

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



09h30 > Embarquement

Coalition Sobriété et Climat,
Antoine SUTER (Délégué Général Adjoint Ligue de l'enseignement CVL) et **Anne-Fleur KEROUEDAN** (Co-présidente de Virage Energie CVL)

François BONNEAU, Président de la Région Centre-Val de Loire

Jérémie GODET, 2e vice-Président délégué au Climat, aux transformations écologiques et sociales des politiques publiques, à la transition énergétique, à l'économie sociale et solidaire et à la vie associative

Guillaume FARNY, Directeur Régional Adjoint de l'ADEME Centre-Val de Loire



Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



Programme de la journée

10h00 Table-ronde : Les freins à la mobilisation

Les comprendre pour mieux renforcer l'action citoyenne.
Approche en 3 Dimensions : individuelles, socio-politiques et écologiques. Anaïs ROCCI, Cécile GUEGUEN, Héroïse NEZ

11h00 Témoignages et retours d'expériences

Mathieu Gaultier (Collectivité), Raphael Mercey (collectif),
Christophe Dewaele (Conversations Carbone)
Julie Gaucher (Ligue de l'Enseignement 37), Pierre Gamel
(Sapeur-pompier) Elisabeth Richez (Projet Écho Éco & Co)

12h25 Présentation : La part citoyenne

12h30 - 14h00 : DÉJEUNER

13h45 Reprise Hémicycle Sobriété en actes : construire une société désirable

ATELIERS PARTICIPATIFS

Deux sessions identiques : à 14h00 et à 15h15 (Au choix)

Mise en récit

Construire de nouveaux imaginaires **SALLE LAB**

Pause carbone

Outils de sensibilisation **HALL HÉMICYCLE**

Collectifs citoyens

Mobiliser, fidéliser sans s'épuiser **SALLE LENTIN 1**

De l'idée au projet

Passer de l'individuel au collectif **SALLE CP 1/2**

Engager les jeunes

Outils et retours d'expérience **HÉMICYCLE**

Inclusion et mixité

Diversifier nos collectifs **MINI BAR**

16h00 Restitution et clôture Hémicycle

Synthèse et fin de la journée à 16h30

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



10h05 > Table-ronde

Les freins à la mobilisation : les comprendre pour mieux la renforcer. *Approche en 3 Dimensions : individuelles, socio-politiques et écologiques*

Anais ROCCI, Sociologue à l'ADEME, spécialiste de l'analyse des changements de comportements et en charge de baromètres d'opinion.

Cécile GUEGUEN, Responsable plaidoyer et représentation à Énergie Partagée France.

Héloïse NEZ, Pr en sociologie à Paris Cité, spécialiste de l'engagement et des mouvements sociaux, de l'analyse des pratiques socio-écologiques et de la démocratie participative.

Le Mouvement
Associatif
Centre
Val-de-Loire

FRANCE NATURE
ENVIRONNEMENT
CENTRE-VAL DE LOIRE

V^e Villes au Carré
Centre - Val de Loire

Girbois Sciences
Laboratoire de Sciences
de l'Environnement

NIUS VIES
BAS CARBONE

ÉNERGIE
PARTAGÉE

cress
Chambre Régionale
de l'Économie Sociale
et Solidaire
Centre - Val de Loire

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ADEME
AGENCE NATIONALE
DE LA
TRANSITION
ÉCOLOGIQUE

RÉGION
CENTRE
VAL DE LOIRE

Union européenne

Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

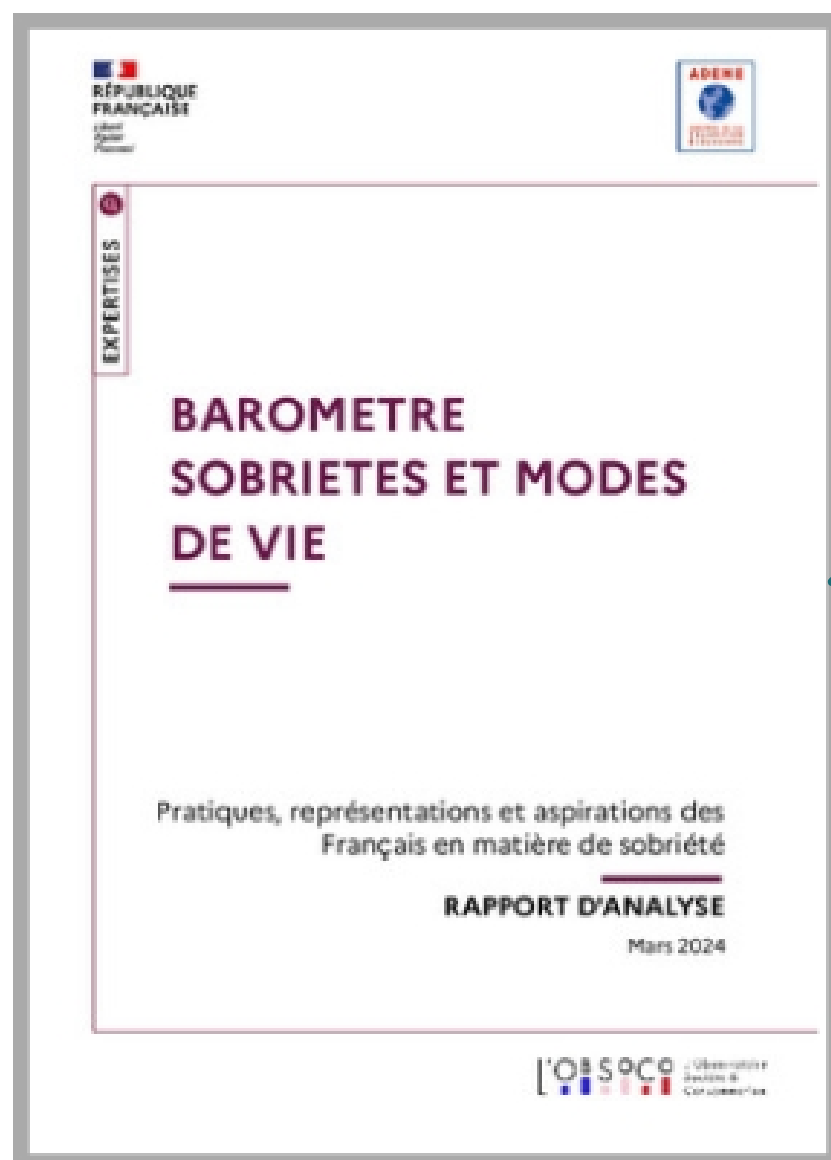
#CAPSURLACOP

La mobilisation citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété

10h05 > Table-ronde

Les freins à la mobilisation : les comprendre pour mieux la renforcer. *Approche en 3 Dimensions : individuelles, socio-politiques et écologiques*

Anais ROCCI,
Sociologue à l'ADEME, spécialiste de l'analyse des changements de comportements et en charge de baromètres d'opinion



Cofinancé par
l'Union européenne



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

L'OB S O C O L'Observatoire
Société &
Consommation



BAROMÈTRE SOBRIÉTÉS ET MODES DE VIE

Principaux résultats

Précisions méthodologiques

- Terrain d'enquête réalisé en ligne (CAWI) du **4 au 28 août 2025**.
- Questionnaire d'une durée médiane de 37 minutes.
- **Échantillon** global de **4000 personnes**. Représentativité de la population de France métropolitaine âgée de 18 à 75 ans.
- Représentativité assurée par la **méthode des quotas** : âge, sexe, catégorie socioprofessionnelle, région et taille de l'agglomération de résidence, niveau du diplôme le plus élevé. **Redressement** de l'échantillon principal sur l'ensemble des variables « quotas ».
- Les comparaisons effectuées dans ce rapport font référence à la première vague d'enquête réalisée entre juillet et août 2023
- Organisation du questionnaire:
 - Une première partie traitant des **pratiques dans 5 domaines**: consommation et numérique, alimentation, mobilité, tourisme, logement,
 - Une deuxième partie sur les **représentations** associées à la notion de sobriété, l'attachement au modèle et aux valeurs consuméristes, ou encore l'adhésion à des principes et mesures collectives de sobriété



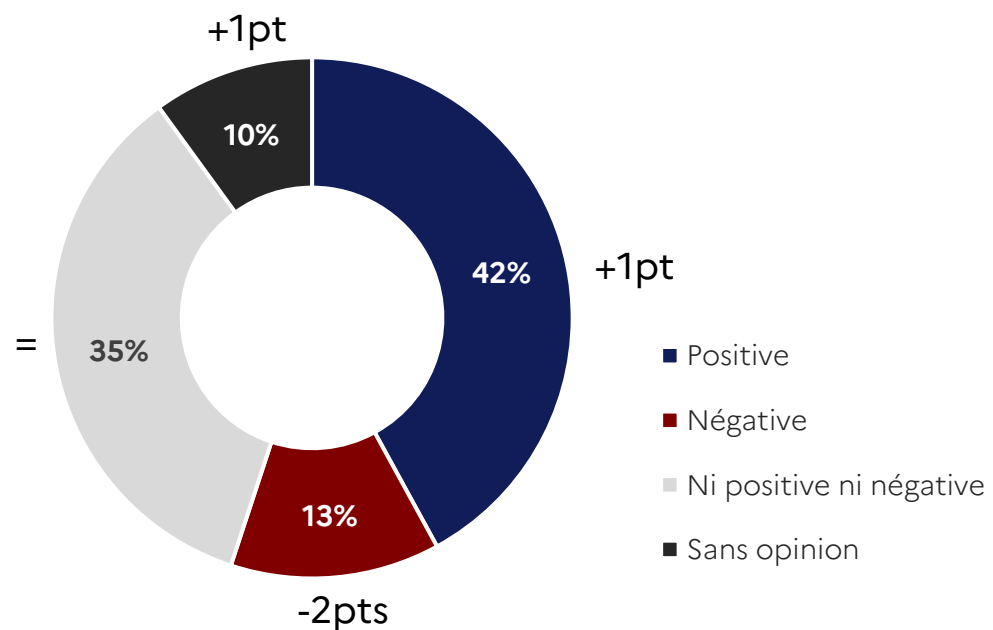
La notion de sobriété



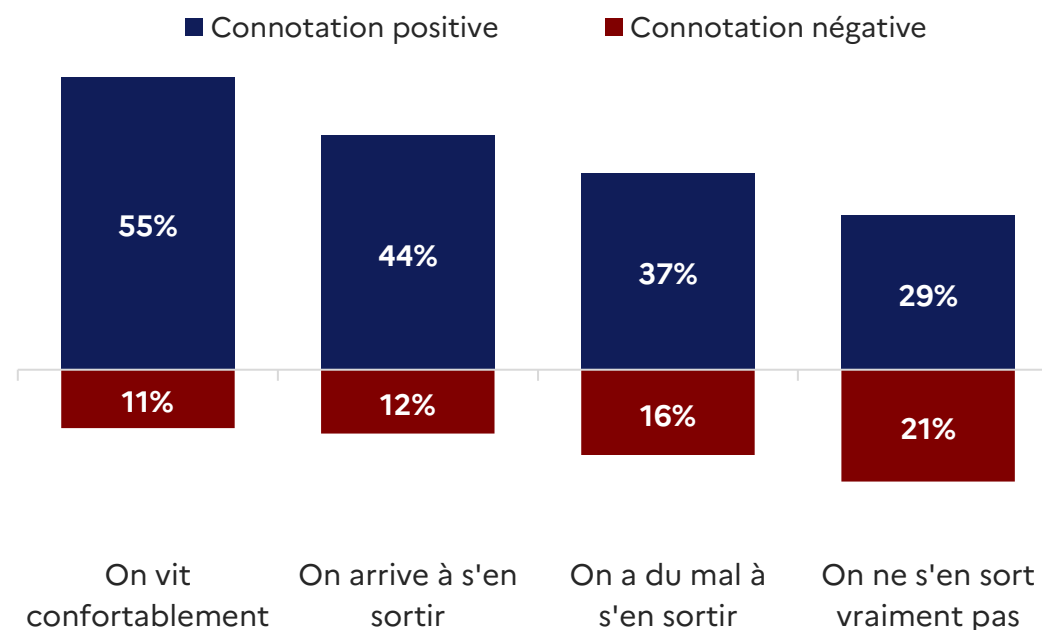
Une connotation plus positive que négative de la notion de sobriété mais corrélée au sentiment de contrainte budgétaire

La notion de « sobriété » est-elle pour vous plutôt positive ou plutôt négative ?

Q138 - Base totale, n = 4000



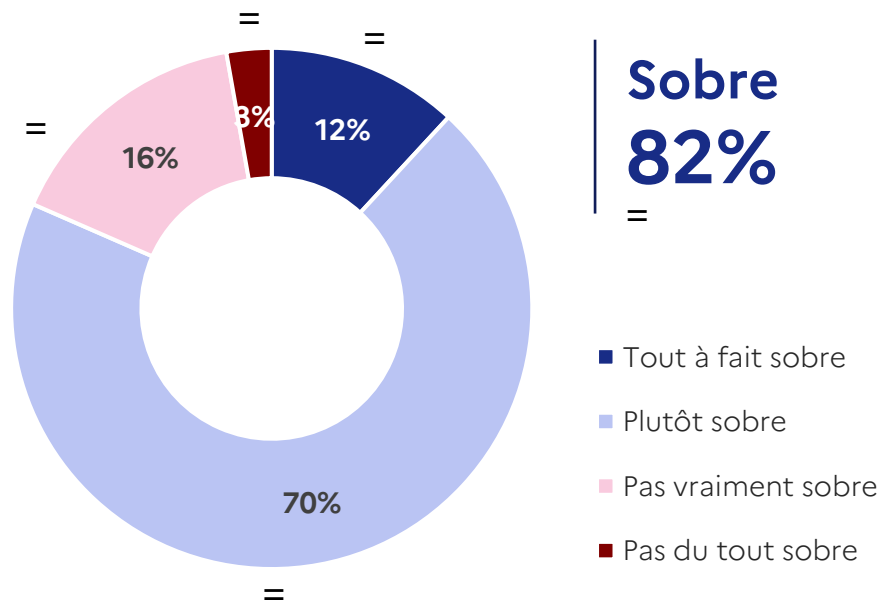
Perception de la notion de sobriété en fonction de la contrainte budgétaire



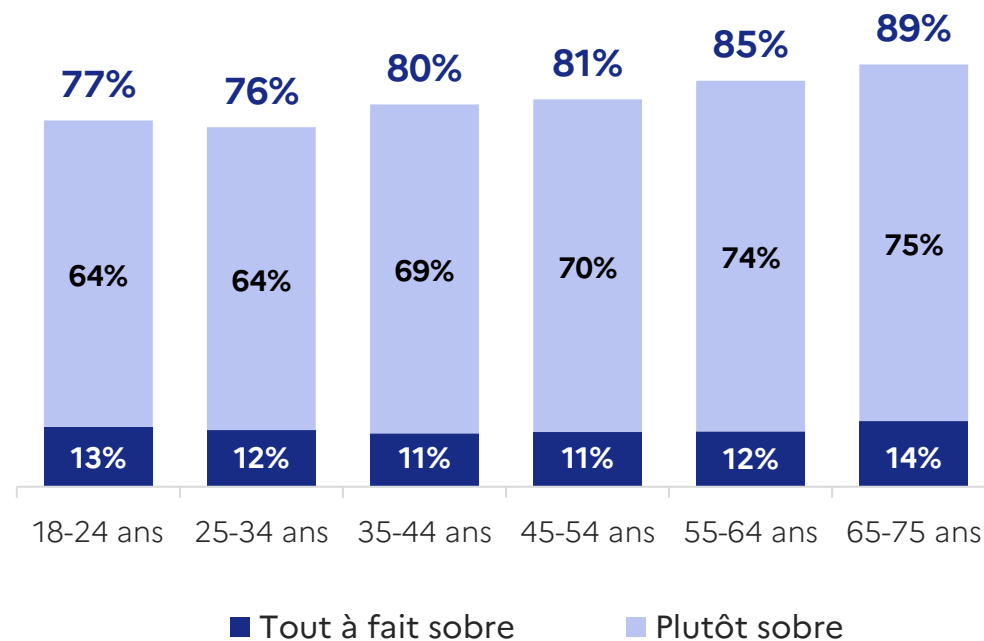
82% des Français jugent leur mode de vie actuel sobre : une proportion inchangée par rapport à 2023

Si vous deviez qualifier votre mode de vie actuel, vous diriez qu'il est... ?

Q139 - Base totale, n = 4000



Part jugeant son mode de vie « sobre » en fonction de l'âge

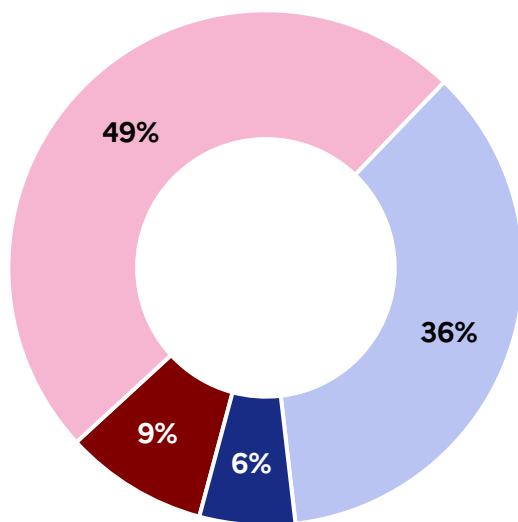


Auto-évaluation de son impact sur l'environnement

Selon vous, l'impact de votre mode de vie actuel sur l'environnement et les ressources de la planète est ...

Q143 - Base totale, n=4000

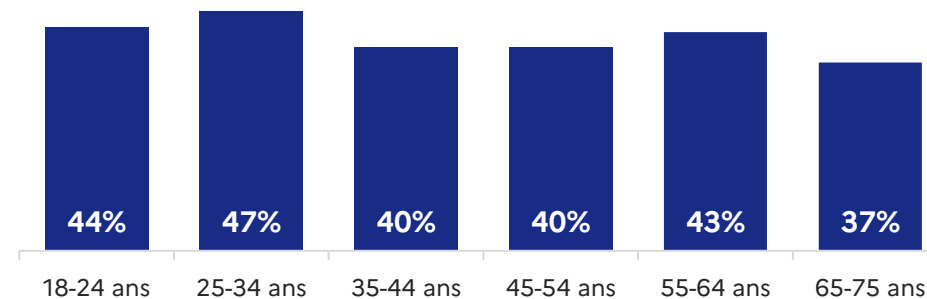
Faible
58%



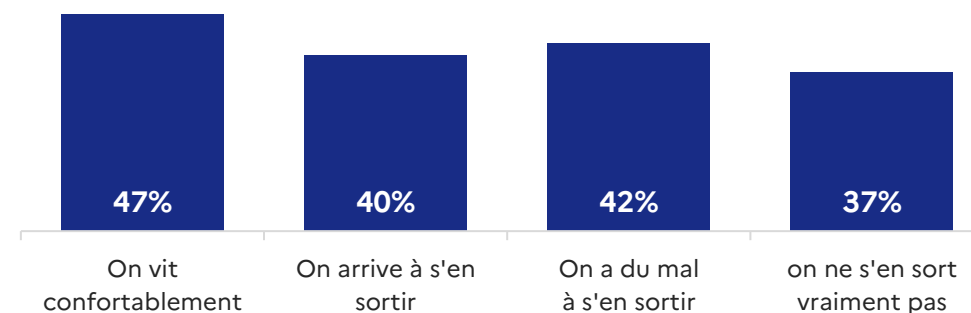
Fort
42%

- Très faible
- Plutôt faible
- Plutôt fort
- Très fort

%Fort en fonction de l'âge



%Fort en fonction du sentiment de contrainte budgétaire



Pratiques de sobriété déclarées

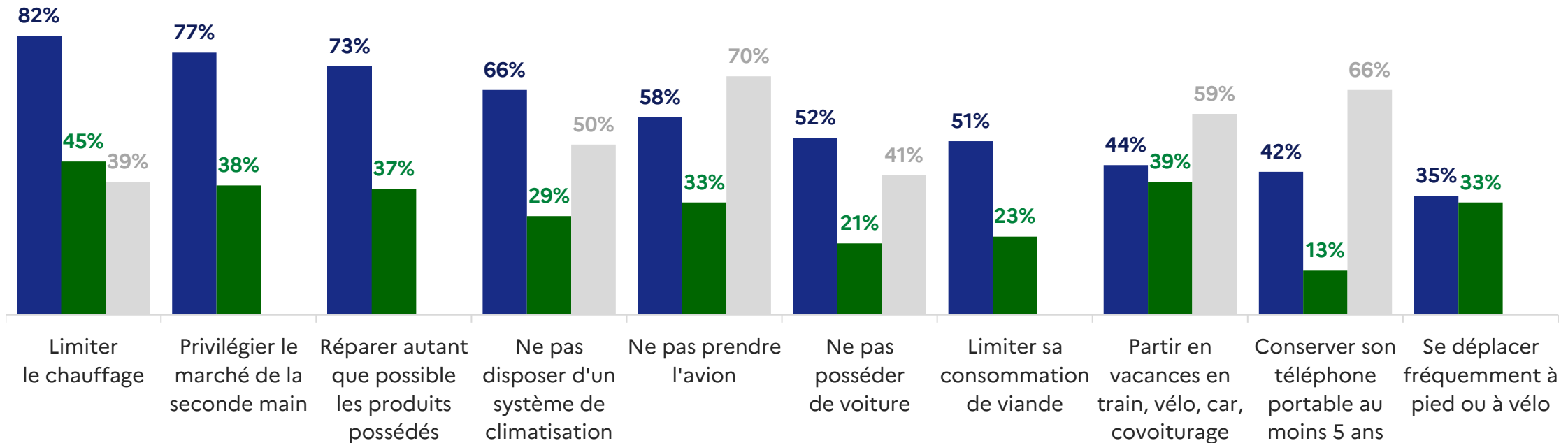


Les raisons économiques l'emportent sur les considérations environnementales

Motivations associées aux pratiques sobres

Base : individus concernés par chaque pratique, bases multiples

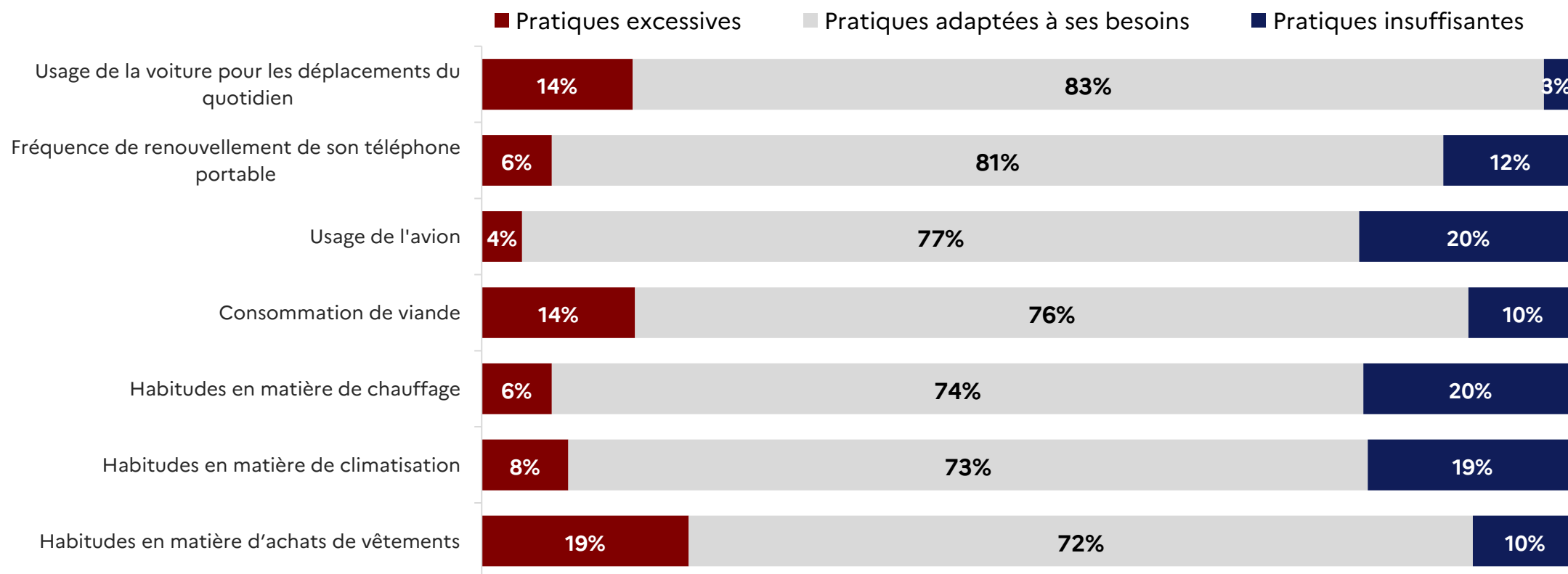
■ Raisons économiques ■ Raisons liées à l'environnement ■ Raisons liées à l'absence de besoin



La tendance majoritaire consiste à estimer que ses pratiques sont adaptées à ses besoins

Jugement porté sur ses pratiques de consommation (parmi les individus concernés) adaptées à ses besoins, excessives, ou insuffisantes

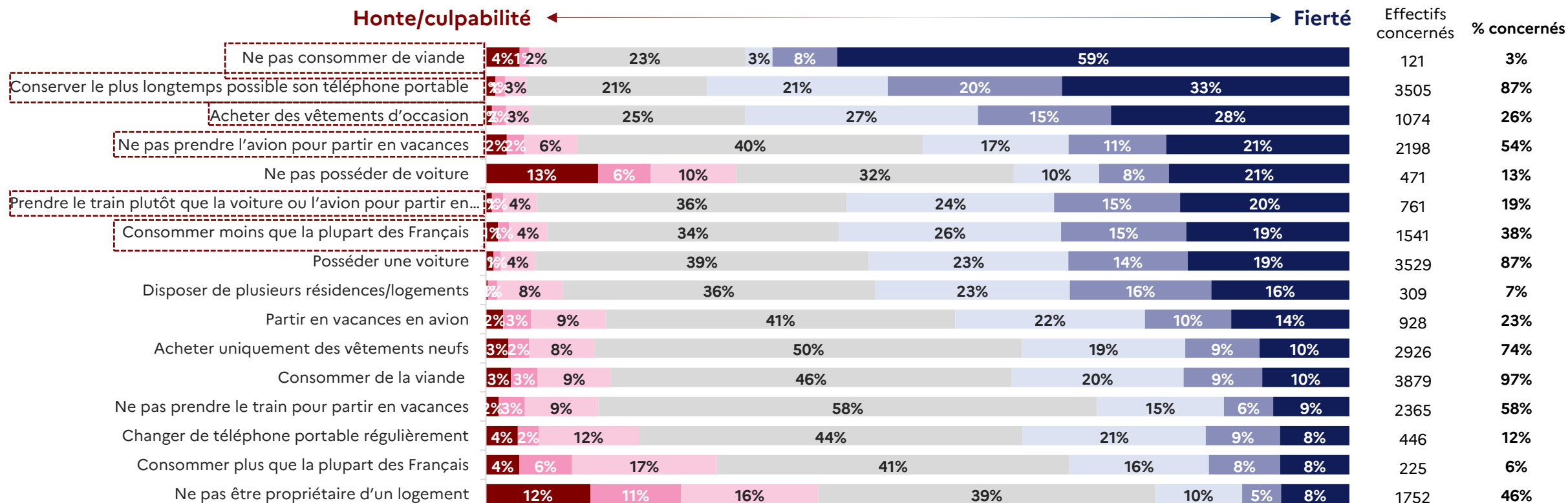
Base : individus concernés par chaque pratique, bases multiples



Les pratiques de sobriété : parmi les pratiques qui apportent le plus un sentiment de fierté

Et vous arrive-t-il parfois de ressentir un sentiment de fierté ou de honte quant au fait de...

Q136 - Bases multiples- Note de 1 (honte/culpabilité) à 7 (fierté)



Attitudes vis-à-vis de la consommation

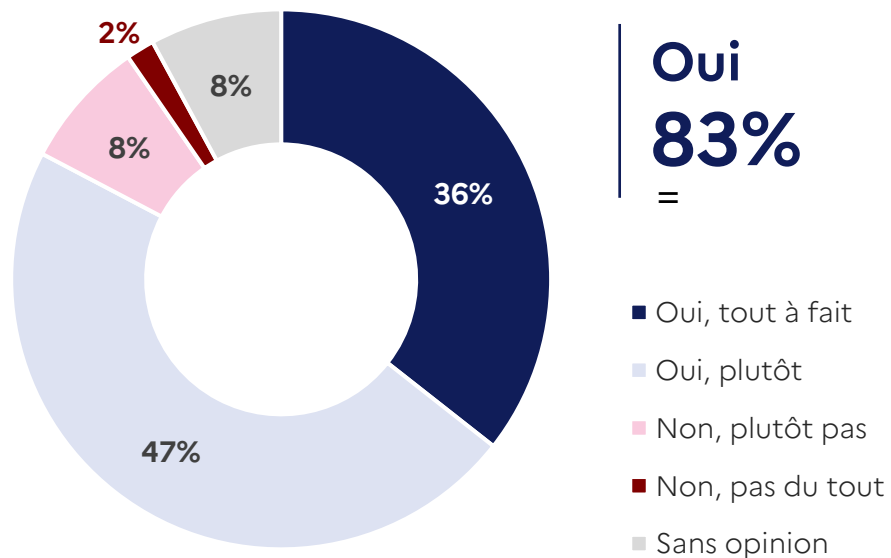


Un discours critique à l'égard des logiques consuméristes répandu mais un réquisitoire plus souvent appliqué aux autres qu'à soi-même

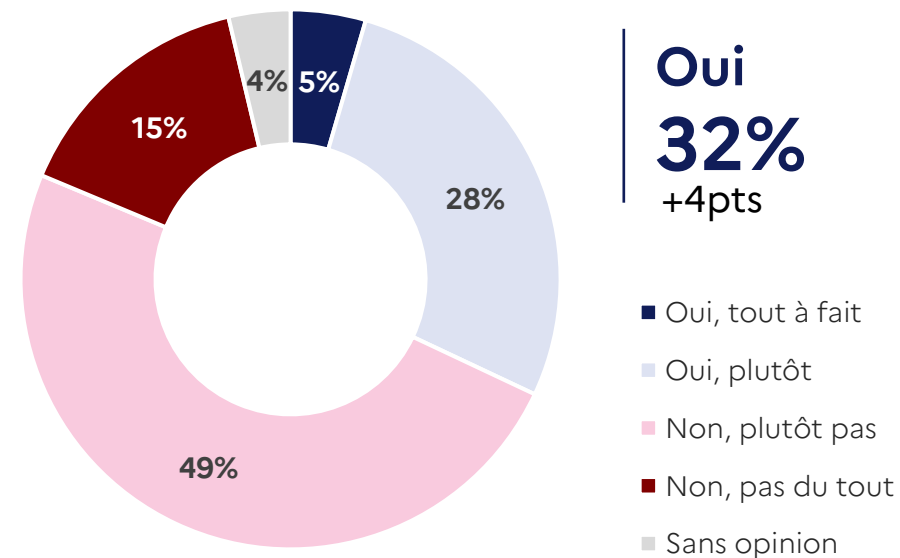
La perception de sa consommation

Q131 & Q132 - Base : sous-échantillon 2, n= 2000

Q131 - Diriez-vous qu'aujourd'hui, en France, les gens consomment trop ?



Q132 - Et vous personnellement, diriez-vous que vous consommez trop ?



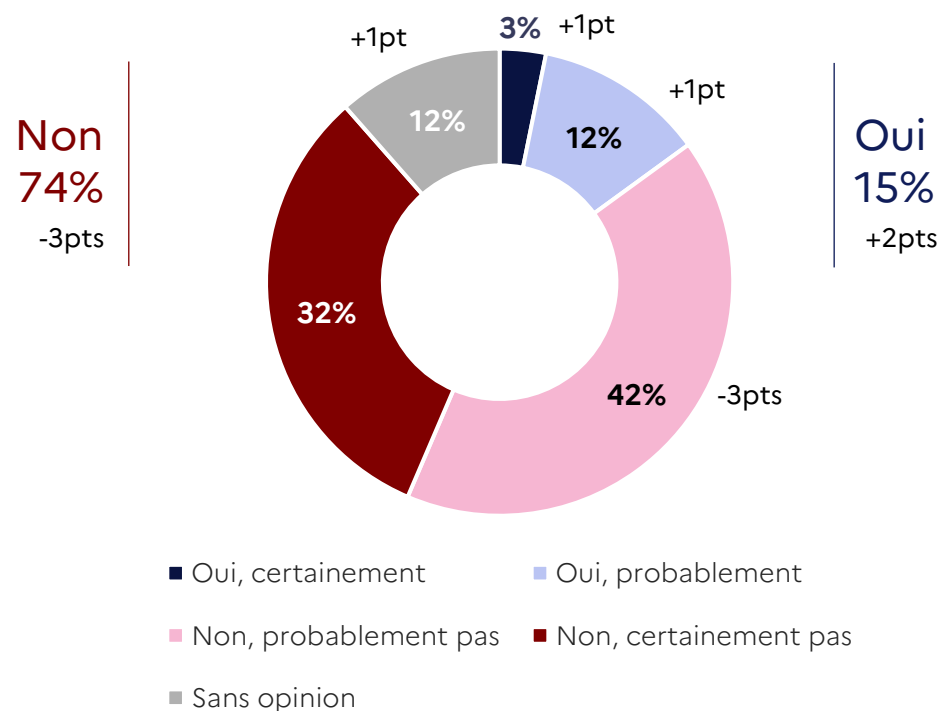
Modèle de société et politiques publiques



L'idée répandue que la trajectoire actuelle ne permettra pas de faire face aux défis environnementaux auxquels nous sommes confrontés

Compte tenu des actions mises en place par les gouvernements et les citoyens, pensez-vous que d'ici les 50 prochaines années, les enjeux environnementaux auxquels nous faisons face actuellement seront résolus ?

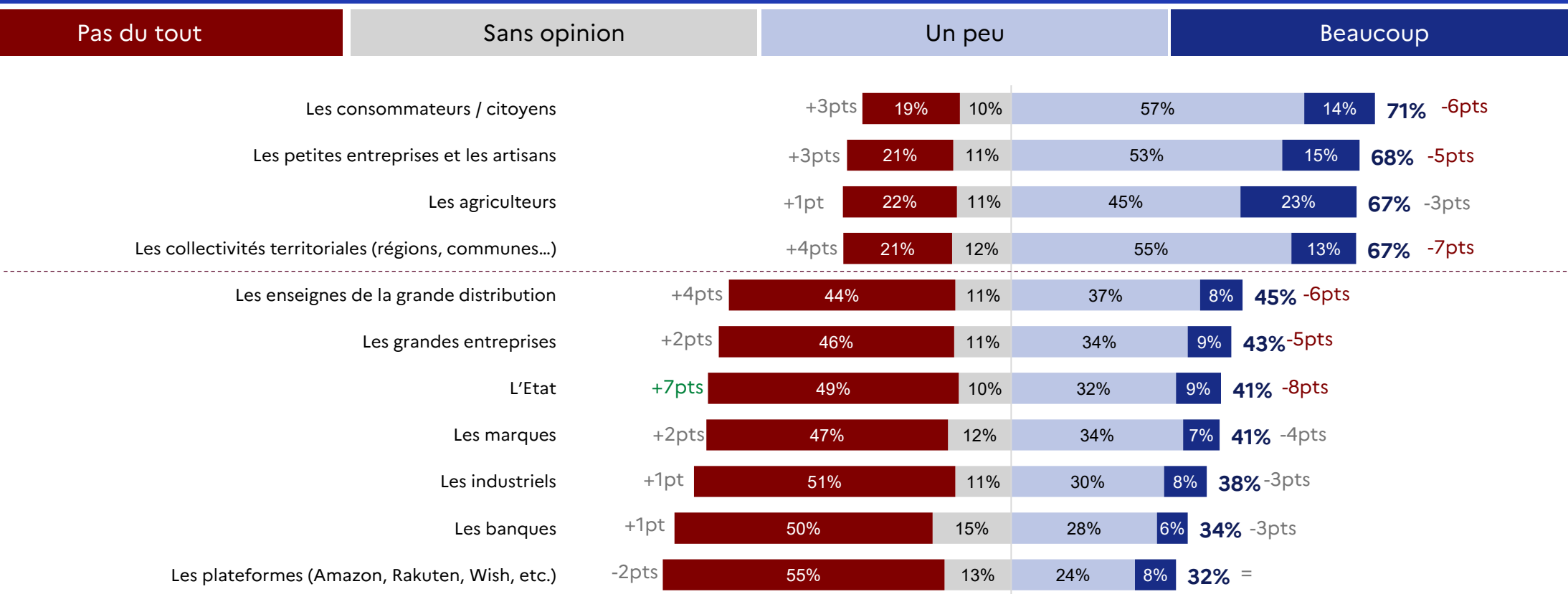
Q155 - Base totale, n=4000



Les « petits » acteurs considérés comme plus actifs que les « gros »... mais la perception d'une baisse générale de la mobilisation s'observe

À l'heure actuelle, pensez-vous que les acteurs suivants agissent pour limiter les impacts de leurs activités sur les ressources de la planète ?

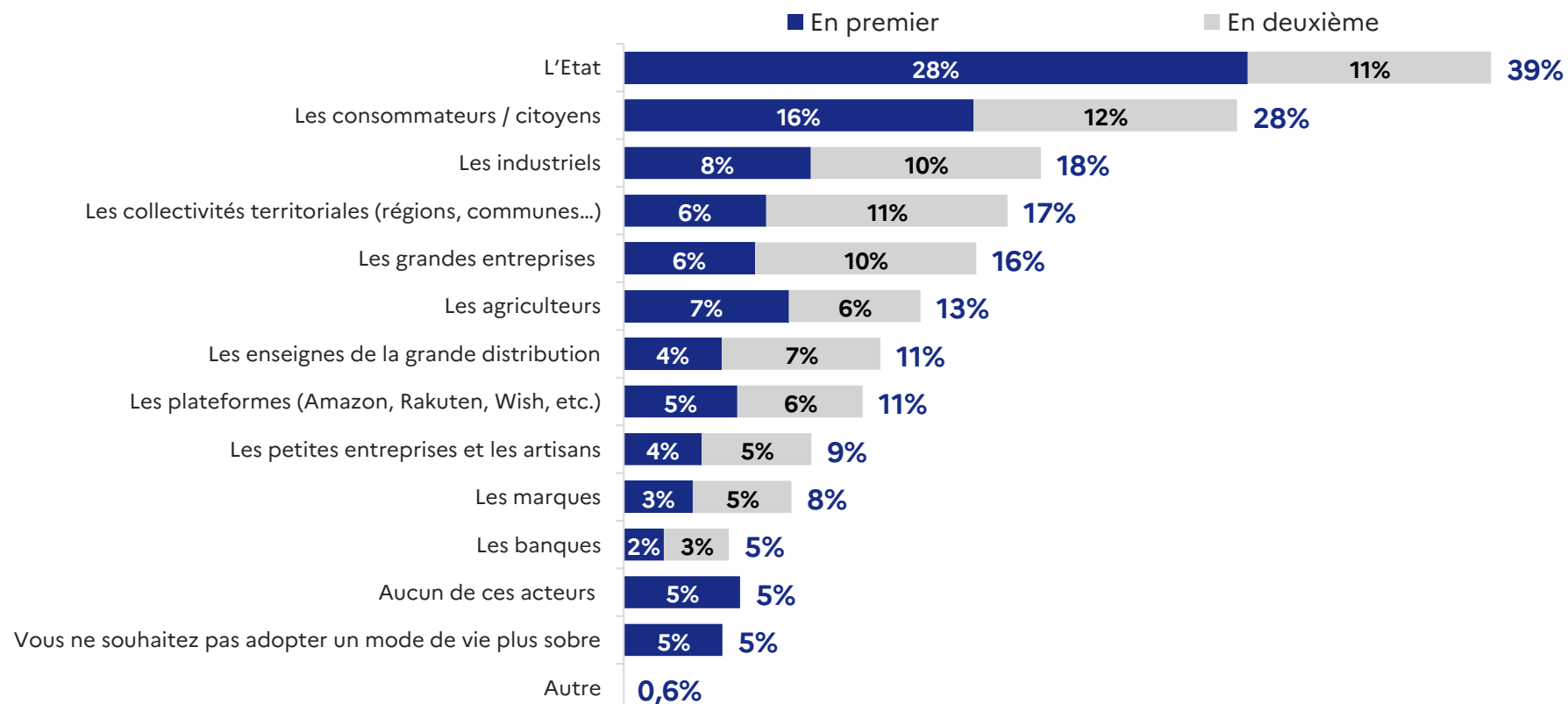
Q153 - Base totale, n= 4000



L'État très attendu pour faciliter l'adoption de modes de vie plus sobre

Et parmi les acteurs suivants, quels sont ceux qui seraient les plus à même de faciliter l'adoption de modes de vie plus sobres collectivement ?

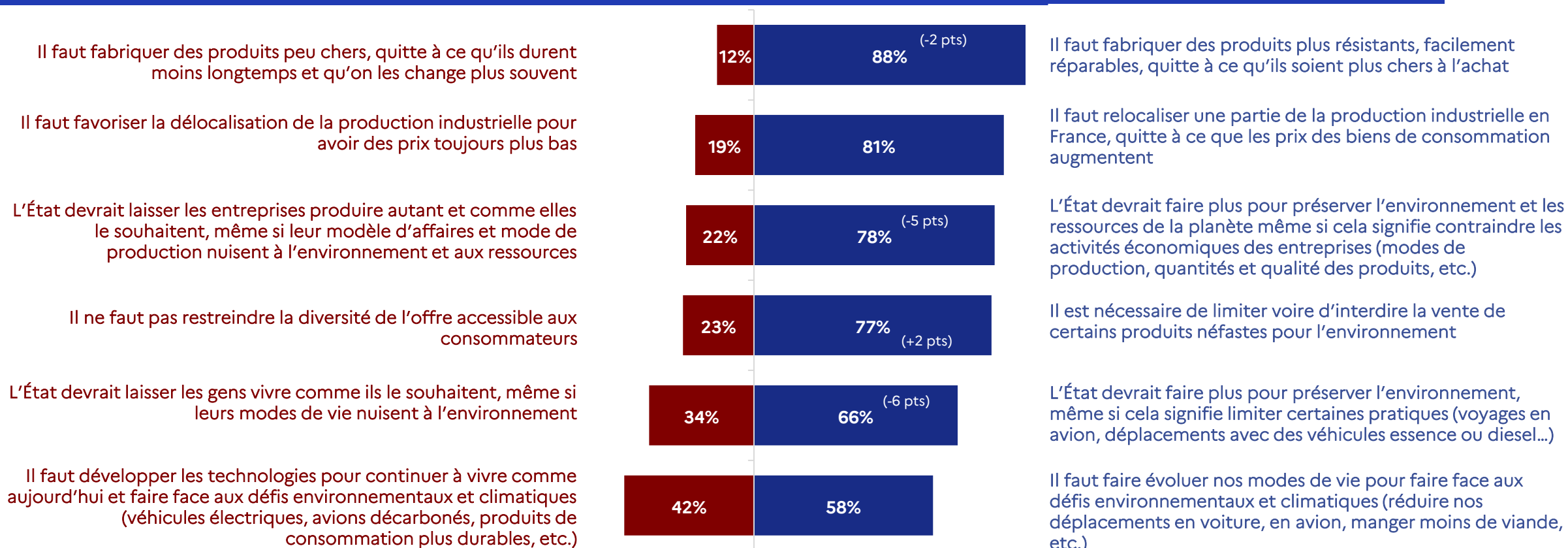
Q154 - Base totale, n= 4000



Des attentes fortes pour des mesures collectives ambitieuses

Laquelle de ces deux affirmations correspond le mieux à ce que vous pensez ?

Q148 - Base : sous-échantillon 1, n=2004





**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



Transition écologique et Dispositifs d'Accompagnement aux Changements de Comportements des particuliers : Quels impacts et comment les mesurer ?

EVAL DACC

Boîte à outils des DACC

<https://accompagner-changements-comportements.ademe.fr/>

DACC
Dispositifs d'Accompagnement
aux Changements de Comportements



En équipe pour faire bouger son quotidien



EXPERTISES

METTRE EN ŒUVRE DES ACTIONS D'ACCOMPAGNEMENT AUX CHANGEMENTS DE COMPORTEMENTS

Guide pour l'action.
Note d'accompagnement de la boîte à outils

juin 2023

	Principe
Défi et challenge	Créer une compétition collective et/ou rendre ludique les changements de comportements en fixant des objectifs et en comparant des performances
Accompagnement personnalisé	Proposer un accompagnement sur la durée pour sensibiliser, permettre le passage à l'action grâce aux interactions et aux conseils
Ateliers	Permettre la mobilisation et la mise en action des publics en améliorant les connaissances, en favorisant la mise en pratique, et en créant les conditions d'échange et de cohésion entre personnes
Outils serviciels	Proposer des outils et services, souvent numérique, pour informer, sensibiliser et faciliter le passage à l'action en donnant des moyens concrets d'agir
Réseau d'ambassadeurs	Constituer un réseau d'ambassadeurs pour essayer des nouvelles pratiques et faire émerger des projets collectifs

Résultats de la méta-analyse des évaluations existantes

Une sur-représentation de certains profils parmi les participant·es :

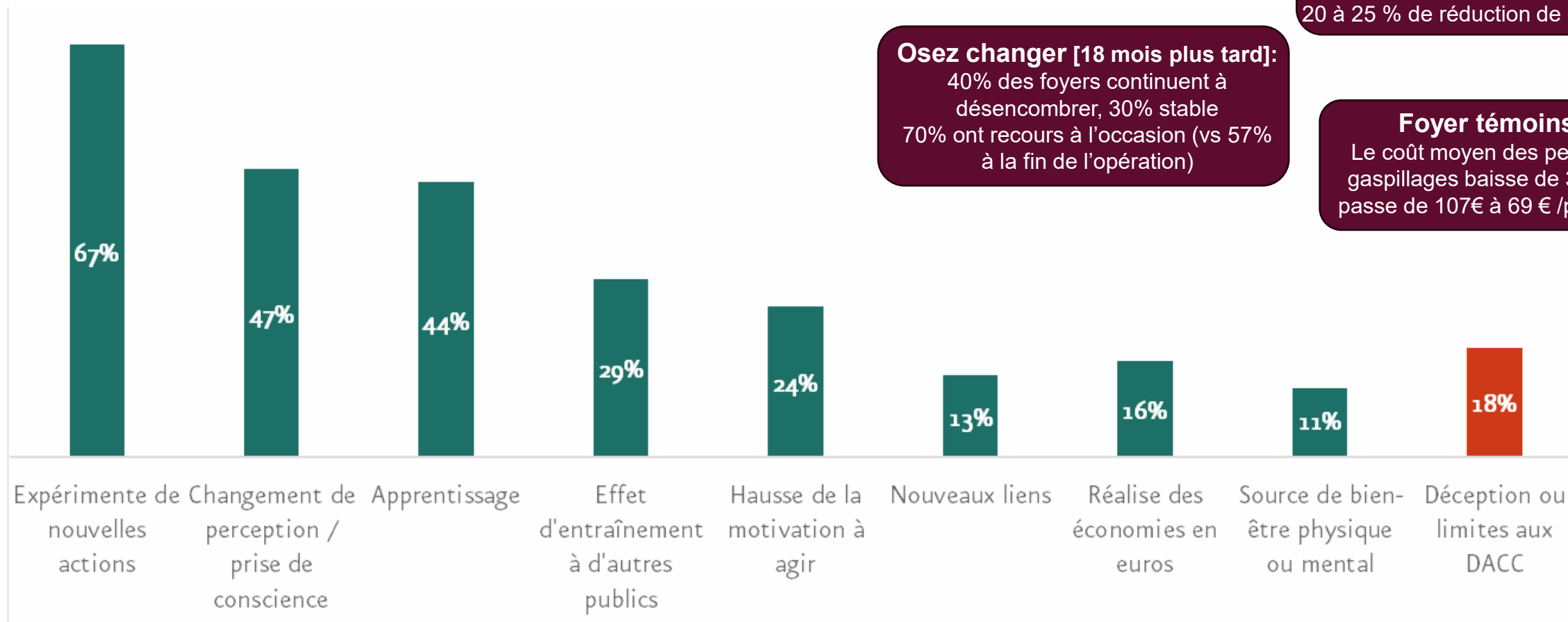
- **Genre** : plus de femmes (de 60 à 90 % de femmes parmi les participant·es)
- **Âge** : plutôt une classe d'âge 30 à 50 ans
- **Catégorie socioprofessionnelle** : plutôt des CSP+ et de hauts niveaux de diplôme
- **Ressources financières** : plutôt des personnes aisées financièrement
- **Engagement écologique** : des personnes davantage engagées sur les questions liées à l'écologie

Quid des animateur/ices des DACC ?

Davantage de femmes, qui travaillent sur la transition et qui animent plusieurs DACC.

Résultats de la méta-analyse des évaluations existantes

LES EFFETS INDUITS APRÈS LA PARTICIPATION À UN DACC:



Osez changer [18 mois plus tard]:
40% des foyers continuent à désencombrer, 30% stable
70% ont recours à l'occasion (vs 57% à la fin de l'opération)

Défis Déclics:
[moyenne famille, 4 ans de suivi]
10 % d'économie d'énergie
9 % d'économie d'eau
20 à 25 % de réduction de déchets

Foyer témoins:
Le coût moyen des pertes et gaspillages baisse de 35% et passe de 107€ à 69 € /pers./an

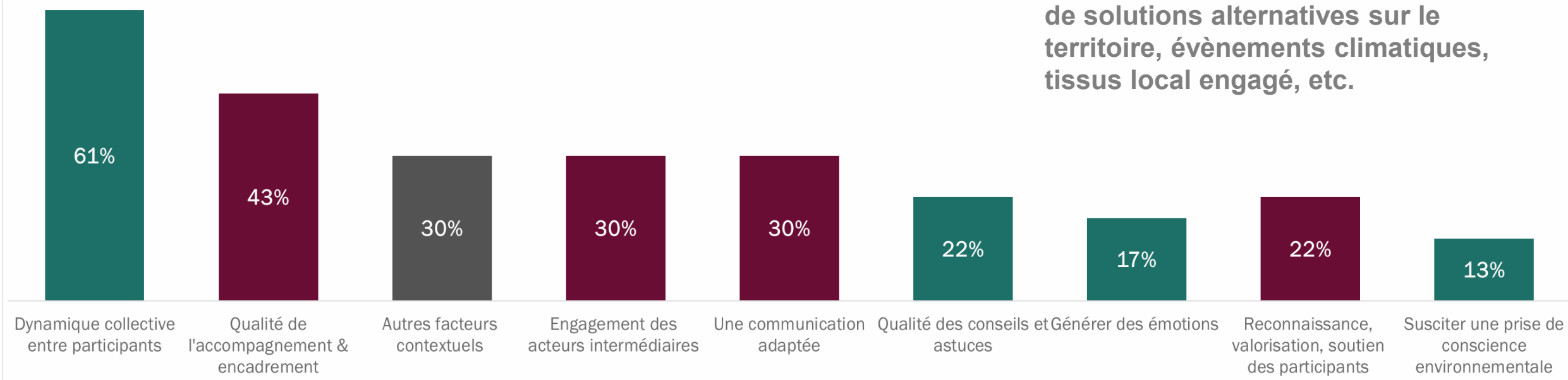
Résultats de la méta-analyse des évaluations existantes

LES FACTEURS DE RÉUSSITE FAVORISANT L'EFFICACITÉ DES DACC

Facteurs relatifs à la conception du DACC, aux partis pris de format et de contenu

Facteurs relatifs à la mise en œuvre du DACC

Autres facteurs: existence et qualité de solutions alternatives sur le territoire, événements climatiques, tissus local engagé, etc.



Zoom sur les Conversations carbone

Profil déjà sensibilisé > niveau d'engagement déjà important > marges de progression limitées

- **Rôle de soutien et de maintien de la motivation** dans la durée
- **Transforment l'engagement individuel en une dynamique collective**
- Favorisent un **changement progressif, réaliste et durable**
- Renforcent le **sentiment de capacité**
- Processus d'**apprentissage**
- Meilleure **gestion des émotions négatives**

→ Les CC ne peuvent agir qu'indirectement ou en complément de politiques publiques plus larges, **combiner à des actions structurelles territorialisées**



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité

**Direction Exécutive, Prospective, Recherche,
Service Dynamiques Sociales de la Transition**



Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété

10h05 > Table-ronde

Les freins à la mobilisation : les comprendre pour mieux la renforcer. *Approche en 3Dimensions : individuelles, socio-politiques et écologiques*



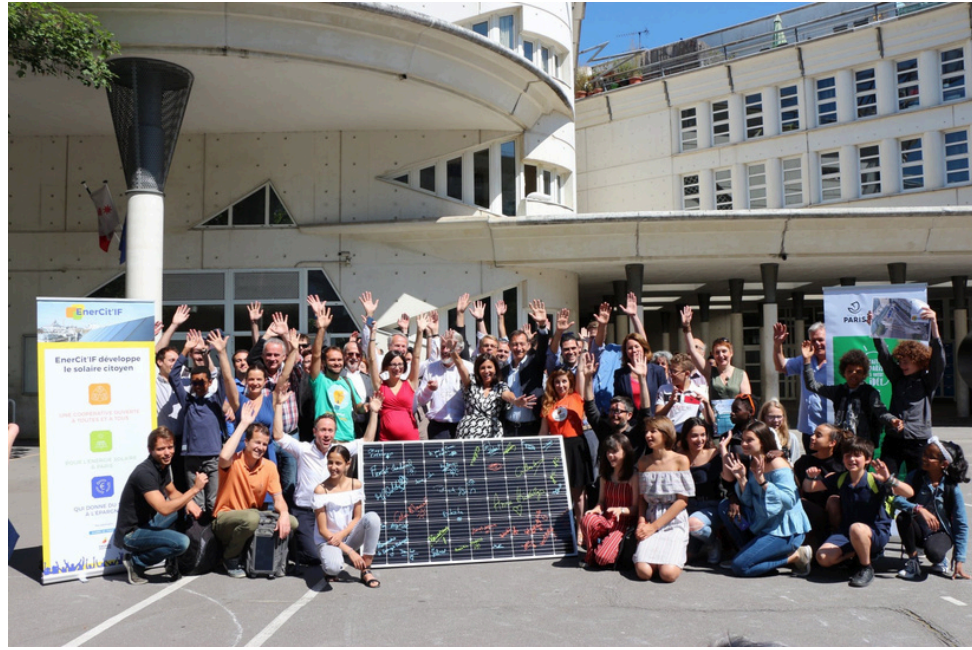
ÉNERGIE PARTAGÉE

Cécile GUEGUEN,

Responsable plaidoyer et représentation à
Énergie Partagée France.



Cofinancé par
l'Union européenne



Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation citoyenne, au service des dynamiques de sobriété

10h05 > Table-ronde

Les freins à la mobilisation : les comprendre pour mieux la renforcer. *Approche en 3 Dimensions : individuelles, socio-politiques et écologiques*



Héloïse NEZ,

Pr en sociologie à Paris Cité, spécialiste de l'engagement et des mouvements sociaux, de l'analyse des pratiques socio-écologiques et de la démocratie participative.



Cofinancé par l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



11h00 – 11h30 > Témoignages

“Fiertés et difficultés” Une diversité de mobilisations

Mathieu GAULTIER, Mobiliser quand on est une collectivité

Christophe DEWAELE, “Faire face aux défis climatiques sans devenir dingue et en faisant plaisir”

Elisabeth RICHEZ, Mobilisation autour du programme Echo Eco & Co

Julie GAUCHER, Mobiliser avec les centres sociaux

Pierre GAMEL, Mobiliser en situation de crise

Le
MOUVEMENT
ASSOCIATIF
Centre
Val-de-Loire

FRANCE NATURE
ENVIRONNEMENT
CENTRE-VAL DE LOIRE

V² Villes au Carré
Centre - Val de Loire

ARBORIS
Sciences
L'arbre au cœur de la transition

NIUS VIES
BAS CARBONE

ÉNERGIE
PARTAGÉE

cress
Chambre Régionale
de l'Économie Sociale
et Solidaire
Centre - Val de Loire

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ADEME
AGENCE NATIONALE
DE LA
TRANSITION
ÉCOLOGIQUE

RÉGION
CENTRE
VAL DE LOIRE

Cofinancé par
l'Union européenne

Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



Grand témoin

“Fiertés et difficultés” Une diversité de mobilisations

Mathieu GAULTIER,

*Chargé de mission Plan Climat à la CC
Touraine-Est Vallées (37) associé au
programme LIFE LetsGO4Climate*

➤ **Mobiliser quand on est une collectivité**



Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété

Grand témoin

“Fiertés et difficultés” Une diversité de mobilisations

Christophe DEWAELE,
*Facilitateur aux Conversations Carbone et
membre de l'association ALBATRE*

Consultant en Management -
Formateur et facilitateur professionnel en co-
développement

› **“Faire face aux défis climatiques sans
devenir dingue et en faisant plaisir”**



Faire face au changement climatique sans devenir dingue et en se faisant plaisir



Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété

Grand témoin

“Fiertés et difficultés” Une diversité de mobilisations

Elisabeth RICHEZ,
*Responsable du pôle Transitions à
Villes au Carré*

➤ **Mobilisation autour du programme
Echo Eco & Co**

V² Villes au Carré
Centre - Val de Loire



Le Mouvement
Associatif
Centre
Val-de-Loire

FRANCE NATURE
ENVIRONNEMENT
CENTRE-VAL DE LOIRE

V² Villes au Carré
Centre - Val de Loire

la ligue de
l'enseignement
un avenir par l'école, le sport, la culture

NOS VIES
BAS CARBONE

ÉNERGIE
PARTAGÉE

cress
Chambre Régionale
de l'Économie Sociale
et Solidaire
Centre - Val de Loire

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ADEME
AGENCE NATIONALE
DE LA
TRANSITION
ÉCOLOGIQUE

RÉGION
CENTRE
VAL DE LOIRE

Cofinancé par
l'Union européenne

Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



Grand témoin

“Fiertés et difficultés” Une diversité de mobilisations

Julie GAUCHER,
*Coordinatrice Animation locale à la Ligue
de l'Enseignement 37 Mobiliser avec les
centres sociaux*

› Mobiliser avec les centres sociaux



Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



Grand témoin

“Fiertés et difficultés” Une diversité de mobilisations

Pierre GAMEL,

Lieutenant-colonel *sous-directeur des services opérationnels au SDIS du Loiret* (organisation des pompiers volontaires)

› Mobiliser en situation de crise

Le
MOUVEMENT
ASSOCIATIF
Centre
Val-de-Loire

FRANCE NATURE
ENVIRONNEMENT
CENTRE-VAL DE LOIRE

V^e Villes au Carré
Centre - Val de Loire

Girbois Sciences
Centre-Val de Loire

NIUS VIES
BAS CARBONE

ÉNERGIE
PARTAGÉE

cress
Chambre Régionale
de l'Économie Sociale
et Solidaire
Centre - Val de Loire

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ADEME
AGENCE NATIONALE
DE LA
TRANSITION
ÉCOLOGIQUE

RÉGION
CENTRE
VAL DE LOIRE

Cofinancé par
l'Union européenne

Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété

12h15 > Présentation
La Part Citoyenne

Hélène DELPEYROUX,
Responsable du pôle Dynamiques
Citoyennes - *Villes au Carré*



LA PART CITOYENNE

ma démocratie a besoin d'exercice

<https://www.lapartcitoyenne.fr/>

Le
MOUVEMENT
ASSOCIATIF
Centre
Val-de-Loire

FRANCE NATURE
ENVIRONNEMENT
CENTRE-VAL DE LOIRE

V^e Villes au Carré
Centre - Val de Loire

la ligue de
l'enseignement
un avenir par l'école, le lycée, l'université
Centre-Val de Loire

la ligue de
l'enseignement
un avenir par l'école, le lycée, l'université
Centre-Val de Loire

la ligue de
l'enseignement
un avenir par l'école, le lycée, l'université
Centre-Val de Loire

NIUS VIES
BAS CARBONE

ÉNERGIE
PARTAGÉE

cress
Chambre Régionale
de l'Économie Sociale
et Solidaire
Centre - Val de Loire

RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ADEME
AGENCE NATIONALE
DE LA
TRANSITION
ÉCOLOGIQUE

RÉGION
CENTRE
VAL DE LOIRE

Cofinancé par
l'Union européenne

Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété

13h45 > Reprise Ateliers

Sobriété en actes : construire
une société désirable

ATELIERS PARTICIPATIFS

Deux sessions identiques : à 14h00 et à 15h15 (Au choix)

Mise en récit

Construire de nouveaux imaginaires

SALLE LAB

Pause carbone

Outils de sensibilisation

HALL HÉMICYCLE

Collectifs citoyens

Mobiliser, fidéliser sans s'épuiser

SALLE LENTIN 1

De l'idée au projet

Passer de l'individuel au collectif

SALLE CP 1/2

Engager les jeunes

Outils et retours d'expérience

HÉMICYCLE

Inclusion et mixité

Diversifier nos collectifs

MINI BAR



Cofinancé par
l'Union européenne

Rencontre Régionale

#CAPSURLACOP

La mobilisation
citoyenne,
au service des
dynamiques de
sobriété



16h > Clotûre

coalitionsobriete@laliguecvl.org



MERCI !



Cofinancé par
l'Union européenne