

LA MARCHÉ ET LE VÉLO : DES MOYENS DE TRANSPORT ZÉRO ÉMISSION DE CO2

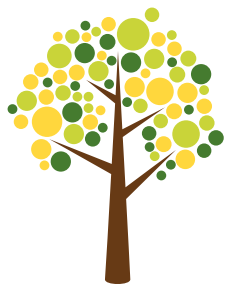
La semaine européenne de la mobilité 2020, commence le 16 septembre jusqu'au 22 septembre. Chaque année les entreprises, les régions, les associations, les collectivités... s'engagent partout en Europe à promouvoir la mobilité douce.

Cette année le thème sélectionné est celui de la mobilité **zéro-émission pour tous**.

La mobilité propre accessible à tous reflète les objectifs ambitieux mais nécessaires d'un continent neutre en carbone d'ici 2050. Aujourd'hui on vous parle de la marche à pied et du vélo.



➔ Bon pour tous



Ces deux modes de transport : le vélo et la marche, ne produisent pas d'émissions nocives pour la santé et l'environnement et en plus de cela, ils contribuent à notre bonne santé.

De plus, en adoptant ces deux modes de transports nous participons à la création d'une nouvelle ville plus attrayantes, avec moins d'embouteillages et de pollution allant vers une meilleure qualité de vie.

Savez-vous combien de CO2 produisez-vous lorsque vous vous déplacez ? Pour vous donner un repère : Prenez en compte qu'un **arbre consomme en moyenne 50kg/an de CO2**.

Faites le test : <https://ecolab.ademe.fr/transport>
Calculez la nombre d'arbre qu'il faudrait pour compenser vos émissions de Co2 et **partagez nous en commentaire vos résultats !**

➔ Dépensez-vous sans dépenser

Marcher 1h par jour. Et oui ! 1h par jour, une solution pour exercer une activité physique sans dépenser un centime. Ce n'est pas si impressionnant que cela en a l'air, on vous explique tout.

La marche est l'activité sportive la plus simple à pratiquer, et ce, au quotidien. Réorganisez votre journée en incluant la marche à pied dès que vous le pouvez !

Entre amis, entre collègues ou bien seul, marcher permet de préserver votre santé, votre forme et améliore votre condition physique.

En plus d'être une activité bénéfique pour votre corps, marcher permet aussi de découvrir de nouveaux endroits, de nouveaux paysages. En décidant d'aller au bureau à pied ou à vélo, ou en faisant une partie du trajet ainsi, vous découvrirez sûrement des choses sur votre route ! Le midi, au lieu de prendre sa voiture pour aller acheter un sandwich et risquer en plus de subir les embouteillages, allez-y à pieds ou à vélo.

Renseignez-vous auprès de votre organisme pour connaître les solutions de mobilité douce proposées par celui-ci.

➔ Allez, on bouge



Notre corps est fait pour bouger, mais nous sommes nombreux à ne pas trouver le temps de rester actif durant la journée.

Entre les transports, le bureau et les écrans, notre temps est majoritairement consacré à rester assis.

**Ensemble nous sommes plus forts et capables
de changer notre avenir vers un monde durable et responsable.**

Alors, tentons l'expérience !