

# Maison de la Mobilité TPM



Vous accompagne dans tous vos déplacements

**Du 16 au 22 septembre 2023**



## SEMAINE EUROPÉENNE DE LA MOBILITÉ

### Économisons l'énergie

Animations, initiations, quizz, ...



TOULON • LA SEYNE-SUR-MER • HYÈRES • SIX-FOURS-LES-PLAGES • LA GARDE • LA VALETTE-DU-VAR • LA CRAU • OLLIUILLES • LE PRADET • CAROUGERANNE • SAINT-MANDRIER-SUR-MER • LE REVEST-LES-SAUX



## Destination Mont Faron !

**Samedi 16 septembre**

• **Balade en VTT à assistance électrique (VTAE) et lecture paysagère depuis le Mont Faron**  
 | La REDIF, l'UFOLEP Var et le CAUE du Var  
 (Re)découvrez l'origine et les évolutions de la rade toulonnaise à bord du téléphérique avant de profiter d'une balade familiale à vélo sur un sentier du Mont Faron.  
 Parcours facile. À partir de 12 ans.  
 Inscription gratuite / Maison de la Mobilité TPM : 04 94 93 37 37  
 34, rue d'Alger - Toulon - maisondelamobilite@metropoletpm.fr  
 www.metropoletpm.fr/maison-mobilite

**GRATUIT OUVERT À TOUS**

Organisée sur le thème « Économisons l'énergie ! », la nouvelle édition de la Semaine Européenne de la Mobilité met à l'honneur la réduction de la consommation d'énergie. Face à l'augmentation des coûts liés à la consommation de l'énergie, il est devenu encore plus crucial de se déplacer autrement que seul dans sa voiture. Alors, profitez de l'évènement pour découvrir des modes de transports respectueux de l'environnement et moins consommateurs d'énergie ! Retrouvez également, la Maison de la Mobilité TPM et de nombreuses animations gratuites toute la semaine, notamment autour du Rallye Mobilité et des Villages Mobilité.  
 Programmation complète : [www.metropoletpm.fr](http://www.metropoletpm.fr)

**Samedi 16 septembre**

**TOULON**  
 Centre-ville de 10h à 17h  
 Sans réservation

- **Maison de la Mobilité TPM**
  - **Départ du Rallye Mobilité**  
 | Comité Départemental de Course d'Orientation du Var
  - « **Questions pour un développement durable !** »  
 | Terre de Vie et Nature
  - **Déplacements en pousse pousse au centre-ville de Toulon**  
 | Pousse pousse du Rocher
  - **Borne photo itinérante et écoresponsable**  
 | Souriez vous pédalez !
  - **Vélo smoothie**  
 | L'Économe
  - **Conseils et informations multimodales**  
 | Maison de la Mobilité TPM
- **Place Vincent Raspail (face aux Halles Biltoki)**
  - **Initiation roller et trottinette non motorisé**  
 | Métropole Glisse
  - **Challenge Home trainer**  
 | La Cocotte
- **Place Montsenergie**
  - **Initiation au gyropode**  
 | Feel 2 Good
- **Place Victor Hugo**
  - **RéBUS Mobilité**  
 | Réseau Mistral
  - **Stand d'information Cars ZOU ! et TER ZOU !**  
 | Région Sud et la SNCF
- **Place des Savonnières**
  - **Initiation et prévention en trottinette électrique**  
 | Association Prévention Routière



**Samedi 16 septembre**

**TOULON** - Au Port Marchand à 10h et au Mourillon à 14h  
 | CDRP 83  
 Venez à la rencontre du patrimoine toulonnais en vous plongeant dans un circuit urbain au cœur de la ville. Randonnée douce ouverte aux personnes en situation de handicaps et à celles avec enfants (poussettes).  
 Inscription : [www.metropoletpm.fr](http://www.metropoletpm.fr)



## Balades à roulette à visée culturelle



**Samedi 16 septembre**

**TOULON** - Centre-ville de 10h à 17h  
 Sans réservation  
 ➤ **Départ devant la Maison de la Mobilité TPM**  
 | Comité Départemental de Course d'Orientation du Var  
 En solo, entre amis ou en famille, testez différents modes de transport avec le **Rallye Mobilité**, une course d'orientation unique en plein cœur de ville !  
 Renseignez vous et testez des modes de transport propres : roller, gyropode, trottinette électrique, vélo, bus réseau Mistral, car ZOU !, TER...  
**À gagner : de nombreux lots dont une trottinette électrique !**

## Osez le buzz !

| Terre de Vie et Nature - FNE  
 Jouez à « Questions pour un développement durable ! », en solo, entre amis ou en famille sur le thème de l'économie d'énergie. **Des lot à gagner !**  
 Retrouvez nous le samedi 16 septembre de 10h à 17h face à la Maison de la Mobilité TPM à Toulon.



## Journée à 1€ avec le réseau Mistral !

Titre en vente uniquement sur M-Ticket  
**le mercredi 20 septembre pour les bus** *ireseaumistral*  
 et bateaux-bus du réseau Mistral.

Publication réalisée par la Direction des Transports et de la Mobilité  
 Conception graphique : Service Communication TPM  
 ©Photos : Olivier Pastor - Frédéric Robert / TPM - ©Illustrations : Adobe Stock  
 Impression : MC2P - Ne pas jeter sur la voie publique.

**Samedi 16 septembre**

**SIX-FOURS-LES-PLAGES**  
 De 14h à 17h

## Faites du vélo !

➤ **Promenade Charles de Gaulle**  
 Dans le cadre de « Faites du vélo ! » organisée par la mairie de Six-Fours-les-Plages.

- **Animation et test de vélos fun**  
 | Le Grand huit
- **Initiation à la draisienne et à la moto électrique**  
 | Kids Rider's School
- **Atelier de sécurité routière**
- **Sessions d'apprentissage du vélo**
- **Réparation de vélo**
- **Prévention santé**
- **Vélo Smoothie et stand Sport Santé**  
 | CDOS 83

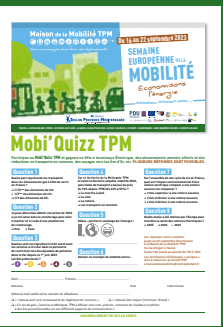


## DÉFI MOBILITÉ

Entreprises, administrations ou associations du territoire de TPM, vous pouvez vous lancer en interne dans ce Défi Mobilité de façon ludique et conviviale !  
 C'est l'occasion idéale pour les établissements soucieux des enjeux environnementaux, d'organiser en interne des actions ludiques sur le thème de la mobilité à l'aide d'une boîte à idée et du kit de communication TPM.  
**De nombreux lots à gagner pour les lauréats :** initiation de vélo à assistance électrique et de gyropode, baptêmes de cyclisme sur piste...  
 Inscription en ligne jusqu'au 22 septembre sur [www.metropoletpm.fr](http://www.metropoletpm.fr)

## Mobi'Quizz TPM

Participez au Mobi'Quizz TPM et gagnez un Vélo à Assistance Électrique, des abonnements annuels offerts, des voyages vers les Îles d'Or, en TER et en car ZOU...  
 Vous trouverez les bulletins de participation et le règlement à la Maison de la Mobilité TPM, dans les mairies de la Métropole, ou bien en téléchargement sur le site : [www.metropoletpm.fr](http://www.metropoletpm.fr)  
 Les bulletins sont à remettre directement à la Maison de la Mobilité TPM, 34 rue d'Alger à Toulon (ouvert du mardi au samedi de 10h à 18h) ou par mail au format pdf à [maisondelamobilite@metropoletpm.fr](mailto:maisondelamobilite@metropoletpm.fr)





# En route !



**Dimanche 17 septembre**  
**HYÈRES - 8h** | CDRP 83  
 En route vers une exploration urbaine et naturelle de la commune d'Hyères.  
 Inscription : [www.metropletpm.fr](http://www.metropletpm.fr)

## Dimanche 17 septembre

### LA SEYNE-SUR-MER

Village Mobilité de 10h à 17h

Sans réservation

#### ► Parc des Sablettes

- Information et sensibilisation drone La Poste



- Initiation au gyropode | Feel 2 Good
- Initiation au roller et trottinette non motorisée | Métropole Glisse
- Initiation et prévention en trottinette électrique | Association Prévention Routière
- Vélo smoothie | L'Économe
- Sensibilisation à la marche | Les Chercheurs en herbe
- Apprentissage du vélo pour enfant | Mairie de La Seyne-sur-Mer
- Conseil en mobilité et test de VAE | Stand Maison de la Mobilité TPM

## Osez le buzz !

| Terre de Vie et Nature - FNE  
 Jouez à « Questions pour un développement durable ! », en solo, entre amis ou en famille sur le thème de l'économie d'énergie. **Des lots à gagner !**  
 Retrouvez nous le mercredi 20 septembre, de 13h à 18h, sur la place Clémenceau à Hyères.

## Mercredi 20 septembre

**HYÈRES**  
 Village Mobilité de 13h à 18h  
 Sans réservation

#### ► Place Clémenceau

- Autoréparation de vélos | Association de Prévention Spécialisée
- Course d'orientation au centre-ville d'Hyères | Comité Départemental de Course d'Orientation du Var
- Parcours en draisiennne | UFOLEP 83
- RéBUS Mobilité | Réseau Mistral
- Stand d'information Cars ZOU ! | Région Sud
- Initiation au gyropode | Feel 2 Good
- Initiation au roller et trottinette non motorisée | Métropole Glisse
- Initiation et prévention en trottinette électrique | Association de Prévention Routière
- Animation et test de vélos fun | Le grand huit
- Vélo smoothie | L'Économe
- « Questions pour un développement durable ! » | Terre de Vie et Nature
- Conseil en mobilité et test de VAE | Maison de la Mobilité TPM

## Dimanche 17 et vendredi 22 septembre

### LA SEYNE-SUR-MER ET CARQUEIRANNE

| CSM Cyclotouristes La Seyne et le Cyclo Club Carqueirannais

Envie de (re)découvrir le territoire à vélo ? Une petite envie de balade loisirs à vélo ?

Vélotafeurs, cyclistes occasionnels ou plus chevronnés, profitez d'une balade facile à vélo en groupe avant de déguster un pique-nique dans un cadre idyllique !

Départ de La Seyne-sur-Mer aux Sablettes, le dimanche 17 septembre à 9h.

Inscription à la Maison de la Mobilité TPM au 04 94 93 37 37

Départ de Carqueiranne sur la place de la République, le vendredi 22 septembre à 9h.

Inscription sur [www.metropletpm.fr](http://www.metropletpm.fr)



## Randonnée pique-nique à vélo



## Tous à vélo !

**Maison de la Mobilité TPM**  
 Vous accompagne dans tous vos déplacements  
 OUVERT À TOUS ET GRATUIT

**TOUS À VÉLO !**  
 Vous ne savez pas encore pédaler ou vous hésitez à circuler en ville à vélo ? Adoptez les bons comportements avec « Tous à vélo ! »

La Maison de la Mobilité TPM vous propose :  
 APPRENTISSAGE DU VÉLO - REMISE EN SELLE EN VAE - BALADES NOCTURNES EN VAE

Métropole TOULON PROVENCE MÉDITERRANÉE | PDU | UFOLEP 83

Vous ne savez pas encore pédaler ? Vous hésitez à circuler en ville à vélo ?

### La Maison de la Mobilité TPM vous propose :

- Des séances de remise en selle en Vélo à Assistance Électrique, le mercredi 20 septembre à La Valette-du-Var (matin ou après-midi).
- Des séances d'apprentissage du vélo, le samedi 23 septembre au vélodrome d'Hyères (matin ou après-midi).

Inscription obligatoire à la Maison de la Mobilité TPM ou au 04 94 93 37 37

## Dimanche 17 septembre

### LA SEYNE-SUR-MER

| CDRP 83

#### ► Les Sablettes

- Initiation au Longe Côte de 10h à 12h

Profitez des vertus de l'eau en pratiquant le nouveau sport de randonnée en milieu aquatique : le longe côte. Ouvert à partir de 12 ans.



- Initiation marche nordique de 14h à 16h

Découvrez une conception de la marche très dynamique dans un cadre idéal ! Bâtons offerts.

Inscription : [www.metropletpm.fr](http://www.metropletpm.fr)



## Longe Côte Marche nordique



### Relevez les challenges d'activités avec l'application Geovelo !

#### ► Le challenge du mois

Le cycliste qui parcourt le plus de kilomètres durant le mois de septembre remporte le défi.

#### ► Le challenge de la semaine

Le cycliste qui circule le plus longtemps à vélo du 13 au 25 septembre gagne le challenge.

**Lots à gagner : des voyages sur l'île de Porquerolles et des trajets en téléphériques !**

Inscription : [www.metropletpm.fr](http://www.metropletpm.fr)

Réputée pour son calculateur d'itinéraire unique et sa cartographie précise des aménagements cyclables, l'appli Geovelo servira de base au challenge.

#### Comment enregistrer mes déplacements à vélo ?

Pour cela, il suffit d'enregistrer mes trajets avec Geovelo, et ce grâce à l'une de ces trois fonctionnalités de l'application :

- Soit je réalise mon trajet en mode navigation.
- Soit à chaque trajet, je lance un enregistrement manuel grâce au bouton dédié sur l'écran de lancement de l'application.
- J'active la « Détection d'activité », afin de laisser mon téléphone enregistrer automatiquement mes trajets quand il détectera que je suis à vélo.

## Maison de la Mobilité TPM



Vous accompagne dans tous vos déplacements

## Du 16 au 22 septembre 2023

# SEMAINE EUROPÉENNE DE LA MOBILITÉ

Économisons l'énergie

Animations, initiations, quizz, ...



MÉTROPOLE TOULON PROVENCE MÉDITERRANÉE  
[www.metropletpm.fr](http://www.metropletpm.fr) | [Facebook](https://www.facebook.com/metropletpm) | [Instagram](https://www.instagram.com/metropletpm) | [YouTube](https://www.youtube.com/metropletpm)

