



Guide interactif de l'écomobilité dans le Tarn

« Être écomobile c'est facile ! »

Edition 2012

Guide réalisé avec la participation de



Nos déplacements et essentiellement le Tout voiture sont à l'origine de nombreuses nuisances : pollution, émissions de Co2, bruit, insécurité, stress...

Se déplacer oui, mais autrement que seul dans sa voiture... Voici le but de ce guide, vous donner les moyens pour bouger autrement dans le Tarn.

Avec des informations variées sur l'écomobilité dans le Tarn et ailleurs, ce guide facilite vos recherches, les informations sont regroupées par thèmes que vous trouverez au sommaire : alternatives à la voiture, covoiturage, vélo ... avec des liens vers des sites Internet spécialisés.

Le guide de l'écomobilité dans le Tarn est en ligne.

En évolution constante, il attend vos remarques, projets, observations et bons plans...

Pour l'enrichir, rendez-vous sur la page « contact ».



L'écomobilité est un mouvement partagé par les habitants du Tarn, pour construire une organisation nouvelle de leurs trajets plus respectueux de l'environnement...

Le CPIE des Pays Tarnais



Sommaire

	Esprit écoconduite	p.4		Ecomobilité au menu des loisirs et des vacances	p.11
	Covoiturer ça roule !	p.5		Achats : avec de bonnes idées, je fais le plein !	p.12
	Transports collectifs, le Tarn en mouvements	p.6		Solidaires et mobilisés	p.13
	A pied ou à vélo sans modération	p.7		Citoyen écomobile	p.14
	A cheval ou à dos d'âne	p.8		L'écomobilité en 1 mot, en 1 clic	p.15
	Nouveaux caps vers le travail...	p.9		Les mots de l'écomobilité	p.16
	Mille pattes vers l'école	p.10		Pour réagir, nous contacter	p.16



Esprit écoconduite

L'écoconduite est un ensemble de pratiques et d'astuces pour économiser du carburant et diminuer son impact sur l'environnement :

- Conduire avec souplesse
- Limiter la climatisation
- Vérifier la pression des pneus...

Autant de gestes simples pour diminuer l'émission de gaz à effets de serre.

*On estime un gain de
1 000 euros pour 10 000 kms
d'écoconduite !*

Ecomobilité INFO :

La voiture coûte en moyenne 0,48 cts d'euros au Km

Un moteur mal réglé peut entraîner une surconsommation de carburant de 50%

Un véhicule bien entretenu émet 20% de carburant en moins

Une conduite agressive augmente la consommation de carburant de 40%

Et pourquoi pas ?

L'auto partage

Adhérer à une société d'autopartage permet de disposer d'une voiture pour une durée choisie.

www.franceautopartage.com

MobilibRégion à Toulouse : <http://www.mobilib.fr>

Des actions simples

S'informer

Guide «La voiture, la conduire, l'entretenir, la changer pour consommer et polluer moins», ADEME

<http://www.ademe.fr/particuliers/fiches/pdf/voiture.pdf>

Se former

Guide de formation à l'éco-conduite, ADEME / La Poste

<http://www2.ademe.fr/servlet/getDoc?sort=1&cid=96&m=3&id=66885&ref=12441&nocache=yes&p1=111>

Faire un stage

Centre de conduites spécialisées ex :

Choisir une voiture économe et plus propre

Palmarès des véhicules émettant le moins de CO₂, ADEME

<http://www2.ademe.fr/servlet/getDoc?cid=96&m=3&id=77583&ref=24691&p1=B>

Entretenir son moteur

Annuaire des garages associatifs en France <http://www.garages-solidaires>.

Garage associatif de Graulhet « RamDam Méca Association » : 05 63 34 68 65



Covoiturer, ça roule !

Covoiturer c'est allier économies et gain de temps, convivialité et diminution des émissions de CO2.

Covoiturer c'est facile

- Entrer en contact avec d'autres usagers via des sites Internet de covoiturage
- S'entendre sur le parcours et les conditions
- Retrouver ses partenaires de route sur les aires relais
- Partager un voyage et échanger.

Le covoiturage c'est tout gagnant !

- Frais de déplacement diminués
- Rencontres et convivialité
- Solidarité

Des actions simples

Pour covoiturer en France

www.covoituron.com
www.123envoiture.com
www.covoiturage.com
www.covoiturage.fr
www.easycovoiturage.com

Applications sur iPhone et smartphone :

Rechercher des partenaires de covoiturage en temps réel sur les smartphones, grâce à la déclinaison de « 123envoiture.com »

Pour covoiturer en Midi-Pyrénées

Covoituval <http://www.covoituval.org/>
« La Maison de la Mobilité » Labège Innopole

Pour covoiturer dans le Tarn

Rechercher un trajet ou une aire de covoiturage :

www.covoiturage.tarn.fr

Covoiturage sur le nord-est du Tarn, association MOBIDIC

www.covoituron.org

T'ex, Tarn Bus Express

4 bus aux dernières normes environnementales, sur une ligne de 50 km relie les aires de parking à Albi.

http://tarnbus.tarn.fr/fi_leadadmin/telechargement/tarnbus/Tarnbus_ligne709HIVER2012.pdf



Transports collectifs, le Tarn en mouvements

En ville comme à la campagne, le Tarn est un département bien desservi :
Par le train via le réseau TER vers le nord (Toulouse, Albi, Rodez) et vers le sud (Toulouse, Castres, Mazamet).
Par le bus en ville et entre zones rurales et urbaines (TarnBus et TER).

Le collectif c'est tout gagnant !

- Pas d'embouteillage
- Pas de souci de stationnement
- Détente et temps disponible

Ecomobilité INFO

• Transport collectifs en Midi-Pyrénées

Mobimipy pour recherche d'itinéraires en bus, train, métro www.mobimipy.fr

SNCF : lignes de train et bus TER <http://www.voyages-sncf.com/>

La carte Pastel est une carte de transport électronique personnalisée qui s'applique sur l'ensemble du réseau de transports urbains de la Région.

• Transport collectifs dans le Tarn

Tarnbus : réseaux de bus sur tout le département du Tarn

<http://tarnbus.tarn.fr/>

AlbiBus : réseau de bus autour d'Albi

<http://www.grand-albigeois.fr/1-6179-Transports.php>

Libellus : réseau de bus autour de Castres et Mazamet

www.libellus.org

Bougenbus : réseau urbain de la ville de Gaillac

<http://www.ville-gaillac.fr/fr/sous-sous-menu-principal/transports-publics>

Trans'Ségala : réseau de transport à la demande sur le Ségala Carmausin

<http://www.cc-segalacarmausin.fr/fr/imgdyn/Flyer%20tad%202010.pdf>

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

Depuis mars 2010, la gare de Saint-Sulpice a expérimenté la première vélo-station du réseau TER Midi-Pyrénées avec 143 places dont 52 en consignes collectives.

Commencer son trajet en bus et le terminer à vélo (ou inversement), c'est possible sur le réseau des transports urbains de l'agglomération albigeoise, le vélo pliant constitue une solution originale et pratique.

<http://www.mairie-albi.fr/infos-pratiques/deplacements/deplacements.html>

Complémentarité vélo et bus sur la ligne Albi/Castres avec des racks porte vélo.





A pied ou à vélo sans modération

Toute occasion est bonne de marcher ou de rouler à vélo.

La vitesse moyenne du vélo est de 14 kms / heure en ville, c'est le mode de déplacement le plus rapide. Les municipalités aménagent les espaces et les voiries pour encourager la pratique du vélo par tous.

Le vélo se combine à d'autres modes de transport au cours d'un même déplacement. (Train et TER acceptent les vélos).

Notre vie quotidienne peut être rythmée par des déplacements à pied : aller à l'école ou au travail, faire les courses, sortir, rendre visite à un voisin ... Il faut 15 minutes pour parcourir 1 km.

La marche c'est idéal !

Le vélo c'est tout gagnant !

- Investissement faible
- Entretien facile
- Stationnement aisé
- Respiration et bonne santé

Des actions simples

- Apprendre à circuler à vélo avec une association
- Utiliser les vélos stations à proximité des transports publics pour le gardiennage et/ou la location de vélos
- Choisir un vélo électrique ou un vélo électrique pliable.



Ecomobilité INFO

Le vélo en France

FUBICY <http://www.fubicy.org> / Fédération Française des Usagers de la Bicyclette publie :

« Le Guide du cycliste urbain » et « Le vélo et l'enfant »

Club des villes cyclables www.villes-cyclables.org

• « Les Droits du Piéton » <http://pietons.org/>

Cette association nationale fait pression auprès des autorités publiques pour que des aménagements ou des améliorations soient réalisées là où des usagers ont signalés des endroits inconfortables ou dangereux.

Le vélo en Midi-Pyrénées

La Maison du vélo www.maisonduvelotoulouse.com

Le vélo dans le Tarn

Association « Rue de l'avenir » à Castres <http://rue-delavenir-castres.jimdo.com/>

L'association Rue de l'Avenir oeuvre pour la modération de la circulation motorisée en ville, en proposant des modes diversifiés de déplacement (marche, vélo, roller, ...)...

Plan des pistes cyclables d'Albi sur :

<http://www.mairie-albi.fr/infos-pratiques/deplacements/deplacements.html>

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

Pour les transports urbains ou les visites de villes en France, le réseau CYCLOVILLE offre une alternative économique, originale, rapide, et 100% écologique.

<http://www.cycloville.com>

Les vélos-taxis se faufilent avec rapidité et sans bruit entre tous les obstacles de la ville (accès aux pistes cyclables, aux zones piétonnes, aux couloirs de bus...). Les personnes âgées et/ou à mobilité réduite apprécient la douceur et la sécurité.

La vélo-école de Toulouse

Se déplacer à vélo pour se rendre à l'école, à l'université, au travail, faire ses courses, accompagner ses enfants, faire de l'exercice, se balader, ... Pour qu'un maximum de personnes puisse circuler à vélo (cours, balades...)

http://www.maisonduvelotoulouse.com/la_velo-ecole_9.php



A cheval ou à dos d'âne ?

Des collectivités renouent avec l'utilisation du cheval et de l'âne pour l'entretien des espaces verts, le ramassage des déchets ménagers, le débardage, la surveillance d'espaces naturels sensibles ou de sites touristiques...
L'hippomobilité est une opportunité pour transporter des personnes ou des marchandises. Elle apporte un rapprochement avec l'animal et un autre regard sur ce qui nous entoure.

Ecomobilité INFO

Le cheval en Midi-Pyrénées – Développement durable :

http://www.cheval-midipyrenees.com/docs/Plaque_Cheval_2011.pdf

Conseil du Cheval Midi-Pyrénées à MONTAUBAN (82) :

05.63.63.18.06

<http://www.cheval-midipyrenees.com/>

Itinéraires équestres en Midi-Pyrénées :

www.crte-midi-pyrenes.com

Et pourquoi pas ?

Les Haras nationaux proposent des prestations (études, expertises, conseils, ...) relatives à l'utilisation du cheval comme force de travail dans les villes, les campagnes et les zones sensibles : surveillance, transport des personnes, travaux d'entretien urbains, éco-collecte, débardage, travaux agricoles...

<http://www.hnci.fr/index.php?id=4171>

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

Ramassage des déchets à Monestiés, grâce à une carriole tirée par un âne et conduite par Frédérique Eveillard d'Eveil-Anes.

Mairie de Monestiés : 05 63 80 14 00

<http://www.ladepeche.fr/article/2011/05/20/1086767-monesties-lane-kleber-assure-un-ramassage-ecologique-au-c-ur-du-village-demonesties.html>

Grand Site du Massif du Canigou :

navette hippomobile gratuite pour accéder au refuge des « Cortalets »

http://www.grandsitedefrance.com/index.php?option=com_content&view=article&id=79%3Amassif-du-canigou&catid=18%3Ales-sites-membres&Itemid=41



Nouveaux caps vers le travail...

Les trajets domicile-travail représentent une part importante de nos déplacements quotidiens. Les PDE Plans de déplacement Entreprise et les PDA Plans de déplacement Administration sont des mesures qui offrent des alternatives à la voiture individuelle.

Des actions simples

- Faire un stage d'écoconduite financé par l'entreprise
Centre de conduites spécialisées : www.midi-pyrenes.centaure.com ou votre auto-école.
- Contacter la CCI ou l'ADEME afin de connaître les aides pour la réalisation d'un PDE
- Mettre en place un site Intranet de covoiturage
- Utiliser la vidéo conférence
- Développer le télétravail
- Offrir des réductions sur les tarifs des transports en commun



Initiatives d'ici et d'ailleurs !

En France

Le réseau CYCLOVILLE effectue des livraisons express (intervention dans les 2 heures) dans les secteurs desservis par ses flottes de vélo-taxis (5 euros TTC / livraison) pour différents types de clients et pour tous types de colis.

<http://www.cycloville.com>

En Midi-Pyrénées

Tisséo, la régie des transports en commun de l'agglomération toulousaine, encourage les salariés à adopter la pratique du covoiturage.

Elle organise des opérations de promotion du covoiturage dans les PME de taille importante. Différentes entreprises ont signé une convention avec Tisséo. Par ailleurs, près de 1 200 salariés sont inscrits à la plate-forme de covoiturage par Internet covoiturage.tisseo.fr.

Le service est également ouvert aux particuliers.



Mille pattes vers l'école

En voiture, les enfants ne sont pas actifs de leur mobilité. A pied ou à vélo, ils apprennent à se diriger avec prudence et autonomie.

Les **PDES** (Plans de Déplacements Etablissement Scolaire) sont des mesures mises en œuvre entre collectivités, écoles et parents pour encourager l'écomobilité.

Se rendre à l'école autrement c'est possible via des bus pédestres ou cyclistes.

Les **Carapattes** ou **Caracycles** fonctionnent comme le ramassage scolaire : lignes, horaires et arrêts matérialisés. Le trajet jusqu'à l'école, rapide et sécurisé se fait à pied ou à vélo, encadré par des parents volontaires.

Ecomobilité INFO

En France,

Site des Plans de Déplacements Etablissement Scolaire - ADEME

<http://plan-deplacements.fr/servlet/getDoc?id=62885&m=3&cid=23120>

Réaliser un Plan de Déplacements Etablissement Scolaire - ADEME

<http://www2.ademe.fr/servlet/getDoc?sort=-1&cid=96&m=3&id=63724&ref=&nocache=yes&p1=111>

FUBICY la Fédération Française des Usagers de la Bicyclette publie :

« Envie d'école à vélo » <http://www.fubicy.org>

En Midi-Pyrénées,

MOBI'dule, réseau régional d'écomobilité scolaire www.mobidule.org

Dans le Tarn,

Le CPIE des Pays Tarnais, structure-relais départementale du réseau MOBI'dule, accompagne et coordonne les écoles, les collectivités et les parents pour réfléchir sur les trajets domicile/école et mettre en œuvre votre Carapatte ou Caracycle.

<http://www.cpie81.fr/eco-mobilite-81.html>

<http://www.mairie-albi.fr/infos-pratiques/deplacements/deplacements.html>

C'est tout gagnant !

Ces pratiques sont bénéfiques pour la santé des enfants, leur offrant une activité physique et un moment récréatif quotidien.

En marchant ½ heure les enfants ont le temps d'exercice physique recommandé pour leur santé.

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

Séqu'à pied du Séquestre

<http://www.espacejeunesse.fr/?s=sequ%27%C3%A0+ped&searchsubmit>

Pédibus de l'école Bisséous à Castres

Pédibus de l'école Jean-Jacques Rousseau à Albi

Pédibus de Saint-Juéry



Ecomobilité au menu des loisirs et des vacances

Les loisirs, les excursions du week-end, les vacances et activités sportives sont de bonnes occasions d'intégrer l'écomobilité :

- Choix de destinations proches
- Recours aux transports collectifs ou covoiturage
- Plaisirs de la randonnée à pied ou à vélo. Le vélo se combine à d'autres modes de transport au cours d'un même déplacement. (Train et TER acceptent les vélos). Les véloroutes, les voies vertes sont des axes aménagés pour le plaisir de tous.

Ecomobilité INFO

En France

AF3V : Association française de développement des Véloroutes et Voies Verte www.af3v.org

Dans le Tarn

Véloroute de la Vallée du Tarn

Voie verte « Le chemin des droits de l'homme » de Castres à Albi
http://www.tourisme-midi-pyrenees.com/fr/liste/vacances-a-velo/voies-vertes-et-veloroutes/toutes_3656_1.php

Comité Départemental du Tourisme du Tarn, itinéraires randonnée et cycle dans le Tarn www.balades-randonnees-tarn.com

Balades en Albigeois

<http://www.grand-albigeois.fr/1-6922-Les-balades-en-albigeois.php>

Balades en pays d'Autun http://www.tourismecastres.fr/telechargements/randos/randos_tarn.pdf

Balades Bastides et vignoble gaillacois

http://www.tourisme-vignoble-bastides.com/index.php?id_gmenu=13023&langue=fr

Balades en pays de Cocagne et Lauragais

http://www.tourisme-lavour.fr/randonnees_autour_de_lavour_tarn_26.php

Et pourquoi pas ?

L'auto partage :

Avoir recours à une société d'autopartage permet de disposer d'une voiture pour une durée choisie. MobilibRégion à Toulouse www.mobilib.fr

Les rollers et les trottinettes sont des modes sportifs et ludiques.

Randonnées en rollers à Albi tous les 3eme dimanches de chaque mois.

www.rollerclubcircuitalbi.fr.gd

Les circuits urbains, visites de sites patrimoniaux, randonnées nocturnes sont aussi des idées de découvertes écomobiles.

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

Des loisirs moins chers si vous ne prenez pas votre voiture...

Cet hiver dans les Hautes-Alpes, plus de 20 prestataires (stations de ski, de ski de fond, accompagnateurs, musées...) proposent un tarif promotionnel aux vacanciers en transport en commun. Donnez votre titre de transport en commun du jour à la caisse et vous obtenez le tarif réduit indiqué.

Contact : simon.vitorge@hautes-alpes.net

Le Ticket T.A.C (Transport Avantage Convivialité !) a été élaboré grâce à un partenariat entre le Comité départemental du tourisme des Hautes-Alpes, les voyageurs (centrale de mobilité du Conseil général des Hautes-Alpes), le réseau TER/SNCF et des prestataires.

www.ecomobilite.hautes-alpes.net



Achats : avec de bonnes idées, je fais le plein !

Faire ses courses en minimisant ses déplacements c'est astucieux, bénéfique en temps et pour l'environnement.

Des actions simples

- Produits locaux et de saison sont à découvrir sur les marchés de Pays
 - Achats en direct de produits frais, de paniers, de colis chez les producteurs locaux ou dans des AMAP...
- Autant de solutions variées qui valorisent l'économie locale.
Certains centres commerciaux sont accessibles en transports en commun et des magasins proposent des livraisons à domicile.

Ecomobilité INFO

Dans le Tarn

- Blog des AMAP (Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne)
<http://amaptarn.free.fr/>
- Ô saveurs paysannes - Le Sequestre : 05.63.43.37.68
- CIVAM Promo Terroir Tarnais : m.palaffre@orange.fr - 06 70 42 77 70
- Nature et Progrès, à Brens : 05 63 57 60 00 - <http://www.nptarn.org/>
- Jardins d'insertion :
 - Association Regain, Albi : 05 63 77 55 12http://programmes.france3.fr/tout-a-cote/cote-jardin/?page=magazinein&id_article=6127
 - Jardin en chantier, la Landelle à Palleville : 05 63 82 10 06

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

Chambéry :

une expérience pour utiliser le vélo à titre utilitaire
www.agence-ecomobilite.fr/velo-de-courses



Solidaires et mobilisés

Les solutions d'écomobilité s'adaptent aux personnes à handicap et public âgé :

- Services de Transport pour les Personnes à Mobilité Réduite
- Aide à la personne et notamment aide à la mobilité
- Matériel spécialisé de sport et de loisirs (fauteuil tout terrain, joëlette...)

Ecomobilité INFO

En Midi-Pyrénées

Comité Régional Midi-Pyrénées Handisport à Balma

Contact : midipyrenees@handisport.org

Dans le Tarn

Communauté d'agglomération de l'Albigeois

<http://www.grand-albigeois.fr/1-6211-TPMR-Transport-de-personnes-a-mobilite-reduite>

Communauté d'agglomération Castres-Mazamet : MOBI-Libellus service de transport pour les personnes à mobilité réduite. N° Azur : 0810 140 140

http://www.libellus.org/html/libellus_mobi.htm

Bougenbus sur Gaillac et Brens www.ville-gaillac.fr

ADMR Aide à Domicile en Milieu Rural

<http://www.admr.org/recherche.php?dep=81&OK.x=11&OK.y=14>

Comité départemental Handi Sport, base de loisirs des étangs «La Serre» à SAIX : 05.63.59.32.48

<http://cdh81.monsite-orange.fr/>

Et pourquoi pas ?

Le scooter électrique sénior : un moyen adapté pour conserver sa mobilité





Citoyen écomobile

- Comment s'informer des projets réalisés près de chez soi ?
- Comment faire valoir ses opinions et volontés ?
- Comment participer et influencer ?

Chacun peut s'impliquer dans les démarches participatives organisées par les Pouvoirs Publics en faveur de l'environnement et du développement durable.

La concertation auprès des habitants s'impose comme un outil pour les projets : plan climat territorial, plan de déplacements, projets d'urbanisme et d'aménagement, projets qui ont un impact direct sur les politiques de déplacement.

Ecomobilité INFO

En France

ADEME www.ecocitoyens.ademe.fr/mes-deplacements

Dans le Tarn

Plan climat territorial du Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc <http://www.parc-haut-languedoc.fr/vivre-le-parc/changer-nos-comportements/energies>

Le Séquestre : Agenda 21 www.lesequestre.fr/quelques-unes-de-nos-realizations-465.html#Economies_d_nergie

Initiatives d'ici et d'ailleurs !

L'association Cyclopède à Graulhet :
« Mieux circuler à Graulhet, à pied, en voiture ou à vélo » une belle initiative de consultation.



L'écomobilité en 1 mot, en 1 clic

Pour s'informer sur l'écomobilité, l'environnement et le développement durable

Le CPIE

Des expositions :

- Marchons vers l'école
- A vélo citoyens
- Covoiturons
- Déplacements urbains
- Disco bus
- Tarn bus

Une malle pédagogique « L'effet papillon »

Pour toutes vos demandes de renseignements ou d'accompagnement sur des projets d'écomobilité, n'hésitez pas à contacter

Frédéric BOYER Tél. 05 63 59 44 33

www.cpie81.fr

L'ADEME

Le comparateur eco-déplacements : www.ademe.fr/eco-comparateur

La calculatrice eco-déplacements : www.ademe.fr/calculatrice-eco-déplacements

Plan de déplacements : www.plan-deplacements.fr

Parc Naturel Régional du Haut-Languedoc

Centre Documentaire

Espace d'expositions

Programme d'animations

www.parc-haut-languedoc.fr

Maison Régionale de l'Environnement à Toulouse

Centre Documentaire

Espace d'expositions

Programme d'animations

www.maison-environnement-midipyrenees.fr/

Au niveau national

www.bougezautrement.gouv.fr

www.jeunes.gouv.fr



Les mots de l'écomobilité

Ecomobilité : Tous les modes de déplacement alternatifs à la voiture individuelle (Transport en commun , covoiturage, vélo, roller, marche à pied...)

Intermodalité : Ensemble des moyens de transports utilisés pour se rendre d'un point A à un point B.

Mobilité Active : Pour certains la Mobilité Douce concerne toutes les alternatives à la voiture individuelle, et la mobilité active est réservée aux modes de déplacement fonctionnant grâce à l'énergie produite par l'utilisateur.

Mobilité Douce : Des divergences existent sur les modes de transport concernés pas la mobilité douce, pour notre part nous mettrons derrière le qualificatif « doux » les moyens de se rendre mobile sans moteur essence (Vélo, VAE, marche, roller, kayak...)

Multimodalité : Les différents moyens de transport utilisables pour effectuer un même trajet.

VAE : Vélo à Assistance Electrique

Pour réagir, nous contacter :

