

Comment j'adopte les bonnes pratiques à pied :

- ✓ **ATTENTION**
Je reste concentré sur mon environnement et j'évite les distractions comme le téléphone ou les écouteurs.
- ✓ **ÉQUIPEMENT**
Je porte des chaussures adaptées et j'ajuste ma tenue selon la météo.
- ✓ **RESPECT**
Je partage l'espace public avec courtoisie, notamment dans les zones piétonnes.
- ✓ **NAVIGATION**
J'utilise des applications de navigation piétonne pour m'aider à trouver les itinéraires les plus sûrs et les plus courts.
- ✓ **IMPACT ENVIRONNEMENTAL**
Je limite mon empreinte écologique en respectant les espaces verts et les voies publiques, tout en évitant de laisser des déchets derrière moi.



www.montrajetvert.fr

ÊTRE ÉTUDIANT et s'engager pour une **MOBILITÉ DURABLE** quotidienne

www.montrajetvert.fr



Sources : Enquête Mobilité des personnes 2019
du service des données et études statistiques (SDES)
Académie des mobilités actives (ADMA)



Ne pas jeter sur la voie publique - Mai 2026 - Photos : Map Graphics/Ljupco Smokovski-AdobeStock.com - Illustration : elenabs-istockphoto.com



Je vais au campus à

PIED



Pourquoi me déplacer au quotidien à pied ?

La marche, omniprésente dans nos déplacements quotidiens, est désormais considérée comme un mode de transport à part entière. Comptant parmi les modes de déplacement les plus respectueux de l'environnement, la marche ne produit aucune pollution et se révèle être, au quotidien, un précieux allié pour maintenir une excellente condition physique et un équilibre mental optimal.

Santé et bien-être

J'améliore ma condition physique,
je réduis mon stress et je diminue les risques de maladies chroniques

Écologique

En plus de réduire la pollution (atmosphérique et sonore),
je désengorge les axes de circulation et j'opte pour une véritable alternative écologique,
sans émission de CO₂

Sérénité

J'ai un rythme de vie plus apaisé
et je favorise les interactions sociales

Économique

Marcher pour ses trajets quotidiens est entièrement gratuit
et ne nécessite aucun équipement coûteux

Accessibilité

Idéale pour les courtes distances,
la marche me permet d'explorer mon environnement

Comment sécuriser mon trajet à pied ?

J'ÉVITE LES ÉCOUTEURS OU LES CASQUES
qui peuvent limiter mon attention aux bruits environnants.

JE SUIS VISIBLE
en portant des vêtements réfléchissants ou lumineux, surtout la nuit ou par mauvais temps.

JE RESPECTE LES RÈGLES DE CIRCULATION
en suivant les feux de signalisation et en respectant les panneaux pour piétons.

JE PRIVILÉGIE, LORSQUE DISPONIBLES,
les zones dédiées aux piétons et les zones de mobilité partagées qui donnent aux piétons la priorité sur les autres usagers.

JE RESTE VIGILANT
en évitant les distractions (comme le téléphone) et en surveillant la circulation.

JE TRAVERSE PRUDEMMENT
en utilisant les passages piétons et en veillant à ce que les véhicules soient bien à l'arrêt.



98

des trajets intermodaux comprennent de la marche

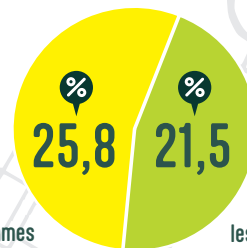


23,9

des déplacements locaux sont effectués principalement

à pied et
2,6 %
à vélo

Part modale de la marche



chez les femmes

chez les hommes