

CAMILLE ET CHARLOTTE **LEMAY**  
@chamellow

**INFLUENCEUR-SE**

**ENGAGÉ-E**

**ET SI TOI AUSSI TU UTILISAIS LES RÉSEAUX  
TOUT EN PRÉSERVANT LA PLANÈTE ?**

JouVence



**DANS LA MÊME COLLECTION  
AUX ÉDITIONS JOUVENCE**

*Aventures animales*, Géraldine Audrerie  
*Hiver green*, Cindy @bee.greener  
*Meuf green*, Deborah Lopes  
*3, 2, 1... Climatarien-ne*, Mélanie Sancery-Gay  
*Imagine demain*, Ça commence par moi,  
Julien Vidal et Quentin Caillat

**Catalogue gratuit sur simple demande**

**Éditions Jouvence**

Route de Florissant, 97 – 1206 Genève – Suisse

Site Internet: [www.editions-jouvence.com](http://www.editions-jouvence.com)

E-mail: [info@editions-jouvence.com](mailto:info@editions-jouvence.com)

© Éditions Jouvence, 2024

ISBN: 978-2-88953-866-9

Couverture: François-Xavier Pavion

Maquette et mise en page intérieure: Trëma Print

Suivi éditorial: Muriel Frantz-Widmaier

Visuels intérieurs:

*Illustrations*: p.10, 12, 24, 38, 64-65, 70, 95, 100, 129, 136, 146, 149 et 172:

© Apolline Vanackere (@solangeillustrations)

*Pictogrammes couverture*: © Shutterstock Alik Design (réseaux sociaux),

© Shutterstock Raura 7 (feuilles & picto recyclage), © Shutterstock Olga PaHa (Main planet), © François-Xavier Pavion (Ampoule & idée feuille)

*Pictogrammes intérieurs*: © Apolline Vanackere (@solangeillustrations)

*Schémas*: p.13, 43, 68, 69, 84, 86, 99 et 133: © Éditions Jouvence

*AdobeStock*: smiley © Verian's, p. 13 © Sylverarts, © Oldesign, © Visual Generation, © Renko\_art, p. 54-55 © Insemar, p. 69 © Fitradp, © Satoshi Kikyo, p. 84 © Nadiinko, p. 99, 101-116 © Dehweh, p. 123 © Timolina (Burger veggi) et p. 133 © Shutterstock Raura 7

Tous droits de traduction, reproduction et adaptation réservés pour tous pays.

# SOMMAIRE

Avant-propos	5
Introduction	8



## PARTIE 1

### **INFLUENCE ET ENGAGEMENT, LES BACKSTAGES D'UN COMBO GAGNANT**

#### 11

<b>Être influenceur-se</b>	<b>12</b>
<i>Influenceur-se story</i>	13
<i>Influenceur-se, késaco ?</i>	19
<i>Influence et engagement</i>	29
<b>Oser s'engager : prêt-e à relever le défi ?</b>	<b>38</b>
<i>Les peurs de l'influenceur-se engagé-e</i>	40
<i>Être imparfait-e, c'est parfait</i>	46
<i>Sauter dans le green wagon et faire sa transition</i>	51
<i>Les bénéfices de l'influence responsable</i>	57
<b>S'engager et rester cohérent-e</b>	<b>65</b>
<i>Améliorer son impact... et celui des autres!</i>	67
<i>Nourrir ses convictions et vaincre l'écoanxiété, OKLM</i>	87



PARTIE 2

# COMMENT CARTONNER AUJOURD'HUI TOUT EN PRÉSERVANT DEMAIN ?

93

<b>Construis ta tribu écolo</b>	<b>95</b>
<i>Choisis ton terrain de jeu</i>	98
<i>Deviens influenceur-se en 9 étapes</i>	118
<b>Choisis tes partenariats</b>	<b>129</b>
<i>Éthique à chaque étape</i>	132
<i>Les critères pour des partenariats vertueux</i>	137
4 <b>Écologie can be sexy</b>	<b>146</b>
<i>Bonnes pratiques pour faire un green boost</i>	148
<i>Parler d'écologie de manière positive et inspirante</i>	159
Conclusion	170
Questionnaire de Proust	173
Pour aller plus loin	187
Remerciements	189
Notes	190

# AVANT-PROPOS

**C**harlotte est mannequin depuis l'âge de 17 ans. Malgré une carrière florissante, elle subit un burn-out carabiné qui la mènera à une véritable quête de sens. C'est ainsi qu'elle découvre la liberté de communication et d'interaction que lui offrent les médias sociaux. Grâce à son compte @chamellow, elle devient influenceuse green et prône une écoresponsabilité sexy et accessible. Elle exprime son amour pour l'art et son souci de l'environnement, mais sa mission ne s'arrête pas là ; pour concrétiser son engagement, elle fonde une association visant à encourager et sensibiliser les influenceur-ses à la cause écologique : en 2021, Aware Collective est né !

5

Parolière, journaliste et copywriter, sa sœur Camille est une autrice éclairée qui préfère œuvrer dans l'ombre... Depuis la création de leur blog Coco Cactus, elles expriment leurs idées communes grâce au pouvoir des mots. Écho de leur engagement, ce guide les fait parler d'une seule voix.

**DEUX SŒURS, DEUX  
CŒURS À L'UNISSON,  
UNE SEULE VOIX.**



## À NOTER



L'association **Aware Collective** a été créée par @chamellow en 2021 pour rendre l'écoresponsable désirable, porter des messages positifs et inspirants autour de l'écologie et impliquer les influenceur·ses en leur faisant prendre conscience de leur rôle crucial.

- **L'idée ?** Donner des clés et des chiffres précis. Mettre en lumière des savoir-faire locaux, éthiques et responsables tout en reprenant les codes des voyages de presse.
- **L'objectif ?** Rassembler les influenceur·ses et les sensibiliser à l'écologie pour diffuser ces valeurs essentielles. Ensemble, nous nous adressons à des millions de personnes.
- **Le format ?** Des journées de sensibilisation à Paris réunissant des dizaines de créateurs et créatrices de contenus et des voyages thématiques accessibles en train.

Aware Collective a déjà organisé plusieurs périple, notamment sur le thème de la mode écoresponsable, au cœur des Cévennes, et sur le vin face au changement climatique, en Provence. Il tarde à toute l'équipe de concrétiser les projets de 2024, il reste encore tant de sujets à découvrir ! Peut-être feras-tu partie de la nouvelle vague d'invité·es ? 😊

L'utilisation de la première personne du singulier est donc parfaitement assumée pour aller dans cette direction. Parce que finalement, dans l'engagement, il y a cette idée que l'on ne fait qu'un. JE, c'est NOUS, quels que soient nos parcours, nos envies, nos attentes, nos ambitions, une chose est sûre, ensemble, il faut faire front ! L'unité face aux enjeux, c'est le défi de toutes les générations.

Aussi récente soit-elle, l'influence des réseaux sociaux détient une réelle responsabilité sur le monde qui nous entoure. Elle a la capacité de façonner les opinions, de provoquer les changements et de créer des mouvements. **Notre guide est un outil destiné à toutes celles**

**et ceux qui souhaitent utiliser ce pouvoir pour avoir un impact positif sur l'environnement et adopter un mode de vie plus responsable.** À travers notre expérience, nous partageons des conseils pratiques, des idées inspirantes, mais aussi des stratégies concrètes pour faire évoluer ton profil et par la même occasion informer ta communauté. Notre élan, c'est l'amorce du changement. Pas de langue de bois, pas de propos culpabilisant, juste l'envie d'apporter notre pierre à l'édifice tout en ayant bien conscience que nous sommes loin d'être parfaites.

Transcender les likes **pour que l'influence soit porteuse de sens**, ne plus vouloir à tout prix gagner en popularité, mais essayer d'ouvrir les yeux d'une génération qui peut tout changer, rassembler autour de valeurs essentielles et réussir à provoquer une évolution au sein même des marques... telle est notre volonté ! Pour nous, ce projet concerne les jeunes générations ! Quels que soient nos vies, nos rêves et nos ambitions, nous avons tous et toutes un avenir commun et devons affronter les problématiques qui vont avec. Alors, d'une seule envolée, nous souhaitons encourager des lecteurs et des lectrices de tous les horizons, transmettre nos connaissances, créer de l'empowerment, mais également alerter... Parce que oui, l'urgence

climatique est bien là, et elle nous regarde droit dans les yeux. Notre arme à tous et toutes, c'est l'espoir. Et pour toutes celles et ceux qui en manquent cruellement, nous sommes là pour le semer. Ce que l'on veut ? Rallumer les

## **UNE QUÊTE DE SENS FÉDÉRATRICE.**

étoiles qui brillent en chacun-e de nous. Réaliser qu'on détient un super pouvoir, c'est de l'ordre de la magie... Et pourtant à y regarder de plus près, utiliser les réseaux sociaux à des fins bénéfiques est à la portée de tous et toutes !

# INTRODUCTION

Cher lecteur, chère lectrice,

**B**ienvenue... et merci. Dans un monde où les vidéos de quelques secondes inondent nos feeds et captivent notre temps d'attention, quel bonheur de croire encore au pouvoir des mots, à l'énergie fédératrice de la lecture et au savoir qu'elle procure !

La tâche n'est pas facile, soyons honnêtes : comment rendre un livre sur l'écologie attrayant à l'ère de la toute-puissance digitale ? Le sujet est aussi crucial que complexe... Il est important de trouver un prisme novateur pour ne pas tomber dans l'ennui et la didactique perplexe. Alors, parlons clairement : ici, tu ne trouveras pas de longs graphiques soporifiques, de morales culpabilisatrices ou encore de théories difficiles d'accès. Notre but, c'est de t'apprendre des faits *marquants*, de te transmettre des messages puissants et de te donner les clés pour aller au bout de tes convictions.

On assimile souvent les réseaux sociaux à une sorte de légèreté et d'inconscience... D'ailleurs, on nous demande parfois : pourquoi utiliser les réseaux pour parler d'un sujet aussi sérieux que l'écologie ? La réponse est simple : parce que le métier d'influenceur-se est l'un des plus convoités par la jeunesse actuelle. Nous, les influenceur-ses, avons donc une carte essentielle à jouer. Nous devons encourager la population avec du contenu positif loin de l'anxiété ambiante, redonner à notre génération de l'espoir... et le pouvoir !

Parce que oui, la vérité est âpre : **en parvenant à la neutralité carbone, nous freinerions le réchauffement climatique, mais certains effets seraient malgré tout irréversibles.** C'est notre réalité. Mais la chance que nous avons, c'est de pouvoir agir, ENSEMBLE.

Quelques années en arrière, les mouvements sociaux et les changements de paradigme étaient initiés par les politicien-nes, les artistes ou encore les activistes. Aujourd'hui, on assiste au règne des tweets, des vidéos TikTok ou des photos sur Instagram qui, en atteignant des millions de personnes en quelques secondes, font de chaque influenceur-se un leader potentiel, voire un catalyseur du changement.

Tu te dis peut-être... Quel est l'intérêt pour les influenceur-ses ? Pourquoi ne pas continuer à poster ce qui fonctionne bien ? Pourquoi prendre des risques ? Crois-en notre expérience, la raison principale est hautement désirable : être à l'initiative et donc à la pointe du changement. Dans l'arène des médias sociaux, autant être « Gladiateur » et aligner sa conscience éthique avec son audience, quitte à dévoiler son imperfection, ses craintes et ses doutes. Et ce changement est possible, même en cours de route. Chaque clic, chaque like, chaque partage détient un pouvoir très convoité. Et ce pouvoir est dans les mains de la jeunesse... Toi ! Cette nouvelle génération ne demande qu'à se réveiller... et se révéler ! L'influence est donc une flamme à attiser pour rallumer l'espoir qui ne se trouve qu'à portée de scroll. Mais on l'admet, le défi est balaise. L'influence ce n'est pas seulement Kim Kardashian, Léna Mahfouf ou encore Squeezie. Elle n'est pas réservée à des stars aux millions d'abonné-es qui font la une des magazines. L'influence est nichée en chacun-e de nous, prête à inspirer, informer, divertir et, si tu le souhaites, peut-être même changer le monde !

**NOUS  
POUVONS  
AGIR,  
ENSEMBLE.**



Alors, comment allier convictions environnementales et algorithmes Insta ? Comment naviguer dans un océan déchaîné de likes et de commentaires tout en gardant le cap sur l'essentiel ? Ce livre, nous le concevons comme une boussole éthique dans l'ère numérique. Il est destiné à une jeunesse qui cherche un guide pratique ou une source d'inspiration pour aller au bout de son engagement. Car être jeune ne

# UN GUIDE ÉTHIQUE ET PRATIQUE DES RÉSEAUX SOCIAUX.

signifie pas être naïf·ve. Être jeune, c'est avoir une voix qui porte, une énergie sans faille et l'envie de faire bouger les choses ! Et pour nous, quel honneur d'apporter notre pierre à l'édifice, il n'y a rien de plus gratifiant que de mettre son expérience au service des autres, surtout pour une

cause aussi noble. Comme nous l'avons déjà dit, il est important pour nous de parler d'une seule voix, à la première personne, car malgré nos différences et nos anicroches, nous ne sommes qu'un·e face à l'ampleur de la situation. D'une seule impulsion, nous souhaitons exprimer l'importance de l'union dans ce combat universel.

Prépare-toi donc à embarquer dans une sacrée aventure et à devenir l'influenceur·se écoengagé·e que le monde attend ! Et n'oublie jamais que ton super pouvoir, tu l'exerces à coups de posts, de stories et de partages. À toi de jouer !



PARTIE 1

**INFLUENCE ET  
ENGAGEMENT,**

**LES BACKSTAGES  
D'UN COMBO  
GAGNANT**

# ÊTRE INFLUENCEUR·SE



12

Il y a encore dix ans, dans une cour de récré, à la question banale « qu'est-ce que tu veux faire quand tu seras plus grand-e ? », les enfants répondaient des étoiles plein les yeux et le sourire rêveur, « pompier-ère, astronaute, vétérinaire ou danseur-se étoile ». Aujourd'hui, un nouveau métier souvent non identifié caracole en tête de liste : « Plus tard, je serai influenceur-se. » Imagine la tête de la maîtresse !

Mais est-ce vraiment un métier ? En quoi cela consiste-t-il ? Existe-t-il une formation ? Et d'ailleurs, commençons par le commencement : c'est quoi un-e influenceur-se ?

Le Parlement français s'est risqué à en écrire une définition : « Influenceur, individu exprimant un point de vue ou donnant des conseils, dans un domaine spécifique et selon un style ou un traitement qui lui sont propres, à une audience spécifiée. » Mais après tout, ça ne nous dit pas grand-chose...

Pour bien comprendre, mieux vaut parler concrètement. La réalité cache une vérité un tantinet plus complexe, mais ô combien passionnante ! Quand on y pense, l'influenceur-se existe sous différentes formes depuis des siècles, se transformant à travers les époques, de personnalité politique à véritable gourou en passant par célébrité hollywoodienne... Jusqu'à devenir aujourd'hui un individu ordinaire ! Eh oui, l'influence est le fruit d'une longue évolution. Et pourtant le mot n'est rentré dans le dictionnaire qu'en 2021 !

Alors dans ce chapitre, je vais mettre la main à la pâte, poser les bases, rendre à César ce qui est à César, compléter le puzzle... et arrêter d'utiliser des expressions ringardes. Alors, d'où vient l'influence ? Ça existait avant les réseaux sociaux ? Qu'est-ce qui a changé ? C'est la faute à l'iPhone ? Et ce serait quoi l'influenceur-se idéal-e d'aujourd'hui ?

Allez, ne sois pas impatient-e, je rentre tout de suite dans le vif du sujet...

## Influenceur-se story

Une image vaut mieux qu'un long discours, non ? Alors voici en cinq pictogrammes l'histoire de l'influence :

