

# Les + des assos de la FUB

En plus des actions « Mes courses à vélo », les associations membres de la FUB peuvent vous conseiller sur les équipements vélos (éclairage, antivols, etc.) et sur vos déplacements quodidiens (travail, école, loisirs, etc.).



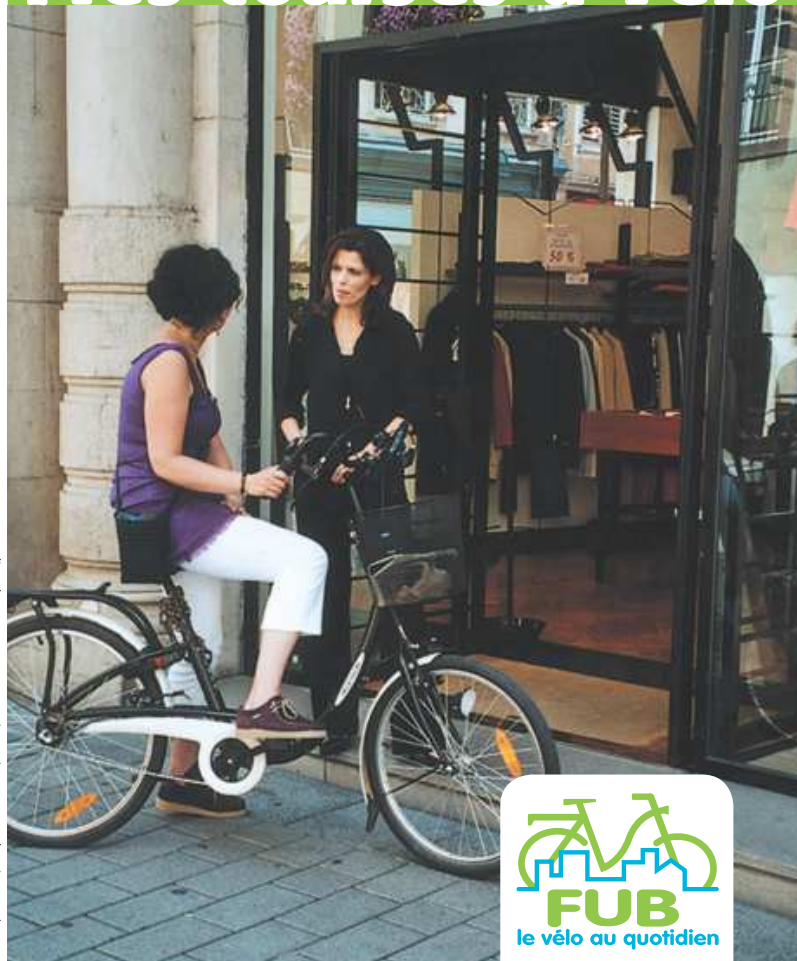
Renseignez-vous auprès de l'association la plus proche de chez vous : coordonnées sur [www.fubicy.org](http://www.fubicy.org)



**Fédération française  
des Usagers de la Bicyclette (FUB)**  
12 rue des Bouchers • 67000 Strasbourg  
Tél. : 03 88 75 71 90 • Fax : 03 88 36 84 65  
[secretariat@fubicy.org](mailto:secretariat@fubicy.org)  
[www.fubicy.org](http://www.fubicy.org)

Tampon de votre organisme :

# Mes courses à vélo



Crédits photos : ADIC, La Petite Reine, FUB, Vélo Cité Bordeaux



# Pourquoi faire ses courses à vélo ?

Le vélo est une alternative crédible à la voiture pour faire ses courses. Voici quelques arguments :

## Rapide

Plus de 50 % des trajets en ville font moins de 5 km, 42 % sont inférieurs à 3 km, 21 % font à peine 1 km, Des distances idéales à vélos !

Vous n'aurez **pas de problème d'embouteillage ni de stationnement**. Le vélo permet également d'enchaîner plusieurs visites de magasins.

## Economique

Faire ses courses à vélo n'est pas plus cher qu'en hypermarché, car à vélo, les **frais de transport** sont **insignifiants**.

## Pratique

Une multitude de solutions existent pour transporter ses achats à vélo (cf. ci-contre). Pour les **achats lourds et encombrants**, la **livraison à domicile** est complémentaire et peut se faire par des **véhicules non polluants** (remorques, vélos triporteurs, etc.).



## Epanouissant

Les commerçants de proximité connaissent bien leur clientèle et offrent **conseils et services personnalisés**. Ils participent à la vie et à l'**animation de leur quartier**. Se rendre dans ces commerces permet de maintenir ce tissu économique et la convivialité de la vie du quartier.

# Transporter les achats à vélo, c'est facile !

Une étude a montré que 96 % des achats en ville pèsent moins de 10 kg. Et **on peut transporter jusqu'à 30 kg à vélo** grâce à la diversité de l'équipement actuel.



- Avec un **panier** fixé au guidon ou sur le porte-bagages



- Avec une **remorque-caddy** utilisable à la fois à pied et à vélo



- **Et aussi...** : avec des sacs (en treillis métalliques ou imperméables), un sac à dos, un porte-bagages, divers types de remorques, etc.



Il est également conseillé de vous équiper d'un **bon vélo de ville**. Il doit être **correctement gonflé** pour assurer une bonne stabilité une fois chargé.