

L'énergie du futur, c'est nous

Comprendre comment nos choix du quotidien influencent l'énergie

1. L'énergie est partout dans ton quotidien

- L'énergie est présente dans **tous les aspects de la vie quotidienne**.
 - Elle est utilisée pour ton téléphone, tes déplacements, ton alimentation et ton logement.
- Chaque choix du quotidien a donc un impact énergétique, même quand on ne s'en rend pas compte.

2. Des petits gestes qui font une vraie différence

- Il n'est pas nécessaire de tout changer pour agir car des **gestes simples** peuvent déjà avoir un impact.
 - Baisser le chauffage, utiliser le vélo, réduire le gaspillage alimentaire ou limiter le streaming permet de consommer moins d'énergie.
- Ces actions paraissent petites, mais répétées chaque jour, elles deviennent très efficaces.

3. Du geste individuel au changement collectif

- Les actions individuelles ne sont jamais isolées.
 - Elles peuvent **inspirer les autres et se diffuser autour de soi**.
 - Les changements de comportements deviennent progressivement des **normes collectives**.
- À plus grande échelle, des métiers et des innovations permettent aussi de réduire l'impact énergétique.

4. Ce qu'il faut retenir

- L'énergie est présente dans tous les aspects de notre quotidien.
- Des gestes simples et répétés peuvent avoir un impact réel sur la consommation d'énergie.
- Il vaut mieux cibler les actions les plus efficaces plutôt que vouloir être parfait.
- Les actions individuelles peuvent entraîner des changements collectifs.
- Faire mieux au quotidien, c'est déjà agir pour le futur.

- [S'abonner à AXA Prévention sur Instagram](#) 

