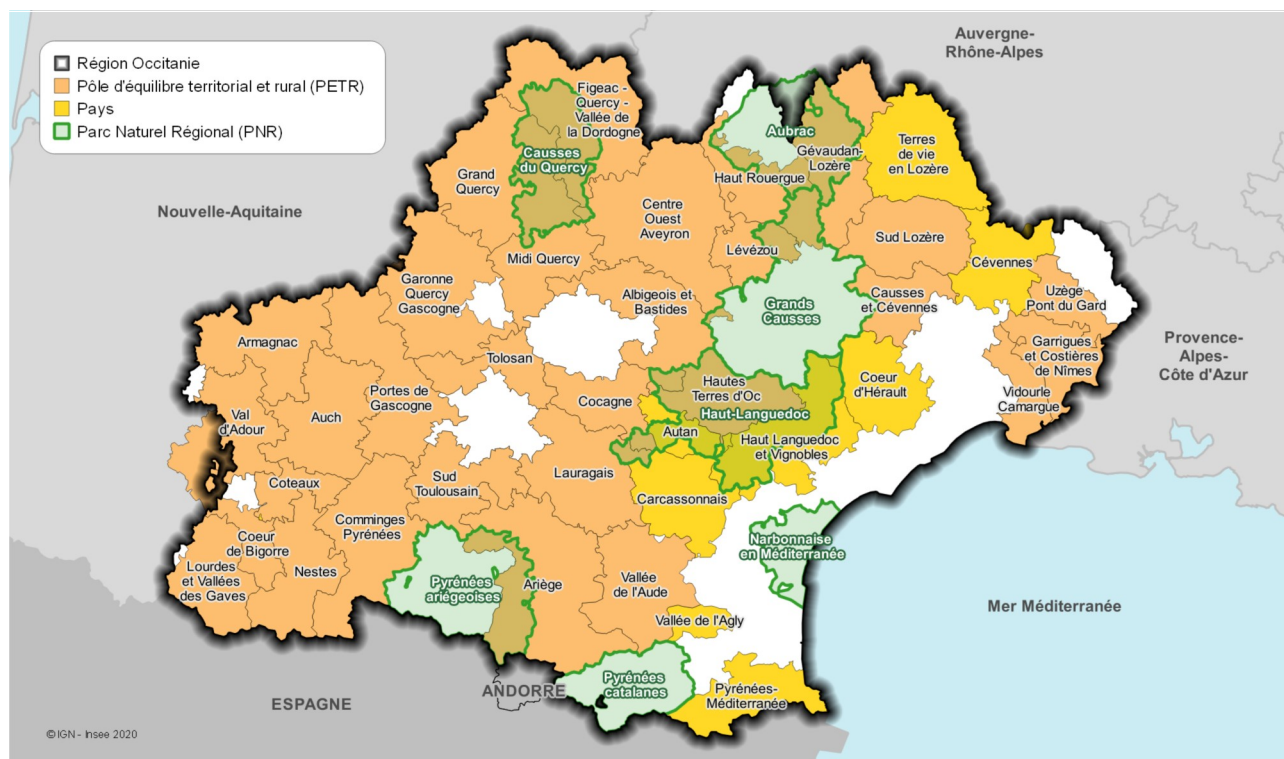


4B – Les pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR), les pays et les parcs naturels régionaux (PNR)



Les délimitations des parcs naturels régionaux datent de janvier 2011 et ont été mises à jour au 1^{er} janvier 2020.
Celles des pays datent de janvier 2011 et ont été mises à jour au 1^{er} janvier 2020.
Celles des pôles d'équilibre territoriaux et ruraux datent de janvier 2014 et ont été mises à jour au 1^{er} janvier 2020.

Les parcs naturels régionaux (PNR) d'Occitanie

Parcs naturels régionaux *	Population au 1 ^{er} janvier 2017	Population au 1 ^{er} janvier 2012	Population au 1 ^{er} janvier 2007	Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janvier 2017 (hab./km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2020
Narbonnaise en Méditerranée	95 956	91 662	87 405	722	133	21
Haut-Languedoc	89 211	90 440	89 900	3 112	29	117
Grands Causses	69 021	68 245	68 166	3 268	21	93
Pyrénées ariégeoises	44 487	44 537	43 865	2 447	18	138
Causses du Quercy	32 194	31 806	30 272	1 835	18	95
Aubrac	27 782	28 312	28 845	2 195	13	64
dont en Occitanie	25 447	25 872	26 270	1 894	13	52
Pyrénées catalanes	22 417	22 270	22 572	1 387	16	66

* La ligne figurant en italiques correspond à un zonage à cheval sur deux régions, elle comprend la totalité des communes, y compris celles hors Occitanie.

Sources : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2020 ; CGET, Observatoire des territoires

Les pays d'Occitanie

Pays *	Population au 1 ^{er} janvier 2017	Population au 1 ^{er} janvier 2012	Population au 1 ^{er} janvier 2007	Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janvier 2017 (hab./km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2020
Cévennes	148 529	147 321	140 935	1 270	117	96
dont en Occitanie	147 998	146 808	140 402	1 245	119	95
Carcassonnais	117 803	115 977	112 428	1 340	88	104
Pyrénées-Méditerranée	106 931	103 347	99 610	1 173	91	58
Autan	83 117	83 436	85 138	565	147	23
Cœur d'Hérault	81 034	75 452	67 661	1 270	64	77
Haut Languedoc et Vignobles	79 550	78 047	72 869	1 912	42	102
Terres de vie en Lozère	31 430	31 262	31 321	1 866	17	53
Vallée de l'Agly	5 905	6 210	6 172	321	18	22

* La ligne figurant en italiques correspond à un zonage à cheval sur deux régions, elle comprend la totalité des communes, y compris celles hors Occitanie.

Sources : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2020 ; CGET, Observatoire des territoires

Les pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR) d'Occitanie

Pôles d'équilibre territorial et rural *	Population au 1 ^{er} janvier 2017	Population au 1 ^{er} janvier 2012	Population au 1 ^{er} janvier 2007	Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janvier 2017 (hab./km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2020
Garrigues et Costières de Nîmes	289 224	280 779	269 090	996	290	44
Centre Ouest Aveyron	154 572	152 849	150 664	2 980	52	123
<i>Garonne-Quercy-Gascogne</i>	<i>131 142</i>	<i>126 244</i>	<i>117 449</i>	<i>2278</i>	<i>58</i>	<i>139</i>
dont en Occitanie	130 630	125 746	116 952	2 258	58	137
Ariège	123 259	122 618	119 118	3 251	38	233
Pays Tolosan	118 567	109 762	98 745	939	126	73
Pays Lauragais	103 500	99 803	92 221	1 927	54	167
Vidourle Camargue	97 411	92 293	84 947	681	143	36
Pays du sud Toulousain	96 558	91 190	83 005	1 291	75	99
Grand Quercy	91 520	91 624	89 501	2 718	34	148
Figeac - Quercy - Vallée de la Dordogne	88 788	89 045	88 145	2 575	34	169
Pays Comminges Pyrénées	77 452	77 638	76 200	2 140	36	235
Pays Portes de Gascogne	72 463	69 236	63 719	2 072	35	160
Pays de Cocagne	66 033	63 206	59 006	1 028	64	75
Pays d'Auch	63 872	64 076	62 660	1 781	36	135
Albigeois et Bastides	57 263	56 738	55 530	1 674	34	95
Uzège Pont du Gard	54 306	52 903	48 630	733	74	50
Pays Midi-Quercy	50 059	48 511	44 575	1 192	42	49
Pays d'Armagnac	43 491	43 890	43 609	1 722	25	102
Vallée de l'Aude	41 437	42 517	41 767	1 717	24	137
Pays de Lourdes et des Vallées des Gaves	37 520	38 768	39 561	1 268	30	85
<i>Pays du Val d'Adour</i>	<i>72 530</i>	<i>71 767</i>	<i>69 273</i>	<i>1699</i>	<i>43</i>	<i>199</i>
dont en Occitanie	36 434	36 900	36 315	1 039	35	115
Cœur de Bigorre	34 747	34 645	33 865	565	62	50
Haut Rouergue	33 722	33 339	33 403	1 386	24	38
Pays du Gévaudan Lozère	33 452	33 758	33 746	1 832	18	64
Pays des Nestes	31 973	32 091	31 570	1 397	23	146
Hautes Terres d'Oc	20 727	20 832	21 216	1 253	17	36
Pays des Coteaux	18 165	17 998	16 898	591	31	103
Causses et Cévennes	15 515	15 768	15 684	858	18	36
Lévézou	13 261	13 159	12 916	743	18	19
Sud Lozère	12 076	12 183	12 072	1 526	8	36

* Les lignes figurant en italiques correspondent à des zonages à cheval sur deux régions, elles comprennent la totalité des communes, y compris celles hors Occitanie.

Sources : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2020 ; DGCL, Banatic