

BOUGEZ AUTREMENT



Le guide de l'éco-mobilité

Page



autres images



Du 16 au 22 septembre

ECO-CALCULATEUR
PAGE 6 - Testez vos déplacements

Le ministère de l'Écologie et du Développement durable et le ministère des Transports, de l'Équipement, du Tourisme et de la Mer s'engagent activement dans la 5^e édition de la Semaine européenne de la mobilité.

Sous le slogan « Bougez autrement. La meilleure énergie c'est la vôtre », cet événement est l'opportunité d'une réflexion individuelle et collective sur les enjeux liés aux déplacements quotidiens en présentant la diversité des solutions de transport alternatives à la voiture particulière et en suscitant de manière positive un changement dans les comportements individuels.

Du 16 au 22 septembre, essayons de changer nos habitudes : prenons un vélo, utilisons les transports collectifs, testons le co-voiturage !

Voilà une occasion d'adopter une démarche éco-citoyenne, de valoriser des bonnes pratiques ou de tester de nouveaux modes de déplacement : mobilisons-nous !

Avec le soutien des villes, des collectivités, des entreprises, des partenaires et des associations, nous parviendrons à démontrer que transports et mobilité durable se conjuguent pour notre bien à tous.

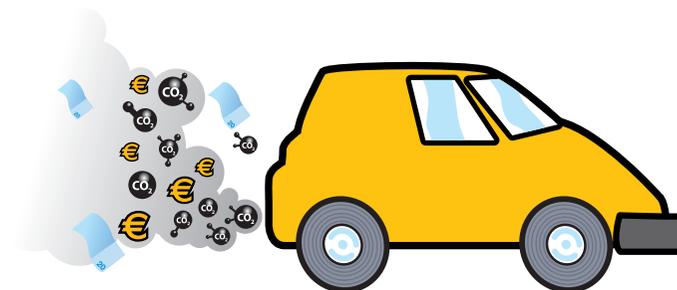


Nelly OLIN
ministre de l'Écologie
et du Développement durable



Dominique PERBEN
ministre des Transports,
de l'Équipement, du Tourisme
et de la Mer

• LES ENJEUX	• • •	4 & 5
• ECO-CALCULATEUR	• • •	6 & 7
• "TOUT-VOITURE" OU "ÉCO-MOBILE" ?	• • •	8 & 9
• AU TRAVAIL AUTREMENT	• • •	10 & 11
• A L'ÉCOLE AUTREMENT	• • •	12 & 13
• FAIRE SES COURSES AUTREMENT	• • •	14 & 15
• LES LOISIRS AUTREMENT	• • •	16 & 17
• LIENS INTERNET UTILES	• • •	18
• PARTENAIRES	• • •	19



Conception du guide et illustrations : alerte orange - Textes Alain Giaccone.

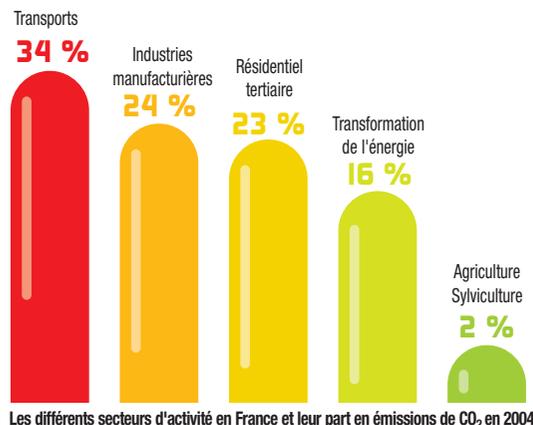
Sources : pages 4 & 5 : MEDD/MIES/MTETM - pages 8 & 9 : ADEME - page 10 : ADEME explicite 2002/INSEE/FUBICY/Fédération Française des Automobiles-Clubs - pages 11 : ADEME - page 12 : ADEME/FUBICY - page 13 : ADEME2004 - page 14 : INSEE/FFAC - page 15 : FUBICY/IFRESI-CNRS - page 16 : ADEME - page 17 : Association Française des Véloroutes et Voies Vertes

LES ENJEUX

Bougez autrement, une mobilité plus durable

EFFET DE SERRE, CHANGEMENT CLIMATIQUE

Conséquence reconnue par les scientifiques, le changement climatique se traduit par un réchauffement de la planète. Avec la croissance du trafic, les émissions de gaz à effet de serre du transport se sont accrues de 23 % depuis 1990. Bien que l'on constate aujourd'hui une relative stabilisation, il nous faut encore réduire nos émissions de CO₂, principal gaz à effet de serre. En France, le Plan Climat regroupe des mesures dans tous les secteurs de l'économie et de la vie quotidienne des Français, en vue de respecter nos engagements pris au titre du protocole de Kyoto, c'est-à-dire le maintien en 2010 de nos émissions de gaz à effet de serre à leur niveau de 1990.



LE PETROLE, UNE RESSOURCE RARE ET CHERE

Comme toute énergie fossile, les ressources pétrolières ne sont pas inépuisables. Au rythme où va la consommation, leur raréfaction s'accélère et entraîne l'augmentation des prix

du carburant. Les prévisions pour les années à venir nous incitent à trouver des alternatives au pétrole. Comment ? Avant tout en limitant nos consommations. La hausse de 25 % en deux ans du prix des carburants nous pousse à réagir.

Pour atteindre ces objectifs, chacun se doit de choisir des modes de déplacements économes en énergie. Heureusement les solutions ne manquent pas : transports en commun modernes, vélo et marche à pied, auto-partage et covoiturage, biocarburants... Ces solutions concourent à l'émergence de la mobilité durable.

Face aux enjeux majeurs du changement climatique, de l'épuisement des ressources pétrolières, et de la qualité de l'air, nous devons changer nos comportements de déplacements. Nous pouvons faire appel à d'autres moyens de transport que la voiture, tels que les transports en commun et les modes alternatifs. C'est en agissant maintenant que nous préservons notre planète et notre qualité de vie.

POLLUTIONS ET SANTE

En ville, même si la qualité de l'air s'est plutôt améliorée depuis dix ans, les voitures et les poids lourds sont encore responsables de 30 % à 40 % des émissions de particules et de 20 % des émissions d'oxyde d'azote. Ces pollutions ont des répercussions sur la santé, notamment pour les personnes sujettes à des maladies respiratoires ou cardio-vasculaires. Les transports terrestres, dont les voitures, produisent par ailleurs 80 % du bruit en ville, lequel a également des impacts sur la santé quand il atteint des niveaux trop importants. Les deux roues à moteur polluent autant que les voitures et font 2 fois plus de bruit. Les plans « véhicule propre et économe », « air », « santé environnement » intègrent des mesures dont l'application permettra de réduire les pollutions émises par les transports.

L'étiquette énergie pour les véhicules

Depuis le 10 mai 2006, elle est obligatoire à l'affichage sur les voitures neuves et permet de choisir des véhicules propres et économes. En un coup d'œil, elle indique la consommation ainsi que les émissions de CO₂, principal gaz responsable du réchauffement climatique.

Crédit d'impôt pour les voitures propres

De nombreux véhicules, hybride, GPL et GNV*, bénéficient d'une aide de l'Etat.

Des investissements massifs pour les véhicules sobres et les biocarburants

Un programme de Recherche & Développement doté de 100 millions d'euros est lancé par le Gouvernement. Il a pour objectif de créer une voiture familiale émettant moins de 100 grammes de CO₂/km et consommant moins de 3,4 l/100 km. Le Plan Biocarburant permettra d'atteindre l'objectif européen d'un taux de 5,75 % de biocarburants dès 2008. Les recherches sur les biocarburants de seconde génération, qui seront produits plus économiquement et avec un meilleur bilan écologique, font par ailleurs l'objet de soutiens.

Les transports publics :

des véhicules toujours plus propres

Les transports publics investissent pour limiter la consommation de carburants. Aujourd'hui, déjà 55 % des véhicules du parc d'autobus et trolleys de France sont propres. Si on compte les modes lourds (métro, tramway, systèmes guidés), on atteint 59 % de véhicules propres. Le parc des autobus fait appel à des technologies énergétiques très différentes : gazole, filtre à particules (FAP), diester, diester + FAP, émulsion eau-gazole, GNV, GPL*, électrique, hybride.

Préserver la qualité de l'air

Le droit de chacun à respirer un air qui ne nuise pas à sa santé est inscrit dans la loi sur l'air qui aura 10 ans en décembre 2006. Ses objectifs sont les nôtres : prévenir, surveiller, réduire et supprimer les pollutions atmosphériques. La réglementation européenne sur les voitures, qui sera applicable à l'échéance 2010, prévoit la généralisation des filtres à particules sur les véhicules diesel neufs qui seront vendus.

*GPL et GNV : Gaz de Pétrole Liquéfié et Gaz Naturel Véhicules

ECO CALCULATEUR

Grâce à cet éco-calculateur, vous allez pouvoir évaluer la quantité de CO₂ que vous rejetez et les dépenses engendrées par vos propres déplacements domicile-travail. Les résultats risquent de vous surprendre !

CALCULEZ L'IMPACT DE VOS DÉPLACEMENTS QUOTIDIENS SUR L'ENVIRONNEMENT ET SUR VOS DÉPENSES !

Comment ça marche ?

Il vous suffit d'indiquer sur la ligne qui correspond à votre mode de transport habituel, la distance parcourue chaque jour pour vous rendre au travail (aller simple), à l'école, à la fac. Le résultat obtenu après calculs vous donne votre émission de CO₂ et votre dépense moyenne pour une année.

MODE DE TRANSPORT POUR 1 TRAJET ALLER	COÛT (DÉPENSE MOYENNE EN €)	POLLUTION/EFFET DE SERRE (ÉMISSION DE CO ₂ EN KG)
 VOITURE	---- km x 200 = ---- € /an	---- km x 100 = ---- kg CO ₂ /an
 2-ROUES MOTORISÉ	---- km x 160 = ---- € /an	---- km x 32 = ---- kg CO ₂ /an
 BUS	<i>abonnement</i> = 310 € /an	---- km x 20 = ---- kg CO ₂ /an
 TRAIN	---- km x 20 = ---- € /an	---- km x 15 = ---- kg CO ₂ /an
 METRO	<i>abonnement</i> = 310 € /an	---- km x 10 = ---- kg CO ₂ /an
 TRAMWAY	<i>abonnement</i> = 310 € /an	---- km x 7 = ---- kg CO ₂ /an
 VELO	---- km x 20 = ---- € /an	---- km x 0 = ---- kg CO ₂ /an
 PIETON	---- km x 7 = ---- € /an	---- km x 0 = ---- kg CO ₂ /an
Exemple : j'habite à 	10 km x 200 = 2000 € /an	10 km x 100 = 1000 kg CO₂/an
10 km de mon travail 	<i>abonnement</i> = 310 € /an	10 km x 7 = 70 kg CO₂/an

Amusez-vous à faire le calcul en privilégiant un autre mode de transport.

D'OÙ VIENNENT LES CHIFFRES ?

L'ensemble des coefficients de l'éco-calculateur sont des ordres de grandeur estimés par les experts de l'ADEME, à partir de données du ministère des Transports, de l'INRETS, de la Fédération Française des Automobile Clubs, de l'Officiel du Cycle, de la Moto et du Quad ainsi que des TER Rhône-Alpes.

Ce sont des moyennes établies sur la base d'un déplacement aller-retour par jour, effectué pendant 215 jours de l'année.

POUR EN SAVOIR PLUS

Consultez le site internet www.ademe.fr

TOUT VOITURE OU ÉCO-MOBILE ?

Pour illustrer les différentes rubriques de ce guide, deux comportements ont été étudiés et juxtaposés : le « tout-voiture » et « l'éco-mobilité ».

TOUT-VOITURE

Janvier	Semaine 1	Janvier	Semaine 1
3 Lundi St. Genès	2	Vendredi 7 St. Raymond	
6h	18h	6h	18h
9h	15h	9h	15h
11h	12h	11h	12h
13h	9h	13h	9h
15h	6h	15h	6h
17h	3h	17h	3h
19h	0h	19h	0h
21h		21h	
23h		23h	
25h		25h	
27h		27h	
29h		29h	
31h		31h	
33h		33h	
35h		35h	
37h		37h	
39h		39h	
41h		41h	
43h		43h	
45h		45h	
47h		47h	
49h		49h	
51h		51h	
53h		53h	
55h		55h	
57h		57h	
59h		59h	
61h		61h	
63h		63h	
65h		65h	
67h		67h	
69h		69h	
71h		71h	
73h		73h	
75h		75h	
77h		77h	
79h		79h	
81h		81h	
83h		83h	
85h		85h	
87h		87h	
89h		89h	
91h		91h	
93h		93h	
95h		95h	
97h		97h	
99h		99h	
101h		101h	
103h		103h	
105h		105h	
107h		107h	
109h		109h	
111h		111h	
113h		113h	
115h		115h	
117h		117h	
119h		119h	
121h		121h	
123h		123h	
125h		125h	
127h		127h	
129h		129h	
131h		131h	
133h		133h	
135h		135h	
137h		137h	
139h		139h	
141h		141h	
143h		143h	
145h		145h	
147h		147h	
149h		149h	
151h		151h	
153h		153h	
155h		155h	
157h		157h	
159h		159h	
161h		161h	
163h		163h	
165h		165h	
167h		167h	
169h		169h	
171h		171h	
173h		173h	
175h		175h	
177h		177h	
179h		179h	
181h		181h	
183h		183h	
185h		185h	
187h		187h	
189h		189h	
191h		191h	
193h		193h	
195h		195h	
197h		197h	
199h		199h	
201h		201h	
203h		203h	
205h		205h	
207h		207h	
209h		209h	
211h		211h	
213h		213h	
215h		215h	
217h		217h	
219h		219h	
221h		221h	
223h		223h	
225h		225h	
227h		227h	
229h		229h	
231h		231h	
233h		233h	
235h		235h	
237h		237h	
239h		239h	
241h		241h	
243h		243h	
245h		245h	
247h		247h	
249h		249h	
251h		251h	
253h		253h	
255h		255h	
257h		257h	
259h		259h	
261h		261h	
263h		263h	
265h		265h	
267h		267h	
269h		269h	
271h		271h	
273h		273h	
275h		275h	
277h		277h	
279h		279h	
281h		281h	
283h		283h	
285h		285h	
287h		287h	
289h		289h	
291h		291h	
293h		293h	
295h		295h	
297h		297h	
299h		299h	
301h		301h	
303h		303h	
305h		305h	
307h		307h	
309h		309h	
311h		311h	
313h		313h	
315h		315h	
317h		317h	
319h		319h	
321h		321h	
323h		323h	
325h		325h	
327h		327h	
329h		329h	
331h		331h	
333h		333h	
335h		335h	
337h		337h	
339h		339h	
341h		341h	
343h		343h	
345h		345h	
347h		347h	
349h		349h	
351h		351h	
353h		353h	
355h		355h	
357h		357h	
359h		359h	
361h		361h	
363h		363h	
365h		365h	
367h		367h	
369h		369h	
371h		371h	
373h		373h	
375h		375h	
377h		377h	
379h		379h	
381h		381h	
383h		383h	
385h		385h	
387h		387h	
389h		389h	
391h		391h	
393h		393h	
395h		395h	
397h		397h	
399h		399h	
401h		401h	
403h		403h	
405h		405h	
407h		407h	
409h		409h	
411h		411h	
413h		413h	
415h		415h	
417h		417h	
419h		419h	
421h		421h	
423h		423h	
425h		425h	
427h		427h	
429h		429h	
431h		431h	
433h		433h	
435h		435h	
437h		437h	
439h		439h	
441h		441h	
443h		443h	
445h		445h	
447h		447h	
449h		449h	
451h		451h	
453h		453h	
455h		455h	
457h		457h	
459h		459h	
461h		461h	
463h		463h	
465h		465h	
467h		467h	
469h		469h	
471h		471h	
473h		473h	
475h		475h	
477h		477h	
479h		479h	
481h		481h	
483h		483h	
485h		485h	
487h		487h	
489h		489h	
491h		491h	
493h		493h	
495h		495h	
497h		497h	
499h		499h	
501h		501h	
503h		503h	
505h		505h	
507h		507h	
509h		509h	
511h		511h	
513h		513h	
515h		515h	
517h		517h	
519h		519h	
521h		521h	
523h		523h	
525h		525h	
527h		527h	
529h		529h	
531h		531h	
533h		533h	
535h		535h	
537h		537h	
539h		539h	
541h		541h	
543h		543h	
545h		545h	
547h		547h	
549h		549h	
551h		551h	
553h		553h	
555h		555h	
557h		557h	
559h		559h	
561h		561h	
563h		563h	
565h		565h	
567h		567h	
569h		569h	
571h		571h	
573h		573h	
575h		575h	
577h		577h	
579h		579h	
581h		581h	
583h		583h	
585h		585h	
587h		587h	
589h		589h	
591h		591h	
593h		593h	
595h		595h	
597h		597h	
599h		599h	
601h		601h	
603h		603h	
605h		605h	
607h		607h	
609h		609h	
611h		611h	
613h		613h	
615h		615h	
617h		617h	
619h		619h	
621h		621h	
623h		623h	
625h		625h	
627h		627h	
629h		629h	
631h		631h	
633h		633h	
635h		635h	
637h		637h	
639h		639h	
641h		641h	
643h		643h	
645h		645h	
647h		647h	
649h		649h	
651h		651h	
653h		653h	
655h		655h	
657h		657h	
659h		659h	
661h		661h	

Chaque jour de la semaine, des millions de voitures envahissent les villes françaises. Dans la majorité des cas, le conducteur est seul à bord ! Résultat, des voies de circulation surchargées, des kilomètres de bouchons quotidiens, des pics de pollution aux heures de pointe, l'angoisse d'arriver en retard et pour finir, des problèmes de stationnement.

Au fil des années, les trajets domicile/travail en voiture sont devenus un problème majeur : l'automobile n'est pas le mode de déplacement le plus efficace pour circuler en ville.

BON A SAVOIR

- Les autobus émettent 2 fois moins de CO₂ que la voiture.
- Le métro parisien consomme 7 fois moins d'énergie que la voiture.
- 100 % électrique, le tramway est écologique : il ne rejette aucun gaz toxique dans l'atmosphère, il consomme en moyenne 10 fois moins qu'une voiture particulière et en transportant 200 personnes, une rame de tramway représente l'équivalent de 167 voitures.
- Le coût annuel d'une voiture particulière (6000 euros) est près de 20 fois supérieur à celui lié à l'utilisation des transports publics (310 euros) et 60 fois supérieur au coût d'un vélo équipé et entretenu (96 euros).

Un budget de plus en plus important

Après le logement, la voiture représente une part importante de notre budget. La moyenne des dépenses annuelles est de 6 000 euros, somme consacrée chaque année à son financement, son entretien, ses déplacements (hors horodateurs et amendes éventuelles !). Au kilomètre, la voiture nous revient à 48 centimes d'euros. Un Français habitant à 15 km de son lieu de travail dépense en moyenne 260 euros par mois pour aller travailler en voiture.

Conséquences sur la santé

Les spécialistes de la santé sont unanimes : une activité physique régulière est indispensable pour éviter l'obésité et les risques cardio-vasculaires.

Les maladies cardio-vasculaires sont la première cause de mortalité en France : 165 000 décès par an, dont environ un tiers dû au manque d'activité physique. L'utilisation de la voiture pour se rendre au travail nous oblige à rester immobile des heures durant. Utiliser un vélo ou marcher est bénéfique à notre santé.

Le développement spectaculaire du vélo en ville

Des villes aménagent leur voirie, investissent dans des infrastructures ainsi que dans des services de prêts de vélos pour favoriser les déplacements à vélo, comme à Bordeaux, Lyon et bien d'autres. A Strasbourg, « la ville qui a un vélo d'avance », la politique cyclable est chiffrée entre 8 à 10 euros par habitant et par an.

Des transports publics performants et adaptés

- Les réseaux de transport public remodelent nos villes. Les espaces consacrés aux transports collectifs s'étendent et se modernisent, des systèmes d'information renseignent sur les lignes, sur les horaires. Des abonnements à prix attractifs sont proposés sur les réseaux. Les transports publics effectuent leur mutation pour nous offrir un service de qualité avec plus de rapidité et plus de confort.

“bonne idée”

Consultez les offres de transports en commun qui circulent près de chez vous. Celles-ci peuvent être adaptées à vos déplacements.

“bonne idée”

Pourquoi pas vous ? Que vous soyez chef d'entreprise ou salarié, informez-vous sur les PDE auprès des délégations de l'ADEME et de la CCI de votre région : les bénéficiaires sont nombreux.

Les Plans de Déplacements Entreprise (PDE)

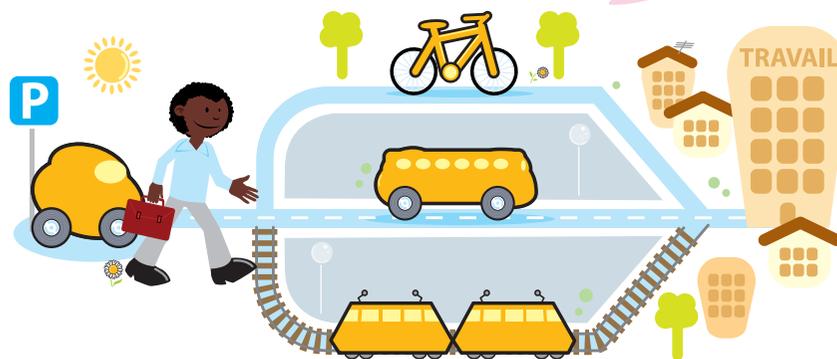
- Les PDE mettent en œuvre un éventail de mesures qui offrent des alternatives à la voiture individuelle. Ils sont réalisés en interne ou avec l'appui de spécialistes. Apparus à la fin des années 90, ils se multiplient et étaient près de 250 en juin 2005. Toutes les grandes agglomérations doivent les mettre en œuvre dans le cadre des Plans de déplacements urbains. Accompagnés et soutenus pour la plupart par l'ADEME, ils permettent de réelles avancées dans l'organisation des trajets domicile/travail et des déplacements professionnels.

L'intermodalité, des réponses à la carte

- Derrière le terme d'intermodalité se cache une multitude de solutions pratiques qui permettent d'aborder les trajets domicile/travail sous un angle différent. Il s'agit de la combinaison de plusieurs modes de transport au cours d'un même déplacement en lieu et place du « tout automobile ». Par exemple :
 - vélo + transports publics
 - voiture + parking relais + transports publics
 - voiture + parking + vélostation
 - TER (ou RER) + tramway (ou métro).
 L'intermodalité permet des solutions adaptées aux besoins de chacun.

“bonne idée”

Au lieu d'utiliser votre voiture sur l'ensemble du trajet, déposez-la dans un parking, à proximité d'un arrêt de bus ou de métro et continuez votre trajet en transports en commun.



Les accès à l'école sont de plus en plus saturés par les voitures : un phénomène qui entraîne risques d'accidents accrus pour les enfants, pollution locale, perte de temps, gaspillage d'énergie. En croquant les protéger, les parents qui emmènent leurs enfants à l'école en voiture ne font qu'augmenter l'insécurité routière autour des groupes scolaires.

CONSTAT

- Il faut 8 minutes pour parcourir 500 m à pied. Et la carte scolaire montre que 90 % des écoles en France sont en moyenne à moins d'1 km du domicile !
- En marchant une demi-heure chaque jour, les enfants effectuent le temps d'exercice physique minimum recommandé pour leur santé !
- L'obésité est devenue un enjeu de santé publique majeur dans la plupart des pays industrialisés. En France, elle touche actuellement près d'un enfant sur 6.



Impacts du « tout voiture » sur les enfants

La pollution locale, générée par la circulation automobile aux abords des écoles, peut favoriser une gêne respiratoire, notamment pour les enfants asthmatiques. Les enfants sont en effet plus vulnérables que les adultes aux conséquences de la pollution. Les enfants d'aujourd'hui auront du mal à perdre le réflexe « tout-voiture » plus tard. C'est un mauvais service qui leur est rendu de les habituer à prendre la voiture sur de courtes distances.

Des habitudes qui se prennent tôt

En voiture, les enfants ne sont pas acteurs de leurs déplacements. À pied ou à vélo, ils apprennent à se diriger dans la rue, dans le quartier ou dans la ville avec prudence et autonomie.

ECO-MOBILITÉ EN MILIEU SCOLAIRE : L'AUTOBUS PÉDESTRE ET CYCLISTE, ÇA MARCHE !

Les PDES, Plans de Déplacements Établissement Scolaire

- Les PDES sont des mesures mises en œuvre de façon concertée entre collectivité, école et parents pour encourager l'éco-mobilité. Ils impliquent, pour les municipalités, des aménagements de confort et de sécurité sur la voirie. On entend parler de « carapattes », « caracycles » ou encore de « pédi...bus », « vélo...bus » qui sont des exemples d'actions conduites par plusieurs villes et écoles en France.



Renseignez-vous auprès des associations de parents d'élèves ou encore de votre mairie pour connaître les PDES existants.



La mise en place d'un PDES, c'est 180 g de CO₂ évités, par jour et par enfant. De plus, les enfants qui marchent sont plus attentifs en classe.

L'autobus pédestre

- Cela consiste à accompagner un groupe d'enfants à pied sur le trajet de l'école. Des parents d'élèves ouvrent et ferment la marche.

Le trajet, rapide et sécurisant, suit un tracé défini avec des arrêts matérialisés par des panneaux. C'est une ligne de ramassage scolaire pédestre. La « caravane » d'enfants passe à des horaires fixes et les écoliers arrivent à l'heure en classe !

L'autobus cycliste

- Il est très apprécié des enfants. Il suppose la préparation d'itinéraires par des parents, l'association locale d'usagers du vélo ou le service mobilité de la ville. Il permet de rendre l'enfant progressivement autonome dans ses déplacements à vélo, ce qui lui servira quelques années plus tard pour aller au collège, ensuite au lycée.



Si vous souhaitez mettre en place un autobus pédestre ou cycliste, contactez les délégations régionales de l'ADEME qui vous accompagneront dans votre démarche.

Avoir recours systématiquement à la voiture pour faire ses courses, acte nécessaire et répétitif, entraîne d'importantes dépenses et une consommation d'énergie. Nous pouvons, si nous le souhaitons, nous organiser différemment et effectuer nos achats de manière raisonnée.

DES COURSES ONÉREUSES

Trop de déplacements

Une quarantaine de fois par an, en moyenne, nous nous rendons dans les grandes surfaces. Ces nombreux déplacements nous coûtent du temps, de l'argent et sont générateurs de pollution.

Depuis quelques années, l'offre de commerces se développe : nous avons alors le choix de parcourir de plus ou moins longues distances pour aller faire nos courses.

La voiture n'est pas la seule solution !

Par réflexe, nous choisissons souvent la voiture pour aller faire nos courses, même pour transporter des choses légères, et même s'il n'y a que 500 mètres à faire ! Nous pensons rarement à d'autres modes de déplacement. Notre voiture, parfois indispensable, est utilisée plus que nécessaire.

CAS PRATIQUE

- Un déplacement par semaine à l'hypermarché situé à 14 km de la maison, cela revient à faire 1400 km par an ! Quelle conséquence pour le portefeuille ? Près de 700 euros dépensés ! Et pour l'environnement ? 320 kg de CO₂ rejetés dans l'air !

"bonne idée"

Pour faire un ou deux kilomètres, la marche ou le vélo, c'est plus simple et bon pour la santé !



ECONOMISER DU TEMPS ET DE L'ARGENT

Modifier les habitudes

- Il est possible de réduire les déplacements. Le résultat sera immédiat pour notre portefeuille et pour notre environnement.

"bonne idée"

Avant de partir faire les courses, pourquoi ne pas demander à votre voisin s'il souhaite que vous lui rameniez quelque chose ?

"bonne idée"

Pensez à utiliser les services de livraison à domicile, ils permettent pour quelques euros ou même gratuitement de recevoir chez soi des commandes passées par Internet, par téléphone ou même directement en magasin.

Utiliser les commerces de proximité, les livraisons

- La plupart de nos achats (environ 80 %) pèsent moins de 5 kg et nous pouvons les transporter sans difficulté avec un vélo, ou à pied dans un chariot. Pour des trajets inférieurs à 6 kilomètres, le vélo est le mode le plus rapide en ville.

Diminuer les distances et économiser

- Parcourir un grand nombre de kilomètres pour économiser quelques euros sur un produit n'est pas forcément rentable : n'oublions pas d'ajouter le coût de nos déplacements au prix de nos achats.

"bon à savoir"

Avec une voiture de gabarit moyen, on dépense en moyenne près de 5 euros pour parcourir 10 kilomètres en ville.

"bonne idée"

Favorisez la proximité. Il y a sûrement près de chez vous un commerce qui propose le service que vous recherchez.

En pratique, les solutions les plus rentables :

- aller 1 à 2 fois par mois à l'hypermarché pour y acquérir les produits encombrants et lourds (boissons, produits d'entretien...),
- si cela est possible, commander par Internet ou par téléphone pour se faire livrer,
- et pourquoi ne pas acheter le reste (légumes, fruits, produits frais...), en semaine, dans les magasins de proximité et sur les marchés, en laissant sa voiture chez soi ?

Les loisirs, les week-ends, les grandes vacances : nous nous déplaçons souvent tous en même temps. Le trafic et le stationnement sont devenus un casse-tête.

Pourtant, ce que nous recherchons dans nos loisirs, c'est la détente, l'évasion, la découverte des paysages, l'air pur... pas les nuisances liées à la voiture !



Oublier la voiture...

Éviter de prendre sa voiture permet, dans certains cas, de gagner en qualité de vie. Profitons de nos loisirs pour utiliser des modes de transport différents.

Privilégions ceux qui nous permettent de voyager détendus, comme le train, ou qui sont bénéfiques à notre santé, comme la marche ou le vélo.

...et si on ne peut pas s'en passer

En vacances, le moment est idéal pour mettre en pratique l'éco-conduite : conduire avec souplesse, limiter l'usage de la climatisation, calculer la consommation minimale, mettre les vélos à l'arrière plutôt que sur le toit, vérifier la pression des pneus et, avant le départ, procéder à l'entretien du moteur. Autant de formules à adopter pour économiser un carburant de plus en plus cher.

**TRAJET
PARIS MARSEILLE**
Rejet de CO₂ en kg émis par voyageur :
Avion : 97 kg de CO₂
et 3 heures porte à porte
Voiture avec 2 pers. à bord :
89 kg de CO₂
et 7 heures 30 de trajet
TGV : 2 kg de CO₂
et 3 heures de gare à gare



Sur ce sujet, les sites Internet ne manquent pas ! Reportez-vous à la rubrique liens utiles en fin de guide

La voiture oui, mais autrement

- Se déplacer à plusieurs. Le co-voiturage, partage d'un véhicule sur un trajet déterminé, est idéal pour se rendre à des manifestations, concerts, festivals, ou pour les départs en vacances des étudiants. Il se pratique aussi avec des amis pour aller à des spectacles ou des soirées.

- Partager un véhicule.

L'auto-partage, qui se développe dans les grandes villes, permet de disposer d'un véhicule en libre-service pour des trajets ponctuels, sans formalité et sur simple adhésion, sur de courtes distances (inférieures à 100 kilomètres) et pour des trajets de courte durée de l'ordre d'une heure, d'une demi-journée ou d'une journée. Il offre une alternative intéressante à l'achat d'un véhicule.



N'hésitez pas à vous renseigner dans la gare la plus proche et à demander le guide vélo + train.

Le train en vacances

Sur de longues distances, le train est le champion de l'efficacité énergétique et environnementale, loin devant l'avion et la voiture.

Trois formules sont disponibles :

- Train + auto : pour éviter la fatigue au volant, les risques d'accident. Votre voiture ou votre moto vous suit. Vous la retrouvez à la gare d'arrivée avec vos bagages.
- Train + vélo : pour combiner la souplesse du vélo et le confort du train. Les TGV et trains de grande ligne, les TER et de plus en plus de trains acceptent les vélos.
- Train + location de voiture : une formule disponible dans la plupart des villes.



En France, 150 véloroutes et voies vertes ont été créées : 26 véloroutes, soit 2 040 km et 124 voies vertes, soit 4 115 km

Les véloroutes et les voies vertes

Une véloroute est un itinéraire cyclable à moyenne ou longue distance, jalonné et sécurisé sur des petites routes tranquilles. Elle permet à tous la pratique du vélotourisme. Une voie verte est un aménagement réservé à la circulation non-motorisée. Elle est destinée aux piétons, aux cyclistes, aux rollers, aux personnes à mobilité réduite et aux cavaliers. Ces aménagements se sont multipliés et permettent de découvrir le patrimoine et l'environnement à l'écart de la circulation.

LIENS INTERNET UTILES

www.bougezautrement.gouv.fr Le site de la Semaine européenne de la mobilité en France

www.ademe.fr Allez dans la rubrique Transports/Se Déplacer Autrement, vous trouverez de nombreuses informations complémentaires sur l'écomobilité, les alternatives à la voiture et ses conséquences sur l'environnement.

www.buldair.org Retrouvez chaque jour l'état de la qualité de l'air dans les principales agglomérations françaises

www.certu.fr Centre d'études sur les réseaux, les transports, l'urbanisme et les constructions publiques

www.effet-de-serre.gouv.fr

www.gart.org Groupement des autorités responsables de transports

www.innovations-transports.fr

www.utp.fr Union des transports publics

Les déplacements quotidiens

www.itransports.fr A votre disposition une cartographie des transports en commun.

www.preventionroutiere.asso.fr

www.raga.ouvaton.org Allez dans la rubrique « Dossiers pratiques », vous trouverez des informations sur les déplacements scolaires et sur les Plans de Déplacements Entreprises

www.sncf.com

• Plan de déplacements établissement scolaire •

www.allerverslecole.net - www.iwalktoschool.org

• Plan de déplacements entreprise •

www.mobilitymanagement.be - www.plan-deplacements.fr

Vous pouvez également consulter les sites des réseaux de transports locaux et autorités organisatrices de transport proches de chez vous.

La voiture autrement

• Auto-partage •

www.alpes-autopartage.fr (Grenoble) - www.autocomm.eileo.org (Bordeaux)

www.autopartage-provence.com (Marseille) - www.autotrement.com (Strasbourg)

www.caisse-commune.com (Paris) - www.franceautopartage.com -

www.lavoitureautrement.free.fr (Lyon)

Il existe également de nombreux sites de co-voiturage. Ceux-ci vous aideront à trouver facilement des personnes qui effectuent le même trajet que vous.

La mobilité électrique

www.averre-france.org Association pour le développement du véhicule électrique

www.espacemobelec.fr Renseignez-vous sur les moyens de transport doux

Les loisirs

• Vélo •

www.af3v.org Association pour le développement des véloroutes et voies vertes en France

www.velo.sncf.com Informez-vous sur les déplacements Train+Vélo

www.vincipark.com Allez dans la rubrique prêt de vélos

www.voiesvertes.com Découvrez les itinéraires voies vertes du Grand Ouest

• Roller •

www.ffrs.asso.fr Fédération française de roller

PARTENAIRES



VINCI Park, numéro 1 européen du stationnement, aime la ville. Une ville sereine où chacun utilise au mieux les services de mobilité disponibles. Une ville où les transports publics, les circulations douces et la voiture individuelle font bon ménage car chacun y choisit ce qui lui est nécessaire et respecte les valeurs collectives. C'est pourquoi VINCI Park harmonise le service rendu à l'automobiliste et la pratique d'une mobilité respectueuse de l'environnement en proposant des parcs intermodaux pratiques et conviviaux, à proximité immédiate des transports publics. C'est aussi pourquoi VINCI Park prête gratuitement des vélos à ses clients afin de leur faire découvrir la ville autrement.

www.vincipark.com



Leader de l'affichage piéton en centre-ville, Insert possède une réelle connaissance de la mobilité – mode doux – au travers de l'analyse des déplacements quotidiens des citoyens.

Insert commercialise des espaces publicitaires de micro-affichage intégrés dans l'environnement urbain.

www.insert.fr



Avec 880 000 exemplaires distribués dans les 10 plus grandes villes de France, Metro France présente plusieurs fois par semaine des initiatives en faveur du respect de l'environnement, du commerce équitable, de la solidarité. En 2006, Metro France soutient la Semaine européenne de la mobilité, chaque jour du 16 au 22 septembre.

www.metrofrance.com



BOUGEZ AUTREMENT



La meilleure énergie, c'est la vôtre

www.bougezautrement.gouv.fr

<p><i>Liberté • Égalité • Fraternité</i> RÉPUBLIQUE FRANÇAISE</p>
MINISTÈRE DE L'ÉCOLOGIE ET DU DÉVELOPPEMENT DURABLE
MINISTÈRE DES TRANSPORTS, DE L'ÉQUIPEMENT, DU TOURISME ET DE LA MER

ADEME

Agence de l'Environnement
et de la Maîtrise de l'Énergie

GIE **objectif transport public**

UNION
DES TRANSPORTS
SCHÉMAS

GART
GOUVERNEMENT DES AUTORITÉS RESPONSABLES DE TRANSPORT



**CLUB DES
VILLES
CYCLABLES**



F U B i c y

Imprimé par l'imprimerie CORLET sur du papier 100% recyclé issu d'une usine certifiée ISO 14001.

5969 | Août 2006

www.ecologie.gouv.fr
www.transports.equipement.gouv.fr

www.ademe.fr
www.objectiftransportpublic.com

www.villes-cyclables.org
www.fubicy.org