

# Manifeste pour un passage à l'acte vers une transition bas carbone



***Passons à la sobriété locale !***

## Préface

"Sans action immédiate, l'humanité est à l'aube de retombées climatiques dramatiques. Chacun dans sa sphère d'influence peut devenir acteur de la transformation de la société. L'objectif est d'initier une trajectoire vers une prospérité sans carbone basée sur une économie sobre et inclusive. Pensons différemment, vivons libérés de l'emprise de la société du toujours plus de consommation. Soyons fiers de refuser l'ostentatoire, osons affirmer que nous ne cautionnons plus un monde qui nous fait croire que « le bonheur est d'en avoir plein nos armoires » (Merci Alain Souchon).

Ce monde-là qui nous divise est un fléau pour l'humanité, la planète et la biodiversité. Alors, comment faire ? En prenant le temps de comprendre comment nous en sommes arrivés là. Puis opérer sans procrastiner un changement radical des comportements et des modèles d'affaires au service du bien commun.

En tant qu'individu, nous devons redéfinir notre mode de vie pour l'aligner avec les limites planétaires. Ce coffret cadeau est une occasion pour vous, de devenir l'acteur dont le monde du vivant a besoin. **"Chaque fraction d'un degré de plus compte"** insiste le GIEC (Groupe d'experts Intergouvernemental sur l'Évolution du Climat) **chaque action de notre quotidien compte** pour parvenir à inverser la tendance haussière de nos émissions de gaz à effet de serre.

En tant qu'entreprise, CSE et partie prenante, contribuez à cette prise de conscience citoyenne, en offrant à vos salariés, des **cadeaux porteurs de sens**.

Le manifeste joint au coffret et les expériences proposées leur permettront de démarrer ou continuer leurs changements d'habitudes.

Vous soutiendrez aussi des associations et entrepreneurs français engagés qui œuvrent au quotidien pour **résoudre le défi climatique**. Nous comptons sur vous, nous étions le problème, nous pouvons devenir la solution."

**Céline Puff Ardichvili** - Directrice générale et associée de Look Sharp, agence RP, pertinentes, proactives et engagées.

**Fabrice Bonnifet** - Directeur Développement Durable & Qualité, Sécurité, Environnement Groupe Bouygues ; Président, Collège des Directeurs du développement durable (C3D).

Céline et Fabrice sont auteurs du livre "L'entreprise contributive" à retrouver [ici](#).

**Jean Marc Jancovici** - Fondateur et Président, The Shift Project ; Associé fondateur, Carbone 4 ; Enseignant, Mines ParisTech ; membre du Haut Conseil pour le Climat.

Également auteur du livre "Dormez tranquilles jusqu'en 2100" à retrouver [ici](#)

**Cédric Ringenbach** - Président fondateur, La Fresque du Climat.



**Dernière mise à jour le 30/03/2022.**

**Pour concrétiser et passer à l'action, YuAct et la carte française ont créé le premier coffret cadeau qui met le pied à l'étrier vers un nouveau mode de vie et des habitudes de consommation sobres, pour insuffler une véritable baisse de l'empreinte carbone individuelle.**

Ce coffret cadeau « Made in France bas carbone » est fait pour vous initier à la transition bas carbone, nous pouvons tous agir et nous devons maintenant passer des paroles aux actes.

S'il n'existe aucune solution miracle et que le défi climatique ne sera relevé que par la combinaison de multiples solutions, il y a bien un domaine dans lequel nous pouvons tous agir dès aujourd'hui, sans attendre passivement des prises de décisions extérieures : c'est notre mode de vie et de consommation !

Nous consommons tous des produits de transport, de logement, d'alimentation et d'équipement. Nous sommes tous souverains sur nos choix. A chaque achat, nous votons pour le monde que nous voulons.

En achetant Made in France, vous ne soutenez pas uniquement nos emplois industriels, artisanaux, agricoles, directs et indirects, le financement de nos assurances sociales et nos services publics.

Vous faites également un geste fort, aussi bien sur le plan social qu'environnemental !

Il n'y a, en effet, rien de plus « vert » que le fabriqué « bleu blanc rouge » : en raison de notre mix énergétique, parmi les moins carbonés du monde, de la réduction des longs transports polluants par effet de proximité locale, des normes environnementales, parmi les plus drastiques du monde (et même d'Europe, considérant nos habitudes de surtransposition des directives, en matière phytosanitaire par exemple), et enfin d'une qualité française qui produit des objets à la durée de vie en général plus longue et plus simplement réparables que des produits low-cost importés.

Une grande partie de l'empreinte carbone des Français est importée !

A la carte française, nous proposons des solutions de fléchage local de vos budgets cadeaux. Nous fédérons le meilleur du Made in France pour que vous puissiez offrir à vos proches, collègues ou clients : du choix, du temps, du sens et la garantie d'un fort impact local.

Nous nous sommes naturellement associés à YuAct, accélérateur de la transition bas carbone des salariés et des entreprises, pour sélectionner les produits les moins carbonés du Made in France.

YuAct a pour ambition d'acculturer le plus grand nombre pour relever le défi majeur de ce siècle et a le plaisir de vous présenter son manifeste.

Désormais, découvrez ces pépites et passons à la sobriété locale !

## 1. État des lieux

**Le réchauffement climatique est de +1,1° C en 2019 depuis la révolution industrielle du 19ème siècle, au niveau mondial.**

Si l'écologie est indéniablement devenue une préoccupation majeure et la volonté de changement progresse dans les esprits, la France pourra-t-elle atteindre les objectifs de réduction des émissions de gaz à effet de serre fixés par l'Accord de Paris signé en 2015 ?

**Cela dépendra de chacun de nous pour réussir à contenir le changement climatique entre + 1,5°C et + 2°C par rapport aux niveaux préindustriels.**

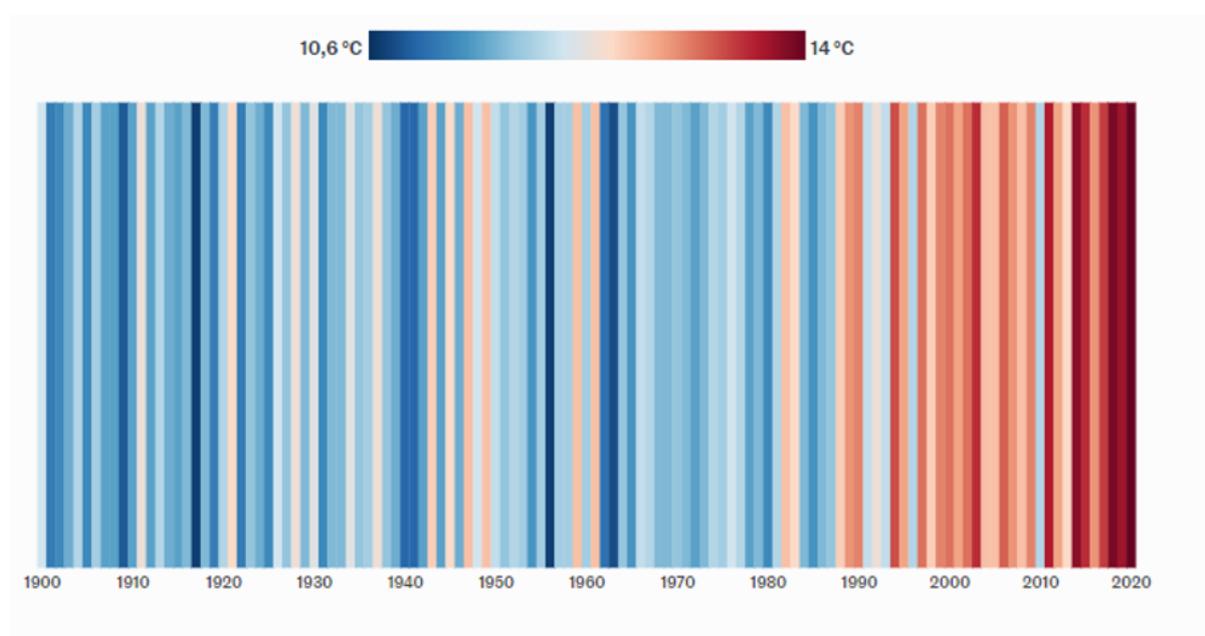
Notre souhait est de vous accompagner vers un mode de vie plus respectueux de la santé de notre planète et de ses habitants afin d'atteindre cet objectif, à ce jour inatteignable compte tenu de nos modes de vie actuels.

Avant tout, voici quelques explications pour bien démarrer votre transition vers un mode de vie bas carbone.

Dans l'écologie, il y a plusieurs combats globalement liés : réduire la déforestation, protéger la biodiversité, limiter le plastique et nos déchets, réduire la pollution de l'air...la liste est très longue.

**Il y a, cependant, un défi majeur à relever qui maintient nos conditions de vie actuelles sur terre : limiter le changement climatique.** La planète est entrée dans une nouvelle ère géologique baptisée Anthropocène, née il y a deux siècles avec la révolution industrielle. Cette ère est marquée par les conséquences globales des activités humaines ayant entraîné l'accumulation accélérée des gaz à effet de serre dans l'atmosphère. **En ce qui concerne la France métropolitaine, on constate une accélération du réchauffement au XXIe siècle.**

Évolution de la température moyenne par an en France métropolitaine sur une période de 120 ans, de 1900 à 2020. Il est indiqué également l'écart aux normales (soit 11,8 °C, calculée à partir de la moyenne des températures de 1981 à 2010).



Source : Météo France

Voici un exemple de la météo que nous pourrions observer en France en août 2050



L'effet de serre est un phénomène naturel qui a permis le réchauffement de la planète et la vie sur terre. Il assure une température moyenne à la surface du globe de +15°C au lieu de -18°C.

On constate une augmentation de la concentration des gaz à effet de serre via l'utilisation des énergies fossiles (pétrole, charbon et gaz). Les énergies fossiles classiques couvrent aujourd'hui 81 % des besoins mondiaux en énergie primaire. Ces gaz à effet de serre (en grande partie aujourd'hui le dioxyde de carbone : CO<sub>2</sub>, puis le méthane : CH<sub>4</sub> et le protoxyde d'azote : N<sub>2</sub>O) restent un certain temps dans l'atmosphère faisant augmenter la température du globe. Une autre partie est captée par la végétation (photosynthèse) et les océans. Le problème est que la concentration atmosphérique mondiale de ces gaz a beaucoup trop augmenté.

Cet impact de gaz à effet de serre est exprimé en tonnes de CO<sub>2</sub> équivalent (tCO<sub>2</sub>e).

Nous avons bâti un monde très énergivore et très consommateur, basé sur la promesse d'une énergie fossile abondante et plutôt bon marché. C'est un monde beaucoup trop carboné !

La conclusion est très claire : les activités humaines, notamment l'usage des énergies fossiles, ont conduit à une hausse exceptionnelle de la concentration de gaz à effet de serre transformant le climat à un rythme jamais vu par le passé.

## 2. Limiter le réchauffement

L'inertie climatique fait que, quoiqu'il arrive, la hausse drastique du climat que va connaître la population terrestre sera irréversible.

Le CO<sub>2</sub> est une molécule extrêmement stable et le seul moyen de la retirer de l'atmosphère, c'est par la photosynthèse ou par la dissolution dans les océans. La durée de vie du CO<sub>2</sub> dans l'atmosphère est de l'ordre d'une centaine d'années. Ainsi la température moyenne à la surface de la Terre ne pourra retrouver son niveau préindustriel qu'après des centaines d'années. Même si demain, plus aucune molécule de CO<sub>2</sub> n'est émise par les activités humaines, notre 21<sup>e</sup> siècle ne verrait pas une baisse des températures mais une stabilisation.

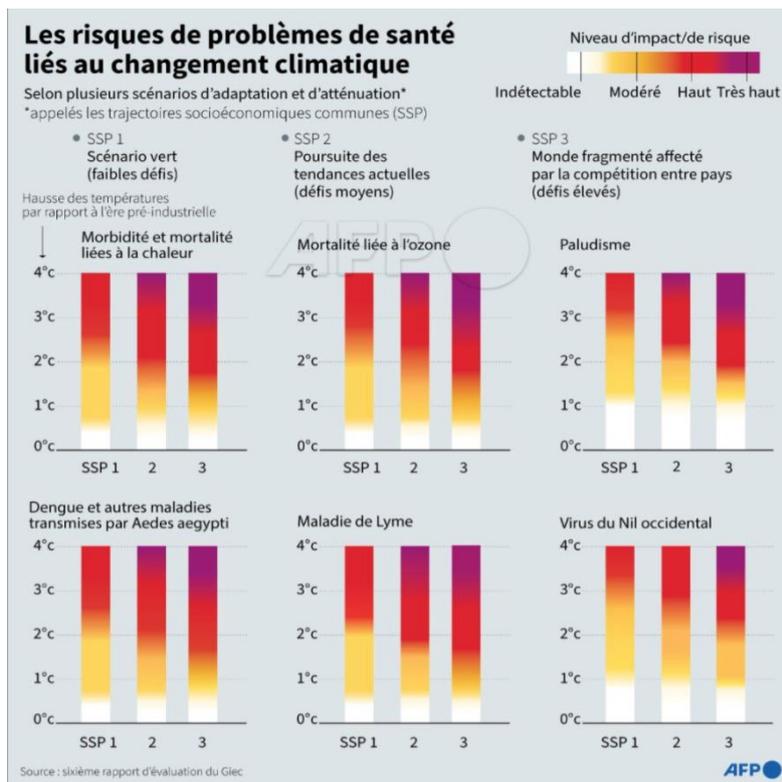
Pour réaliser des projections climatiques, il faut donc émettre des hypothèses sur l'évolution de la démographie mondiale et des modes de vie à travers la planète. Les émissions humaines en CO<sub>2</sub>e dépendent en grande majorité de notre consommation énergétique et du contenu en CO<sub>2</sub> de cette énergie (chauffage et climatisation, transports, production de biens de consommation, activités agricoles, etc.), de notre nourriture, de notre mode de vie (de l'activité économique) et du nombre d'habitants sur terre.

Si nous n'agissons pas pour réduire les émissions de gaz à effet de serre, le GIEC (Groupe d'experts Intergouvernemental sur l'Évolution du Climat) prévoit dans le pire scénario une **augmentation de la température de 5° C d'ici 2100 : les espèces animales et végétales ne seront pas en mesure de s'adapter à ce changement brutal, impactant fortement la vie humaine. La moitié de la population mondiale vivra dans des conditions insoutenables à cause de vagues de chaleur mortelles ou autres aléas climatiques. Au-delà de ces conditions climatiques, les sociétés feront face entre autres aux pandémies, pénuries d'eau, famines, migrations de réfugiés climatiques, ce qui entraînera des conflits territoriaux et des guerres.**

**On ne parle pas de météo, mais bien de la température moyenne à la surface de la terre. Imaginez l'état de santé de votre corps : à 37°C : tout va bien, avec + 1°C : nous sommes un peu fébriles, à +2°C : malades, et à partir de + 3°C, il y a un risque mortel.**

**Au-delà d'un réchauffement climatique à +2°, les scientifiques estiment que les changements climatiques entraîneront des conséquences irréversibles sur la planète. Nous parlons de la trajectoire à 2°C pour limiter les dégâts. C'est un scénario optimiste si nous agissons très rapidement et fortement, de façon individuelle et collective.**

Alors que les scientifiques dressent l'état des lieux, la tension politique monte.



Source : Sixième rapport d'évaluation du Giec

En France, c'est l'engagement pris avec la Stratégie Nationale Bas-Carbone en 2015. Introduite par la Loi de Transition Énergétique pour la Croissance Verte (LTECV), La Stratégie Nationale Bas-Carbone (SNBC) est la feuille de route de la France pour lutter contre le changement climatique. Elle donne des orientations pour mettre en œuvre, dans tous les secteurs d'activité, la transition vers une économie bas-carbone, circulaire et durable. Elle définit une trajectoire de réduction des émissions de gaz à effet de serre jusqu'à 2050.

**La France s'est engagée à atteindre la neutralité carbone sur son territoire d'ici 2050, en divisant ses émissions de gaz à effet de serre (GES) par un facteur supérieur à six par rapport à 2015.** Cet engagement traduit la contribution de la France à l'effort mondial dans le cadre de l'accord de Paris sur le climat pour limiter le réchauffement planétaire largement en dessous de 2°C.

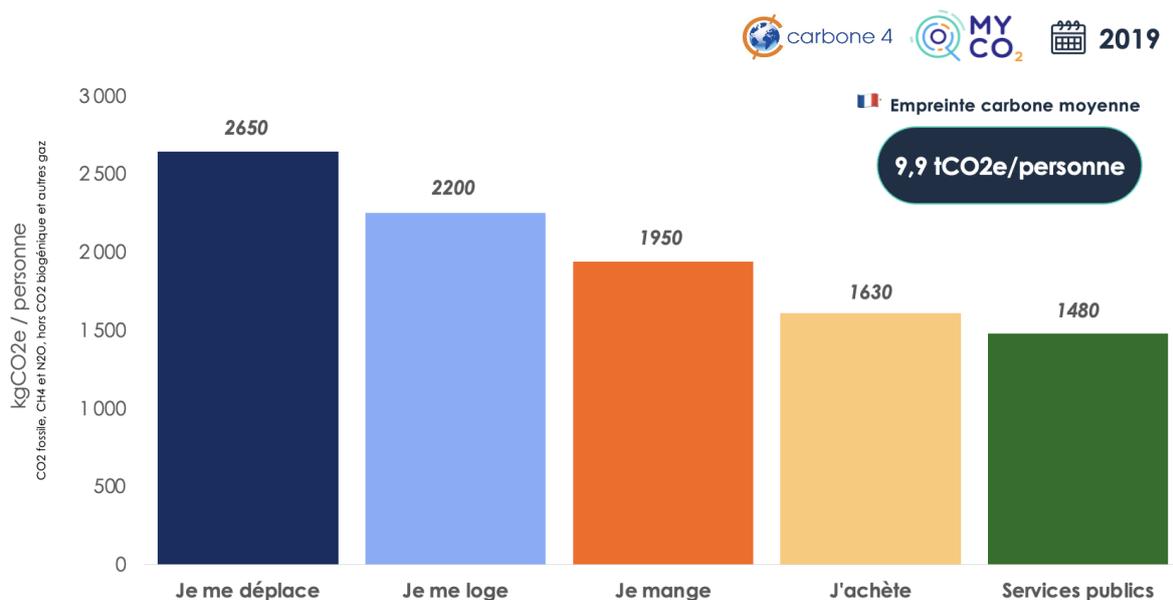
**De cet engagement découle une trajectoire de réduction d'émissions de gaz à effet de serre, dont un point d'étape majeur est fixé en 2030,** la France s'engage à réduire ses émissions de 40 % par rapport à 1990.

### 3. Nous avons tous une empreinte carbone individuelle

En tant qu'individus et consommateurs, nous devons nous déplacer, nous loger, nous nourrir, acheter des biens et services : ces actions forment notre empreinte carbone personnelle. Exprimée en tonnes de CO<sub>2</sub>e par an, qui reflète notre impact annuel personnel sur le climat. La France calcule chaque année « l'empreinte carbone moyenne des français », c'est-à-dire l'empreinte carbone de la France divisée par le nombre d'habitants.

L'empreinte carbone des Français représentait 9,9 tonnes équivalent CO<sub>2</sub> (tCO<sub>2</sub>e) par habitant en 2019 (Source : REE site Développement Durable), à titre de comparaison, l'empreinte carbone d'un terrien en 2019 est de 7,5tCO<sub>2</sub>e. Si le niveau d'émission des gaz à effet de serre (GES) de l'empreinte carbone par personne reste relativement stable depuis 1995, il demeure incompatible avec les objectifs de l'Accord de Paris (COP 21) et un réchauffement limité à + 2 °C.

Empreinte carbone moyenne d'un français en 2019



La réduction du niveau d'émissions de GES compatible avec la trajectoire des 2°C impliquerait qu'un français baisse son empreinte de 9,9 tCO<sub>2</sub>e/an actuelles à environ 2 tCO<sub>2</sub>e par personne et par an d'ici 2050, notamment sur les volets les plus émetteurs : Mobilité, Logement, Alimentation, Équipements et Services.

Cela signifie une baisse annuelle de 0,26 tonnes de CO<sub>2</sub>e et à réitérer tous les ans jusqu'en 2050, ce qui implique de choisir des actions supplémentaires à mettre en place régulièrement. Se réveiller en 2049 ne suffira pas, car vos gaz à effet de serre (GES) ont une espérance de vie plus longue que la vôtre ! Tout ce que vous aurez généré en GES pendant ces années d'inaction s'accumule, entraînant des répercussions d'une année à l'autre. La première action à mettre en œuvre pour baisser son empreinte carbone, c'est la formation. Prenez le temps de bien comprendre les enjeux afin de pouvoir ensuite agir le plus efficacement et rapidement possible.

Pour calculer votre empreinte carbone, c'est ici : <https://nosgestesclimat.fr/>

#### 4. Nous consommons trop de produits importés

L’empreinte carbone de la France représente la quantité de gaz à effet de serre (GES) induite par la demande finale intérieure d’un pays (consommation des ménages, administrations publiques, organismes à but non lucratif, investissement), que ces biens ou services soient produits sur le territoire national ou importés.

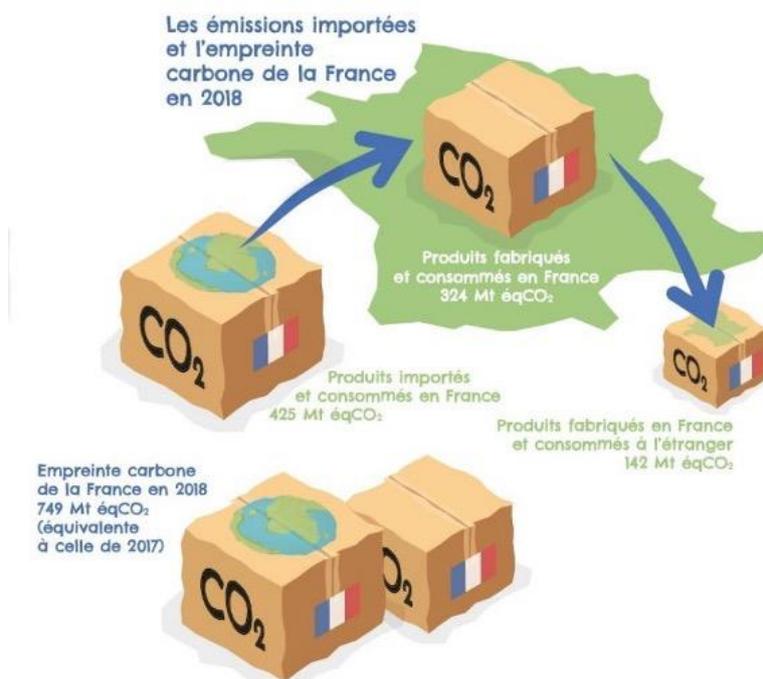
En tenant compte du contenu en gaz à effet de serre des importations, l’empreinte carbone permet d’apprécier les pressions sur le climat de la demande intérieure française quelle que soit l’origine géographique des produits consommés.

L’empreinte carbone est ainsi constituée :

- Des émissions directes de GES des ménages (principalement liées à la combustion des carburants des véhicules particuliers et la combustion d’énergies fossiles pour le chauffage des logements) ;
- Des émissions de GES issues de la production intérieure de biens et de services destinée à la demande intérieure (c’est-à-dire hors exportations) ;
- Des émissions de GES associées aux biens et services importés, pour les consommations intermédiaires des entreprises ou pour usage final des ménages.

**Les émissions importées croissent de façon continue depuis 1995. Elles sont principalement originaires de l’Union européenne (Allemagne en tête) et de l’Asie, et seul environ un quart d’entre elles sont originaires d’une région qui s’est engagée à la neutralité carbone (principalement le Royaume-Uni) ou est en voie de s’y engager (principalement l’Union européenne).**

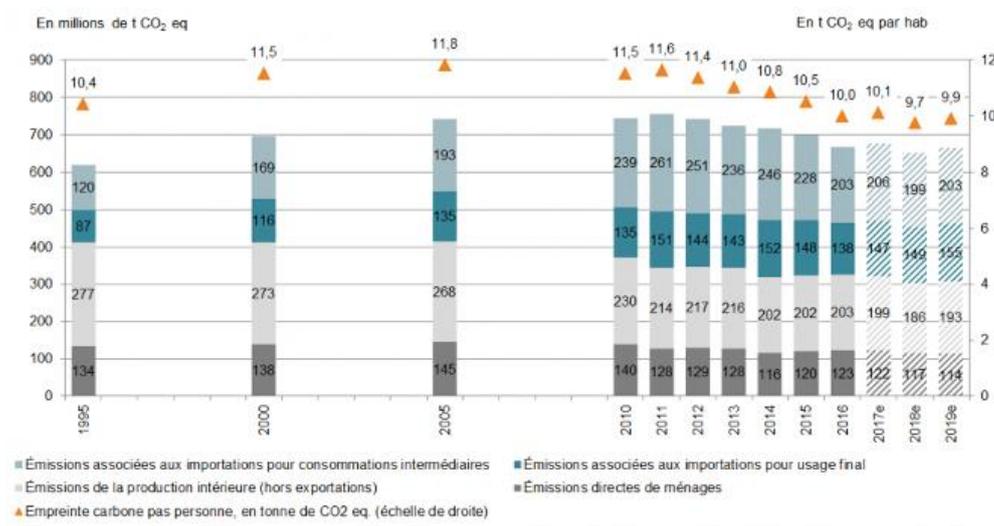
**La part des "émissions importées" de gaz à effet de serre ne cesse d’augmenter, dépassant la moitié de l’empreinte carbone de la France qui doit mieux prendre en compte ce phénomène.**



Source : HAUT CONSEIL pour le CLIMAT, VERSION GRAND PUBLIC du rapport annuel Neutralité Carbone septembre 2020

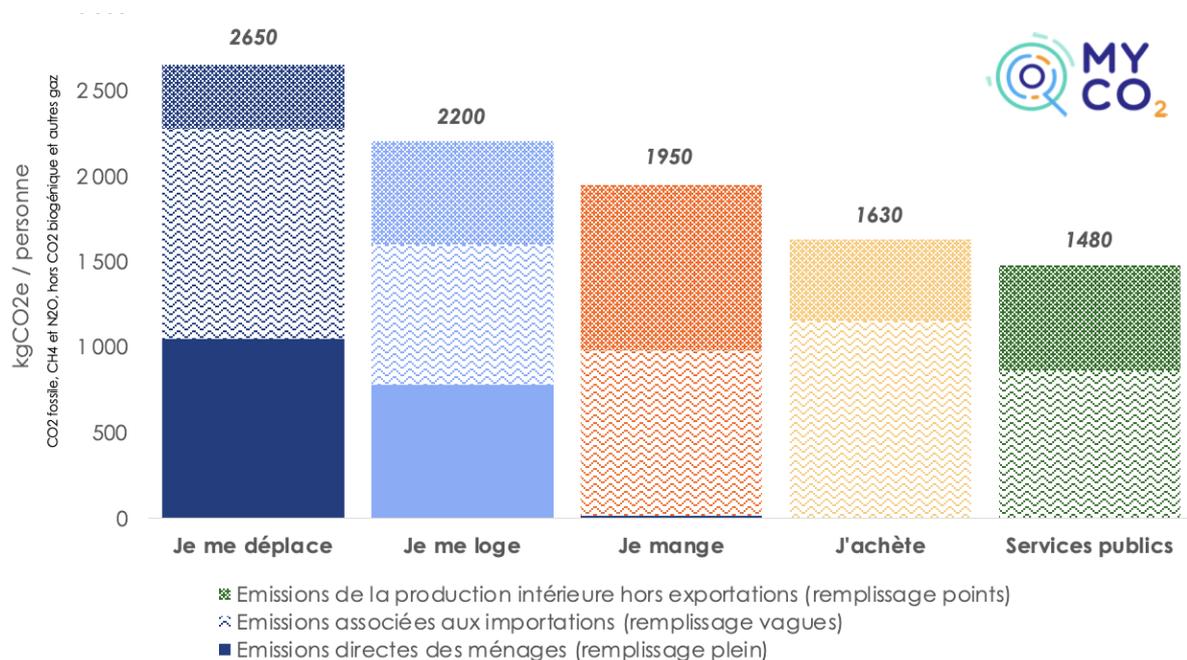
La description statistique des échanges commerciaux internationaux, dans les données économiques nationales ou régionales, permet de tracer l'ensemble des chaînes de production et de représenter l'économie mondiale. Ces jeux de données sont dénommés MRIO (multirégional input-output model). Ces travaux fournissent des informations sur la localisation des flux internationaux de GES. L'Asie, et en particulier la Chine, est le principal continent exportateur de GES vers l'Europe et l'Amérique du Nord.

**Ainsi, sur une empreinte carbone d'environ 9,9 tCO<sub>2</sub>e par habitant, les émissions importées représentent plus de la moitié. Un poids en hausse continue depuis 1995 et principalement lié à la hausse de la consommation.**



Source : L'empreinte carbone de la France - L'environnement en France (developpement-durable.gouv.fr)

### Empreinte carbone d'un français par poste de consommation avec les émissions associées aux importations en 2019



Source : MyCO<sub>2</sub> de Carbone 4

## 5. C'est dommage, car la France est plutôt un bon élève

**En raison de la structure du parc électrique français, la production d'électricité est très peu carbonée.** D'après le classement du Forum économique mondial (plus connu sous le nom de Forum de Davos) de 2019, la France est un très bon élève (4e place). Le système français est performant dans la sécurité de l'approvisionnement en énergie. C'est la conséquence de son mix électrique, basé sur le nucléaire et l'hydraulique. La production électrique française est très peu dépendante des énergies fossiles, c'est son atout majeur.

Ça, c'est si on ne prend en compte que la production électrique. Mais si on regarde la consommation énergétique, la situation de la France apparaît plus contrastée, avec une **dépendance aux énergies fossiles, notamment les hydrocarbures: le pétrole et ses dérivés pour les véhicules, et le gaz pour le chauffage domestique. Les énergies fossiles représentent 63% de l'énergie finale consommée en France, versus environ 81% au niveau mondial.**

### Moyenne du taux de CO2 en g/kWh pour la consommation électrique en Europe sur les 365 derniers jours du 06/2020 au 06/2021

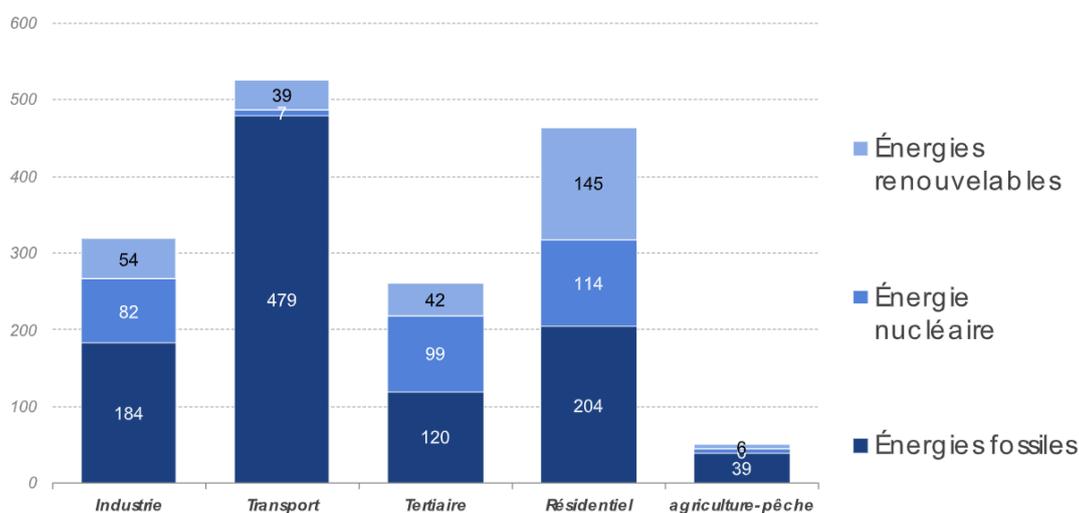


Source : Philippe LACOUR d'après les données de [electricitymap.org](http://electricitymap.org) le 20/06/2021

L'électricité qui fait tourner le fabriqué en France est :

- 2 fois moins carbonée que celle du Made in Espagne
- 3 fois moins carbonée que celle du Made in Belgique
- 4 fois moins carbonée que celle du Made in Portugal
- 5 fois moins carbonée que celles du Made in Italie ou du Made in Allemagne
- 10 fois moins carbonée que celles du Made in Pologne

### Répartition de la part d'énergie fossile, nucléaire et renouvelable dans la consommation des différents secteurs en 2019



Source : Carbone 4 d'après SDES, Bilan énergétique de la France en 2019

## **6. Alors changeons nos habitudes et vite, il y a urgence à agir !**

Nous pouvons aisément déduire que plus nous consommons :

- local,
- des aliments\* de saison cultivés sans serre chauffée ou produits fabriqués en France par une énergie décarbonée comme l'électricité,
- dans une zone géographique relativement proche de son lieu de consommation, et qui n'ont pas été acheminés par avion ou qui ont parcouru peu de kilomètres dans leur cycle de vie, moins nous émettons de gaz à effet de serre.

\*Est considéré comme local, un aliment qui est produit dans un rayon de 150 km autour de son domicile.

Notons que les actions du quotidien comme faire ses courses et aller au travail à pied ou à vélo sont tout autant bénéfiques. N'oublions pas de privilégier l'achat en vrac qui participe à la lutte contre le gaspillage et à la réduction des déchets en ne proposant que des produits sans emballage superflu. L'idéal serait aussi d'acheter d'occasion, c'est un levier pour réduire davantage notre empreinte carbone. Ou si nous achetons des produits neufs, privilégions les produits fabriqués en France et en local, à partir de matériaux recyclés.

**Soyons sobres : La première urgence est de moins consommer ou consommer différemment.**

## 7. Comment faire au quotidien ?

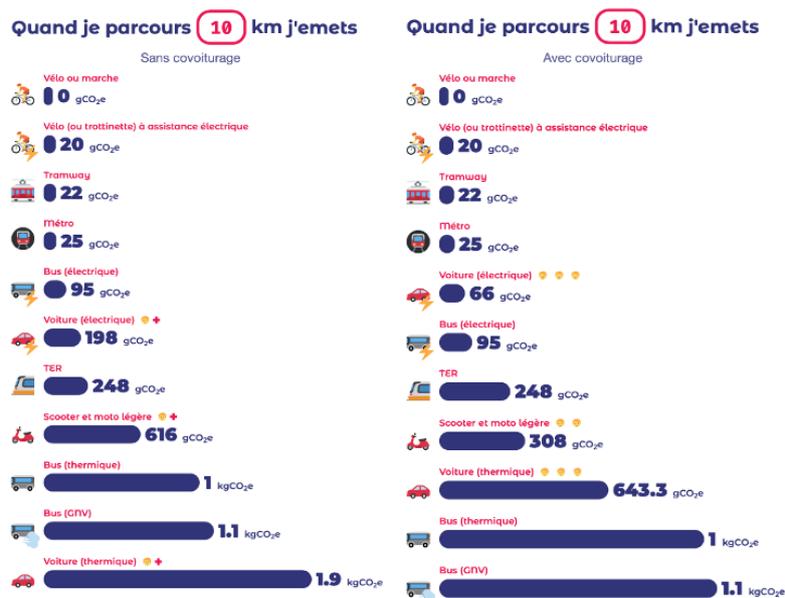
Chacun de nous doit se sentir responsable et acteur, alors à votre niveau individuel, que faire ? Agir rend heureux, alors à vous de jouer pour tenter de limiter vos émissions de gaz à effet de serre !

### 1. Les actions liées à la mobilité

Le volet "mobilité" est le secteur le plus émissif de l'empreinte carbone moyenne d'un français (26%), avec notamment l'utilisation de véhicules thermiques (diesel ou essence : voiture, scooter...). D'ailleurs, depuis peu, la législation française autorise le "rétrofit" : conversion de vos moteurs thermiques en électriques.

Vous vous demandez quel mode de transport émet le moins de CO<sub>2</sub> ?

- Voici un exemple pour 10 KM. Privilégiez la marche et le vélo, les modes de transports en commun, la voiture électrique légère à la voiture thermique. C'est plus bénéfique de partager sa voiture, pensez au covoiturage et à l'autopartage.



Source : Datagir, Mon Impact Transport

Voici un exemple pour un trajet de Paris à Nantes. Privilégiez le train quand c'est possible. Par exemple pour des vacances en France, partez en train en louant des vélos sur place ou avec des vélos pliables.



Source : <https://www.oui.sncf/train/comparateurco2>

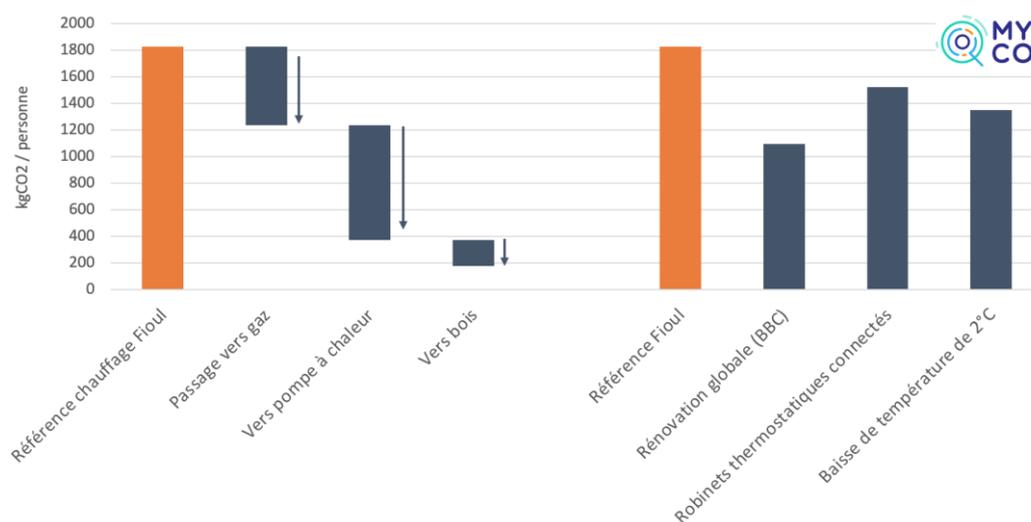
Avant de vous déplacer, faites le bon choix pour le climat, c'est ici : <https://datagir.ademe.fr/apps/mon-impact-transport/>

## 2. Les actions liées au logement

En France, le secteur du bâtiment est le plus fort consommateur d'énergie : les bâtiments sont responsables d'environ 45% de nos consommations d'énergie et environ du quart de nos émissions de gaz à effet de serre, dont environ 2/3 sont issus du secteur résidentiel.

Pour vivre dans un logement confortable et limiter ses factures de chauffage, la solution n°1 est d'isoler le toit, les murs, les planchers bas et les fenêtres.

Une fois le logement bien isolé (avec une rénovation de type Bâtiment Basse Consommation), vous pouvez envisager d'améliorer, remplacer ou compléter le système de chauffage. Choisissez le chauffage au bois ou pompe à chaleur (pensez à bien l'entretenir) plutôt que le fioul ou le gaz. Plusieurs possibilités doivent être étudiées pour trouver la solution adaptée à votre occupation du logement et à votre budget. De nombreuses aides sont disponibles et répertoriées sur le [site de l'Ademe](#), soyez conseillés, car c'est un sujet technique et complexe avec beaucoup d'acteurs.



Source : My CO2 de Carbone 4

Indissociable de la rénovation énergétique des bâtiments, la maîtrise des consommations d'énergie au sein des foyers est un des principaux leviers pour réduire l'impact du secteur résidentiel.

Se préoccuper de sa consommation d'énergie, que ce soit pour le chauffage, l'eau-chaude ou l'éclairage, est le premier pas vers la maîtrise de ses consommations. Piloter plus généralement ses consommations d'énergie chez soi, via des outils, comme par exemple les **thermostats connectés**, permet de faire baisser sa facture d'énergie tout en conservant le confort du logement. **N'hésitez pas aussi à changer vos ampoules pour des LED, baisser la température de votre habitat (16° la nuit avec une bonne couverture et 19° le jour) et porter des pulls et chaussons chauds.**

### 3. Les actions liées à la consommation de biens et services privés

Nous consommons 3 fois plus qu'il y a 60 ans, sous l'effet du marketing ambiant qui nous pousse à remplacer sans cesse nos biens. Tout cela a non seulement un coût économique mais aussi écologique. Alors, comment limiter les frais ?

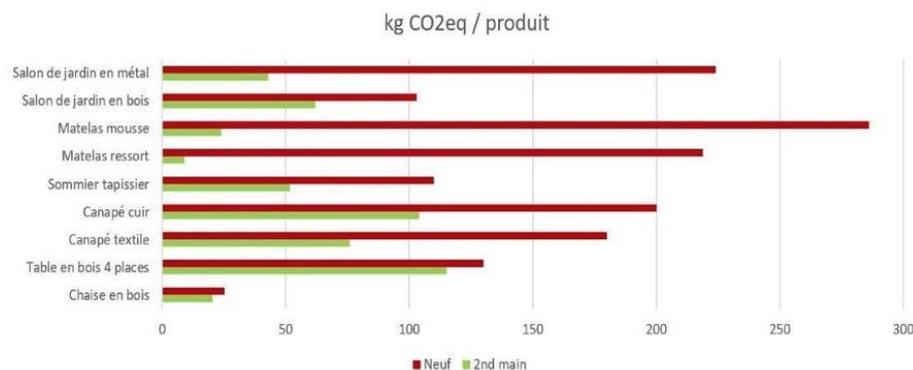
## Nous consommons trop et renouvelons trop vite

**En moyenne : 2,5 tonnes d'objets accumulés chez nous. En réalité 45 tonnes de matières mobilisées pour les fabriquer ! Jusqu'à ¼ des émissions de gaz à effet de serre en France sans compter les pollutions (air, eau, sol), la consommation d'énergie et l'accumulation de déchets.**

C'est pour cela qu'il est essentiel de se pencher sur une consommation plus responsable :

- Réduire sa consommation de produits neufs (privilégier la seconde main durable et c'est moins cher)
- Réutiliser (au lieu de jeter, donner une seconde vie à nos objets)
- Réparer (prolonger au maximum la vie d'un objet avant de s'en séparer)
- Recycler (en respectant les règles de tri)

### Impact de GES pour plusieurs biens d'ameublement neufs et de seconde main :



Source : Datagir, Mon Impact Transport

Des objets accumulés, pas toujours utilisés :

- 99 équipements électriques et électroniques par foyer (dont 6 jamais utilisés !)
- 60 % d'habits achetés en plus par rapport à 2002 et gardés 2x moins longtemps.

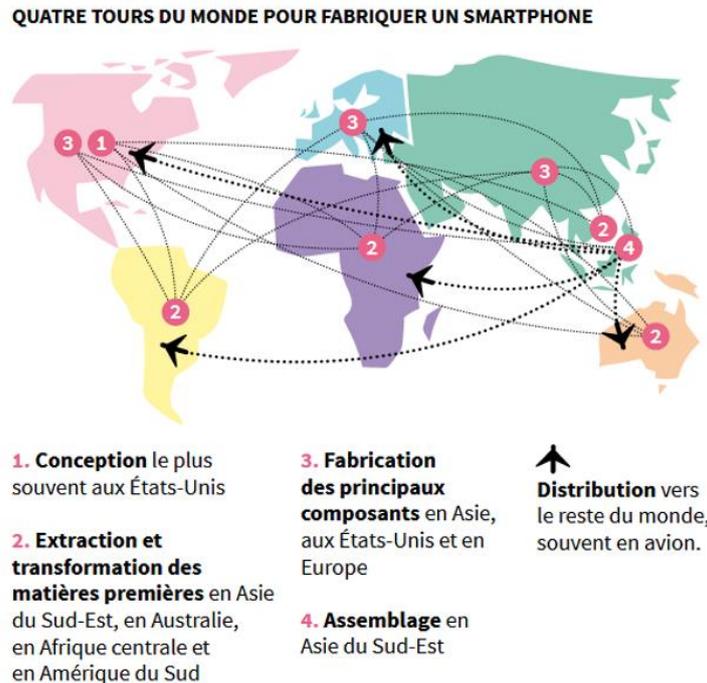
L'Ademe (Agence De l'Environnement et de la Maitrise de l'Energie) a passé au peigne fin plus de 45 catégories d'équipements pour parvenir à ce calcul. Aucun meuble ni électroménager n'est épargné.

Les chiffres sont édifiants : produire l'ensemble des équipements d'une maison dégage autant de CO<sub>2</sub> que 6 allers-retours Paris/New York en avion ! De même, produire une garde-robe de 50 kg nécessite 2,5 tonnes de matières premières et émet autant de CO<sub>2</sub> qu'un aller-retour Paris/Montréal ! La fabrication d'un lave-linge de 79 kg quant à lui, mobilise 2,1 tonnes de matières premières et pollue de la même manière qu'un aller-retour Paris/Toulouse en avion.

**Pour retrouver les émissions en CO<sub>2</sub> pour fabriquer et consommer les objets qui nous entourent, c'est ici**  
<https://datagir.ademe.fr/apps/mon-convertisseur-co2/>

Prenons quelques exemples : **Le Tour du monde de la fabrication des smartphones.**

Les principaux impacts environnementaux des smartphones sont l'épuisement des ressources, les atteintes à la biodiversité dues aux rejets toxiques dans l'environnement et l'émission de gaz à effet de serre car l'extraction et la fabrication sont principalement réalisées dans des pays à énergie très carbonée.



Source : *Les impacts du smartphone (ademe.fr)*

Autre secteur à fort impact : **l'industrie de la mode**, responsable d'environ 2 % des émissions globales de gaz à effet de serre. En 2050, le secteur textile émettrait même 26 % des émissions globales de gaz à effet de serre si les tendances actuelles de consommation se poursuivent. On estime actuellement que 4 % de l'eau potable disponible dans le monde est utilisée pour produire nos vêtements. Le textile est le 3e secteur consommateur d'eau dans le monde, après la culture de blé et de riz. C'est pourquoi il faut privilégier la seconde main à la Fast Fashion (grands groupes de distribution textiles, connus pour produire très vite et en grosses quantités).

### Les bonnes questions avant d'acheter un produit

#### En ai-je vraiment besoin ?

88 % des Français changent de téléphone portable alors que le précédent fonctionne.

Beaucoup de vêtements sont portés 7 à 10 fois seulement. 93 % n'ont pas été portés l'an dernier.

**Dois-je forcément l'acheter ?** Pour un usage occasionnel, on peut aussi :

- Louer (10 min, c'est le temps moyen d'utilisation d'une perceuse sur toute sa durée de vie)
- Partager (30 % des Français ont eu recours au covoiturage en 2018).

#### Puis-je l'acheter d'occasion ?

76 % des Français affirment avoir déjà acheté des produits d'occasion. De nombreux sites Internet et lieux (dépôts-ventes, vide-greniers...) facilitent les échanges.

#### 4. Les actions liées à l'alimentation

L'empreinte carbone liée à l'alimentation est de 20% en moyenne par individu en France. Le passage d'un régime carné à un régime flexitarien, voire végétarien ou végétalien, est significatif. Il permet de limiter les émissions issues de l'élevage (émissions de méthane par les ruminants) et de la déforestation (déstockage du carbone).

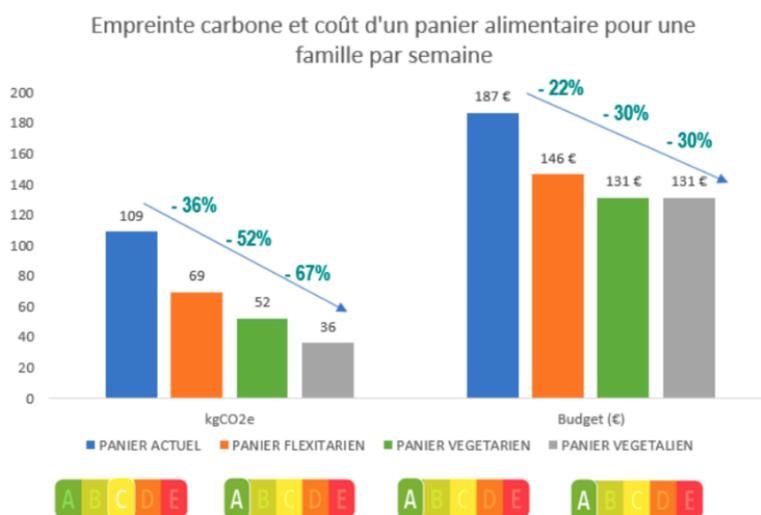


Figure 3 - Indicateurs de durabilité pour une famille de 4 personnes et par semaine sur les paniers INCA3, Flexitarien et Végétarien

Source : Rapport\_Vers-une-alimentation-bas-carbone\_Volet2\_WWF

Chaque mois de l'année, certains fruits et légumes sont à privilégier. Ceux "de saison", c'est-à-dire qui arrivent à maturité naturellement dans leur zone de production. Les produits cultivés sous serre chauffée, quant à eux, génèrent plus de gaz à effet de serre, de même que ceux qui ne sont pas produits localement, en raison du transport par avion ou sur de longues distances.

Les produits de saison cueillis peu de temps avant leur consommation ont également des qualités nutritives et gustatives plus importantes que ceux ayant mûri durant le transport. Les fruits et légumes de saison sont adaptés à nos besoins nutritionnels, ils sont plus savoureux, généralement moins chers et contribuent à varier notre alimentation.

On privilégie l'achat de ces fruits et légumes sur les marchés, dans les commerces de proximité, via la livraison de paniers, ou en passant par les AMAP.

Découvrez quels sont les fruits et légumes de saison pour consommer des produits frais et locaux toute l'année, c'est ici :

“Calendrier des Fruits et Légumes de Saison” Librairie Ademe.

<https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/calendrier-fruits-legumes-de-saison.pdf>

<https://datagir.ademe.fr/apps/mes-fruits-et-l%C3%A9gumes-de-saison/>

## **Acheter la bonne quantité : en vrac !**

Les arguments ne manquent pas pour adopter sans attendre ce mode de consommation qui fait de plus en plus d'adeptes. Nous avons retenu trois arguments :

### **Lutter contre le gaspillage alimentaire**

Avec le vrac, il est plus facile de choisir de petites portions et d'adapter sa consommation à ses véritables besoins. Ainsi, tout ce qui est acheté est rapidement consommé, il y a moins de restes et surtout moins de nourriture jetée. Une vraie solution à une époque où le gaspillage alimentaire représente un tiers de la production mondiale !

### **Limiter les emballages**

Selon une étude réalisée par l'Agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie (Ademe), chaque Français jette en moyenne **391 kg** d'ordures ménagères par an, dont un tiers est constitué par des emballages ! En les réduisant, nous agissons pour l'environnement. De même, la production d'emballage en plastique nécessite d'énormes quantités d'eau, d'énergie mais aussi de produits chimiques. La fabrication d'aluminium provoque, quant à elle, l'émission de plusieurs composés toxiques, parmi eux le dioxyde de soufre qui favorise les pluies acides, un fléau pour la terre et les océans. Réduire les emballages alimentaires en faisant ses courses en vrac constitue à réduire de 35 kgCO<sub>2</sub>eq/an nos émissions de GES. Même si la production d'un emballage plastique ne représente que 2 à 3 % de l'impact GES d'un produit consommé (sur l'ensemble de la chaîne alimentaire du champ à l'assiette), acheter moins emballé est essentiel pour de nombreuses raisons. Le secteur des déchets compte pour 3% des émissions de GES nationales (14 MtCO<sub>2</sub>eq). Chaque année, entre 8 et 12 millions de tonnes de plastique finissent dans les océans. On estime que le "7e continent de plastique" flottant au large de l'Océan Pacifique contiendrait environ 80 000 tonnes de déchets plastique et s'étendrait sur une surface d'environ 1.6 millions de km<sup>2</sup> (soit plus de 3 fois la surface de la France métropolitaine)."

### **Recycler**

Bocaux de confitures, bouteilles ou pots de yaourt en verre... Ces contenants sont à garder à portée de main car ils permettent de ranger facilement les épices, les graines, les céréales, les légumineuses, l'huile... Il est difficile de quantifier l'impact de cette action à l'échelle individuelle. Néanmoins, en France, sur une année et de manière globale (i.e. portant sur les déchets des ménages, des entreprises et des collectivités), le recyclage a contribué à éviter les émissions de 23 millions de tonnes de CO<sub>2</sub>. Prenons l'exemple du vin, nous n'avons pas pu résister à la tentation, nous ne sommes pas français pour rien... Au-delà du sujet très important de la surutilisation des pesticides en viticulture et de ses impacts sur la biodiversité, l'empreinte carbone de la production d'une bouteille de vin est conséquente. Selon une étude de l'Ademe, 46 % des émissions de CO<sub>2</sub> associées à la production d'une bouteille de vin sont liées à la fabrication et au transport de la bouteille en verre. L'ADEME avance une valeur moyenne pour le pays. La production d'une bouteille de vin de 75cl, conditionnée dans une bouteille de verre émet environ 1,1 kg eq. CO<sub>2</sub> (avec une marge de variance de +/- 50%), soit 1 500 kg eq. CO<sub>2</sub> pour une tonne de vin produite. Les émissions augmentent pour les grands vins et champagnes conditionnés dans des bouteilles plus lourdes. Le type de bouchage et surbouchage peut aussi modifier l'empreinte carbone. En effet, le packaging compte pour près de 50% de ces émissions. Des vignobles cherchent donc à réduire cette part du conditionnement en optant pour des matériaux autres que le verre ou d'autres formes de contenant comme le cubitainer ou pour la consigne des bouteilles de verre.

## Conclusion

Nous ne pouvons pas tout aborder dans ce guide, vous avez pu voir que l'empreinte carbone d'un français compte aussi la consommation de services publics et privés. Nous avons aussi la liberté de choisir des investissements et une épargne plus responsable (limitant les placements envers des énergies fossiles), de futures habitudes d'adaptation au dérèglement climatique.... Nous avons illustré les actes les plus courants du quotidien et les plus simples à mettre en pratique.



Source : MyCO2 de Carbone 4

Une fois que je me suis formé aux causes et conséquences du changement climatique et à la notion d'empreinte carbone, que j'ai calculé mon empreinte individuelle pour mieux me situer par rapport aux 9,9 tCO<sub>2</sub>e et que j'ai déjà commencé à réduire en changeant mes habitudes, le 2ème levier à réaliser (idéalement en parallèle) est d'aider les autres à se réveiller : entourage personnel, professionnel ou citoyen engagé dans sa commune.

En fonction des contraintes de vie de chacun, nous n'avons pas tous le même niveau de connaissance et de maturité sur ces sujets parfois complexes et variés, or, l'intelligence collective va être essentielle pour embarquer les foules à faire leur transition bas carbone. Les 150 personnes de la convention citoyenne pour le climat, tirées au sort et venant toutes d'horizons différents, en sont un très bel exemple : après plusieurs semaines de formation, elles ont collectivement réussi à réaliser 149 propositions impactantes pour le projet de la loi climat et résilience, qui malheureusement ont été retenues en minorité par les pouvoirs publics. La formation est essentielle et à tous les niveaux (gouvernement, députés, sénateurs, maires, investisseurs, banques, entreprises, salariés, syndicats, CSE, étudiants, retraités...).

**YuAct est d'ailleurs à votre disposition et fier de vous présenter son parcours de formation à la transition bas carbone (avec les outils pédagogiques « Réveille-toi » ; « Calcule ton empreinte carbone » et « Change tes habitudes »).**

**Si vous souhaitez en savoir davantage : [www.yuact.fr](http://www.yuact.fr)**

Enfin, toujours en parallèle, un 3ème levier très impactant est de préserver et restaurer la nature. Environ 1/4 des émissions anthropiques de CO<sub>2</sub>eq est capturé par la photosynthèse : végétation (forêts tropicales, mais aussi prairies, cultures, sols) et phytoplancton et un autre 1/4 est dissous dans les océans contribuant à leur acidification, créant notamment un véritable déséquilibre de la biodiversité marine.

La 1ère action de ce 3ème levier est de préserver nos écosystèmes, et notamment ceux qui sont riches en carbone et en biodiversité comme les forêts, les zones humides ou les mangroves. La nature décline globalement à un rythme sans précédent dans l'histoire humaine et le taux d'extinction des espèces s'accélère, provoquant dès à présent des effets graves sur les populations humaines du monde entier. ». L'IPBES estime qu'un million d'espèces animales et végétales sont menacées d'extinction dans le monde. Aujourd'hui, en France, 18 % des espèces évaluées dans la Liste rouge nationale sont considérées comme éteintes ou menacées et seulement 20 % des habitats d'intérêt communautaire sont dans un état de conservation favorable. L'ensemble des pouvoirs publics, de la société civile et des citoyens est invité à agir à tous les niveaux pour faire face à cette sixième extinction massive, conséquence directe de l'activité humaine, qui menace la diversité animale et végétale, et le bien-être de l'humanité.

Le rapport de l'IPBES en collaboration avec le GIEC daté de juin 2021 souligne que la réduction de la déforestation et de la dégradation des forêts peut, à elle seule contribuer, à réduire les émissions de gaz à effet de serre d'origine humaine jusqu'à 13%.

La seconde action la plus efficace et la moins chère pour atténuer le changement climatique consiste à restaurer les écosystèmes dégradés. Et le temps presse : selon le Programme des Nations-Unies pour l'Environnement (PNUE), depuis le début de la civilisation, le monde a perdu la moitié de ses forêts et de ses récifs coralliens et 70% de ses zones humides.

Sur le territoire français, notre devoir est :

- De préserver nos forêts détenues à 70% par des propriétaires privés en les sensibilisant davantage et surtout en les accompagnant financièrement à favoriser une gestion vertueuse des forêts (ex : limiter les coupes rases et/ou par le vieillissement et l'uniformisation des forêts).
- Il est également essentiel de lutter contre la déforestation importée, qui contribue au réchauffement climatique, et qui fragilise les puits de carbone et la biodiversité. Qui dit déforestation importée, dit consommation de produits et services importés (hcc).
- Enfin, il est nécessaire d'augmenter les prix des quotas carbone. En effet, encore trop d'entreprises compensent leurs émissions de GES en replantant des arbres à moindre coût, or cela n'a d'intérêt que si bien effectué et contrôlé.

**Si vous souhaitez faire davantage de gestes pour le climat, c'est ici :**

**<https://nosgestesclimat.fr/actions/plus>**

## Notre promesse

Ce coffret cadeau « Made in France bas carbone » co brandé avec YuAct réunit une sélection de 50 offres engagées sur la réduction des gaz à effet de serre sur les volets les plus émetteurs : mobilité, logement, alimentation, équipements et services parmi les 100.000 offres Made in France des enseignes partenaires de la Carte Française.

Désormais, découvrez ces pépites et faites l'expérience de leurs propositions, passons à la sobriété locale heureuse !

Continuons de nous former avec **La Fresque du Climat, 2 tonnes** et YuAct en partenariat avec **MyCo2 de Carbone 4**, lisons les superbes livres d'experts de la décarbonation comme ceux de **Jean-Marc Jancovici et Matthieu Auzanneau**, la BD « Le monde sans fin » ou “L'entreprise contributive : Concilier monde des affaires et limites planétaires” de **Céline Puff Ardichvili et Fabrice Bonnifet**, les guides pratiques **d'Info durable**. Comprendons mieux l'intérêt d'une mobilité douce avec la **Fresque de la Mobilité**, roulons à vélo avec **Elorecycle et ShiftBikes** en nous protégeant de la pollution atmosphérique grâce aux masques **R-Pur**, habillons nous chaudement en baissant la température de nos logements avec une confection française et des matières locales avec **Laines Paysannes** et **La Maison de la Maille**, soyons conseillés pour végétaliser et mieux isoler nos logements avec **Terranevia**, réalisons un diagnostic de Performance énergétique, soyons conseillés sur les aides de l'Adème et le meilleur systèmes de chauffage, et luttons contre le gaspillage dans le BTP avec **StockPro**. Dégustons des fruits & légumes de saison fraîchement cueillis et mangeons local avec **Pourdebon**, en vrac avec **Bocoloco**, en récupérant les invendus des grandes surfaces grâce à l'offre anti-gaspillage **Phénix**, privilégions le vin bio et local en remettant les bouteilles consignées au goût du jour avec **Oé for good**. Continuons la formation avec la **Fresque de l'Alimentation**. Limitons notre consommation de bouteilles jetables et en plastique avec les gourdes locales **Zeste et Gobilab**, ou avec le kit bento de **Fill Good**, tendons vers le zéro déchet avec les cosmétiques **Lamazuna, Comme Avant ou Senteurs de France** ou avec le coffret cuisine zéro déchet avec **Des filles en vert**, optons pour des vêtements upcyclés avec **Atelier Insoft, Second Sew**, des accessoires avec **7 Plis** ou des couteaux avec **Jean Dubost** et des emballages cadeaux réutilisables avec **Les Belles Musettes**, remplaçons nos films plastiques et aluminium jetables par l'emballage naturel **Apifilm**, et consommons sans tout consumer avec **The Trust Society**. Comprendons mieux l'intérêt de consommer en seconde main avec la **Fresque de l'économie circulaire**, refusons l'obsolescence programmée avec le petit électroménager français de **kippit**, et optons pour la seconde main et les téléphones reconditionnés en nous formant en amont à **La Fresque du Numérique**. Préférons voyager local et découvrir notre magnifique patrimoine de proximité, et préservons nos belles forêts avec **La Fresque de la forêt** et œuvrons pour décarboner l'économie française en réalisant des dons aux associations engagées pour ces causes.

Et beaucoup d'autres idées de cadeaux vous attendent dans ce coffret ! Vous avez un large choix pour vous faire plaisir, tout en contribuant à diminuer votre empreinte carbone individuelle.

**Merci d'avance pour nos enfants et surtout passez le message autour de vous !**

**Post-scriptum** : Nous ne sommes pas des scientifiques, des climatologues, ou encore des chercheurs, nous sommes des passionnés du vivant, de la transmission et de l'intelligence collective pour la protection des générations futures. Les informations présentes dans ce livret sont le fruit de plusieurs années de recherche, de lecture, de dialogue et issues des sources mentionnées tout au long du guide.

**Critères de sélection et exigences vis-à-vis des enseignes :**

1. Votre entreprise/association propose un produit ou service contribuant significativement à la **baisse des émissions carbone** (acculturation ou action).
  
2. Vous êtes une entreprise/association **vertueuse responsable d'un point de vue social et environnemental**.
  
3. Concernant votre **stratégie bas carbone** :
  - Vous avez déjà réalisé un bilan carbone de votre entreprise (scope 1, 2, 3)
  - Vous avez planifié la réalisation d'un bilan carbone courant 2021
  - Vous avez déjà mis en place une véritable stratégie bas carbone
  - Vous avez suivi ou planifié un parcours de formation (type YuAct : <https://www.yuact.fr/>) pour comprendre l'intérêt de mener une stratégie bas carbone pour votre organisation en 2021.

Cette première version de notre coffret cadeau sera amenée à évoluer et nous travaillons déjà sur la possibilité d'intégrer l'achat en boutique.

Par ailleurs, si vous êtes une entreprise prête à œuvrer pour la transition bas-carbone et que vous remplissez les conditions requises mentionnées plus haut, n'hésitez pas à nous contacter afin d'apparaître dans le coffret.

Alors, à bientôt !

**Remerciements**

Un grand merci aux signataires de la préface, à Roman Ledoux, manager chez Carbone 4 et fondateur de MyCO2 pour sa contribution graphique et ses relectures assidues, à Bertrand Coupet, membre du collectif YuAct et consultant en transition bas carbone, au collectif de consultants YuAct, ainsi qu'à l'équipe de la carte française.

Ce manifeste a été réalisé par YuAct, en partenariat avec la carte française.



# Yu Act

**Morgan Audouin**

morgan@yuact.fr

06.85.03.45.17

**Marina FERRÉ**

marina@yuact.fr

06.82.31.34.47



**la carte française**

La carte cadeau du Made in France

**Charles HUET**

charles@lcartefrancaise.fr

06.14.40.49.35

**Stanislas de la BELLIERE**

stanislas@lcartefrancaise.fr

06.23.95.54.73

**Damien LAINÉ**

damien@lcartefrancaise.fr

06.19.49.25.93