



RÉDUIRE NOTRE EMPREINTE CARBONE

Face au grand défi de la crise climatique, nous pouvons faire notre part en estimant notre empreinte carbone personnelle puis en cherchant à la réduire. C'est l'un des leviers essentiels pour répondre à la clameur de la Terre et à la clameur des pauvres.

ENJEUX

> LIMITER LE RÉCHAUFFEMENT CLIMATIQUE

- Depuis le début de l'ère industrielle, nous avons émis du CO₂ et d'autres gaz qui augmentent l'effet de serre naturel, entraînant une élévation de la température moyenne à la surface de la Terre.
- **L'Accord de Paris** a fixé l'objectif de ne pas dépasser 1,5°C de réchauffement ou au maximum 2°C par rapport à 1850, afin d'éviter les conséquences les plus graves du changement climatique.
- Plus nous limiterons le réchauffement en cours, moins les conséquences seront graves : chaque dixième de degré de réchauffement évité compte.

> 2 TONNES D'ÉQUIVALENT CO₂ PAR PERSONNE ET PAR AN

- Pour contenir le réchauffement sous ces seuils, nos émissions ne doivent pas dépasser un "budget carbone" à l'échelle mondiale, qui suppose une réduction progressive de notre empreinte carbone individuelle. L'objectif mondial consiste à parvenir à 2 tonnes par personne et par an en 2050.
- Aujourd'hui, l'empreinte carbone moyenne est de 10 tonnes/personne/an en France, 16 tonnes en Belgique, 23 tonnes au Luxembourg.
- Ces moyennes cachent de grandes disparités liées au niveau de vie. À l'échelle mondiale, les 1% des personnes les plus riches contribuent davantage au changement climatique que les 50% les plus pauvres.

> PRENDRE CONSCIENCE DE NOTRE EMPREINTE CARBONE

- **Y voir clair sur notre propre contribution au changement climatique** est important, non pour culpabiliser, mais pour acquérir une lucidité qui nous aidera à passer à l'action.
- Connaître les postes d'émissions principaux qui composent cette empreinte carbone nous aide à agir sur les leviers les plus efficaces.
- Les trois postes d'émissions principaux dans l'empreinte carbone moyenne en France ou Belgique sont l'utilisation de la voiture, le chauffage des logements au gaz ou au fioul et la consommation de viande et produits animaux.

> FAIRE NOTRE PART

- Pour réduire notre empreinte carbone, la responsabilité de l'action est partagée entre les individus, l'État et les entreprises.

CHIFFRES CLÉS

+ 1,15°C

Augmentation de la température moyenne mondiale par rapport à 1850

20%

Part de la voiture individuelle dans l'empreinte carbone moyenne (France)

25 à 50%

Part de la réduction de l'empreinte carbone entre les mains des individus

Le coup de pouce du pape François

« J'invite chacun à accompagner ce chemin de réconciliation avec le monde qui nous accueille, et à l'embellir de sa contribution [...]. Tout s'ajoute, et éviter l'augmentation d'un dixième de degré de la température mondiale peut déjà suffire à épargner des souffrances à de nombreuses personnes. » [LD 69-70]



- Sans être suffisante, l'action individuelle est indispensable. L'étude [Faire sa part du cabinet Carbone 4](#) conclut à la possibilité pour les individus de parcourir **entre un quart et la moitié du chemin** de réduction de l'empreinte carbone.
- En complément, des **changements structurels** doivent être opérés via les politiques publiques et l'engagement du monde économique (voir la fiche Ecojesuit [Agir à l'échelle collective](#)).

🔧 QUE POUVONS-NOUS FAIRE ?

> ESTIMER NOTRE EMPREINTE CARBONE

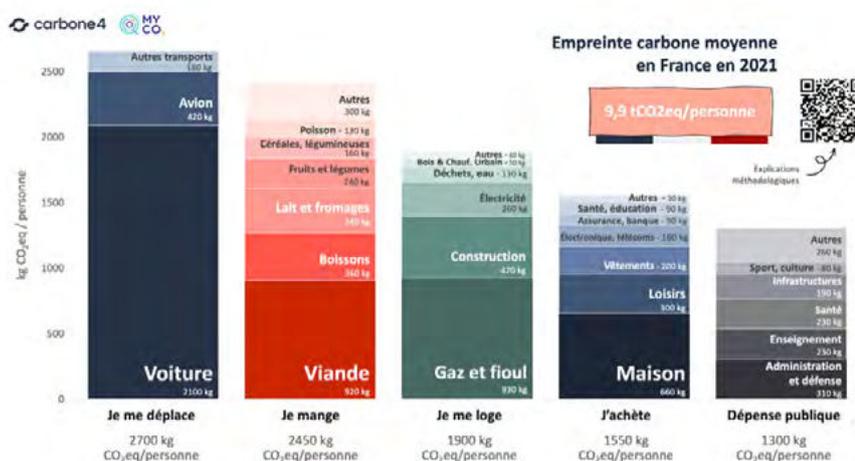
- En **10 minutes**, à l'aide du [calculateur Nos gestes climat de l'ADEME](#). Les calculs peuvent être adaptés au pays où l'on vit (onglet "Profil" puis "Choisir une autre région").
- En communauté religieuse ou dans une autre structure collective, en faisant appel au [Jesuit European Social Center](#) (à Bruxelles) pour **lui confier l'estimation du bilan carbone de la communauté**, de la congrégation ou de l'institution.

> AGIR SUR LES LEVIERS PRINCIPAUX

- **Déplacements** : remplacer la voiture et l'avion par le **vélo pour les trajets du quotidien** (en complément de la marche et des transports en commun) et par le **train pour les trajets plus longs**. En complément, passer à la **voiture électrique** (voir les fiches Ecojesuit [Les déplacements du quotidien](#), [Les déplacements longue distance](#) et [La voiture électrique](#)).
- **Alimentation** : adopter la devise **"moins et mieux"** pour la viande et les autres produits animaux. Choisir des produits issus d'élevages durables (ex. label bio, Label rouge, bœuf nourri à l'herbe) et expérimenter de **nouveaux plats végétariens** (voir la fiche [Manger moins de viande](#)).
- **Logement** : régler le chauffage à **19°C le jour et 17°C la nuit** (voir la fiche [Un confort durable en chauffant moins](#)). Si on en a la possibilité, envisager des **travaux d'isolation** et un **changement de chaudière** (pompe à chaleur, chaudière biomasse, géothermie...) en s'appuyant sur les aides financières existantes.
- **Changer de banque** (voir la fiche [Choisir sa banque de façon éthique](#)).

> OU COMMENCER PAR LES LEVIERS LES PLUS FACILES POUR NOUS

- On peut aussi **commencer par des actions plus faciles pour nous**, qui nous mettront le pied à l'étrier afin de passer ensuite à des changements plus structurants.
- Exemples : **acheter en seconde main** (mobilier, vêtements, etc.: voir les fiches [Consommer autrement](#) et [Quels critères d'achat pour un vêtement ?](#)), choisir des **fruits et légumes 100% de saison**, changer de **fournisseur d'électricité** (voir la fiche [L'électricité](#)), acheter une **gourde** plutôt que des bouteilles en plastique, **conserver nos téléphones et ordinateurs plus longtemps** (voir la fiche [Un usage durable du numérique](#)), etc.



POUR ALLER + LOIN

> [L'empreinte carbone moyenne en France analysée par Carbone 4.](#)

> Livre [Tout comprendre \(ou presque\) sur le climat](#) de Bon Pote, Anne Brès, Claire Marc (CNRS Editions).

