HAUT-COMMISSARIAT
À LA STRATÉGIE
ET AU PLAN
Liberté
Égalité
Fraternité

NOTE DE SYNTHÈSE

Agir pour la sobriété : un enjeu de politiques publiques

NOVEMBRE
2026

Blocage du détroit d'Ormuz, flambée des prix du pétrole : comme en 2022, la crise remet la sobriété au premier plan. La sobriété, qui consiste à modérer la production et la consommation de biens et de services mobilisant des ressources, suppose de réinterroger les besoins et les usages. Elle se distingue de l'efficacité – qui permet de fournir un même service avec moins de ressources – et de l'amélioration technologique. Ces trois leviers se complètent. La sobriété, incontournable pour la transition écologique, permettrait de réduire les émissions de gaz à effet de serre d'environ 10 % à 30 % selon les scénarios, et de diminuer la consommation d'énergie, de matériaux primaires et d'eau d'environ un cinquième. Mais la sobriété ne sert pas seulement des objectifs environnementaux : en réduisant les dépendances aux importations d'énergie, aux matières premières ou à la biomasse, elle renforce notre souveraineté. Elle améliore également la santé publique, par exemple en encourageant des modes de déplacement actifs (vélo, marche) ou une alimentation moins transformée, plus diversifiée et ne surconsommant pas de calories, ainsi qu'en diminuant l'exposition à certaines pollutions (les particules, le bruit issu des véhicules thermiques, etc.).

Les Français sont plutôt favorables à la sobriété, mais leurs pratiques s'adaptent plus difficilement. L'action publique, quant à elle, reste trop centrée sur les gestes individuels. Les changements de comportements ne peuvent relever uniquement de choix des individus, les pratiques étant souvent contraintes. Différents leviers de politiques publiques sont mobilisables pour développer des pratiques sobres, en fonction du type d'environnement à faire évoluer. Les outils de communication et de sensibilisation aux enjeux écologiques (environnement cognitif) éclairent les acteurs sur les choix de consommation, mais doivent être complétés par d'autres leviers. Les politiques de taxation et de subvention influent sur la rentabilité des alternatives sobres pour les ménages (environnement économique). L'aménagement du territoire et les infrastructures, tout comme l'offre des entreprises (environnement physique), encadrent directement les pratiques individuelles. Les représentations collectives, marquées aujourd'hui par des injonctions à la surconsommation, structurent les dynamiques de consommation et d'usage (environnement socioculturel). L'accompagnement des plus modestes est, surtout, essentiel.

Nous recommandons donc d'inscrire la sobriété dans une stratégie de long terme[1], de veiller à sa prise en compte dans toutes les politiques publiques et d'agir ainsi sur l'ensemble des environnements précédemment mentionnés. Il convient donc de renforcer la qualité de l'information environnementale, de mobiliser tous les instruments économiques (fiscalité, marchés de quotas, subventions) en veillant à leurs effets redistributifs dans un souci de transition juste, d'allouer des moyens humains et financiers suffisants pour développer les infrastructures et les offres permettant des pratiques sobres, et d'adapter le système productif, par exemple en favorisant l'économie de la fonctionnalité. Il est enfin essentiel d'agir en profondeur sur l'environnement socioculturel : en encadrant mieux la publicité, en promouvant des récits positifs de la sobriété, en renforçant l'exemplarité de l'État et en agissant sur la consommation ostentatoire, en soutenant les espaces de délibération citoyenne sur l'évolution des modes de vie, et en formant la population aux enjeux de sobriété tout au long de la vie.

1. Pour plus de détails, se référer au rapport que synthétise la présente note : Ferrière S., Robinet A. et Tessé S. (2026), ***Sobriété. Des gestes individuels aux choix collectifs***, HCSP, novembre.

Simon Ferrière
et **Alice Robinet,**
département Environnement

Sarah Tessé,
département Société
et Politiques sociales

La *Note de synthèse* est publiée sous la responsabilité éditoriale du Haut-commissaire à la Stratégie et au Plan. Les opinions exprimées engagent leurs auteurs et n'ont pas vocation à refléter la position du gouvernement.

www.strategie-plan.gouv.fr

La sobriété est aujourd'hui mise en avant par les pouvoirs publics comme une réponse aux crises énergétiques ou aux tensions persistantes sur les ressources. C'est un levier dont on ne peut se passer si on veut atteindre nos objectifs environnementaux, mais qui peut aussi concourir à des objectifs de santé publique ou de souveraineté.

Comment les politiques publiques peuvent-elles encourager les usagers et consommateurs à adopter des comportements plus sobres, c'est-à-dire à consommer moins mais mieux ? Responsabiliser les individus ne suffit pas. Les acteurs publics ont un rôle structurant à jouer pour transformer le cadre de vie des individus et faciliter le passage à des pratiques plus sobres.

LA SOBRIÉTÉ : UN LEVIER INDISPENSABLE POUR LE CLIMAT, LA SOUVERAINETÉ ET LA SANTÉ

La notion de sobriété : de la vertu de modération à la définition du Giec[2]

Les racines philosophiques et religieuses de la notion de sobriété en font une vertu associée à une vie simple et mesurée, synonyme de tempérance et de modération. Elle s'oppose à l'excès et à l'absence de limites.

La prise de conscience des limites planétaires et les débats des années 1960 et 1970 sur les conséquences écologiques du productivisme et de la société de consommation, dont le rapport du Club de Rome[3] de 1972 est un jalon, ont contribué à donner à la notion de sobriété une portée plus politique, renforcée depuis par la montée des enjeux environnementaux.

L'Ademe la caractérise comme une « modération dans la production et la consommation de biens et de services nécessitant des ressources[4] ». L'institut négaWatt[5] la définit comme une démarche de modération sur les services rendus, déclinée sous quatre formes : la sobriété structurelle, qui correspond à l'organisation de l'espace et des activités de façon à réduire les besoins (dans les politiques d'aménagement, par exemple) ; la sobriété dimensionnelle, qui vise l'ajustement de la taille des équipements ou des biens, comme la taille d'un véhicule ou des habitations ; la sobriété d'usage, qui modifie l'utilisation des biens pour en réduire la consommation (limiter la vitesse de circulation, réparer les équipements, etc.) ; et enfin la sobriété conviviale, qui est fondée sur leur mutualisation pour réduire le volume global de la demande (comme l'autopartage). L'intérêt de cette typologie est de montrer que la sobriété se joue à plusieurs échelles de la société et implique conjointement des actions individuelles et collectives.

Le dernier rapport du Giec introduit la notion de « *sufficiency* », proche de la notion française de sobriété : c'est « l'ensemble des mesures publiques et des pratiques quotidiennes qui permettent d'éviter une partie de la demande en énergie, matériaux, sols et eau, tout en garantissant le bien-être dans le respect des limites planétaires[6] ». Cette définition est une étape importante de l'intégration de la notion dans le débat public international et met l'accent sur le rôle des pouvoirs publics. Le Giec préconise trois leviers de limitation du rôle de la demande dans la réduction des émissions de gaz à effet de serre : modérer, voire éviter certains actes de consommation (« *avoid* », qui s'approche le plus de la notion de sobriété définie précédemment) non nécessaires, par exemple limiter son usage de la voiture ; substituer des biens et services vertueux à des biens et services carbonés ou fortement consommateurs en ressources (« *shift* »), par exemple en favorisant les transports en commun pour remplacer l'usage de la voiture ; réaliser des gains d'efficacité permis par la technologie (« *improve* »), par exemple en améliorant le rendement énergétique des voitures.

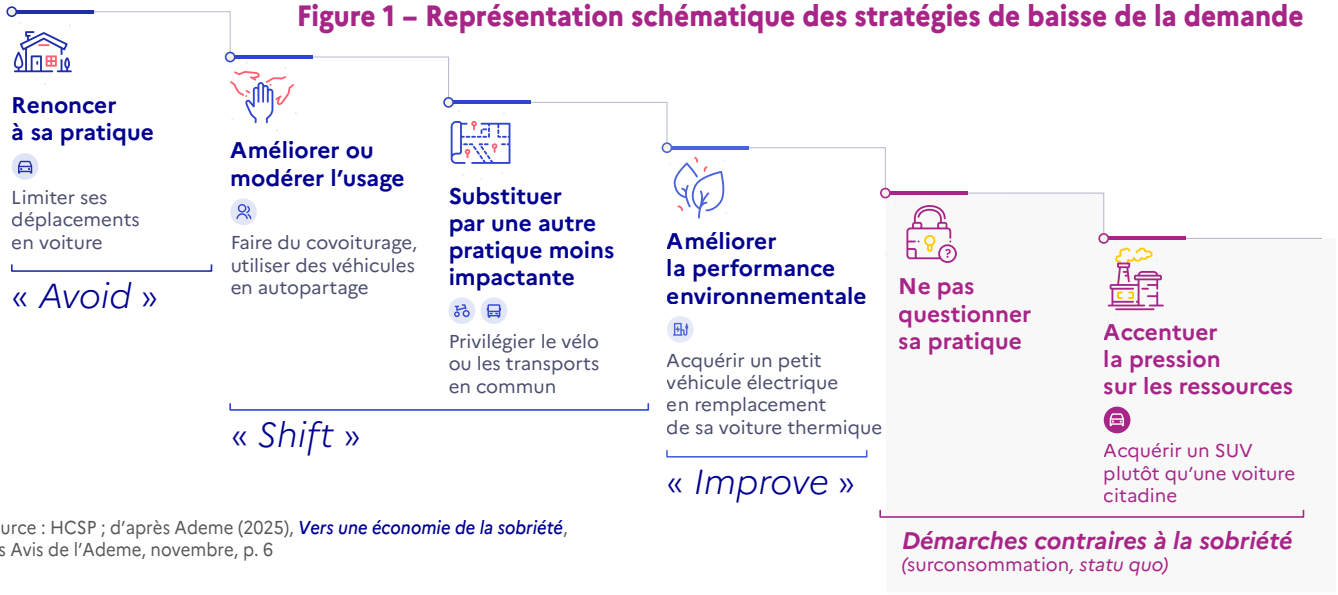
Les mesures de sobriété s'articulent ainsi avec d'autres leviers, en particulier celui de l'efficacité (voir Figure 1 page suivante). Là où la sobriété interroge le volume ou la nature de la demande (consommer « moins mais mieux »), l'efficacité porte sur la quantité de ressources nécessaires à un bien ou un service donné (consommer « autant avec moins »).

La sobriété ne se borne pas aux efforts de réduction de consommation énergétique, mais s'applique également aux ressources naturelles, telles que le foncier, l'eau, les matières premières, etc.

Par exemple, la sobriété matière vise à limiter l'exploitation des matières premières en agissant sur la quantité de biens produits, leur dimensionnement, leur durée de vie, la réparation ou le réemploi[7]. La sobriété foncière vise à réduire, voire arrêter, l'artificialisation des sols et à concentrer la construction sur des sols déjà urbanisés. La sobriété hydrique consiste à réduire les prélèvements et la consommation d'eau.

2. Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat.
3. Le Club de Rome a publié en 1972 le rapport *The Limits to Growth (Les limites à la croissance)*, commandé par le Massachusetts Institute of Technology (MIT). Ce rapport est également connu sous le nom « rapport Meadows ».
4. Ademe (2019), « Panorama sur la notion de sobriété », synthèse, novembre, 10 pages, p. 9.
5. Association négaWatt (2016), « Qu'est-ce que la sobriété ? », *Fil d'argent*, n° 5, hiver, p. 11-13.
6. Giec (2024), ***Climate Change 2023. Synthesis Report***, résumé pour décideurs, p. 29.
7. Ademe (2025), « Sobriété matière et réemploi : outils, initiatives et travaux réalisés », septembre.

Figure 1 – Représentation schématique des stratégies de baisse de la demande



Source : HCSP ; d'après Ademe (2025), *Vers une économie de la sobriété*, Les Avis de l'Ademe, novembre, p. 6

Il existe des interactions entre ces secteurs. Ainsi, la production d'énergie nucléaire nécessite d'utiliser de l'eau, et le développement des infrastructures mobilise une quantité importante de matières (béton, acier), d'eau et de foncier. Une politique de sobriété ne peut donc être cohérente et efficace que si elle prend en compte ces interdépendances, pour éviter que les efforts de sobriété dans un domaine n'entraînent une consommation excessive dans un autre.

Son potentiel dans la transition écologique est significatif

Tous les grands scénarios de transition, nationaux comme internationaux, intègrent une part de sobriété. Chacun retient ses propres définitions, périmètres et situations de référence, si bien que leurs résultats ne peuvent être comparés directement. Un ordre de grandeur se dégage néanmoins : **d'ici 2050, la sobriété permettrait de réduire d'environ un cinquième la consommation d'énergie, de matériaux primaires et d'eau, et de 10 % à 30 % les émissions de gaz à effet de serre selon les scénarios. Ce potentiel est significatif, mais il ne fait pas de la sobriété le principal levier de la transition : dans ces mêmes scénarios, la technologie (véhicules électriques, pompes à chaleur, électrification de l'industrie) et l'efficacité pèsent davantage.**

Si la sobriété reste indispensable, c'est d'abord parce qu'elle est le levier le plus rapide à mobiliser. De nombreuses mesures de sobriété peuvent être déployées sans attendre le renouvellement des équipements ou de lourds investissements. Les travaux de l'Agence internationale de l'énergie (AIE) le montrent : la sobriété ne représente qu'environ 4 % des réductions d'émissions en 2050, mais 10 % des émissions cumulées évitées d'ici là[8]. Cette moyenne mondiale est une borne basse pour la France, car la sobriété a vocation à jouer un rôle plus important dans les économies avancées, où les niveaux de consommation sont plus élevés. Encore faut-il la mobiliser pour les ressources, et pas seulement pour la réduction des émissions carbone. Par exemple, même avec un scénario qui mise beaucoup sur la sobriété, 65 % du territoire connaîtrait des tensions sur l'eau durant les années sèches en 2050[9]. **Cela plaide pour des scénarios qui croisent les différentes formes de sobriété (énergie, eau, matières et sols) et qui les planifient.**

Elle contribue à de multiples objectifs de politiques publiques

La sobriété contribue à l'atteinte des objectifs environnementaux. **Elle a également des effets positifs sur la santé, la souveraineté ou encore le pouvoir d'achat.** Ceux-ci sont souvent considérés seulement comme des co-bénéfices de la sobriété, alors qu'elle en est un levier majeur. En réduisant les besoins en énergies fossiles, métaux critiques, biomasse, etc., **la sobriété limite l'exposition aux chocs géopolitiques et aux ruptures d'approvisionnement**, et renforce ainsi l'autonomie stratégique de la France.

Elle améliore également la santé publique. Ainsi, les mobilités actives (marche, vélo, etc.) sont des pratiques sobres au sens où elles consomment moins (voire pas) de ressources, émettent peu de gaz à effet de serre et agissent contre la sédentarité et les pathologies qui lui sont associées. De même, la réduction du trafic automobile améliore la qualité de l'air et diminue les nuisances sonores, ce qui est favorable à la santé. Enfin, des régimes alimentaires moins carnés sont recommandés pour leurs bienfaits nutritionnels.

8. AIE (2021), « Do we need to change our behaviour to reach net zero by 2050? », Agence internationale de l'énergie, article du 29 octobre.
9. Viennot M., de Montaignac M. et Robinet A. (2025), *Repenser la mutualisation des risques climatiques*, rapport, HCSP, juin.

La sobriété n'est pas incompatible avec le développement économique, comme le montre l'Ademe dans l'évaluation de ses scénarios « Transition(s) 2050[10] ». Notons qu'à l'inverse, la surconsommation peut avoir des effets néfastes sur l'économie : le développement du numérique, par exemple, peut être à l'origine de coûts liés à la dégradation de la santé mentale et à la perte de temps productif associé.

À l'échelle individuelle, adopter des comportements sobres permet de réduire certaines dépenses, et de libérer du pouvoir d'achat pour favoriser la consommation de biens de meilleure qualité, plus durables, moins consommateurs de ressources, ou de remplacer la consommation de biens par des services… Il est vrai que la sobriété peut également entraîner des effets rebond si les économies réalisées sont réaffectées à des consommations intensives en ressources, mais ceux-ci sont plus limités que ceux associés aux seuls gains d'efficacité.

À l'échelle collective, la mise en place de politiques de sobriété exige une transformation du système productif, pour **produire des biens plus légers, mieux réparables, durables…** Elle peut donc tirer bénéfice de l'innovation technologique. **Une société sobre n'est donc pas une société qui renonce à l'innovation : elle en change la finalité.** Cela nous invite à déployer, au-delà du PIB et de sa croissance, des **indicateurs de réussite** relatifs notamment à la santé, au bien-être, aux inégalités, aux émissions de gaz à effet de serre et à l'état des écosystèmes.

Enfin, **la recherche d'équité est une condition d'adhésion aux dispositifs de sobriété**. Les ménages modestes consomment moins en moyenne que les ménages plus aisés, mais cette sobriété est parfois une contrainte. Elle repose souvent sur des pratiques économes, voire des stratégies de « débrouille rurale[11] » (réparation, potager, basse-cour, etc.), qui sont en adéquation avec les objectifs de transition écologique et qu'il convient donc de valoriser. Cependant, **sans accompagnement adéquat, les ménages modestes, mais aussi une partie de la classe moyenne, ont peu de marges d'adaptation aux évolutions réglementaires ou économiques pour changer certains de leurs comportements moins sobres, faute de moyens ou d'alternatives** (dispositifs de covoiturage, par exemple). Il faut maîtriser les effets redistributifs des politiques de sobriété, car elles sont d'autant mieux acceptées qu'elles sont jugées à la fois efficaces et justes.

Les politiques de sobriété gagneraient à être accompagnées de **mesures d'exemplarité**, que ce soit en limitant la surconsommation des plus riches (vols en jets privés) ou par l'adoption par les représentants de l'État des comportements promus par les politiques publiques. Même si ces mesures ont un effet limité sur les émissions globales, elles sont importantes pour mettre en lumière la volonté de juste répartition de l'effort et renforcer ainsi la légitimité des politiques plus structurantes.

LES POLITIQUES PUBLIQUES DOIVENT CRÉER UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE À LA SOBRIÉTÉ

Les Français ont une image plutôt positive de la sobriété[12] : les pratiques sobres sont associées à des sentiments positifs, voire sont sources de fierté. Par exemple, 74 % des personnes qui déclarent conserver leur smartphone au moins trois ans en sont fières, et 77 % des Français soutiennent la mise en œuvre de mesures collectives de sobriété, comme la régulation de la température dans les bâtiments publics.

Pour réussir, les politiques de sobriété doivent viser des transformations plus structurelles et collectives

Plusieurs organismes[13] jugent que, dans la troisième Stratégie nationale bas carbone (SNBC 3), le levier de la sobriété est insuffisamment mobilisé par rapport aux leviers d'efficacité et de changement technologique, et qu'il reste trop centré sur les gestes individuels (comme la baisse de la température de son logement). **L'influence des choix collectifs (infrastructures, équipements collectifs, modes de production, etc.) sur les comportements individuels de consommation apparaît ainsi insuffisamment mise en lumière au niveau stratégique.**

Pour évaluer l'importance de ces choix collectifs, l'approche par les modes de vie, développée par l'Iddri[14], est un cadre théorique utile. Elle permet d'identifier les leviers de politiques publiques qui agissent sur les environnements au sein desquels les individus évoluent, et qui organisent leurs modes de vie.

Cette approche permet d'enrichir une analyse qui ne considérerait que le comportement d'un individu moyen (par exemple le futur acquéreur d'un véhicule électrique) pour définir des politiques publiques. En prenant en compte la diversité des groupes sociaux, caractérisés par des attentes, des contraintes, des représentations différentes, elle permet d'affiner les dispositifs. Face à une hausse du prix de l'énergie, par exemple, les ménages les plus favorisés peuvent investir dans des équipements performants alors que les ménages modestes réduisent davantage leur consommation.

10. Ademe (2022), Transition(s) 2050. ***Feuilleton « Les effets macroéconomiques »***, mars.
11. Enquête de la sociologue Fanny Hugues. Voir Bordenet C. (2026), « **"Les débrouilles rurales sont résolument économes" : à la campagne, l'écologie modeste et non revendiquée des classes populaires** », *Le Monde*, article du 4 février.
12. Ademe (2025), « **Baromètre sobriété et modes de vie – deuxième vague** », novembre.
13. OFCE (2026), « **Une SNBC sobre en matière de sobriété** » ; Haut Conseil pour le climat (2026), ***Avis sur le projet de troisième Stratégie nationale bas-carbone (SNBC 3)***, mars ; Autorité environnementale (2026), « **Avis délibéré de l'Autorité environnementale sur le 3e Stratégie nationale bas-carbone** », mars.
14. Saujot M., Nasr C., Brocard C., Bet M., Dubuisson-Quellier S. et Plessz M. (2024), « **"Quand on peut, on veut". Conditions sociales de réalisation de la transition : une approche par les modes de vie** », *Décryptage*, n° 08, Iddri, juillet.

Agir sur l'environnement des individus : un levier nécessaire au développement de pratiques sobres

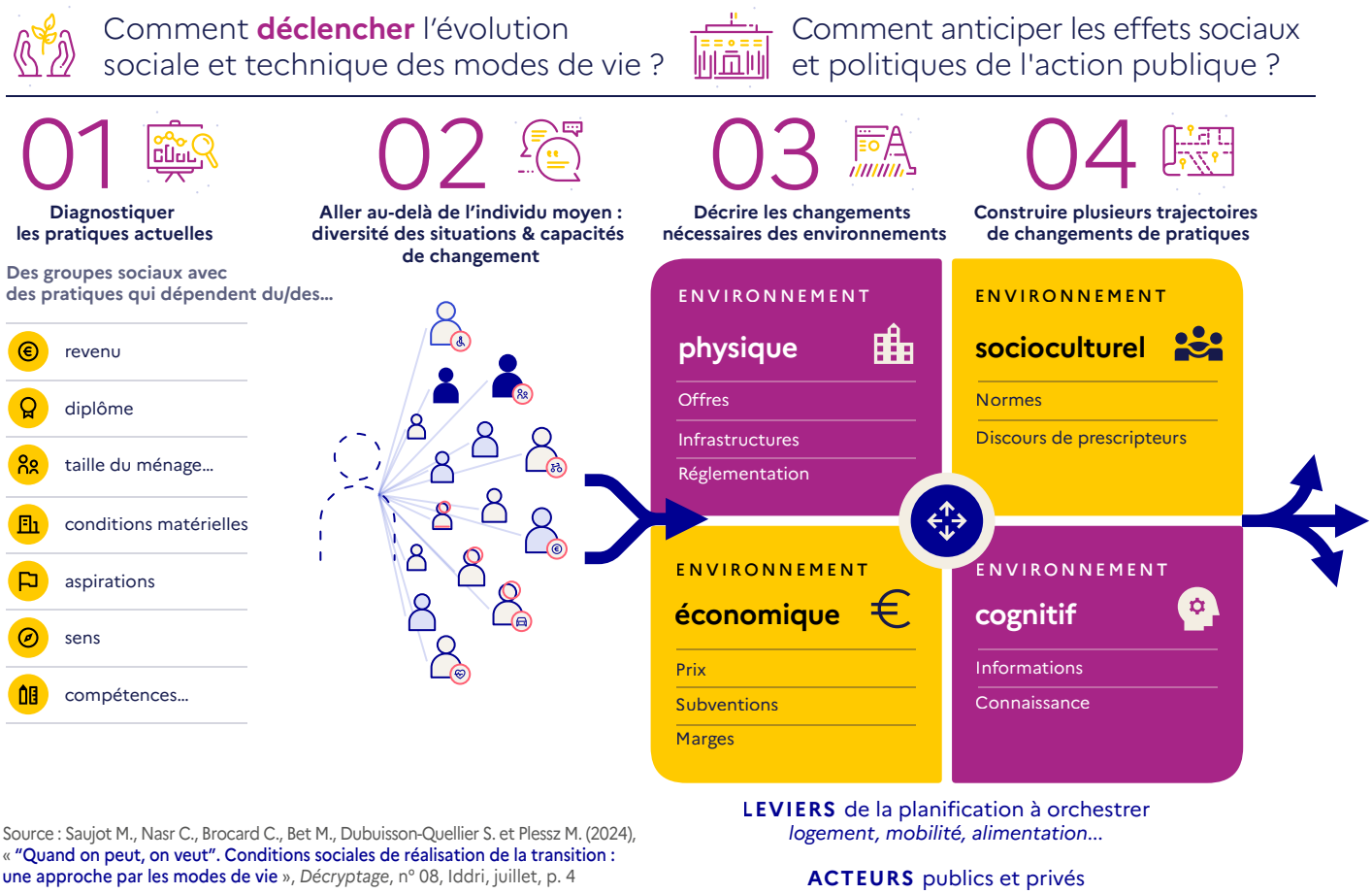
Différents leviers de politiques publiques sont mobilisables, en fonction du type d'environnement à faire évoluer. Ils sont complémentaires et se soutiennent mutuellement.

L'Iddri distingue quatre composantes de l'environnement des individus (voir Figure 2).

L'environnement cognitif regroupe des outils de communication et de sensibilisation aux enjeux écologiques – campagnes d'information, création de labels, affichages environnementaux, « *nudges* » (ou « coups de pouce »), etc. Montées en puissance ces dernières années[15], ces actions ne peuvent être efficaces que si l'inertie des comportements s'explique par un déficit de connaissance. Disposer d'informations fiables ne suffit toutefois pas nécessairement à faire les bons choix, les travaux de sciences comportementales et des sciences sociales montrant le rôle majeur des émotions, des représentations et des normes sociales dans le passage ou non à l'action. C'est ce qui peut expliquer le décalage entre le fait que 82 % des Français estiment déjà avoir un mode de vie sobre[16] et le volume d'objets et d'équipements possédés, qui n'a jamais été aussi élevé : 2,5 tonnes d'objets en moyenne sont accumulées dans les logements français, soit 45 tonnes de matières mobilisées pour les fabriquer[17]. Le jugement porté sur la sobriété de ses propres comportements est relatif aux standards actuels de consommation, qui ont rapidement évolué en quelques décennies.

L'environnement économique recouvre une variété d'instruments, comme la fiscalité ou les subventions, incitant à l'adoption d'équipements ou de comportements plus sobres par le biais du signal-prix. Leur efficacité dépend toutefois de l'existence d'alternatives et de la capacité des ménages (notamment financière) à ajuster leurs comportements. La question des mécanismes de compensation en faveur des ménages vulnérables est à cet égard cruciale.

Figure 2 – Cadre conceptuel de l'action publique sur les modes de vie



Source : Saujot M., Nasr C., Brocard C., Bet M., Dubuisson-Quellier S. et Plessz M. (2024), « "Quand on peut, on veut". Conditions sociales de réalisation de la transition : une approche par les modes de vie », *Décryptage*, n° 08, Iddri, juillet, p. 4

15. 36 millions d'euros ont été dépensés en campagnes de sensibilisation par l'État et ses opérateurs en 2023. SGPE (2024), « Engager une transition des modes de vie », note de cadrage préliminaire, Secrétariat général à la planification écologique.
16. Ademe (2025), « Baromètre sobriété et modes de vie – deuxième vague », *op. cit.*
17. Ademe (2018), « La face cachée des objets : vers une consommation responsable », dossier de presse, septembre. À partir de l'étude de l'Ademe (2018), « Modélisation et évaluation des impacts environnementaux de produits de consommation et biens d'équipement », septembre.

ENCADRÉ 1 – Quelques pistes pour agir dans trois secteurs : les mobilités, l'eau et le foncier

- **Mobilités : sortir de la dépendance à la voiture individuelle thermique**

  La sobriété dans les mobilités vise à réduire la dépendance à la voiture individuelle, à limiter la taille du parc et les distances parcourues, et à optimiser l'usage des véhicules existants.

  Sur le plan économique, le malus au poids reste un outil de sobriété dimensionnelle, mais son niveau et ses seuils en limitent l'effet. L'arrivée de l'ETS-2[18] sur les carburants routiers renforcera le signal-prix, et nécessitera d'accompagner les ménages les plus modestes.

  Les exemples de villes ayant développé des réseaux cyclables (Copenhague) montrent que l'usage du vélo augmente lorsque l'infrastructure devient sûre et largement répandue. Le covoiturage exige des points de rencontre, des plateformes simples et une articulation avec les autres modes. Le véhicule autonome pourrait permettre de réduire le parc de véhicules, mais il faudra veiller à bien définir ses règles d'usage afin d'en maîtriser l'impact sur le trafic.

  L'environnement socioculturel est décisif : la voiture individuelle reste aussi associée à la liberté et parfois au statut social. Pour développer les alternatives, les politiques publiques doivent les rendre simples, visibles et désirables, valoriser leurs bénéfices économiques, sanitaires et sociaux, et envoyer des signaux cohérents sur les usages les plus carbonés (également dans l'aérien).

- **Eau : moins prélever, mieux partager**

  La sobriété hydrique vise à réduire les prélèvements dans les milieux et les consommations associées. L'enjeu est désormais de transformer la gestion de crise en période de sécheresse en stratégie structurelle. Cela suppose d'agir à la fois sur les usages, sur le partage de la ressource, sur les modèles économiques et sur les politiques sectorielles qui déterminent la demande.

  Sur le plan économique, l'évolution de la structure tarifaire et les contrats pour mieux rémunérer la performance de sobriété, sans supprimer le signal-prix adressé à l'usager, peuvent être mobilisés. L'environnement physique et réglementaire repose notamment sur les autorisations de prélèvement, qui répartissent les volumes entre usages dans les bassins en tension. La dimension socioculturelle repose sur la construction de règles partagées. Les différents comités et instances de l'eau ne se limitent pas à répartir les volumes : ils contribuent à définir localement ce qu'est un usage légitime et soutenable de l'eau. La démarche d'« État exemplaire » du Plan eau s'inscrit dans la même logique symbolique : l'État renforce la légitimité de la demande collective en s'appliquant à lui-même les règles qu'il promeut.

- **Foncier : rendre la densité plus attractive en sollicitant les habitants**

  La sobriété foncière consiste à réduire l'artificialisation des sols et à utiliser davantage le foncier déjà urbanisé. L'objectif de « zéro artificialisation nette » (ZAN) en 2050 constitue son cadre principal.

  L'environnement économique n'est pas toujours favorable à la sobriété foncière. Les fonds publics dédiés à la reconversion urbaine et la fiscalité locale doivent donc corriger cet avantage implicite de l'étalement.

  S'agissant d'une politique d'aménagement du territoire, les actions sur l'environnement physique sont dominantes. Il faut réussir à remettre sur le marché des logements vacants, recycler les friches, densifier les espaces déjà construits pour répondre aux besoins de logements, tout en préservant les sols et les services écosystémiques associés. Les pouvoirs publics devront veiller à optimiser les infrastructures existantes avant d'en créer de nouvelles, afin que la sobriété foncière soit compatible avec la mise à disposition d'infrastructures déterminantes pour la transition écologique.

  La dimension socioculturelle est décisive parce qu'une majorité de ménages associe l'habitat idéal à la maison individuelle. L'objectif est de construire une ville dense mais désirable, et de faire de la préservation des sols un élément de qualité de vie et de développement local.

L'environnement physique, qui est en partie organisé et modifié par des choix d'aménagement du territoire et des infrastructures ou équipements publics, donne un cadre aux comportements individuels. Par exemple, faire du vélo sans piste cyclable sécurisée peut être dissuasif. La création et l'entretien des infrastructures qui encouragent des comportements sobres relèvent en grande partie de l'intervention publique. Les pouvoirs publics doivent également veiller à ce que la production de nouvelles infrastructures elle-même soit sobre en énergie, matière ou foncier. Les comportements des consommateurs sont également dépendants du système productif ; sa transformation, qui suppose d'agir sur les incitations et les règles auxquelles sont soumises les entreprises, est centrale pour progresser

18. Système d'échange de quotas d'émissions européen.

vers la sobriété. Cela peut passer par le développement de l'économie circulaire, qui prolonge la durée de vie des biens par la réparation, le réemploi et le recyclage, mais ne garantit pas en elle-même la maîtrise de la consommation de ressources si la demande totale continue de croître. La modération de cette demande de biens reste donc indispensable. L'économie de la fonctionnalité, en déplaçant la valeur de la propriété d'un bien vers le service rendu, peut y contribuer en incitant les producteurs à concevoir des équipements durables, réparables et davantage mutualisés.

L'environnement socioculturel, enfin, renvoie aux normes sociales, aux représentations, aux valeurs, qui structurent les dynamiques de consommation. Aujourd'hui, les consommateurs sont soumis à des injonctions contradictoires : les campagnes d'information publiques ciblées sur les économies d'énergie ou de ressources encouragent la sobriété, tandis que la publicité et le marketing orientent la demande des consommateurs vers les produits et services que les producteurs proposent, par une construction de la représentation du besoin. Le rapport inter-inspections de 2024[19] sur la publicité propose à ce titre de renforcer l'encadrement des communications commerciales, de fiabiliser l'information environnementale et, progressivement, de limiter la publicité pour certains produits non durables.

Ces quatre environnements ne doivent pas être traités séparément. Une mesure de sobriété perd en crédibilité si, simultanément, d'autres politiques accroissent durablement les besoins auxquels elle cherche à répondre avec cette mesure. Au-delà des recommandations transversales faites dans la partie suivante, un travail d'identification, secteur par secteur, des leviers à mobiliser dans chacun des quatre environnements serait nécessaire mais dépasse le cadre de notre étude. L'encadré 1, sur les mobilités, l'eau et le foncier présente toutefois les principaux enjeux dans ces trois domaines.

RECOMMANDATIONS[20]

La responsabilité de l'adoption de modes de vie plus sobres ne repose pas seulement sur les usagers et les consommateurs. **Les pouvoirs publics ont de nombreux leviers d'action à disposition pour modifier les environnements des acteurs, et rendre ainsi les pratiques de sobriété plus faciles, accessibles et désirables.** Ils pourraient ainsi :

RECOMMANDATION 1

Mobiliser, dans la communication et l'action publiques, française et européenne, des **indicateurs de richesse nationale** autres que le PIB pour prendre en compte les dimensions sociale, environnementale ou sanitaire.

RECOMMANDATION 2

Travailler à une **stratégie de sobriété de long terme**, et des plans qui la déclineraient dans les différents secteurs ; et veiller à la cohérence de l'ensemble de l'action publique avec ces plans.

Sur l'environnement cognitif

RECOMMANDATION 3

Renforcer la qualité, la fiabilité et la lisibilité de l'information environnementale donnée aux consommateurs. Soutenir en particulier la reprise du processus législatif relatif à la proposition de directive *Green Claims* afin de renforcer la transparence et la fiabilité des allégations environnementales.

Sur l'environnement économique

RECOMMANDATION 4

Recourir aux instruments de marché (fiscalité, marchés de quotas) pour orienter les comportements vers la sobriété, tout en étant attentifs aux effets des mesures sur les ménages les plus vulnérables ou les plus contraints.

Sur l'environnement physique

RECOMMANDATION 5

Allouer des moyens financiers et humains pour développer **l'offre ou les infrastructures** – en veillant à ce qu'elles soient elles-mêmes aussi sobres que possible, pour qu'elles permettent des changements de pratiques vers plus de sobriété, après une évaluation de l'ensemble des alternatives pertinentes. **Par exemple, favoriser le report modal (vers les transports collectifs et/ou ferrés) ou l'accès à des aménagements cyclables sécurisés.**

RECOMMANDATION 6

Concernant le système productif, **réexaminer le cadre comptable pour favoriser l'émergence de l'économie de la fonctionnalité**[21] et veiller à ce que cette dernière bénéficie de conditions de financement favorables. S'inspirer des recommandations (sur l'accès aux financements et la réforme du plan comptable) du rapport coordonné par le sénateur Grégory Blanc[22].

19. IGF, IGEDD et IGAC (2024), *Contribution et régulation de la publicité pour une consommation plus durable*, rapport, décembre.
20. Pour une version détaillée de ces recommandations, voir Ferrière F., Robinet A. et Tessé S. (2026), *Sobriété. Des gestes individuels aux choix collectifs*, *op. cit.*
21. L'économie de la fonctionnalité (ou économie de l'usage) est un modèle économique qui consiste à vendre un usage, un service ou une performance plutôt que de transférer la propriété d'un bien matériel.
22. Blanc G. (2026), ***Économie de la fonctionnalité. État des lieux d'un modèle conciliant croissance et transition écologique***, rapport sénatorial, mai.

RECOMMANDATION 7

Mettre en place le cadre européen (règlement, avantages fiscaux ou subventions) **en faveur d'une filière de petits véhicules électriques** produits en Europe[25], comme annoncé en 2025 par la présidente de la Commission européenne Ursula von der Leyen.

Sur l'environnement socioculturel

RECOMMANDATION 8

Reprendre certaines recommandations du rapport inter-inspections sur la publicité[23], par exemple :

- l'adoption progressive de règles permettant de **limiter les communications publicitaires sur des produits non durables**, voire de réduire la pression publicitaire globale ;
- commencer, de manière symbolique, par **limiter les publicités pour les véhicules les plus émetteurs sur leur cycle de vie**, en s'appuyant sur une réforme de l'étiquette carbone automobile.

RECOMMANDATION 9

Prendre des **mesures symboliques** visant à limiter les actes de consommation ostentatoire, par exemple la réglementation ou la taxation des jets privés.

RECOMMANDATION 10

Dans une logique d'État exemplaire, placer la sobriété au cœur de la transformation écologique de l'État, y compris dans la commande publique.

RECOMMANDATION 11

S'appuyer sur des **figures « légitimes »** (élus locaux, représentants professionnels, artistes, influenceurs) au sein des milieux pour lesquels des enjeux forts d'acceptabilité auront été identifiés.

RECOMMANDATION 12

Soutenir les **expérimentations collectives et les dynamiques de pair-à-pair**. Promouvoir les « défis » de quartiers, démarches de copropriétés, collectifs d'entreprises, etc., pour stimuler l'innovation en ce sens.

RECOMMANDATION 13

Promouvoir des **récits positifs et désirables de la sobriété**. Substituer au récit dominant, où la sobriété est perçue comme un effort, voire une privation, des récits centrés sur l'amélioration de la qualité de vie (temps, santé, lien social, bien-être) et appropriables par le plus grand nombre. Mobiliser fiction, culture et création pour rendre ces modes de vie attractifs (festivals, documentaires, podcasts…).

RECOMMANDATION 14

Soutenir le développement des **espaces de délibération citoyenne** sur les modes de vie (conventions, jurys et processus participatifs), particulièrement pertinents dans la construction des villes et des quartiers sobres et désirables, et dans l'adaptation des mobilités (pour favoriser l'émergence de petits véhicules électriques européens, par exemple[24]).

RECOMMANDATION 15

Former la population aux enjeux et pratiques de la sobriété à différentes étapes de la vie (cursus scolaire, études supérieures, formations des agents publics et en entreprise, formation des citoyens par les associations, etc.).

RECOMMANDATION 16

S'inspirer d'**expériences étrangères positives** en matière de sobriété, comme le *shokuiku* pour l'éducation alimentaire au Japon[26] ou les *Repair Cafés*, ateliers de réparation collaboratifs nés à Amsterdam en 2009, et dont le réseau se développe en France et dans le monde[27].

23. IGF, IGEDD et IGAC (2024), *Contribution et régulation de la publicité pour une consommation plus durable*, *op. cit.*
24. Gérardin M. (2025), « La réglementation européenne sur les voitures neuves est plus pertinente que jamais ! », *Point de vue*, Haut-commissariat à la Stratégie et au Plan, novembre.
25. *Ibid.*
26. Oudat Q., Messiah S. E. et Ghoneum A. D. (2025), « A multi-level approach to childhood obesity prevention and management: Lessons from Japan and the United States », *Nutrients*, vol. 17(5), février.
27. Voir le site du réseau français.

RETROUVEZ LES DERNIÈRES ACTUALITÉS DU HAUT-COMMISSARIAT À LA STRATÉGIE ET AU PLAN SUR :

strategie-plan.gouv.fr Haut-commissariat à la Stratégie et au Plan @StrategiePlan @strategieplan @strategieplan StrategieGouv

HAUT-COMMISSARIAT
À LA STRATÉGIE
ET AU PLAN
*Liberté
Égalité
Fraternité*

Directeur de la publication : **Clément Beaune, Haut-commissaire à la Stratégie et au Plan** ;
Directeur de la rédaction : **Antonin Aviat** ;
Secrétariat de rédaction : **Gladys Caré et Valérie Senné** ;
Dépôt légal : **novembre 2026** ; N° ISSN : **2556-6059** ;
Contact presse : **Matthias Le Fur, directeur du service Édition-Communication-Événements, 01 42 75 61 37, matthias.lefur@strategie-plan.gouv.fr**

Le Haut-commissariat à la Stratégie et au Plan contribue à l'action publique par ses analyses et ses propositions. Il éclaire les choix collectifs sur les enjeux démographiques, économiques, sociaux, environnementaux, sanitaires, technologiques et culturels, dans un cadre national et européen.
France Stratégie et le Haut-commissariat au Plan deviennent le Haut-commissariat à la Stratégie et au Plan.