



# Sobriété: Comprendre les concepts sous- jacents pour mieux la mesurer

Conseil National de l'Information Statistique

Paris, 2025-04-03

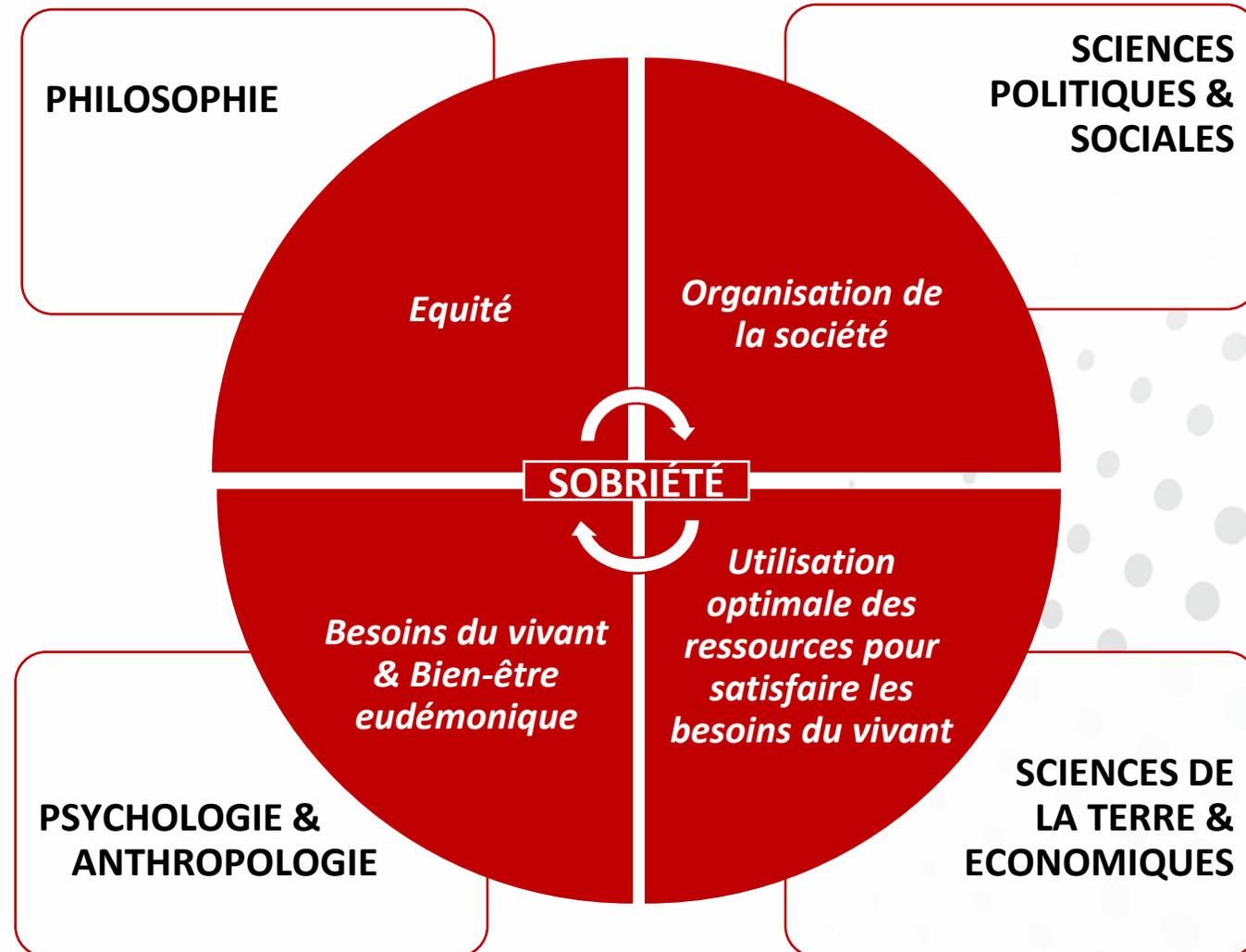
[www.thesufficiencylab.org](http://www.thesufficiencylab.org)

**Yamina Saheb**

[Yamina.saheb@sciencespo.fr](mailto:Yamina.saheb@sciencespo.fr)



# Sobriété: là où la philosophie et la science se rejoignent





## **Sobriété en France: Un concept fréquemment évoqué mais toujours incompris**

**«La sobriété est un ensemble de mesures politiques et de pratiques du quotidien qui évitent la demande en énergie, matériaux, sols et eau tout en garantissant le bien-être de tous dans le respect des limites planétaires».**

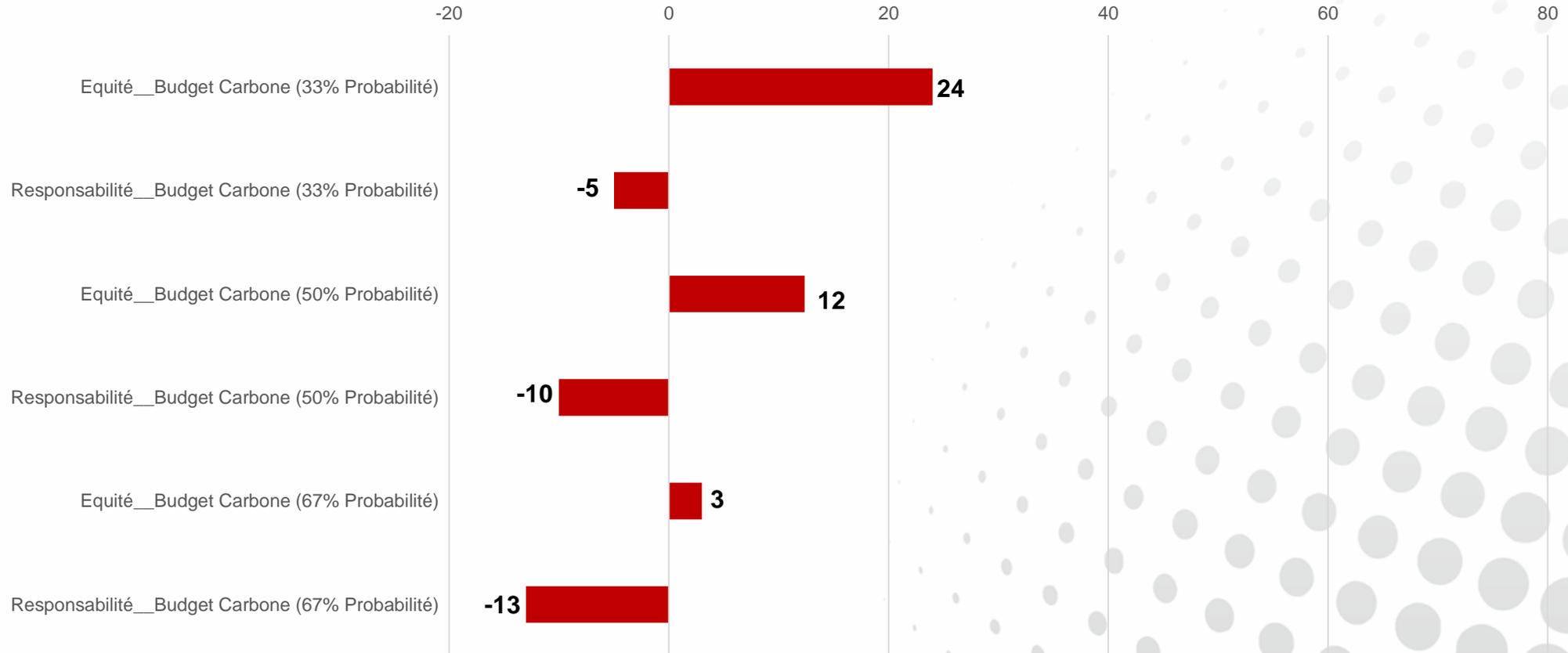


# Prise en compte de l'équité



# Pour aspirer à être des ancêtres, nous devons intégrer l'équité

Année de neutralité Carbone de la France avec prise en compte de l'équité



Equité: Année de neutralité carbone calculée sur la base d'un partage équitable du budget carbone à partir de 2023 sans prise en compte des émissions passées

Responsabilité: Année de neutralité carbone calculée sur la base d'un partage équitable du budget carbone à partir de 2023 avec prise en compte des émissions passées

# Economiser des KWh à l'échelle nationale ne signifie pas que nous sommes en situation de sobriété énergétique

## LES CHIFFRES CLÉS DE LA PRÉCARITÉ ÉNERGÉTIQUE

**3,2 millions**



de ménages français ont dépensé plus de 8 % de leurs revenus pour payer les factures énergétiques de leur logement en 2022, et appartiennent aux trois premiers déciles de revenus ; soit 10,8 % de la population.<sup>(1)</sup>

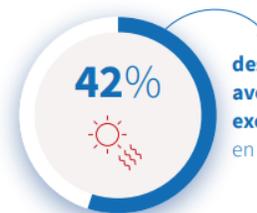


des Français déclarent avoir restreint le chauffage chez eux pour ne pas avoir de factures trop élevées (-4 points).<sup>(2)</sup>



des Français déclarent avoir souffert du froid au cours de l'hiver 2023-2024, pendant au moins 24 heures.

41 % d'entre eux déclarent que la raison est financière.<sup>(2)</sup>



des Français déclarent avoir souffert d'un excès de chaleur en été (-13 points).<sup>(2)</sup>

### Impacts quotidiens



**1 000 000 ménages** (+3%)

ont subi une intervention d'un fournisseur d'énergie en 2023 à la suite d'impayés. Cela dénote d'une grande difficulté des ménages à payer leurs factures d'énergie.<sup>(2)</sup>



**9 000 000 de personnes** sont en situation de privation matérielle et sociale en France en 2023.<sup>(3)</sup>

### Les aides financières nationales



**148 626 ménages**

ont bénéficié du **Fonds de Solidarité Logement** pour l'aide au paiement des factures d'énergie en 2023 parmi les clients des trois principaux fournisseurs d'énergie en France.<sup>(4)</sup>

En 2022



**4,8 millions de ménages** (soit 82,6% des bénéficiaires du chèque)

ont utilisé leur **chèque énergie** (hors campagnes exceptionnelles). En 2023, 5,6 millions de ménages ont reçu un chèque énergie annuel.<sup>(1)</sup>



**71 613 ménages** (+9%)

ont rénové leur logement par des travaux performants grâce aux programmes **MaPrimeRénov' Sérénité**, **MaPrimeRénov' Copropriété** ou **MaPrimeRénov' Rénovation Globale** en 2023.<sup>(5)</sup>



**505 126 dossiers** (-19%)

**MaPrimeRénov'** ont été engagés par l'Anah en 2023. 67% des dossiers concernent les ménages modestes et très modestes.<sup>(2)</sup>



# Mesurer le bien-être



# Le modèle de référence du bien-être: M. Max-Neef

Besoins Fondamentaux	ÊTRE (qualité)	AVOIR (choses)	FAIRE (actions)	INTERAGIR (cadres)
<b>SUBSISTANCE</b>	<i>Santé physique, mentale</i>	<i>Nourriture, abri, travail</i>	<i>Se nourrir, s'habiller, se reposer, travailler</i>	<i>Environnement de vie cadres sociaux</i>
<b>PROTECTION</b>	<i>Soin, adaptabilité, autonomie</i>	<i>Sécurité sociale, soins de santé, travail</i>	<i>Coopérer, planifier, prendre soin des autres et des choses, aider</i>	<i>Environnement social, logement</i>
<b>AFFECTION</b>	<i>Respect, sens de l'humour, sensualité</i>	<i>Relations avec amis/ famille, relations avec la nature</i>	<i>Partager, prendre soin des autres, aimer et exprimer ses émotions</i>	<i>Intimité, espaces privés</i>
<b>COMPRÉHENSION</b>	<i>Capacité critique, intuition, curiosité</i>	<i>Littérature, politiques, éducation, enseignants</i>	<i>Analyser, étudier, méditer, enquêter</i>	<i>Écoles, universités, familles, communautés</i>
<b>PARTICIPATION</b>	<i>Réceptivité, dévouement, sens de l'humour</i>	<i>Responsabilités, devoirs, travail, droits</i>	<i>Coopérer, exprimer une opinion, contester</i>	<i>Associations, lieux de culte, partis, quartiers</i>
<b>LOISIR</b>	<i>Imagination, tranquillité, spontanéité</i>	<i>Jeux, fêtes, paix de l'esprit</i>	<i>Rêver, se souvenir, se détendre, s'amuser</i>	<i>Paysages, lieux intimes, lieux de solitude</i>
<b>CRÉATION</b>	<i>Imagination, audace, créativité, inventivité</i>	<i>Adaptabilité, compétences techniques</i>	<i>Inventer, construire, concevoir, travailler, innover</i>	<i>Espaces d'expression, ateliers, publics</i>
<b>IDENTITÉ</b>	<i>Sentiment d'appartenance, estime de soi, cohérence</i>	<i>Langues, croyances, coutumes, normes, cultures</i>	<i>Se connaître, s'engager, grandir</i>	<i>Groupes culturels, Communautés</i>
<b>LIBERTE</b>	<i>Autonomie, passion, ouverture d'esprit</i>	<i>Égalité des droits, options, indépendance</i>	<i>Choisir, désobéir, courir des risques, développer une conscience critique</i>	<i>N'importe quel endroit</i>



# Cessons de confondre besoins, satisfacteurs et désirs/préférences

Les **besoins** fondamentaux sont partagés par l'ensemble des humains à travers les genres, cultures, âges, périodes...

**Satisfacteurs** = la manière dont une culture ou une société **répond aux besoins humains**.

→ ce ne sont pas les biens économiques (même si les biens économiques peuvent augmenter ou diminuer l'efficacité d'un satisfacteur).

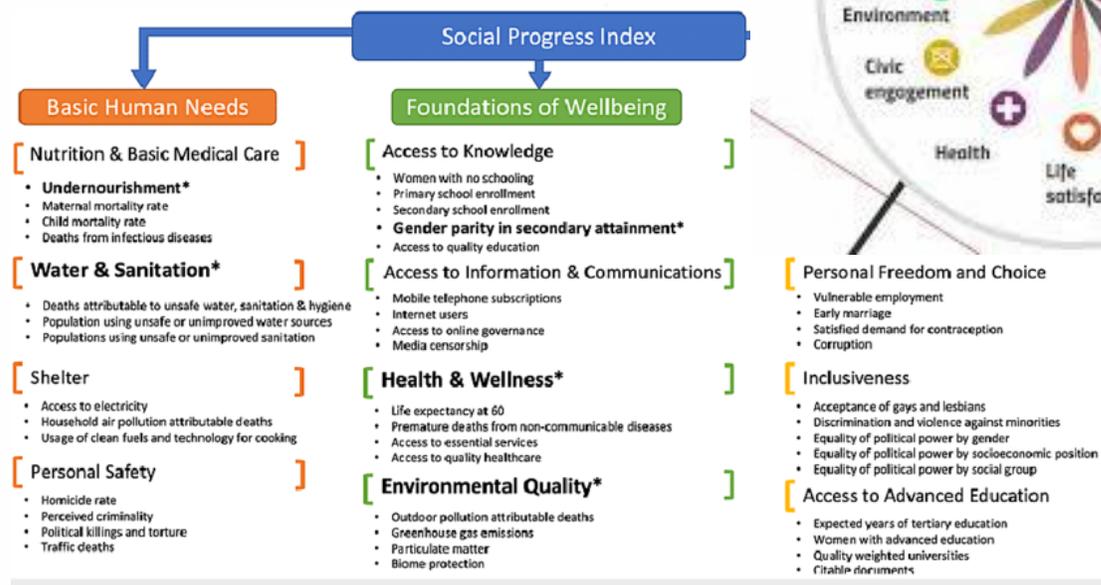
Exemples : formes d'organisation, structures politiques, pratiques sociales, conditions subjectives, valeurs et normes, espaces, contextes, modes).

→ **Défi Théorique** : Comprendre la dialectique entre besoins, satisfacteurs et biens économiques pour concevoir des formes d'organisation économique qui répondent pleinement aux besoins humains fondamentaux.

→ **Réflexion Sociale** : Repenser le contexte social des besoins humains en relation avec les pratiques sociales, les modèles politiques et les valeurs.

# Les mesures du bien-être existantes

- OECD Well-being index
- Social Progress Index



→ Mesures lacunaires ne relevant ni le défi théorique, ni la réflexion sociale.



# Que manque-t-il à la sobriété en France pour dévoiler son plein potentiel ?

1. Une prise en compte de l'équité
2. Un ensemble de **mesures de satisfacteurs**
  - répondant aux **besoins fondamentaux** de M. Max-Neef (défi théorique)
  - capables de **repenser le contexte social, les modèles politiques et les valeurs** (défi sociale).



# Merci

Conseil National de l'Information Statistique

Paris, 2025-04-03

[www.thesufficiencylab.org](http://www.thesufficiencylab.org)

**Yamina Saheb**  
Margot Wendling  
Valentin Stuhlfauth