

Guide de ma mobilité

Tous mes déplacements dans l'agglo de Fribourg



Sommaire

Transports publics	p. 4
Voiture	p. 6
Vélo	p. 8
A pied	p. 10
Transports publics + voiture	p. 12
Transports publics + vélo	p. 14
Transports publics + à pied	p. 16
Liens communaux	p. 18
Plan de l'agglomération	p. 19

Ce guide est offert par :



Ce guide est disponible en français ou aussi en allemand dans votre commune.
Dieser Führer ist auf deutsch oder auch auf französisch in Eurer Gemeinde erhältlich.

Un guide pour repenser mes déplacements

La mobilité combinée: une solution simple et efficace



Respecter l'environnement, économiser de l'argent et prendre soin de sa santé tout en se déplaçant. La solution, c'est la mobilité combinée.

Le réchauffement climatique à la une des médias, les ralentissements quotidiens sur les routes que j'emprunte, les risques d'accident et les larmes de mon portemonnaie causées par mes frais de voiture m'ont convaincu à réagir. Dès aujourd'hui, je me déplace dans l'agglomération de Fribourg autrement !

Le matin, je prends un bol d'air en marchant jusqu'à l'arrêt de bus pour me rendre à la gare. Une fois dans le train, je lis le journal. Le week-end, mon beau-frère vient me chercher avec sa voiture au gaz naturel pour aller ensemble à la montagne.

J'ai opté pour la mobilité combinée en cumulant les moyens de transport pour des trajets tant professionnels que privés : la marche et le vélo sur les courtes distances, les transports en commun, l'autopartage et le covoiturage sur des trajets plus longs.

En changeant légèrement mes habitudes, je contribue à préserver l'environnement tout en améliorant ma qualité de vie et celle de toute l'agglomération.

Bouger c'est bien, le faire de manière combinée c'est encore mieux !



Transports publics

Des transports publics abondants à mon service

Prendre le bus et le train procure nombre d'avantages, pour moi-même et la société.

En utilisant moins ma voiture, je fais des économies, je réduis mon risque d'accident, je rends le trafic plus fluide et je contribue à la qualité de vie immédiate et future. En transports publics, je dégage du temps pendant mes trajets, je peux faire des rencontres, je démontre un comportement moderne et responsable. Et plus nous serons nombreux à les utiliser, meilleure deviendra l'offre.

A Fribourg, j'ai accès 7j/7j à un réseau étendu de transports publics. 7 lignes de trolleys ou bus urbains desservent l'agglomération sur 102 arrêts; le funiculaire relie le haut et la basse ville. Des trains me connectent aux villes avoisinantes et à toute la Suisse. Des autobus régionaux couvrent tout le canton et au-delà, sur près de 1000 km de lignes. Les cadences journalières sont généreuses. Les bus roulent aussi le dimanche et en fin de soirée.



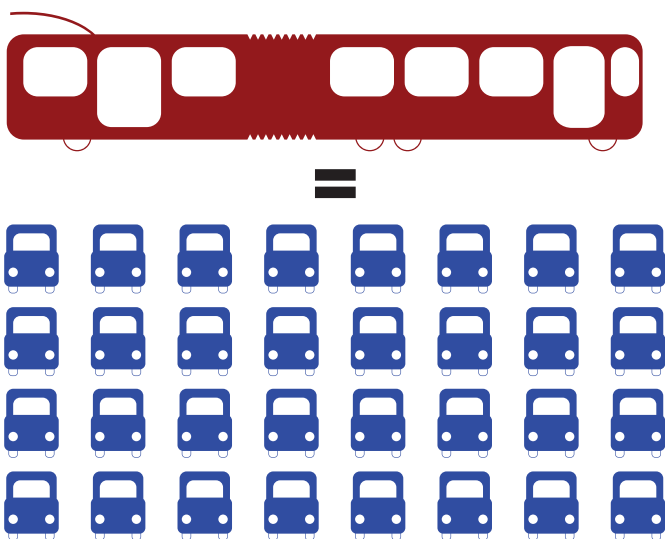
voir plan p.19

ASTUCES

- Horaire de train par sms en composant le 222 (Orange, Sunrise et Swisscom, CHF 0.60/SMS)
- Achat de billet de train sur internet ou via smartphone
- Pour les noctambules, des bus de nuit circulent en dehors des horaires habituels
- Fr. 1,50 par jour: prix d'un abonnement Frimobil pour la zone 10
- Achat de cartes journalières à prix préférentiel dans certaines communes
- Avec la tpf card, pas besoin de monnaie aux automates

« J'aime la liberté de me déplacer
en toute situation, en bus ou en
train. »

Tanja, 27 ans, Villars-sur-Glâne, a un abonnement général depuis 15 ans



Un trolleybus articulé transporte en moyenne 39 personnes au centre de Fribourg.
Une voiture: 1,2 personnes.

www.

www.frimobil.ch - communauté tarifaire des transports publics de la région

www.tpf.ch - pour les horaires, le calcul des itinéraires et autres infos

www.cff.ch - pour les horaires et autres infos



Voiture

Je roule plus propre dans mon aggro!

L'automobile m'assure une totale liberté en matière de déplacement, tant au niveau des horaires que du parcours. Elle est ainsi un maillon incontournable au même titre que les autres moyens de transports.

Si je prends en considération les contraintes actuelles, écologiques et de circulation, je permets à l'automobile d'assurer sa place dans la chaîne de la mobilité pour les déplacements dans mon agglomération. D'une part, les véhicules présentent des moteurs à consommation de plus en plus réduite, voire totalement propre et, combinés avec une conduite et une utilisation responsables, raisonnables et partagées, ils me permettent de répondre aux attentes environnementales. D'autre part, en optant pour ma voiture quand mon objectif de déplacement le nécessite véritablement, je participe à la fluidité de la circulation sur le réseau et je permets aux autres automobilistes de se déplacer plus facilement.

En adoptant un comportement réfléchi pour chacun de mes déplacements, je contribue au maintien d'un équilibre et d'un libre choix du moyen de transport.

ASTUCES

- L'autopartage garantit un coût proportionnel à la durée et aux kilomètres effectifs
- Le covoiturage est convivial, économique et écologique
- Le TCS organise des cours eco-drive pour une conduite économique et écologique
- Frigaz propose des véhicules assurant une économie de coût de 20% en carburant et de 30% en matière d'impôts

« Nous étions quatre habitantes du même quartier à nous rendre chaque semaine à la même salle de fitness. En prenant chacune son véhicule à tour de rôle, nous avons non seulement réalisé des économies et préservé l'environnement, mais nous avons également eu l'occasion de devenir de vraies amies. »

Véronique, Nathalie, Sandrine et Laurence, Villars-sur-Glâne



Le covoiturage permet de réduire mes frais de déplacement.

(Photo : A.Kiselev, Fotolia)

www.

www.fribourg.tcs.ch - informations générales et cours eco-drive

www.e-covoiturage.ch - service gratuit pour rechercher ou proposer un déplacement

www.ocn.ch - infos sur les tarifs et impositions

www.frigaz.ch - infos sur les voitures à gaz et les stations services

www.ate.ch - ecomobiliste, guide pour l'achat écologique d'un véhicule



Le vélo en ville, c'est plus facile!

Me déplacer à vélo en ville ne contribue pas seulement à préserver l'environnement, c'est aussi un facteur de liberté, un bonus santé et souvent un gain de temps pour les déplacements jusqu'à trois kilomètres. En optant pour un vélo électrique, je n'ai plus peur des montées et je transpire moins. J'utilise mon vélo aussi bien pour les loisirs que pour aller au boulot.

Même si circuler à vélo en ville me semblait dangereux, mon vélo a sa place dans le trafic et il a droit au respect des usagers. En restant maître de ma trajectoire et surtout attentif(ive), je prends plaisir à utiliser mon vélo pour tous mes déplacements urbains.

Fribourg est une des premières villes en Suisse à avoir introduit un système de prêt de vélos en libre service et une des premières au monde à disposer de vélos électriques. Et j'en profite.



ASTUCES

- PROVELO organise chaque année une bourse ainsi que des cours de conduites et des excursions thématiques
- Newride, une possibilité d'essayer gratuitement des vélos électriques deux fois par an
- Des communes et associations de l'agglomération offrent une subvention à l'achat d'un vélo électrique
- Avec un abonnement velopass, 30 minutes gratuites à chaque utilisation
- A Fribourg, les cyclistes peuvent circuler sur les voies de bus

« Je fais moins de 5 minutes à vélo entre la gare de Fribourg et l'Uni Péroilles. »

Jean-Marc, 24 ans, Givisiez



Le vélo est un moyen de déplacement rapide en ville.

(Photo: D.Büttner; «bike to work»)

www.

www.pro-velo.ch/fribourg - PRO VELO, section Fribourg

www.velopass.ch - système de vélo en libre service à Fribourg et en Suisse

www.newride.ch - information sur les vélos électriques et les revendeurs



À pied

L'agglomération à portée de pas !

Le 10% des trajets effectués en voiture fait moins de 1 km, soit 10 minutes à pied.

Pour des trajets de 1 à 2 km, je préfère la marche. C'est une solution saine, économique et propre pour me rendre à l'école ou au travail, pour faire mes courses et pour aller sur les lieux de mes loisirs. Marcher me permet encore d'apprécier ma commune et ma région, au fil des saisons.

Mes enfants vont aussi à pied à l'école, seuls, avec leurs copains ou à Pédibus : un choix efficace contre les maladies liées à l'inactivité.



Je marche parce que je suis pressé(e) :

- Piscine de la Motta – Place Georges-Python (Escaliers du funiculaire) : 10 à 15 min.
- Université Miséricorde – Patinoire St-Léonard (Sentier du Nord) : 15 à 20 min.
- Poste du Schönberg – Cathédrale : 10 à 15 min.
- Cormanon – Centre sportif de Villars-sur-Glâne : 10 à 15 min.
- Église de Marly Cité – CO de Grand-Pré : 15 à 20 min.

ASTUCES

- La marche est l'activité physique de base : elle est conseillée à tous
- Pour mettre en place un système Pédibus, il faut contacter sa commune ou la coordination du Pédibus
- En préférant les trottoirs à la route, on évite les embouteillages et la recherche d'une place de parc

« J'adore aller à pied à l'école avec mes copains. »»

Félicia, 7 ans, Marly



Sain, économique, convivial et écologique : le Pédibus !

(Photo : Photofolies, Carouge; ATE)

www.

www.pedibus.ch - système d'accompagnement des enfants à pied à l'école

www.bpa.ch - centre suisse de compétences pour la prévention des accidents

www.hepa.ch - réseau suisse santé et activité physique



Transports combinés



Voiture + Bus = option futée pour venir à Fribourg

Les P+R situés aux gares sont déjà bien connus, mais j'utilise aussi des parkings-relais à proximité de lignes de bus.

Le stationnement y est très avantageux, je peux me garer aux portes de la ville, puis emprunter les bus pour faire mes déplacements en ville, tranquillement et à moindre coût.

8 parkings-relais sont situés dans l'agglomération de Fribourg. Ils sont gratuits à l'achat d'une carte journalière Frimobil. Si la formule me convient de façon régulière, un abonnement Frimobil combiné est la meilleure solution.

Bus + Train + Mobility = combinaison gagnante

J'habite dans l'agglomération de Fribourg et dois me rendre dans une localité lointaine en Suisse...

La mobilité combinée me permet aussi de laisser ma voiture au repos. Je vais à la gare en bus, prends le train, puis j'opte pour une voiture Mobility pour me rendre à ma destination finale, avec toute la flexibilité souhaitée; aussi pour mon retour.

ASTUCES

- Avec les parkings-relais, plus besoin de chercher une place de parc
- Une voiture garée dans un parking-relais ne signifie pas seulement une voiture de moins garée en ville, mais aussi deux trajets en voiture en moins sur les voies d'accès au centre
- Des voitures Mobility sont disponibles dans l'agglomération ainsi que partout en Suisse, le plus souvent à proximité des gares

« En laissant ma voiture dans le P+R de Villars-sur-Glâne, je suis rapidement et sans stress au centre ville. »

Jean, 37 ans, Orsonnens



Les transports publics desservent 8 P+R dans l'agglomération.

www.

www.mobility.ch - réservation de véhicules 24h/24h pour les membres

www.agglo-fr.ch - infos sur les parkings-relais

www.mobilservice.ch - infos sur le thème de la mobilité



+



Transports combinés

Transports publics + vélo = rapidité et plaisir

Les transports publics et le vélo représentent une combinaison de transports efficace tout-à-fait adaptée au contexte de mon agglo. Le grand nombre d'arrêts de transports publics est facilement accessible à vélo aussi bien depuis mon domicile que de mon lieu d'activité.

Le dimanche j'aime beaucoup pédaler dans la nature comme par exemple au Lac de Schiffenen ou aux marais de Guin. En cas de fatigue, je peux monter dans un bus et me laisser raccompagner à la maison.



Des places pour vélos se développent à proximité des arrêts de transports publics.

ASTUCES

- La combinaison du train et du vélo permet un important gain financier et environnemental
- La durée du déplacement combiné n'est pas forcément plus longue qu'un trajet en voiture
- RailAway offre également des billets combinés permettant de faire une double économie: 20% sur le prix de la course en train et 10% sur le prix de location du vélo

« Un vélo à disposition à chacune de mes deux gares habituelles m'économise du stress, des trajets improductifs en voiture et des coûts inutiles. »

Laurenz, 60 ans, Kehrsatz

Hormis la contrainte horaire du transport public, la combinaison train + velopass est plus économique et moins polluante tout en assurant une durée de trajet similaire.

Déplacement pendulaire de Belfaux à l'Université de Péroilles

(8h00 et 17h00)

	<i>Voiture (6.5 litres/100 km)</i>	<i>Train + velopass</i>
Distance (aller + retour)	14 km	15 km
Durée (aller ou retour)	30 minutes	30 minutes
Coût par an	Fr. 2860.-	Fr. 573.-
Bilan CO₂ équivalent par an	560 kg équivalent	20 kg équivalent

Pour ce comparatif, l'année de référence est 2010, comptée sur 220 jours. Les frais d'utilisation de la voiture sont de Fr. 0,50 par kilomètre et le coût du parking est de Fr. 6.- par jour sur le domaine public. Les frais train + velopass incluent un abonnement annuel Frimobil 2 zones et un abonnement annuel velopass.

www.

www.rentabike.ch - location de vélos

www.railaway.ch - offre loisirs des cff

www.leclimatentrenosmains.org - calcul des émissions de CO₂

www.suissemobile.ch - mobilité douce et randonnées



+



Transports combinés

Transports publics + à pied = santé et efficacité

Le déplacement combiné marche + transports en commun est le propre de tous les utilisateurs des transports publics. Cette option est aussi souvent très pratique pour les activités de loisirs. Mon agglo m'offre un nombre important de promenades facilement accessibles sans pour autant devoir revenir au point de départ. Dès lors, la proximité des arrêts de transports en commun prend toute son importance.

Propositions de promenades accessibles par les transports publics

- Les Gorges du Gottéron (aller-retour depuis le Pont de Berne; 4h)
- Les grottes de la Madeleine (aller-retour depuis la porte de Morat; 2h)
- Le Sentier Planétaire de Marly (1h30)
- Le tour du lac de Pérolles (1h45)
- Le tour des trois rivières: la Sarine, la Glâne et la Gérine (2h20)
- Le parcours du WWF sur la biodiversité en ville de Fribourg: Vivre la ville autrement (3-4h)



ASTUCES

- Calcul d'itinéraires porte à porte: horaire et durée de trajets combinés sur www.tpf.ch
- Le WWF propose un parcours sur la biodiversité en ville
- Plusieurs parcours vita sont facilement accessibles dans l'agglo
- Bus & Balade: une formule sympathique de détente en plein air
- De nombreuses promenades proposent des aires de pique-nique

« C'est formidable de partir de chez soi à pied avec les enfants et de pouvoir en quelques minutes leur faire découvrir un paysage naturel presque sauvage en pleine ville! »

Nadya, Michel, Emilie, Damien, Fribourg



La marche à pied se combine bien avec le bus.

www.

www.admin.fr.ch/sff/ - activités en forêt, aires de pique-nique, parcours

www.fribourgtourisme.ch - idées de balades sous différentes rubriques

www.sentiersdeleau.ch - présentation de la promenade

www.wwf-fr.ch - infos sur le parcours « Vivre la ville autrement »

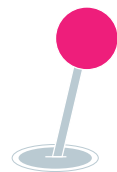


Liens communaux

Les 10 communes de l'agglo

AVRY www.avry.ch	026 470 40 00
BELFAUX www.belfaux.ch	026 476 60 20
CORMINBOEUF www.corminboeuf.ch	026 475 26 46
DÜDINGEN www.duedingen.ch	026 492 74 74
FRIBOURG www.fr.ch/ville-fribourg	026 351 71 11
GIVISIEZ www.givisiez.ch	026 460 89 60
GRANGES-PACCOT www.granges-paccot.ch	026 460 76 20
MARLY www.marly.ch	026 435 50 50
MATRAN www.matran.ch	026 402 12 12
VILLARS-SUR-GLÂNE www.villars-sur-glane.ch	026 408 33 33





Plan de l'agglo

Impressum

Conception et rédaction: Silvia Maspoli Genetelli (ATE); Nicole Camponovo (WWF); Fabien Noël (Ville de Fribourg); Bernard Michel (TCS); Arnaud Brulé (transports publics fribourgeois)

Graphisme: Tanja Lottaz (transports publics fribourgeois)

Tirage: 40'000 exemplaires

Edité en 2010 en allemand et en français



Imprimé sur du papier certifié FSC



Verkehrs-Club der Schweiz
Association Transports et Environnement
Associazione Traffico e Ambiente



for a living planet®

tpf



WWW.

www.tpf.ch - transports publics fribourgeois

www.ate.ch - Association transports et environnement

www.tcs.ch - Touring Club Suisse

www.wwf-fr.ch - WWF Fribourg

www.fr.ch/ville-fribourg - Ville de Fribourg