



Semaine 1: La marche

Semaine 2: Les mobilités douces
roulantes



FAVORISER LES MOBILITÉS ACTIVES

Semaine 3: *La voiture*



Semaine 4: *Comment aider les
personnes à mobilité réduite?*



POUR ALLER PLUS LOIN...



[HTTPS://POLESANTEOREEANJOU.FR/](https://polesanteoreeanjou.fr/)



1

FAVORISER LES MOBILITÉS ACTIVES

La marche



En 2019 un piéton parcourt
1km en 14 minutes
Données issues du rapport SDES en 2019



Pratiquer la marche permet de réduire les risques liés à la sédentarité comme les risques cardio-vasculaire et l'apparition de cancers

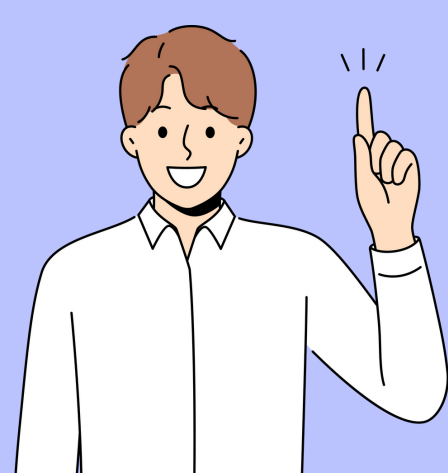
Données issues du recommandations de l'HAS en 2022



En moyenne les Français marchent entre 6 000 et 7 000 pas par jour



Des objectifs à moduler en fonction de chacun



Conseils et informations



ICI



2 FAVORISER LES MOBILITÉS ACTIVES

Mobilités doucesroulantes: vélo, trottinette...



En 2019 le vélo correspond
à 2,7% des déplacements
Données issues du rapport SDES en 2019



En moyenne un
déplacement à vélo dure
18 min

Données issues du rapport SDES en 2019



Utiliser les mobilités douces
permet de réduire
l'émissions de polluants, ce
qui améliore la qualité de
l'air contribuant à une
meilleure santé respiratoire.

Données issues du recommandations de
l'HAS en 2022



Des objectifs à moduler
en fonction de chacun

Conseils et informations



ICI



[HTTPS://POLESANTEOREEANJOU.FR/](https://polesanteoreeanjou.fr/)



3

FAVORISER LES MOBILITÉS ACTIVES

La voiture



En 2019 la voiture correspond
à 79,5% des déplacements en
milieu rurale

Données issues du rapport SDES en 2019



L'empreinte au kilomètre va de
15 gCO₂

pour une citadine électrique à
220 gCO₂ pour une berline
thermique

Données issues base empreinte



Les alternatives

Données issues étude ADEME 2022

Autopartage: utiliser une voiture que

l'on ne possède pas mais qui est
partagée entre plusieurs utilisateurs

Une voiture permet de remplacer 5 à

8 voitures individuelles



Le covoiturage:

Actuellement le taux de
remplissage est en

moyenne de 2,25

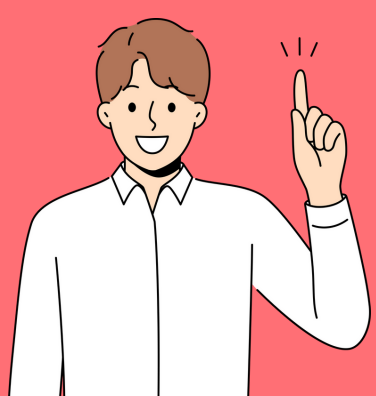
passagers par véhicule sur

des trajets longs. Des

solutions de covoiturage

permettent de trouver des

passagers!!!



Conseils et informations



ICI



[HTTPS://POLESANTEOREEANJOU.FR/](https://polesanteoreeanjou.fr/)

4

FAVORISER LES MOBILITÉS ACTIVES

Accompagner les personnes à mobilité réduite



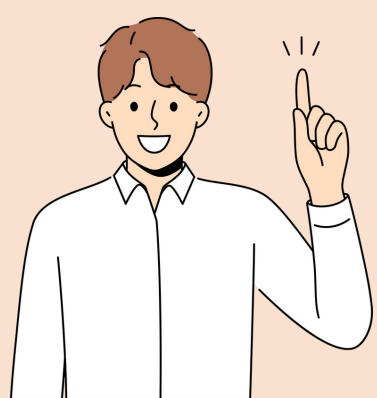
9 millions de personnes, sont gênés dans leurs déplacements hors de leur logement, ou incapables de se déplacer seuls, du fait d'un handicap ou d'un problème de santé.



Quelques Solutions:

- le développement des aménagements et d'équipements marchables et cyclables accessibles par tous les usagers dont ceux en fauteuil roulant ou utilisant des vélos adaptés, les personnes âgées avec déambulateur.
- l'accès aux vélos adaptés, à travers des dispositifs de prêts, de locations ou d'aides financières à l'achat de vélos adaptés

Données issues de l'étude de la DREES 2022



Conseils et informations

ICI



Données issues des Rendez-vous Mobilités du Cerema 2025

[HTTPS://POLESANTEOREEANJOU.FR/](https://polesanteoreeanjou.fr/)

