

# Préférez la marche à la voiture!



Bon pour vous et bon pour la planète, en vous déplaçant à pied plutôt qu'en voiture, vous améliorez votre santé et réduisez votre empreinte carbone !



L'ANSES\* recommande de pratiquer au moins 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée à élevée par jour.

Le secteur du transport est le secteur le plus polluant en France. En moyenne, un Français émet 2 tonnes de CO<sub>2</sub>e par an en utilisant sa voiture.