

# 1 OBJECTIF PLANÈTE



Notre société est aujourd'hui en « état d'ébriété », c'est-à-dire dopée à la consommation de ressources : nous en consommons beaucoup trop, et plus que ce que notre planète est capable de reconstituer, avec des conséquences néfastes pour le climat, l'environnement, la biodiversité et la santé des populations. Les collectivités ont l'immense défi de réorienter notre société vers plus de sobriété en énergie, en matériaux, en ressources, en espaces et de repenser les capacités de résilience de leurs territoires.

**France Nature Environnement se mobilise pour accompagner la société française dans cette transition vers un modèle plus sobre, permettant de ramener l'empreinte écologique de la France de 3 planètes aujourd'hui à 1,5 en 2030 et 1 en 2050. Ce kit est conçu pour aider les collectivités à adopter une démarche de sobriété dans tous les domaines, en s'appuyant notamment sur des pratiques déjà mises en œuvre avec succès en France ou à l'étranger.**

Si toute l'humanité vivait comme les Français-es, il faudrait



**3 PLANÈTES**  
pour couvrir nos besoins



**OBJECTIF**



**1,5 PLANÈTE**  
en 2030



**1 PLANÈTE**  
en 2050

## 10 FICHES PRATIQUES POUR AGIR EN TANT QUE COLLECTIVITÉ



### **1 LA SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE**

Repenser nos besoins pour sortir de l'ébriété



### **2 LA SOBRIÉTÉ DES MOBILITÉS**

Modérer la demande de transports et adapter l'offre



### **3 LA SOBRIÉTÉ LUMINEUSE**

Réduire l'éclairage, une idée lumineuse !



### **4 LA SOBRIÉTÉ FONCIÈRE**

Objectif : zéro artificialisation nette



### **5 LA SOBRIÉTÉ DU SECTEUR BTP**

Rénover plutôt que construire



### **6 LA SOBRIÉTÉ EN EAU**

Pour un usage raisonné et équitable d'une ressource précieuse



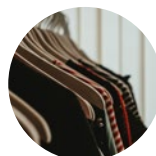
### **7 LA SOBRIÉTÉ AGRICOLE**

Pour une agriculture respectueuse du vivant



### **8 LA SOBRIÉTÉ DE L'ÉLEVAGE**

Pour un élevage plus durable au service d'une alimentation plus saine



### **9 LA SOBRIÉTÉ TEXTILE**

Mettre la sobriété à la mode



### **10 LA SOBRIÉTÉ NUMÉRIQUE**

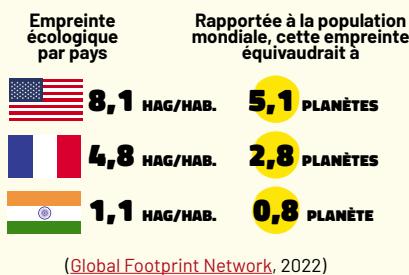
Maîtriser une « dématérialisation » aux impacts bien réels

## CALCULER LES EMPREINTES DES ACTIVITÉS HUMAINES

Toute activité humaine a des impacts sur l'environnement. Plusieurs indicateurs ont été définis par les scientifiques et les économistes pour mesurer ces impacts et suivre leur évolution dans le temps.

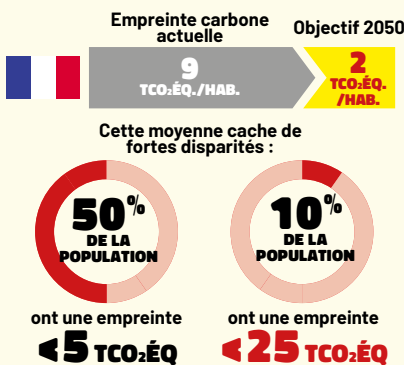
### 1. EMPREINTE ÉCOLOGIQUE

Superficie biologiquement productive nécessaire pour subvenir aux besoins d'une population donnée (en hectares globaux, ou hag). La biocapacité mondiale est évaluée à 12,2 milliards de hag, soit environ 1,6 hag/hab.



### 2 EMPREINTE CARBONE

Quantité de gaz à effet de serre (GES) émis par une activité humaine (en tonnes de « CO<sub>2</sub> équivalent », ou tCO<sub>2</sub>éq.).



### 3 EMPREINTE MATIÈRE

Quantité de matière (biomasse, minéraux, métaux) extraite pour satisfaire les besoins d'une population donnée (en tonnes). Elle prend en compte les importations, ce qui est le cas de la majorité des ressources consommées en France.



## LA SOBRIÉTÉ : POURQUOI ? COMMENT ?

En 2015, l'Accord de Paris fixe un cap planétaire : maintenir l'augmentation de la température moyenne de la planète entre 1,5 et 2°C par rapport à l'ère pré-industrielle et atteindre la neutralité carbone (nette) d'ici 2050. La France s'est engagée à respecter l'objectif européen de réduction des émissions de gaz à effet de serre (GES) de 55 % entre 1990 et 2030 et fixe des « budgets carbone » par secteur d'activité. Tous les scénarios permettant d'atteindre cet objectif incluent des mesures de sobriété, mais de quoi s'agit-il exactement ?

### >>> TROUVER UN POINT D'ÉQUILIBRE ENTRE BESOINS ET RESSOURCES

Souvent interprétée à tort comme synonyme de privation, de décroissance ou de retour en arrière, la sobriété se définit plutôt comme **la recherche au niveau individuel et collectif d'un équilibre entre besoins et juste répartition des ressources disponibles**. C'est donc un levier indispensable pour une transition vers un monde plus juste et plus soutenable.

*Les politiques de sobriété sont un ensemble de mesures et de pratiques quotidiennes qui évitent une demande en énergie, en matières premières, en terres et en eau, tout en assurant le bien-être de tous dans le respect des limites planétaires.* » (Rapport du GIEC, avril 2022)

En 2009, une équipe scientifique internationale a défini **9 limites planétaires** en-deçà desquelles l'humanité peut poursuivre son développement dans des conditions favorables (Stockholm Resilience Centre). En 2023, sept de ces limites ont d'ores et déjà été dépassées, faisant craindre une déstabilisation irréversible des équilibres planétaires.

La théorie du donut, formulée par l'économiste Kate Raworth, associe au « plafond environnemental » des limites planétaires un « plancher social » des besoins fondamentaux, délimitant ainsi un espace sûr et juste pour l'humanité.

Évoluer vers un modèle de société plus sobre permet de répondre à la fois aux enjeux sociaux et environnementaux : il s'agit de **garantir à chaque personne des conditions de vie dignes, tout en respectant les limites planétaires**.

### >>> TRANSFORMER LA SOCIÉTÉ EN PROFONDEUR

Pour faire de la sobriété un levier de la réduction des émissions de GES, le GIEC recommande d'agir simultanément sur 5 dimensions :

1. les individus (par les choix de consommation),
2. la culture (par la transformation des normes sociales et des valeurs),
3. les entreprises (par les investissements),
4. les institutions (par l'action politique : loi, réglementation, fiscalité),
5. les changements d'infrastructures.

La sobriété va donc **au-delà des gestes individuels** : elle correspond à des changements fondamentaux de la société, et à la mise en place de politiques publiques ambitieuses pour soutenir les activités et modes d'organisation les plus sobres et limiter les plus consommateurs, en tenant compte de l'impératif de justice sociale pour une juste répartition de l'effort.



Fig. 1 Les gestes individuels peuvent contribuer à atteindre l'objectif fixé, mais c'est sur les entreprises et l'État que repose l'essentiel de l'effort à fournir (carbone4.com).

# ET LES COLLECTIVITÉS DANS TOUT ÇA ?

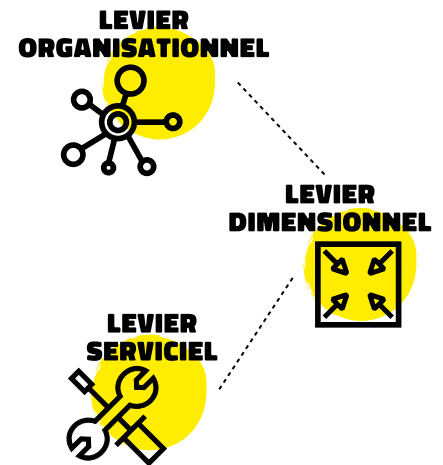
Les collectivités ont un rôle clé à jouer pour mettre la sobriété au cœur de la stratégie du territoire. Du fait des politiques publiques dont elles ont la charge en matière d'énergie, d'urbanisme, d'habitat, de mobilité et de gestion des ressources, elles ont une immense capacité d'action en faveur de la sobriété, en interne et au sein de leur territoire.

## >>> UNE RÉFLEXION À PLUSIEURS NIVEAUX

La sobriété est une démarche globale qui invite à interroger ses besoins pour les dimensionner de manière adaptée et éviter le gaspillage des ressources. L'association négaWatt distingue plusieurs leviers de sobriété :

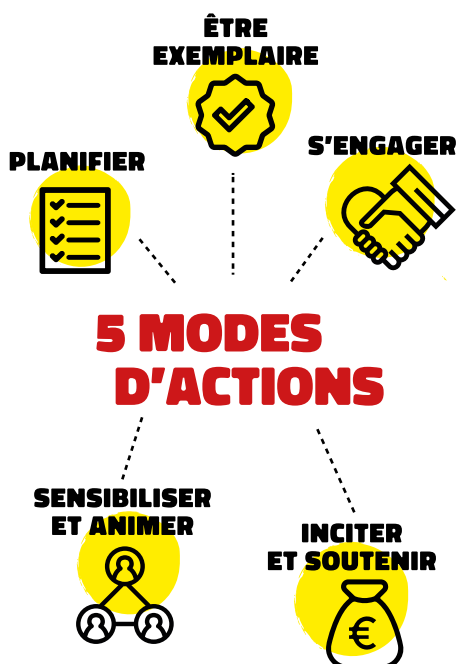
- **Levier organisationnel** : repenser l'organisation collective pour diminuer notre consommation de ressources et créer les conditions de la sobriété, notamment à travers l'aménagement du territoire et la mise à disposition de services partagés (télétravail, covoiturage ou autopartage, pistes cyclables, ressourceries, tiers-lieux...).
- **Levier dimensionnel** : dimensionner nos équipements et services en fonction de nos besoins (flotte de véhicules plus petits, parc informatique adapté aux besoins...).
- **Levier serviciel** : réfléchir à notre consommation de biens et de services pour l'optimiser (augmentation de la durée d'utilisation, réduction de la consommation...).

# LES 3 LEVIERS DE LA SOBRIÉTÉ



## SOBRIÉTÉ OU EFFICACITÉ ?

Les politiques publiques tendent à favoriser des mesures d'efficacité énergétique, consistant à réduire nos impacts grâce à des évolutions techniques, plutôt que de remettre en cause le dimensionnement de nos biens et services. Par exemple : éteindre une lumière est une mesure de sobriété tandis que remplacer les ampoules par des LED moins gourmandes en énergie est une mesure d'efficacité. Les mesures d'efficacité doivent intervenir **en complément des mesures de sobriété** : il faut dimensionner d'abord correctement un service ou un produit (sobriété), puis améliorer ses performances pour réduire encore son impact (efficacité).



## >>> UTILISER TOUS LES MODES D'ACTION DISPONIBLES

Les collectivités disposent de nombreux moyens d'action pour engager leur territoire dans une démarche de sobriété :

- **Engagement politique** : assumer que la sobriété soit activée dans tous les secteurs d'activités en lien avec les compétences de la collectivité.
- **Planification et suivi dans la durée** : mobiliser la sobriété aux différentes échelles via les outils stratégiques, réglementaires, de planification (SRADDET, SCoT, PCAET, PLUi...).
- **Exemplarité** : agir sur le patrimoine (diagnostic et gestion énergétique de l'immobilier, schéma directeur immobilier et énergie, flotte de véhicules sobres...), la politique d'achat et la commande publique, le choix des prestataires engagé-es, l'organisation du travail des agent-es.
- **Mobilisation et animation** des élu-es et des services de la collectivité, des autres acteurs du territoire et de l'ensemble de la population (défis, actions de sensibilisation...). De nombreuses collectivités mènent des actions relevant de la sobriété, parfois sans le savoir et sans les désigner comme telles. En les rendant visibles en interne et en externe, la collectivité crée un nouveau récit en faveur d'une sobriété systémique et bénéfique pour tous et toutes.
- **Soutien (financier et technique) aux actions de sobriété** : soutenir les activités favorisant le réemploi, le partage, l'échange, les low-techs, les produits et services locaux... A l'inverse, arrêter de soutenir des actions nuisibles à l'environnement et favorisant l'ébriété.



## L'ESSENTIEL

La sobriété est une réponse rapide pour améliorer la résilience de la France aux crises externes, tous secteurs confondus. La sobriété énergétique écarte les besoins de produire davantage d'énergie, réduisant de fait les conflits sociaux et environnementaux liés aux surfaces d'implantations et la concurrence d'usage des sols. Il en est de même pour la sobriété matérielle, qui évite les consommations de ressources naturelles et les impacts environnementaux, sociaux et sanitaires de l'extraction ou de la déforestation par exemple.

Au-delà des gains en termes de consommation des ressources et d'impact environnemental, les mesures de sobriété présentent des bénéfices pour l'ensemble de la société (santé publique, économies, justice sociale, amélioration du cadre de vie...). Tous les scénarios de prospective confirment qu'elles sont indispensables pour atteindre la neutralité carbone en 2050.

**Pour France Nature Environnement, la sobriété est une nécessité afin de vivre dans un monde vivable et juste. C'est une démarche collective et individuelle de réduction ambitieuse des consommations et des productions, qui ne doit pas être subie mais choisie et organisée, notamment à travers une juste répartition de l'effort.**

## RESSOURCES UTILES

### >>> COMPRENDRE ET PARLER DE LA SOBRIÉTÉ

- [La sobriété : définition, enjeux et impacts](#), fne.asso.fr, publié le 18 oct. 2022.
- [Décoder la sobriété. Glossaire évolutif pour une économie locale juste et économe en ressources](#), Energy cities, 2023.
- [Repères sur la mise en récit\(s\) de vos projets de transitions](#), CERDD, 2023.
- [Panorama sur la notion de sobriété – définitions, mises en œuvre, enjeux](#), Florian Cézard, Marie Mourad, 2019.



### >>> EXEMPLES DE POLITIQUES PUBLIQUES

- [Politiques territoriales de sobriété](#), Ademe, 2021.
- [Politiques territoriales de sobriété : retours d'expérience](#), Ademe (Normandie).
- [cler.org/elus](#) : espace dédié aux élu-es sur le site du CLER – Réseau pour la transition énergétique.
- [Engager des politiques locales de sobriété](#), Virage Énergie, 2023.

### >>> ANIMATION ET DÉFIS

- [Opération Osez changer](#) (Ademe, 2022), avec notamment le challenge BISOU pour questionner son besoin (p. 18).
- [Serious game Virage Sobriété](#) pour élaborer sa stratégie territoriale de sobriété énergétique, et [autres outils de sensibilisation](#) de Virage Énergie.
- [Défi "Rien de neuf"](#) lancé par Zero Waste France.

