



LES ACTIONS ET OBJETS DE NOTRE QUOTIDIEN (consommation, transport, alimentation, logement...) nécessitent tous de l'énergie, provenant à 80% du pétrole, charbon et gaz.

LES SOURCES D'ÉNERGIES CARBONNÉES sont majoritairement utilisées car elles sont très pratiques et concentrées. Malheureusement elles émettent aussi de grandes quantités de gaz à effet de serre (GES).

LA CONCENTRATION DE GES comme le CO₂ ou le méthane, augmente dans l'atmosphère. Cela engendre un réchauffement de la température moyenne de la planète.

LA HAUSSE DE LA TEMPÉRATURE TERRESTRE Qui augmente à cause des activités humaines, entraîne une intensification des bouleversements environnementaux (montée des eaux, perte de biodiversité...)

LES CONSÉQUENCES DU DÉRÈGLEMENT CLIMATIQUE impactent les activités humaines (baisse des rendements agricoles et ressources en eau, vagues de chaleur mortelles, destructions d'infrastructures, réfugiés climatiques...).

LA DÉSTABILISATION DES SOCIÉTÉS HUMAINES grandissant et s'accroissant, menace à long terme le bien-être de l'humanité, mais aussi sa survie le jour où elle ne sera plus capable de s'adapter.



D'après le **GIEC**, au vu de la capacité d'absorption de GES de la planète et de la population actuelle, chaque personne devrait se limiter à un « **budget carbone** » de **1,8 tonnes de CO₂ équivalent** émis par an; soit **6 fois** moins qu'un français moyen (**~12 tCO₂eq/ an**).

Nous devons donc **changer individuellement** nos modes de vie, **mais aussi collectivement** nos sociétés afin de limiter nos émissions de GES... **Mais à quel point?**

1,8 tCO₂eq... OK MAIS ÇA CORRESPOND À QUOI?

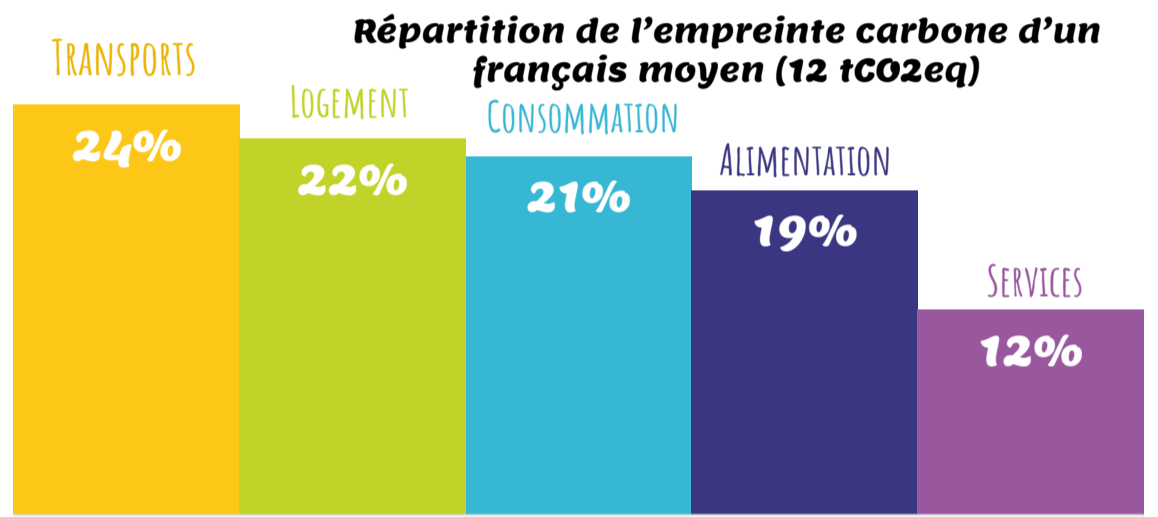
La **tonne de CO₂ équivalent** est une unité de référence pour les émissions des différents GES (CO₂, méthane...).

Pour avoir un ordre d'idée du mode de vie à adopter, **1 tCO₂eq** (ou 1000kgCO₂eq) correspond aux émissions de :

- 1 lampe allumée pendant **54 ans**
- 1 maison chauffée au gaz pendant **1 an**
- **12 km / jour** en voiture pendant un an
- **2 plats au boeuf** par semaine pendant 1 an

Notre **empreinte carbone** mesure les émissions qui peuvent nous être imputées : c'est le reflet des comportements individuels de chacun.

Certains aspects de notre mode de vie participent plus au dérèglement climatique que d'autres!



Logement

Le foyer moyen en France :
Consommation de 16 565 kWh/an

Répartition de l'énergie utilisée par un logement moyen en France :

- 61,3** chauffage
- 19,5%** usages spécifiques
- 12,1%** eau chaude
- 7%** cuisson

Pour réduire les émissions de GES de mon logement, **je réduis mon chauffage de quelques degrés et j'améliore l'isolation de mon logement :** en plus c'est bon pour la facture!

Mobilité

Emissions de CO₂eq pour 1 aller-retour Paris-Marseille en...

Train 3,4kg **Avion 174kg** **Seule en voiture 200kg**

A raison de **30 minutes** de déplacement tous les jours pendant un an, j'aurais émis **1600kg** de CO₂ eq si je prends seul la **voiture** (c'est presque mon budget carbone annuel de 1,8 tCO₂eq !), contre seulement **30kg** pour les **transports en commun** (soit 50 fois moins pour la même durée !).

Un aller-retour Paris-NewYork en avion émet à lui seul 2 tCO₂eq Pour les vacances, pourquoi pas découvrir la France ou l'Europe en train?

Rationalisons nos déplacements et favorisons les transports en commun, l'autopartage ou la mobilité douce : en plus d'être bons pour la santé et souvent plus rapides en ville, le vélo et la marche n'émettent pas de CO₂!

Alimentation

Empreinte carbone (en CO₂eq) moyenne d'un repas en fonction de la consommation de produits d'origine animale.

Repas avec bœuf/ agneau/ veau 6,3 kg	Repas avec poulet/ porc/ poisson/ laitages 1,4 kg
repas végétarien : 0,5 kg	

Empreinte carbone (en CO₂eq) de 1kg de fruits et légumes moyens en fonction de la production et du transport.

Local et de saison 0,3 kg	Importé par bateau 1,3kg
Local mais hors-saison 2,2 kg	Importé par avion 21,9 kg

Pour une **alimentation peu carbonée**, réduire sa consommation de produits d'origine animale et manger local de saison.

Consommation

Avant même d'arriver entre nos mains, chaque objet a entraîné des émissions de GES : extraction des matières premières, production, transport...

500 feuilles de papier A4 2 kg	T-shirt en coton 7 kg
1 kg de carton neuf 1 kg	Jean 25 kg
Chaise en plastique 28 kg	Chaussures de sport 20 kg
Canapé 204 kg	Pull en laine 56 kg
Ordinateur portable 150 kg	Réfrigérateur (250l) 343 kg
Smartphone de 5 pouces 33 kg	Four électrique 319 kg
Télévision de 40 pouces 370 kg	Lave-linge 539 kg
Console 74 kg	Micro-onde 118 kg

Limitier la surconsommation et favoriser la durabilité est un enjeu climatique, mais aussi de **biodiversité** et d'économie de **ressources** (eau, métaux, ...).

