

# Modes doux

---

— Les modes doux sont des modes de transport actifs et non motorisés. Il s'agit de la marche, du vélo, mais aussi d'autres moyens de transport auxquels on pense moins : la trottinette, les rollers, la planche à roulettes...

— N'utilisant aucune autre source d'énergie que nos muscles et ne rejetant aucun gaz dans l'atmosphère, ces modes de déplacement sont parfaitement propres et invitent à changer notre rapport au temps. En ville par exemple, où l'on effectue essentiellement des trajets de moins de trois kilomètres, le vélo est souvent plus rapide et toujours plus économique que la voiture.

— Prendre le temps de marcher, de pédaler ou retrouver la sensation de glisse apporte un bien-être quotidien et une amélioration nette de la santé. C'est un moyen très simple de contrer les effets néfastes de notre sédentarité.

— De plus en plus d'actions en faveur de ces modes doux sont organisées par les municipalités, qui leurs réservent une place plus sécurisée par les pistes cyclables ou les abris protégés par exemple.

## POTENTIEL DE SOBRIÉTÉ

---

● ● ● Économies  
d'énergie

● ● ○ Changement  
des imaginaires

● ● ● Économie  
de ressources

● ● ● Construction  
de la résilience

---

🏠 **ÇA EXISTE PRÈS DE CHEZ VOUS !**  
Plus d'info: [virage-energie-npdc.org](http://virage-energie-npdc.org)