



Crédit : Alliance Ruelles bleues-vertes

#### FICHE D'INFORMATION

## La différence entre la lutte et l'adaptation aux changements climatiques

L'action climatique repose sur deux stratégies complémentaires : la lutte (atténuation) et l'adaptation, afin d'améliorer la santé et la qualité de vie des populations. Combinée aux efforts de réduction des émissions de GES, l'adaptation est essentielle pour s'ajuster à la réalité climatique actuelle.

La mise en place proactive de mesures d'adaptation permet de réduire de moitié les coûts des changements climatiques<sup>1</sup>. En effet, chaque dollar investi dans l'adaptation génère de 13 à 15 \$ d'économies et d'avantages directs et indirects à long terme.

## QU'EST-CE QUE LA LUTTE AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES?

La lutte, aussi appelée atténuation, regroupe toutes les « mesures visant à ralentir le rythme et l'ampleur du changement climatique, notamment la réduction des émissions de gaz à effet de serre (GES) et le renforcement des activités qui éliminent ces gaz de l'atmosphère<sup>2</sup> ».

## QU'EST-CE QUE L'ADAPTATION AUX CHANGEMENTS CLIMATIQUES?

L'adaptation correspond à l'ensemble des « initiatives et mesures prises pour réduire la vulnérabilité et renforcer la résilience des systèmes naturels et humains face aux effets réels ou prévus des changements climatiques<sup>3</sup> ».



## Comment lutter?

La lutte aux changements climatiques vise à ralentir leur progression par la réduction des émissions de gaz à effet de serre (GES) et le renforcement des activités qui les éliminent de l'atmosphère, généralement regroupées sous le terme de « captation du carbone ».

Elle passe notamment par la réduction des émissions à la source, en repensant l'organisation des milieux de vie afin de diminuer la dépendance à l'automobile et la consommation de ressources. Elle repose sur des choix structurants en matière d'aménagement, d'urbanisme et de modes de vie.

Les principaux champs d'action en atténuation sont<sup>4</sup> :

- **Transitionner vers des énergies renouvelables**, afin de réduire l'utilisation des combustibles fossiles générant des GES. Au Québec, cette catégorie concerne surtout les moyens de transport, étant donné que la majorité de l'électricité utilisée dans les maisons est produite par l'hydroélectricité, une ressource renouvelable.
- **Favoriser la mobilité durable**, en priorisant les transports collectifs, actifs et partagés, et en réduisant la place de l'auto solo dans l'espace public. Cet aspect peut se concrétiser, notamment, par l'aménagement de quartiers complets et accessibles, où les services essentiels (écoles, commerces, espaces verts, loisirs) sont accessibles à pied, à vélo ou en transport collectif.
- **Améliorer l'efficacité énergétique des bâtiments**, en intégrant, lors de la construction ou de rénovation, une meilleure isolation, l'optimisation du chauffage (via des thermomètres programmés ou des thermopompes), un éclairage à plus faible consommation d'électricité, etc.
- **Réduire les déchets envoyés aux sites d'enfouissement**, par une meilleure gestion des déchets (réduction à la source, réemploi, recyclage) et par une consommation responsable (achat local, efficacité énergétique, partage et réparation).
- **Renforcer la captation du carbone**, notamment par le verdissement, afin de retirer du carbone de l'atmosphère. Des technologies spécialisées peuvent également aider certaines industries à capter et stocker le carbone contenu dans les émissions rejetées par leurs activités.
- **Adapter nos pratiques de gestion des sols**, en limitant la déforestation et en améliorant les pratiques en foresterie et en agriculture.



## Comment s'adapter?

S'adapter aux changements climatiques consiste à réduire les vulnérabilités et à renforcer la résilience des communautés face aux aléas climatiques actuels et à venir. Un milieu résilient peut non seulement faire face aux effets du dérèglement climatique, mais aussi permettre un retour à la normale plus rapide après les aléas.

Cette adaptation doit être pensée à l'échelle des quartiers et intégrée à la planification des milieux de vie. Elle doit intégrer le principe d'équité, en tenant compte du fait que certains groupes sont plus vulnérables face aux changements climatiques (voir fiche La vulnérabilité aux changements climatiques).

Les principaux champs d'action en adaptation sont :

- **Adapter l'aménagement des quartiers aux aléas climatiques**, en intégrant des infrastructures vertes et bleues (jardins de pluie, saillies drainantes, verdissement des rues, cours d'école et ruelles).
- **Adapter le bâti et les espaces publics**, notamment par la rénovation durable, l'amélioration du drainage, la réduction des îlots de chaleur et la gestion des eaux pluviales à la source.
- **Renforcer la capacité d'agir des communautés**, par la formation, l'agriculture urbaine, l'engagement citoyen et les réseaux de solidarité locale.
- **Planifier la gestion des situations d'urgence**, incluant des lieux d'accueil sécuritaires, des plans de continuité et des réseaux de veille communautaires.

Les actions vont être différentes selon l'aléa climatique qui est visé par l'action. Voici quelques exemples :

| ALÉAS CLIMATIQUES                       | ACTIONS ENVISAGEABLES                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Chaleurs extrêmes et vagues de chaleurs | <ul style="list-style-type: none"><li>• Planter des arbres</li><li>• Déminéraliser des portions de stationnements sous-utilisés</li><li>• Installer des brumisateurs publics</li></ul>                                                                                                                                    |
| Crues et inondations                    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Installer des jardins de pluie résidentiels</li><li>• Protéger les milieux naturels</li><li>• Déconnecter les gouttières</li></ul>                                                                                                                                                |
| Érosion côtière                         | <ul style="list-style-type: none"><li>• Relocaliser les logements affectés</li><li>• Restaurer le littoral en incluant des végétaux</li><li>• Rehausser certains bâtiments à risque</li></ul>                                                                                                                             |
| Sécheresses                             | <ul style="list-style-type: none"><li>• Préserver les milieux humides et les zones naturelles qui rechargent les nappes phréatiques</li><li>• Promouvoir les électroménagers, toilettes et robinets à faible consommation d'eau</li><li>• Semer des espèces résistantes à la sécheresse pour remplacer le gazon</li></ul> |



## L'importance d'une stratégie intégrée

L'aménagement du territoire correspond à la manière dont les activités humaines sont planifiées à l'intérieur des limites d'une ville, d'une MRC ou d'une province. Quels milieux naturels doivent être protégés? Où devrait-on construire une école? Quels règlements doivent être adoptés pour préserver les terres agricoles? Voilà quelques exemples de questions auxquelles répond l'aménagement du territoire.

Les politiques et les règlements qui en découlent doivent tenir compte des changements climatiques et de leurs conséquences afin d'assurer un développement cohérent, résilient et durable. Par exemple, il est possible de concevoir des quartiers complets, où l'on peut se déplacer à pied ou à vélo pour accéder aux services essentiels comme le travail, les écoles et les commerces. En réduisant la dépendance à l'automobile, on favorise la mobilité durable et on libère de l'espace pour les arbres, les parcs et les places publiques.

La conservation et la restauration des milieux naturels constituent également des stratégies clés d'adaptation et d'atténuation des changements climatiques. Les écosystèmes naturels (tels que les tourbières, les étangs, les forêts et les océans) rendent des services essentiels en matière de résilience climatique, notamment en absorbant et en stockant le CO<sub>2</sub>. En 2024, seulement 16,45 % du territoire québécois était protégé, alors que le gouvernement du Québec vise la protection de 30 % du territoire d'ici 2030<sup>5</sup> (milieux terrestres, d'eau douce, marins et côtiers).

Bien que de nouvelles infrastructures puissent contribuer à l'adaptation aux aléas climatiques, la protection et la restauration des milieux naturels demeurent parmi les stratégies les plus accessibles et efficaces. Après tout, il est beaucoup plus simple de protéger un marécage que d'en recréer un à la place d'un stationnement!

### Ressources complémentaires

[Qu'est-ce que l'adaptation - Atténuation et adaptation](#) | Ouranos

[S'adapter au climat : les solutions sont dans la nature](#) | Centre de ressources pour l'adaptation au changement climatique

[Actions pour lutter contre les changements climatiques](#) | Gouvernement du Québec



---

1. [L'adaptation au changement climatique au Canada](#) | Gouvernement du Canada

2. [Qu'est-ce que l'adaptation - Atténuation et adaptation](#) | Ouranos

3. [Limiter les dégâts](#) | Institut Climatique du Canada

4. [Réduire les GES en transport](#) | Gouvernement du Québec

5. [Territoires protégés et conservés](#) | Gouvernement du Québec