

## Participez à nos évènements !

La plateforme Bougez futé ! Paris-Val de Marne vous propose de nombreuses animations gratuites lors de la Semaine du développement Durable ! **1er au 7 Avril**

### Toute la semaine

- Venez **découvrir la plateforme Bougez futé !**, ses services, ses valeurs, son équipe. Tester le covoiturage, les Vélos à Assistance Electrique, inscrivez-vous aux formations vélos, participez au quizz éco-mobilité avec de nombreux lots à gagner !

- Faites **marquer votre vélo** contre le vol (sur rendez-vous)

### Vendredi 3 Avril - 20 h

**Vivez une expérience unique !** Profitez d'une balade nocturne à vélo dans Paris !

RDV à 20h à la plateforme - 66 boulevard Vincent Auriol  
75013 Paris

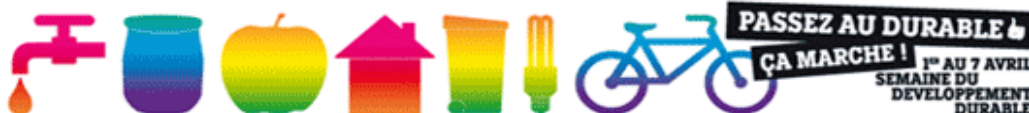
### Samedi 4 avril - 19h

**Découvrez votre quartier en modes doux !**

RDV à 10 h : Grande balade à vélo

RDV à 14 h : Balades à pied

Départ de la plateforme Bougez futé !  
66 boulevard Vincent Auriol - 75013 Paris



Renseignements et inscriptions à la plateforme Bougez futé ! : 01 45 82 14 25 ou bougezfute@voitureandco.com

## Bougez malin !

### Le Vélo à Assistance Electrique



Le Vélo à Assistance Electrique (VAE) est **une solution innovante** pour les déplacements en ville. C'est un moyen **efficace, économique et non polluant !**

C'est un vélo muni d'une batterie. Une assistance électrique se déclenche au pédalage et accompagne le cycliste dans son effort.

Disposant d'une autonomie allant de 25 à 60km, il est l'allié incontournable pour vos trajets quotidiens ou tout simplement pour vos loisirs.

Pas encore convaincu ? **Essayez-le avant de passer à l'achat** ou simplement pour assouvir votre curiosité !

Nous vous proposons au sein de notre espace des locations de VAE à la journée, semaine, mois, année à des tarifs à partir de 8 € !



**N'attendez plus ! Contactez nous dès maintenant pour essayer gratuitement votre VAE !**

## Le saviez-vous?

### On respire mieux à vélo qu'en voiture !



Une étude d'Airparif ([www.airparif.asso.fr](http://www.airparif.asso.fr)) révèle que les cyclistes sont moins exposés à la pollution que les automobilistes : explications.

Airparif a réalisé une série de tests à Paris durant l'été 2008 avec un triporteur équipé de matériel de mesure des polluants (dioxyde d'azote et particules) contenus dans l'air respiré par les cyclistes.

**Résultat :** Le niveau de pollution baisse de 50% entre une piste cyclable et le trafic routier.

Au milieu de la circulation, le cycliste est autant exposé que l'automobiliste : en effet, l'air respiré dans l'habitacle est capté au ras du sol, à proximité des échappements des autres véhicules !

**A vélo, plus on est éloigné du trafic, mieux on respire !**

> **Privilégiez donc les pistes cyclables** quand elles existent, ou bien préférez les rues peu fréquentées aux grandes artères.

> Au feu rouge, **postez-vous devant les voitures** afin d'éviter les gaz d'échappement...

# 🌸 ZOOM SUR

## Avec le retour du printemps et des beaux jours, pensez aux formations vélo !

Que vous soyez novice, désireux d'apprendre à faire du vélo pour vous affranchir des contraintes de la voiture et des transports en commun, ou plus expérimenté avec un besoin de remise à niveau ou une angoisse de la circulation en milieu urbain : **inscrivez-vous aux formations vélo !**



Nous vous proposons des formations **adaptées à vos besoins** dans l'optique de vous rendre autonome et responsable à vélo. Les formations sont organisées du lundi au vendredi et les 1ers samedi du mois.

### Quelques chiffres :

- Le secteur des transports est le 1er émetteur de CO2 (34% des émissions de CO2)
- 10 km de vélo tous les jours évitent le rejet, par l'usage d'une voiture, de 700 kg de CO2 par an.
- Pour parcourir jusqu'à 5 km en ville, le vélo est le mode de transport le plus rapide !

## Engagez-vous!

### Devenez bénévole pour la plateforme Bougez futé !

Nous avons besoin de vous pour faire vivre nos projets et nous rendre toujours plus visible !

Si nos actions vous intéressent, si vous êtes disponible durant les animations et que vous voulez participer quelques heures ou plus, **contactez-nous au 01 45 82 14 25 ou par mail: bougezfute@voitureandco.com**

### L'association Voiture & co une nouvelle idée de la mobilité !



Depuis 10 ans, Voiture & co développe de nouvelles pratiques de mobilité durables, responsables et solidaires.

Ses activités se répartissent en 2 pôles :

#### - Mobilité Nocturne et Prévention :

En France : Actions de prévention santé et sécurité routière alliées à un système de covoiturage en milieu festif.

En Europe : Organisation de soirées 100% activités, 0% alcool + animation du réseau Route 25.

- Mobilité Durable et Solidaire : Développement des plateformes Bougez futé !, lieux d'accueil, de formations et de services à l'éco-mobilité.

Plus d'info sur [www.voitureandco.com](http://www.voitureandco.com)

## Infos pratiques

### Bougez futé! L'espace écotransports de Paris

66 boulevard Vincent Auriol 75013 PARIS

Téléphone : 01 45 82 14 25

Mail : [bougezfute@voitureandco.com](mailto:bougezfute@voitureandco.com)

Métro Chevaleret, ligne 6



## Nos partenaires :



DELEGATION REGIONALE ILE-DE-FRANCE

