1- Favoriser le covoiturage pour se rendre au travail ou à l'école.

- Il existe plusieurs systèmes de gestions internes favorisant le covoiturage au sein des entreprises (logiciels ou babillards, etc.). Demandez à votre école ou à votre employeur d'implanter un tel système pour vous permettre de transformer votre auto solo en un véhicule de transport en commun très efficace et bon autant pour l'environnement que pour votre porte-monnaie! L'Association des Centres de gestion des déplacements du Québec (ACGD) peut aussi vous donner un coup de main. Les établissements et les entreprises ont tout à y gagner, car le covoiturage favorise l'esprit d'équipe et permet de diminuer la quantité d'espaces de stationnement, donc aussi les coûts qui y sont rattachés en espace et en entretien.
- Rouler à vélo c'est plaisant. Rouler à deux, c'est mieux! Entre amis, en famille, à plusieurs, c'est motivant. Pourquoi ne pas adapter le concept du covoiturage au vélo? Rejoignez-vous afin de réaliser votre déplacement en groupe. Partagez vos trucs et astuces. Donnez-vous des défis du type « Nous irons ensemble à l'école ou au travail tant de jours par semaine » afin d'inclure l'usage de la bicyclette dans vos habitudes quotidiennes!
- Il est aussi possible de pratiquer le covoiturage lors de vos déplacements interurbains. Plusieurs compagnies existent selon votre région. Inscrivez-vous en tant que conducteur ou passager. Vous économiserez de l'argent, aurez de la compagnie durant le voyage et, en plus, c'est 100 % sécuritaire puisque les membres sont sélectionnés!

2- Inciter ses camarades de classes ou collègues de travail à marcher ou à utiliser leur vélo.

- 59 % des Canadiens parcourent moins de 10 kilomètres pour se rendre au bureau et 36 % font 5 km ou moins. À vélo, réaliser cette distance prend moins de 30 minutes. Joignez l'utile à l'agréable en combinant exercice, déplacement écologique et loisir[1]! Peu importe l'âge, pourquoi ne pas organiser un Trottibus? Il suffit de se rendre chez l'un et chez l'autre jusqu'à ce que tout un groupe se joigne à ce petit «bus» de marcheur pour se rendre jusqu'à l'école ou au travail.
- Le vélo est un mode de transport efficace et utile, et ce à longueur d'année. Par cette action, nous prouvons qu'il est possible de réaliser de longues distances l'hiver, mais pour apprivoiser sa bicyclette, pas besoin d'être aussi extrême! Habituez-vous peu à peu. Au début, commencez par de petites distances les plus belles journées d'été. Vous aurez du plaisir, vous vous motiverez et, bien vite, gageons que vous aurez envie de vous munir d'équipement vous permettant d'allonger votre saison de vélo. Qui sait, peut-être aurez-vous la piqûre et voudrez-vous même poursuivre l'expérience jusqu'à rouler à vélo l'hiver?
- On croit souvent, à tort, qu'il faut une auto pour séduire. Ne prenez pas le risque d'acquérir un modèle d'auto pas assez « séduisant ». À vélo, vous épaterez la galerie à coup sûr! Les gens trouvent les cyclistes courageux et les admirent! En tant que cyclistes, nous roulons autant par plaisir que par besoin de nous déplacer!

3- Ne pas laisser le moteur d’une voiture tourner au ralenti plus de 30 secondes, même en hiver.

- Lorsque les parents déposent les enfants à l’école, que l’on attende quelqu’un devant un commerce ou une résidence, on a souvent tendance à laisser tourner le moteur au ralenti. Il suffit de 10 secondes de marche au ralenti pour consommer plus d’essence. En coupant le contact, il est possible de réduire les émissions de gaz à effet de serre et d’économiser jusqu’à 100 $ par année en carburant!
- En hiver, à peine 30 secondes suffisent pour réchauffer le moteur de votre voiture. C’est l’auto qu’il faut réchauffer, pas la planète!

4- Favoriser les transports collectifs tels que l’autobus, le train ou le métro en toutes circonstances.

- Opter pour les transports collectifs offre des avantages évidents pour l’environnement. À titre d’exemple, un autobus émet jusqu’à 690 fois moins de pollution par passager qu’une auto. Vous n’habitez pas dans une des zones de population denses du Québec? Rassurez-vous, plusieurs systèmes de transports collectifs existent et certains sont déjà en fonction ou peuvent l’être chez vous. Que ce soit des taxis-bus, des taxis collectifs ou encore un système d’autobus de type scolaire offert par votre école ou même votre employeur, il y en a pour tous les goûts[2].

5- Favoriser les systèmes d’autopartage dans les centres urbains.

- Avoir accès à une auto est sans contredit un bel avantage. Mais saviez-vous qu’une voiture passe 95 % de son temps stationnée[3]? Par ailleurs, pour en posséder une, vous paierez en moyenne autour de 25 % de votre revenu, ce qui veut dire que vous travaillerez une semaine par mois juste pour votre « char »! L’autopartage permet de diviser les coûts entre plusieurs individus. En plus, vous ne payez que lorsque vous utilisez l’auto, ce qui est nettement économique. De plus en plus de centres urbains ont leur service d’autopartage. Lorsqu’il y a demande, l’offre suit. Informez-vous et demandez votre service d’autopartage. Pourquoi n’auriez-vous pas vous aussi accès à cet avantage? Sinon, vous pouvez toujours offrir à votre voisinage de partager une voiture à plusieurs!

6- Inciter les municipalités à piétonniser les centres urbains.

- Moins d'autos signifie plus de piétons. Partout sur la planète, les endroits qui ont été piétonnisés se sont revitalisés, entraînant une vie de quartier meilleure et un développement économique accru. Il est prouvé que les piétons et les cyclistes dépensent plus dans les commerces et reviennent plus souvent[4]. On créé ainsi des milieux de vie plus prospères, sécuritaires et conviviaux!

7- Respecter la vitesse maximum de 100km/h sur l'autoroute afin de diminuer la consommation du véhicule et de réduire jusqu'à 20 % les émissions polluantes.

- En roulant plus lentement, vous réduirez aussi l'usure de vos pneus et augmenterez la sécurité sur les routes.

8- Planifier les emplettes pour réduire ses déplacements.

- Vous voulez donner un coup de pouce à l'environnement en plus de ménager temps et argent? Planifier vos emplettes est une solution gagnante! Au moment de faire vos courses, plutôt que de parcourir une grande distance à voiture dans le but d'économiser quelques dollars dans les grandes surfaces commerciales, prenez plaisir à découvrir les commerçants de votre quartier accessibles à pied ou à vélo et donc plus économiques sur le plan du transport. Vous y gagnerez sur plusieurs autres plans : vous ferez un peu d'exercice, ferez connaissance avec les gens de votre quartier et économiserez même quelques précieuses minutes!

9- Privilégier les sports actifs, plutôt que les sports motorisés.

- La Route Verte est l'un des plus grands circuits de cyclotourisme au monde et permet de se déplacer dans presque toutes les régions du Québec. À vélo, profitez des paysages à couper le souffle que le Québec vous offre!

10- Demander à la direction de son école ou à son employeur d’implanter des aménagements encourageant l’usage du vélo : stationnement sécuritaire, accès à des douches, etc.

- Les bienfaits du cyclisme sur la santé physique et mentale ne sont plus à démontrer et présentent même des avantages non négligeables pour les employeurs. En effet, on constate chez ceux qui utilisent le vélo pour se rendre à l’école ou au travail une diminution de plus de 40 % du taux d’absentéisme, des deux tiers des accidents de travail et de 15 % du taux de roulement annuel de la main-d’œuvre, ainsi qu’une augmentation du rendement de 15 % à 200 %.

---

1. Mediaterre, La voiture demeure le mode de déplacement le plus populaire en ville.
2. Claire Morissette, *Deux roues, un avenir : Le vélo en ville,* Écosociété, 2004, p. 47.
3. Equiterre, l’auto-partage.
4. Écologie urbaine, bonnes pratiques d’aménagement des artères commerciales.