

# September

**Aktive Mobilität**  
Ich verbessere aktiv meine Lebensqualität!

Schnellste  
Fortbewegungsart  
im urbanen Raum  
(stark abhängig vom Verkehr)



Zu Fuß  
bis etwa  
**500m**



Mit dem  
Fahrrad  
bis etwa  
**5km**



Mit dem  
Pedelec  
bis etwa  
**10-  
15km**

**600km**  
Radwegenetz  
[pch.public.lu](http://pch.public.lu)



**500**  
markierte Wanderwege  
[tourisme.geoportal.lu](http://tourisme.geoportal.lu)



**300 Tage/Jahr**  
weisen keinen größeren  
Niederschlag auf (<5 l/m²)

**2/3 des Jahres**  
herrscht in Luxemburg fußgänger-  
und fahrradfreundliches Wetter

**Herausgeber**  
[www.ebl.lu](http://www.ebl.lu)  
[info@ebi.lu](mailto:info@ebi.lu)  
(+352) 24786831



**Veröffentlicht von**  
Gemeinde Schifflange  
**Kontaktperson**  
Marc Bimmermann  
[marc.bimmermann@schifflange.lu](mailto:marc.bimmermann@schifflange.lu)  
(+352) 26 53 47 336



**GEMENG  
SCHÉFFLENG**

## Meine Vorteile bei aktiver Mobilität



### Zeitgewinn

50% aller PKW-Fahrten sind nicht länger als 5 km. Fahrradfahren oder zu Fuß gehen lohnt sich zeitlich!



### Geld sparen

Geringere Anschaffungs- und Unterhaltskosten und Einsparung von Steuergeldern aufgrund günstigerer Infrastruktur



### Macht glücklich

Sei es Nostalgie, das Gefühl von Freiheit, die Flexibilität, das Vorbeifahren am Stau, die kostenlosen Parkmöglichkeiten oder die Bewegung; Fahrradfahren macht glücklich!



### Fitness

30min Fahrradfahren verbrennt +/-200kcal (1 Stück Apfelstrudel), ist gelenkschonend und fördert Ausdauer und Muskulatur



### Gesundheit

30min Bewegung täglich senkt das Risiko für Herzkrankheiten, Diabetes und Übergewicht um 50% und stärkt das Immunsystem



### Saubere Luft

Verbesserung der Luftqualität im urbanen Raum und an Verkehrsachsen, aufgrund ausbleibender Schadstoffemissionen



### Geräuschlos

Reduzierung der Verkehrsgeräusche, welche zu psychischen und körperlichen Leiden führen können



### Freiheit

Flexibler als der öffentliche Verkehr, sowie mehr Routen- und Parkmöglichkeiten im urbanen Raum



### Mehr Platz

Der Flächenbedarf für den Radverkehr ist bis zu 10 mal geringer als der des Pkw-Verkehrs



### Umweltschutz

Weniger Infrastruktur bedeutet weniger Lebensraumzerstörung  
Geringere Geschwindigkeit bedeutet weniger Zusammenstöße mit Tieren



### Klimaschutz

Verbrennung von körpereigener Energie (Fett) an Stelle von Benzin/Diesel. Dies schont das Klima!



### Produktivität

Mitarbeiter, welche mit dem Fahrrad zur Arbeit kommen, sind während der ersten Arbeitsstunden produktiver. Dies liegt vor allem an der Stressfreiheit auf dem Arbeitsweg

# septembre

## Mobilité active

J'augmente ma qualité de vie de manière active

Le mode de déplacement le plus rapide dans l'espace urbain  
(varie en fonction du trafic)



À pied jusqu'à +/- 500m



À vélo jusqu'à +/- 5km



À vélo à assistance électrique (pédélec) jusqu'à +/- 10-15km

600km de pistes cyclables  
[pch.public.lu](http://pch.public.lu)



500 sentiers de randonnées balisés  
[tourisme.geoportail.lu](http://tourisme.geoportail.lu)



300 jours/année ne subissent pas de pluies importantes (<5 l/m²)

2/3 de l'année la météo au Luxembourg est favorable aux cyclistes et piétons

## Mes avantages



### Gain de temps

50% de tous les trajets en voiture ne sont pas plus longs que 5 km. Profitez d'un gain de temps en prenant le vélo ou en marchant!



### Economies

Des coûts d'achat et d'entretien réduits. Diminution des dépenses publiques, car infrastructure moins coûteuse



### Bonheur

Que ce soit la nostalgie, le sentiment de liberté ou de flexibilité, le passage à côté des embouteillages, le parking gratuit ou l'activité physique ; le cyclisme vous rend heureux !



### Fitness

30min de cyclisme brûle +/-200kcal (1 morceau de tarte aux pommes), décharge les articulations et améliore l'endurance et les muscles



### Santé

30min d'activité physique par jour réduit le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète et d'obésité de 50% et renforce le système immunitaire



### Air propre

Amélioration de la qualité de l'air dans l'espace urbain et sur les axes routiers, suite à l'absence d'émissions de substances nocives



### Silence

Minimisation des nuisances acoustiques, qui peuvent causer des souffrances psychiques ou physiques



### Liberté

Plus flexible que le transport public et plus de choix de routes et d'emplacements dans l'espace urbain



### Plus d'espace

La superficie nécessaire à l'infrastructure cycliste est jusqu'à 10 fois inférieure à celle de la circulation motorisée (voitures)



### Protection de la nature

Moins d'infrastructure réduit la fragmentation des habitats. Une vitesse réduite baisse le taux de collisions avec des animaux



### Protection du climat

Combustion de l'énergie corporelle (graisse) au lieu d'essence ou du gazole. Cela n'affecte pas le climat !



### Productivité

Les employés qui se rendent au travail à vélo sont plus productifs pendant les premières heures de travail. Cela est principalement dû au chemin de travail moins stressant