

# Transport



Le déplacement des personnes  
= **30%** des émissions de CO<sub>2</sub> !

Réduisons rapidement nos émissions de CO<sub>2</sub> par des alternatives simples :

## ACTIONS

- ➔ **Déplacement doux** : le VTT n'émet aucun CO<sub>2</sub> ! En ville, 50% des trajets en voiture font moins de 3 km. La combustion d'un litre d'essence produit 2,4 kg de CO<sub>2</sub>.
- ➔ **Les TER** acceptent très souvent les vélos dans les wagons (NB : vérifier qu'il y ait le logo « vélo-train »). Sur le trajet Paris-Marseille, une personne en voiture produit 89 kg de CO<sub>2</sub> contre 3 kg en train. Les vélos sont en plus très pratiques pour se déplacer sur vos lieux de vacances en limitant les émissions de CO<sub>2</sub>!
- ➔ **Le covoiturage** réduit la facture pour la planète mais aussi pour votre portefeuille. Cela permet aussi de relever la moyennetrs faible de taux de remplissage des voitures qui est actuellement de 1,25 !
- ➔ **Les cars** au départ des grandes villes et les navettes locales sont aussi de bonnes alternatives.



# Alimentation



**1/3** de nos déchets ménagers sont constitués d'emballages.

## ACTIONS

- ➔ **Le meilleur déchet** est celui que l'on ne produit pas ! Achetez des produits réutilisables ou recyclables, et sans emballages inutiles.
- ➔ **Ramenons nos déchets** et mégots dans notre sac. Les sacs en plastique = 100 000 tonnes de déchets annuels = 100 à 400 ans pour se dégrader naturellement.
- ➔ **Utilisons une gourde et buvons l'eau du robinet.** Cette dernière est tout aussi bonne pour la santé, on évite l'emballage plastique et les émissions de CO<sub>2</sub> dues au transport.
- ➔ **Mangeons des produits bio** pour supprimer l'utilisation de pesticides et d'engrais de synthèse, polluants pour les sols et l'eau.
- ➔ **Mangeons des produits locaux.** C'est un soutien à l'économie locale, cela permet la réduction des émissions de CO<sub>2</sub> dues au transport... Et ils sont bien meilleurs, qui dirait non à un bon pain au levain et une tranche de saucisson aux myrtilles ?

# Matériel



**3,8 millions** de vélos vendus en France en moyenne chaque année !

## ACTIONS

- ➔ **Réduisons le gaspillage** en appliquant la règle des 4 R =
  - **Réutiliser** : favorisons les circuits d'occasion pour acheter ou donner son matériel usagé.
  - **Réparer** pour prolonger la vie d'un objet.
  - **Réduire** pour gagner de la place dans la poubelle.
  - **Recycler** : jetons nos vélos à la déchetterie, une partie des métaux peut être revalorisée.  
700 canettes en aluminium = 1 cadre de vélo.
- ➔ **Eco-conception.** Les marques développent de plus en plus des filières bio pour le coton et végétales pour la fabrication de sacs, chaussures, vêtements techniques, etc. En achetant ces produits, j'encourage le développement de ces filières qui respectent l'environnement.
- ➔ En cas de crevaison, **n'utilisons pas de bombes anti crevaison** chargées en produit polluant et dévoreuses d'énergie à la fabrication.
- ➔ **Nettoyons nos VTT sans excès d'eau** et avec des produits biodégradables.

# Ecosysteme



**Le principal impact du VTT** est l'érosion des sols provoquée par les passages répétés et surtout par une conduite sportive : dérapage et passage en force.

## ACTIONS

- ➔ **Restons sur les sentiers** : au printemps, les animaux sortent de l'hiver et sont fragiles. C'est aussi une période importante de reproduction, ne les dérangeons pas !
- ➔ Le VTT est une activité technique, **ne coupons pas les virages en descente, respectons les limites des sentiers** sans faire de « coupes », cela détériore le sentier et accélère l'érosion. Le challenge sera supérieur de réussir un virage serré et technique plutôt que de couper tout droit dans la pente hors des sentiers !
- ➔ Participons avec un club, une association à l'entretien des chemins : **nettoyage de printemps**, enlèvement des branches et pierres, drainage de l'eau hors des sentiers, création de murs de soutènement... On sera d'autant plus heureux de rouler sur un sentier que l'on a contribué à entretenir !