

Lire la transcription textuelle de l'infographie « Comment se déplacer autrement et moins cher ? »

## La voiture pèse sur le budget et la santé

**60 %** des trajets quotidiens en voiture sont inférieurs à cinq kilomètres.

Le budget voiture représente plus de **4 200 euros par an** en moyenne d'après l'étude « Comment transformer la mobilité au quotidien ? » réalisée par le Réseau Action Climat (chiffres ADETEC) en 2022.

**10 à 12 % du budget des ménages passe** dans l'amortissement de l'achat, le carburant, l'assurance, l'entretien... d'une voiture.

La voiture est responsable de **40 000 décès prématurés** par an liés aux particules fines (PM2,5) et **7 000** liés au dioxyde d'azote (NO<sub>2</sub>)

## Place aux modes alternatifs

### Pour les trajets les plus courts

Privilégiez :

- la marche (jusqu'à deux kilomètres) ;
- le vélo classique ou électrique (jusqu'à 10 kilomètres).

**Objectif 2030 : 12 % des déplacements à vélo**, contre 3 % aujourd'hui.

### Pour les trajets les plus longs

Optez pour les transports en commun. Sur 10 kilomètres, le métro émet **76 fois moins de CO<sub>2</sub>** que la voiture, le TER **7 fois moins**, le bus **près de moitié moins**, d'après impacto2.fr, ADEME, 2022.

**Et sans accès aux transports en commun ? Le covoiturage.** Vous pouvez bénéficier d'une prime de covoiturage de 100 euros en 2023. Découvrez les modalités de cette nouvelle aide sur l'article de l'ADEME « [Covoiturage, les bonnes raisons de se lancer](#) ».

**... et son peut aussi mixer les modes de transport !**

### Les avantages des modes alternatifs

- **C'est meilleur pour la santé !**
  - 30 minutes de vélo ou de marche quotidienne **diminuent de 30 %** le risque de maladie (cardio-vasculaire, cancer, diabète...).
  - Lorsqu'on utilise les transports en commun, on marche déjà **27 minutes** en moyenne par jour !
- **C'est moins de stress : finis** les embouteillages, les tensions au volant, les soucis de stationnement...
- **C'est du temps gagné : 15 km/h** de vitesse moyenne à vélo en ville contre **14 km/h** en voiture.

## La mobilité évolue

### Le télétravail

62 % des actifs dont la profession le permettait le pratiquaient fin 2021 selon l'Observatoire des mobilités émergentes, ObSoCo, 2021. Il permet aussi de diminuer d'environ 30 % les impacts environnementaux des trajets domicile-travail.

### Les véhicules électriques

Ils sont en plein essor avec 202 928 immatriculations en 2022 (13,3 % de part de marché), soit 25 % de plus qu'en 2021.

### Le covoiturage

4 fois plus de trajets courte distance (inférieurs ou équivalents à 80 kilomètres) enregistrés entre janvier 2022 et janvier 2023.

### Pour aller plus loin

D'autres conseils sur les déplacements quotidiens à retrouver sur le site [Agir pour la transition de l'ADEME](#).

Calculez les émissions carbone de vos trajets sur [impactco2.fr/transport](https://impactco2.fr/transport)

ADEME sur les réseaux sociaux : [Twitter](#) et [YouTube](#)

*Infographie réalisée pour l'ADEME et le Gouvernement par l'agence Giboulées, mars 2023 (012103).  
Collection ADEME : Clés pour Agir.*