

Transcription textuelle de l'infographie « Témoignage d'un cycliste converti »

Bouger autrement, c'est possible, témoignage d'un cycliste converti

Julien, 28 ans, développeur informatique, explique les avantages de se déplacer en vélo plutôt qu'en moto, et les raisons qui l'y ont poussé.

Julien : Je suis passé de la moto au vélo pour mes déplacements domicile-travail... et je n'ai aucun regret !

Avant, pour me rendre à moto de mon domicile, dans le centre-ville de Nîmes, jusqu'à mon lieu de travail, l'entreprise BRL située avenue Pierre Mendès-France à Nîmes également, je devais marcher 5 minutes jusqu'à mon garage. Je mettais ensuite 15 minutes pour 4 km.

Aujourd'hui, à vélo, mon temps de trajet est aussi de 20 minutes pour 4 km, mais je pars directement de mon domicile.

Quel bilan après 3 mois de pratique ?

Grâce à ce nouveau mode de déplacement, j'ai gagné :

- **La forme !** Remplacer la moto par le vélo, c'est 40 minutes d'activité physique garantie au quotidien.
- **Une bonne action pour la planète** : plus besoin de carburant, et donc pas d'émissions de CO₂ !
- **Des économies** : pour le trajet domicile-travail, près de 15 euros par mois non dépensés en essence.

Qu'est-ce que j'ai perdu avec ce nouveau mode de déplacement ? **Rien !**

En 3 mois, pour les seuls trajets domicile-travail, **j'ai réduit de 30 kg mes émissions de CO₂** (émissions moyennes de CO₂ d'une petite cylindrée en ville : 62 g/passager.km x 3 mois, à raison d'1 aller-retour de 8 km et 20 jours ouvrés par mois).

Calculez les émissions carbone de vos trajets sur monimpacttransport.fr.

Pour pouvoir se déplacer à vélo, des **indispensables** s'imposent aussi :

- Une piste cyclable sécurisée.
- Un parking à vélo.

Les 3 bonnes raisons qui aident à franchir le pas

1. **Des aides pour la pratique du vélo** : forfait mobilités durables, subventions proposées par certaines collectivités territoriales...
2. **Des services vélo en plein boom** : dispositifs de location, ateliers de réparation ou d'auto-réparation...
3. **Des aménagements améliorés et développés** (voies cyclables, signalétique...) par les collectivités dans le cadre du plan vélo (lancé en décembre 2018).

Pour aller plus loin : le [guide de l'ADEME « La mobilité en 10 questions »](#). Merci à Nîmes Métropole et l'entreprise BRL pour leur participation.

Retrouvez le compte Ademe sur [Twitter](#) et sur [YouTube](#)

Infographie réalisée pour l'ADEME et le gouvernement par l'agence Giboulées, juin 2022 (010947).
Collection ADEME : Clés pour agir