



**HAL**  
open science

## Sobriété

Gaëlle Belgodere, Théophile Duchateau, Ismaël Bakayoko, Julie D'abzac,  
Samuel Grillet, Michel Duru, Gaël Plumecocq, Etienne-Pascal Journet

► **To cite this version:**

Gaëlle Belgodere, Théophile Duchateau, Ismaël Bakayoko, Julie D'abzac, Samuel Grillet, et al.. Sobriété: Définition. INRAE. Dictionnaire d'Agroécologie, , 2021, 10.17180/wf5j-j666 . hal-03727584

**HAL Id: hal-03727584**

**<https://hal.inrae.fr/hal-03727584>**

Submitted on 17 Oct 2022

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.



Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives | 4.0  
International License

# Sobriété

---

 dicoagroecologie.fr/dictionnaire/sobriete/

Date de la dernière mise à jour : 12/05/2021

## Les auteurs :

Gaëlle Belgodere, Théophile Duchateau, Ismaël Bakayoko, Julie D'Abzac, Samuel Grillet, Michel Duru, Gael Plumecocq, Etienne-Pascal Journet,

La sobriété est un principe de vie qui inscrit les comportements individuels dans une démarche de moindre consommation. En agriculture la sobriété concerne l'ensemble des acteurs du système alimentaire, du producteur (y compris ses fournisseurs) au consommateur.

Pour l'offre des produits alimentaires, le principe de sobriété implique un usage parcimonieux des ressources productives notamment par une utilisation réduite des intrants fossiles ou de synthèse, et leur remplacement par les services fournis par la biodiversité comme l'apport d'azote par les légumineuses, par le travail simplifié du sol ou encore la production d'énergie renouvelable via la méthanisation. A l'échelle de l'exploitation, la sobriété agroécologique va au-delà d'une amélioration de l'efficacité des intrants. A l'échelle du système alimentaire, elle vise à diminuer les impacts des circuits de distribution, en privilégiant les marchés de proximité.

Côté demande, la sobriété s'oppose au consumérisme et au caractère « insatiable » des besoins. En ce sens, une vie sobre passe par une consommation réduite à ce que les individus identifient comme suffisant pour satisfaire leurs besoins élémentaires. Il ne s'agit donc pas seulement pour les consommateurs de réduire le gaspillage, mais de consommer des produits de saison, de s'approvisionner localement, ou de transformer leurs régimes alimentaires, réduisant leur consommation de protéines animales pour tenir compte des recommandations compatibles avec une alimentation durable.

Coupler offre et demande alimentaires dans une perspective sobre est un défi car les implications pratiques de la sobriété nécessitent une prise en compte par les producteurs du besoin essentiel des consommateurs. Ce défi comporte une dimension politique, en proposant un imaginaire alternatif au dogme de la croissance. Pour cela, la sobriété s'appuie sur une philosophie de la simplicité, de la convivialité, du mieux-être plutôt que du plus avoir. A l'échelle des communautés, elle est multifonctionnelle, permettant de subvenir aux besoins fondamentaux de subsistance, d'émancipation, de relations sociales, d'apprentissages....

## Références à explorer

---

Cezard F., Mourad M. 2019. Panorama sur la notion de sobriété : définitions, mises en œuvre, enjeux. Rapport final, ADEME, 52 p.

EAT. 2020. Diets for a Better Future: Rebooting and Reimagining Healthy and Sustainable Food Systems in the G20. *EAT Report*, 39p.

Illich I. 1973. *La convivialité*. Editions du Seuil, Paris. 160p.

Pijuan B. 2019. *Sobriété et décroissance : Redonner un sens à la vie*. Libre & Solidaire, Paris. 280p. ISBN : 2372630628

Sachs W. 1993. Les quatre E: des points de repère pour un style économique modéré. *Écologie politique*, 33. pp 69-72.

## **Pour partager ou citer cette définition**

---

Gaëlle Belgodere, Théophile Duchateau, Ismaël Bakayoko, Julie D'Abzac, Samuel Grillet, Michel Duru, Gael Plumecocq, Etienne-Pascal Journet, 2022.

Sobriété : Définition. Dictionnaire d'agroécologie.

<https://doi.org/10.17180/wf5j-j666>