

Bougeons futé au Conseil de développement

Période du 13/12/2025 au 12/03/2026 (étape 1)

Le groupe

Dernière rencontre le 13/12/2025 à la fin de la séance plénière

Animé par Philippe LEVY

6 participants, majorité de femmes (3 sur 6), retraités (5 sur 6), écomobilistes (5 sur 6)

Membres : Sylvie DEFOORT, Nicole GUILLERMIN, Philippe LEVY, Arlette MOREL, Gérard PERRIN, Jean-Pierre PETIT

Engagements et résultats

6 engagements, 6 engagements tenus, 5 résultats sans engagement

Classés par participant	Engagt	Résultat
Philippe LEVY	1	2
Gérard PERRIN	1	1
Nicole GUILLERMIN	0	2
Jean-Pierre PETIT	1	1
Arlette MOREL	1	2
Sylvie DEFOORT	2	3

Classés par défi	Engagt	Résultat
On s'active		
80% de mes déplacements quotidiens à pied ou à vélo. (Gérard PERRIN)	X	X
J'ai fait un aller retour de 5 km à pied, un trajet que je fais d'habitude en voiture (Nicole GUILLERMIN)		X
Six fois plus de kilomètres à pied qu'en voiture (Nicole GUILLERMIN)		X
Un AR Viriat Peronnas 22km (Arlette MOREL)		X
Pas chiche		
Passer à l'acte pour utiliser le bus de Treffort à Bourg (Sylvie DEFOORT)	X	X
Plein d'économies		
En car pour aller à mon rendez-vous de covoiturage (Philippe LEVY)	X	X
Au jour le jour		
Galère à vélo (Philippe LEVY)		
Je vais limiter la voiture en utilisant le car de Montrevel à Bourg (Jean-Pierre PETIT)	X	X
Itinéraire futé pour éviter la route de Paris (Arlette MOREL)	X	
Covoiturer au maximum (Sylvie DEFOORT)	X	X
2800 km écomobiles contre 1000 en auto-solo (Sylvie DEFOORT)		X

Classés par mode	Engagt	Résultat
Covoit	1	1
Marche	0	2
TC	2	2
Vélo	2	5
Combinés	1	1

Messages mis en valeur

Dépassé mon objectif de 100kms/mois en VAE (Gérard PERRIN)

Mon défi pour le trimestre hivernal : je vais faire 80% de mes déplacements quotidiens à pied et en vélo.

J'ai parcouru plus de 250kms en VAE depuis son achat en octobre dernier dont 90 kms en un mois depuis le lancement de notre défi. J'ai même roulé pendant la période de grand froid avec une chute sans gravité sur le verglas.

118 kms en VAE au mois de janvier, mon objectif de 100kms/mois est dépassé malgré la période de grand froid.

En car pour aller covoiturer (Philippe Levy)

Demain dimanche, je prendrai le car pour me rendre à Tossiat et covoiturer jusqu'à Colmar. Je me suis arrangé avec mon covoitureur pour qu'il me récupère à l'arrêt du car qui est un peu éloignée de la sortie d'autoroute. Je préfère de loin le train, mais cette fois le covoiturage est moitié moins cher que le tarif le plus bas en train...

A la gare de Bourg en Bresse de bon matin, le point presse n'est pas encore ouvert, dommage pour le café. Le panneau lumineux de la gare indique bien mon car pour Tossiat mais pas d'affichage sur les quais de la gare routière hormis une feuille A4 qui menace de tomber dans le caniveau. Dans le car, on est obligé de se taper Nostalgie ou équivalent. J'arrive un peu avant 7h30, il fait encore nuit, il n'y a pas d'abribus. J'attends mon covoitureur. Le jour se lève, le froid se fait un peu sentir. Heureusement qu'il y a une station-essence avec une personne qui m'accueille et qui me permet de prendre un café au chaud quelques. Mon covoitureur arrive à 8h05. Voilà, mon défi est maintenant complètement réalisé Je réitérerai cette expérience. Le trajet en car s'est globalement passé dans de bonnes conditions, ce n'est pas cher du tout et ça évite à ma compagne de se lever pour un A-R en voiture qui pollue.

5 km à pied (Nicole GUILLERMIN)

J'ai fait un aller retour de 5 km à pied, un trajet que je fais d'habitude en voiture

Allers-retours Bourg-Montrevel sans voiture (Jean-Pierre PETIT)

Bonjour Je vais essayer de limiter mes déplacements en voiture en utilisant le car de Montrevel à Bourg

Petit bilan après une semaine de défi : deux trajets Montrevel - Bourg en car et 2 covoiturage. Expérience agréable et économique A refaire

58 km en bus et 37 km en covoiturage cette semaine

Cette semaine j' ai utilisé deux fois le car de Montrevel a Bourg avec retour en covoiturage soit 78 km sans utiliser mon véhicule. C'est plutôt agréable et reposant malgré une ponctualité qui laisse à désirer (jusqu a 15mn de retard)

Cette semaine, sur trois allers-retours Montrevel Bourg en Bresse, j'en ai fait un en car, soit 39 km

En février : 4 allers-retours en car Bourg Montrevel dont un enchaîné avec le TER Bourg Lyon (mais une heure de correspondance au retour), plus un déplacement en covoiturage. En tout cinq voyagev agréables

Le plus de covoit possible (Sylvie DEFOORT)

Mon défi : covoiturer au maximum

Semaine 50, 15km solo et 64 en covoit. Semaine 52, 58 km solo et 44 en covoit.

Semaine 1: 24km solo et 64 en covoit.

Je continue à compter les km en solo et en covoiturage Semaine 3 : 74 / 52,

Semaine 4 : 305 / 52 , Semaine 5 : 176 /90 covoit, Semaine 6 : 50 / 59 .

Testé le car pour aller à Bourg (Sylvie DEFOORT)

Utiliser le bus pour me rendre à Bourg (je réside à Treffort), je me suis souvent dit qu'il "faudrait" sans passer à l'acte

Je ne suis pas encore allée à Bourg en car: trop de lieux différents où me rendre

Ca y est ! J'ai pris le car pour faire Treffort-Bourg et c'est une bonne surprise. Une petite demi heure de trajet. Et à Bourg j'ai utilisé un vélo en libre service pour faire une course. Il faisait beau.

Six fois plus de kilomètres à pied qu'en voiture (Nicole GUILLERMIN)

J'ai fait sur 15 jours en décembre 38 km à pied et seulement 6 km en voiture

VAE = moins de CO² (Arlette MOREL)

En six mois, j'ai fait 731 km en VAE. Si je les avais faits avec ma voiture hybride non rechargeable, j'aurais émis 76755 g co2. En vélo, ça fait 8041. soit 68714 de moins .

Galère à vélo (Philippe LEVY)

A Montagnat à vélo via la forêt de Seillon. Le chemin n'était pas praticable. J'ai rebroussé chemin et perdu du temps Résultat, arrivée tout crotté et en retard. Au retour, la nuit était tombée et mes lampes de vélo menaçaient de s'éteindre sur une route très circulante. Donc, à refaire mais mieux équipé et trajet global à revoir.

Bordures de trottoir en biais = chute de vélo (Arlette MOREL)

Méfiez-vous des mini bordures de trottoirs faites pour passer en vélo. Hier j'en ai pris une trop en biais, sol mouillé, roue avant qui glisse, vol plané sur le parvis d Beau marché. Tapé le visage, lèvre supérieure fendue 🖤 . Détordre le guidon, ramener le vélo, sauter dans la voiture (et oui). 4h aux urgences, 3 points de suture.

Atelier d'autoréparation des vélos (Philippe Levy)

Pour réparer ton vélo, tu peux passer à La Recycllette 13 rue du Pressoir à Bourg.
Quelques bénévoles conseillent et aident. Ils ont les outils et des pièces détachées.
Ils tiennent 2 permanences par semaine : <https://larecycllette-bourg.fr/>