

ET SI ON SE BOUGEAIT, ENSEMBLE ?

La famille Noë partage avec nous ses astuces pour se déplacer facilement tout en prenant soin de la planète et de notre santé.

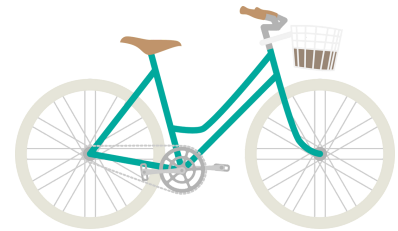


1 km à pieds ; ça use, ça use.... 🎵

Marchons, plutôt que de prendre la voiture lorsque c'est possible. C'est bon pour la planète et aussi pour notre santé.

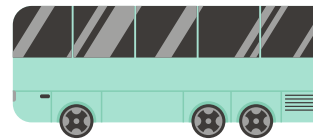


Il est recommandé de pratiquer au moins 150 minutes d'activité physique par semaine.



Tout roule !

Si le trajet est un peu long pour marcher, optons pour le vélo.



Jouons le collectif !

Lorsque c'est possible privilégions le bus, que ce soit pour sortir en ville ou effectuer des déplacements professionnels.

Pour les vacances, optons pour le train plutôt que l'avion. Si notre trajet ne peut pas se faire en transports en commun, pensons au covoiturage !



Adaptons notre façon de consommer !

Les produits locaux sont toujours une bonne idée, ils ont un meilleur bilan carbone et permettent de soutenir les agriculteurs du secteur.

+ DE CONSEILS

**SUR LES ÉCONOMIES D'ÉNERGIE EN
VIDÉOS SUR HLM-DU-COTENTIN.COM**