

Chronique d'un écocitoyen



Le transport actif, une question d'équilibre

La semaine dernière, je recevais à souper un ami riverain tanné des congestions sur les routes qui voulait donc déménager à Ahuntsic-Cartierville. Connaissant mon statut affirmé d'écocitoyen, en arrivant chez moi, il me regarde avec un large sourire et me dit : « tu vas être fier de moi, j'ai pris le transport actif, l'autobus ». Je lui ai donc demandé s'il avait marché jusqu'à l'arrêt d'autobus. « Oui, alors en effet, tu as utilisé un transport actif, la marche », lui répondis-je. Dans son cas, on parle plutôt d'un cocktail de transports durables, ce qui combine le transport actif et le transport collectif, et qui est aussi très bien en soi.

Qu'est-ce que le transport actif ?

Le transport actif regroupe tous les moyens de transport à propulsion humaine, c'est-à-dire la marche, le vélo, la course à pied, le patin, la planche à roulettes, etc. Il s'inscrit dans les modes de transport durable qui regroupent l'autobus, le métro, le covoiturage, le train, etc. Tous ces moyens de transports représentent des solutions de remplacement à l'auto solo. Le transport actif, lui, comporte des avantages particuliers.

Les avantages

Aidant à la protection de l'environnement, le transport actif est aussi bénéfique pour votre santé. En rehaussant votre niveau d'activité physique et en optant pour un mode de vie équilibré, vous serez en meilleure condition physique et, par le fait même, vous réduirez le risque de développer certaines maladies. De plus, cette combinaison gagnante permet une meilleure estime de soi, une meilleure détente et moins de stress. Ne sont-ils pas là des avantages parfaits pour le citoyen urbain ?

Ahuntsic-Cartierville et les transports actifs

Au cours de l'été prochain, deux nouvelles bandes cyclables seront créées sur la rue Berri et la rue Lajeunesse. Elles faciliteront les voyages Nord-Sud et encourageront davantage le transport actif. De plus, encore cette année, nous aurons accès à des stations BIXI dans l'arrondissement. Tous ces éléments combinés à son grand patrimoine vert, font d'Ahuntsic-Cartierville un endroit où il est agréable d'utiliser les transports actifs.

Écologiquement vôtre,

Votre écocitoyen



Ahuntsic-Cartierville

Montréal

