



LE SAVIEZ-VOUS ?

Cette thématique regroupe tous les déplacements que l'on peut effectuer : trajets domicile-travail ou domicile-école, déplacements pour faire les courses, les loisirs, partir en vacances, etc. ainsi que les modes de transports qui sont utilisés.

- Le secteur des transports est le **premier émetteur de gaz à effet de serre** et le premier consommateur de produits pétroliers.
 - Un aller-retour Paris-Toulouse effectué en avion émet 34 fois plus qu'en train.
 - Les voitures sont responsables de **57% des émissions de CO₂** des transports routiers, qui jouent un rôle majeur dans l'accroissement de l'effet de serre.
 - Le **bonus écologique** est une incitation financière pour choisir des véhicules qui consomment moins de carburant et émettent moins de CO₂. Ces informations figurent sur **l'étiquette-énergie**.
- ! ➤ Opter pour une voiture qui consomme peu et émet peu de gaz à effet de serre permet d'y gagner à l'achat (obtention d'un bonus) et à l'usage (économies de carburant pour de nombreuses années). En plus, c'est un bon point pour l'environnement. Tout le monde y gagne...





Pour en savoir plus, consultez la fiche pratique de l'ADEME sur
« La voiture »

www.ademe.fr/particuliers/fiches/voiture/rub3.htm

- L'impact potentiel du respect des limitations de vitesse s'élèverait à 3 millions de tonnes de CO₂.
- Il existe de nombreux moyens de locomotion dits doux : vélo, marche, **pédibus**, vélib' et des dispositifs collectifs comme le **covoiturage**, les voitures en libre service ou la livraison de courses, qui permettent de limiter l'usage du véhicule personnel (cf. Infos utiles !).
- Il suffit de 8 minutes pour parcourir 500 m à pied et, en France, 90% des enfants habitent à moins d'1 km de leur établissement scolaire.
- Il est conseillé de faire 20 à 30 mn d'exercice physique tous les jours.



QUE POUVONS-NOUS FAIRE ?

Liste des bons gestes à adopter

En voiture, je conduis en souplesse, en évitant les accélérations et en adaptant ma vitesse.

Avantages : J'économise 40% de carburant. Je réduis mes émissions de CO₂ et les risques d'accidents de la route.

En voiture, je ne pousse pas le régime moteur.

Avantages : Je réduis mes émissions de CO₂ et j'économise jusqu'à 20% de carburant.

Je passe de 130 à 120 km/h sur l'autoroute.

Avantage : Sur 500 km, j'économise de 3,5 L à 4,5 L de carburant.

Je me déplace à pied ou à vélo pour les petits trajets. J'incite mes enfants à aller à pied à l'école en respectant leur sécurité.

Avantages : Je limite la pollution atmosphérique et les frais engendrés par l'utilisation de la voiture, j'améliore ma forme et ma santé grâce à la réalisation d'une activité physique.





En ville, je privilégie les transports en commun (bus, tramway, métro).

Pour les voyages, je privilégie le train.

Avantages : Je réduis mes émissions de CO₂, je protège l'environnement.

Je n'oublie pas de faire contrôler régulièrement ma voiture ou ma moto, notamment le filtre à air, les pneus et le pot d'échappement.

Avantages : J'économise 10% de carburant et je limite la pollution de 20 % grâce au bon réglage de ma voiture.

Je me mets au covoiturage pour les trajets réguliers, les loisirs ou les vacances (cf. Infos utiles !).

Avantages : Je fais des économies, je protège l'environnement, je partage une expérience conviviale.

J'utilise l'autopartage (une voiture pour plusieurs utilisateurs, dans un lieu donné ; cf. Infos utiles !).

Avantages : Je diminue mes frais, mes problèmes de stationnement et la pollution de l'air, grâce à cette solution facile à utiliser.



INFOS UTILES !

Comment comparer différents moyens de transports ?

Le meilleur moyen pour connaître les avantages d'une meilleure utilisation des transports alternatifs, c'est d'en chiffrer l'usage.

Pour comparer les dépenses en fonction des choix des moyens de transports, vous pouvez vous rendre sur le site Internet de l'ADEME et consulter le comparateur Eco-déplacements : **www.ademe.fr/calcullette-eco-deplacements**

Cet outil permet de comparer les modes de transports sur toutes les distances, en terme financier, d'effet de serre et de consommation de carburant.

Qu'est-ce qu'un PDE ou PDES ?

Un Plan de Déplacements Entreprise (PDE) est une démarche globale visant à rationaliser les déplacements et développer des modes de déplacements plus respectueux de l'environnement.

Un Plan de Déplacements Etablissement Scolaire (PDES) est une démarche globale qui permet de repenser les trajets des enfants, entre leur domicile et leur établissement scolaire, en privilégiant des solutions de transport durable.

www.plan-deplacements.fr



Manifestations

La **semaine européenne de la mobilité** et de la sécurité routière, déclinée en France sous l'appellation « Bougez autrement, la meilleure énergie, c'est la vôtre », est organisée chaque année du 16 au 22 septembre.

De plus, chaque première semaine d'octobre, « Marchons vers l'école » sensibilise parents et enfants à la pratique de la marche à pied et du vélo pour aller à l'école.

Le **Pédibus** est un mode de ramassage scolaire qui se développe et qui est un « autobus pédestre » : l'enfant attend à un arrêt qu'un groupe de marcheurs accompagné de parents volontaires vienne le chercher pour partir à l'école... du bon pied !

Autopartage et covoiturage

Parfois, l'usage d'une voiture est nécessaire, dans ce cas, pourquoi ne pas la partager avec d'autres personnes ? Une voiture à plusieurs, c'est moins de frais, moins de nuisances, moins de circulation, plus de solidarité et plus de convivialité !

🔍 **L'autopartage** : Une solution pour avoir à disposition un véhicule, disponible immédiatement, 24h sur 24 et 7 jours sur 7, pour une courte durée (de une heure à une journée).

Il suffit de s'inscrire dans un groupement d'autopartage, de réserver par téléphone ou internet, de récupérer le moment venu une voiture dans un des points de stationnements prévus (des parkings publics d'accès facile répartis dans la ville) et de l'y déposer après usage.

.../...



(suite)

Plus de soucis d'entretien, de réparation, d'assurance, de stationnement, etc. !

Ce service, surtout urbain, est **facile à utiliser** et **peu cher**. L'usager paye une inscription (40 à 50 euros et une caution), un abonnement mensuel (environ 10 à 15 euros par mois) et un prix d'utilisation (environ 2 euros par heure et 0.35 euro par kilomètre, carburant inclus).

Le service est disponible dans de nombreuses villes : Paris, Lyon, Strasbourg, Grenoble, Marseille, La Rochelle,...

Pour plus d'informations, consultez le site Internet : www.franceautopartage.com

- **Le co-voiturage** (ou partage d'une voiture par plusieurs usagers) est un moyen de transport convivial qui permet de faire des économies d'essence, de parking et de CO₂.

En France, il existe environ 80 sites de covoiturage dont voici quelques exemples :

www.covoiturage.fr

www.laroueverte.com

www.123envoiture.com

La majorité des sites proposent à la fois des trajets réguliers (domicile-travail ou domicile-école) et des trajets occasionnels (pour les loisirs ou les vacances).

Au niveau des économies financières réalisées, voici un exemple de calcul et de partage de frais.





Exemple de partage de frais d'essence :

Pierre fait 30 km/jour en voiture pour se rendre à son travail.
En moyenne, un véhicule consomme 7 L/100km et le carburant coûte environ 1,10 euros/L.

Coût du trajet : $(7 \times K)/100$, K étant le nombre de km.
Puis on multiplie par 1,10.

Seul, Pierre dépense donc 2,31 euros/jour. S'il travaille cinq jours par semaine, cela fait 46,20 euros/mois. Imaginons qu'ils soient 4 dans la voiture. Pierre ne paierait que 11,55 euros/mois.

Avec le covoiturage, il économise 34,65 euros/mois soit environ 300 euros sur l'année scolaire !

Calculez vous aussi les économies que vous pouvez faire :

Nombre de km/jour

Consommation du véhicule (L/100km)

Prix du carburant (euro/L)

Coût par jour

Nombre de jour par semaine

Coût par mois

Nombre de co-voitureurs

Prix/pers/mois

Economies réalisées par mois : _____ euros

N'oubliez pas que les frais de parking et de péage sont aussi partagés entre les co-voitureurs. Cela fait encore plus d'économies !



NOTRE DIAGNOSTIC

Pour chaque comportement, cochez la case correspondant à vos pratiques. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Répondez le plus sincèrement possible.

Comportements	Réponse	Pts
Je conduis en souplesse, en adaptant ma vitesse et en évitant les accélérations	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
En voiture, je pousse le régime moteur	<input type="checkbox"/> Jamais	1
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	2
	<input type="checkbox"/> Souvent	3
	<input type="checkbox"/> Très souvent	4
Sur l'autoroute, je roule à 120 km/h	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je me déplace à pied ou à vélo pour les petits trajets	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Mes enfants vont à pied à l'école	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1



Comportements	Réponse	Pts
En ville, je prends les transports en commun	<input type="checkbox"/> Jamais <input type="checkbox"/> De temps en temps <input type="checkbox"/> Souvent <input type="checkbox"/> Très souvent	4 3 2 1
Pour les voyages, je privilégie le train	<input type="checkbox"/> Jamais <input type="checkbox"/> De temps en temps <input type="checkbox"/> Souvent <input type="checkbox"/> Très souvent	4 3 2 1
Je fais contrôler ma voiture ou ma moto	<input type="checkbox"/> Jamais <input type="checkbox"/> De temps en temps <input type="checkbox"/> Souvent <input type="checkbox"/> Très souvent	4 3 2 1
Je fais du covoiturage	<input type="checkbox"/> Jamais <input type="checkbox"/> De temps en temps <input type="checkbox"/> Souvent <input type="checkbox"/> Très souvent	4 3 2 1
J'utilise l'autopartage	<input type="checkbox"/> Jamais <input type="checkbox"/> De temps en temps <input type="checkbox"/> Souvent <input type="checkbox"/> Très souvent	4 3 2 1

Additionner le nombre de points (Pts) correspondant à chaque comportement pour obtenir votre score total.

Reporter ici votre score : ____

Vous avez obtenu :

Entre 10 et 19 : Bravo, continuez dans cette voie !

Entre 20 et 29 : Vous pouvez faire mieux... N'y a-t-il pas quelques comportements que vous pourriez modifier ?

Entre 30 et 40 : Il est grand temps d'agir pour un développement durable. Engagez-vous !



NOS ENGAGEMENTS

Choisissez votre (ou vos) engagement(s) pour diminuer votre score initial et participer au développement durable !

Attention : Il doit s'agir de comportements nouveaux, que vous ne faites pas déjà, ou pas suffisamment.

Recopiez ci-dessous le(s) engagement(s) choisi(s) parmi la liste proposée dans la fiche « Que pouvons-nous faire ? »

► _____

► _____

► _____







Je m'engage à adopter les comportements ci-dessus à partir
du __/__/____ (jj/mm/aaaa)

Signature de chaque membre de la famille :



NOTRE BILAN

Pour chaque comportement, cochez la case correspondant à vos pratiques. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Répondez le plus sincèrement possible.

Comportements	Réponse	Pts
Je conduis en souplesse, en adaptant ma vitesse et en évitant les accélérations	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
En voiture, je pousse le régime moteur	<input type="checkbox"/> Jamais	1
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	2
	<input type="checkbox"/> Souvent	3
	<input type="checkbox"/> Très souvent	4
Sur l'autoroute, je roule à 120 km/h	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je me déplace à pied ou à vélo pour les petits trajets	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Mes enfants vont à pied à l'école	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1



Comportements	Réponse	Pts
En ville, je prends les transports en commun	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Pour les voyages, je privilégie le train	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je fais contrôler ma voiture ou ma moto	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
Je fais du covoiturage	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1
J'utilise l'autopartage	<input type="checkbox"/> Jamais	4
	<input type="checkbox"/> De temps en temps	3
	<input type="checkbox"/> Souvent	2
	<input type="checkbox"/> Très souvent	1

Additionner le nombre de points (Pts) correspondant à chaque comportement pour obtenir votre score total.

Reporter ici votre score : ____

Est-il supérieur ou inférieur au score de votre diagnostic ?

S'il est inférieur, cela signifie que vous avez tenu vos engagements en faveur du développement durable !

S'il est égal ou supérieur, demandez-vous quels comportements vous auriez dû modifier et prenez à nouveau des engagements !

Dans tous les cas, continuez à adopter des gestes en faveur du développement durable !