



Observatoire  
du développement  
de l'Outaouais



# Définitions des concepts liés à la transition socioécologique

# Empreinte écologique

L'empreinte écologique (ou empreinte environnementale) est une mesure de la superficie terrestre et marine nécessaire pour produire toutes les ressources nécessaires pour subvenir à nos besoins et absorber les déchets que nous générons.

L'empreinte écologique, exprimée en hectares globaux (hag), est un moyen utile pour démontrer que notre consommation de ressources dépasse la capacité de la planète de répondre à nos besoins.

En 2024, l'empreinte écologique moyenne au Canada était de 8 hag par habitant. Pour vivre selon les ressources de la planète et sa capacité à absorber les déchets que nous produisons, chacun d'entre nous devrait utiliser 1,7 hag. **Si tout le monde vivait comme nous, il nous faudrait 4,9 planètes pour répondre à nos besoins.**

Sources :

Global Footprint Network, <https://data.footprintnetwork.org/#/countryTrends?cn=33&type=BCpc,EFCpc>  
eDF solutions solaires, <https://www.edf-solutions-solaires.com/lexique/empreinte-ecologique/>

# Empreinte carbone

L'empreinte carbone correspond à la quantité d'émissions de GES générées par les activités humaines. La quantité de GES présente dans l'atmosphère a une incidence directe sur le climat.

L'empreinte carbone individuelle calcule la quantité d'émissions générées par une personne selon son mode de vie (transports, alimentation, énergie, habitudes de consommation). Elle est exprimée en kg CO<sub>2</sub> par personne.

**La moyenne mondiale est de 4 350 kg/pers.**

**Au Québec : 10 000 kg/pers.; en Outaouais : 13 800 kg/pers.**

L'empreinte carbone d'une entreprise englobe les émissions générées par les activités de production, les déplacements professionnels, le transport de marchandises ainsi que l'énergie et les ressources utilisées.

Sources :

Définition tirée de Nos gestes climat, <https://nosgestesclimat.fr/blog/environnement/definition-empreinte-carbone>

Estimations du CIRAIQ à partir de données de 2019; tirées d'un rapport préliminaire non publié, 2024.

# Carboneutralité

La carboneutralité fait référence à un état dans lequel les émissions de dioxyde de carbone (CO<sub>2</sub>) d'une entité, telles qu'une entreprise, une ville, un pays ou même une personne, sont accompagnées par des actions visant à équilibrer ou réduire leurs émissions totales. L'objectif ultime de la carboneutralité est de maintenir un bilan carbone global nul, c'est-à-dire que la quantité de CO<sub>2</sub> émise est compensée par des mesures de réduction des émissions ou par des activités de capture et de stockage du carbone.

**Les gouvernements du Canada et du Québec ont tous deux pris l'engagement d'atteindre la carboneutralité d'ici 2050.**

Sources :

Définition tirée de <https://enviro-dx.com/fr/article/carboneutralite-definition-enjeux/>

Gouvernement du Canada, [La carboneutralité d'ici 2050 - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/gouvernement/actualites/communiqués/2021/09/20210915-carboneutralite-2050.html)

Gouvernement du Québec, <https://www.environnement.gouv.qc.ca/changementsclimatiques/engagement-quebec.asp>

# Atténuation / mitigation

Ensemble des mesures qui visent à réduire les sources et les émissions de GES (l'augmentation de l'efficacité énergétique ou le recours à des sources d'énergie renouvelables, par exemple) ou à renforcer les puits de carbone pour favoriser l'absorption du CO<sub>2</sub> (le reboisement ou les technologies de captage et de stockage, par exemple).

On peut aussi réduire de manière significative les émissions de GES en modifiant nos comportements individuels et collectifs dans les domaines de la mobilité, de la consommation et de l'alimentation.

**CES MESURES SONT IMPORTANTES POUR ÉVITER OU LIMITER L'AGGRAVATION DU RÉCHAUFFEMENT CLIMATIQUE.**

Sources :

Ouranos, <https://www.ouranos.ca/fr/attenuation-adaptation>

[TD\\_KWP\\_f\\_FB\\_POLITIQUE\\_CLIMATIQUE-DEVELOPPEMENT\\_DURABLE\\_2020.11.01\\_phh.pdf](#)

# Adaptation

Ensemble d'initiatives et de mesures prises pour réduire la vulnérabilité et renforcer la résilience des systèmes naturels et humains aux effets inévitables des changements climatiques.

Planter des arbres qui résistent mieux à la sécheresse et à la chaleur, construire des digues et des remblais qui protègent contre les inondations, aménager des parcs éponges pour la gestion des eaux de pluie sont des exemples de mesure d'adaptation.

**NOUS AVONS BESOIN DES MESURES D'ADAPTATION POUR APPRENDRE À VIVRE AVEC LES EFFETS DES CHANGEMENTS CLIMATIQUES.**

Sources :

Ouranos, <https://www.ouranos.ca/fr/attenuation-adaptation>

[TD\\_KWP\\_f\\_FB\\_POLITIQUE\\_CLIMATIQUE-DEVELOPPEMENT\\_DURABLE\\_2020.11.01\\_phh.pdf](#)

# Résilience climatique

La résilience climatique fait référence à la capacité d'un écosystème, d'une société ou d'une entreprise à anticiper les impacts des changements climatiques, à s'y préparer et à y réagir. Elle consiste à comprendre les risques et les vulnérabilités liés au climat et à mettre en œuvre les mesures nécessaires pour les gérer efficacement.

Les systèmes résilients au climat sont capables de maintenir leurs fonctions essentielles tout en s'adaptant aux nouvelles conditions induites par le climat.

**C'EST LA CAPACITÉ À SURVIVRE ET À PROSPÉRER FACE À LA RÉALITÉ DU NOUVEAU CLIMAT.**

Source :

Définition tirée de [Qu'est-ce que la résilience climatique ? | IBM](#)

# Réduire les GES ne suffit pas

« Considérant la concentration actuelle des GES dans l'atmosphère et leur durée de vie, les bénéfices découlant des **mesures d'atténuation** ne se matérialiseront pas avant plusieurs décennies. Il faut prendre des mesures pour limiter les impacts des changements climatiques sur nos communautés (**mesures d'adaptation**). Ces actions aident les entreprises à renforcer leur capacité à gérer et à poursuivre leurs activités malgré des perturbations climatiques ou autres (**résilience**). »

Bourgeois, Laquerre et Lefrançois, Adaptation aux changements climatiques et résilience : Où en sont les entreprises du Québec? Québec Net Positif et Ouranos, 2025, p. 6.

# Transition énergétique

La transition énergétique désigne le passage d'un modèle basé sur les énergies fossiles (charbon, pétrole, gaz) vers un bouquet énergétique – ou mix – privilégiant les énergies renouvelables. Il s'agit donc de diminuer l'utilisation de matières premières dont l'exploitation génère des déchets et des émissions polluantes pour les remplacer par des énergies inépuisables issues de ressources naturelles : le soleil, le vent, les chutes d'eau, les marées, la chaleur de la Terre, et la croissance des végétaux.

# Transition socioécologique

## **Constat :**

Notre système économique et nos modes de fonctionnement actuels sont insoutenables tant sur le plan écologique que d'un point de vue d'équité sociale.

## **Définition :**

La transition socioécologique désigne le passage d'un état non désirable à un état souhaitable à définir sur la base de valeurs nouvelles et partagées. Ce cheminement implique la participation de l'ensemble de la société, à toutes les échelles, pour opérer une transformation en profondeur de notre mode de vie, de nos modes de production et de consommation et de notre façon d'occuper le territoire, afin de construire une société plus juste, plus inclusive et écologiquement viable.

**Observatoire du développement de l'Outaouais  
Université du Québec en Outaouais**

283, boul. Alexandre-Taché, bureau C-0330  
Gatineau (Québec) J8X 3X7  
<https://odooutaouais.ca/>

**Recherche et rédaction**

Lynda Gagnon, agente de recherche

**Pour citer ce document**

Observatoire du développement de l'Outaouais  
(2026). Définitions des concepts liés à  
la transition socioécologique, ODO.

Avec la participation financière de :

Québec 



# Votre observatoire

pour comprendre et mieux orienter  
le développement territorial

Pour en savoir plus : [odooutaouais.ca](http://odooutaouais.ca)



Observatoire  
du développement  
de l'Outaouais



Décloisonner les savoirs,  
une mission de recherche  
collaborative