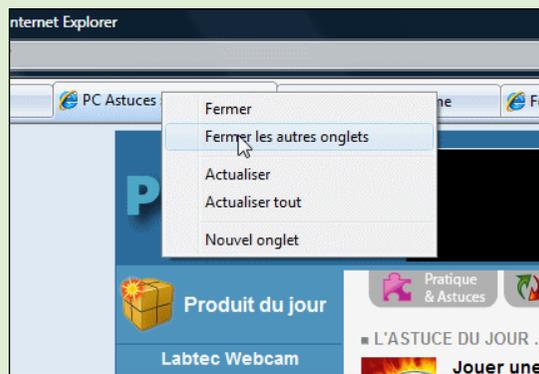


- Éteindre les appareils plutôt que de les laisser en veille

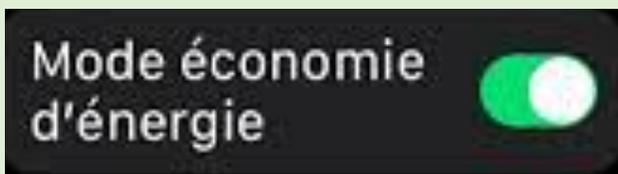


- Fermer les programmes et onglets inutiles

- Désactiver le GPS, le Bluetooth et le wifi quand cela n'est pas nécessaire

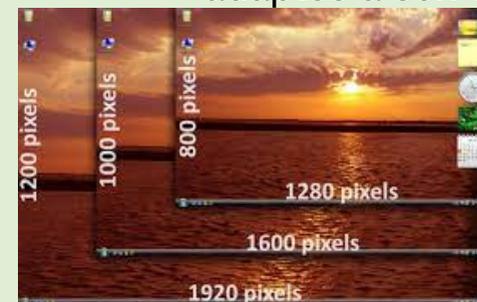


- Mettre le mode économie d'énergie dès que possible



Quelques gestes simples à suivre pour réduire le coût énergétique et environnemental du numérique :

- Pour les vidéos en ligne, choisir une résolution de vidéo adaptée à son écran



- Nettoyer sa boîte mail et se désinscrire des listes de diffusion inutiles



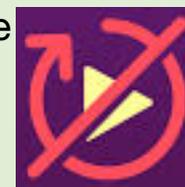
- Pour la musique, préférer les plateformes uniquement musicales sans image vidéo



- Stocker uniquement le nécessaire sur le Cloud



- Désactiver la lecture automatique



REDUCTION DU COÛT ENERGETIQUE ET ENVIRONNEMENTAL DU NUMERIQUE



conseils



n°1 : utiliser des sites internet ou logiciels "propres"

Dans les sites ou les entreprises propres, les énergies renouvelables sont utilisées dans le data center. Les utiliser permet donc de consommer de l'énergie moins polluante. De plus en plus d'entreprises et logiciels commencent à le devenir.



n°2 : privilégier les plateformes de streaming audio aux clips

Regarder une vidéo de cinq minutes sur internet correspond à une heure d'utilisation de cinq ampoules basse consommation. Écouter de la musique téléchargée ou sur les plateformes de streaming audio permet donc de réduire l'impact environnemental.

n°3 : recycler ses appareils

Il ne faut pas garder ses vieux appareils inutilisés dans un tiroir. Il vaut mieux l'emmener pour qu'il soit recyclé afin d'éviter l'utilisation de nouveaux matériaux dont la récupération n'est pas bonne pour l'environnement (comme les minerais dans les téléphones).



n°4 : optimiser la taille des PJ dans les mails

Pour réduire la taille du fichier, on peut le compresser ou définir une basse définition pour les photos. Envoyer 10 PJ dans un mail revient à l'utilisation de deux ampoules basse consommation allumées 1 heure.

n°5 : ne pas multiplier les appareils

Certains appareils cumulent plusieurs fonctions. Ils permettent d'éviter l'achat de plusieurs appareils et donc la consommation de plus d'énergie polluante et l'extraction de plus de matériaux.
ex : imprimante + scanner

n°6 : cibler ses recherches sur le net

En utilisant des mots clés clairs et précis, la sollicitation des serveurs du moteur de recherche est limitée. On peut aussi activer le paramètre "recherche avancée".

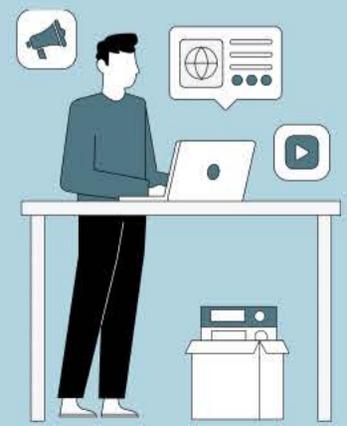
ENVOYER 10 PJ



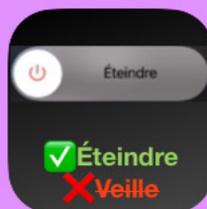
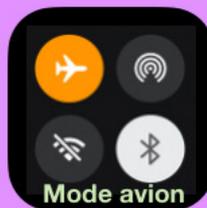
REGARDER UNE VIDEO DE 5 MIN



ECHANGER 100 MESSAGES



Limiter sa consommation numérique



Le coût énergétique du numérique



- Envoyer 10 candidatures par mail

Éteignez votre ordinateur en attendant d'en envoyer un autre



- Échanger 100 messages sur un chat

désactiver les notifications sonores ou vibrantes

- Poster 3 photos de vacances sur les réseaux sociaux

Réduisez la taille de vos photos avant de les télécharger

- Écouter en lignes une musique de 3m30

Plutôt que de regarder des clips vidéos, privilégiez les musiques téléchargés plutôt que sur des plateformes internet



- Regarder une vidéo de 5 minutes

Plutôt que de regarder des clips musicaux, tu peux privilégier le téléchargement ou l'utilisation de plateformes de streaming audio pour écouter de la musique



Autre gestes simples :

• Limiter le nombres d'onglets ouvert
• Désactivez le wifi de votre box dès que vous n'en avez pas l'utilité.
• Branchez vos équipement sur une multiprise à interrupteur
• Faites le tri fréquemment dans votre smartphone (photos, mail, appli)
• Favoriser les disques dur au cloud pour sauvegarder vos informations

Réduire mon coût énergétique et environnemental

dans le numérique

1/ Imprimez seulement ce qui est utile et quand c'est nécessaire

2/ Évitez d'imprimer des documents gourmands en encre



1/ Je fais régulièrement le ménage dans ma boîte mail

2/ Quand j'écris un mail, je réduis le nombre de destinataires et limite la taille des pièces jointes



1/ Limitez le nombre de programmes ou d'onglets

2/ Je choisis un navigateur moins gourmand en énergie ([Ecosia](#)...)



1/ Je règle mon téléphone en mode économie énergie

2/ Je limite le nombre d'applications ouvertes et inutilisées

7 écogestes malins pour un numérique responsable

MAILS

Limitez le nombre de destinataires de vos mails



FICHIERS

Redimensionnez vos images et compressez vos fichiers



WEB

Allez sur un site en tapant directement son adresse



RECYCLAGE

Recyclez vos équipements informatiques



WIFI

Privilégiez les connexions wifi ou filaires plutôt que la 4G



EQUIPEMENTS

Equipez vous léger et garder longtemps vos équipements



IMPRIMANTE

Optimisez, voir supprimez les impressions



Réduisez le coût énergétique et environnemental du numérique !

Gardez plus longtemps vos équipements.

Privilégiez la réparation ou remplacement en cas de panne.

Pensez au don, au troc ou à la vente d'occasion.

Choisissez des appareils porteurs de labels environnementaux.

Utilisez comme brouillon le papier imprimé sur une seule face.

Désactivez les fonctions GPS, Wifi, Bluetooth quand vous ne vous en servez pas.

Ne laissez pas les appareils allumés en permanence.

Recyclez vos anciens appareils numériques.

Imprimez seulement quand c'est nécessaire.

Ne multipliez pas les matériels.

