Beurrer et fariner un moule à manqué (diamètre 20 cm).*

*4 - Verser la préparation dans le moule.*

*5 - Faire cuire à four chaud à 180° pendant 35 minutes.*

*Laisser tiédir et démouler*