



Septembre 2025

Bougeons futé

Bougeons futé, c'est un challenge pour changer les habitudes de déplacement. Les gens se lancent des défis au sein de petits groupes. La méthode est en cours de test à l'initiative du Conseil de développement de notre Agglomération (une instance composée d'organisations professionnelles, de syndicats et d'associations).

« Sur trois mois, j'aimerais faire trente trajet domicile-travail à vélo et rencontrer cinq nouvelles personnes en covoiturage ».

« Inciter les personnes qui viennent à l'atelier que j'anime à venir en covoiturage. Il y en a qui viennent des mêmes endroits ».

« A aller voir mon père qui est en EPHAD à Saint André de Corcy, en mettant mon vélo dans le train ».



Le challenge

Aujourd'hui nous faisons connaissance avec Bougeons futé, un challenge pour changer les habitudes de déplacement. Le challenge est organisé conjointement par plusieurs associations dont autosBus, et par le conseil de développement de Grand Bourg Agglomération. C'est une instance composée d'organisations professionnelles, de syndicats et d'associations. Pour cette année Bougeons futé est un projet pilote. Si ça marche bien, on pourra passer ensuite à une plus grande échelle.

Le challenge fonctionne avec des petits groupes d'amis, de voisins ou de collègues. Le groupe échange avec WhatsApp, Signal ou une appli équivalente. Il se rencontre tous les trimestres autour d'un verre ou d'une tasse de café. Le premier groupe vient de se créer à Journans. On a commencé par les présentations.

Présentations

Je fais du covoiturage, surtout avec mes collègues de travail parce que c'est le plus simple à organiser. J'ai testé le vélo pour aller au travail. Le trajet ne m'a pas semblé impossible. C'était même plutôt agréable mais j'avais un VTT et sans doute un sac à dos mal adapté et ça m'a fait bien mal au dos.

Je suis multi utilisateur de covoit, de voiture électrique et de vélo. Récemment, je me suis acheté un nouveau vélo et j'en fais de plus en plus.

Je fais la majorité de mes courses à Ceyzériat à vélo sauf s'il pleut des cordes. J'ai mes trois enfants qui habitent à cinq-six kilomètres et je vais les visiter souvent à vélo.

On a un vélo électrique avec lequel je fais des petits trajets, plutôt du vélo loisir. Nous n'avons qu'une voiture et si besoin, nous en empruntons une.

Les règles du jeu

Voici les règles du jeu : chacun se lance un ou plusieurs défis et au bout de trois mois, on voit si on a du résultat ou pas. Les défis, c'est chacun qui se les donne. On peut s'engager sur maximum trois défis qu'on a de très bonnes chances de pouvoir réaliser dans les trois mois. À mesure qu'on a rempli ses engagements, on peut le dire tout de suite, par exemple au bout de quinze jours. On peut faire des commentaires mutuellement, si j'ai dit par exemple 'là j'y suis arrivé de telle façon', quelqu'un d'autre peut dire 'tu aurais pu le faire d'une autre façon'.

L'idée ce n'est pas d'atteindre un certain niveau. C'est de progresser. Celui qui fait beaucoup de covoiturage ou beaucoup de vélo peut toujours faire quelque chose de plus. « Pour moi, la marge de progrès est grande ». Chacun progresse par rapport au niveau d'où il part.

« Le but, c'est d'économiser du CO² ? ». Le but c'est de changer les habitudes. Pour certains, ça peut être par souci d'économie. Pour d'autres, ça peut être par souci d'écologie. « Moi j'ai remarqué que je passe bien moins à la pompe ».

À mesure que les mois passeront, on observera le fonctionnement de tous les groupes et on récompensera les plus dynamiques.

Des idées de défis

Voilà quelques idées de défis :

Sur trois mois, faire trente trajet domicile-travail à vélo - Rencontrer cinq nouvelles personnes grâce au covoiturage. « Quel défi sympa ! » -Se forcer à faire un seul plein d'essence par mois ? En ce qui me concerne, ça va être difficile parce que mon véhicule me sert pour mes rendez-vous professionnels.

Aller de temps en temps faire les courses à Ceyzériat à vélo – Inciter au covoit à la Table des matières, l'atelier que j'anime, parce qu'il y a des participants qui viennent du même endroit. « Ah ça c'est un beau défi ! ».

Refaire un trajet domicile-travail à vélo sans douleur – M'inscrire sur une appli de covoiturage – Est-ce que c'est raisonnable ? J'aimerais aller voir mon père qui est en EPHAD à Saint André de Corcy, sans utiliser ma voiture. Donc à vélo jusqu'à la gare de Bourg puis mettre mon vélo dans le train et une fois arrivée à Saint André faire encore du vélo avec une montée. Ce n'est pas si évident parce que mon vélo électrique pèse un âne mort.

Prendre mon vélo la nuit ou par mauvais temps, surtout quand il fait froid. « Ça veut dire qu'il faut s'équiper »

Et voilà. Les défis sont lancés. Le groupe de Journans se met en route. On prévoit de créer une dizaine d'autres groupes. Vous êtes intéressé ? Faites un courriel à 'conseildeveloppement@grandbourg.fr'.

À écouter sur

