

 **Fiche thématique**

Les écogestes sont-ils utiles ?

COMPRENDRE EN 4 QUESTIONS - RÉPONSES

GREENPEACE

Depuis plusieurs années, les “écogestes” font l’actualité dans les médias. Réduire ses déchets, baisser le thermostat de son radiateur, acheter en seconde main, végétaliser son alimentation, éviter l’avion pour les vacances... **Les écogestes sont à la mode !** S’ils sont parfois mis en avant comme LA solution pour lutter efficacement contre la crise écologique, il est parfois facile de s’y perdre.

Face à la menace déjà présente du réchauffement climatique, vous vous demandez peut-être s’il est **véritablement utile de “faire sa part”** ? Est-ce vraiment prioritaire alors que les responsables politiques et les entreprises polluantes agissent très peu ?

À travers quatre questions, Alexis Chailloux, notre responsable engagement citoyen, va décrypter pour vous les véritables enjeux autour des écogestes.

Qui est notre expert sur les actions individuelles ?



Je m’appelle Alexis. Je travaille à Greenpeace depuis huit ans, et cela fait quatre ans que je me consacre plus spécifiquement à la mobilisation citoyenne, afin d’inciter les gens à agir à leur échelle. On peut vite ressentir de l’impuissance face à l’ampleur de la crise écologique : mon objectif est de montrer que les actions à l’échelle individuelle ont un impact si l’on choisit où mettre son énergie.

01. En quoi consiste concrètement les écogestes ?

La crise écologique est là, et elle s'accélère. Les effets sont de plus en plus visibles (réchauffement climatique, érosion de la biodiversité, pollution de l'air, des eaux et des sols...) et les scientifiques ne cessent de tirer la sonnette d'alarme. Pour limiter notre impact sur les écosystèmes, il est nécessaire de mettre en place des mesures ambitieuses pour transformer les modes de production et de consommation. La lutte contre le dérèglement climatique passe notamment par le fait de réduire collectivement notre empreinte carbone à échelle individuelle.

L'empreinte carbone moyenne des Français·es s'élevait à 10 tonnes équivalent CO2 en 2019. Pour respecter l'accord de Paris, qui prévoit de maintenir la hausse des températures sous 1,5 °C, cette empreinte **doit être réduite à trois tonnes de CO2e* par an d'ici 2030 selon les Nations unies, soit une baisse de 70 % en quelques années.**

Face à ce constat, la responsabilité des citoyens et citoyennes est engagée.

**Le CO2e est une mesure quantitative qui utilise le dioxyde de carbone comme référence.*

Selon la définition du [ministère de l'Économie](#), “un écogeste est un geste simple et banal de la vie de tous les jours comme aller au travail, faire la cuisine, se laver, jardiner, faire ses courses, un geste que chacun de nous peut faire afin de diminuer la pollution et améliorer son environnement”.

Ce terme “écogeste” englobe donc une série d'actions qui peuvent être à la fois des **petits gestes du quotidien** (utiliser une gourde, équiper son logement de lampes LED, limiter les emballages...) **mais aussi des changements de comportement plus ambitieux** (manger végétarien, éviter l'avion pour ses vacances, limiter sa consommation et privilégier la seconde main...). Il est important de souligner cette distinction car tous les écogestes n'ont pas le même impact.

02. À quoi servent les écogestes si les politiques et les entreprises polluantes ne font rien ?

Nous sommes de plus en plus nombreux et nombreuses à tenter d'adopter un mode de vie plus durable pour soulager l'environnement. Mais finalement, quelle part représentent les actions individuelles dans la lutte contre le dérèglement climatique ?

Selon une récente étude du [cabinet Carbone 4](#), **les actions individuelles permettraient d'atteindre jusqu'à 30 % de l'effort climatique que nous devons faire pour respecter l'objectif de l'accord de Paris.** Aussi, nous sommes convaincus chez Greenpeace que **les actions à l'échelle individuelle** sont bel et bien nécessaires.

Si tous les êtres humains vivaient comme nous, Français·es, il faudrait presque **trois planètes** pour satisfaire nos besoins. Les gestes individuels, conjugués et multipliés, sont donc une nécessité pour limiter notre impact sur l'environnement.

Les écogestes permettent à la fois de :

- **Limiter son empreinte carbone** : des changements de mode de vie bien ciblés permettent d'avoir un impact conséquent sur son empreinte carbone individuelle. Parmi les actions les plus efficaces, on retrouve notamment le fait d'éviter les trajets en avion, d'opter pour un régime alimentaire moins carné ou encore limiter les achats d'objets neufs. Pour savoir par où commencer ou pour aller encore plus loin, nous vous détaillerons plus bas les écogestes à privilégier pour le climat.
- **Convaincre d'autres personnes de son entourage à s'engager** : les changements dans votre mode de vie peuvent avoir un effet d'émulation et encourager d'autres personnes à agir. En discutant par exemple avec un proche de votre souhait de favoriser les voyages en train plutôt qu'en avion, vous enclenchez un processus de réflexion chez votre interlocuteur·trice. Idem si vous demandez à ne pas manger de viande lors d'un repas de famille. Votre action individuelle peut vite devenir collective !

- **Faire pression sur les responsables politiques et les entreprises** : en décidant d'aller au travail à vélo, vous encouragez le développement des mobilités douces auprès de votre mairie. En changeant de banque, vous envoyez le message qu'il n'est plus acceptable pour une banque de financer des projets dans le charbon, le gaz ou le pétrole. Chaque geste, aussi infime qu'il puisse paraître, peut avoir à terme un véritable impact sur les enjeux environnementaux.

03. Quels écogestes privilégier pour l'environnement ?

Face aux différentes injonctions à agir pour l'environnement, c'est parfois la confusion. **Il n'est pas toujours facile de savoir comment s'y prendre.**

Pour commencer, **nous vous conseillons de faire un état des lieux de vos pratiques quotidiennes** et de calculer votre empreinte carbone, c'est-à-dire les émissions de gaz à effet de serre générées par votre mode de vie.

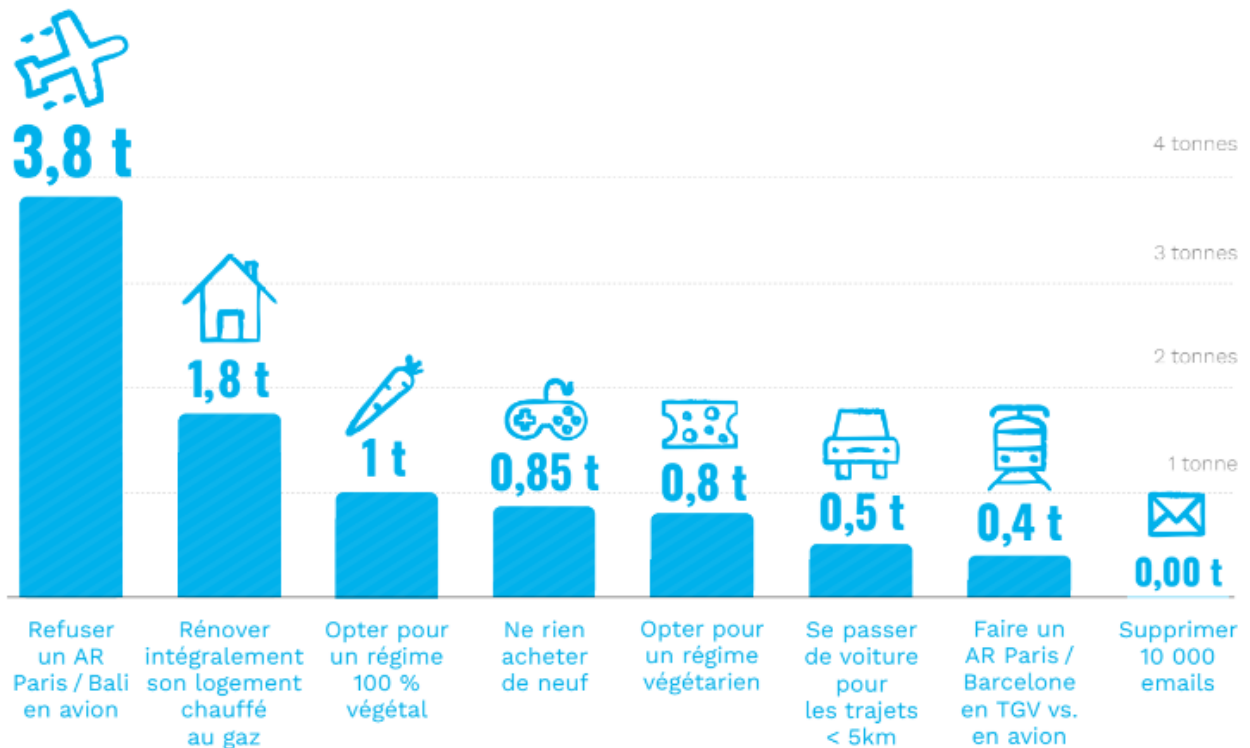
Il existe aujourd'hui de nombreux outils en ligne pour calculer votre **empreinte carbone**, dont celui de [l'ADEME](#).

Derrière le calcul de l'empreinte carbone, plusieurs pratiques du quotidien sont évaluées : la manière de se déplacer, de se nourrir, de se loger ou encore de consommer.

À travers ce graphique, vous pouvez voir la répartition moyenne en France des différents postes d'émissions de gaz à effet de serre :

ÉCOGESTES

QUELLES ACTIONS PRIVILÉGIER POUR LE CLIMAT ?



Il existe des disparités très fortes entre les ménages : une personne qui part en vacances en train, ou même en covoiturage, n'a pas le même impact écologique qu'une personne qui part en week-end régulièrement en avion à l'étranger. **Il est donc important de savoir où vous vous situez** pour pouvoir mettre en place les bonnes actions.

Pour vous aider, **nous vous avons listé sept écogestes prioritaires** :

- 1. Voyager sans avion**, le mode de déplacement le plus néfaste pour le climat. L'occasion de (re)découvrir le plaisir de la lenteur et les merveilles autour de vous.
- 2. Végétaliser son alimentation** : moins de viande, de poisson et de produits laitiers, et de meilleure qualité. C'est bon pour le climat, la biodiversité... et votre santé.
- 3. Acheter moins d'objets neufs** (vêtements, électronique, mobilier...), qui demandent énergie et matières premières pour être fabriqués. Privilégier la réparation, le partage ou l'occasion.
- 4. Limiter les déplacements en voiture**, dès que c'est possible. Et si vous n'avez pas le choix au quotidien, opter pour un véhicule léger, par exemple une petite citadine ou une voiturette électrique.

5. Changer de banque pour une institution qui ne finance pas les activités les plus polluantes, comme La Nef ou le Crédit Coopératif.

6. Économiser l'énergie, en priorité le chauffage, si vous n'habitez pas dans une passoire thermique. Car l'énergie la plus propre (et la moins chère !), c'est toujours celle que l'on ne consomme pas. Si vous êtes propriétaire, le plus efficace est de rénover intégralement votre logement.

7. Manger de saison, local et bio, lorsque c'est possible. Vous encouragez ainsi une agriculture respectueuse des paysan·nes et des écosystèmes.

Il est possible que vous ayez déjà adopté certains de ces écogestes. Peut-être que dans les mois et années à venir, vous en cocherez un autre puis encore un autre.

L'écolo parfait·e n'existe pas. À vous de choisir les écogestes les plus adaptés à vos contraintes personnelles tout en ayant bien conscience de l'impact de vos choix sur l'environnement.

04. Quel rôle doivent jouer en parallèle les États et les entreprises ?

Toutes les actions individuelles au quotidien sont bonnes à prendre mais pour relever le défi climatique auquel nous faisons face, l'impulsion des autorités publiques est indispensable. Selon l'étude du [cabinet Carbone 4](#), **au moins 70 % de l'effort climatique repose sur l'action de l'État et des entreprises**. Autrement dit, même un comportement héroïque généralisé à l'échelle individuelle ne permettrait pas d'atteindre l'objectif fixé par l'accord de Paris.

Pour l'instant, les responsables politiques rechignent à mettre en œuvre des changements systémiques profonds face à la crise climatique. Ils continuent de privilégier les intérêts financiers d'une poignée de multinationales polluantes, au détriment de la santé et de l'avenir de l'humanité.

Nous devons les pousser à adopter **des réformes urgentes dans les domaines les plus polluants** : transport, production d'énergie, logement, agriculture, alimentation.

Voici 3 exemples concrets de mesures politiques qui pourraient changer la donne :

- ➔ **Taxer le kérosène et rééquilibrer le prix entre train et avion** : le secteur aérien représente plus de 7 % de l’empreinte carbone de la France. Pourtant, le secteur aérien est exempté de TVA sur les billets internationaux et ne paie aucune taxe sur le kérosène. Arrêter de subventionner ainsi le secteur aérien entraînerait une réduction du trafic aérien, tout en dégagant des recettes fiscales qui permettrait d’investir massivement dans le développement du train.

- ➔ **Engager des mesures pour la rénovation thermique des bâtiments** : 20 % de gaz à effet de serre viennent du secteur résidentiel ou tertiaire, et 12 millions de personnes sont en situation de précarité énergétique. Les lois françaises prévoient l’élimination des passoires énergétiques d’ici 10 ans mais, au rythme actuel, il faudrait encore des centaines d’années pour y parvenir. Des engagements financiers et immédiats de la part des pouvoirs publics sont nécessaires pour assurer la rénovation globale du parc immobilier français. Cela permettrait de répondre à des enjeux à la fois sanitaires, climatiques, sociaux et économiques.

➔ **Interdire la construction et l'expansion des fermes-usines en France** : au cours de ces dernières décennies, l'agriculture française a progressivement glissé vers une industrialisation de ses pratiques. L'élevage est aujourd'hui responsable de 14,5 % des émissions de gaz à effet de serre au niveau mondial. Entamer dès maintenant une sortie de l'élevage industriel doit passer par l'interdiction des fermes-usines en France. L'État français et l'Union européenne doivent cesser de subventionner ce type d'élevage et encourager un modèle agricole plus respectueux de l'environnement.

En 2019, lors de la Convention citoyenne pour le climat, différentes propositions avaient été faites au gouvernement afin d'atteindre une baisse d'au moins 40% des émissions de gaz à effet de serre d'ici 2030. Sur les 149 propositions, seules 15 mesures ont été retranscrites. Face à cet échec et malgré les nombreuses solutions mises en avant, les responsables politiques ont fait le choix de l'inaction. Ils n'ont aujourd'hui plus d'excuses.

Nous aurons beau avoir un comportement exemplaire à titre individuel, cela ne sera pas suffisant si le système qui nous entoure va à l'encontre de la lutte contre les émissions de gaz à effet de serre.

Nous avons besoin d'agir individuellement et collectivement pour que la société dans son ensemble se rende compte qu'un changement radical de système est inévitable. **Cette prise de conscience collective passe par chacune et chacun d'entre nous.**

Vous souhaitez approfondir le sujet ?

- Lire notre article [“Climat : changer nos habitudes ou le système ?”](#)
- [Télécharger notre “petit guide de l’écolo imparfait·e mais efficace”](#) pour obtenir encore plus d’infos sur les bonnes pratiques à adopter
- S’abonner à notre [newsletter les Mardis verts](#) pour recevoir chaque semaine des conseils utiles sur des objets du quotidien.
- Regarder notre vidéo [“Sobriété, pénurie : la stratégie de la culpabilisation”](#)

Et si vous voulez aller encore plus loin dans votre engagement pour le climat, voici quelques modes d’action pour agir à nos côtés :



Devenez bénévole dans un groupe de Greenpeace près de chez vous.



Lancez votre propre pétition en ligne via notre plateforme dédiée.



Rejoignez notre groupe de cybermilitantisme.



Faites un don pour soutenir nos actions et notre indépendance financière.