

GUIDE DES ÉCOGESTES DU NUMÉRIQUE RESPONSABLE

Trie
Donne une seconde vie à vos déchets

Economise l'eau
Une fuite = Je signale
Elle est précieuse

Utilise des transports plus propres
Economiser • Garder en forme

Ne prends pas une miette de ton assiette
Gaspiller, c'est non!

Eteins les lumières
Produit au maximum du soleil

Economise le papier
Impression, envoi et juste ce qui est nécessaire

Deviens un SUPER-ECORESPONSABLE de ton campus

#GRENCAMPUSURCA

Welfare
Laura Gerard

UNIVERSITÉ DE REIMS CHAMPAGNE-ARDENNE



Bilan de la consommation du numérique : où en est-on ?

Le numérique émet aujourd'hui **4 % des gaz à effet de serre du monde**, davantage que le transport aérien civil !

Prévisions 2025 + 8% ...?

[La vidéo pédagogique](#)

[« Cette vidéo réchauffe le climat : merci de la regarder »](#)

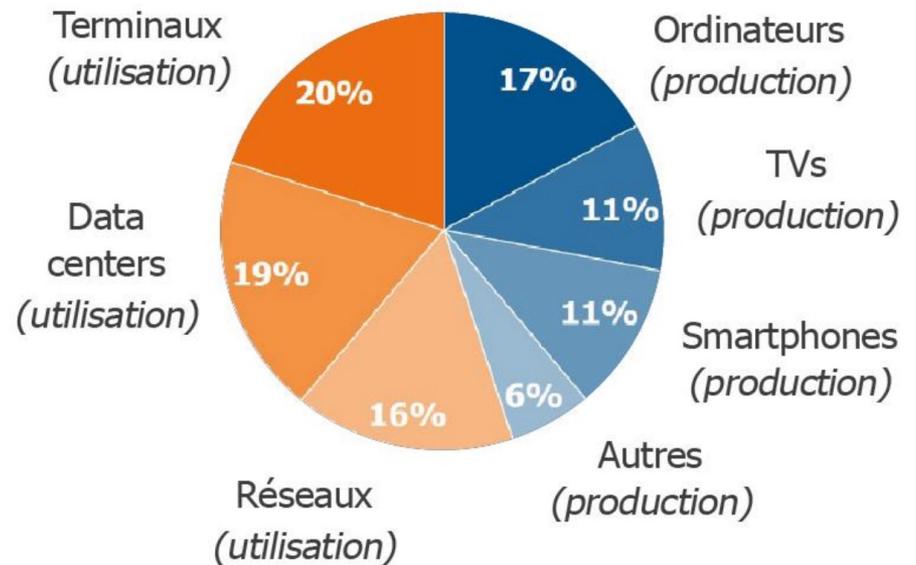


Figure 2 : Distribution de la consommation énergétique du Numérique par poste pour la production et l'utilisation en 2017
[Source: « Lean ICT – Pour une sobriété numérique » (The Shift Project, 2018)]



Quelques chiffres sur la pollution numérique

- Les émissions de gaz à effet de serre des services de vidéo à la demande

(de type Netflix ou Amazon Prime) équivalent à celles d'un pays comme le Chili (plus de 100 MtCO₂ eq/an,

0,3 % des émissions mondiales)

[Source : Shift Project :- Climat : l'insoutenable usage de la vidéo en ligne](#)

Emission
CO₂/An/Français

12 tonnes en
2020

2 tonnes d'ici
2050

Emission
mondiale de CO₂
du numérique

4% en 2020

8% en 2025

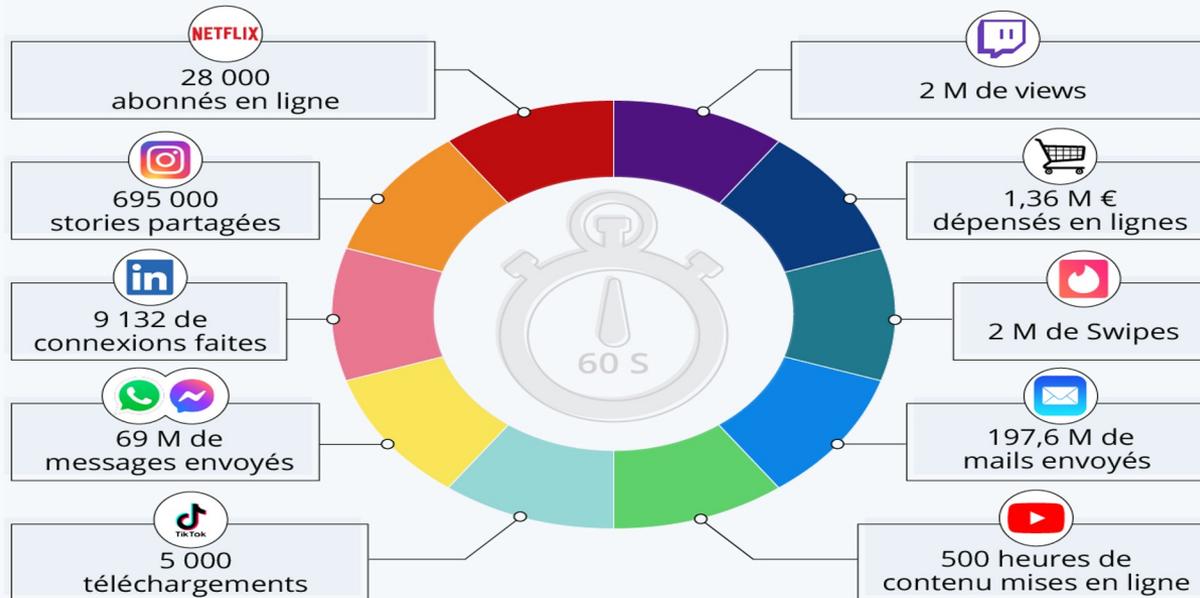
Source : ADEME, GreenIT



Internet en chiffre

Une minute sur Internet en 2021

Estimation de l'activité et des données générées sur Internet en l'espace d'une minute



Source : Lori Lewis via AllAccess



statista





Sommaire

VERS LA SOBRIETE NUMERIQUE...

1

Prendre soin
de son
équipement

2

Réduire notre
consommation
vidéo

3

Partager et
stocker
légèrement

4

Préserver le
réseau

5

Calculer votre
empreinte
numérique

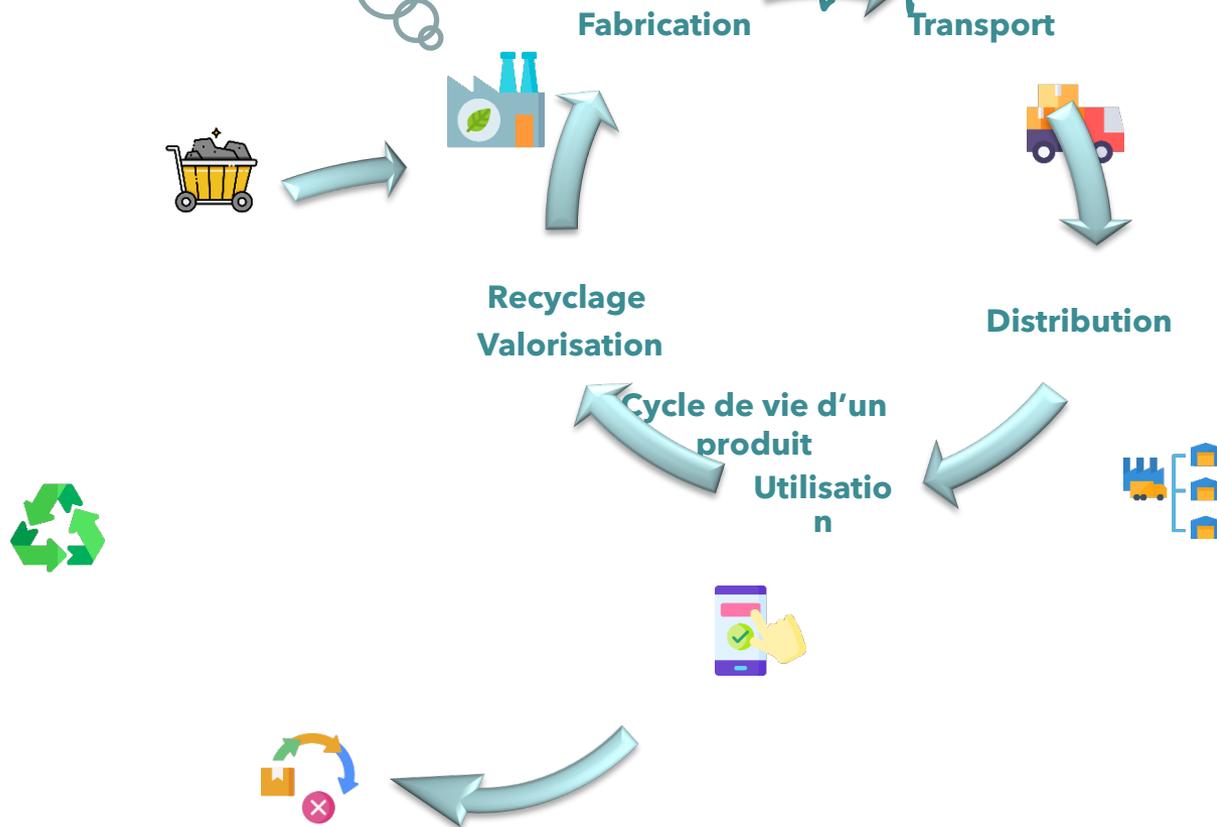
6

Surfer éco sur
le web



80% de l'impact environnemental provient de la fabrication

Prendre soin de son équipement



Réduire notre consommation vidéo

10 films HD c'est autant
des données que
l'ensemble des articles
Wikipédia en anglais

Le flux des données audios
consomme 1000x moins que la
bande passante

Le Streaming
consomme 10x +
en 4 et 5G qu'en
Wifi

1% des émissions
mondiales de CO₂

60% du flux mondial
des données

A la maison, utilisons
systématiquement le Wifi si
possible



stocker et partager légèrement



Trier nos répertoires
partagés



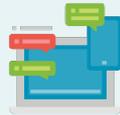
Nettoyer son lecteur U



Cibler les destinataires
des mails



Envoyer un lien plutôt
qu'une pièce jointe



Utiliser les messageries
instantanées



Se désinscrire des listes
d'envoi des mails
inintéressants



Fichiers volumineux via
sites de dépôt



Alléger votre signature
mail

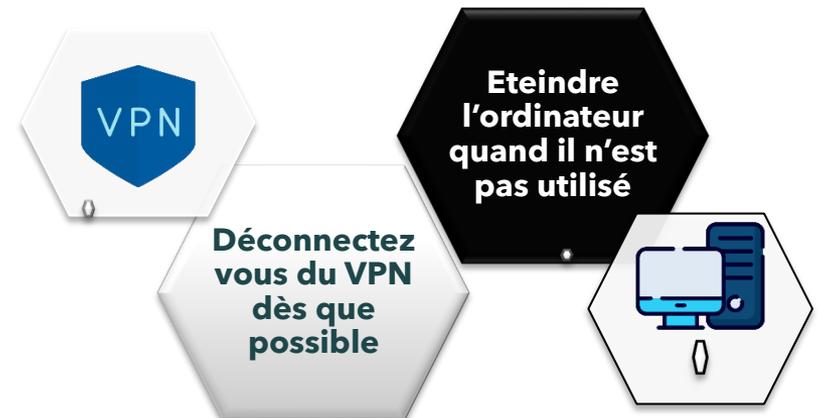
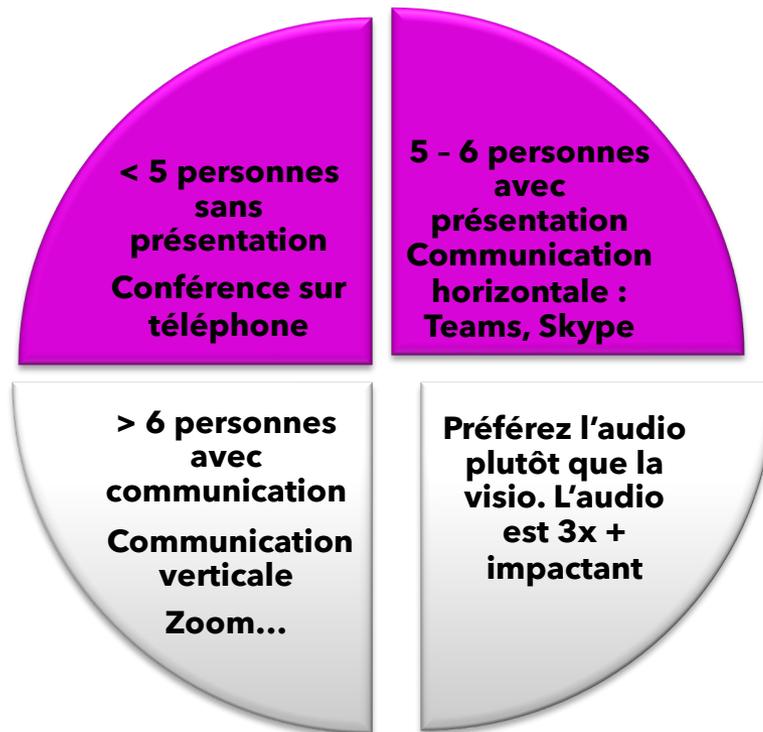


Trier régulièrement vos
mails & videz la
corbeille

Trier nos fichiers en local



Préserver le réseau



Agir pour un
numérique responsable

Calculez votre empreinte numérique

Le numérique
représente 5% des
émissions de gaz à
effet de serre en
France

Se **RENDRE COMPTE** de
l'impact de son activité
numérique sur l'environnement



<https://theshiftproject.org/>



CARBONALYSER

<https://www.atinternet.com/>



<https://institutnr.org/calculatrice/>



<https://app.hellocarbo.com/indice-carbone>



Université de Reims Champagne-Ardenne



Agir pour un
numérique responsable

Surfer éco sur le web

Les pages web restées ouvertes se réactualisent constamment
NAVIGATEURS ECO-RESPONSABLES pour diviser notre
consommation d'énergie/4



**Guide pour réduire en 5mn le poids d'une vidéo tout en
gardant une bonne qualité**





La Tech for Good

Sobriété numérique

Problème - La fabrication des terminaux est très énergivore et utilise des métaux rares ; l'utilisation des technologies consomme aussi de l'énergie ; et ces problèmes vont en s'aggravant !

4%

des émissions mondiales de gaz à effet de serre sont imputables au numérique

200kg

le poids des matières premières qu'il faut pour construire un smartphone de 200g

2 ans

c'est l'espérance de vie moyenne d'un smartphone en France

50

c'est le nombre de smartphones vendus dans le monde chaque seconde

Solutions

- Réduire son impact en tant qu'utilisateur ou utilisatrice
- Réduire l'impact de ses produits
- Tout cela sur le plan matériel ET logiciel

#TFGT



Agir pour un
numérique responsable

Les écogestes de la boîte mail...

Pour réduire les émissions de GES liées
au stockage...



Je prends le temps de choisir
les bons destinataires

Temps : moins d'une minute

Pour une entreprise de 100
personnes, les émissions annuelles
de CO2 liées à l'envoi d'emails
peuvent représenter l'équivalent de

14 allers-retours Paris/New-York

Je fais un tri régulier dans ma
boîte de réception et ma boîte
d'envoi et je ne conserve que les
emails nécessaires

Temps : Quelques minutes/jour



Agir pour un
numérique responsable

Les écogestes de la boîte mail...

Pour réduire les émissions de GES liées
au stockage...



Si elles ne sont pas
nécessaires, je supprime
les pièces jointes lorsque
je répons à un email

Temps : 5 secondes

L'envoi d'un email de 1 Mo
produit l'équivalent de 15
grammes de CO2

100 emails avec pièce jointe
émettront autant de CO2 que
10 km en voiture

(environ la distance entre
Antibes et Cannes)

Je choisis une signature
simple pour les mails
quotidiens

Temps : 1 minute de
création et 3 clics pour
l'apposer



Les écogestes de la boîte mail...

Pour réduire les émissions de GES liées
au stockage...



**J'utilise un anti-spam et je
me désabonne des
newsletters inutiles**

Temps : quelques secondes
pour une newsletter



**Supprimer
30 emails**

**équivalent à économiser 24h de
consommation d'une ampoule !**

- 1. Je vide ma boîte mail au
maximum, surtout les
messages les plus lourds**
- 2. je supprime les messages
de ma corbeille**

Temps : quelques minutes
par jour

Agir pour un
numérique responsable

Les écogestes de la boîte mail...

Pour réduire les émissions de GES liées
au stockage...



Je modifie les paramètres
de notifications emails si
je n'en ai pas l'utilité

Temps : 30 secondes pour
modifier les paramètres
notifications emails de
PLAZZA

Un mail simple avec une pièce
jointe envoyé représente
l'éclairage d'une ampoule basse
consommation pendant

1 heure

Je privilégie les sites de dépôt
temporaires (transfert de fichier)
ou bien j'optimise la taille de
mes pièces jointes (.PDF,
compression)

Temps : entre 30 secondes et 2
minutes



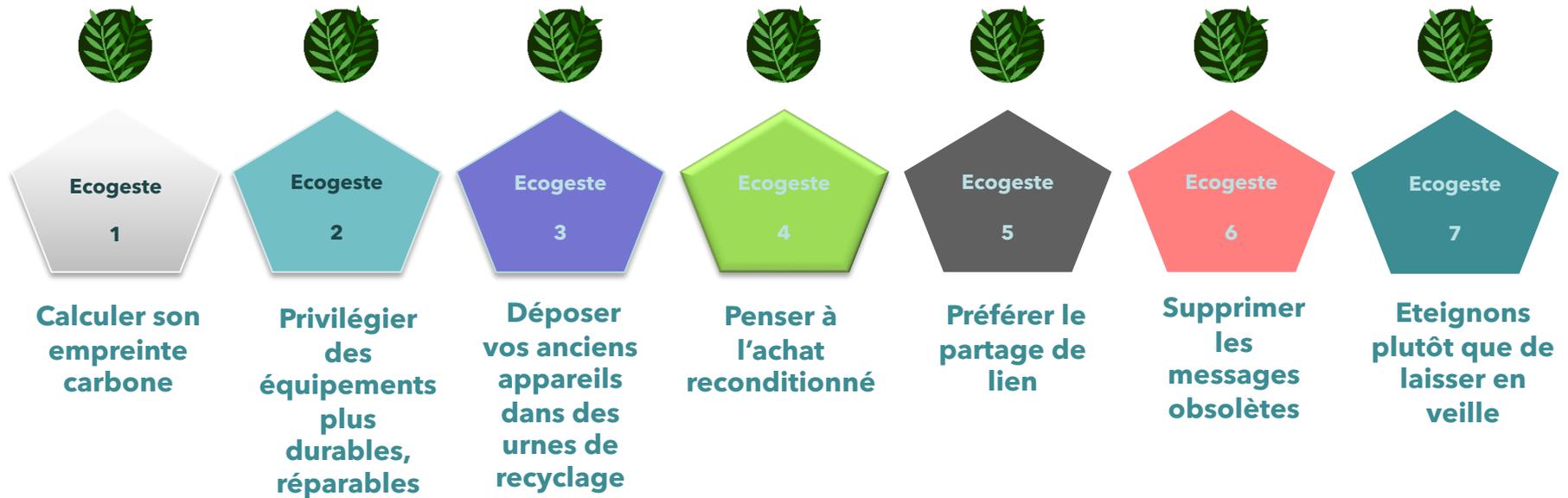
Prêt ? Commençons demain !

Demain

1 semaine

1 mois

2 mois ...





Webographie

- ❖ Agence de l'Environnement et de la Maitrise de l'Energie - ADEME
- ❖ Service des données et études statistiques du ministère de la transition écologique
<https://www.observatoire-des-territoires.gouv.fr/partenaires/service-des-donnees-et-etudes-statistiques-sdes#:~:text=Le%20service%20des%20donn%C3%A9es%20et,les%20institutions%20nationales%2C%20europ%C3%A9ennes%20et>
- ❖ <https://www.linfordurable.fr/partenaires/marine-gestion/pollution-numerique-invisible-mais-pas-indolore-32858>
- ❖ Tech for good tour pour une tech engagée et responsable <https://techforgoodtour.com/>
- ❖ La fresque du numérique
<https://www.fresquedunumerique.org/>
- ❖ <https://www.statistiques.developpement-durable.gouv.fr/>
- ❖ <https://www.economie.gouv.fr/mission-innovation/sensibilisation-aux-ecogestes>
- ❖ <https://theshiftproject.org/>
- ❖ <https://www.hellocarbo.com/blog/reduire/pollution-numerique/>



Colibris le mouvement :

<https://www.colibris-lemouvement.org/magazine/recherche?dossier=176>



**LE Chant
des Colibris**
L'APPEL DU MONDE DE DEMAIN

Pour aller plus loin : Se former à la fresque du numérique

La Fresque
du Numérique



<https://www.fresquedunumerique.org/>

<https://techforgoodtour.com/>

Et bien d'autres actions...

 mission.dd-rs@univ-reims.fr

Université de Reims Champagne-Ardenne

