



## Chiffres clés

- **12 %** des Français pensent que « pouvoir acheter ce dont on a envie » est le 1<sup>er</sup> facteur du bien vivre, derrière « pouvoir passer beaucoup de temps avec sa famille et ses proches » (26 %) et « disposer de temps pour soi » (14 %)<sup>[1]</sup>.
- **87 %** des Français jugent superflu de disposer d'un smartphone de moins de 2 ans<sup>[1]</sup>.
- **74 %** des logements sont sous-occupés ou vacants ou bien sont des résidences secondaires<sup>[2]</sup>.
- **60,7 %** de la consommation d'espaces naturels, agricoles et forestiers entre 2011 et 2024 s'est faite dans les communes où la tension immobilière est faible<sup>[3]</sup>.

1. ADEME, Baromètre sobriété et mode de vie, 2024. 2. Observatoire de la Transition Écologique du Bâtiment, 2025. 3. Cerema, 2025.



## En tant qu'élu(e), je peux...

- Questionner les habitants et usagers sur leurs besoins avant d'engager un grand projet ou de lancer un marché public important.
- Réaménager le territoire pour rapprocher logements, services et emplois, tout en redonnant la priorité aux piétons et aux mobilités actives.
- Consommer moins d'espace et préserver les sols, en favorisant une meilleure occupation de l'immobilier existant et une meilleure protection des terres agricoles et naturelles.
- Préserver l'eau et les ressources naturelles grâce à une gestion économe et différenciée des espaces verts.
- Réduire les besoins en énergie de la commune, en modulant l'éclairage public, en maîtrisant la consommation dans les bâtiments communaux, et en favorisant la sobriété numérique. Pour réduire les consommations d'énergie des bâtiments publics, on peut rejoindre le programme ACTEE, qui finance (via les certificats d'économie d'énergie) de l'animation et des actions favorisant la sobriété énergétique.



ADEME - Juillet 2026 - Ne pas jeter sur la voie publique. Conception/Réalisation/illustration : CARACTER

012838-4



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

Liberté  
Égalité  
Fraternité



## FAIRE PREUVE DE SOBRIÉTÉ POUR ÉCONOMISER



?

### Pourquoi faire preuve de sobriété est important pour la transition écologique ?

Réussir la transition écologique nécessite des investissements, mais également de repenser nos modes de vie. Dans un contexte où plusieurs limites planétaires sont déjà dépassées, la sobriété est une démarche indispensable consistant à questionner les besoins individuels et collectifs pour y répondre en respectant le vivant et les ressources finies. Il s'agit de réduire les consommations d'énergie, de matière, des ressources naturelles et les émissions de gaz à effet de serre, tout en gardant un objectif d'équité et d'intérêt général.

Cette sobriété ne se limite pas à l'énergie : elle impacte aussi les consommations d'eau, de surface foncière, de matériaux, d'alimentation et même de services numériques. Elle ne se résume pas non plus à des gestes individuels et se doit d'être portée par les politiques publiques et l'aménagement local. Mais c'est un engagement gagnant pour les communes et intercommunalités qui s'en saisissent pour améliorer la qualité de vie des habitants, préserver les milieux naturels et les atouts du territoire, tout en accroissant la résilience face aux crises et en économisant sur leurs factures d'énergie.



## Et en pratique, on peut faire quoi ?

### Repenser l'organisation du territoire pour réduire les besoins en déplacement.

On agit pour rapprocher les logements des services, commerces et emplois et on redonne une place centrale aux mobilités actives et partagées dans les projets d'aménagement.

Des actions qui passent par la densification des centres-bourgs, la **lutte contre la vacance des bâtiments**, la planification dans les documents d'urbanisme (PLUi, SCoT) afin de mobiliser les gisements disponibles, ainsi que par une attention particulière portée à toutes les mobilités, notamment les plus actives.

### Optimiser l'usage des bâtiments, en adaptant la taille, l'usage et la durée de vie des équipements municipaux.

On pense à **mutualiser certains services ou bâtiments**, ou à transformer un local existant plutôt qu'en construire un neuf. On limite également les éclairages extérieurs en intensité et en durée, et on optimise l'éclairage intérieur des bâtiments municipaux.

### Consulter les habitants et les usagers en amont des projets importants pour bien cerner les besoins réels.

Cela permet d'éviter les dépenses inutiles, de mieux répondre aux attentes, et de favoriser l'adhésion à des choix parfois contraints. La sobriété est rarement populaire. Mais elle est plus facilement acceptée quand elle est décidée collectivement et appliquée avec équité.

### Gérer sobrement les ressources naturelles.

La préservation des terres agricoles et naturelles, l'adoption d'une gestion différenciée des espaces verts, la restauration des zones humides, la baisse des consommations d'eau et d'énergie ou encore la récupération des eaux de pluie dans les bâtiments publics constituent chacun autant de gestes concrets pour alléger la pression sur le vivant.

On peut aussi valoriser des modes de consommation responsables, en soutenant les circuits courts, les lieux de réparation, et les alternatives à l'achat neuf.

### Donner l'exemple en tant que collectivité.

On fait de ses agents des porte-drapeaux de cette sobriété par la **formation aux achats responsables**, en appliquant les principes de sobriété dans toutes les politiques publiques (alimentation, numérique, bâtiment...), et en évaluant régulièrement l'impact des actions menées.

On peut aussi valoriser des modes de consommation responsables, en soutenant les circuits courts, les lieux de réparation, et les alternatives à l'achat neuf.



**19 % !**  
C'est le taux de fuite moyen sur les réseaux d'eau potable<sup>[1]</sup>.

1. Source : Observatoire national des services d'eau et d'assainissement, Rapport national de l'Observatoire, 2024.



## Ils le font déjà !

1

### La sobriété foncière, pour retrouver de l'espace sans artificialiser

Communauté de communes Terres d'Argentan (34 000 habitants)

Cette intercommunalité normande d'un peu plus de 30 000 habitants fait depuis 10 ans de la sobriété un axe prioritaire de son projet de territoire. En plus d'actions visant à économiser l'énergie (-100 000 €/an sur les consommations énergétiques liées à l'éclairage, par exemple), l'intercommunalité mène une démarche de sobriété foncière :

- en cherchant à **optimiser son patrimoine immobilier sous-utilisé** (récupération de 5 000 m<sup>2</sup> de bâti),
- en luttant contre la **vacance des bâtiments** en centre-ville,
- via son **Projet Alimentaire Territorial (PAT)**.

Les actions de sobriété s'y multiplient, et pas uniquement en matière d'énergie.

2

### -37 % sur la facture d'électricité de la collectivité en seulement 2 ans !

Communauté d'agglomération du Saint-Quentinois (80 000 habitants)

Face à la hausse des coûts de l'énergie, une agglomération des Hauts-de-France a mis en place dès septembre 2022 un plan d'action Sobriété pour développer les bonnes pratiques, et notamment limiter les consommations énergétiques.

De nombreuses actions ont été mises en place, avec une réunion de suivi hebdomadaire pilotée par la Présidente en présence des élus ainsi qu'un réseau de référents Sobriété. **Des mesures ont été prises sur l'éclairage public, les bâtiments communautaires et municipaux, l'eau des bassins des piscines...** permettant à l'agglomération de constater une baisse de 37 % de sa consommation d'électricité entre 2022 et 2024.

3

### Un défi collectif sur la sobriété pour questionner les besoins des habitants

Soustons (8 500 habitants)

En partenariat avec un syndicat mixte de prévention des déchets, une commune a organisé en 2024 un défi collectif baptisé « Sobriété Heureuse ». Ce programme de trois mois devait permettre à un groupe de 15 citoyens de la commune de tester des changements de pratiques individuelles et collectives, grâce à six rencontres sur des sujets variés (numérique responsable, alimentation durable, slow tourisme, consommation alternative, etc.).

Le défi a essaimé en 2025 dans une commune proche, désireuse de donner elle aussi à ses habitants l'occasion de tester des pratiques plus sobres en ressources et en énergie.

