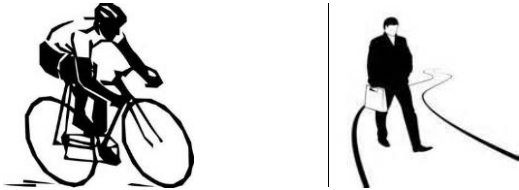


Sentiers Verts Chaleur

Transport Actif cet été



Tous les vendredis du 15 mai au 25 sept 2015, les résidents de la région Chaleur sont invités à se rendre au travail, à l'école ou chez des commerçants en vélo ou à pied.

Un prix sera tiré au sort chaque vendredi parmi les participants. Un bénévole de chaque milieu de travail, école ou entreprise est encouragé à recueillir le nom des participant(e)s sur une liste qui nous sera acheminé en fin de journée par courrier électronique.

Encore mieux, faites-en une habitude de faire du transport actif chaque jour.

Le risque d'obésité augmente de 6% pour chaque heure/jour passé en voiture et diminue de 5% pour chaque km/jour fait à pied ou en vélo.

19% des cyclistes vs 2% des automobilistes rapportent leur déplacement au travail comme étant l'activité la plus agréable de la journée.

Visitez notre site web pour plus de détails, au:
www.sentiersvertschauregreentrails.ca

Chaleur Green Trails

Active Transportation

this summer

Each Friday from May 15th to Sept 25th 2015, the residents of the Chaleur region are invited to get to work, school or to run errands by walking or cycling.

A prize will be randomly drawn each Friday among the participants. A volunteer from each workplace is encouraged to gather the names of the participants on a list that will be forwarded to us by E-mail at the end of the day.

Even better, make it a habit of doing active transportation every day.

The risk of obesity goes up by 6% for every hour spent in a car / day and goes down by 5% each km walked / day

19% of cyclists vs 2% of drivers report their commute as the most pleasant activity of the day.

Visit our website for more details at:
www.sentiersvertschauregreentrails.ca



**THIS ONE RUNS ON FAT
AND SAVES YOU MONEY**



**THIS ONE RUNS ON MONEY
AND MAKES YOU FAT**