

L'essentiel des zonages en Occitanie

accompagné d'indicateurs de population

Insee Dossier Occitanie

n° 31

Octobre 2026



Coordination

Direction régionale de l'Insee Occitanie

Directeur de la publication

Alexandre Gautier

Rédaction en chef

Marine Soleilhavoup

Élisabeth Potreau

Auteur

Guillaume Ancelin

Mise en page

Insee

Bureau de presse

05 61 36 62 85

Éditeur

Institut national de la statistique et des études
économiques

88 avenue Verdier,

92541 MONTROUGE CEDEX

www.insee.fr

Avant-propos

Mis à jour chaque année, « L'essentiel des zonages en Occitanie » présente les principaux zonages pour la région Occitanie, qu'ils soient administratifs, d'étude ou d'action publique. Pour chacun d'eux, il fournit des indicateurs de population, de superficie et de densité de peuplement. La géographie de référence de cette édition est celle du 1^{er} janvier 2026.

Cet atlas est un outil de travail opérationnel permettant d'appréhender les principaux zonages à disposition des acteurs de la région, leurs spécificités et leurs complémentarités. Il permet à l'utilisateur de choisir le zonage le plus pertinent selon le type d'analyse du territoire qu'il souhaite mener.

Les zonages administratifs ont été définis pour administrer le territoire et mettre en œuvre des politiques publiques.

Les zonages d'études mis au point par l'Insee permettent de caractériser l'organisation socio-démographique du territoire. En effet, l'analyse territorialisée de phénomènes socio-démographiques et économiques nécessite parfois de s'affranchir des délimitations administratives.

La grille communale de densité permet d'approcher les notions d'urbain et de rural. Les unités urbaines offrent une vision complémentaire de la ville, fondée sur la notion de continuité du bâti. Les aires d'attraction des villes définissent l'étendue de l'influence des villes sur les communes environnantes. Le croisement de la grille de densité et des aires d'attraction des villes permet d'appréhender les espaces périurbains.

Les zones d'emploi sont pertinentes pour analyser l'économie locale, tandis que les bassins de vie sont le zonage à privilégier pour mesurer l'accès de la population aux équipements et aux services.

Enfin, à chaque zonage d'action publique présenté dans cet ouvrage son objectif : définir un périmètre de planification stratégique intercommunale s'agissant des Schémas de cohérence territoriale (SCoT), cibler les populations les plus modestes pour lutter contre les inégalités s'agissant des quartiers prioritaires de la politique de la ville, piloter des projets d'aménagement durable du territoire s'agissant des pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR), développer l'activité économique et l'attractivité territoriale des territoires ruraux s'agissant des zones France Ruralités Revitalisation (FRR).

En complément, vous trouverez en téléchargement sur le site insee.fr un ensemble de fichiers relatifs à la [géographie administrative et d'étude](#) :

- composition communale de chaque zone pour ces différents zonages ;
- définitions et notes méthodologiques sur la construction des zonages d'étude.

Le site [Statistiques locales](https://statistiques-locales.insee.fr) vous propose, en outre, un outil cartographique interactif pour :

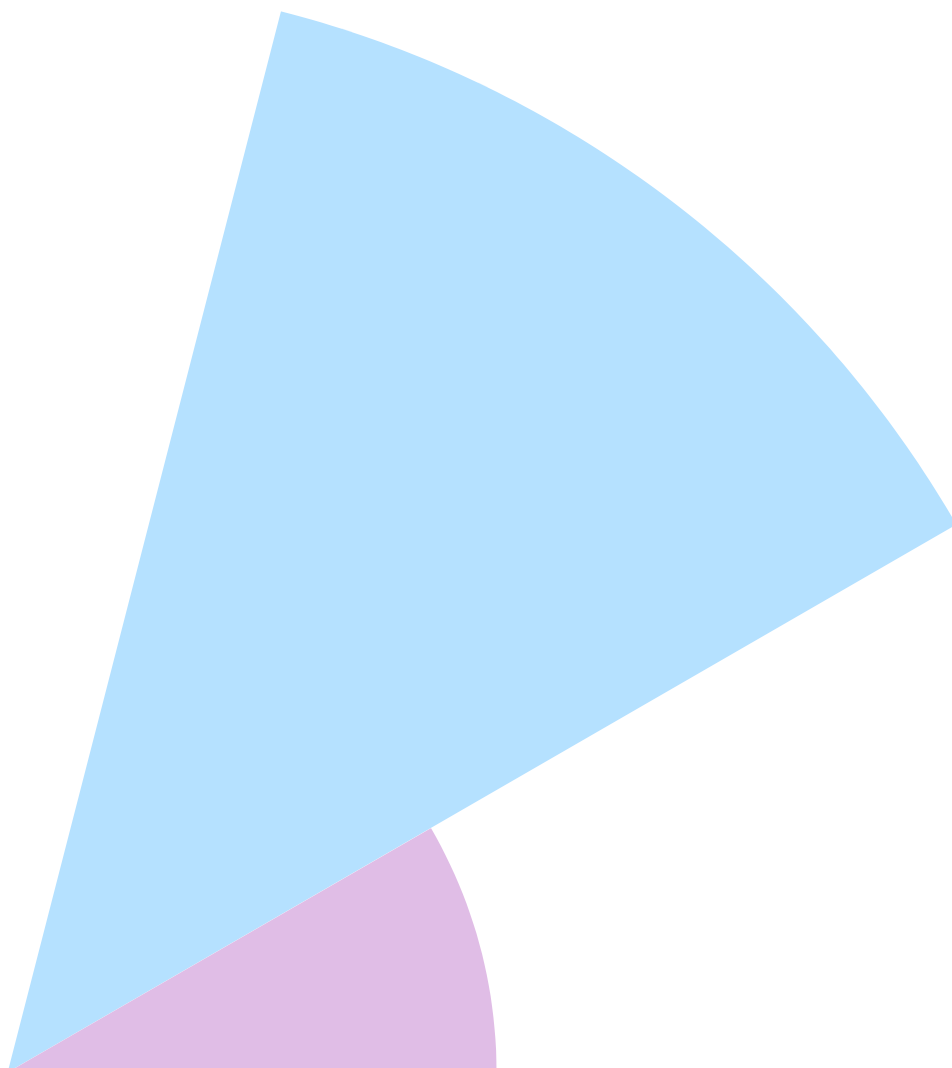
- visualiser et comparer les différents zonages ;
- cartographier un grand nombre d'indicateurs ;
- importer vos propres données pour les cartographier et les travailler avec celles de l'Insee.

Alexandre Gautier
Directeur régional de l'Insee Occitanie

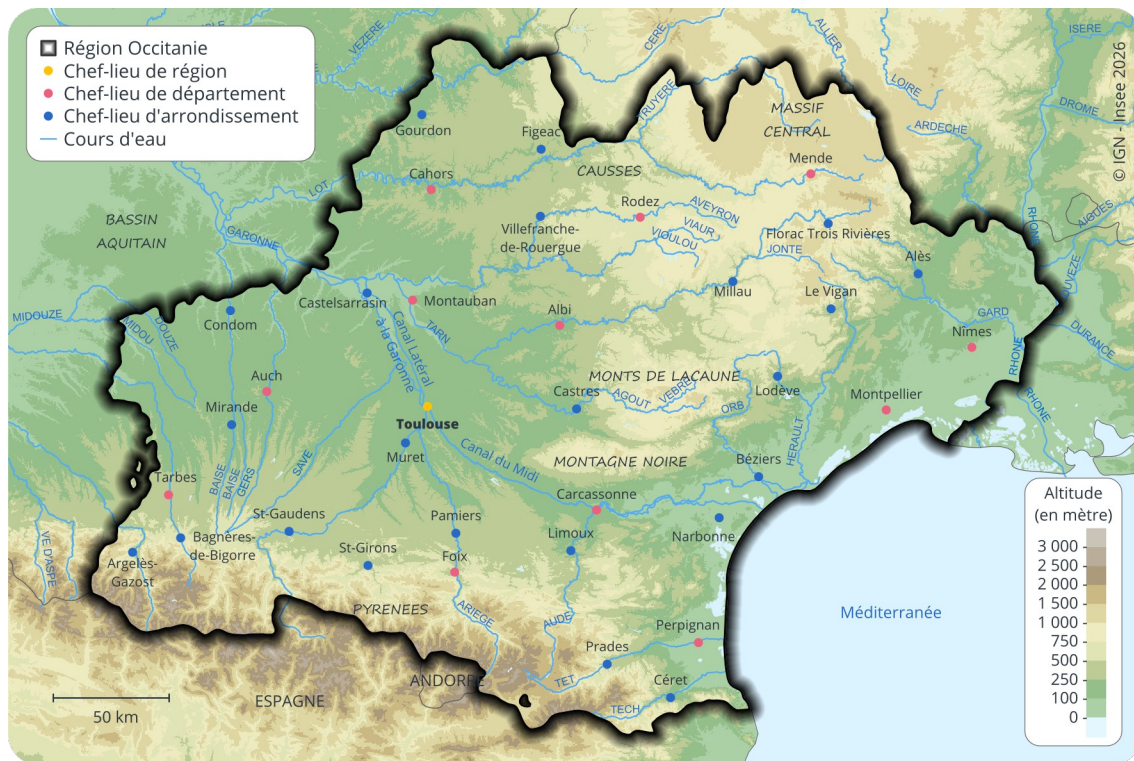
Sommaire

Présentation de la région.....	6
Présentation de la région.....	7
Les zonages administratifs.....	8
Les subdivisions administratives.....	9
Les départements.....	10
Les principales communes.....	11
Les zonages d'étude.....	12
Les unités urbaines (contour 2020).....	13
Les zones d'emploi (contour 2020).....	16
Les bassins de vie (définition 2022).....	19
Les aires d'attraction des villes (contour 2020).....	37
La grille communale de densité (définition 2025).....	40
Les zonages d'action publique.....	44
Les intercommunalités (contour 2026).....	45
Les schémas de cohérence territoriale (SCoT).....	48
Les quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV).....	50
Les pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR), les parcs nationaux et les parcs naturels régionaux (PNR).....	52
Les zones France Ruralités Revitalisation (FRR) (définition 2024).....	56
Sources.....	58

Présentation de la région



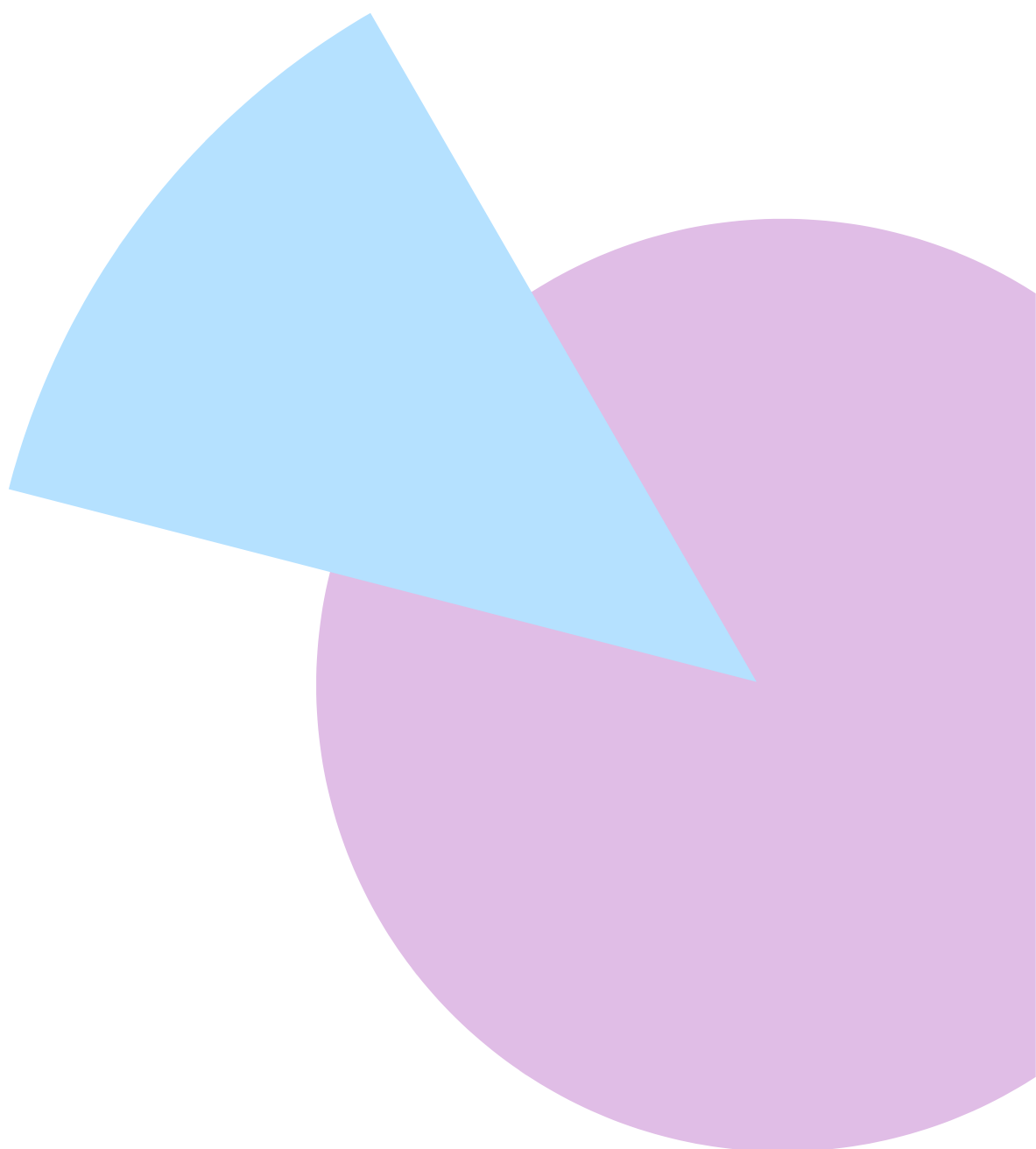
Présentation de la région



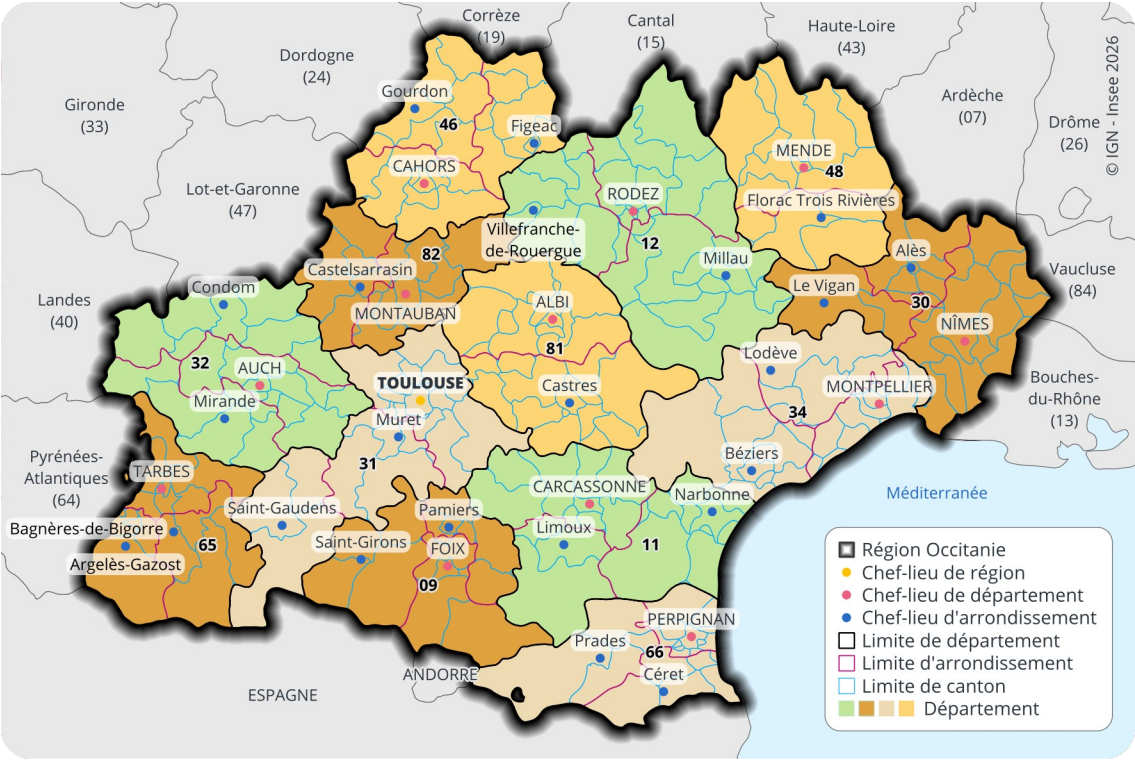
- 72 724 km² : 2^e région de France métropolitaine par sa superficie après la Nouvelle-Aquitaine, et plus vaste que l'Irlande
- 6 124 653 habitants au 1^{er} janvier 2023¹ : 3^e région de province la plus peuplée derrière Auvergne-Rhône-Alpes (1^{re}) et Nouvelle-Aquitaine (2^e)
- 13 départements
- 4 446 communes au 1^{er} janvier 2026 : 4 communes de plus de 100 000 habitants, 36 de plus de 15 000... et 5 de moins de 10 habitants
- 36 arrondissements et 249 cantons
- 163 intercommunalités dont 2 métropoles, 1 communauté urbaine et 23 communautés d'agglomération dont 1 interrégionale
- 86 aires d'attraction des villes : 17 de 50 000 habitants ou plus dont 2 interrégionales
- 303 unités urbaines : 34 de plus de 15 000 habitants dont 2 interrégionales
- 27 zones d'emploi dont 2 à cheval sur la région Provence-Alpes-Côte d'Azur
- 228 bassins de vie
- 394 communes densément peuplées ou de densité intermédiaire et 4 052 communes rurales
- 26 schémas de cohérence territoriale (SCoT) approuvés dont 2 interrégionaux
- 108 quartiers prioritaires de la politique de la ville
- 37 pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR) dont 4 interrégionaux
- 2 parcs nationaux et interrégionaux
- 8 parcs naturels régionaux (PNR) dont 1 interrégional
- 3 342 communes classées en zones France Ruralités Revitalisation (socle et plus) ; 5 départements entièrement classés en zones France Ruralités Revitalisation

¹6 246 988 habitants au 1^{er} janvier 2026 selon les dernières estimations de population : 2^e région de province la plus peuplée derrière Auvergne-Rhône-Alpes (1^{re}) et devant Nouvelle-Aquitaine (3^e).

Les zonages administratifs



Les subdivisions administratives



Territoires	Nombre d'arrondissements au 1 ^{er} janvier 2026	Nombre de cantons au 1 ^{er} janvier 2026	Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2026
09 - Ariège	3	13	325
11 - Aude	3	19	433
12 - Aveyron	3	23	285
30 - Gard	3	23	350
31 - Haute-Garonne	3	27	586
32 - Gers	3	17	458
34 - Hérault	3	25	341
46 - Lot	3	17	312
48 - Lozère	2	13	152
65 - Hautes-Pyrénées	3	17	469
66 - Pyrénées-Orientales	3	17	226
81 - Tarn	2	23	314
82 - Tarn-et-Garonne	2	15	195
Occitanie	36	249	4 446
France (hors Mayotte)	333	2 041	34 858
France métropolitaine	320	1 995	34 746

Source : Insee, code officiel géographique au 1^{er} janvier 2026.

Les départements

Territoires	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012			
31 - Haute-Garonne	1 471 468	1 362 672	1 279 349	1 202 920	1,3	1,3	1,2	6 309	233	586
34 - Hérault	1 230 289	1 144 892	1 077 627	1 011 207	1,2	1,2	1,3	6 101	202	341
30 - Gard	770 940	744 178	725 618	689 847	0,6	0,5	1,0	5 853	132	350
66 - Pyrénées-Orientales	496 855	474 452	457 793	437 157	0,8	0,7	0,9	4 116	121	226
81 - Tarn	397 352	387 890	378 947	369 189	0,4	0,5	0,5	5 758	69	314
11 - Aude	379 648	370 260	362 339	345 779	0,4	0,4	0,9	6 139	62	433
12 - Aveyron	279 609	279 206	276 229	274 425	0,0	0,2	0,1	8 735	32	285
82 - Tarn-et-Garonne	265 817	258 349	246 971	231 763	0,5	0,9	1,3	3 718	71	195
65 - Hautes-Pyrénées	231 349	228 530	228 854	228 594	0,2	- 0,0	0,0	4 464	52	469
32 - Gers	192 645	191 091	189 530	183 615	0,1	0,2	0,6	6 257	31	458
46 - Lot	176 473	173 828	174 346	171 173	0,3	- 0,1	0,4	5 217	34	312
09 - Ariège	155 722	153 153	152 366	148 568	0,3	0,1	0,5	4 890	32	325
48 - Lozère	76 486	76 601	76 889	76 880	- 0,0	- 0,1	0,0	5 167	15	152
Occitanie	6 124 653	5 845 102	5 626 858	5 371 117	0,8	0,8	0,9	72 724	84	4 446
France (hors Mayotte)	68 094 280	66 524 339	65 241 241	63 600 690	0,4	0,4	0,5	632 734	108	34 858
France métropolitaine	66 165 815	64 639 133	63 375 971	61 795 238	0,4	0,4	0,5	543 940	122	34 746

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les principales communes

Communes de 15 000 habitants ou plus	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km ²)
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012		
Toulouse	514 819	479 553	453 317	439 453	1,2	1,1	0,6	118	4 352
Montpellier	310 240	285 121	268 456	253 712	1,4	1,2	1,1	57	5 454
Nîmes	151 839	150 610	146 709	143 468	0,1	0,5	0,4	162	938
Perpignan	121 616	120 158	120 489	116 041	0,2	- 0,1	0,8	68	1 787
Béziers	81 545	77 177	72 970	72 462	0,9	1,1	0,1	95	854
Montauban	62 945	60 810	56 887	55 438	0,6	1,3	0,5	135	466
Narbonne	57 587	54 700	51 869	51 306	0,9	1,1	0,2	173	333
Albi	51 290	48 970	49 231	48 889	0,8	- 0,1	0,1	44	1 159
Alès	46 125	40 219	41 031	40 108	2,3	- 0,4	0,5	23	1 992
Carcassonne	46 080	46 031	47 068	47 620	0,0	- 0,4	- 0,2	65	708
Sète	45 337	43 229	44 558	42 972	0,8	- 0,6	0,7	24	1 873
Tarbes	44 399	41 518	41 664	44 973	1,1	- 0,1	- 1,5	15	2 896
Castres	42 505	41 636	41 529	43 347	0,3	0,1	- 0,9	98	433
Colomiers	40 882	38 951	36 699	32 315	0,8	1,2	2,6	21	1 963
Tournefeuille	30 168	26 962	26 342	25 709	1,9	0,5	0,5	18	1 660
Agde	29 939	28 609	24 651	21 104	0,8	3,0	3,2	51	589
Blagnac	27 604	24 517	22 983	21 194	2,0	1,3	1,6	17	1 635
Lunel	26 623	26 239	25 405	24 044	0,2	0,6	1,1	24	1 114
Muret	26 079	24 945	24 492	23 572	0,7	0,4	0,8	58	451
Castelnau-le-Lez	26 058	20 480	16 664	15 201	4,1	4,2	1,9	11	2 331
Frontignan	24 136	22 762	22 728	23 068	1,0	0,0	- 0,3	32	761
Rodez	23 981	24 057	23 744	24 289	- 0,1	0,3	- 0,5	11	2 145
Auch	22 428	21 935	21 960	21 704	0,4	- 0,0	0,2	72	309
Millau	22 044	22 109	22 013	22 041	- 0,0	0,1	- 0,0	168	131
Plaisance-du-Touch	21 079	18 715	16 616	15 443	2,0	2,4	1,5	27	795
Cugnaux	20 662	17 974	16 314	16 047	2,4	2,0	0,3	13	1 588
Cahors	20 050	19 878	19 991	20 093	0,1	- 0,1	- 0,1	65	310
Bagnols-sur-Cèze	18 112	18 258	18 375	18 512	- 0,1	- 0,1	- 0,1	31	577
Balma	17 772	16 568	14 245	12 946	1,2	3,1	1,9	17	1 071
Lattes	17 351	16 564	15 719	16 635	0,8	1,1	- 1,1	28	623
Mauguio	16 522	16 919	16 786	15 567	- 0,4	0,2	1,5	50	333
Pamiers	16 473	15 675	15 483	15 574	0,8	0,2	- 0,1	46	359
Gaillac	16 162	15 294	13 820	12 939	0,9	2,0	1,3	51	317
Beaucaire	15 692	15 963	15 860	15 274	- 0,3	0,1	0,8	87	181
Castanet-Tolosan	15 317	13 529	11 440	10 744	2,1	3,4	1,3	8	1 863
Ramonville-Saint-Agne	15 158	14 388	12 610	11 660	0,9	2,7	1,6	6	2 346

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les zonages d'étude



Les unités urbaines (contour 2020)

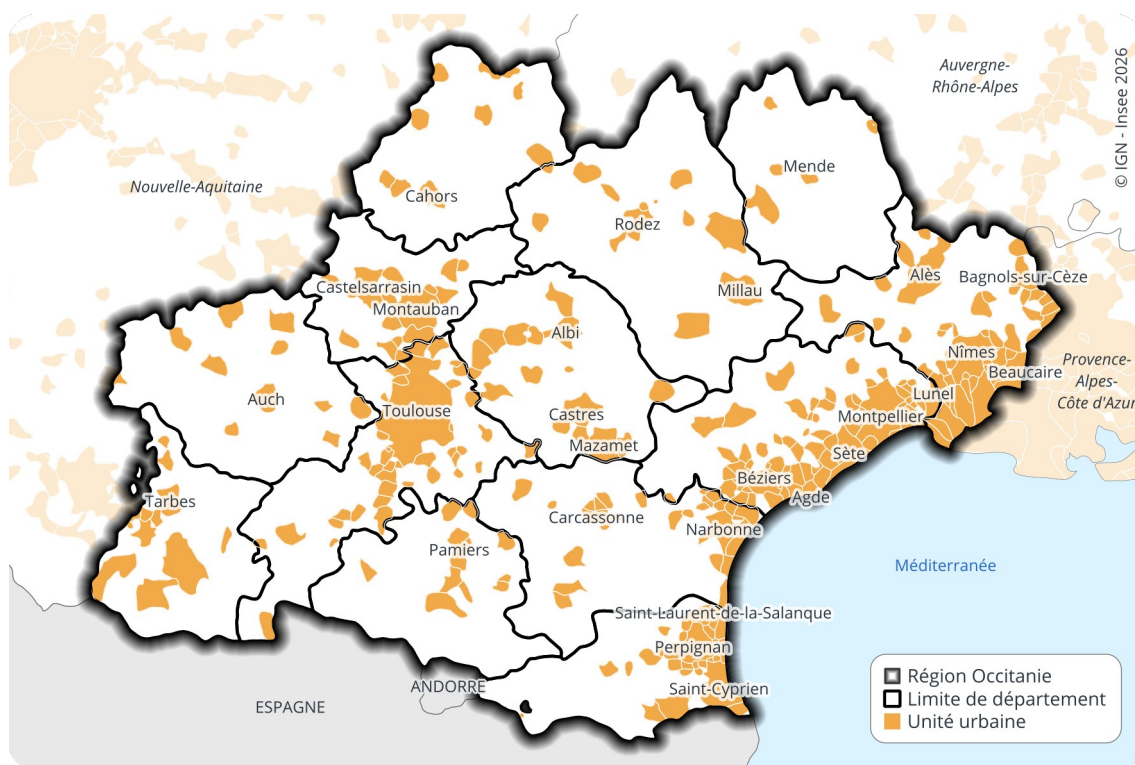
La notion d'**unité urbaine** repose sur la continuité du bâti et le nombre d'habitants. Les unités urbaines sont construites en France métropolitaine et dans les DOM d'après la définition suivante : une commune ou un ensemble de communes présentant une zone de bâti continu (pas de coupure de plus de 200 mètres entre deux constructions) qui compte au moins 2 000 habitants.

Si l'unité urbaine se situe sur une seule commune, elle est dénommée ville isolée.

Si l'unité urbaine s'étend sur plusieurs communes, et si chacune de ces communes concentre plus de la moitié de sa population dans la zone de bâti continu, elle est dénommée agglomération multicommunale.

Si une de ces communes concentre moins de la moitié de sa population dans la zone de bâti continu mais qu'elle y concentre 2 000 habitants ou plus alors elle constituera une unité urbaine isolée. L'agglomération de Paris désigne l'agglomération multicommunale contenant Paris.

Enfin, on désigne par « commune hors unité urbaine », les communes non affectées à une unité urbaine.



Territoires	Nombre d'unités urbaines...			Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2026...	
	... intégralement situées dans le département	... majoritairement * situées dans le département	Total	... rattachées à une unité urbaine du département **	... du département
09 - Ariège	11	0	11	39	325
11 - Aude	26	0	26	43	433
12 - Aveyron	12	0	12	25	285
30 - Gard	44	2	46	117	350
31 - Haute-Garonne	37	2	39	149	586
32 - Gers	10	0	10	14	458
34 - Hérault	67	2	69	144	341
46 - Lot	9	1	10	32	312
48 - Lozère	5	0	5	7	152
65 - Hautes-Pyrénées	10	0	10	76	469
66 - Pyrénées-Orientales	29	1	30	76	226
81 - Tarn	15	0	15	50	314
82 - Tarn-et-Garonne	16	0	16	38	195
Occitanie	291	8	299	810	4 446

* La majorité de la population de l'unité urbaine réside dans le département. Par exemple, l'unité urbaine d'Olonzac, dont la population est répartie ainsi : 26 % dans l'Aude et 74 % dans l'Hérault, est rattachée au département de l'Hérault.

** Y compris unité urbaine majoritairement située dans le département.

Note : 5 communes de la région se situent dans 4 unités urbaines minoritairement en Occitanie non prises en compte ici (Aire-sur-l'Adour, Arles, Avignon et Pontacq).

Source : Insee, code officiel géographique au 1^{er} janvier 2026.

Unités urbaines de 15 000 habitants ou plus	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012			
Toulouse	1 093 783	1 004 747	940 016	888 479	1,4	1,3	1,1	958	1 142	81
Montpellier	485 823	440 997	406 891	384 165	1,6	1,6	1,2	310	1 567	22
Perpignan	209 325	201 061	195 679	187 569	0,7	0,5	0,9	218	962	15
Nîmes	187 287	185 059	180 449	175 990	0,2	0,5	0,5	266	705	9
Alès	104 273	95 704	94 439	90 630	1,4	0,3	0,8	307	340	22
Béziers	97 680	92 375	87 177	85 354	0,9	1,2	0,4	136	720	5
Sète	95 662	90 720	91 101	86 810	0,9	- 0,1	1,0	138	692	7
Montauban	82 476	79 300	74 115	71 343	0,7	1,4	0,8	267	309	9
Tarbes	80 859	77 416	76 473	78 571	0,7	0,2	- 0,5	104	780	15
Albi	75 493	73 005	72 343	71 170	0,6	0,2	0,3	123	616	9
Saint-Cyprien	65 262	60 792	58 353	54 952	1,2	0,8	1,2	229	285	14
Castres	57 830	56 755	56 029	57 129	0,3	0,3	- 0,4	206	281	8
Narbonne	57 587	54 700	51 869	51 306	0,9	1,1	0,2	173	333	1
Lunel	53 719	51 540	49 191	45 980	0,7	0,9	1,4	130	412	9
Rodez	47 961	47 593	45 932	45 373	0,1	0,7	0,2	98	491	5
Carcassonne	47 059	46 985	47 948	48 451	0,0	- 0,4	- 0,2	68	695	2
Pamiers	30 353	29 337	28 456	27 512	0,6	0,6	0,7	117	259	10
Agde	29 939	28 609	24 651	21 104	0,8	3,0	3,2	51	589	1
Bagnols-sur-Cèze	29 278	28 730	28 381	27 985	0,3	0,2	0,3	97	302	5
Castelsarrasin	27 762	26 983	25 765	25 239	0,5	0,9	0,4	163	171	2
Auch	25 856	25 291	25 213	24 803	0,4	0,1	0,3	104	249	3
Mazamet	24 487	24 683	25 145	25 481	- 0,1	- 0,4	- 0,3	156	157	6
Cahors	24 478	24 117	24 209	23 989	0,2	- 0,1	0,2	94	261	3
Saint-Laurent-de-la-Salanque	24 322	24 401	20 987	19 240	- 0,1	3,1	1,8	65	376	4
Millau	23 612	23 700	23 571	23 536	- 0,1	0,1	0,0	196	120	2
<i>Avignon</i>	<i>470 028</i>	<i>455 711</i>	<i>443 400</i>	<i>438 790</i>	<i>0,5</i>	<i>0,5</i>	<i>0,2</i>	<i>1 364</i>	<i>344</i>	<i>59</i>
dont en Occitanie	22 056	20 047	20 550	20 836	1,6	- 0,5	- 0,3	36	614	2
Gaillac	19 708	18 708	17 127	15 999	0,9	1,8	1,4	89	222	3
Sérignan	18 628	16 516	15 654	15 062	2,0	1,1	0,8	43	435	3
Carmaux	18 435	18 170	18 590	18 776	0,2	- 0,5	- 0,2	91	203	7
Le Grau-du-Roi	17 028	17 337	17 007	16 419	- 0,3	0,4	0,7	65	261	2
Lourdes	16 937	17 010	17 875	18 564	- 0,1	- 1,0	- 0,8	78	218	13
Mauguio	16 522	16 919	16 786	15 567	- 0,4	0,2	1,5	50	333	1
Saint-Gaudens	16 521	16 019	15 644	15 340	0,5	0,5	0,4	79	210	7
<i>Beaucaire</i>	<i>31 088</i>	<i>30 776</i>	<i>29 400</i>	<i>28 451</i>	<i>0,2</i>	<i>0,9</i>	<i>0,7</i>	<i>160</i>	<i>194</i>	<i>2</i>
dont en Occitanie	15 692	15 963	15 860	15 274	- 0,3	0,1	0,8	87	181	1

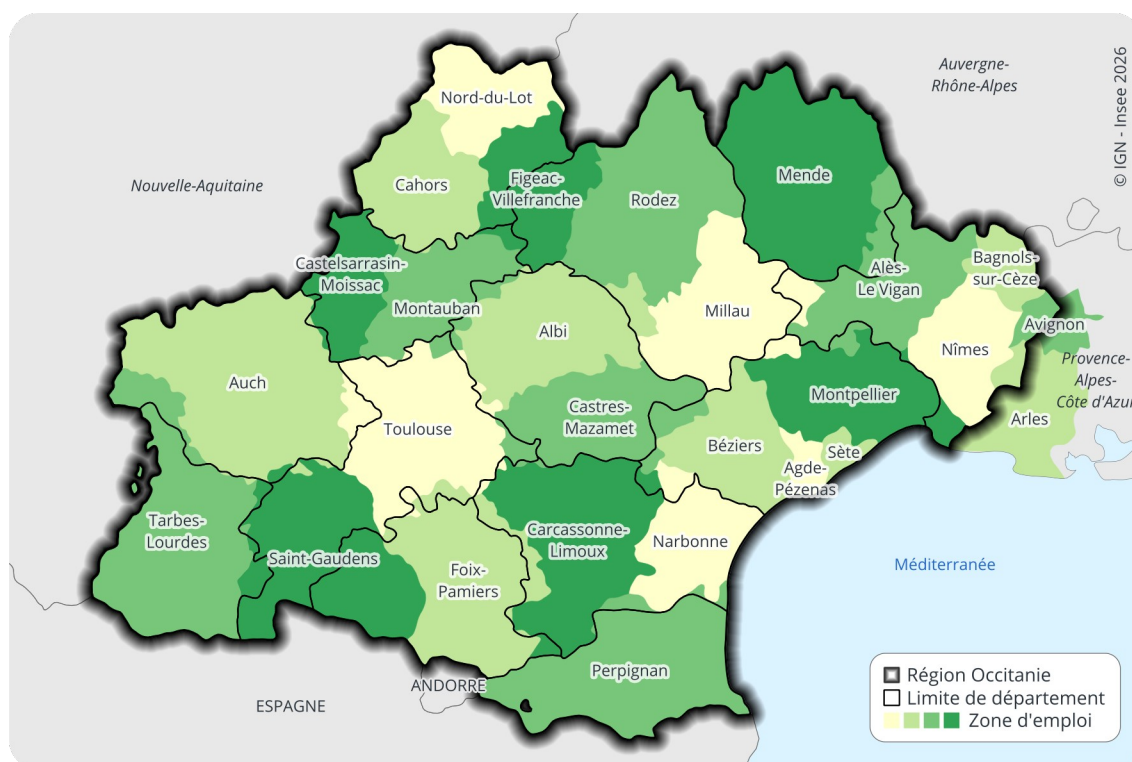
Note : Les lignes figurant en italiques correspondent à des zonages à cheval sur deux régions. Elles comprennent la totalité des communes, y compris celles hors Occitanie.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les zones d'emploi (contour 2020)

Une **zone d'emploi** est un espace géographique à l'intérieur duquel la plupart des actifs résident et travaillent, et dans lequel les établissements peuvent trouver l'essentiel de la main d'œuvre nécessaire pour occuper les emplois offerts.

Le découpage en zones d'emploi constitue une partition du territoire adaptée aux études locales sur le marché du travail. Il sert de référence pour la diffusion des taux de chômage localisés et des estimations d'emplois. Le zonage définit aussi des territoires pertinents pour les diagnostics locaux et peut guider la délimitation de territoires pour la mise en œuvre des politiques territoriales initiées par les pouvoirs publics ou les acteurs locaux. Ce zonage est défini à la fois pour la France métropolitaine et les DOM. Le découpage actualisé se fonde sur les flux de déplacement domicile-travail des actifs observés lors du recensement de 2016.



Territoires	Nombre de zones d'emploi...			Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2026...	
	... intégralement situées dans le département	... majoritairement * situées dans le département	Total	... rattachées à une zone d'emploi du département **	... du département
09 - Ariège	0	1	1	268	325
11 - Aude	0	2	2	411	433
12 - Aveyron	1	2	3	360	285
30 - Gard	2	1	3	342	350
31 - Haute-Garonne	0	2	2	722	586
32 - Gers	0	1	1	392	458
34 - Hérault	3	1	4	311	341
46 - Lot	1	1	2	244	312
48 - Lozère	1	0	1	135	152
65 - Hautes-Pyrénées	0	1	1	477	469
66 - Pyrénées-Orientales	0	1	1	235	226
81 - Tarn	0	2	2	324	314
82 - Tarn-et-Garonne	0	2	2	205	195
Occitanie	8	17	25	4 426	4 446

* La majorité de la population de la zone d'emploi réside dans le département. Par exemple, la zone d'emploi de Figeac-Villefranche, dont la population est répartie ainsi : 64 % dans l'Aveyron, 35 % dans le Lot et 1 % dans le Tarn-et-Garonne, est rattachée au département de l'Aveyron.

** Y compris zone d'emploi majoritairement située dans le département.

Note : 20 communes de la région se situent dans 2 zones d'emploi minoritairement en Occitanie non prises en compte ici (Arles et Avignon).

Source : Insee, code officiel géographique au 1^{er} janvier 2026.

Zones d'emploi	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012			
Toulouse	1 372 511	1 263 047	1 178 790	1 105 246	1,4	1,4	1,3	3 869	355	335
Montpellier	794 780	730 940	680 991	636 228	1,4	1,4	1,4	2 763	288	172
Perpignan	502 185	479 666	462 720	441 572	0,8	0,7	0,9	4 289	117	235
Nîmes	395 315	383 086	368 915	348 304	0,5	0,8	1,2	1 827	216	118
Albi	250 226	242 166	234 405	226 091	0,5	0,7	0,7	3 343	75	190
Béziers	241 862	229 474	219 448	208 022	0,9	0,9	1,1	2 118	114	110
Tarbes-Lourdes	241 098	238 796	239 211	238 785	0,2	- 0,0	0,0	4 728	51	477
Carcassonne-Limoux	202 951	199 443	198 086	191 210	0,3	0,1	0,7	3 906	52	309
Alès-Le Vigan	200 255	191 584	190 238	182 447	0,7	0,1	0,8	2 946	68	172
Montauban	194 887	187 901	178 110	164 376	0,6	1,1	1,6	2 230	87	101
Narbonne	171 131	165 549	159 077	149 749	0,6	0,8	1,2	1 975	87	102
Castres-Mazamet	162 507	161 503	160 551	159 450	0,1	0,1	0,1	2 920	56	134
Auch	159 996	159 273	159 441	155 645	0,1	- 0,0	0,5	5 489	29	392
Rodez	148 956	147 418	144 536	142 435	0,2	0,4	0,3	4 294	35	133
Foix-Pamiers	137 983	135 045	134 099	130 033	0,4	0,1	0,6	3 783	36	268
Saint-Gaudens	129 275	129 034	128 404	124 607	0,0	0,1	0,6	4 237	31	387
Sète	112 862	106 752	106 440	101 211	0,9	0,1	1,0	231	489	11
Figeac-Villefranche	95 148	95 855	95 914	95 544	- 0,1	- 0,0	0,1	2 375	40	136
Cahors	89 096	87 321	87 451	85 434	0,3	- 0,0	0,5	2 422	37	134
Agde-Pézenas	85 952	82 052	75 499	69 502	0,8	1,7	1,7	395	218	18
Bagnols-sur-Cèze	77 897	75 628	74 017	70 493	0,5	0,4	1,0	779	100	52
Castelsarrasin-Moissac	77 687	76 681	75 049	72 697	0,2	0,4	0,6	1 606	48	104
Mende	71 374	71 645	71 844	71 812	- 0,1	- 0,1	0,0	4 673	15	135
Millau	66 874	66 434	65 615	65 484	0,1	0,2	0,0	3 256	21	91
<i>Avignon</i>	<i>290 589</i>	<i>281 434</i>	<i>273 542</i>	<i>269 981</i>	<i>0,5</i>	<i>0,6</i>	<i>0,3</i>	<i>678</i>	<i>429</i>	<i>36</i>
dont en Occitanie	57 745	55 212	54 417	52 823	0,8	0,3	0,6	274	211	15
Nord-du-Lot	54 630	54 438	55 314	54 690	0,1	- 0,3	0,2	1 803	30	110
<i>Arles</i>	<i>142 322</i>	<i>141 086</i>	<i>137 698</i>	<i>133 233</i>	<i>0,1</i>	<i>0,5</i>	<i>0,7</i>	<i>1 919</i>	<i>74</i>	<i>20</i>
dont en Occitanie	29 470	29 159	28 276	27 227	0,2	0,6	0,8	193	153	5

Note : 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.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

► Pour en savoir plus

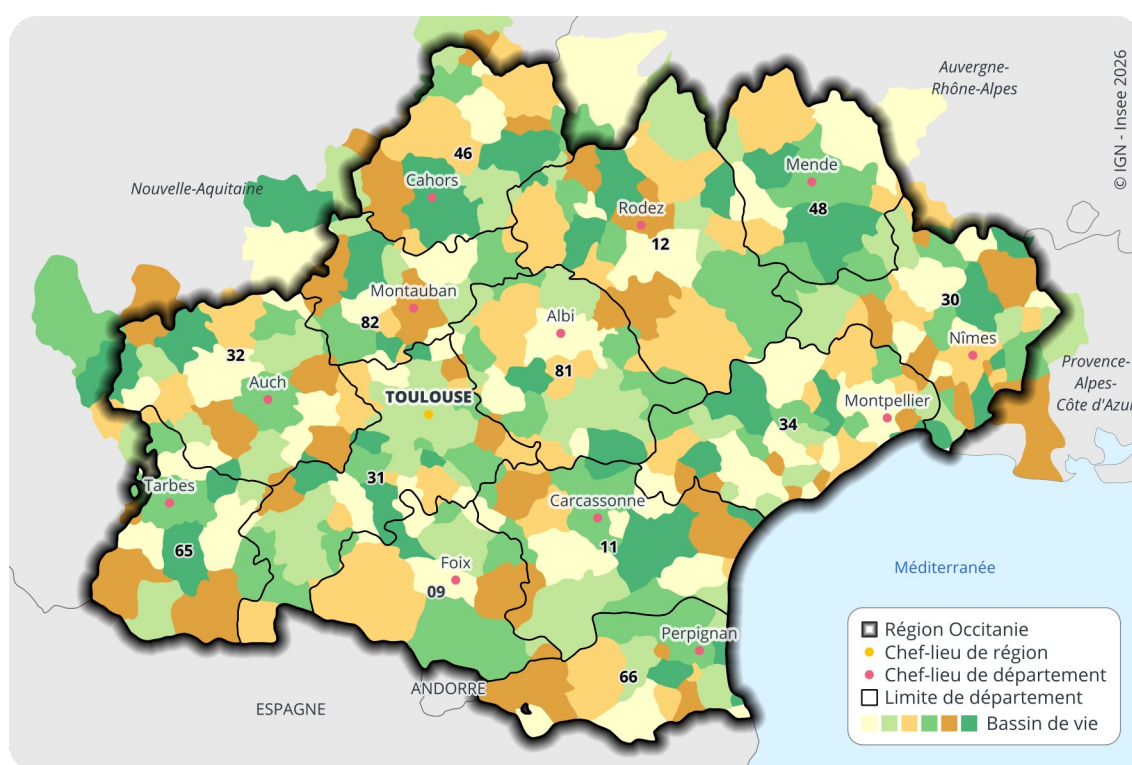
- Chipy J., Steinmetz F., « [En Occitanie, 27 nouvelles zones d'emploi très diversifiées](#) », Insee Analyses Occitanie n° 96, septembre 2020.
- Levy D., Dubois M., Lefebvre M., « [L'orientation économique des zones d'emploi : entre spécialisation et diversification des économies locales](#) », Insee Première n° 1814, septembre 2020.

Les bassins de vie (définition 2022)

Le découpage de la France « en **bassins de vie** » a été réalisé pour faciliter la compréhension de la structuration du territoire de la France métropolitaine.

Le bassin de vie est le plus petit territoire sur lequel les habitants ont accès aux équipements et services les plus courants.

Les services et équipements de la vie courante servant à définir les bassins de vie sont classés en 6 grands domaines : services aux particuliers ; commerce ; enseignement ; santé ; sports, loisirs et culture ; transports.



Territoires	Nombre de bassins de vie...			Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2026...	
	... intégralement situés dans le département	... majoritairement * situés dans le département	Total	... rattachées à un bassin de vie du département **	... du département
09 - Ariège	4	5	9	341	325
11 - Aude	9	3	12	381	433
12 - Aveyron	11	8	19	312	285
30 - Gard	21	9	30	358	350
31 - Haute-Garonne	8	18	26	668	586
32 - Gers	9	7	16	423	458
34 - Hérault	26	5	31	319	341
46 - Lot	3	8	11	293	312
48 - Lozère	3	3	6	121	152
65 - Hautes-Pyrénées	5	5	10	434	469
66 - Pyrénées-Orientales	13	3	16	250	226
81 - Tarn	10	4	14	274	314
82 - Tarn-et-Garonne	6	6	12	198	195
Occitanie	128	84	212	4 372	4 446

* La majorité de la population du bassin réside dans le département. Par exemple, le bassin de vie de Mazères, dont la population est répartie ainsi : 45 % en Ariège, 23 % dans l'Aude et 32 % en Haute-Garonne, est rattaché au département de l'Ariège. A contrario, le bassin de vie de Cazaubon dont le pôle de services est situé dans le Gers (Occitanie) est rattaché au département des Landes (Nouvelle-Aquitaine) car la majorité des habitants y résident. Ce bassin de vie fait partie des bassins de vie minoritairement situés en Occitanie.

** Y compris bassin de vie majoritairement situé dans le département.

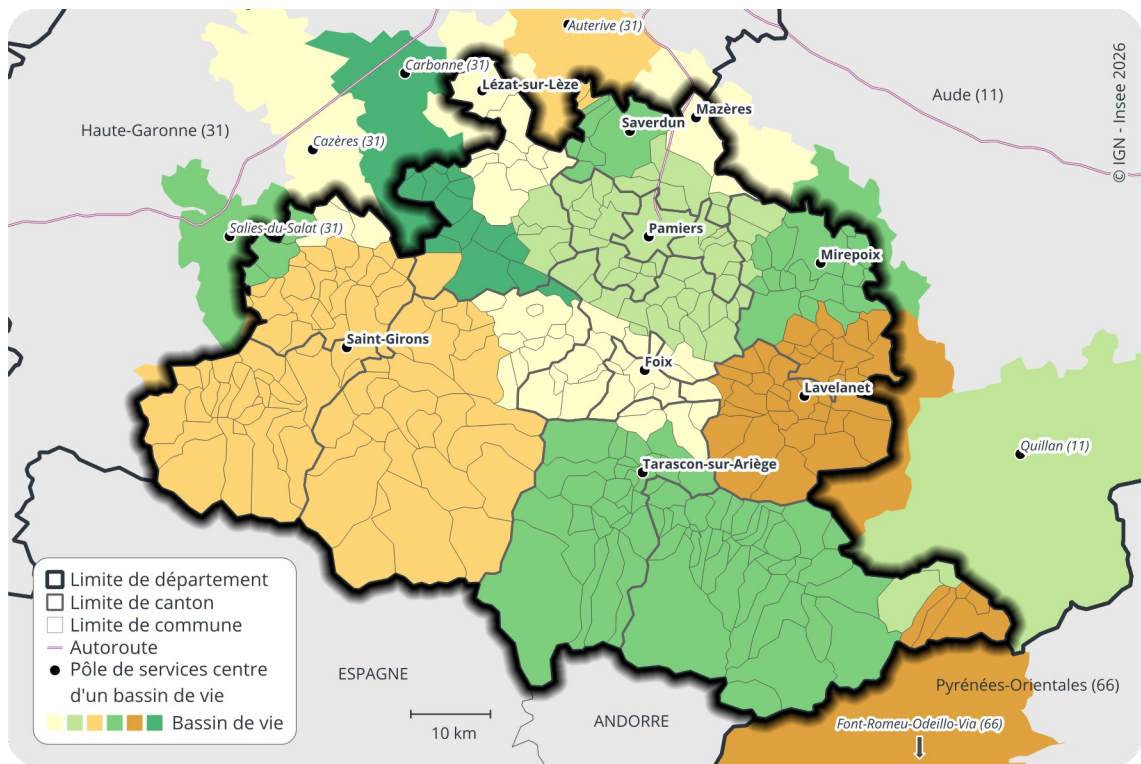
Note : 74 communes de la région se situent dans 16 bassins de vie minoritairement en Occitanie non pris en compte ici.

Source : Insee, code officiel géographique au 1^{er} janvier 2026.

► Pour en savoir plus

- Kubrak C., Péalapat C., « [213 bassins de vie en Occitanie](#) », Insee Analyses Occitanie n° 135, avril 2023.
- Lévy D., Mora V., Prusse S., « [Le nouveau zonage en bassins de vie 2022 : 1 700 bassins de vie façonnent le territoire national](#) », Insee Analyses n° 83, avril 2023.

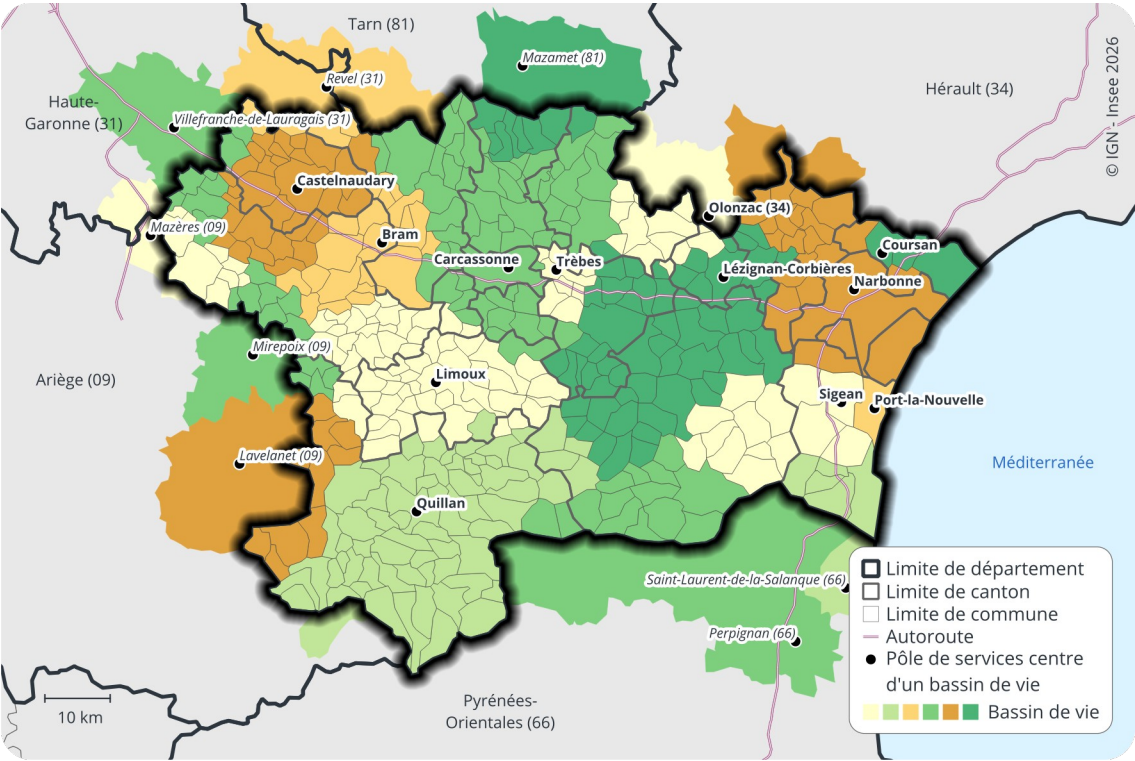
Les bassins de vie de l'Ariège



Bassins de vie de l'Ariège	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégralement situé dans le département
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012				
Pamiers	45 579	44 104	42 501	40 088	0,5	0,7	1,2	542	84	53	Oui
Saint-Girons	26 686	26 535	26 438	26 146	0,1	0,1	0,2	1 474	18	81	Non
Foix	21 751	21 081	21 217	20 828	0,5	- 0,1	0,4	378	58	32	Oui
Lavelanet	20 859	21 117	21 945	22 343	- 0,2	- 0,8	- 0,4	593	35	46	Non
Tarascon-sur-Ariège	15 328	15 065	15 781	15 857	0,3	- 0,9	- 0,1	1 229	12	64	Oui
Lézat-sur-Lèze	9 994	9 801	9 369	8 905	0,3	0,9	1,0	253	40	17	Non
Mazères	8 993	8 777	8 590	7 721	0,4	0,4	2,2	221	41	13	Non
Mirepoix	7 443	7 347	7 172	7 084	0,2	0,5	0,2	312	24	29	Non
Saverdun	5 576	5 602	5 218	4 998	- 0,1	1,4	0,9	94	59	6	Oui

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les bassins de vie de l'Aude

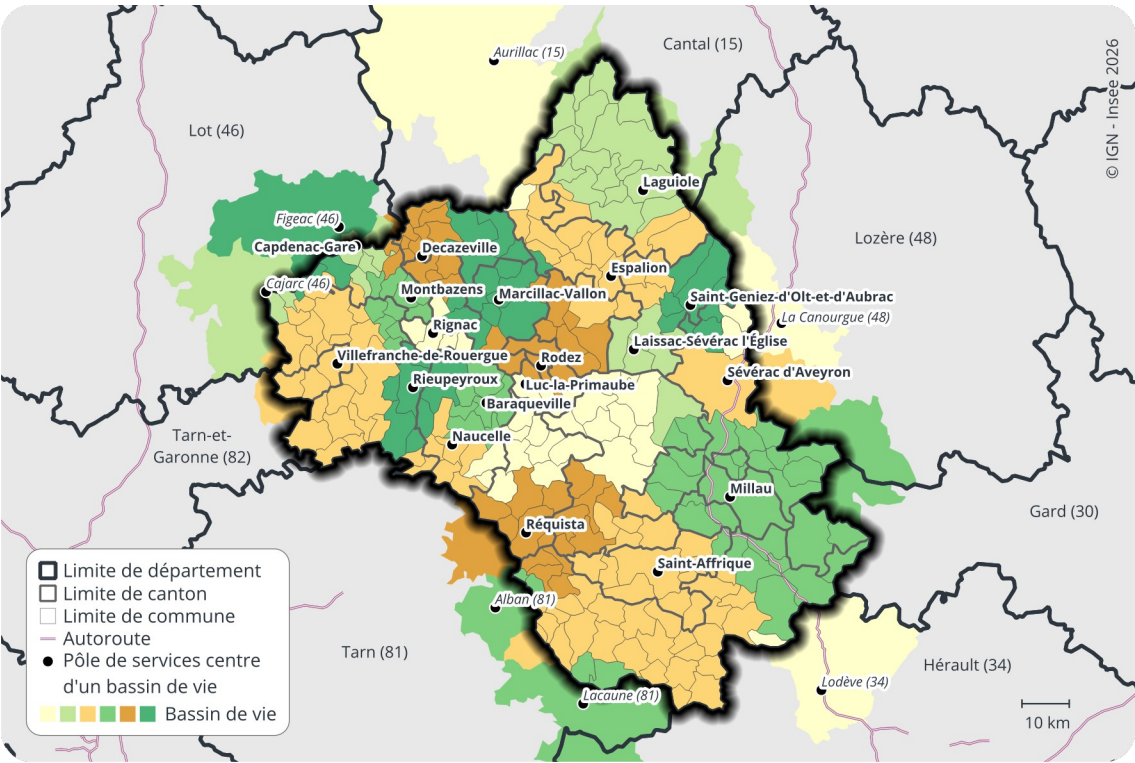


Bassins de vie de l'Aude	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégralement situé dans le département
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012				
Narbonne	103 375	99 099	93 930	90 074	0,7	1,1	0,8	682	152	32	Non
Carcassonne	91 821	90 597	89 655	86 835	0,2	0,2	0,6	809	113	58	Oui
Lézignan-Corbières	37 836	37 708	36 531	33 080	0,1	0,6	2,0	834	45	59	Oui
Limoux	26 216	25 417	25 443	24 193	0,5	- 0,0	1,0	586	45	62	Oui
Castelnaudary	23 977	23 079	22 788	21 758	0,6	0,3	0,9	361	66	31	Oui
Bram	15 883	15 291	15 325	13 979	0,6	- 0,0	1,9	293	54	22	Oui
Olonzac	15 303	15 172	14 895	14 449	0,1	0,4	0,6	335	46	22	Non
Quillan	14 356	14 525	15 288	15 556	- 0,2	- 1,0	- 0,3	1 018	14	68	Non
Coursan	13 352	12 988	12 909	11 798	0,5	0,1	1,8	94	142	3	Oui
Sigean	12 439	11 923	11 827	10 999	0,7	0,2	1,5	366	34	14	Oui
Trèbes	8 501	8 654	8 197	8 413	- 0,3	1,1	- 0,5	78	109	9	Oui
Port-la-Nouvelle	5 852	5 567	5 653	5 541	0,8	- 0,3	0,4	29	205	1	Oui

Note : Le bassin de vie d'Olonzac dont le pôle de services est situé dans l'Hérault (Occitanie) est rattaché au département de l'Aude (Occitanie) car la majorité des habitants y résident.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

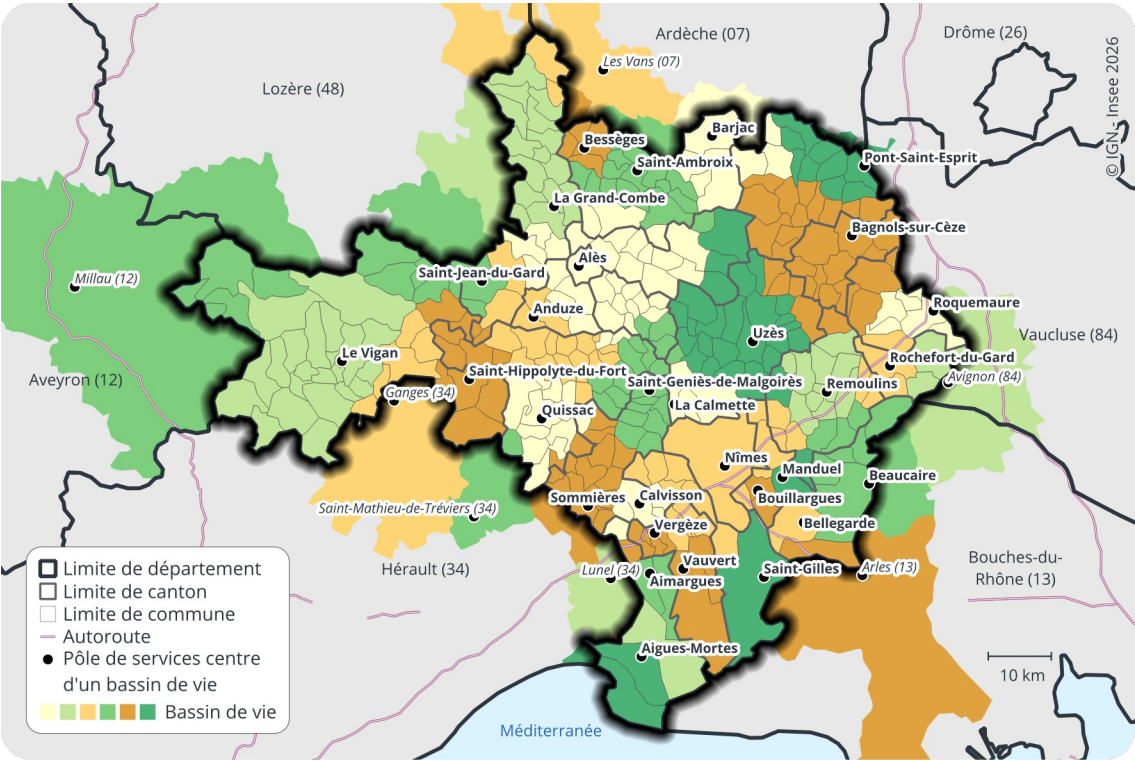
Les bassins de vie de l'Aveyron



Bassins de vie de l'Aveyron	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégra- lement situé dans le départ- ement
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Rodez	56 007	55 347	53 045	52 006	0,2	0,9	0,4	345	162	12	Oui
Millau	39 456	38 839	37 911	37 792	0,3	0,5	0,1	1 619	24	40	Non
Villefranche-de-Rouergue	29 422	29 951	29 557	29 250	- 0,3	0,3	0,2	801	37	31	Non
Saint-Affrique	22 057	22 349	22 438	22 498	- 0,2	- 0,1	- 0,1	1 320	17	44	Non
Luc-la-Primaube	20 985	20 628	20 295	19 643	0,3	0,3	0,7	737	28	21	Oui
Decazeville	19 358	20 322	21 411	22 087	- 0,8	- 1,0	- 0,6	239	81	15	Non
Espalion	16 889	16 492	16 464	17 103	0,4	0,0	- 0,8	692	24	21	Oui
Marcillac-Vallon	12 908	12 720	12 652	12 201	0,2	0,1	0,7	457	28	14	Oui
Laguiole	11 051	11 259	11 550	12 054	- 0,3	- 0,5	- 0,9	1 051	11	32	Non
Réquista	10 438	10 780	11 077	11 215	- 0,5	- 0,5	- 0,2	632	17	28	Non
Capdenac-Gare	8 088	8 097	7 888	7 799	- 0,0	0,5	0,2	101	80	8	Non
Baraqueville	7 627	7 389	7 175	6 655	0,5	0,6	1,5	184	41	7	Oui
Montbazens	5 584	5 513	5 493	5 232	0,2	0,1	1,0	160	35	11	Oui
Rieupeyroux	5 578	5 571	5 738	5 837	0,0	- 0,6	- 0,3	270	21	8	Oui
Laissac-Sévérac l'Église	5 436	5 397	5 344	5 057	0,1	0,2	1,1	253	21	6	Oui
Sévérac d'Aveyron	5 091	5 213	5 162	5 089	- 0,4	0,2	0,3	409	12	3	Non
Naucelle	4 635	4 613	4 520	4 512	0,1	0,4	0,0	162	29	8	Oui
Rignac	4 057	3 940	3 818	3 540	0,5	0,6	1,5	98	41	5	Oui
Saint-Geniez-d'Olt-et-d'Aubrac	3 969	4 021	4 074	4 045	- 0,2	- 0,3	0,1	252	16	8	Oui

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

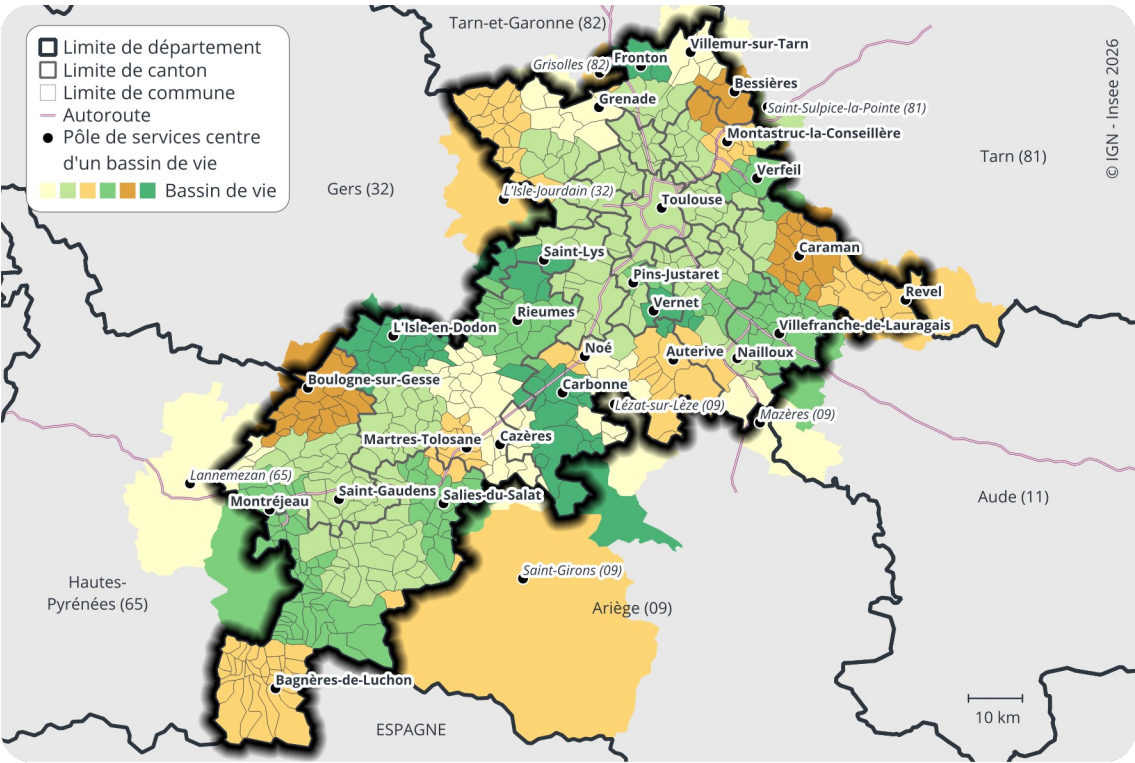
Les bassins de vie du Gard



Bassins de vie du Gard	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégrale- ment situé dans le départe- ment
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Nîmes	211 596	208 549	203 200	197 369	0,2	0,5	0,6	382	554	18	Oui
Alès	100 512	91 938	90 500	86 219	1,5	0,3	1,0	446	225	34	Oui
Beaucaire	53 174	52 847	50 597	48 148	0,1	0,9	1,0	332	160	12	Non
Bagnols-sur-Cèze	51 340	50 228	49 267	47 556	0,4	0,4	0,7	470	109	32	Oui
Uzès	26 086	25 597	25 640	23 651	0,3	- 0,0	1,6	391	67	26	Oui
Aigues-Mortes	25 727	25 662	25 572	24 032	0,0	0,1	1,2	123	209	3	Non
Sommières	25 343	23 676	22 046	20 076	1,1	1,4	1,9	214	118	25	Non
Pont-Saint-Esprit	20 162	19 301	19 314	18 052	0,7	- 0,0	1,4	149	135	12	Non
Saint-Geniès-de-Malgoirès	19 433	18 560	17 261	15 292	0,8	1,5	2,5	197	98	22	Oui
Vauvert	17 737	16 388	15 324	14 473	1,3	1,4	1,1	138	129	2	Oui
Anduze	17 258	16 787	16 447	15 318	0,5	0,4	1,4	235	74	20	Oui
Saint-Ambroix	17 150	16 797	16 893	16 488	0,3	- 0,1	0,5	229	75	20	Non
Vergèze	16 953	16 066	15 118	13 383	0,9	1,2	2,5	40	421	5	Oui
La Grand-Combe	16 380	16 980	17 126	16 842	- 0,6	- 0,2	0,3	446	37	24	Non
Roquemaure	15 059	14 954	13 997	13 220	0,1	1,3	1,1	78	193	6	Oui
Calvisson	14 886	13 515	12 358	10 987	1,6	1,8	2,4	62	239	6	Oui
Saint-Gilles	14 734	13 607	13 646	13 211	1,3	- 0,1	0,7	154	96	1	Oui
Rochefort-du-Gard	13 861	13 057	12 661	11 555	1,0	0,6	1,8	90	155	5	Oui
Remoulins	13 303	13 182	12 365	11 032	0,2	1,3	2,3	140	95	10	Oui
Le Vigan	11 987	11 879	12 049	12 094	0,2	- 0,3	- 0,1	547	22	23	Oui
Bouillargues	11 451	11 223	10 857	9 937	0,3	0,7	1,8	28	408	2	Oui
Manduel	11 255	10 929	10 172	8 972	0,5	1,4	2,5	42	268	2	Oui
Quissac	8 840	8 176	7 817	6 908	1,3	0,9	2,5	158	56	12	Oui
Aimargues	8 283	8 059	7 173	6 608	0,5	2,4	1,7	56	147	2	Oui
Saint-Hippolyte-du-Fort	8 136	8 219	7 957	7 511	- 0,2	0,7	1,2	210	39	12	Oui
Bellegarde	8 035	7 129	6 500	6 202	2,0	1,9	0,9	45	179	1	Oui
La Calmette	6 924	6 335	6 031	5 585	1,5	1,0	1,5	79	88	4	Oui
Barjac	6 147	6 001	5 728	5 222	0,4	0,9	1,9	259	24	12	Non
Saint-Jean-du-Gard	5 621	5 486	5 877	5 798	0,4	- 1,4	0,3	345	16	14	Non
Bessèges	5 345	5 628	5 903	5 883	- 0,9	- 0,9	0,1	71	75	6	Non

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

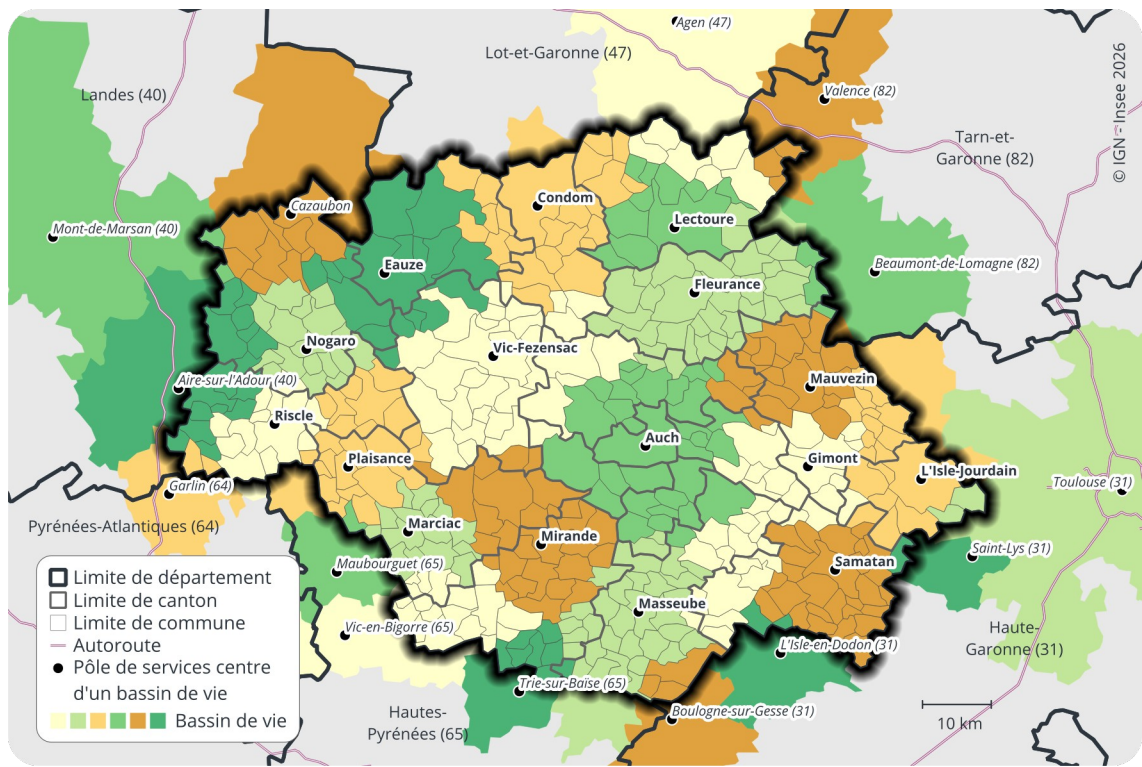
Les bassins de vie de la Haute-Garonne



Bassins de vie de la Haute-Garonne	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégrale- ment situé dans le départe- ment
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Toulouse	1 135 224	1 040 335	970 845	916 875	1,5	1,4	1,2	1 348	842	116	Non
Saint-Gaudens	37 397	36 628	36 142	34 964	0,3	0,3	0,7	806	46	76	Oui
Villefranche-de-Lauragais	31 238	29 394	27 427	25 607	1,0	1,4	1,4	399	78	45	Non
Grenade	24 288	22 395	20 151	17 586	1,4	2,1	2,8	203	119	10	Non
Revel	23 389	22 950	22 360	21 214	0,3	0,5	1,1	404	58	30	Non
Auterive	22 632	21 110	19 849	17 657	1,2	1,2	2,4	252	90	15	Non
Carbonne	22 002	21 508	20 749	19 323	0,4	0,7	1,4	409	54	31	Non
Montréjeau	21 577	21 539	21 607	21 380	0,0	- 0,1	0,2	666	32	91	Non
Pins-Justaret	16 622	15 960	16 026	14 629	0,7	- 0,1	1,8	34	496	7	Oui
Cazères	15 295	15 465	15 112	13 413	- 0,2	0,5	2,4	337	45	30	Non
Rieumes	15 126	14 664	13 982	12 850	0,5	1,0	1,7	220	69	17	Oui
Saint-Lys	14 769	14 194	13 375	12 425	0,7	1,2	1,5	120	123	8	Non
Villemur-sur-Tarn	14 545	13 527	12 804	11 482	1,2	1,1	2,2	197	74	13	Non
Bessières	12 630	11 985	10 577	9 325	0,9	2,5	2,6	109	116	7	Non
Montastruc-la-Conseillère	10 690	8 984	8 653	8 135	2,9	0,8	1,2	73	145	8	Non
Vernet	9 535	8 512	7 781	7 331	1,9	1,8	1,2	62	155	8	Oui
Salies-du-Salat	9 366	9 344	9 333	9 146	0,0	0,0	0,4	220	43	26	Non
Fronton	9 038	8 245	7 673	7 062	1,5	1,4	1,7	64	141	3	Non
Verfeil	7 956	7 313	6 828	6 133	1,4	1,4	2,2	112	71	9	Non
Caraman	7 753	7 603	7 222	6 979	0,3	1,0	0,7	167	46	19	Non
Noé	7 096	6 641	6 224	5 427	1,1	1,3	2,8	38	188	3	Oui
Nailloux	6 101	5 690	5 072	3 501	1,2	2,3	7,7	57	106	4	Oui
Martres-Tolosane	5 758	5 765	5 557	5 303	- 0,0	0,7	0,9	92	63	11	Oui
Boulogne-sur-Gesse	5 663	5 833	5 872	5 778	- 0,5	- 0,1	0,3	264	21	27	Non
Bagnères-de-Luchon	5 061	5 349	5 678	5 611	- 0,9	- 1,2	0,2	295	17	31	Oui
L'Isle-en-Dodon	4 281	4 310	4 598	4 652	- 0,1	- 1,3	- 0,2	207	21	23	Non

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les bassins de vie du Gers

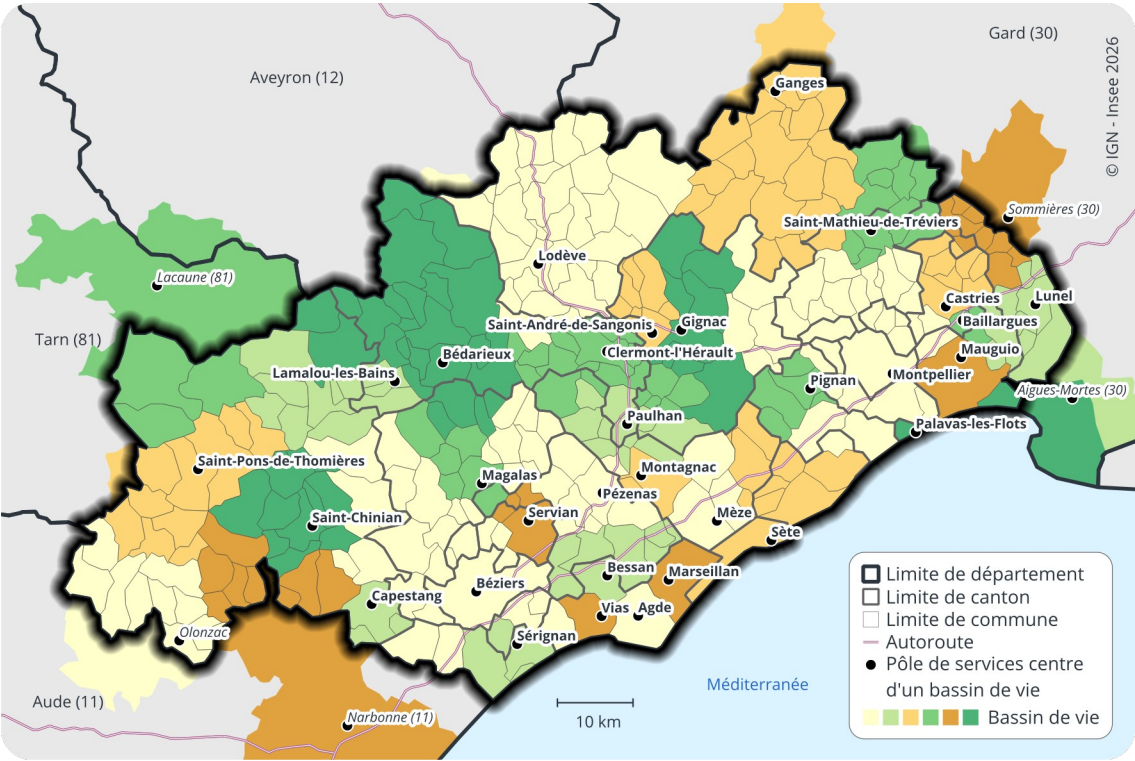


Bassins de vie du Gers	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km ²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégral- lement situé dans le départe- ment
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Auch	37 037	36 658	36 356	35 202	0,2	0,2	0,6	548	68	31	Oui
L'Isle-Jourdain	24 456	23 267	21 142	18 771	0,8	1,9	2,4	416	59	37	Non
Fleurance	14 617	14 527	14 567	14 180	0,1	- 0,1	0,5	461	32	38	Non
Condom	13 660	14 004	14 480	14 705	- 0,4	- 0,7	- 0,3	471	29	25	Non
Vic-Fezensac	11 432	11 489	11 661	11 610	- 0,1	- 0,3	0,1	583	20	33	Oui
Eauze	11 249	11 166	11 007	10 856	0,1	0,3	0,3	427	26	17	Oui
Gimont	11 107	10 949	10 629	10 195	0,2	0,6	0,8	427	26	34	Oui
Samatan	9 180	8 875	8 632	7 981	0,6	0,6	1,6	278	33	27	Oui
Mirande	9 156	9 224	9 588	9 633	- 0,1	- 0,8	- 0,1	403	23	28	Oui
Masseube	8 532	8 790	8 792	8 736	- 0,5	- 0,0	0,1	412	21	50	Non
Plaisance	7 079	7 227	7 456	7 517	- 0,3	- 0,6	- 0,2	336	21	27	Non
Mauvezin	6 639	6 485	6 429	5 872	0,4	0,2	1,8	270	25	21	Non
Nogaro	5 681	5 361	5 273	5 181	1,0	0,3	0,4	189	30	17	Oui
Lectoure	5 583	5 648	5 734	5 665	- 0,2	- 0,3	0,2	207	27	10	Oui
Riscle	4 449	4 722	4 682	4 662	- 1,0	0,2	0,1	173	26	16	Non
Marcillac	2 608	2 693	2 747	2 716	- 0,5	- 0,4	0,2	145	18	15	Oui

Note : Le bassin de vie de Cazaubon dont le pôle de services est situé dans le Gers (Occitanie) est rattaché au département des Landes (Nouvelle-Aquitaine) car la majorité des habitants y résident.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les bassins de vie de l'Hérault

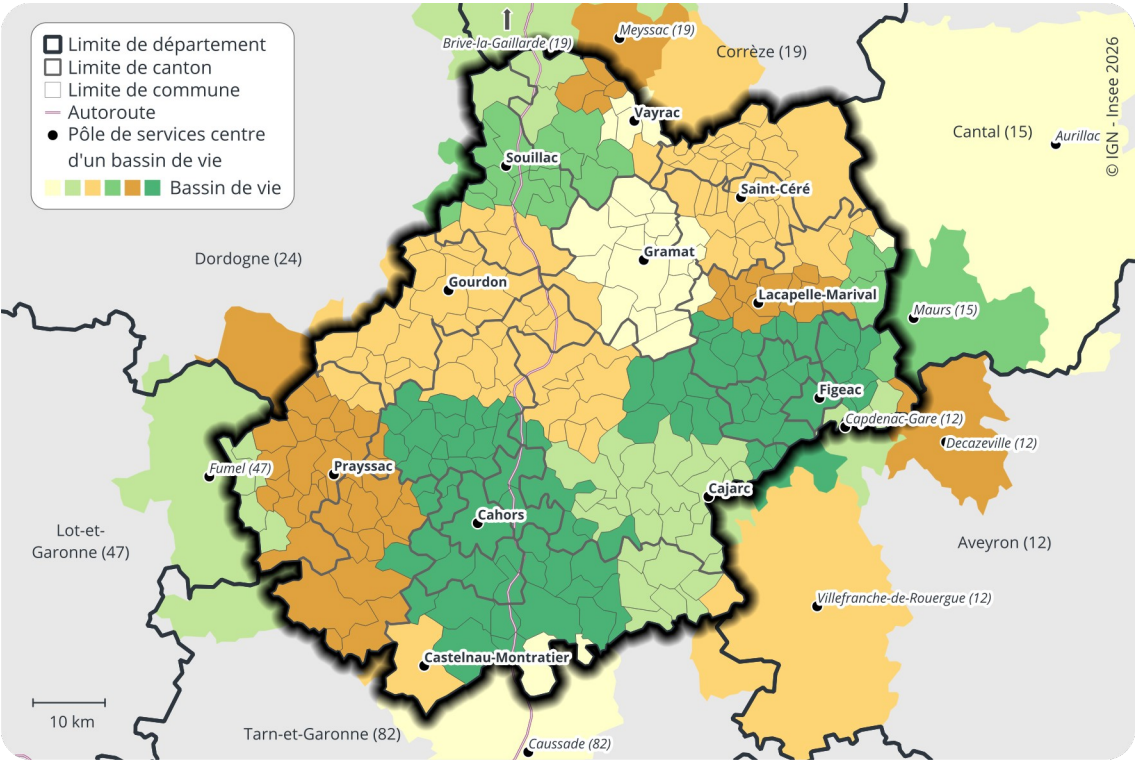


Bassins de vie de l'Hérault	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégralement situé dans le département
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012				
Montpellier	512 583	465 300	428 885	404 683	1,6	1,6	1,2	532	964	33	Oui
Béziers	148 420	140 484	133 150	127 522	0,9	1,1	0,9	545	272	27	Oui
Sète	100 691	95 636	95 803	91 144	0,9	- 0,0	1,0	160	630	9	Oui
Lunel	56 078	53 103	50 885	47 821	0,9	0,9	1,2	223	251	11	Non
Agde	29 939	28 609	24 651	21 104	0,8	3,0	3,2	51	589	1	Oui
Pézenas	27 139	26 778	25 742	23 932	0,2	0,8	1,5	217	125	16	Oui
Clermont-l'Hérault	25 491	23 490	21 727	19 018	1,4	1,6	2,7	194	131	19	Oui
Pignan	23 550	19 997	18 466	16 940	2,8	1,6	1,7	75	315	5	Oui
Castries	21 625	18 877	17 453	16 125	2,3	1,6	1,6	83	262	8	Oui
Bessan	21 504	19 634	18 322	17 085	1,5	1,4	1,4	129	167	6	Oui
Sérignan	21 244	19 218	18 196	17 109	1,7	1,1	1,2	81	263	4	Oui
Ganges	19 408	19 846	19 202	17 314	- 0,4	0,7	2,1	522	37	26	Non
Mèze	18 810	17 542	16 594	15 253	1,2	1,1	1,7	88	214	3	Oui
Bédarieux	17 123	17 102	17 673	17 412	0,0	- 0,7	0,3	550	31	25	Oui
Mauguio	16 522	16 919	16 786	15 567	- 0,4	0,2	1,5	50	333	1	Oui
Lodève	15 546	15 230	14 980	14 011	0,3	0,3	1,3	594	26	30	Non
Paulhan	15 346	14 567	13 497	11 560	0,9	1,5	3,1	121	126	12	Oui
Gignac	15 025	14 220	13 368	12 281	0,9	1,2	1,7	220	68	9	Oui
Baillargues	14 461	13 295	11 750	11 053	1,4	2,5	1,2	21	701	3	Oui
Saint-Mathieu-de-Trévières	13 834	12 535	11 607	11 072	1,7	1,6	0,9	170	81	12	Non
Saint-André-de-Sangonis	10 389	9 641	9 146	8 240	1,3	1,1	2,1	76	137	8	Oui
Magalas	9 797	9 243	8 625	7 238	1,0	1,4	3,6	100	98	6	Oui
Servian	9 002	8 035	7 179	6 491	1,9	2,3	2,0	56	159	4	Oui
Marseillan	8 414	7 778	7 884	7 565	1,3	- 0,3	0,8	52	163	1	Oui
Lamalou-les-Bains	6 939	7 305	7 316	6 782	- 0,9	- 0,0	1,5	209	33	12	Oui
Palavas-les-Flots	6 133	5 977	6 106	6 048	0,4	- 0,4	0,2	2	2 577	1	Oui
Vias	5 952	5 719	5 366	5 386	0,7	1,3	- 0,1	32	183	1	Oui
Saint-Pons-de-Thomières	5 685	5 954	6 196	6 315	- 0,8	- 0,8	- 0,4	284	20	11	Non
Montagnac	5 013	4 819	4 184	3 973	0,7	2,9	1,0	47	106	2	Oui
Capestang	4 309	4 044	3 917	3 726	1,1	0,6	1,0	53	82	3	Oui
Saint-Chinian	4 266	3 971	4 025	3 880	1,2	- 0,3	0,7	190	22	10	Oui

Note : Le bassin de vie d'Olonzac dont le pôle de services est situé dans l'Hérault (Occitanie) est rattaché au département de l'Aude (Occitanie) car la majorité des habitants y résident.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

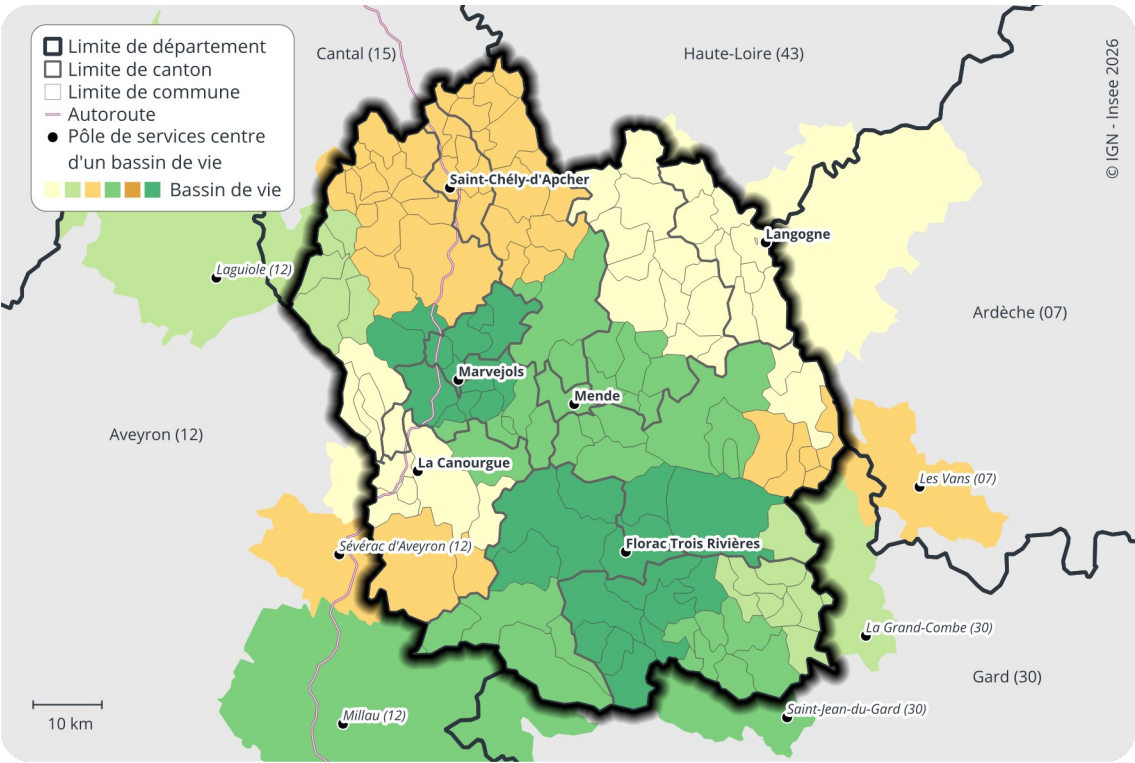
Les bassins de vie du Lot



Bassins de vie du Lot	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégralement situé dans le département
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012				
Cahors	49 887	48 549	48 164	46 012	0,5	0,2	0,9	910	55	50	Oui
Saint-Céré	26 156	26 100	26 145	26 054	0,0	- 0,0	0,1	723	36	54	Non
Figeac	23 215	22 716	22 198	21 926	0,4	0,5	0,2	567	41	42	Non
Gourdon	20 681	20 197	20 418	20 313	0,4	- 0,2	0,1	919	22	50	Non
Prayssac	19 448	19 476	19 695	19 962	- 0,0	- 0,2	- 0,3	720	27	41	Non
Souillac	12 016	11 951	12 469	12 376	0,1	- 0,8	0,1	312	39	19	Non
Gramat	9 238	9 139	9 313	8 978	0,2	- 0,4	0,7	360	26	20	Oui
Cajarc	6 856	6 560	6 568	6 435	0,7	- 0,0	0,4	487	14	27	Non
Lacapelle-Marival	3 493	3 494	3 524	3 401	- 0,0	- 0,2	0,7	133	26	13	Oui
Vayrac	3 268	3 215	3 289	3 194	0,3	- 0,5	0,6	51	64	5	Non
Castelnau-Montratier	1 994	2 050	2 150	2 179	- 0,5	- 0,9	- 0,3	102	20	2	Non

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

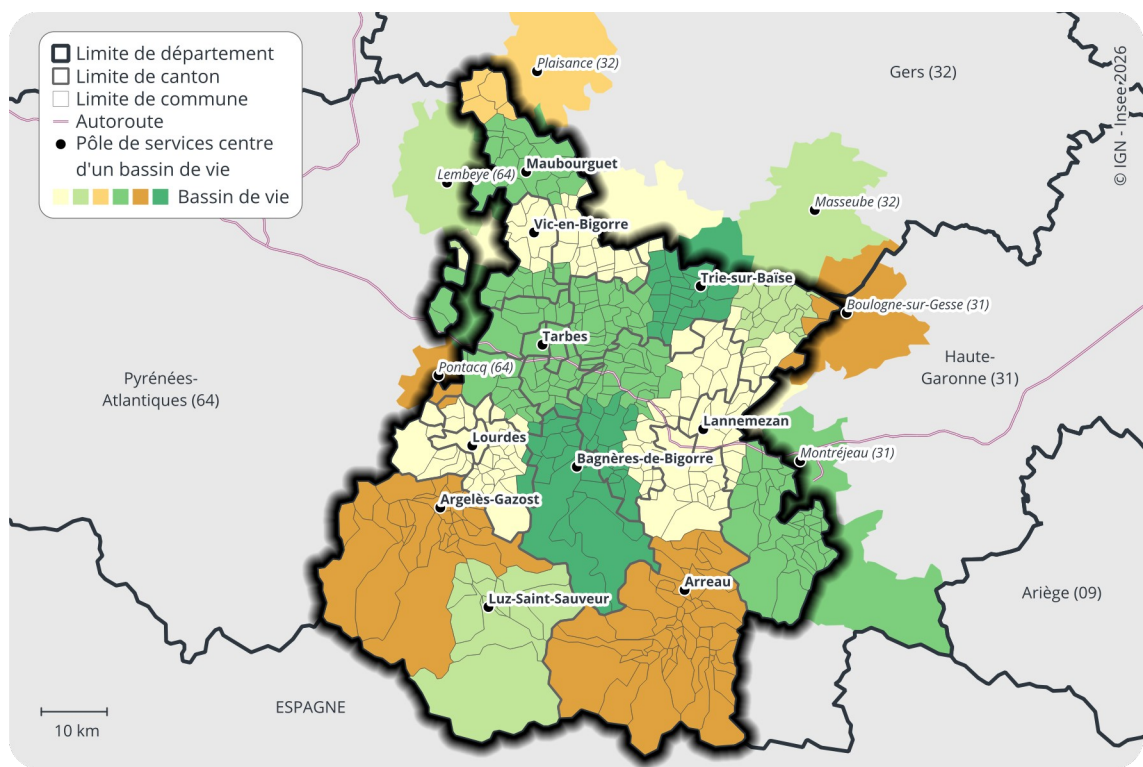
Les bassins de vie de la Lozère



Bassins de vie de la Lozère	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégralement situé dans le département
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012				
Mende	23 520	23 024	22 491	22 216	0,4	0,5	0,2	899	26	24	Oui
Saint-Chély-d'Apcher	14 839	15 252	15 614	15 943	- 0,5	- 0,5	- 0,4	903	16	35	Non
Langogne	13 718	13 903	14 396	14 760	- 0,2	- 0,7	- 0,5	1 487	9	55	Non
Marvejols	10 060	10 095	10 257	10 144	- 0,1	- 0,3	0,2	315	32	13	Oui
Florac Trois Rivières	6 418	6 458	6 499	6 446	- 0,1	- 0,1	0,2	845	8	15	Oui
La Canourgue	5 761	5 909	5 785	5 788	- 0,4	0,4	- 0,0	395	15	12	Non

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

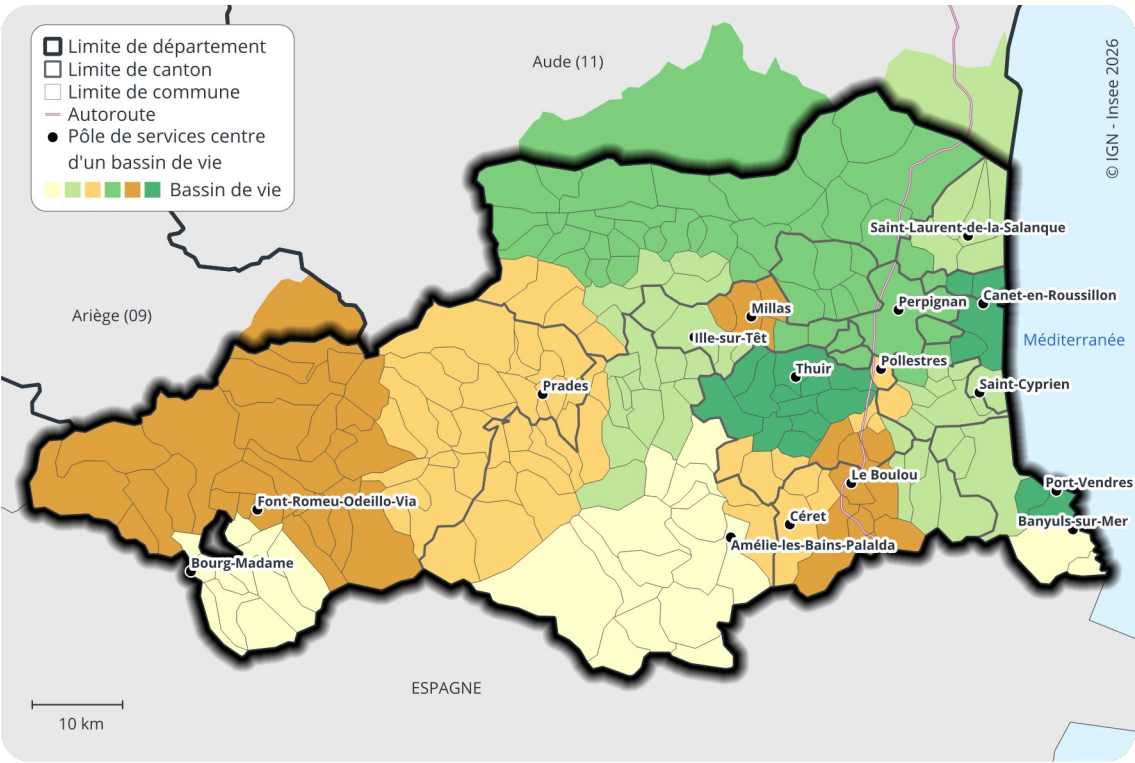
Les bassins de vie des Hautes-Pyrénées



Bassins de vie des Hautes-Pyrénées	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégra- lement situé dans le dépar- tement
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Tarbes	120 254	116 135	114 402	114 624	0,6	0,3	- 0,0	661	182	108	Non
Lourdes	22 091	22 082	23 117	23 655	0,0	- 0,9	- 0,5	263	84	38	Oui
Lannemezan	20 702	20 961	20 932	20 437	- 0,2	0,0	0,5	536	39	68	Non
Bagnères-de-Bigorre	18 210	18 573	18 911	18 835	- 0,3	- 0,4	0,1	457	40	38	Oui
Vic-en-Bigorre	17 674	17 774	17 997	17 527	- 0,1	- 0,2	0,5	416	43	55	Non
Argelès-Gazost	12 533	12 738	12 924	12 995	- 0,3	- 0,3	- 0,1	583	22	33	Oui
Arreau	6 992	6 912	7 111	7 305	0,2	- 0,6	- 0,5	664	11	46	Oui
Maubourguet	6 195	6 507	6 673	6 559	- 0,8	- 0,5	0,3	182	34	21	Non
Trie-sur-Baïse	3 738	3 865	3 861	3 936	- 0,6	0,0	- 0,4	191	20	26	Non
Luz-Saint-Sauveur	2 684	2 823	2 911	3 075	- 0,8	- 0,6	- 1,1	445	6	15	Oui

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

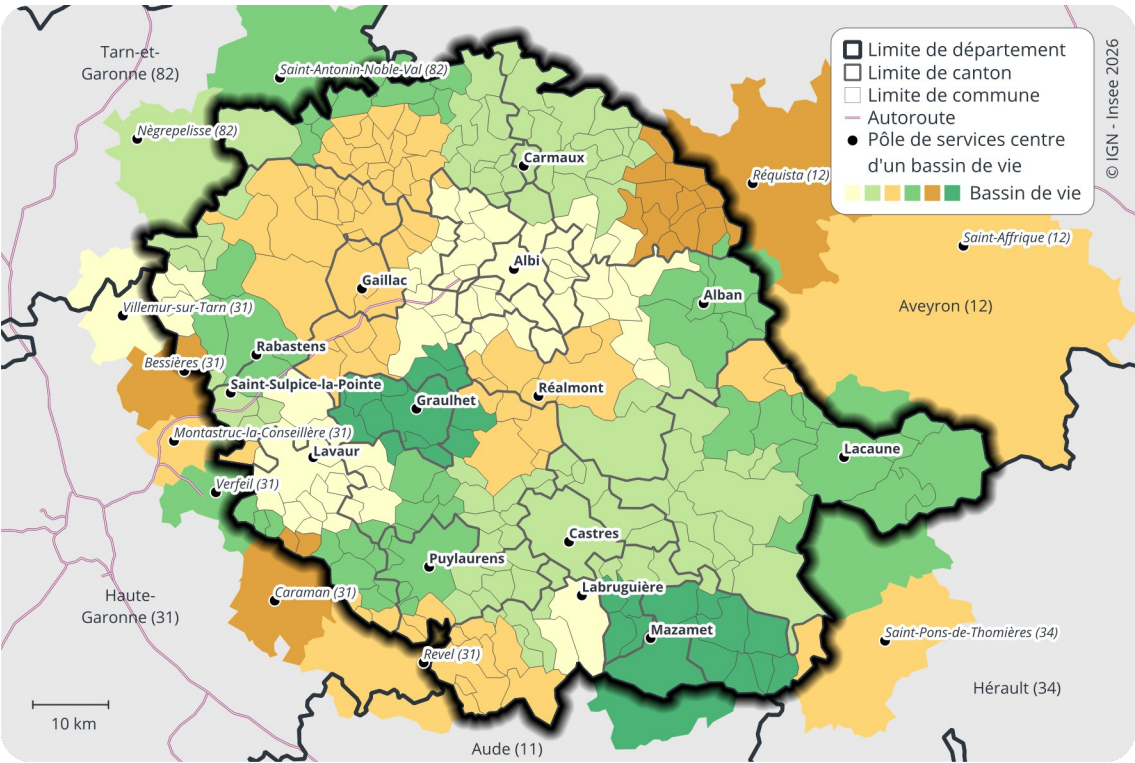
Les bassins de vie des Pyrénées-Orientales



Bassins de vie des Pyrénées-Orientales	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégral- ement situé dans le départe- ment
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Perpignan	242 694	232 756	226 451	216 725	0,7	0,6	0,9	1 140	213	60	Non
Saint-Cyprien	66 685	61 692	57 929	54 245	1,3	1,3	1,3	234	285	16	Oui
Saint-Laurent-de-la-Salanque	34 781	33 920	29 573	26 742	0,4	2,8	2,0	175	199	10	Non
Canet-en-Roussillon	24 293	22 845	23 061	21 518	1,0	- 0,2	1,4	50	484	4	Oui
Thuir	19 519	17 789	17 073	16 481	1,6	0,8	0,7	160	122	12	Oui
Prades	17 615	17 397	16 799	16 968	0,2	0,7	- 0,2	694	25	39	Oui
Ille-sur-Têt	14 568	13 567	13 234	12 176	1,2	0,5	1,7	289	50	21	Oui
Le Boulou	14 514	13 323	13 164	12 399	1,4	0,2	1,2	139	104	9	Oui
Pollestres	13 008	11 971	10 865	9 486	1,4	2,0	2,8	29	446	4	Oui
Céret	12 082	12 334	11 917	11 735	- 0,3	0,7	0,3	137	88	8	Oui
Amélie-les-Bains-Palalda	9 876	9 721	10 018	10 263	0,3	- 0,6	- 0,5	487	20	15	Oui
Font-Romeu-Odeillo-Via	9 128	9 137	9 242	9 470	- 0,0	- 0,2	- 0,5	771	12	33	Non
Millas	9 096	8 683	8 076	7 293	0,8	1,5	2,1	46	198	4	Oui
Port-Vendres	6 774	6 556	7 309	7 358	0,5	- 2,2	- 0,1	28	244	2	Oui
Bourg-Madame	6 091	5 976	5 962	6 079	0,3	0,0	- 0,4	159	38	11	Oui
Banyuls-sur-Mer	5 705	6 116	6 022	6 215	- 1,2	0,3	- 0,6	51	113	2	Oui

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

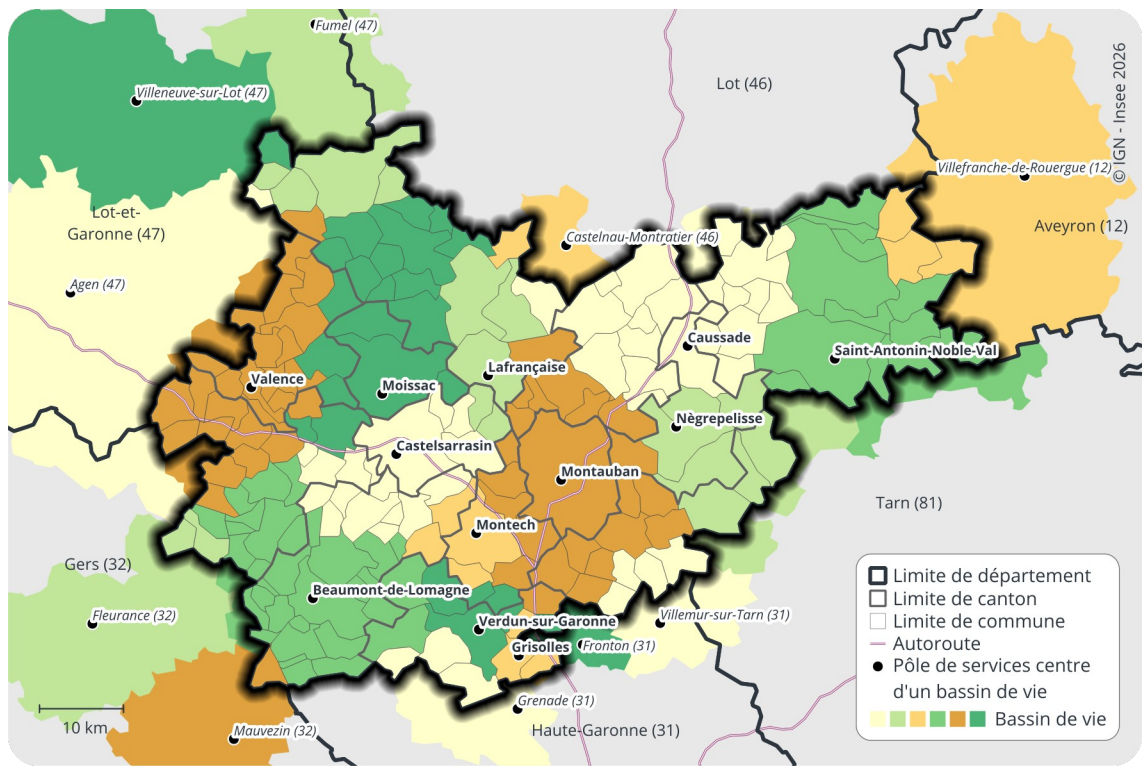
Les bassins de vie du Tarn



Bassins de vie du Tarn	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégralement situé dans le département
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012				
Albi	102 999	99 639	97 653	94 896	0,6	0,4	0,6	595	173	42	Oui
Castres	82 452	81 337	80 579	80 950	0,2	0,2	-0,1	1 036	80	47	Oui
Gaillac	37 336	35 511	33 460	31 508	0,8	1,2	1,2	687	54	40	Oui
Mazamet	29 629	29 862	30 431	30 859	-0,1	-0,4	-0,3	422	70	22	Non
Carmaux	26 637	26 182	26 310	26 273	0,3	-0,1	0,0	440	61	28	Oui
Graulhet	20 119	19 591	18 599	17 923	0,4	1,0	0,7	209	96	12	Oui
Lavaur	19 930	19 267	18 349	17 280	0,6	1,0	1,2	267	75	17	Oui
Saint-Sulpice-la-Pointe	12 618	11 738	10 659	9 704	1,2	1,9	1,9	62	202	5	Non
Rabastens	11 256	10 690	9 648	8 789	0,9	2,1	1,9	170	66	5	Oui
Réalmont	11 135	11 147	10 755	10 135	-0,0	0,7	1,2	281	40	11	Oui
Puylaurens	9 514	9 516	9 330	8 590	-0,0	0,4	1,7	256	37	17	Oui
Labruguière	7 198	7 136	7 010	6 540	0,1	0,4	1,4	84	85	2	Oui
Lacaune	7 198	7 308	7 369	7 811	-0,3	-0,2	-1,2	651	11	16	Non
Alban	3 341	3 319	3 324	3 444	0,1	-0,0	-0,7	214	16	10	Non

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les bassins de vie du Tarn-et-Garonne



Bassins de vie du Tarn-et-Garonne	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Super- ficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de com- munes au 1 ^{er} janv. 2026	Bassin de vie intégra- lement situé dans le dépar- tement
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012				
Montauban	101 767	97 715	91 949	87 261	0,7	1,2	1,1	492	207	23	Oui
Castelsarrasin	25 235	24 693	23 659	21 994	0,4	0,9	1,5	263	96	17	Oui
Moissac	23 034	22 779	22 237	21 863	0,2	0,5	0,3	419	55	19	Oui
Caussade	21 526	21 381	20 847	19 765	0,1	0,5	1,1	470	46	23	Non
Valence	20 278	20 015	19 784	18 999	0,2	0,2	0,8	423	48	34	Non
Nègrepelisse	13 983	13 451	12 750	11 167	0,6	1,1	2,7	347	40	12	Non
Beaumont-de-Lomagne	11 849	11 946	11 571	10 866	- 0,1	0,6	1,3	435	27	35	Non
Montech	10 253	9 895	9 302	8 011	0,6	1,2	3,0	96	107	4	Oui
Verdun-sur-Garonne	10 033	9 926	9 216	7 801	0,2	1,5	3,4	83	121	5	Oui
Saint-Antonin-Noble-Val	8 166	7 898	8 108	8 067	0,6	- 0,5	0,1	479	17	22	Non
Grisolles	7 317	6 804	6 380	5 662	1,2	1,3	2,4	39	185	4	Non
Lafrançaise	7 312	7 030	7 031	6 543	0,7	- 0,0	1,4	165	44	5	Oui

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

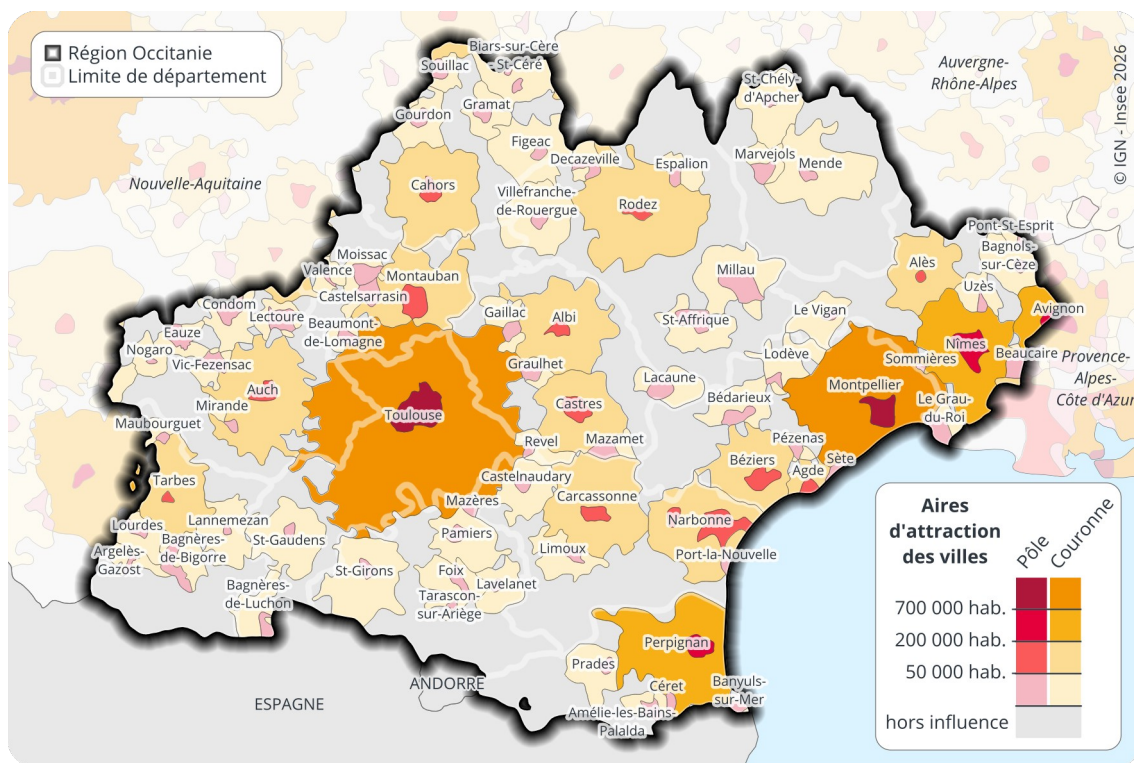
Les aires d'attraction des villes (contour 2020)

L'**aire d'attraction d'une ville** définit l'étendue de son influence sur les communes environnantes. Une aire est un ensemble de communes, d'un seul tenant et sans enclave, constitué d'un pôle de population et d'emploi et d'une couronne qui regroupe les communes dont au moins 15 % des actifs travaillent dans le pôle.

Les pôles sont déterminés principalement à partir de critères de densité et de population totale, suivant une méthodologie cohérente avec celle de la grille communale de densité. Un seuil d'emplois est ajouté de façon à éviter que des communes essentiellement résidentielles, comportant peu d'emplois, soient considérées comme des pôles. Si un pôle envoie au moins 15 % de ses actifs travailler dans un autre pôle de même niveau, les deux pôles sont associés et forment ensemble le cœur d'une aire d'attraction. La commune la plus peuplée du pôle est appelée commune-centre.

Les aires sont classées suivant le nombre total d'habitants de l'aire. Les principaux seuils retenus sont : Paris, 700 000 habitants, 200 000 habitants et 50 000 habitants. Les aires dont le pôle est situé à l'étranger sont classées dans la catégorie correspondant à leur population totale (française et étrangère).

Le zonage en aires d'attraction des villes 2020 se substitue au zonage en aires urbaines de 2010.



Territoires	Nombre d'aires d'attraction des villes...			Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2026...	
	... intégralement situées dans le département	... majoritairement * situées dans le département	Total	... rattachées à une aire d'attraction des villes du département **	... du département
09 - Ariège	4	2	6	196	325
11 - Aude	4	1	5	260	433
12 - Aveyron	5	1	6	160	285
30 - Gard	8	0	8	233	350
31 - Haute-Garonne	0	4	4	672	586
32 - Gers	6	1	7	191	458
34 - Hérault	5	2	7	273	341
46 - Lot	2	4	6	222	312
48 - Lozère	3	0	3	63	152
65 - Hautes-Pyrénées	3	3	6	311	469
66 - Pyrénées-Orientales	5	0	5	155	226
81 - Tarn	5	1	6	182	314
82 - Tarn-et-Garonne	4	1	5	89	195
Occitanie	54	20	74	3 007	4 446

* La majorité de la population de l'aire d'attraction réside dans le département. Par exemple, l'aire de Revel, dont la population est répartie ainsi : 2 % dans l'Aude, 38 % dans le Tarn et 60 % en Haute-Garonne, est rattachée au département de la Haute-Garonne.

** Y compris aire d'attraction des villes majoritairement située dans le département.

Note : 57 communes de la région se situent dans 12 aires d'attraction des villes minoritairement en Occitanie non prises en compte ici.

Source : Insee, code officiel géographique au 1^{er} janvier 2026.

Aires d'attraction des villes de 50 000 habitants ou plus	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012			
Toulouse	1 529 112	1 414 936	1 322 271	1 235 746	1,3	1,4	1,4	6 520	235	527
Montpellier	842 923	775 862	722 859	675 895	1,4	1,4	1,4	2 414	349	161
Perpignan	432 128	409 557	392 701	371 098	0,9	0,8	1,1	1 775	243	118
Nîmes	357 349	344 910	332 737	315 181	0,6	0,7	1,1	1 467	244	92
Béziers	205 841	193 297	182 479	172 153	1,1	1,2	1,2	929	222	53
Narbonne	157 900	152 847	146 403	137 569	0,5	0,9	1,3	1 313	120	71
Montauban	144 020	139 187	131 846	123 190	0,6	1,1	1,4	1 214	119	50
Albi	141 235	137 096	134 816	131 291	0,5	0,3	0,5	1 306	108	91
Alès	136 677	128 448	127 129	121 848	1,0	0,2	0,9	807	169	64
<i>Tarbes</i>	<i>138 329</i>	<i>134 457</i>	<i>132 673</i>	<i>132 054</i>	<i>0,5</i>	<i>0,3</i>	<i>0,1</i>	<i>963</i>	<i>144</i>	<i>153</i>
dont en Occitanie	135 489	131 838	130 000	129 296	0,5	0,3	0,1	904	150	149
Carcassonne	125 087	123 271	121 586	117 358	0,2	0,3	0,7	1 455	86	115
Rodez	113 203	111 501	107 901	104 547	0,3	0,7	0,6	1 996	57	68
Castres	105 338	104 612	103 902	103 748	0,1	0,1	0,0	1 033	102	55
<i>Avignon</i>	<i>345 592</i>	<i>334 289</i>	<i>323 996</i>	<i>317 834</i>	<i>0,6</i>	<i>0,6</i>	<i>0,4</i>	<i>964</i>	<i>358</i>	<i>48</i>
dont en Occitanie	64 781	62 021	60 524	58 370	0,7	0,5	0,7	328	197	19
Auch	64 667	64 239	64 246	62 439	0,1	- 0,0	0,6	1 606	40	112
Cahors	60 128	58 800	58 343	56 304	0,4	0,2	0,7	1 404	43	77
Agde	57 696	54 482	49 746	45 126	1,0	1,8	2,0	209	276	6

Note : Les lignes figurant en italiques correspondent à un zonage à cheval sur deux régions. Elles comprennent la totalité des communes, y compris celles hors Occitanie.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

► Pour en savoir plus

- Mathieu E., Nourry S., Péalapat C., « [Nouveau regard sur l'attraction des villes](#) », Insee Flash Occitanie n° 100, octobre 2020.
- de Bellefon M.-P., Eusebio P., Forest J., Pégaz-Blanc O., Warnod R., « [En France, neuf personnes sur dix vivent dans l'aire d'attraction d'une ville](#) », Insee Focus n° 211, octobre 2020.

La grille communale de densité (définition 2025)

La **grille communale de densité** permet de classer les communes en fonction du nombre d'habitants et de la répartition de ces habitants sur leur territoire. Plus la population est concentrée et nombreuse, plus la commune est considérée comme dense.

L'appartenance à un niveau de la grille n'est pas simplement liée à la densité moyenne de population calculée sur l'ensemble de la commune (incluant les surfaces non habitées comme les forêts, la montagne et les champs), elle prend en compte la présence au sein de la commune de zones concentrant un grand nombre d'habitants sur une faible surface.

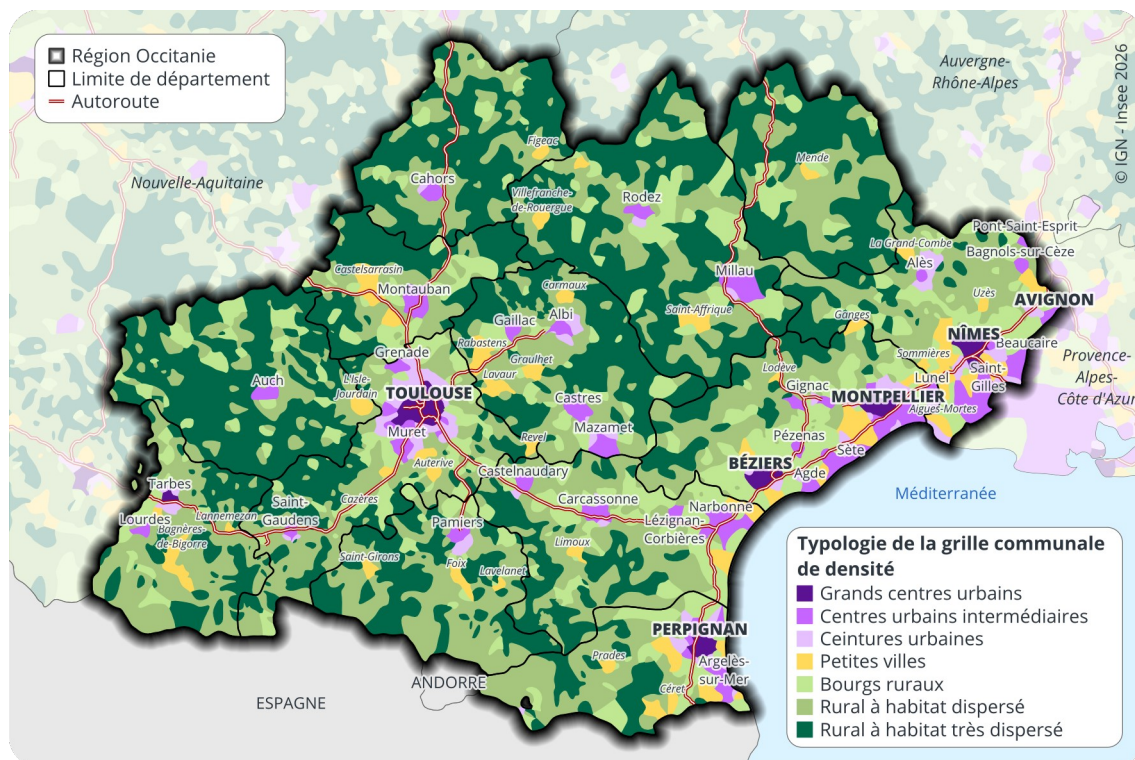
La grille communale permet de distinguer trois types de communes :

- les communes densément peuplées ;
- les communes de densité intermédiaire ;
- les communes rurales.

Les communes densément peuplées et les communes de densité intermédiaire constituent l'espace urbain et sont appelées communes urbaines.

Dans sa version détaillée à sept niveaux, elle différencie quatre niveaux de communes urbaines et trois niveaux de communes rurales :

- les grands centres urbains correspondent aux communes les plus densément peuplées de 50 000 habitants ou plus ;
- les centres urbains intermédiaires correspondent aux communes densément peuplées mais de moins de 50 000 habitants ;
- les petites villes correspondent à des communes de 5 000 à 49 999 habitants de densité moyenne, et éloignées d'un centre urbain ;
- les ceintures urbaines correspondent à des communes de 5 000 à 49 999 habitants, de densité moyenne, et proches d'un centre urbain ;
- les bourgs ruraux correspondent aux communes de 500 à 4 999 habitants, de densité moyenne ;
- le rural à habitat dispersé correspond aux communes de faible densité ;
- le rural à habitat très dispersé correspond aux communes de très faible densité.

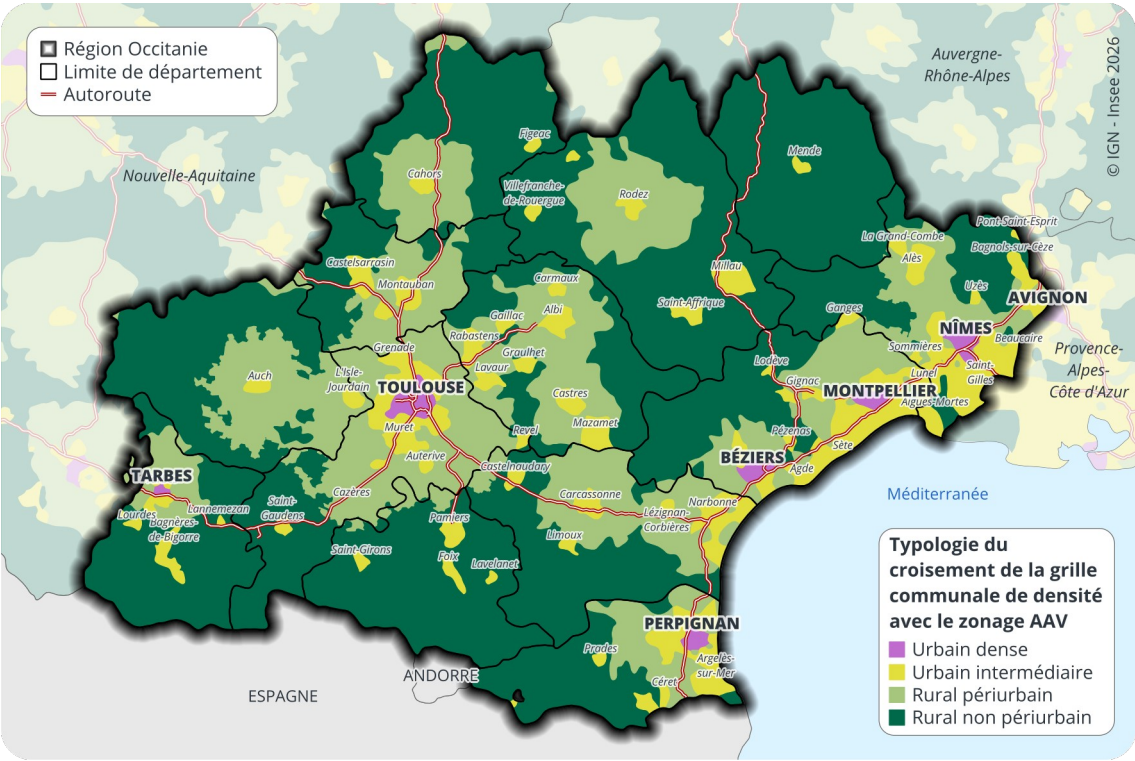


Territoires	Communes au 1 ^{er} janvier 2026		Population municipale au 1 ^{er} janvier 2023		Taux d'évolution annuel moyen de la population 2017-2023 (en %)
	Nombre	Répartition (en %)	Nombre	Répartition (en %)	
Communes denses – Grands centres urbains	25	0,6	1 505 447	24,6	1,1
Communes de densité intermédiaire	369	8,3	2 324 066	37,9	0,9
Centres urbains intermédiaires	63	1,4	1 087 974	17,8	0,8
Ceintures urbaines	171	3,8	664 270	10,8	1,2
Petites villes	135	3,0	571 822	9,3	0,7
Communes rurales	4 052	91,1	2 295 140	37,5	0,4
Bourgs ruraux	546	12,3	1 113 243	18,2	0,6
Rural à habitat dispersé	1 823	41,0	848 956	13,9	0,4
Rural à habitat très dispersé	1 683	37,9	332 941	5,4	0,1
Occitanie	4 446	100,0	6 124 653	100,0	0,8

Note : Du fait des arrondis, la répartition (en %) peut être légèrement différente de la somme des lignes qui la composent.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Croisement de la grille communale de densité avec le zonage AAV



Croisement de la grille de densité avec le zonage AAV	Communes au 1 ^{er} janvier 2026		Population municipale au 1 ^{er} janvier 2023		Taux d'évolution annuel moyen de la population 2017-2023 (en %)
	Nombre	Répartition (en %)	Nombre	Répartition (en %)	
Urbain dense	25	0,6	1 505 447	24,6	1,1
Urbain intermédiaire	369	8,3	2 324 066	37,9	0,9
Rural périurbain	1 519	34,2	1 310 075	21,4	0,7
Rural non périurbain	2 533	57,0	985 065	16,1	0,1
Occitanie	4 446	100,0	6 124 653	100,0	0,8

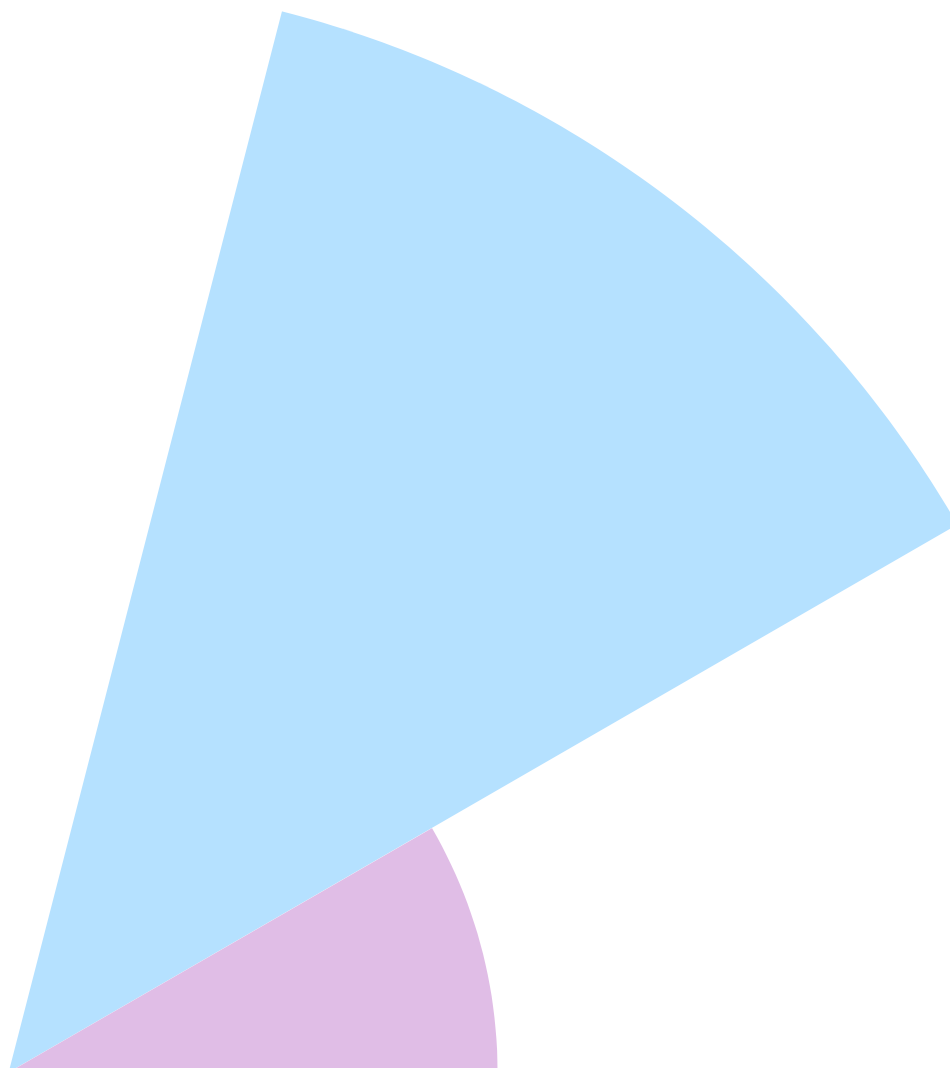
Notes :
Le rural périurbain est constitué de l'ensemble des communes rurales situées dans une aire d'attraction des villes de plus de 50 000 habitants.
Le rural non périurbain est constitué de l'ensemble des communes rurales situées hors AAV ou dans une AAV de moins de 50 000 habitants.
Du fait des arrondis, la répartition (en %) peut être légèrement différente de la somme des lignes qui la composent.
Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Population des communes rurales

Territoires	Population municipale des communes rurales 2023	Part dans la population municipale 2023 (en %)	Taux d'évolution annuel moyen de la population 2017-2023 (en %)	
			Rurale	Totale
48 - Lozère	64 022	83,7	- 0,1	- 0,0
32 - Gers	160 680	83,4	0,0	0,1
46 - Lot	143 013	81,0	0,3	0,3
12 - Aveyron	188 640	67,5	0,1	0,0
82 - Tarn-et-Garonne	168 447	63,4	0,4	0,5
09 - Ariège	95 077	61,1	0,3	0,3
11 - Aude	203 998	53,7	0,4	0,4
65 - Hautes-Pyrénées	119 037	51,5	- 0,0	0,2
81 - Tarn	177 025	44,6	0,3	0,4
30 - Gard	256 794	33,3	0,4	0,6
66 - Pyrénées-Orientales	132 060	26,6	0,8	0,8
34 - Hérault	269 231	21,9	0,9	1,2
31 - Haute-Garonne	317 116	21,6	0,9	1,3
Occitanie	2 295 140	37,5	0,4	0,8
France (hors Mayotte)	21 890 982	32,1	0,2	0,4
France métropolitaine	21 669 236	32,7	0,2	0,4

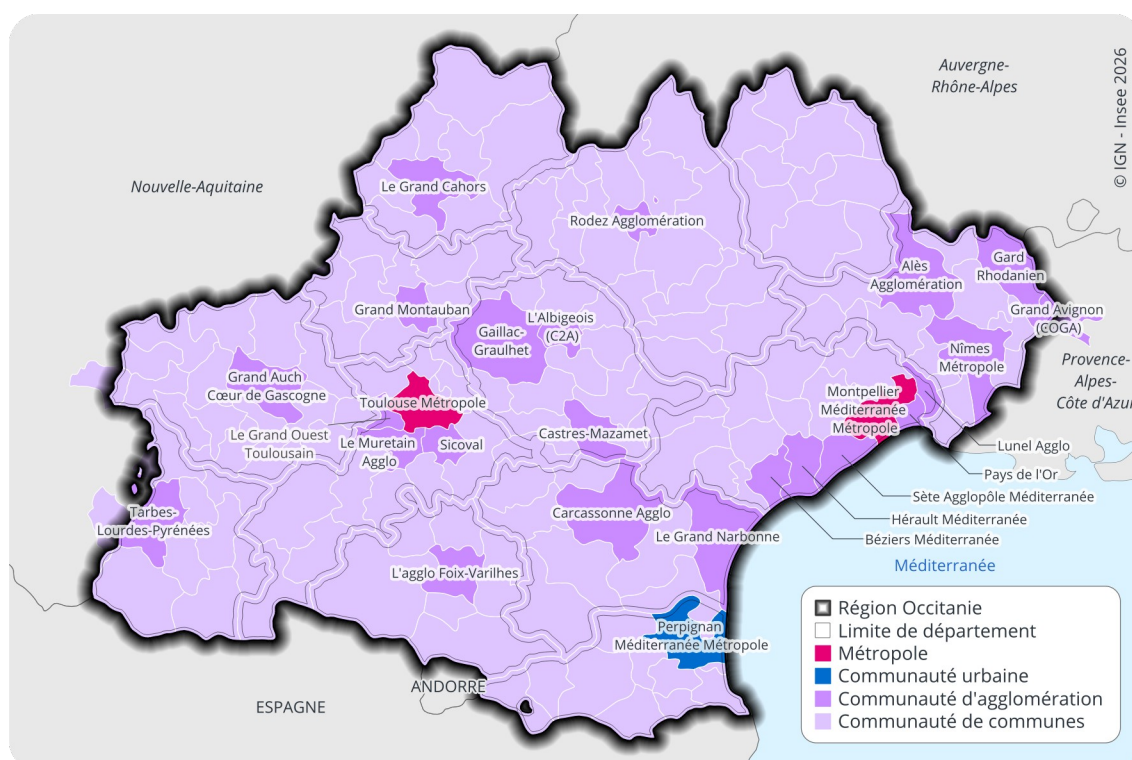
Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les zonages d'action publique



Les intercommunalités (contour 2026)

L'**intercommunalité** permet aux communes de se regrouper au sein d'un établissement public soit pour assurer certaines prestations (ramassage des ordures ménagères, assainissement, transports urbains...), soit pour élaborer de véritables projets de développement économique, d'aménagement ou d'urbanisme. Depuis la loi de 1999, les communes ne peuvent pas adhérer à plus d'un établissement de coopération intercommunale (EPCI) à fiscalité propre.



Territoires	Nombre d'intercommunalités...			Nombre de communes au 1 ^{er} janvier 2026...	
	... intégralement situées dans le département	... majoritairement * situées dans le département	Total	... rattachées à une intercommunalité du département **	... du département
09 - Ariège	8	0	8	325	325
11 - Aude	8	0	8	414	433
12 - Aveyron	16	2	18	282	285
30 - Gard	13	1	14	337	350
31 - Haute-Garonne	16	1	17	600	586
32 - Gers	15	0	15	447	458
34 - Hérault	15	1	16	339	341
46 - Lot	8	1	9	316	312
48 - Lozère	9	1	10	153	152
65 - Hautes-Pyrénées	8	1	9	467	469
66 - Pyrénées-Orientales	11	1	12	244	226
81 - Tarn	12	2	14	306	314
82 - Tarn-et-Garonne	8	2	10	197	195
Occitanie	147	13	160	4 427	4 446

* La majorité de la population de l'intercommunalité réside dans le département. Par exemple, la communauté de communes Aux sources du Canal du Midi, dont la population est répartie ainsi : 1 % dans l'Aude, 37 % dans le Tarn et 62 % en Haute-Garonne, est rattachée au département de la Haute-Garonne.

** Y compris intercommunalité majoritairement située dans le département.

Note : 19 communes de la région se situent dans 3 intercommunalités minoritairement en Occitanie non prises en compte ici (Aire-sur-l'Adour, Grand Avignon et Pays de Nay).

Sources : Insee, code officiel géographique au 1^{er} janvier 2026 ; DGCL, Banatic.

Métropoles, communautés urbaines et communautés d'agglomération	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012			
Toulouse Métropole	841 524	771 132	725 091	692 723	1,5	1,2	0,9	458	1 837	37
Montpellier Méditerranée Métrop.	522 542	472 217	434 101	408 950	1,7	1,7	1,2	422	1 239	31
CU Perpignan Méditer. Métrop.	279 615	269 996	261 214	248 332	0,6	0,7	1,0	629	445	37
CA de Nîmes Métropole	264 025	258 070	250 656	240 457	0,4	0,6	0,8	791	334	39
CA Alès Agglomération	137 470	129 157	127 625	121 707	1,0	0,2	1,0	921	149	71
CA Le Grand Narbonne	134 606	129 134	123 408	117 045	0,7	0,9	1,1	847	159	37
CA de Béziers-Méditerranée	133 078	124 799	117 462	113 810	1,1	1,2	0,6	303	439	17
CA Sète Agglopôle Méditerranée	131 216	124 239	123 553	117 113	0,9	0,1	1,1	310	423	14
CA Le Muretain Agglo	129 570	119 161	112 697	103 819	1,4	1,1	1,7	310	419	25
CA Tarbes-Lourdes-Pyrénées	127 563	123 753	123 128	124 792	0,5	0,1	- 0,3	619	206	87
CA Carcassonne Agglo	114 259	112 852	111 000	107 371	0,2	0,3	0,7	1 062	108	83
CA de l'Albigeois (C2A)	84 938	82 038	80 997	79 433	0,6	0,3	0,4	209	407	16
CA du Sicoval	84 219	78 348	70 160	64 710	1,2	2,2	1,6	248	339	36
CA Hérault-Méditerranée	83 083	79 038	72 384	66 520	0,8	1,8	1,7	387	215	20
CA Grand Montauban	82 095	79 175	74 045	71 548	0,6	1,3	0,7	294	280	12
CA de Castres Mazamet	78 775	78 051	78 378	80 032	0,2	- 0,1	- 0,4	406	194	14
CA du Gard Rhodanien	76 526	74 338	72 630	69 304	0,5	0,5	0,9	632	121	44
CA Gaillac-Graulhet	76 473	73 176	68 387	64 207	0,7	1,4	1,3	1 149	67	56
CA Rodez Agglomération	56 175	55 745	53 419	52 386	0,1	0,9	0,4	205	274	8
CA Lunel Agglo	52 490	50 063	48 085	44 900	0,8	0,8	1,4	158	332	14
CA Le Grand Ouest Toulousain	51 191	47 746	42 233	37 743	1,2	2,5	2,3	130	393	9
CA du Pays de l'Or	46 196	44 673	43 388	41 194	0,6	0,6	1,0	115	403	8
<i>CA du Grand Avignon (COGA)</i>	<i>199 932</i>	<i>192 966</i>	<i>188 033</i>	<i>187 806</i>	<i>0,6</i>	<i>0,5</i>	<i>0,0</i>	<i>303</i>	<i>661</i>	<i>16</i>
dont en Occitanie	43 805	41 269	41 188	40 346	1,0	0,0	0,4	145	301	7
CA du Grand Cahors	42 325	41 415	41 302	40 059	0,4	0,1	0,6	593	71	36
CA Grand Auch Cœur de Gascogne	39 177	38 716	38 547	37 231	0,2	0,1	0,7	602	65	34
CA L'agglo Foix-Varilhes	32 781	31 800	31 449	30 012	0,5	0,2	0,9	444	74	42

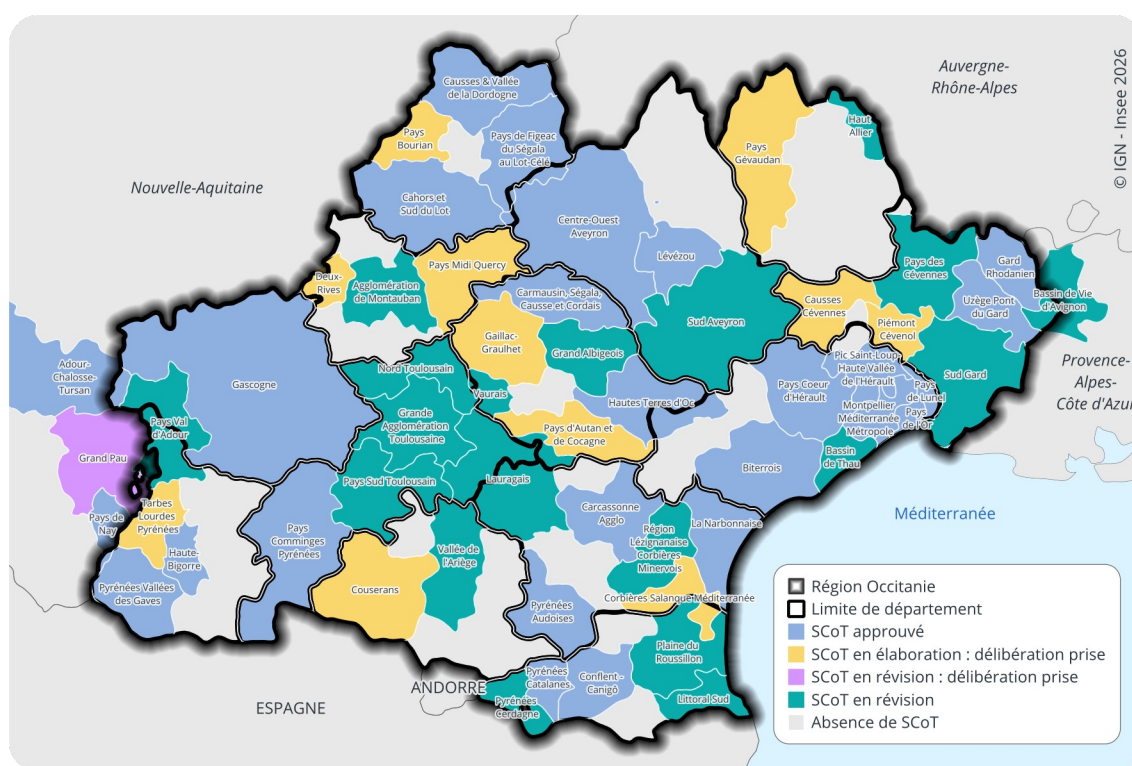
CA : communauté d'agglomération ; CU : communauté urbaine.

Note : 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 2026 ; DGCL, Banatic.

Les schémas de cohérence territoriale (SCoT)

Le **schéma de cohérence territoriale (SCoT)** est l'outil de conception et de mise en œuvre d'une planification intercommunale, à l'échelle d'un large bassin de vie ou d'une aire urbaine, et a pour objet de définir une stratégie globale d'aménagement du territoire. Il fixe les orientations générales de l'aménagement de l'espace (zones à urbaniser et zones naturelles ou agricoles et forestières), les objectifs en matière d'équilibre de l'habitat, de mixité sociale, de transports en commun et d'équipements commerciaux ou économiques et il définit les espaces naturels ou urbains dont la protection présente une importance intercommunale. Il a notamment pour principe la préservation de l'environnement et la gestion économe des sols. Il est élaboré par un ou plusieurs établissements publics de coopération intercommunale à fiscalité propre.



Notes : Schémas de cohérence territoriale au 1^{er} janvier 2026.

Plusieurs délibérations se succèdent lors de l'élaboration (ou de la révision) d'un SCoT :

- délibération prescrivant l'élaboration et définissant les modalités de concertation ;
- délibération arrêtant le projet de SCoT après la phase de concertation ;
- délibération approuvant le SCoT après l'instruction du projet.

Schémas de cohérence territoriale approuvés au 1 ^{er} janvier 2026	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012			
Montpellier Méditerranée Métropole	522 542	472 217	434 101	408 950	1,7	1,7	1,2	422	1 239	31
Biterrois	292 600	276 272	258 769	242 378	1,0	1,3	1,3	1 529	191	87
Gascogne	175 872	173 891	172 191	166 408	0,2	0,2	0,7	5 555	32	393
Centre-Ouest Aveyron	154 305	154 572	152 849	150 664	-0,0	0,2	0,3	2 980	52	123
La Narbonnaise	134 606	129 134	123 408	117 045	0,7	0,9	1,1	847	159	37
Carcassonne Agglo	114 259	112 852	111 000	107 371	0,2	0,3	0,7	1 062	108	83
Pays Coeur d'Hérault	86 257	81 034	75 452	67 661	1,0	1,4	2,2	1 270	68	77
Pays Comminges Pyrénées	77 626	77 452	77 638	76 200	0,0	-0,0	0,4	2 140	36	235
Gard Rhodanien	76 526	74 338	72 630	69 304	0,5	0,5	0,9	632	121	44
Cahors et du Sud du Lot	73 632	72 044	71 950	70 022	0,4	0,0	0,5	1 824	40	95
Uzège Pont du Gard	54 867	54 306	52 903	48 630	0,2	0,5	1,7	733	75	50
Pays de Lunel	52 490	50 063	48 085	44 900	0,8	0,8	1,4	158	332	14
Pic St-Loup-Haute Vallée de l'Hérault	51 678	48 070	45 795	42 443	1,2	1,0	1,5	575	90	36
Pays de l'Or	46 196	44 673	43 388	41 194	0,6	0,6	1,0	115	403	8
Causses & Vallée de la Dordogne	45 461	45 274	45 962	45 453	0,1	-0,3	0,2	1 293	35	77
Pays de Figeac du Ségala au Lot-Célé	44 038	43 514	43 083	42 692	0,2	0,2	0,2	1 283	34	92
Carmausin, Ségala, Causse et Cordais	41 112	40 320	40 354	39 730	0,3	-0,0	0,3	1 030	40	75
Conflent – Canigô	21 102	20 391	19 585	19 358	0,6	0,8	0,2	786	27	45
Hautes Terres d'Oc	20 380	20 727	20 832	21 216	-0,3	-0,1	-0,4	1 253	16	36
Haute-Bigorre	16 518	16 805	17 220	17 231	-0,3	-0,5	-0,0	389	42	25
Pyrénées Vallées des Gaves	15 050	15 386	15 641	15 857	-0,4	-0,3	-0,3	996	15	46
Pyrénées Audoises	13 630	13 958	14 917	15 335	-0,4	-1,3	-0,6	926	15	61
Lévézou	13 348	13 261	13 159	12 916	0,1	0,2	0,4	743	18	19
Pyrénées Catalanes	6 040	5 984	5 906	6 228	0,2	0,3	-1,1	353	17	19
<i>Adour-Chalosse-Tursan</i>	<i>91 167</i>	<i>89 996</i>	<i>88 360</i>	<i>83 482</i>	<i>0,2</i>	<i>0,4</i>	<i>1,1</i>	<i>2 153</i>	<i>42</i>	<i>150</i>
dont en Occitanie	3 026	3 006	2 958	2 868	0,1	0,3	0,6	97	31	10
<i>Pays de Nay</i>	<i>28 940</i>	<i>28 706</i>	<i>27 808</i>	<i>26 388</i>	<i>0,1</i>	<i>0,6</i>	<i>1,1</i>	<i>324</i>	<i>89</i>	<i>29</i>
dont en Occitanie	167	175	194	213	-0,8	-2,0	-1,9	32	5	2

Note : 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.

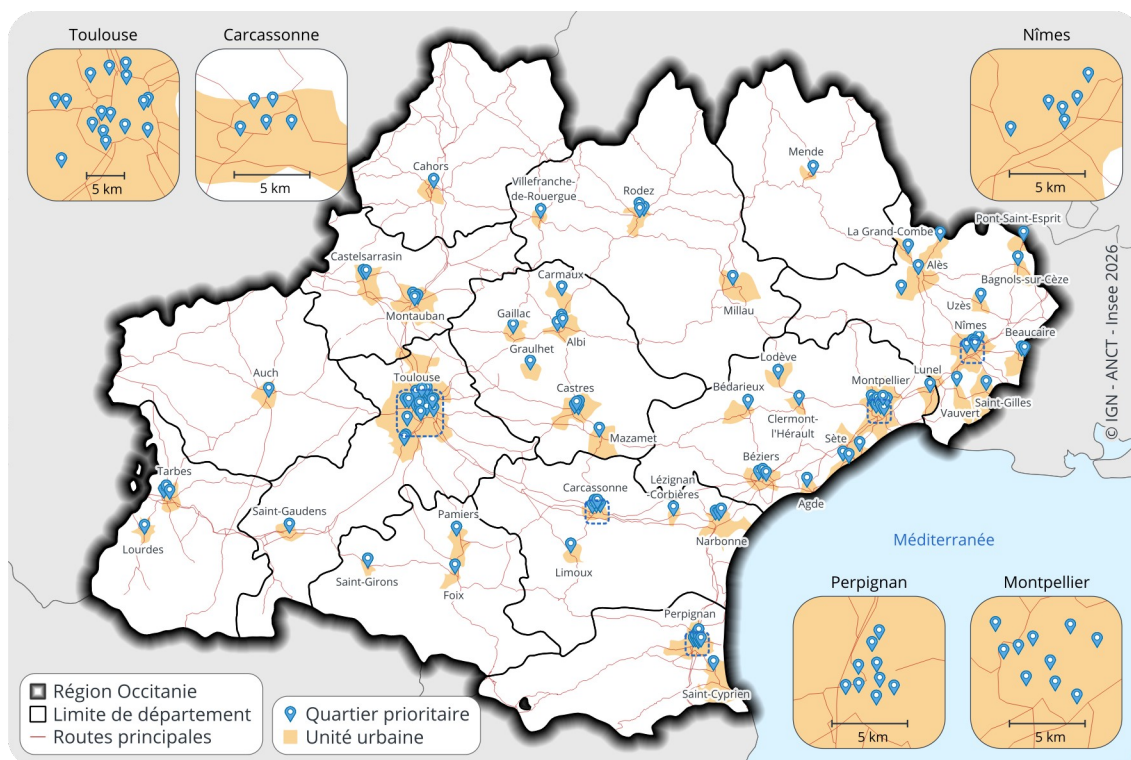
Sources : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026 ; Dreal Occitanie, [PictOstat](#).

Les quartiers prioritaires de la politique de la ville (QPV)

Les **quartiers prioritaires de la politique de la ville** sont des territoires d'intervention de l'État et des collectivités territoriales définis par la loi de programmation pour la ville et la cohésion urbaine du 21 février 2014 dans l'objectif commun de réduire les écarts de développement entre les quartiers défavorisés et leurs unités urbaines. Leur liste et leurs contours ont été élaborés par le Commissariat général à l'égalité des territoires (CGET), devenu depuis le 1^{er} janvier 2020 l'Agence nationale de la cohésion des territoires (ANCT).

En France métropolitaine, ils ont été identifiés selon un critère unique, celui du revenu par habitant. L'identification des quartiers prioritaires a été réalisée à partir des données carroyées de l'Insee (source Revenus localisés sociaux et fiscaux pour la France métropolitaine). Dans les départements d'Outre-mer, l'identification s'est faite à partir des données du Recensement de la population à l'IRIS. Une fois l'identification opérée, des échanges ont eu lieu au niveau local afin d'affiner le découpage des quartiers et d'en assurer la cohérence sur le terrain.

La liste des quartiers est fixée par le décret n° 2024-806 du 13 juillet 2024 en France métropolitaine et par le décret n° 2024-1212 du 27 décembre 2024 dans les départements d'Outre-mer ainsi qu'à Saint-Martin et en Polynésie française. Au 1^{er} janvier 2025, on compte 1 362 quartiers en France métropolitaine, 156 dans les départements d'Outre-mer, 88 en Polynésie française et 3 à Saint-Martin.



Quartiers prioritaires de la ville de 5 000 habitants ou plus	Commune	Département	Population municipale au 1 ^{er} janvier 2020 *	Superficie (km²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2020 (hab./km²)
Grand Mirail	Toulouse	Haute-Garonne	35 685	3,4	10 505
Mosson	Montpellier	Hérault	22 155	1,7	13 018
Centre Ville	Béziers	Hérault	19 016	2,2	8 818
Pissevin - Valdegour	Nîmes	Gard	16 500	1,0	16 389
P.C.T.C.R.C. **	Alès	Gard	14 617	2,4	6 212
Quartier Centre Ancien	Perpignan	Pyrénées-Orientales	7 424	0,5	16 428
Chemin-Bas D'Avignon - Clos d'Orville	Nîmes	Gard	7 254	0,4	16 496
Centre Et Périphérie	Lunel	Hérault	6 530	0,5	13 853
Gambetta-Richelieu	Nîmes	Gard	6 434	0,4	17 568
Empalot	Toulouse	Haute-Garonne	6 239	0,5	13 472
Petit Bard Pergola	Montpellier	Hérault	6 238	0,3	20 612
Cévennes	Montpellier	Hérault	6 074	0,3	19 345
Diagonale Du Haut - Moyen-Vernet	Perpignan	Pyrénées-Orientales	6 071	0,7	8 119
Izards - 3 Cocus - La Vache	Toulouse	Haute-Garonne	5 955	0,7	8 519
Narbonne Centre	Narbonne	Aude	5 269	0,4	14 123
Lemasson - Croix d'Argent	Montpellier	Hérault	5 152	0,3	17 847
Centre Ville - Ile Sud	Sète	Hérault	5 112	0,3	19 433

* Seules les données de la population en 2020 des QPV sont disponibles (périmètre des QPV redéfini en 2024).

** P.C.T.C.R.C. = Près Saint Jean - Cévennes - Tamaris - Cauvel-la Royale - Rochebelle - Centre-ville.

Sources : Insee, recensement de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026 ; ANCT, Observatoire des territoires.

► Pour en savoir plus

- Andrieux P.-J., Soleilhavoup M., « [Actualisation 2024 de la géographie prioritaire de la politique de la ville – En Occitanie, 108 quartiers prioritaires particulièrement pauvres](#) », Insee Flash Occitanie n° 139, décembre 2024.
- Cohen C., Potin-Finette A., « [Portrait des nouveaux quartiers prioritaires de la politique de la ville en France métropolitaine](#) », Insee Première n° 2008, août 2024.
- « [Données sur les quartiers 2024 de la politique de la ville](#) », Chiffres détaillés, Insee.

Les pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR), les parcs nationaux et les parcs naturels régionaux (PNR)

Un **pôle d'équilibre territorial et rural (PETR)** est un établissement public regroupant plusieurs établissements publics de coopération intercommunale (EPCI) à fiscalité propre. C'est un outil de coopération entre EPCI sur les territoires situés hors métropoles, ruraux ou non. Le dispositif est créé par la loi du 27 janvier 2014 de modernisation de l'action publique territoriale et d'affirmation des métropoles, dite « loi MAPTAM ».

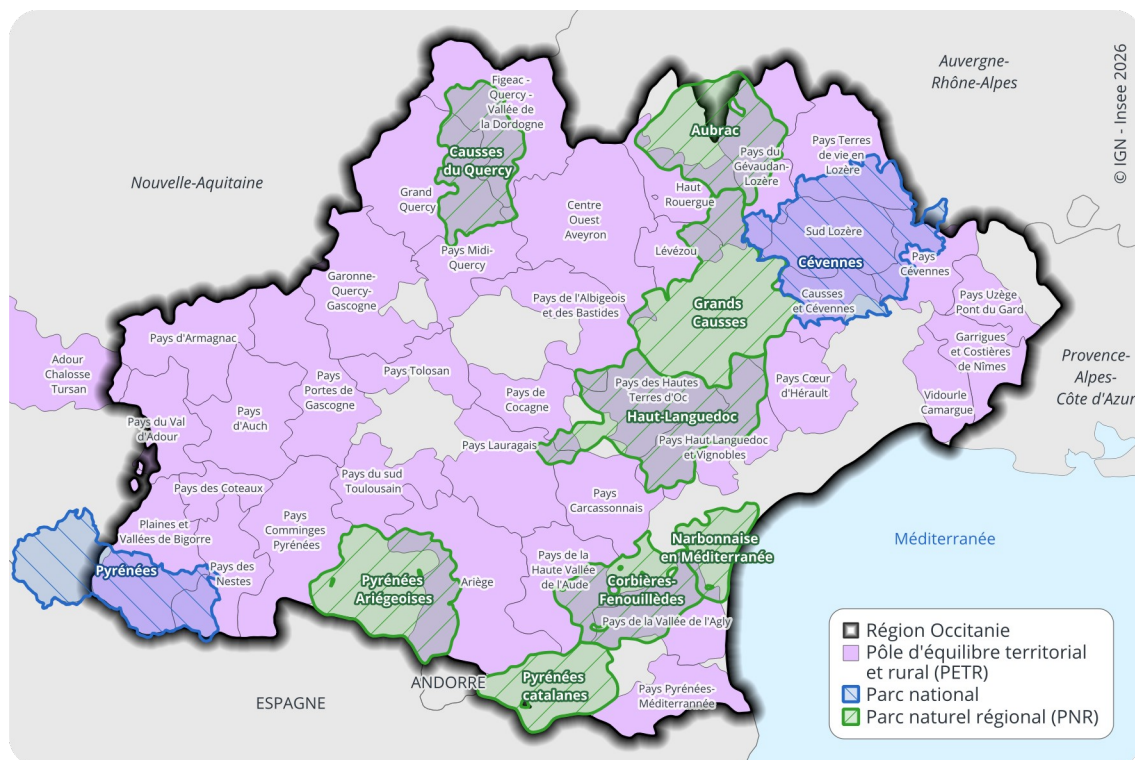
L'article 79 de la loi MAPTAM permet aux pays de se transformer en pôles d'équilibre territoriaux et ruraux (PETR), ce qui leur donne un statut juridique renforcé.

Un **parc national** est un territoire sur lequel la conservation de la faune, de la flore, du sol, du sous-sol, de l'atmosphère, des eaux et en général d'un milieu naturel présente un intérêt spécial. Il importe de le préserver contre toute dégradation et de le soustraire à toute intervention artificielle susceptible d'en altérer l'aspect, la composition et l'évolution.

La nouvelle loi d'avril 2006 :

- introduit les notions de « cœur » et d'« aire d'adhésion », nouvelles appellations respectivement pour la zone centrale et la zone périphérique ;
- prévoit pour chaque parc la mise en place d'une charte, plan de préservation et d'aménagement conçu comme un projet de territoire (description des mesures de protection stricte dans le cœur et des aménagements autorisés dans l'aire d'adhésion).

Un **parc naturel régional (PNR)** est un territoire ayant choisi volontairement un mode de développement basé sur la mise en valeur et la protection de patrimoines naturels et culturels considérés comme riches et fragiles. Les PNR sont chargés de mettre en œuvre des actions selon cinq missions : développer leur territoire en le protégeant, protéger leur territoire en le mettant en valeur, participer à un aménagement fin des territoires, accueillir, informer et éduquer les publics aux enjeux qu'ils portent, expérimenter de nouvelles formes d'action publique et d'action collective.



Note : Les délimitations des pôles d'équilibre territoriaux et ruraux datent de janvier 2014, celles des parcs nationaux de janvier 2020 et celles des parcs naturels régionaux de janvier 2011. Elles ont été mises à jour au 1^{er} janvier 2026 à la suite des fusions de communes.

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

Pôles d'équilibre territoriaux et ruraux	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017-2023	2012-2017	2007-2012			
Pays de la Vallée de l'Agly	311 781	298 356	288 166	273 441	0,7	0,7	1,1	1 546	202	82
Garrigues et Costières de Nîmes	295 682	289 224	280 779	269 090	0,4	0,6	0,9	996	297	44
Plaines et Vallées de Bigorre	159 131	155 944	155 989	157 880	0,3	- 0,0	- 0,2	2 004	79	158
<i>Pays Cévennes</i>	<i>156 691</i>	<i>148 353</i>	<i>147 146</i>	<i>140 748</i>	<i>0,9</i>	<i>0,2</i>	<i>0,9</i>	<i>1 240</i>	<i>126</i>	<i>94</i>
dont en Occitanie	156 119	147 822	146 633	140 215	0,9	0,2	0,9	1 215	129	93
Vidourle Camargue	155 935	147 474	140 378	129 847	0,9	1,0	1,6	839	186	50
Centre Ouest Aveyron	154 305	154 572	152 849	150 664	- 0,0	0,2	0,3	2 980	52	123
<i>Garonne-Quercy-Gascogne</i>	<i>134 385</i>	<i>131 142</i>	<i>126 244</i>	<i>117 449</i>	<i>0,4</i>	<i>0,8</i>	<i>1,5</i>	<i>2 278</i>	<i>59</i>	<i>139</i>
dont en Occitanie	133 840	130 630	125 746	116 952	0,4	0,8	1,5	2 258	59	137
Pays Tolosan	129 734	118 567	109 762	98 745	1,5	1,6	2,1	939	138	73
Ariège	125 633	123 259	122 618	119 118	0,3	0,1	0,6	3 251	39	231
Pays Carcassonnais	120 286	118 690	116 810	113 164	0,2	0,3	0,6	1 350	89	105
Pays Pyrénées-Méditerranée	111 785	106 931	103 347	99 610	0,7	0,7	0,7	1 173	95	58
Pays Lauragais	108 521	103 500	99 803	92 221	0,8	0,7	1,6	1 927	56	167
Pays du sud Toulousain	100 755	96 558	91 190	83 005	0,7	1,2	1,9	1 291	78	99
Grand Quercy	93 414	91 520	91 624	89 501	0,3	- 0,0	0,5	2 718	34	147
Figeac - Quercy - Vallée de la Dordogne	89 499	88 788	89 045	88 145	0,1	- 0,1	0,2	2 575	35	169
Pays Cœur d'Hérault	86 257	81 034	75 452	67 661	1,0	1,4	2,2	1 270	68	77
Pays Haut Languedoc et Vignobles	81 263	79 550	78 047	72 869	0,4	0,4	1,4	1 912	42	101
Pays Comminges Pyrénées	77 626	77 452	77 638	76 200	0,0	- 0,0	0,4	2 140	36	235
Pays Portes de Gascogne	68 550	66 528	64 225	60 139	0,5	0,7	1,3	2 052	33	159
Pays de Cocagne	67 755	66 033	63 206	59 006	0,4	0,9	1,4	1 028	66	75
Pays d'Auch	63 814	63 872	64 076	62 660	- 0,0	- 0,1	0,4	1 781	36	132
Pays de l'Albigeois et des Bastides	58 770	57 789	57 281	56 052	0,3	0,2	0,4	1 705	34	100
Pays Uzège Pont du Gard	54 867	54 306	52 903	48 630	0,2	0,5	1,7	733	75	50
Pays Midi-Quercy	50 109	48 775	47 413	43 485	0,5	0,6	1,7	1 179	42	48
Pays d'Armagnac	43 508	43 491	43 890	43 609	0,0	- 0,2	0,1	1 722	25	102
Pays de la Haute Vallée de l'Aude	41 803	41 437	42 517	41 767	0,1	- 0,5	0,4	1 717	24	137
<i>Pays du Val d'Adour</i>	<i>37 509</i>	<i>38 349</i>	<i>38 759</i>	<i>38 042</i>	<i>- 0,4</i>	<i>- 0,2</i>	<i>0,4</i>	<i>1 119</i>	<i>34</i>	<i>126</i>
dont en Occitanie	35 683	36 434	36 900	36 315	- 0,3	- 0,3	0,3	1 039	34	115
Haut Rouergue	34 345	33 722	33 339	33 403	0,3	0,2	- 0,0	1 386	25	38
Pays du Gévaudan-Lozère	32 857	33 452	33 758	33 746	- 0,3	- 0,2	0,0	1 832	18	64
Pays des Nestes	32 066	31 973	32 091	31 570	0,0	- 0,1	0,3	1 397	23	146
Pays Terres de vie en Lozère	31 952	31 430	31 262	31 321	0,3	0,1	- 0,0	1 866	17	53
Pays des Hautes Terres d'Oc	25 418	25 793	25 890	26 322	- 0,2	- 0,1	- 0,3	1 411	18	45
Pays des Coteaux	17 855	18 000	17 855	16 764	- 0,1	0,2	1,3	586	30	102
Causses et Cévennes	15 634	15 515	15 768	15 684	0,1	- 0,3	0,1	858	18	36
Lézézou	13 348	13 261	13 159	12 916	0,1	0,2	0,4	743	18	19
Sud Lozère	12 027	12 076	12 183	12 072	- 0,1	- 0,2	0,2	1 526	8	36
<i>Adour Chalosse Tursan</i>	<i>91 167</i>	<i>89 996</i>	<i>88 360</i>	<i>83 482</i>	<i>0,2</i>	<i>0,4</i>	<i>1,1</i>	<i>2 153</i>	<i>42</i>	<i>150</i>
dont en Occitanie	3 026	3 006	2 958	2 868	0,1	0,3	0,6	97	31	10

Note : 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 2026 ; Dreal Occitanie, [PictOstat](#).

Les parcs nationaux d'Occitanie

Parcs nationaux	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012			
<i>Cévennes</i>	<i>70 823</i>	<i>71 290</i>	<i>72 640</i>	<i>71 282</i>	<i>- 0,1</i>	<i>- 0,4</i>	<i>0,4</i>	<i>3 732</i>	<i>19</i>	<i>130</i>
dont en Occitanie	68 414	68 892	70 286	69 196	- 0,1	- 0,4	0,3	3 658	19	127
<i>Pyrénées *</i>	<i>55 485</i>	<i>55 888</i>	<i>56 846</i>	<i>57 153</i>	<i>- 0,1</i>	<i>- 0,3</i>	<i>- 0,1</i>	<i>3 074</i>	<i>18</i>	<i>113</i>
dont en Occitanie	20 203	20 535	20 974	21 401	- 0,3	- 0,4	- 0,4	1 566	13	71

* Ne sont pas prises en compte les communes de Bagnères-de-Bigorre et de Campan qui sont partiellement situées dans le parc national des Pyrénées mais dont les zones urbanisées sont principalement localisées hors du parc.

Note : Les lignes figurant en italiques correspondent à un zonage à cheval sur deux régions. Elles comprennent la totalité des communes, y compris celles hors Occitanie.

Source : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026.

Les parcs naturels régionaux (PNR) d'Occitanie

Parcs naturels régionaux	Population municipale au 1 ^{er} janvier				Taux d'évolution annuel moyen de la population (en %)			Superficie (km ²)	Densité au 1 ^{er} janv. 2023 (hab./ km ²)	Nombre de communes au 1 ^{er} janv. 2026
	2023	2017	2012	2007	2017- 2023	2012- 2017	2007- 2012			
Narbonnaise en Méditerranée	100 398	95 956	91 662	87 405	0,8	0,9	1,0	722	139	21
Haut-Languedoc	88 606	89 521	90 729	90 221	- 0,2	- 0,3	0,1	3 126	28	117
Grands Causses	69 353	69 021	68 245	68 166	0,1	0,2	0,0	3 268	21	93
Pyrénées Ariégeoises	45 243	44 487	44 537	43 865	0,3	- 0,0	0,3	2 447	18	138
Causses du Quercy	33 245	32 194	31 806	30 272	0,5	0,2	1,0	1 835	18	95
Corbières-Fenouillèdes	29 107	29 123	29 820	29 638	- 0,0	- 0,5	0,1	1 732	17	99
<i>Aubrac</i>	<i>27 266</i>	<i>27 782</i>	<i>28 312</i>	<i>28 845</i>	<i>- 0,3</i>	<i>- 0,4</i>	<i>- 0,4</i>	<i>2 195</i>	<i>12</i>	<i>64</i>
dont en Occitanie	24 956	25 447	25 872	26 270	- 0,3	- 0,3	- 0,3	1 894	13	52
Pyrénées catalanes	22 668	22 417	22 270	22 572	0,2	0,1	- 0,3	1 387	16	66

Note : 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 2026 ; ANCT, Observatoire des territoires.

Les zones France Ruralités Revitalisation (FRR) (définition 2024)

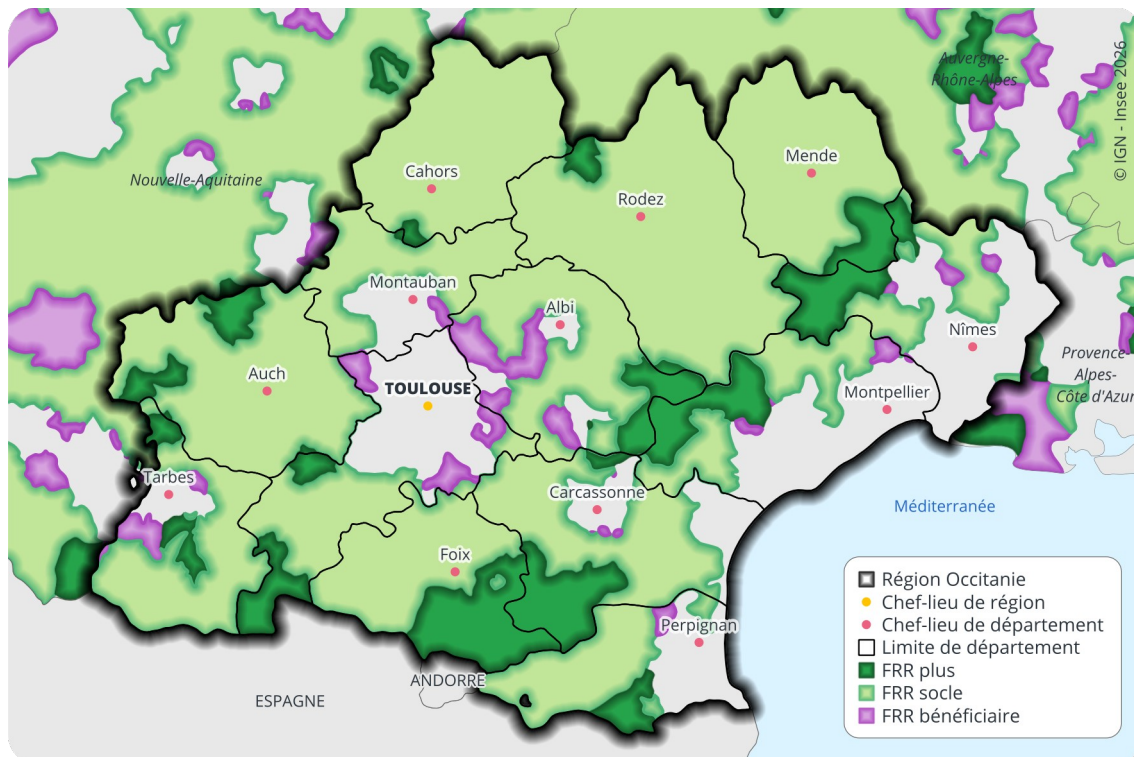
Une **zone France Ruralités Revitalisation (FRR)** a pour objectif de développer l'activité économique et l'attractivité territoriale. Les entreprises qui s'installent dans ces territoires bénéficient d'exonérations fiscales et sociales. Enfin, France Ruralités Revitalisation apporte un soutien renforcé aux collectivités.

Les zones FRR remplacent les zones de revitalisation rurale (ZRR) et les zones de revitalisation des commerces en milieu rural (Zorcomir). Elles sont entrées en vigueur au 1^{er} juillet 2024.

Des ajustements de cette réforme ont été adoptés en loi de finances pour 2025. Ils prévoient notamment que les communes auparavant situées en ZRR et n'ayant pas été classées FRR au 1^{er} juillet 2024, peuvent bénéficier des effets de ce nouveau zonage. Cette mesure transitoire s'applique jusqu'au 31 décembre 2027 et concerne plus de 2 000 communes FRR « bénéficiaires ».

Le zonage FRR est maintenant décliné en deux niveaux d'intervention afin d'apporter un soutien renforcé aux territoires les plus fragiles selon des critères objectifs de vulnérabilité des territoires ruraux :

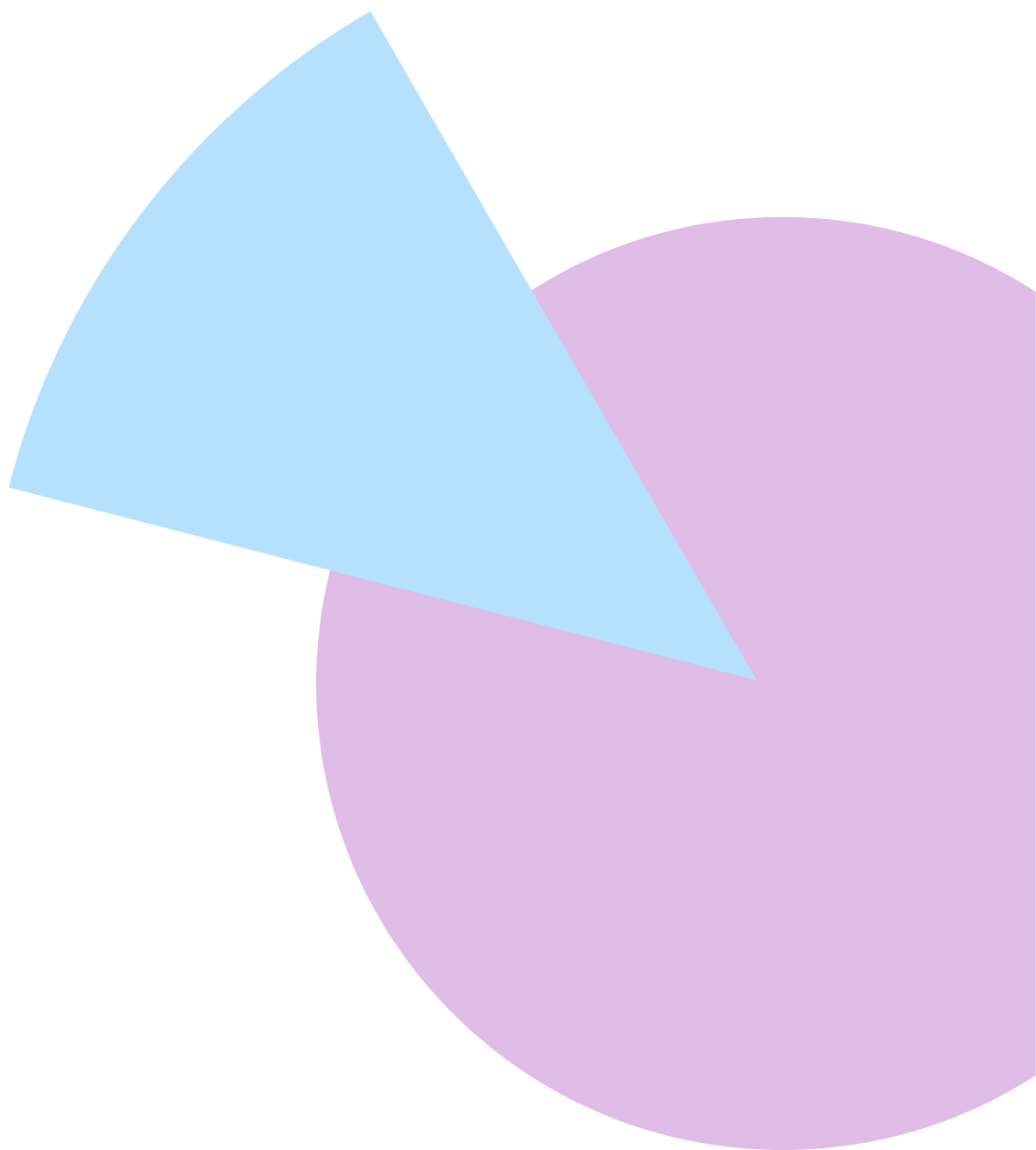
- Un niveau « socle » qui concerne près de 20 000 communes de métropole et d'outre-mer dont près de 17 800 communes classées en FRR et près de 2 200 communes bénéficiant des effets de ce nouveau zonage ;
- Un niveau renforcé, « FRR plus », pour le quart des communes classées FRR, permettant de renforcer le soutien aux territoires ruraux les plus vulnérables, avec un élargissement de l'assiette d'éligibilité (entreprises et opérations).



Territoires	Communes classées au 1 ^{er} janvier 2026		Population municipale au 1 ^{er} janvier 2023		Taux d'évolution annuel moyen de la population 2017-2023 (en %)
	Nombre	Part (en %)	Nombre	Part (en %)	
12 - Aveyron	285	100,0	279 609	100,0	0,0
32 - Gers	458	100,0	192 645	100,0	0,1
46 - Lot	312	100,0	176 473	100,0	0,3
09 - Ariège	325	100,0	155 722	100,0	0,3
48 - Lozère	152	100,0	76 486	100,0	- 0,0
81 - Tarn	230	73,2	171 646	43,2	0,2
11 - Aude	352	81,3	161 185	42,5	0,4
82 - Tarn-et-Garonne	142	72,8	109 347	41,1	0,3
65 - Hautes-Pyrénées	336	71,6	93 966	40,6	- 0,2
66 - Pyrénées-Orientales	137	60,6	83 003	16,7	1,1
30 - Gard	157	44,9	110 415	14,3	0,1
31 - Haute-Garonne	311	53,1	135 306	9,2	0,1
34 - Hérault	145	42,5	103 926	8,4	0,2
Occitanie	3 342	75,2	1 849 729	30,2	0,2
France (hors Mayotte)	17 856	51,2	12 643 959	18,6	- 0,0
France métropolitaine	17 744	51,1	10 715 494	16,2	- 0,1

Note : Les données du tableau ne concernent que les zones France Ruralités Revitalisation « FRR socle » et « FRR plus » (et non « FRR bénéficiaire »).

Sources : Insee, recensements de la population, géographie au 1^{er} janvier 2026 ; Collectivités Locales.



Recensement de la population

Le [recensement de la population](#) permet de connaître la population de la France, dans sa diversité et son évolution. Il fournit des statistiques sur le nombre d'habitants et leurs caractéristiques : répartition par sexe et âge, professions exercées, conditions de logement, modes de transport, déplacements domicile-travail ou domicile-études, etc. Depuis 2004, le recensement repose sur une collecte d'informations annuelle concernant successivement tous les territoires communaux au cours d'une période de cinq ans. Chaque année, des résultats de recensement sont produits à partir des cinq enquêtes annuelles les plus récentes, avec abandon des informations issues de l'enquête la plus ancienne et prise en compte de l'enquête nouvelle.

La situation sanitaire avait conduit à reporter à 2022 l'enquête annuelle de recensement de 2021. La méthode de calcul des populations annuelles a donc été adaptée et les évolutions mesurées sur la dernière période doivent être analysées avec un pas de six ans (ici 2017-2023). La comparaison des évolutions de la population sur des périodes de durées différentes (cinq ans pour 2007-2012 et 2012-2017, six ans pour 2017-2023) n'en reste pas moins pertinente, car toutes les données sont présentées en moyenne annuelle.

Banatic

La [base nationale sur l'intercommunalité \(Banatic\)](#), développée par la direction générale des collectivités locales (DGCL), constitue le système d'information de référence sur les données relatives à l'intercommunalité.

L'essentiel des zonages en Occitanie

accompagné d'indicateurs de population

Insee Dossier Occitanie n°31

Octobre 2026

Mis à jour chaque année, ce dossier présente les principaux zonages pour la région Occitanie, qu'ils soient administratifs, d'étude ou d'action publique. Pour chacun d'eux, il fournit des indicateurs de population, superficie et densité de peuplement. La géographie de référence de cette édition est celle du 1^{er} janvier 2026.

Cet atlas est un outil de travail opérationnel permettant d'appréhender les principaux zonages à disposition des acteurs de la région, leurs spécificités et leurs complémentarités. Il permet à l'utilisateur de choisir le zonage le plus pertinent selon le type d'analyse du territoire qu'il souhaite mener.

Retrouvez l'ouvrage ainsi que les données sur
insee.fr

