



Guide d'animation 2026

VERSION COLLÈGE - GRAND PUBLIC

Cette exposition sur les **mobilités actives** a été pensée pour éveiller la curiosité, susciter le débat et inviter à réfléchir collectivement sur nos façons de nous déplacer au quotidien. À travers six panneaux thématiques, les élèves découvrent les enjeux liés à la marche, au vélo et aux autres formes de mobilité active :

- 1) C'est quoi les mobilités actives ?
- 2) Pourquoi on a tous intérêt à utiliser les mobilités actives ?
- 3) Se déplacer en sécurité : une priorité
- 4) A pied ou à vélo, y a tout à voir !
- 5) Les mobilités actives ont de l'avenir !
- 6) Et moi, dans tout ça ?

Ce guide d'animation a pour objectif de **faciliter la médiation** autour de l'exposition. Il propose des pistes concrètes pour engager les élèves : questions à poser, idées de discussions, propositions d'ateliers, avec des prolongements pédagogiques et des références internet. L'enjeu n'est pas seulement de transmettre des informations, mais surtout de **stimuler l'échange** et d'encourager chacun à se projeter dans des pratiques de mobilité plus durables et accessibles.

Nous espérons que ce support aidera enseignants, éducateurs et animateurs à faire de l'exposition **un moment vivant et participatif**, où chaque élève peut s'exprimer, questionner et imaginer des solutions adaptées à son quotidien.

“ Ensemble, donnons envie aux jeunes générations de choisir les mobilités actives, pour leur bien-être et celui de la planète. ”

L'équipe de Haute-Garonne Environnement

Sommaire détaillé

1



C'EST QUOI LES MOBILITÉS ACTIVES ?

1. Comment peut-on définir les mobilités actives ?
2. Est-ce que le vélo à assistance électrique entre dans la catégorie des mobilités actives ?
3. Qu'en est-il des trottinettes électriques et des speed bikes ?
4. Comment remplacer le réflexe voiture par le réflexe marche ou vélo pour les déplacements du quotidien ?
5. Pourquoi dit-on des mobilités actives qu'elles permettent des déplacements facilités et fluidifiés ?
6. Est-il possible de réactiver ce réflexe marche ou vélo ?
7. Quelle est la situation de la France ?
8. Quels sont les pays exemplaires où les mobilités actives sont très développées ?



POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...

... une activité peut être proposée au visiteur en posant cette question : « **Comment suis-je arrivé jusqu'ici ?** »

2



POURQUOI ON A TOUS INTÉRÊT À UTILISER LES MOBILITÉS ACTIVES ?

1. En quoi les mobilités actives sont-elles bonnes pour la santé ?
2. Les mobilités actives agissent-elles sur la santé mentale ?
3. Pourquoi dit-on que les mobilités actives renforcent l'autonomie de leurs utilisateurs ?
4. Comment continuer à se déplacer tout en réduisant son empreinte carbone ?
5. Du moins polluant au plus polluant : que doit-on retenir du classement sur les émissions de CO₂ en fonction du mode de transport ?
6. Et pour la voiture, que faut-il en conclure ?



POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...

... une activité peut être proposée au visiteur : **la construction d'une publicité (dessin + slogan) en faveur des mobilités actives** pour contrecarrer l'omniprésence de la voiture dans les messages publicitaires visibles dans tous les médias.

3



SE DÉPLACER EN SÉCURITÉ : UNE PRIORITÉ

1. Comment résumer en une phrase le comportement des Français sur la route ?
2. Pourquoi les piétons et les cyclistes sont-ils les publics les plus vulnérables ?
3. Qu'est-ce qu'un code de la rue ?
4. Je suis piéton ou cycliste, que dois-je faire pour prévenir tout risque d'accident ?
5. Pourquoi, quand on se déplace, est-il important de se mettre à la place de l'autre ?



POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...

... un exercice peut être proposé au visiteur : « **Dessine-moi un vélo !** ». Le vélo est un objet du quotidien qu'on a tous l'impression de bien connaître, mais quand il s'agit de le dessiner, c'est une autre affaire ! ...

4



À PIED OU À VÉLO, Y'A TOUT À VOIR !

1. Pourquoi un tour de la Haute-Garonne en 80 jours ?
2. 80 jours à pied ou à vélo contre quelques heures en voiture ?
3. Pourquoi la marche à pied et le vélo se développent aujourd'hui comme des activités de tourisme et de loisir ?
4. Quels sont les autres bénéfices à voyager à pied ou à vélo ?
5. Que peut-on voir en Haute-Garonne ?
6. Comment choisir parmi toutes les propositions de balades répertoriées ?
7. Pourquoi est-il mentionné la liste des véloroutes et des randonnées GR ?



POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...

... un exercice peut être proposé au visiteur, sur le thème : « **Pour voyager heureux, vivons cachés** ». Il s'agit d'engager la discussion avec le visiteur sur les conséquences néfastes du surtourisme.



LES MOBILITÉS ACTIVES ONT DE L'AVENIR !

5

1. Quels sont les principaux indicateurs de la bonne santé des mobilités actives en France ?
2. Et pour la marche, quelle est la situation en France ?
3. Peut-on dresser le portrait d'un territoire idéal en termes de mobilité ?
4. Comment se déplacera-t-on demain ?
5. Quelle cohabitation demain entre tous ces différents moyens de transport ?



POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...

... une activité peut être proposée au visiteur, avec cette question : « **Comment suis-je arrivé jusqu'ici ?** »



ET MOI, DANS TOUT ÇA ?

6

1. Dans notre société, qui peut être concerné par les mobilités actives ?
2. Comment parvenir à changer mes habitudes de déplacement ?
3. Quel intérêt d'encourager l'usage des mobilités actives pour aller à l'école ?
4. Quelle est la situation de l'écomobilité scolaire en France ?
5. Qu'entend-t-on par pédibus et cyclobus ?
6. Pourquoi peut-on dire que les mobilités actives c'est pour la vie ?



POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...

... un petit exercice peut être proposé au visiteur : « **Les bons gestes pour entretenir et réparer son vélo** ». Avec un peu de méthode, on peut réaliser de nombreuses interventions sur un vélo.

Ce premier panneau est destiné à rappeler au visiteur que les mobilités actives peuvent être une réponse efficace pour réaliser rapidement et facilement une grande partie de nos trajets du quotidien.

1 Comment peut-on définir les mobilités actives ?

Le terme de mobilités actives ou mobilités douces rassemble **tous les modes de déplacement pour lequel la force humaine**

est nécessaire : marche, vélo, trottinette non électrique, skate, patins à roulettes... .

2 Est-ce que le vélo à assistance électrique entre dans la catégorie des mobilités actives ?

Oui. Le VAE, comme on l'appelle, **fait partie des mobilités actives**. Il n'avance pas tout seul, il faut pédaler pour le faire avancer. Le

moteur présent sur un VAE est une assistance au pédalage, il accompagne la personne qui pédale dans son effort.

3 Qu'en est-il des trottinettes électriques et des speed bikes ?

La trottinette électrique, les speed bikes (vélos rapides en français) **ne peuvent pas être considérés comme des mobilités actives**; ils ne demandent aucun effort physique à leur

utilisateur. Tout comme ces engins de déplacement personnels : gyropodes, hoverboards, skates électriques n'entrent pas dans la catégorie des mobilités actives.

4 Comment remplacer le réflexe voiture par le réflexe marche ou vélo pour les déplacements du quotidien ?

Pour changer ses habitudes de déplacement, il faut d'abord se rendre compte d'une chose : en France, **la grande majorité des trajets (60%) sont inférieurs à 5 km et ils sont réalisés en voiture**.

Pourtant, **jusqu'à 2 km, un trajet peut être fait à pied sans grande difficulté** (en moyenne, il faut entre 24 et 30 minutes pour parcourir 2 km à pied, selon l'allure et le terrain). Quant au vélo, de porte à porte, il est imbattable sur des distances jusqu'à 5 km, en particulier dans les grandes villes où la

circulation est dense : pas de bouchons et en général, un stationnement beaucoup plus simple. En moyenne, de porte à porte, **il faut entre 20 et 25 minutes pour parcourir 5 km à vélo**, selon le rythme et les conditions (feux, circulation, relief). Avec un vélo à assistance électrique, on peut gagner environ 5 minutes sur ce trajet. Le temps « porte à porte » est le plus réaliste car il prend en compte le temps de sortir le vélo, les conditions de circulation, un rythme normal de pédalage, et le stationnement.

1

C'EST OÙ LES MOBILITÉS

Marche à pied Vélo

Leur point commun ?
Ils n'avancent que grâce à la force de nos muscles

DES DÉPLACEMENTS FACILITÉS ET FLUIDIFIÉS

30 voitures
vs
30 marcheurs, cyclistes, skieurs, rollers

ADOPTER LE RÉFLEXE MARCHER À PIED OU À VÉLO POUR VOS TRAJETS QUOTIDIENS

Le saviez-vous ?
Le vélo est rapide et fiable sur les courtes distances !

- Peu d'embouteillage
- Stationnement plus facile
- Coût de l'entretien plus faible

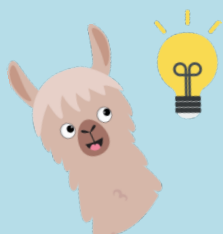
En vélo, **75 % de la population française** utilise un vélo.

20 minutes d'un collège

10 minutes d'une épicerie ou d'un supermarché

HAUTE-GARONNE ENVIRONNEMENT Agir avec vous

POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...



Une activité peut être proposée au visiteur en posant cette question : « Comment suis-je arrivé jusqu'ici ? ». Les enfants peuvent être interrogés sur la réalité de leurs trajets entre le domicile et l'école, mais aussi sur leur ressenti : Comment la distance qui les sépare de

5

Pourquoi dit-on des mobilités actives qu'elles permettent des déplacements facilités et fluidifiés ?

A pied ou à vélo, on maîtrise son temps de trajet, à la différence de la voiture où l'on ne connaît pas à l'avance l'état du trafic routier que l'on va rencontrer. A pied ou à vélo, pas

de crainte de tomber dans un embouteillage ou dans une zone de travaux. **A quelques minutes près, on est certain d'arriver à l'heure grâce aux mobilités actives.**

6

Est-il possible de réactiver le réflexe marche ou vélo ?

Oui. Il suffit de retourner au début du siècle dernier pour constater que la majorité des ouvriers se rendaient au travail à pied ou à vélo. Puis la voiture est apparue et les Français en ont acheté une pour tous leurs déplacements : faire les courses, aller chez le médecin, amener les enfants à l'école... Et ils ont oublié que ces trajets courts pouvaient facilement être réalisés à pied ou à vélo.

D'ailleurs, d'après une enquête de l'ADEME et de la Fédération Française de Cyclisme, **les Français disposaient en 2020 de 35,7 millions de vélos. Après révision et dépoussiérage de ces vélos « dormants », le réflexe vélo pourrait être vite retrouvé, d'autant plus quand on sait que 75% des Français habitent à moins de 5 minutes en vélo d'une boulangerie.**

7

Quels sont les pays exemplaires où les mobilités actives sont très développées ?

Dans le monde, certaines villes ont commencé il y a très longtemps à donner plus de place aux cyclistes et aux piétons. C'est le cas de **Copenhague, la capitale du Danemark** : cette ville connaissait des embouteillages énormes dans les années 60. Après des décennies de travaux, elle est aujourd'hui **la championne du monde pour les**

déplacements réalisés à vélo ! On estime que 35 à 40% des déplacements dans la ville se font à vélo.

En Europe encore, **les Pays-Bas sont une référence dans le domaine : c'est le pays où l'on rencontre le plus de cyclistes**, à Amsterdam la capitale comme dans tout le reste du pays.

8

Quelle est la situation de la France ?

En France, dans les villes en particulier, la circulation automobile est parfois très compliquée aux heures de pointe, ces moments où tout le monde va ou rentre du travail.

L'engagement de la France pour favoriser les déplacements à vélo est plus récent et remonte aux années 2010. La pandémie de Covid-19 a accéléré les choses et les résultats sont visibles : les centres-villes de Paris, Bordeaux

ou même Toulouse sont moins congestionnés par la circulation automobile grâce aux aménagements réalisés pour les cyclistes.

Pour les piétons, les villes commencent également à s'intéresser à leur confort. **Des plans « marchables » voient le jour, avec des aménagements à la clé** : des trottoirs plus larges, moins d'obstacles, des bancs pour se reposer ou flâner, des fontaines à eau...



l'école peut-elle être un argument pour choisir son mode de déplacement ? Quelles options s'offrent à eux et quel est le mode de transport le plus adapté à leur situation ? Quels sont les points positifs et les points noirs rencontrés sur le trajet ? Quelles sont les

choses à améliorer pour encourager plus d'enfants à marcher ou à pédaler jusqu'à l'école ?

L'Eurométropole de Lille a édité une brochure qui fournit de nombreux supports pour conduire cette activité, et bien d'autres (pp 22-23).

Ce panneau est destiné à attirer l'attention du visiteur sur les bienfaits des mobilités actives. C'est le fameux triptyque : les mobilités actives, c'est bon pour la santé, bon pour la planète et bon pour le porte-monnaie.

1 En quoi les mobilités actives sont-elles bonnes pour la santé ?

Alors que **nous manquons d'activité physique**, les bénéfices des mobilités actives sur la santé sont considérables. De nombreuses études le démontrent : **à pied ou à vélo, je garde la forme**. Quelques chiffres :

- 24% de maladies cardio-vasculaires,
- 30% de maladies coronariennes et du diabète de type 2,
- 40% du cancer du colon. La sédentarité mine chacun d'entre nous.

C'est la fameuse expression « la chaise tue » : le travail de bureau, associé à des trajets réalisés en voiture, participe à la dégradation de notre santé.

Adopter les mobilités actives, c'est au contraire faire le choix du mouvement. 30 minutes de vélo par jour réduiraient par exemple le risque d'AVC (accident cardio-vasculaire) par deux.

2 Les mobilités actives agissent-elles sur la santé mentale ?

Oui. L'activité physique procurée par les mobilités actives a un rôle positif sur la santé mentale, en agissant notamment contre le stress, l'anxiété, la dépression, mais également

en améliorant la concentration ou l'estime de soi. **La marche et le vélo sont des amis qui vous veulent du bien.**

3 Pourquoi dit-on que les mobilités actives renforcent l'autonomie de leurs utilisateurs ?

Il est important de tester dès le plus jeune âge les mobilités actives. Aller à l'école à pied ou à vélo permet aux enfants non seulement de faire du sport sans s'en rendre compte, mais aussi de s'amuser et de se défouler. C'est un moment privilégié pour nouer de nouveaux contacts, pour se faire de nouveaux camarades, pour expérimenter et se connecter avec la nature.

En grandissant, les enfants prennent de l'assurance et gagnent la confiance de leurs

parents : le chemin de l'école ou du collège à pied ou à vélo devient leur terrain de jeu, leur jardin secret.

De la même manière, continuer à faire de la marche à pied ou du vélo lorsque l'on vieillit, c'est travailler la mobilité des muscles et l'équilibre. C'est aussi **la garantie de rester libre dans ses déplacements, sans devoir compter sur une autre personne. On peut dire que la marche et le vélo offrent des espaces de liberté à tous les âges de la vie.**

2

POURQUOI INTÉRÊT LES MOBILITÉS ACTIVES ?

- moins de stress
- moins de maladies cardiovasculaires et de diabète
- moins de surpoids
- moins de risques de cancers

La santé vient en bougeant !
 ⚙️ d'activité physique = ⚙️ de bien-être

MARCHER OU PÉDALER, EN VERTU DE L'AUTONOMIE À TOUT ÂGE

Pour toi, le chemin de l'école à pied ou à vélo représente un formidable terrain d'apprentissage et de découvertes !

Contacts avec la nature, échanges avec tes copains, sentiment de liberté...

LES MOBILITÉS ACTIVES, UNE SOLUTION POUR L'ÉCART

Les transports : 1^{ère} source de gaz à effet de serre

Le saviez-vous ?
 Moins de voitures sur la route, c'est aussi moins de bruit dans l'environnement !

Choisir la marche ou le vélo pour se déplacer, c'est moins de pollution et moins de gaz de serre rejetés dans l'atmosphère.
 Vive les mobilités décarbonées !

ON A TOUS BESOIN DE FAIRE DES CHOIX

Pour réduire les dépenses, la marche et le vélo sont une solution. En comparaison avec la voiture qui coûte cher.

Le prix d'un vélo neuf = 4 pleins d'essence

HAUTE-GARONNE ENVIRONNEMENT Agir avec vous

POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...



Une activité peut être proposée au visiteur : la construction d'une publicité (dessin + slogan) en faveur des mobilités actives pour contrecarrer l'omniprésence de la voiture dans les messages publicitaires visibles dans tous les médias.

4

Comment continuer à se déplacer tout en réduisant son empreinte carbone ?

En choisissant les mobilités actives ! **En France, le secteur des transports représente la première source d'émission de gaz à effet de serre.** Le monoxyde de carbone, les hydrocarbures et l'oxyde d'azote sont des gaz polluants rejetés par les 38 millions de voitures en circulation en France (chiffres 2022). **Toutes ces émissions sont à l'origine du réchauffement climatique.**

Pourtant, il n'est pas toujours nécessaire de prendre sa voiture pour se déplacer. Pour les déplacements de proximité par exemple, **il s'agit de privilégier autant que possible le vélo ou la marche.** Pour un trajet de 1 kilomètre, la marche est le mode de déplacement idéal. Marcher ne pollue pas, ne coûte rien et permet de faire de l'exercice. Comme la marche, le vélo est non polluant et silencieux.

5

Du moins polluant au plus polluant : que doit-on retenir du classement sur les émissions de CO₂ en fonction du mode de transport ?

Tous les modes de transport n'ont pas le même impact sur la pollution de la planète. De la marche qui ne pollue pas jusqu'à l'avion qui pollue énormément, le choix de son mode de transport n'est donc pas sans conséquence. L'avion, par exemple, est très rapide, mais il pollue beaucoup parce qu'il consomme des quantités importantes de kérosène pour voler : un Airbus A320 chargé pèse environ 70 tonnes et il aura besoin de 300 litres de kérosène dans sa phase de décollage qui dure environ 5 minutes.

4 000 et 4 600 litres de kérosène. Et plus un avion vole loin, plus il envoie de gaz dans le ciel, et plus ça réchauffe la planète. Pour un trajet Toulouse → Paris, l'ADEME estime qu'en avion, ce sont 138 kg de CO₂ qui seront émis pour une personne pour effectuer les 600 km qui séparent les deux villes à vol d'oiseau (source ADEME 2024 pour un vol intérieur : ~230 g de CO₂ par km et par passager). Le même trajet en TGV (électricité), c'est seulement 1,8 kg de CO₂ pour une personne (3 g de CO₂ par km et par passager). **L'avion pollue ainsi 75 fois plus que le TGV pour effectuer ce trajet Toulouse - Paris.**

On estime qu'un vol Toulouse → Paris en A320 consommera environ entre

6

Et pour la voiture, que faut-il en conclure ?

Les émissions vont dépendre du type de voiture (essence ~180 g de CO₂ par km, diesel ~150 g, voiture électrique ~20 g). Prenons le trajet Toulouse → Paris (~680 km par la route), la voiture essence, avec un seul passager à bord, polluera presque autant que l'avion, soit 122 kg CO₂. Mais avec 4 passagers, ce chiffre sera divisé par 4, soit 30 kg de CO₂ par personne. En voiture électrique, ce sera seulement 13,6 kg de CO₂ pour un passager. **La voiture thermique** (essence ou diesel) **reste**

donc un mode de déplacement très émissif de gaz à effet de serre.

Avec d'importantes variations selon le poids du véhicule : **choisir un petit véhicule sera la garantie de moins consommer qu'un gros véhicule de type SUV, et par conséquent d'envoyer moins de gaz à effet de serre dans l'atmosphère.** Pour 100 km, un petit véhicule essence de type citadine émet 11,6 kg CO₂ contre 20,8 kg CO₂ pour un véhicule essence de type SUV, soit presque le double.

POURQUOI ON A TOUS À UTILISER LES MOBILITÉS ACTIVES ?

- meilleure concentration
- meilleur sommeil

Le saviez-vous ?
L'Organisation Mondiale de la Santé recommande : **1h d'activité physique/jour minimum pour les enfants de 5 à 17 ans, 2h30/semaine pour les adultes.**

Le vieillissement...
Pour les personnes plus âgées, maintenir la pratique des mobilités actives permet de conserver son autonomie...
et limite les effets du vieillissement !

LE CLIMAT
Source d'émission de gaz à effet de serre en France.

MODES DE SE DÉPLACER : ÉCONOMIES
Le vélo sont une solution très efficace, coûte très cher à l'achat et à l'entretien.

Pour 10 km/jour :
Vélo : 100€/an
Voiture : 1000€/an

Une question facile peut introduire le débat : citez-moi 10 marques automobiles, puis citez-moi 10 marques de vélos... (+ difficile).
Un exercice ludique qui doit permettre de renforcer l'image positive des mobilités actives et de « vendre »

l'idée à ceux qui n'en font pas ou qui hésitent à se lancer.
Quelques slogans : « les mobilités actives, c'est le pied ! » ou « Fais du vélo, tu n'auras plus jamais le moral à zéro ! ».

Ce panneau est destiné à mettre l'accent sur un aspect essentiel dans la pratique des mobilités actives : la sécurité.

1 Comment résumer en une phrase le comportement des Français sur la route ?

L'association nationale sur la Prévention Routière a une formule qui résume bien l'état d'esprit des différents usagers sur la route : « L'automobiliste est bête, il croit que c'est le motard qui est bête, alors qu'en fait c'est le cycliste, dit le piéton... ». **En résumé : en cas de problème sur la route, c'est toujours la faute de l'autre.**

Chacun se croit plus malin que l'autre et tous se renvoient la balle, ce qui ne règle rien. D'où la nécessité de respecter des règles de bon sens et des règles écrites, c'est l'objet du code de la route. Bien le connaître, c'est un gage de sécurité.

2 Pourquoi les piétons et les cyclistes sont-ils les publics les plus vulnérables ?

Si la marche et le vélo figurent parmi les modes de déplacement les plus accessibles à tous, les plus écologiques, les plus conviviaux, les moins dangereux pour les autres usagers de la voie publique, il n'en reste pas moins qu'ils sont les plus vulnérables.

Depuis les années 60-70, le modèle urbain s'est développé autour de la voiture et n'a laissé que peu d'espace aux piétons.

Sur le trottoir par exemple, le piéton est soumis

à rude épreuve parfois : il doit partager un espace restreint avec des poussettes, des fauteuils roulants, des trottinettes musculaires, sans compter les trottinettes électriques ou les vélos qui n'ont rien à y faire dessus...

Or, **en cas d'accident, le piéton sera toujours le plus faible, le plus fragile.** Tout comme le vélo, en cas de collision avec une voiture ou un bus... **La prudence et le respect de l'autre sont donc de mise.**

3 Qu'est-ce qu'un code de la rue ?

On connaît le code de la route qui fixe des règles à respecter par ses différents usagers ; on connaît moins en revanche le code de la rue. **La route ou la rue ne doivent pas devenir la jungle où chacun fait ce qui lui plaît, sans se soucier des autres.** Aussi, des communes mettent en place un code de la rue

afin d'apaiser les relations entre tous les usagers. Sous la forme d'un guide, il s'agit de rappeler à tous, les règles générales pour le vivre-ensemble et faire en sorte que chacun apprenne à partager l'espace public. **Dans la rue ou sur la route, je ne joue pas « perso » !**

SE DÉPLACER EN SÉCURITÉ

CODE DE LA RUE OU C... RESPECTEZ LES...

Piéton

- 1 Je marche sur le trottoir
- 2 Je regarde des 2 côtés avant de traverser
- 3 Je traverse sur un passage protégé

Cycliste (+ trottinettes et engins assimilés)

- 4 J'ai les équipements nécessaires obligatoires
- 5 Je mets pied dans les zones
- 6 Je respecte et les priorités
- 7 Je ne frôle pas
- 8 Je signale à mes changements de direction autour de moi
- 9 Je ne porte d'écouteurs
- 10 J'utilise les cyclables lo et je ne roue trottoirs (sauf...)

Le saviez-vous ?

Les trottinettes musculaires, considérées comme des piétons doivent rouler au pas.

Les personnes en fauteuil roulant peuvent circuler sur les trottoirs jusqu'à 6 Km/h. Au-delà, ils doivent circuler bien à droite de la chaussée. Dans tous les cas, ils peuvent emprunter les pistes cyclables existantes.

AMÉNAGER DES I... POUR SE DÉPLACER

Pour se déplacer en sécurité, limiter l... des solutions

30 baisser la vitesse des voitures

fermer les rues des écoles

HAUTE-GARONNE ENVIRONNEMENT

Agir avec vous

POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...



Une activité peut être proposée au visiteur : « Dessine-moi un vélo ! ». Le vélo est un objet du quotidien qu'on a tous l'impression de bien connaître, mais quand il s'agit de le dessiner, c'est une autre affaire ! Les productions obtenues sont

4

Je suis piéton ou cycliste, que dois-je faire pour prévenir tout risque d'accident ?

En cas d'accident et pour limiter les blessures graves, le port du casque est obligatoire jusqu'à 12 ans et fortement recommandé pour tout le monde. Mais l'idée est bien d'éviter l'accident. Sur ce point, une règle essentielle est à retenir : **piétons et cyclistes doivent se rendre visibles des autres usagers**. Porter des couleurs vives et un gilet fluo avec des éléments réfléchissants permet d'être vu par les automobilistes à 150 mètres. En portant des

vêtements foncés, la visibilité est réduite à 20 mètres, une distance trop courte pour anticiper sa conduite.

Pour leur sécurité, **les cyclistes doivent aussi vérifier que leur vélo dispose bien des équipements de sécurité obligatoires** : freins avant et arrière, éclairage avant et arrière, sonnette, catadioptres sur les roues avant et arrière et sur les pédales.



CODE DE LA ROUTE : RÈGLES

Automobiliste et deux-roues motorisés

- 1 Je ne m'arrête pas sur les aménagements cyclables
- 2 Je dépasse les cyclistes en m'écartant d'au moins 1 m
- 3 Je signale mes changements de direction et contrôle mes angles morts
- 4 Je laisse passer les piétons et je respecte les sas vélo au feu

Gardez à l'esprit
Le port du casque est obligatoire pour les plus jeunes, et fortement recommandé pour tout le monde.

ESPACES EN SÉCURITÉ

Les accidents et gagner en confiance, existent déjà :

- 1 prévoir des voies sécurisées pour les piétons et les vélos...



Source : <https://www.securite-routiere.gouv.fr/chacun-son-mode-de-deplacement/dangers-de-la-route-velo/casque-et-protections-velo>

5

Pourquoi, quand on se déplace, est-il important de se mettre à la place de l'autre ?

Il faut se rappeler qu'**à la base, nous sommes tous des piétons, à un moment ou à un autre de la journée**. Les vélos, les voitures, les bus ne sont que des « accélérateurs de piétons ». De nombreux facteurs sont à prendre en compte pour une cohabitation réussie entre tous les usagers de la route.

Quand ils se déplacent à pied, les enfants, les personnes âgées, les personnes à mobilité réduite n'ont pas en général la même vigilance que le reste de la population. En voiture, des conditions météo défavorables

peuvent déstabiliser l'automobiliste le plus attentif : la pluie, combinée à une faible luminosité, altère particulièrement la perception de l'environnement extérieur. **Le piéton ou le cycliste pense être vu de l'automobiliste, qui lui ne les voit pas**, d'où l'importance de se rendre bien visible et de signaler tous ses changements de direction que l'automobiliste ne peut pas deviner. Je ne suis pas seul sur la route. Il faut se répéter cette maxime : « **Vivre ensemble, se déplacer ensemble** ».

parfois surprenantes et permettent d'engager la discussion sur les éléments composant le vélo, sur les éléments manquants, à commencer par les équipements obligatoires sur un vélo : feux avant et arrière, sonnette, catadioptres sur les roues (petites

plaques réfléchissantes de couleur orange fixées sur les rayons de la roue). Puis on peut interroger le visiteur sur les équipements obligatoires du cycliste (casque jusqu'à 12 ans) ou recommandés (gilet réfléchissant, casque au-delà de 12 ans).

Ce panneau est destiné à rappeler que si les mobilités actives sont un formidable moyen de se déplacer au quotidien, elles permettent aussi de se déplacer sur des distances plus longues, et ainsi de voyager.

1 Pourquoi un tour de la Haute-Garonne en 80 jours ?

Il s'agit en fait d'un **petit clin d'œil au roman de Jules Verne**, « Le tour du monde en quatre-vingt jours », une histoire écrite au XIX^{ème} siècle, à **une époque où les déplacements en voiture n'existaient pas**. Comme pour Phileas Fogg et Passepartout, les héros présents dans le roman de Jules Verne, 80 jours ne seront pas de trop pour celui ou celle qui souhaite

découvrir en profondeur le département de la Haute-Garonne, à pied ou à vélo.

C'est un encouragement à pratiquer le tourisme lent (ou slow tourisme en anglais), une tendance qui se développe de plus en plus en France, comme dans beaucoup d'autres pays dans le monde.

2 80 jours à pied ou à vélo contre quelques heures en voiture ?

Comme indiqué ci-dessus, le chiffre de 80 jours est purement symbolique et n'a rien d'une injonction pour le visiteur. **A pied ou à vélo, chacun avance à son rythme**. En revanche, nous avons pris la calculatrice et ce qui est certain, c'est bien qu'**une dizaine d'heures**

suffirait pour parcourir en voiture le tour de la Haute-Garonne, sans aucun arrêt ou visite des lieux traversés. **A pied ou à vélo, c'est la promesse de jolies sorties à proximité de chez soi, ou plus loin, pour les plus volontaires.**

3 Pourquoi la marche à pied et le vélo se développent aujourd'hui comme des activités de tourisme et de loisir ?

Ces 60 dernières années, le tourisme local ou régional s'est développé essentiellement à partir d'un seul mode de transport : la voiture. Avec cet avantage que la voiture permet de découvrir beaucoup de choses en très peu de temps. Ou plus exactement de « survoler » beaucoup de choses, à la recherche de son meilleur profil dans un selfie qui finira sur les

réseaux sociaux... Face à ce constat décevant, de plus en plus de personnes prennent conscience que **les mobilités actives permettent de pratiquer une autre forme de tourisme plus durable, plus respectueux des lieux visités et des personnes qui y vivent.**

À PIED Y'A TOUT

LE TOUR DE LA HAUTE-GARONNE

Le département de la Haute-Garonne fourmille de balades à pied et à vélo autour de chez soi sur des sentiers balisés et des voies cyclables aménagées.

IDEES DE BALADES

- 1 Boucle de Grenade
- 2 Boucle De vignes
- 3 Sentier de la Tour
- 4 Circuits de la Foix
- 5 Chemin des Fourchs
- 6 Boucle de la Foix
- 7 Boucle de la Foix
- 8 Boucle Le Balcon
- 9 Boucle Montréjeu
- 10 Le Chemin de la Foix
- 11 Sentier du Cagire
- 12 Sentier du Port

Connaissez-vous vraiment les richesses de votre département ?

Pour relier en voiture les villes positionnées sur la carte, il vous faudrait à peine une dizaine d'heures... Mais combien de rendez-vous manqués avec les curiosités architecturales ou naturelles du département ?

UNE INTÉRIEUR TOUT EN

La marche à pied et le vélo sont de nouvelles activités de tourisme.

se ressourcer physiquement et mentalement

poser un regard nouveau sur les lieux qui nous entourent

Des voyages à pied et à vélo plus en solo, en famille ou entre amis, etc.

HAUTE-GARONNE ENVIRONNEMENT

Agir avec vous

POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...



Une activité peut être proposée au visiteur sur le thème : « Pour voyager heureux, vivons cachés ». Il s'agit d'engager la discussion avec le visiteur sur les conséquences néfastes du tourisme de masse sur les populations locales et sur les écosystèmes naturels, un sur-tourisme rendu possible grâce à la voiture

4

Quels sont les autres bénéfices à voyager à pied ou à vélo ?

Les mobilités actives permettent la découverte et le voyage, tout en se ressourçant physiquement et mentalement. Se promener à pied ou à vélo permet aussi de poser un regard nouveau sur les lieux qui nous entourent et sur la nature. C'est aussi un moyen de prendre son temps et de

rencontrer des personnes pour apprendre sur la culture et la vie locale. Le côté bucolique de la marche à pied et du vélo est à signaler également : écouter les bruits de la nature, le chant des oiseaux, regarder les couleurs du ciel et des nuages, observer les plantes et les animaux qui nous entourent...

5

Que peut-on voir en Haute-Garonne ?

Le département de la Haute-Garonne, qui s'étire de Luchon jusqu'à Villemur-sur-Tarn, offre des paysages très variés. Beaucoup de choses sont à voir en Haute-Garonne mais il était impossible sur une carte de répertorier toutes les curiosités à découvrir dans le département. Le choix des auteurs s'est donc

porté vers une sélection de sites naturels ou architecturaux qui méritent le détour, qui figurent en bonne place sur les guides touristiques, et qui ne sont pas pour autant victimes du surtourisme (un tourisme de masse destructeur et néfaste pour les sites concernés et les habitants qui y vivent).

6

Comment choisir parmi toutes les propositions de balades répertoriées ?

Selon son niveau et ses envies, il appartient à chacun de bien choisir sa sortie à pied ou à vélo. Si je ne veux pas faire une sortie trop longue, je vais privilégier les balades-découvertes. Le site randohautegaronne.com propose des centaines de boucles à effectuer dans le département, à pied, à vélo, et même à cheval... Il ne faut pas hésiter aussi

à pousser la porte des offices de tourisme partout présents dans le département, avec des professionnels qui connaissent bien leur territoire. Des parcours pédagogiques sont même aménagés par les collectivités locales pour en apprendre toujours plus, sur la biodiversité, la protection des rivières, le patrimoine architectural, gastronomique...

7

Pourquoi est-il mentionné la liste des véloroutes et des randonnées GR ?

Il s'agit d'itinéraires plus longs, qui traversent notre département et se poursuivent dans les départements voisins. Les véloroutes offrent ainsi des parcours sécurisés pour les cyclistes. La plus connue est celle qui longe le Canal du Midi. Même principe pour les sentiers de grande randonnée (ou sentiers GR) qui offrent de jolis parcours sécurisés pour les randonneurs, en principe éloignés de la circulation automobile. Pour parcourir ces itinéraires, il faudra au randonneur ou au

cycliste prévoir du temps, mais rien n'empêche celui-ci de n'en faire qu'un morceau chaque week-end par exemple. Et pour cela, petite astuce : mettre son vélo dans un train. Par exemple, depuis la région toulousaine, les cyclistes les plus sportifs pourront ainsi rejoindre en train la ville de Bagnères-de-Luchon pour affronter la route des cols pyrénéens, et se prendre le temps d'une demi-journée pour les coureurs du Tour de France

OU À VÉLO,
TOUT À VOIR !

RONNE
EN 80 JOURS !



VITATION À RALENTIR
I RESTANT ACTIF

ied et le vélo,
me et de loisir pour :



apprendre
sur la culture
et la vie locale



explorer des
territoires à l'abri
du surtourisme

authentiques, plus écologiques,
qui offrent des possibilités infinies.

notamment, qui exerce une pression sur l'environnement et les ressources naturelles : chemins de randonnée dégradés, bruit néfaste pour les animaux, déchets abandonnés sur place, cueillette de fleurs protégées... Le département de la Haute-Garonne n'est pas une « terre à selfies » et semble

épargné aujourd'hui par le phénomène du surtourisme. Il n'empêche que certains sites peuvent connaître une pression touristique à certaines périodes de l'année. Parmi les solutions pour apaiser les relations, le voyage à pied ou à vélo permet d'étaler les flux de déplacements des voyageurs.

Le message de ce panneau est simple et résolument optimiste : en France, la place des mobilités actives a gagné du terrain ces vingt dernières années mais on n'a pas encore tout vu...

1 Quels sont les principaux indicateurs de la bonne santé des mobilités actives en France ?

En France, la pratique des mobilités actives se développe. La pandémie de Covid-19, en imposant des règles drastiques de distanciation physique, a véritablement accéléré la pratique des mobilités actives depuis 2020.

Des différences existent bien entendu selon les territoires. Les études de mobilité (ou baromètres de la mobilité) indiquent toutes **une explosion de la pratique du vélo dans les très grandes villes**, comme Toulouse, avec une croissance de 25% du nombre de cyclistes entre 2022 et 2024 à l'échelle de la métropole (source Observatoire du schéma directeur cyclable).

A la périphérie de Toulouse (le secteur périurbain), **les chiffres sont en augmentation mais plus contrastés, selon notamment la**

qualité des aménagements cyclables présents. En campagne ou à la montagne, la pratique du vélo a plutôt tendance à stagner ces dernières années. Il faut dire que les distances à parcourir sont souvent plus importantes, avec un relief parfois marqué qui n'invite pas à penser tout de suite au vélo pour se déplacer. Si l'on ajoute à cela un manque d'infrastructures sécurisées, on peut comprendre que les mobilités actives se développent moins vite en milieu rural.

Mais d'autres formes de mobilité alternatives à la voiture « solo » y voient le jour, avec du covoiturage solidaire, des navettes associatives ou municipales, des taxis collectifs pilotés par des bénévoles... Des solutions nouvelles pour se déplacer en territoire rural qui profitent à tous, et qui dans tous les cas, nécessitent l'usage de la marche !

2 Peut-on dresser le portrait d'un territoire idéal en termes de mobilité ?

Si l'on prend soin de réunir toutes les préconisations recensées dans cette exposition, ce territoire idéal existe peut-être déjà. Dans tous les cas, **il s'agit d'un territoire qui accorde une grande place aux piétons et aux cyclistes, lesquels peuvent se déplacer en toute sécurité.** La voiture existe toujours mais sa place est restreinte, ce qui laisse la possibilité **d'installer des éléments de confort pour les piétons et cyclistes** : des bancs, des fontaines, des arceaux pour le stationnement des vélos, des stations de gonflage. Des voies de circulation sont réservées aux bus.

C'est aussi la possibilité de donner **plus de place à la nature**, avec la plantations d'arbres ou de bosquets par exemple.

C'est finalement un territoire où chacun trouve sa place, à commencer par les plus vulnérables de nos concitoyens : les personnes en situation de handicap se déplacent sans risques sur leur triporteur, les personnes âgées peuvent aller à leur rythme sans être bousculées et les parents avec poussette peuvent pousser la chansonnette en se concentrant sur les gazouillis de leurs enfants.

LES MOBILITÉS ONT DÉGAGÉ DU TERRAIN

5

LUMA
L'Observatoire des Mobilités Actives

IMAGINER LE TERRITOIRE I
Des aménagements qui laissent davantage de pl

Itinéraires sécurisés, pensés pour les publics les plus fragiles

Pistes cyc plus nomb et plus sécu

Équipements qui améliorent le confort des piétons

RÉDUIRE LE NOMBRE DE VO DANS LA RUE OU SUR LA C'EST POSSI

La marche concerne **36,9%** des déplacements locaux seule ou associée à un autre mode de transport

+ de vélos vendus en France que de voitures !

1/3 des vélos vendus en France sont des Vélos à Assistance Électrique

Les vélos se métamorphosent et permettent de nouveaux u

HAUTE-GARONNE ENVIRONNEMENT

Agir avec vous

POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...



Une activité peut être proposée au visiteur sur la base d'un quiz sur les nouvelles formes de mobilités. Les EDPM ou Engins de déplacement personnel motorisés exercent en effet un fort pouvoir d'attraction chez les publics jeunes : trottinettes électriques, hoverboards, gyropodes, monoroues, speed bikes, skates

Ce dernier panneau est destiné à placer le visiteur au cœur de l'action, en l'invitant à adopter les mobilités actives.

1 Dans notre société, qui peut être concerné par les mobilités actives ?

Potentiellement, tout le monde. Il suffit d'observer la place qu'occupe la question des déplacements dans les discussions du quotidien pour en mesurer son importance. Au travail, en famille ou entre amis, les déplacements sont une préoccupation majeure pour beaucoup d'entre nous. Il faut dire que l'on passe beaucoup de temps dans nos

trajets, et notamment dans nos voitures. Déjouer les embouteillages relève pour beaucoup d'un défi quotidien.

Des études indiquent qu'**un automobiliste passe en moyenne entre 50 et 60 minutes par jour pour se rendre à son travail** (IPSOS, mars 2019).

2 Comment parvenir à changer mes habitudes de déplacement ?

Aujourd'hui, les calculateurs d'itinéraires constituent une aide précieuse à la décision. La voiture, ce n'est pas automatique, surtout pour les trajets les plus courts. Avant de partir, il est important de savoir où on va et pour quoi faire. **C'est en fonction de la destination, du motif et du trajet à effectuer que le mode de transport doit être choisi.**

Agir ou subir : chacun doit pouvoir choisir sa façon de se déplacer.

Il existe en gros deux types de calculateurs d'itinéraires sur internet :

Les premiers comparent pour un même trajet les performances de tous les modes possibles de déplacement (voiture, transports collectifs, vélo, marche), comme viamichelin, mappy, google maps.

Les seconds sont plus spécialisés, comme géovélo.com, et vont se concentrer sur une analyse plus fine des itinéraires vélo (itinéraire sécurisé ou non, pourcentage de dénivelé, option vélo à assistance électrique...).

3 Quel intérêt d'encourager l'usage des mobilités actives pour aller à l'école ?

Les habitudes de déplacement se prennent dès le plus jeune âge. Un enfant qui aura pris l'habitude d'aller à l'école en vélo dès la maternelle sera plus enclin à utiliser le vélo pour se rendre à l'école élémentaire, puis au collège s'il se trouve à proximité du domicile.

Autre intérêt : les parents qui accompagnent leurs enfants à pied ou à vélo vers l'école ont plus de chance de finir leur trajet vers le travail de la même manière. **Le moyen de transport utilisé vers l'école conditionne fortement le mode de transport pour se rendre au travail.**



ET MOI DANS TOUT ÇA

C'EST DÉCIDÉ, JE CHANGE
Que j'habite en ville ou à la campagne, la ville est plus verte et plus agréable.

Avant de partir pour circuler, je vérifie les conditions météo.

le mois...

Pour aller au collège, j'organise un trajet avec mes camarades qui font le même trajet que moi.

Si mon trajet est un peu long, je peux combiner la marche avec le bus, le train, c'est l'intérêt. Je peux aussi rejoindre une amie à vélo et y en a un peu partout dans le quartier.

Dans tous les cas, je me rends à l'école.
Les jours de pluie, je m'équipe d'une tenue de pluie.

LES MOBILITÉS ACTIVES

Au travail, je participe aux défis vélo ou marche à pied organisés par mon employeur (ou je les organise) et j'encourage mes collègues à se lancer.

Parce que je peux monter à mon entreprise, ça m'aide à me sentir mieux.

HAUTE-GARONNE ENVIRONNEMENT

Agir avec vous

POUR PROLONGER L'ÉCHANGE ...



Une activité peut être proposée au visiteur : « Les bons gestes pour entretenir et réparer son vélo ». Une panne ou une crevaison ont parfois vite fait de décourager le cycliste. Pourtant, avec un peu de méthode, on peut réaliser de nombreuses

4

Quelle est la situation de l'écomobilité scolaire en France ?

En France, des associations encouragent l'utilisation des modes de déplacements actifs ou partagés pour les trajets domicile-établissement : c'est ce que l'on appelle l'écomobilité scolaire.

Une étude réalisée en 2021 (EcoCO²IFOP) révèle que la voiture individuelle reste le moyen de transport le plus utilisé par les élèves (31%).

Mais dans le même temps, on apprend que **55% des parents souhaitent que les pouvoirs publics facilitent l'utilisation des mobilités actives.**

Une fois les conditions de sécurité réunies (pistes cyclables notamment), les parents sont donc prêts à engager leurs enfants dans les mobilités actives.

5

Qu'entend-t-on par pédibus et cyclobus ?

Le pédibus est un moyen de se déplacer en groupe, facile à mettre en place : des adultes (parents en général) s'organisent pour accompagner à tour de rôle un groupe d'enfants à pied vers l'école. Un horaire précis et des points d'arrêt sont aussi définis.

Le cyclobus (ou vélobus) est construit sur le même principe, mais cette fois avec des vélos : des enfants font le chemin de l'école ou du collège ensemble, seuls ou accompagnés d'un ou plusieurs adultes, en fonction de l'âge

et de l'itinéraire à parcourir.

En grandissant, je peux conserver mes habitudes et me rendre à pied ou à vélo vers mon lieu de travail.

Vous pouvez trouver facilement sur internet des sites pour en savoir plus sur les pédibus et cyclobus.

Pour en savoir plus, rendez-vous notamment sur Mobiscol.org, le portail national de l'écomobilité scolaire.

6

Pourquoi peut-on dire que les mobilités actives c'est pour la vie ?

La marche et le vélo peuvent nous accompagner tout au long de notre vie.

Quand on attrape le « virus » des mobilités actives, il est très difficile de s'en défaire, tellement les bénéfices sont nombreux (santé, bien-être, environnement, portemonnaie..).

Expert, je peux ainsi me transformer en porte-parole de la marche et du vélo en organisant dans mon entreprise des challenges mobilité.

Je peux aussi transmettre à d'autres mon expérience dans l'art d'entretenir ou de réparer un vélo. Passionné, je peux décider de travailler dans le secteur économique du vélo. On pourrait dire : **« Mobilités actives, un jour ? Mobilités actives, toujours ! »**

DI, OUT ÇA ?

MES HABITUDES !
Voiture c'est pas automatique !

partir, je calcule mon itinéraire
autour de chez moi à pied ou à vélo.

Je peux planifier mon trajet
en fonction de mes critères :
le + sécurisé, le + direct, le + plat,
le moins polluant, le meilleur pour ma santé...

Pour aller à l'école,
je rejoins un pédibus
près de chez moi

Astuce sportive !
Pour rester en forme,
je peux finir mon trajet
jusqu'au travail en marchant
et je prends les escaliers
pour brûler encore plus
de calories.

Cyclobus
le trajet

long,
che et le vélo
modalité !
de covoiturage,
département.

visible pour être en sécurité !
La nuit ou par temps
couvert, je porte
un gilet réfléchissant

ES, C'EST POUR LA VIE

Passionné,
je transmets mon
savoir-faire
à mon entourage :
aider ou réparer
son vélo
est assez simple,
ça s'apprend

Adulte,
je peux en faire
mon métier :
la filière du vélo
offre de nombreux
emplois autour
de la vente
et de la mécanique

interventions sur un vélo. De nombreux tutoriels existent sur internet, permettant de se familiariser avec le remplacement d'une chambre à air, le réglage des freins, du dérailleur...

Il existe sur internet des vidéos bien faites pour vous

accompagner dans l'entretien et la réparation d'un vélo. Quelques exemples : la playlist de Decathlon contient plusieurs tutoriels vidéos en français pour l'entretien de vélos urbains ou de route.

Ressources supplémentaires



Ma FICHE MOBILITÉ

Cette fiche appartient à



Comment viens-tu le plus souvent à l'école ?

à vélo



transport
en
commun

à pied



en voiture

à trottinette



Pourquoi utilises-tu ce mode de déplacement ?

.....

À l'aide du tableau temps/distance, calcule combien de temps tu mettrais depuis chez toi pour venir à l'école :

à vélo

transport
en
commun

à pied

en voiture

à trottinette

.....

minutes

.....

minutes

.....

minutes

.....

minutes

.....






minutes

Quand chacun aura collé son étiquette sur la carte, repère qui, de tes camarades, pourrait faire la route avec toi.

.....

TABLEAU TEMPS / DISTANCE

Ce tableau permet de calculer approximativement les kilomètres parcourus d'un point X à l'école selon le temps et le mode de déplacement emprunté. Il permet également de calculer l'émission moyenne de CO² par trajet. Découpez-le et accrochez-le dans la classe pour le consulter.




										
500M	3 MINUTES	6 MINUTES	4 MINUTES	2 MINUTES	6 MINUTES	4 MINUTES	6 MINUTES	6 MINUTES	4 MINUTES	3 MINUTES
1KM	6 MINUTES	10 MINUTES	8 MINUTES	4 MINUTES	12 MINUTES	8 MINUTES	12 MINUTES	12 MINUTES	8 MINUTES	6 MINUTES
2KM	12 MINUTES	18 MINUTES	16 MINUTES	8 MINUTES	24 MINUTES	16 MINUTES	24 MINUTES	24 MINUTES	16 MINUTES	12 MINUTES
3KM	18 MINUTES	27 MINUTES	24 MINUTES	12 MINUTES	36 MINUTES	24 MINUTES	36 MINUTES	36 MINUTES	24 MINUTES	18 MINUTES
4KM	24 MINUTES	32 MINUTES	32 MINUTES	16 MINUTES	48 MINUTES	32 MINUTES	48 MINUTES	48 MINUTES	32 MINUTES	24 MINUTES
5KM	30 MINUTES	38 MINUTES	40 MINUTES	20 MINUTES	60 MINUTES	40 MINUTES	60 MINUTES	60 MINUTES	40 MINUTES	30 MINUTES
CO ² /KM	95,4 G/KM	206 G/KM	0G/KM	0G/KM	0G/KM	0G/KM	0G/KM	0G/KM	0G/KM	95,4 G/KM

*Ce temps tient compte du déplacement vers la voiture, de la durée du trajet, du trafic chargé en heure de pointe et de la recherche d'un stationnement.

Quiz de la rentrée 2025

Par **Philippe Liberatore**, chef de la police municipale

Les trottinettes électriques, les gyropodes, les hoverboards... sont des EDPM. Nous vous proposons un quiz pour tester vos connaissances sur la réglementation les concernant ? À vous de jouer !

<p>Q1. Un EDPM c'est :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Un engin de déplacement personnel de mobilité ♣ Un engin de déplacement personnel motorisé 	<p>Q2. Les EDPM sont soumis au Code de la route :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Oui ♣ Non
<p>Q3. Les règles de circulation en EDPM sont les mêmes qu'à vélo :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Oui ♣ Non 	<p>Q4. L'âge légal minimum pour utiliser un EDPM est de :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ 12 ans ♣ 14 ans ♥ 16 ans
<p>Q5. Sur un EDPM et sur un vélo, il est :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Autorisé de porter des écouteurs aux oreilles ♣ Déconseillé de porter des écouteurs aux oreilles ♥ Interdit de porter des écouteurs aux oreilles 	<p>Q6. En agglomération, les EDPM ont l'obligation de circuler :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Sur les trottoirs à vitesse réduite ♣ Sur les aménagements cyclables type pistes ou bandes ♥ Sur la chaussée si la vitesse est limitée à 50 km/h 
<p>Q7. Hors agglomération, les EDPM ont l'obligation d'utiliser :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Les routes limitées à 50 km/h ♣ Les pistes ou bandes cyclables et les voies vertes  	<p>Q8. Je peux garer mon vélo ou mon EDPM sur le trottoir :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Oui ♣ Non ♥ Oui à condition de ne pas gêner la circulation des piétons
<p>Q9. Le port du casque est obligatoire :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ En toutes circonstances ♣ Dans certaines circonstances seulement mais il est fortement recommandé tout le temps 	<p>Q10. Les vêtements et équipements rétro réfléchissants sont :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Fortement conseillés tout le temps ♣ Obligatoires hors agglomération la nuit ou lorsque la visibilité est insuffisante
<p>Q11. Pour circuler sur la voie publique, les EDPM ne doivent pas dépasser :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ 25 km/h ♣ 30 km/h ♥ 50 km/h 	<p>Q12. Si j'achète ou si je loue un EDPM, je dois souscrire une assurance :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Non parce que l'EDPM n'est pas un véhicule ♣ Oui, je dois avoir une assurance responsabilité civile ♥ Oui, il me faut une garantie individuelle accident ou personnelle du conducteur
<p>Q13. En circulant en EDPM :</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Je peux transporter un ou plusieurs passagers ♣ Je ne peux pas transporter un ou plusieurs passagers ♥ Si je le fais, je risque une amende ♠ Si je le fais, je ne risque rien du tout 	<p>Q14. Parmi ces huit propositions, lesquelles sont exactes ?</p> <ul style="list-style-type: none"> ♦ Je peux écouter ma musique préférée avec mes écouteurs ♣ Ma trottinette doit être équipée d'un avertisseur sonore, de feux de position avant et arrière, de freins et de catadioptrés ♥ En agglomération, les usagers d'EDPM peuvent circuler sur les trottoirs ♠ En agglomération, le casque et le gilet réfléchissant sont obligatoires ■ Tout conducteur d'EDPM doit souscrire une assurance spécifique ● Conduite interdite aux enfants de moins de 14 ans ▶ Vitesse maximale autorisée : 25 km ♣ Transport de personnes interdit

Les réponses au quiz

<p>R1. ♣ <i>Un engin de déplacement personnel motorisé</i></p> <p>L'EDPM est un véhicule à moteur sans place assise, conçu et construit pour le déplacement d'une seule personne, qui doit impérativement respecter le Code de la route comme tous conducteurs de véhicule terrestre à moteur. Comme l'indique son nom : engin de déplacement personnel motorisé.</p>	<p>R2. ♦ <i>Oui</i></p> <p>Les EDPM sont encadrés par un arrêté NOR IOMS2401910A du 15 mars 2024 relatif à la modification de la signalisation routière.</p>
<p>R3. ♦ <i>Oui</i></p> <p>Un arrêté du 23 mars 2023 accorde aux conducteurs d'EPM dont ceux des trottinettes électriques les mêmes règles que celles accordées aux cyclistes pour pouvoir circuler.</p>	<p>R4. ♣ <i>14 ans</i></p> <p>Depuis la parution du décret n° 2023-848 du 31 août 2023 relatif à la réglementation des engins de déplacement personnel motorisés, il faut désormais être âgé d'au minimum 14 ans.</p>
<p>R5. ♥ <i>Interdit de porter des écouteurs aux oreilles</i></p> <p>Le port des écouteurs ou autres appareils sonores est interdit, tout comme l'utilisation du téléphone portable tenu en main.</p>	<p>R6. ♣ <i>Sur les aménagements cyclables type pistes ou bandes</i> ♥ <i>Sur la chaussée si la vitesse est limitée à 50 km/h</i></p> <p>En agglomération, il est obligatoire de circuler sur les pistes et bandes cyclables lorsqu'il y en a. À défaut, les EDPM peuvent circuler sur les routes dont la vitesse maximale autorisée est inférieure ou égale à 50 km/h.</p>
<p>R7. ♣ <i>Les pistes ou bandes cyclables et les voies vertes</i></p> <p>Hors agglomération, leur circulation n'est autorisée que sur les voies vertes et les pistes cyclables.</p>	<p>R8. ♥ <i>Oui à condition de ne pas gêner la circulation des piétons</i></p> <p>Comme pour les vélos, les EDPM ont également la possibilité de se garer sur les trottoirs. Leurs conducteurs sont invités à ne pas gêner la circulation des piétons et d'assurer leur sécurité.</p>
<p>R9. ♣ <i>Dans certaines circonstances seulement mais il est fortement recommandé tout le temps</i></p> <p>En agglomération ou sur les voies vertes et les pistes cyclables, le port du casque n'est pas obligatoire mais fortement recommandé</p>	<p>R10. ♦ <i>Fortement conseillés tout le temps</i> ♣ <i>Obligatoires hors agglomération la nuit ou lorsque la visibilité est insuffisante</i></p> <p>En agglomération, porter un vêtement ou un équipement rétro réfléchissant est obligatoire la nuit et lorsque la visibilité est insuffisante (Code de la route, article R.412-43-3). Le port du casque est vivement recommandé en ville.</p>
<p>R11. ♦ <i>25 km/h</i></p> <p>Pour pouvoir circuler sur la voie publique, les engins doivent être bridés à 25 km/h.</p>	<p>R12. ♣ <i>Oui, je dois avoir une assurance responsabilité civile</i></p> <p>L'assurance de l'EDPM est obligatoire parce qu'il est considéré comme un véhicule terrestre à moteur par le Code des assurances, y compris dans le cas d'un service de location d'EDPM en libre-service (free-floating). C'est toujours le propriétaire de l'EDPM qui doit souscrire l'assurance obligatoire.</p>
<p>R13. ♣ <i>Je ne peux pas transporter un ou plusieurs passagers</i> ♥ <i>Si je le fais, je risque une amende</i></p>	<p>R14. ♣ <i>Ma trottinette doit être équipée d'un avertisseur sonore, de feux de position avant et arrière, de freins et de catadioptres</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ■ <i>Tout conducteur d'EDPM doit souscrire une assurance spécifique</i> ▶ <i>Vitesse maximale autorisée : 25 km</i> ● <i>Conduite interdite aux enfants de moins de 14 ans</i> ➔ <i>Transport de personnes interdit</i>



Et maintenant à vous de jouer !



Création :

Haute-Garonne Environnement
Conseil départemental de la Haute-Garonne

Illustrations :

© Marie-Graphiste - 2025

Impression :

Conseil départemental de la Haute-Garonne
Janvier 2026