

# NOTICE JEU DE CARTES

## DURÉE & FINALITÉ

- Ce jeu permet de calculer rapidement son empreinte carbone personnelle, en additionnant les valeurs de cartes exprimées en kgCO<sub>2</sub>e par an et par personne.
- Jouer solo : 15 minutes pour calculer son empreinte carbone individuelle.
- Jouer en groupe : entre 30 min pour une version courte et 1 heure pour prendre plus de temps pour échanger sur les pratiques.

## PRÉPARATION

- 1 jeu par groupe de 4 à 5 personnes (idéalement – pour favoriser les échanges par table).
- Prévoir papiers et crayons pour chaque groupe/table. Demander à chaque personne d'additionner les kgCO<sub>2</sub>e indiqués en bas de chaque carte et de faire des sous-totaux par catégorie.
- Un tableau de présentation des résultats peut être utile, notamment pour la présentation des différents profils (voir page suivante).

## DÉROULÉ

Le jeu se déroule en plusieurs temps :

1. **Choisir les cartes qui représentent son mode de vie**, ses habitudes alimentaires, de consommation et de déplacements, sur 1 année. Il existe 4 catégories :

Catégorie	Conseils d'utilisation
<b>Se loger</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Choisir une carte par personne, celle du logement qui se rapproche le plus de la réalité.</li><li>• La valeur de la carte est indiquée pour 4 personnes, par conséquent ajuster selon le nombre de personnes dans le logement. Ex : pour un couple (2 personnes), la valeur est donc à multiplier par 2, car la consommation ne change pas tant.</li><li>• Ajuster également en fonction de la surface du logement.</li></ul>
<b>Se déplacer</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Choisir toutes cartes qui correspondent à une année.</li><li>• Les cartes précisent si la valeur est pour un trajet, un aller-retour ou une moyenne annuelle.</li><li>• Si plusieurs voyages en avion ou en train pour les vacances, compter le nombre de voyages.</li><li>• Le kilométrage est indiqué sur les cartes afin de permettre d'ajuster en fonction des distances réelles.</li></ul>
<b>Se nourrir</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Choisir toutes les cartes qui correspondent à ses habitudes alimentaires.</li><li>• Ajuster si besoin par rapport aux quantités consommées moyennes françaises indiquées sur les cartes.</li><li>• Tout le monde prend la carte <i>Base végétale</i>, puis ajouter les différents aliments consommés en ajustant selon la quantité. Par exemple, si vous mangez du fromage, un yaourt tous les jours et cuisinez à la crème fraîche, il est probable que vous deviez multiplier au moins par 2 la carte <i>Produits laitiers</i>.</li></ul>
<b>Consommer</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Choisir toutes cartes qui correspondent aux achats d'une année pour <i>Vêtements</i>.</li><li>• <i>Mobilier</i>, matériel <i>Électroménager</i> et <i>Électronique</i> : choisir une carte pour chaque selon Occasion ou Neuf, que les biens aient été acheté dans l'année ou non.</li><li>• Tout le monde compte la carte <i>Service public</i> (sauf ceux qui vivent en ermite au fond des bois!).</li></ul>

2. Additionner les émissions de gaz à effet de serre (kgCO<sub>2</sub>e par personne et par an) de chaque carte, et calculer ainsi son empreinte carbone. En France, l'empreinte de carbone moyenne est de 10 tCO<sub>2</sub>e par personne et par an.

Le résultat du jeu est une estimation simplifiée, réductrice et inférieure dans beaucoup de cas à la réalité. Toutes les émissions ne sont en effet pas comptabilisées.

3. Une présentation par quelques volontaires permet d'avoir une vision de différents profils d'empreinte carbone. Il est crucial de ne pas stigmatiser. Ce temps est important, car il permet de montrer que si 2 tCO<sub>2</sub>e peut paraître impossible dans un premier temps, en prenant les meilleures pratiques des personnes présentes il est possible d'être autour de 2 tCO<sub>2</sub>e/an. Ces personnes font partie de notre entourage. C'est donc possible !



Exemple de présentation possible (en tCO<sub>2</sub>e par personne et par an)

Catégorie	Julie	Paul	Bernard	Dominique
Se loger	4	0,2	1,5	2
Se déplacer	2	3	5	0,3
Se nourrir	1	2	2	5
Consommer	1,5	3	1,5	2
<b>TOTAL</b>	<b>8,5</b>	<b>8,2</b>	<b>10</b>	<b>9,3</b>

Avec ces 4 valeurs, on atteint 3 tCO<sub>2</sub>e.

4. L'objectif pour 2050 est de ne pas dépasser 2 tCO<sub>2</sub>e. Voir comment changer son mode de vie pour atteindre l'objectif en remplaçant certaines cartes par d'autres. Échanger avec les autres !

Pour plus de précision, contacter Damien LINHART, 06 32 04 75 46, [damien.linhart@objectifcarbone.org](mailto:damien.linhart@objectifcarbone.org)

Vous pouvez aussi rejoindre la communauté sur [linkedin.com/groups/12674274/](https://www.linkedin.com/groups/12674274/)

Il est préférable d'inscrire ce jeu dans une démarche de sensibilisation plus large aux enjeux de la transition. Consultez nos offres sur [objectifcarbone.org/sensibilisation/](https://www.objectifcarbone.org/sensibilisation/)