

Transcription textuelle de l'infographie « Comment se déplacer autrement et moins cher ? »

Comment se déplacer autrement et moins cher ?

La voiture pèse sur le budget et la santé

- **40 % des trajets en voiture individuelle**, en semaine sont inférieurs à cinq kilomètres (source : SDES, Enquête mobilité des personnes, 2019).
- Le budget voiture représente **3 763 euros par an** en moyenne (source : ADETEC, Le coût réel de la voiture en 2022, juin 2024).
- **7 000 décès** dus aux émissions de dioxyde d'azote (NO₂), principalement liées au trafic routier (source : Santé publique France, Rapport Impact de pollution de l'air ambiant sur la mortalité en France métropolitaine, 2021).

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 CO₂** que la voiture, le TER 7 fois moins, le bus près de moitié moins (source : site [ImpactCO2](#)).

Et sans accès aux transports en commun ? Pensez au **covoiturage**. Un trajet quotidien de 30 km partagé avec un collègue, c'est 2 000 € économisés par an (source : ADEME, Développement du covoiturage régulier de courte et moyenne distance, 2017).

Les avantages des modes alternatifs

1. C'est meilleur pour la **santé** : d'après l'OMS, 30 minutes de vélo ou de marche quotidienne diminuent de 20 % le risque de maladie (cardio-vasculaire, cancer, diabète...).
2. C'est **moins de stress** : finis les embouteillages, les tensions au volant, les soucis de stationnement...
3. C'est plus économique : la marche est **gratuite**. Le coût moyen d'un vélo classique s'élève en 2024 à un peu plus de 600 euros. Vite rentabilisé sans frais de carburant (source : Union des entreprises du sport et du cycle).

4. C'est meilleur pour l'environnement : la marche permet d'éviter **1,2 million de tonnes de CO₂** (source : ADEME, Mobilité à pied et bilan socio-économique de la marche, 2025).

La mobilité évolue

Le télétravail

En 2024, 22 % des salariés du secteur privé ont télétravaillé au moins un jour par mois (source : INSEE), il permet de réduire de 69 % le volume de nos déplacements (source : ADEME, Télétravail, (Im)mobilité et modes de vie, 2020).

Les véhicules électriques

Peu polluants à l'usage, peu bruyants, leur marché est en plein essor, avec 326 923 immatriculations en 2025 (20 % de part de marché) (source : carlabelling).

Le covoiturage

14 millions de Français déclarent l'avoir pratiqué pour un court trajet, 13 millions pour un long trajet (source : ADEME, Enquête Nationale sur le Covoiturage, 2025).

Autopartage

Chaque véhicule partagé remplace 5 à 8 voitures personnelles et libère jusqu'à 3 places (source : Baromètre Autopartage 2025).

Pour aller plus loin

- Calculateur : [Calculez les émissions carbone de vos trajets](#)
- Articles : [Réduire les impacts des trajets domicile-travail](#)

Infographie réalisée par l'ADEME et le gouvernement français, conception Agence Bearideas

Avril 2026 (012103). Collection ADEME : Clés pour Agir