

Transcription textuelle de l'infographie « Témoignage d'un voyageur actif »

Bouger autrement, c'est possible, témoignage d'un voyageur actif

Yann, 44 ans, chef-cuisinier en restaurant d'entreprise, explique les avantages de se déplacer en bus plutôt qu'en voiture, et les raisons qui l'y ont poussé.

Yann : Ma voiture ne me manque pas du tout. En bus, j'ai beaucoup plus de temps pour moi.

Avant, pour me rendre en voiture de mon domicile à Nice jusqu'à mon lieu de travail à Valbonne, sur la technopole de Sophia Antipolis, je mettais 45 minutes pour 30 km.

Aujourd'hui, je marche 8 minutes jusqu'à l'arrêt de bus. Mon trajet dure ensuite 40 minutes, puis je marche à nouveau 7 minutes pour rejoindre mon lieu de travail.

Quel bilan après 3 mois de pratique ?

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

- **La possibilité de travailler pendant le trajet** pour préparer les menus.
- **Du temps pour me détendre** : quand je ne travaille pas, je lis ou j'appelle des amis.
- **Plus de sérénité** : je suis globalement plus reposé car j'ai moins besoin de faire attention qu'en voiture.

En 3 mois, pour les seuls trajets domicile-travail, **j'ai réduit de 675 kg mes émissions de CO₂** (émissions moyennes de CO₂ d'une voiture en ville : 213 g/passager-km x 3 mois, à raison d'un aller-retour de 24 km et 20 jours ouvrés par mois, moins les émissions de CO₂ du bus : 25,6 g/passager.km x 3 mois, à raison d'1 aller-retour de 60 km et 20 jours ouvrés par mois).

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

Aujourd'hui, **mon trajet est plus long de 8 minutes**, mais ce n'est rien à côté du temps gagné à faire autre chose que conduire.

Pour pouvoir prendre le bus, un **indispensable** s'impose aussi : avoir un abonnement mensuel ou annuel, remboursé à 50 % par l'entreprise.

Les 3 bonnes raisons qui aident à franchir le pas

1. **Des bus « nouvelle génération » plus confortables** avec des sièges larges, des prises électriques...
2. **Des services compétitifs** de transport interurbains et urbains, avec le développement de lignes de bus sur des voies réservées, de connexions entre différents modes de transport...
3. **Un abonnement unique proposé par de nombreuses collectivités pour plusieurs modes de transport** (tramway, vélos en libre-service, métro...).

Pour aller plus loin : le [guide de l'ADEME « La mobilité en 10 questions »](#)

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

Infographie réalisée pour l'ADEME et le gouvernement par l'agence Giboulées, juin 2022 (010954).
Collection ADEME : Clés pour agir