

# SOBRIÉTÉ ÉNERGÉTIQUE

PLANS DE SOBRIÉTÉ : ON NE LÂCHE RIEN !

Fabrique francilienne de la sobriété / Vendredi 10 mars 2023/ 9h30-12h00

Marie-Laure Falque Masset – AREC, L'Institut Paris Region



**Économisez  
de l'argent. Et même  
de l'or, du pétrole,  
du cobalt...**

Acheter un smartphone reconditionné plutôt qu'un neuf permet de réduire de 91 % l'extraction de matières premières nécessaire à sa production.\*

Voir : <https://www.backmarket.fr/e/tech-impact>

# Atelier de la Fabrique francilienne des sobriétés



L'Institut Paris Region :  
Une expertise pluridisciplinaire pour  
traiter des enjeux territoriaux



Organisé par  
le Département énergie climat



Animé par  
Marie-Laure Falque Masset

# Quelques infos préalables

 Pendant la présentation, vous pouvez poser des questions aux intervenants dans la section conversation

 Les présentations et le compte-rendu seront diffusés sur le site de l'AREC

 L'atelier est enregistré pour le replay

 Merci de bien penser à fermer micros et caméras pendant les présentations

 Cet atelier est interactif : toutes vos contributions sont les bienvenues

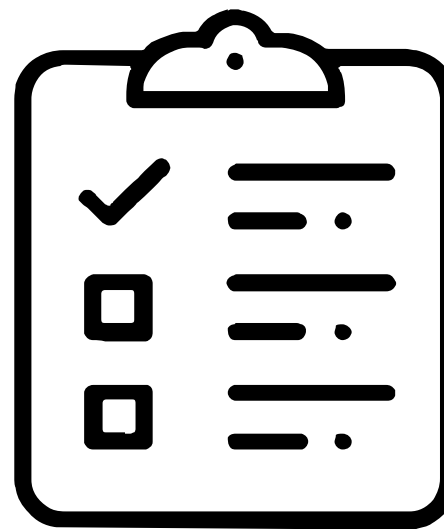


Horaires : 9h30 – 12h00

# Objectifs de l'atelier

Imaginer ensemble une sobriété choisie, juste, collective et innovante pour l'Île-de-France

- **Échanger sur des retours d'expérience de plans de sobriété**
- **Inventorier les actions et démarches**



# Programme de l'atelier

## 1. Se mettre à jour

Les travaux en cours, l'actualité

## 2. Découvrir des plans de sobriété et des mesures

James Cleaver, ALEC GPSOE

Benjamin Boël, Conseil départemental de Seine-Saint-Denis

## 3. Repérer les pratiques de sobriété et d'ébriété

Contributions en commun : état des lieux multithématique

# Programme 2023

## Conférence régionale

- 19 mars (replay disponible)

## Ateliers de la Fabrique francilienne des sobriétés

- Vendredi 10 mars : Plans de sobriété, on ne lâche rien !
- Vendredi 12 mai 2023 : Sobriété, arts et culture
- Vendredi 7 juillet : De l'école aux vacances
- Vendredi 22 septembre matin
- Vendredi 20 octobre matin
- Vendredi 15 décembre matin

## Interventions / présentations

- Jeudi 23 mars : Matinale ATEE IdF
- 23-25 mai : démonstration du kit d'atelier Imaginairg'Y aux Assises européennes de la transition énergétique à Bordeaux
- 21 novembre : formation Institut Paris Region

# Programme 2023

## Expérimentation

Accompagnement des communes pour un état des lieux et l'élaboration d'un programme local de sobriété

## Repérage des initiatives de sobriété et valorisation cartographique

- Ile-de-France : mise à jour de la carte 2022
- France : au fil de l'eau
- Europe et monde : atelier en juin

## Bibliothèque des plans de sobriété IDF

- Depuis décembre 2022
- Mise à jour régulière

## Reportage photo / illustrations

Objectif : changer la représentation de la sobriété et trouver une identité visuelle forte

# Rappel des travaux de l'AREC 2019/2022

## Cycle 1 d'ateliers Sobriété énergétique AREC :

Imaginer ensemble une sobriété choisie, juste, collective et innovante pour l'Île-de-France.

|   |  |  |   |   |   |
|---|--|--|---|---|---|
| <b>Décembre 19</b><br>Enjeux, cadre<br>et acteurs | <b>Février 20</b><br>Identification<br>des axes de<br>travail pour<br>construire le<br>récit | <b>Juillet 20</b><br>Définitions<br>et<br>mécanismes<br>psychologiques | <b>Octobre 20</b><br>Leviers et<br>freins aux<br>actions de<br>sobriété | <b>Novembre 20</b><br>Passeurs de<br>sobriété | <b>Décembre 20</b><br>Stratégies et<br>pistes<br>d'action |
|---|--|--|---|---|---|

## Cycle 2 d'ateliers Sobriété énergétique AREC :

Sobriété énergétique en Île-de-France : recommandations pour l'action

|  |   |   |  |  |  |   |
|--|---|---|--|--|--|---|
| <b>Janvier 21</b><br>Approfondir<br>les<br>proposition<br>s d'action | <b>Mars 21</b><br>Nouvelles<br>pistes et<br>état des<br>lieux | <b>Mai 21</b><br>Scénarios<br>de sobriété | <b>Juillet 21</b><br>Du récit<br>aux<br>indicateurs<br>de sobriété | <b>Septembre<br/>21</b><br>Sobriété<br>numérique | <b>Octobre 21</b><br>Fabrique<br>francilienne<br>de la<br>sobriété (1) | <b>Novembre<br/>21</b><br>Fabrique<br>francilienne<br>de la<br>sobriété (2) |
|--|---|---|--|--|--|---|



# Rappel des travaux de l'AREC 2019/2022

## Cycle 3 d'ateliers Sobriété énergétique AREC : Fabrique francilienne des sobriétés / an I

|  |  |   |   |   |   |  |
|--|--|---|---|---|---|--|
| <b>Février 22</b><br>Sobriété dans<br>les bâtiments<br>résidentiels et<br>tertiaires | <b>Avril 22</b><br>Indicateurs,<br>impacts,<br>mesures et<br>bénéfices | <b>Juin 22</b><br>Coopératives<br>et collectifs | <b>Juillet 22</b><br>Low tech et<br>sobriété de la<br>conception à<br>l'usage | <b>Septembre<br/>22</b><br>Les<br>imaginaires<br>de la sobriété | <b>Octobre 22</b><br>Plans de<br>sobriété et<br>outils de<br>mobilisation | <b>Novembre 22</b><br>Sensibiliser<br>et mobiliser<br>collectivités<br>et particuliers |
|--|--|---|---|---|---|--|

**Conférence régionale :**  
10 décembre 2021

**Chroniques de la sobriété :** 4 billets en 2022

**Energy sufficiency :**  
Ateliers européens à retrouver sur la site de la FEDARENE



# Pour vous, la sobriété énergétique, c'est ?

- **Un mot**
- **Une idée**



<https://www.wooclap.com> code JQUULC

<https://app.wooclap.com/JQUULC?from=status-bar>

# Les actualités

## Plan de sobriété énergétique du gouvernement Acte 1

- Présentation le 6 octobre 2022
- Objectif : diminuer notre consommation de gaz et d'électricité de 10 % d'ici fin 2024 et de 40 % d'ici 2050, par rapport à 2019.
- Propositions par secteur, Campagne de communication « Chaque geste compte », Information par les dispositifs Ecowatt et Ecogaz
- Baisse de la consommation de gaz et d'électricité de 12 % entre octobre et décembre 2022

## Plan de sobriété Acte 2

- Présentation le 21 février 2023
- Ancrer la sobriété dans la durée pour atteindre nos objectifs climatiques
- Nouvelles réunions des groupes de travail interministériel : sports, logement, entreprises, ERP et commerces, Etat exemplaire, numérique et télécommunications, collectivités territoriales, transports, industrie

 **GOVERNEMENT**  
Liberté  
Égalité  
Fraternité



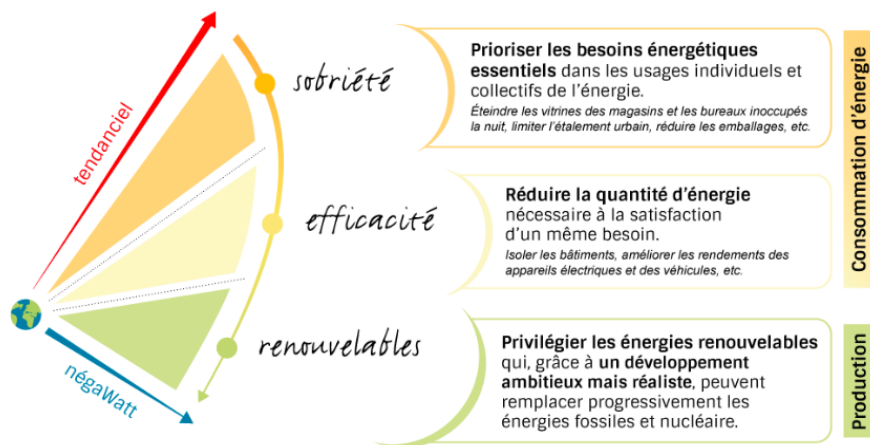
# Les actualités

## Plan de sobriété énergétique du sport

40 mesures et 10 axes : Chauffage, climatisation, Éclairage, Autres usages, Efficacité énergétique des équipements sportifs, Mobilité, Accompagnement et formation, Communication, Piscines, JOP, Signal Ecowatt rouge

| Domaine                              | Pistes d'actions   | Leader | Calendrier |
|--------------------------------------|--|--------|------------|
| Sobriété - chauffage / climatisation | 1. Limiter la température maximale de chauffage à 19°C   |        |            |
|                                      | 2. Réduire la température de chauffage d'au moins 2°C dans les gymnases et dans les salles de sport privées  |        |            |
|                                      | 3. Limiter le recours à la climatisation et ne pas descendre la température en dessous de 26°C   |        |            |
|                                      | 4. Diminuer le chauffage au sol des pelouses de football professionnel   |        |            |
| Sobriété - éclairage                 | 5. Réduire de près de 50% l'éclairage des avant-matches et des après-matches pour les rencontres de rugby et de football professionnels en journée et de plus de 30% en nocturne |        |            |
|                                      | 6. Favoriser le passage en LED des éclairages des équipements sportifs   |        |            |
|                                      | 7. Optimiser les périodes et la puissance d'éclairage dans les équipements sportifs en fonction du niveau de pratique et des heures de la journée                                |        |            |
| Sobriété - autres usages             | 8. Réduire au minimum la consommation et la température d'eau chaude dans les vestiaires   |        |            |
|                                      | 9. Diminuer de 10% la luminothérapie des pelouses de football professionnel  |        |            |
|                                      | 10. Désactiver les bornes wifi et mettre hors tension les équipements électriques et électroniques dans les espaces inoccupés  |        |            |

# Qu'est-ce que la sobriété énergétique ?



©Association négaWatt - www.negawatt.org

C'est une démarche qui vise à réduire les consommations d'énergie et de ressources par des changements de comportement, de mode de vie et d'organisation collective, volontaires et organisés.

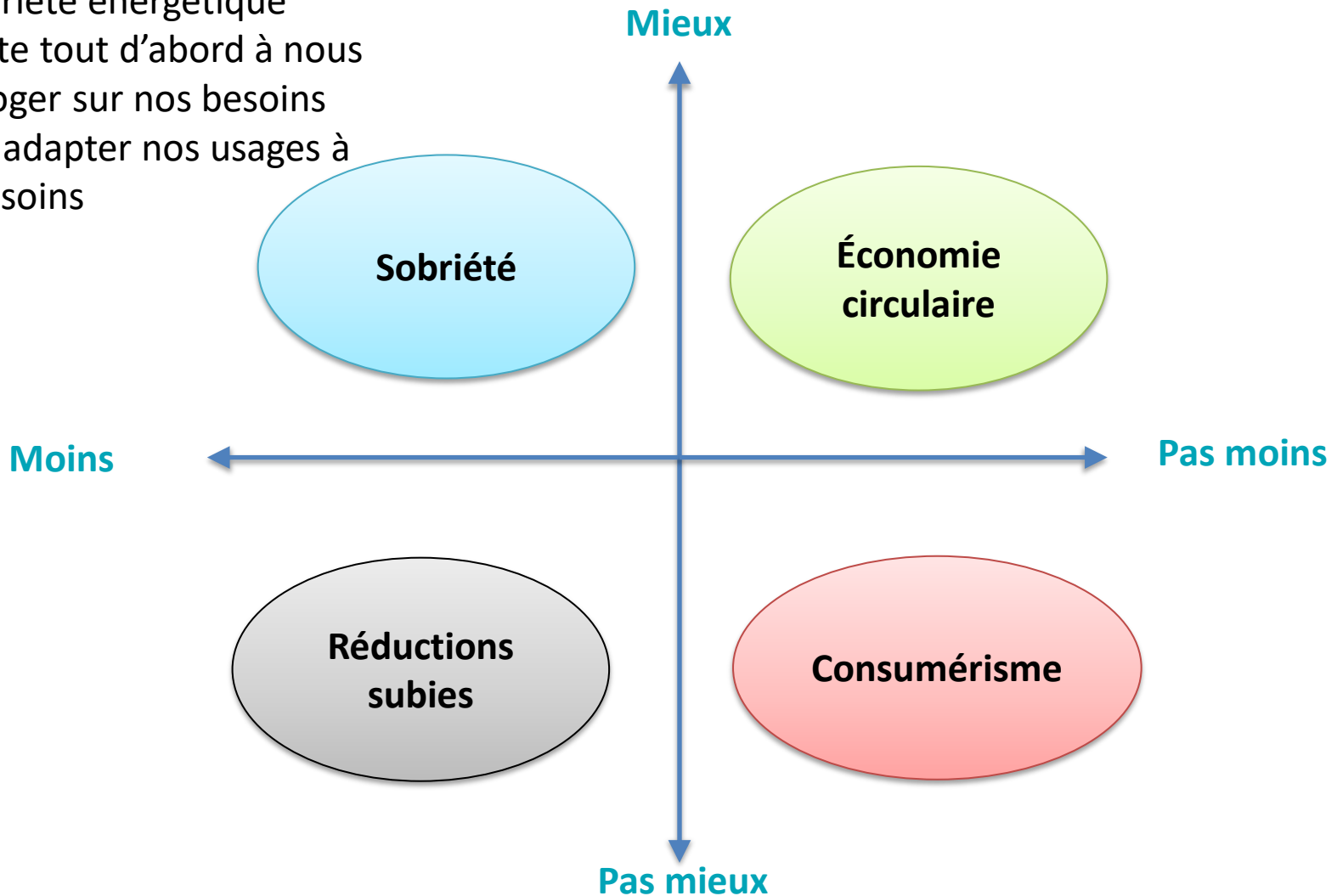
La sobriété énergétique consiste tout d'abord à nous interroger sur nos besoins puis à adapter nos usages à ces besoins.

Un ensemble de mesures et de pratiques quotidiennes qui permettent d'éviter la demande d'énergie, de matériaux, de terres et d'eau tout en assurant le bien-être de tous les êtres humains dans les limites de la planète.

Extrait du 6<sup>e</sup> rapport du GIEC

# La sobriété énergétique, multithématique et transversale

La sobriété énergétique consiste tout d'abord à nous interroger sur nos besoins puis à adapter nos usages à ces besoins



# La sobriété énergétique, multithématique et transversale

## Leviers de sobriété

| Sobriété dimensionnelle   | Sobriété d'usage  | Sobriété collaborative  | Sobriété structurelle   |
|---|---|---|---|
| Concevoir, fabriquer ou utiliser des équipements et des biens adaptés aux besoins   | Surveiller et réduire le niveau d'utilisation et d'exploitation d'un appareil, d'un équipement ou d'un bâtiment consommant de l'énergie | Mettre en place des organisations collectives et mutualiser les biens et services | Créer dans l'organisation de l'espace ou de nos activités les conditions d'une modération de notre consommation |
| ex : taille du réfrigérateur adapté aux besoins, véhicule adapté en poids, volume et puissance aux usages de déplacements | ex : débrancher les ordinateurs plutôt que de les laisser en veille, éteindre les enseignes lumineuses la nuit                          | ex : transports en commun, buanderies collectives dans les immeubles              | ex : aménager le territoire en vue de réduire les distances à parcourir pour accéder aux activités              |

# Les intervenants

**James Cleaver, ALEC GPSOE**

**Benjamin Boël, Conseil départemental de Seine-Saint-Denis**



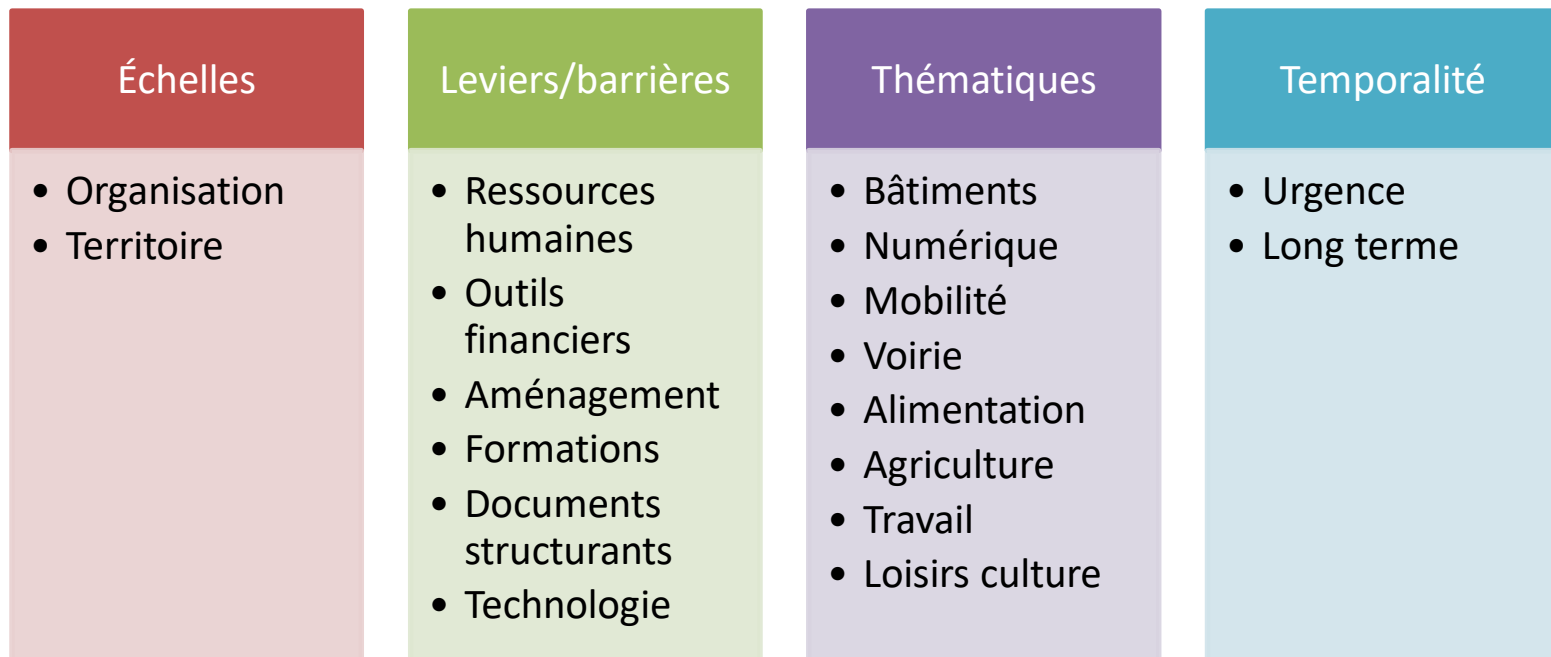


# Contributions en commun

Réaliser un état des lieux multithématique

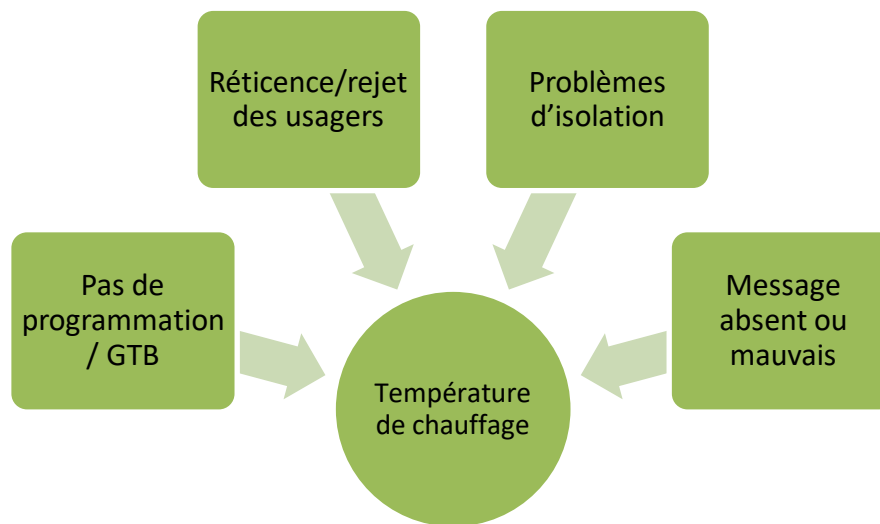
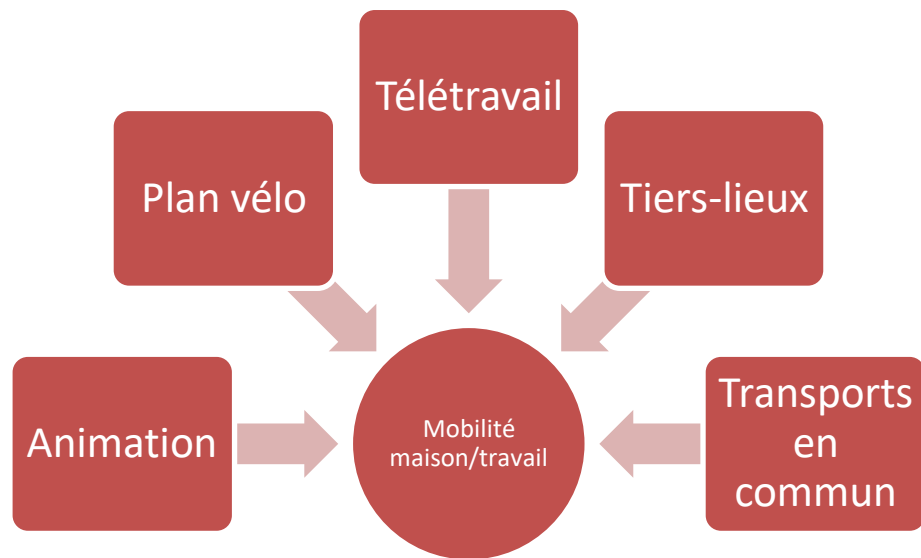
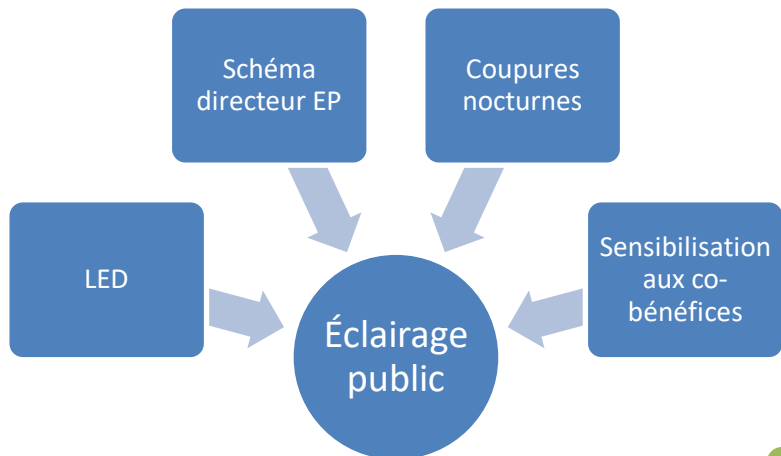
Dans mon organisation et/ou sur mon territoire :

Identifier les pratiques existantes de sobriété et celles qui favorisent l'ébriété



# Contributions en commun

## Exemples



# Contributions en commun

## En salle

Panneaux sur table à compléter : Commencer à construire des cartes mentales pour identifier les problèmes, les solutions techniques/réglementaires/de sobriété qui créent un environnement favorable à la sobriété

## À distance

Tableau virtuel en allant sur le lien

[https://miro.com/welcomeonboard/dkpyck5sR1hMQVIBME1SSXIYanVFNXZjd2R3WnJWOGhYZG93MFhzMjdLMVF2ZWFfrRnJSWIBiQXd5VUdJVEtUSHwzMDc0NDU3MzY0NDg1MDcwOTlyfDI=?share\\_link\\_id=604950594939](https://miro.com/welcomeonboard/dkpyck5sR1hMQVIBME1SSXIYanVFNXZjd2R3WnJWOGhYZG93MFhzMjdLMVF2ZWFfrRnJSWIBiQXd5VUdJVEtUSHwzMDc0NDU3MzY0NDg1MDcwOTlyfDI=?share_link_id=604950594939)

Questionnaire Forms

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=qsE-oPyBWUOgKnltnCXCjnMQjMhyeopLqmR259ygCyBUNzVVTjNHVE1CNIZVNkFERFNOMkxZNkNMVC4u>

# Ressources

DRIEAT <https://www.drieat.ile-de-france.developpement-durable.gouv.fr/retour-sur-les-webinaires-d-information-sur-la-a12611.html>

CNFPT [https://www.cnfpt.fr/sinformer/mediatheque/dossiers/sobriete-changer-dechelle-mieux-vivre-ensemble/national#article\\_sobri%C3%A9t%C3%A9\\_pour\\_changer\\_d\\_%C3%A9chelle\\_et\\_mieux\\_vivre\\_ensemble](https://www.cnfpt.fr/sinformer/mediatheque/dossiers/sobriete-changer-dechelle-mieux-vivre-ensemble/national#article_sobri%C3%A9t%C3%A9_pour_changer_d_%C3%A9chelle_et_mieux_vivre_ensemble)

Conseil départemental Val de Marne [https://www.valdemarne.fr/vivre-en-val-de-marne/agenda/34e-journees-scientifiques-de-lenvironnement-la-sobriete-dans-tous-ses-etats?utm\\_source=newsletter&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=envoi\\_4212](https://www.valdemarne.fr/vivre-en-val-de-marne/agenda/34e-journees-scientifiques-de-lenvironnement-la-sobriete-dans-tous-ses-etats?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=envoi_4212)

Ministère des sports et des JOP <https://www.sports.gouv.fr/lancement-du-plan-de-sobriete-energetique-du-sport-754>

négaWatt <https://negawatt.org/>

# Merci de votre participation et à bientôt pour la suite

- **Pour aller plus loin**

Dossiers et articles : <https://www.arec-idf.fr/sobriete-energetique.html>

- **Agenda**

Jeudi 23 mars : matinale ATEE IDF

Vendredi 12 mai 2023 matin : atelier de la Fabrique

Vendredi 7 juillet matin : atelier de la Fabrique

Vendredi 22 septembre matin : atelier de la Fabrique

Vendredi 20 octobre matin : atelier de la Fabrique

Vendredi 15 décembre matin : atelier de la Fabrique

Pour nous joindre:

AREC - Marie-Laure Falque Masset [marie-laure.falque-masset@institutparisregion.fr](mailto:marie-laure.falque-masset@institutparisregion.fr)

GPSO Energie – James Cleaver

Conseil départemental Seine-Saint-Denis – Benjamin Boël