Articles

Pourquoi c’est si bon de rouler à vélo (même électrique) ?

Rouler à vélo ou vélo électrique est plus rapide et plus facile, surtout en ville. Mais aussi meilleur pour la santé et l’environnement.

Le vélo, une bonne alternative à la voiture en ville

Électrique ou non, le vélo a beaucoup d’avantages. Surtout en ville. Rouler à vélo permet de se déplacer rapidement, presque sans contrainte, de façon écologique et c’est bon pour la santé. Et il y a encore d’autres bonnes raisons de préférer le vélo ou le vélo électrique à d’autres modes de transport.

Sommaire :

- C’est le moyen de transport le plus rapide en ville
- Le vélo est bon pour la santé
- Le vélo est meilleur pour l’environnement
- On peut rouler (presque) partout
- Des parkings gratuits (presque) partout
- Transporter facilement des enfants, des courses ou des bagages
- On prend l’air, pas la pluie
- On ne doit pas s’encombrer d’un vélo chez soi

- - - - - - - - - - - - - - - - - - - -

C’est le moyen de transport le plus rapide en ville

Le vélo est idéal pour les **trajets de quelques kilomètres**. À partir de 2 km, on va plus vite qu’à pied (en tenant compte du fait qu’il faut prendre son vélo, l’attacher…) et on peut transporter quelques kilos de bagages sans se fatiguer. Le vélo est même souvent le moyen de transport le plus rapide en ville. [1] Il est également moins soumis que les autres aux aléas du trafic.

En Belgique, **la voiture est encore utilisée à plus de 50% pour des déplacements de moins de 5 km**. C’est une distance très accessible à vélo.[2]

Avec un vélo électrique, on peut même faire **15 kilomètres en une grosse demi-heure**.

Le vélo est bon pour la santé

On sait que rouler à vélo est excellent pour la santé puisqu’on fait de l’exercice. Mais même le vélo électrique est bon pour la forme.[3]

> **Lire aussi : Comment bien choisir son vélo électrique ?**

En ville, se déplacer à vélo plutôt qu’en voiture est d’ailleurs **77 fois plus bénéfique pour la santé**. [4] D’une part parce qu’il y a moins de risque d’accident. Et d’autre part parce, sur des routes encombrées, les cyclistes sont **moins exposés à la pollution** due à la circulation. Ils respirent plus qu’une personne qui prend le bus ou un·e automobiliste (car ils font un effort) mais les cyclistes vont plus vite et sont donc exposés pendant moins longtemps. Le bénéfice est encore accru si on utilise des trajets alternatifs, moins pollués.[5]

Plus globalement, **on estime les bénéfices du vélo à 150 milliards d’euros en Europe**, dont **la moitié est liée à une meilleure santé** des cyclistes.[6]

Le vélo est meilleur pour l’environnement

Rouler à vélo c’est bon pour le climat. L’OMS[7] estime que si 10% des trajets en ville étaient effectués à vélo, **les émissions de CO_2 des transports urbains diminueraient de 7%**.

> **Pour d'autres idées d'actions, voir Climat : arrête d’en faire des tonnes !**

Cela contribuerait également à **réduire la pollution de l'air** et à sauver la vie de quelque 7 millions de personnes par an.[8]

La Fédération Européenne des Cyclistes (ECF) estime quant à elle que les **bénéfices environnementaux** actuels du vélo (CO_2, pollution de l’air, pollution sonore) s’élèvent à **entre 1,5 et 6 milliards d’euros par an**. [9] Évidemment cela dépend de ce que l’on compare. Si on remplace un vélo traditionnel par un électrique, on gagne en confort, mais l’impact sur l’environnement sera plus élevé. Pas vraiment par la consommation d’électricité, très faible, mais plus par l’utilisation de batteries.

On peut rouler (presque) partout

Autre avantage du vélo : l'accès à des voies de circulation interdites aux voitures ou aux scooters et motos.

Plus particulièrement :

- Le **RAVeL** (Réseau Autonome des Voies Lentes), qui est assez plat. Il croise parfois, mais rarement, les routes ordinaires. Excellent pour la balade ou relier deux points. Un RAVeL n'est cependant pas une autoroute à vélos.[10] C'est une voie partagée entre usagers « lents ». La vitesse est d'ailleurs limitée à 30 km/h et le code de la route s'applique.
- Les **SUL, ou Sens Uniques Limités**. Ils permettent aux vélos d'emprunter (la plupart des) sens uniques, ce qui évite de longs détours en ville.
- Les autres **voies vertes** ou berges de cours d'eau.

Dans tous les cas, on ne roule **jamais sur les trottoirs** et on fait particulièrement attention aux piétons sur les trottoirs-pistes cyclables qui existent un peu partout.

Des **cartes vélo** sont de plus en plus disponibles. Par exemple :

- pour Bruxelles, la carte vélo de Bruxelles-Mobilité ;
- pour la Wallonie, les itinéraires régionaux et le réseau des points nœuds (aussi en Flandre, en Allemagne…) ;
- les cartes isochroniques, qui indiquent quelles sont les endroits que l'on peut atteindre à vélo en x minutes. Dont celle-ci, basée sur OpenStreetMap : https://maps.openrouteservice.org.

De plus en plus de villes ou communes éditent aussi des cartes « vélo ». Par exemple, à Namur.

Des parkings gratuits (presque) partout

Un vélo n'est considéré comme un véhicule que lorsqu'il est conduit. On peut donc **le garer un peu partout**. Mais pas n'importe où non plus. On veille par exemple à :

- **ne pas gêner le passage des piétons** (tous les piétons, aussi avec un landau ou en chaise roulante) ;
- ne pas l'accrocher à des grilles privées ;
- ne pas le déposer contre des vitrines ;
- …

Et **le parking est gratuit** !

Transporter facilement des enfants, des courses ou

des bagages

Le vélo, même s'il n'a pas de carrosserie ou de coffre, peut transporter pas mal de choses.

On peut lui ajouter :

- des sacoches ou paniers à l'arrière et/ou à l'avant ;
- une sacoche sur le porte bagage ;
- un siège enfant ;
- une remorque (pour enfant, une remorque-caddy pour faire ses courses…)

Sans parler des vélos spécialisés dans le transport (vélos cargo).

Un vélo **électrique** peut se révéler particulièrement intéressant ici, puisque **le moteur va compenser le poids supplémentaire du vélo**.

> **> Voir : Comment bien choisir son vélo électrique ?**

On prend l'air, pas la pluie

Se déplacer à vélo permet de s'aérer sans être si vite gêné par la météo. Même en Belgique, ils sont plutôt rares les jours où la pluie est si longue et forte qu'on risque d'être trempé.[11] Tout au plus quelques jours par an.[12] La plupart du temps, il suffit de **décaler son départ de 5 ou 10 minutes pour éviter l'averse**.

Le vélo peut donc servir de moyen de transport toute l'année. Il n'y a pas de mauvais temps, que de mauvais vêtements ![13] **Pour les trajets très arrosés, prévoir** :

- **une veste de pluie respirante** (type veste légère de randonnée) pour ne pas être mouillé sans (trop) étouffer à l'intérieur. Une veste avec des zips sous les bras est un plus, pour une meilleure aération. Voir nos conseils pour choisir des vêtements d'extérieur éco-responsables.
- **un bon pantalon de pluie** facilement amovible, par exemple zippé sur (quasi) toute la hauteur des jambes, pour pouvoir l'enfiler sans enlever ses chaussures. Un modèle compact et léger est un plus, sinon on rechigne à le prendre avec.
- **éventuellement des guêtres / surchaussures**, pour protéger… les chaussures.
- **un casque avec visière**, pour éviter la pluie dans les yeux ou sur les lunettes quand il fait vraiment moche.

> Voir aussi les équipements spécifiques pour rouler en hiver : À vélo en hiver, tout roule !

On ne doit pas s'encombrer d'un vélo chez soi

En ville, on n'a parfois **pas la place pour garer ou ranger un vélo**. Et pas envie de le laisser en rue par peur du vol. C'est pourtant dans les centres urbains que le vélo révèle le mieux toutes ses qualités comme moyen de transport. Alors, que faire ? Louer son vélo ! Pour une durée plus ou moins longue ou seulement pour quelques trajets, il existe plusieurs options :

- **Louer un vélo ou un vélo électrique chez ProVelo**. Location de vélo courte ou longue durée, vélo traditionnel, charrette pour transporter les enfants, vélo pliant…
- **Emprunter un vélo à une station urbaine** (Villo à Bruxelles, Libia Vélo à Namur…). Les bornes de location sont placées en ville à des endroits stratégiques. Vous empruntez un vélo et vous pouvez le déposer à n'importe quelle autre borne prévue à cet effet. Le paiement s'effectue toujours par carte bancaire.
- **Louer un vélo sans station fixe** (ou free-floating) à Bruxelles.
- **Louer un Blue Bike dans les gares**. Des Blue Bike sont présents dans les principales gares de Belgique. Le principe est simple : un vélo vous attend à la sortie du train pour les derniers kilomètres jusqu'à votre destination finale.

---

[1] Quelques exemples du Fietsersbond, cité par BX1 (2018).

[2] Diagnostic des déplacements domicile - lieu de travail 2014, SPF Mobilité.

[3] Faire du vélo électrique favorise aussi la forme physique. Santé Magazine qui cite une étude de l'Université de Bâle. Les participants à l'étude devaient délaisser leur voiture et faire 18km par semaine au minimum.

[4] The health risks and benefits of cycling in urban environments compared with car use: health impact assessment study.

[5] Exposure to the traffic-related air pollutants particle number and NO2 when commuting by modes: Walk, Cycle, Car and Bus (déc. 2018), cité dans The Guardian.

[6] The Benefits of cycling, ECF, 2017.

[7] Organisation Mondiale de la Santé.

[8] Le vélo a un impact positif sur le climat, souligne l'ONU.

[9] The Benefits of cycling, ECF, 2017.

[10] Existe en Flandre. Pas (encore ?) en Wallonie ou à Bruxelles.

[11] Testé et approuvé. Analysé et objectivé sur le site du GRACQ.

[12] Sauf peut-être si on habite Elsenborn et qu'on fait 40 km à vélo tous les jours.

[13] Proverbe suédois, paraît-il.

Source URL:
https://www.ecoconso.be/content/pourquoi-cest-si-bon-de-rouler-velo-meme-electrique