

« Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo »,

Les infrastructures sont souvent inadaptées :

Malgré leurs nombreux avantages, la marche et le vélo peinent à s'imposer en raison d'infrastructures souvent inadaptées. Trottoirs étroits, mal entretenus ou encombrés, pistes cyclables discontinues et mal sécurisées

De plus, une enquête de terrain menée par les bénévoles de l'UFC-Que Choisir révèle que 70 % des trajets à pied testés présentaient au moins une anomalie d'aménagement sur une distance moyenne de seulement 1,2 km. Ces difficultés sont particulièrement accrues dans les zones rurales et périurbaines, où les itinéraires sécurisés sont rares, ce qui décourage.

Le coût :

Les chiffres parlent d'eux-mêmes : les dépenses de transport des ménages représentent en moyenne 14,5 % de leur budget, une part stable mais qui pèse lourdement, surtout pour les ménages modestes. En moyenne, une voiture coûte près de 3 000 € par an, un gouffre financier pour beaucoup. Or, près de 41 % des trajets en voiture ont une distance inférieure à 5 kilomètres et près de 62 % à 10 kilomètres. Ainsi, l'UFC-Que Choisir estime qu'un couple possédant deux voitures peut économiser jusqu'à 320 € par an en substituant ses trajets de courte distance par la marche et le vélo, et entre 1 200 et 3 500 € par an selon les territoires s'il se sépare d'un véhicule en ayant la possibilité de recourir aux transports en commun

Les nombreux bienfaits de la marche et du vélo :

En plus des économies qu'ils permettent, la marche et le vélo offrent de nombreux autres avantages pour la santé et l'environnement. En favorisant l'activité physique quotidienne, ces modes de déplacement actifs contribuent à réduire la sédentarité, un facteur de risque pour les maladies cardiovasculaires, le diabète et d'autres troubles de santé, y compris mentale.

Ces déplacements écologiques n'engendrent ni émissions de CO₂ et de polluants ni bruit, et donc ne dérèglent pas le climat, améliorent la qualité de l'air et réduisent les nuisances urbaines. En outre, ils renforcent les commerces de proximité, car les piétons et cyclistes visitent les boutiques locales plus fréquemment, dynamisant ainsi l'économie locale et les liens sociaux. Autant d'avantages qui imposent de lever les freins au développement des modes actifs !

Face à ces constats et pour permettre aux consommateurs de choisir leur mode de transport, nos associations demandent aux pouvoirs publics de :

- Développer des aménagements piétons et cyclables sécurisés ;
- Mettre en œuvre le plan national vélo et marche « 2023-2027 » et renforcer le volet portant sur la marche ;
- Promouvoir les bienfaits de la marche et du vélo ;
- Adopter la vision « 0 tué et 0 blessé grave » sur les routes pour lutter contre l'insécurité routière ;
- Généraliser une limitation de vitesse compatible avec la protection des piétons et des cyclistes en agglomération ;

Développer la recherche sur les bienfaits de la marche et du vélo.

Les cartes cadeaux de plus en plus offertes mais...

M.R a reçu une carte cadeau Jardiland de 100€. Le temps passe et quand M.R décide de choisir des végétaux pour sa terrasse, Jardiland refuse la carte sa date limite d'utilisation est dépassée.

M.R adhère à l'association locale Que Choisir de l'Ain nous contacte. Nous exigeons un geste commercial de Jardiland car effectivement si une date d'expiration est interdite sur les cartes cadeaux, une date limite d'utilisation souvent d'une année est appliquée par beaucoup de commerçants. Nous comprenons pourquoi : pour les entreprises et les vendeurs de carte c'est tout bénéfique.

Les cartes cadeaux sont de plus en plus utilisées (+8% par an, 55 % du budget cadeaux d'un acheteur) pour leur aspect pratique, leur valeur sentimentale. La touche personnelle est bien présente au moment du don et ensuite à l'utilisation.

Mais:



- la plupart ont une date limite d'utilisation, passée cette date elles ne sont ni remboursables, ni échangeables.
- elles obligent d'être dépensées en une fois pour la totalité de la somme. La différence est perdue
- la dépense est orientée sur une seule enseigne ou plusieurs selon le type de carte, le plus souvent cosmétique, grande distribution, tourisme-voyage, culture.
- certaines sont limitées dans leur utilisation (valables pour certains biens, certains jours...)
- les cartes cadeaux physiques sont de plus en plus souvent falsifiées. Nous conseillons de ne pas communiquer le code d'utilisation lors d'une revente. Les cartes numériques sont plus sûres à condition de les acquérir auprès d'un site fiable, sinon le risque est de recevoir une carte sans valeur avec en plus, le vol de vos données personnelles...



LE CHOCOLAT....QUE C'EST BON...

Pour le moral : cette friandise que les français consomment en quantité (7,3 kg par an et par habitant , soit au total 348 000 tonnes en 2022) est naturellement riche en magnésium, potassium, phosphore et fer. Ces minéraux lui confèrent un effet décontractant voire euphorisant . C'est une source de bonheur , un antidépresseur naturel, dont il ne faut pas se priver.

Pour la santé : Parmi ces autres composants la sérotonine, le phényl- éthylamine, le tryptophane et des flavonoïdes lui donnent bien des vertus pour la santé :

- il stimule la mémoire et la concentration
- il réduit la pression artérielle
- il a une bonne capacité antioxydante
- il améliore les performances sportives
- il favorise le sommeil et combat l'insomnie

C'est même un allié contre les maladies dégénératives !.

Comme 60 % des consommateurs de chocolat français, choisissez le noir , 7 fois moins sucré que le chocolat au lait, plus riche en cacao (minimum 43%). Mais seulement 30 grammes par jour, pas tous les jours sinon attention aux calories.



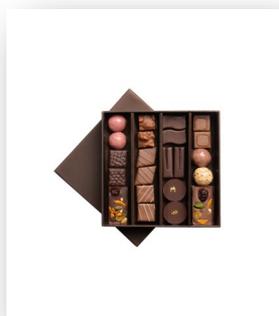
...MAIS À QUEL PRIX ?

Avec le réchauffement climatique et les fortes pluies tombées en Afrique, la production de fèves est en baisse de 20 à 30% , pour la troisième année consécutive dans les deux principaux pays producteurs, le Ghana et la Côte d'Ivoire. A partir de fin 2024, le règlement européen contre la déforestation importée va entrer en application et limiter les approvisionnements. La tendance spéculative du cacao est nette avec une demande en forte croissance et une offre qui diminue. En un an le prix du cacao a augmenté de 268%. Les grands confiseurs nationaux ou internationaux , les artisans chocolatiers nous assurent avoir prévu leurs stocks pour ce Noël mais il y aura moins de références, moins de créations.

ATTENTION : même s'ils l'adorent , ne donnez pas de chocolat aux chiens, chats, rats, chevaux ou perroquets, la théobromine contenue dans le chocolat n'est pas éliminée par ces animaux. Leur système nerveux peut être atteint.

BONNE DEGUSTATION

JOYEUSES FÊTES DE FIN D'ANNÉE



POUR NOËL, DES JOUETS DE SECONDE MAIN ?

Chaque année, en France, 40 millions de jouets finissent à la décharge. La durée de vie d'un jouet est à peine de 8 mois et seulement 4% sont recyclés.

Le jouet d'occasion trouve son public. 86 % des parents ont acheté un ou plusieurs jouets de seconde main au cours des douze derniers mois (2023). Les acheteurs sont surtout motivés par le prix (80%), par l'aspect écologique (61%), par la possibilité d'acquérir un jouet introuvable neuf ...Ces achats se font principalement sur le net, en brocante, vide greniers ou bourses aux jouets. Seulement 10 % dans les magasins de jouets, trop peu proposent la reprise et la revente de jouets d'occasion.

Pour Noël 2024, la tendance reste aux jeux interactifs, éducatifs, aux consoles et jeux sous licence (Pokémon, Super Mario, Barbie, Starwar, Bluey...).

Le jouet d'occasion ne représente que 6 % des ventes de jouets et 100000 tonnes de jouets trop souvent en plastique encombrant nos déchets...



Les jouets d'occasion échangés entre particuliers ne bénéficient pas de garantie, impossible d'exiger un échange ou un remboursement si l'achat ne convient pas ou n'est pas conforme au descriptif. Evitez les paiements par chèque ou par un transfert d'argent (mandat cash) et soyez vigilant avec les paiements sécurisés de certaines plateformes en ligne. Le mieux est d'acheter local, de voir l'objet et de payer en liquide.

Les achats sur des sites spécialisés bénéficient du droit de rétractation mais les problèmes de livraison, de renvoi et de remboursement restent très fréquents.

N'oubliez pas : vous pouvez donner, vendre, offrir des jouets en bon état.

C'est bon pour la planète, c'est du bonheur pour les enfants qui les recevront.



Ne pas croire au Père Noël !

Le réseau Anti-Arnaques nous avertit. Mesmarques.com propose un bon d'achat de 80€ dans les magasins Carrefour en payant seulement 1,95€. Une belle affaire en ces temps de fêtes.

Lisez bien tout, répondre vous engage à un abonnement de 29,90€ par mois et vous communiquez vos coordonnées bancaires...

Ne rêvez pas, le père Noël n'existe pas sur le net.