

Sport et mobilités

Bougeons-nous pour limiter les pollutions !

Comment se déplacent les Français au quotidien ?

- **63 %** en voiture individuelle ou en deux-roues motorisés
- **24 %** à pied
- **9 %** en transports en commun
- **3 %** à vélo

Les émissions de gaz à effet de serre

- **31 %** des émissions françaises de gaz à effet de serre (GES) sont dues aux transports en 2019, soit 136 Mt CO₂e (Source : Citepa)
- **19 %** sont dues à l'agriculture
- **18 %** sont dues au tertiaire
- **18 %** sont dues à l'industrie
- **10 %** sont dues à l'énergie
- **3 %** sont dues aux déchets

85 % des personnes se rendant en montagne, été comme hiver, prennent leur voiture.

Source : G2A Consulting et Montagne Leaders

80 % des émissions imputées à une manifestation sportive sont dues aux transports des personnes (sportifs, organisation et spectateurs).

Source : ADEME

Mobilités, sport et santé

Une mobilité active a de nombreux bienfaits pour la santé : réduction du stress, de la sédentarité, du risque de maladies (cardiovasculaire, cancer, diabète...), amélioration du sommeil, renforcement du système immunitaire...

Sur une distance de 10 kilomètres, une personne émet...

- **À pied** : 0 kg de CO₂e
- **À vélo** : 0 kg de CO₂e
- **En train** : 0,04 kg de CO₂e
- **En voiture électrique** : 1,1 kg de CO₂e
- **En bus** : 1 kg de CO₂e
- **En voiture** : 2,2 kg de CO₂e

Estimez votre impact sur www.impactco2.fr/transport

4 solutions pour se déplacer et moins polluer

- **Je vais à l'entraînement à pied ou en mobilité active** (vélo, trottinette, skateboard...)
- **Je privilégie les transports en commun** : bus, autocar, métro, tramway, train...
- **J'ai recours au covoiturage** pour me rendre à l'entraînement ou sur un événement
- **J'évite de me déplacer en avion** pour assister ou participer à un événement sportif

On récapitule !

- **PLUS** de vélo, de bus et de sobriété dans nos déplacements
- **MOINS** de voiture d'avion et de déplacements en solo

Pour une planète et un cœur en meilleure santé !

Informez-vous gratuitement sur les liens entre sport et écologie : www.ecolosport.fr

En partenariat avec la République Française et l'ADEME