



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*



# BONNES HABITUDES NUMÉRIQUES

---



**DIRECTION DE LA COMMUNICATION ,  
DE LA CULTURE ET DES EVENEMENTS**

# - SOMMAIRE -

<b>PARTIE 1   LE NUMÉRIQUE N’EST PAS SANS IMPACT SUR L’ENVIRONNEMENT</b> .....	<b>3</b>
1.1 Les impacts .....	4
<b>PARTIE 2   LES BONS GESTES POUR ALLÉGER LA CONSOMMATION D’ÉNERGIE ET LES RÉSEAUX D’ÉCHANGES</b> .....	<b>5</b>
2.1 Navigateur et moteur de recherche .....	6
2.2 Messagerie .....	6
2.3 Limiter le poids des réunions en ligne .....	7
2.4 Faire le ménage dans les espaces de partages de document .....	7
2.5 Utiliser le Wifi plutôt que la 4G ( ou 5G ) sur les téléphones portables .....	7
2.6 Modérer les transferts automatiques de données des téléphones portables .....	8



# **PARTIE 1 | LE NUMÉRIQUE N'EST PAS SANS IMPACT SUR L'ENVIRONNEMENT**

## **1.1 Les impacts**

# PARTIE 1 | LE NUMÉRIQUE N'EST PAS SANS IMPACT SUR L'ENVIRONNEMENT

## 1.1 LES IMPACTS

Le télétravail évite déplacements et émissions de gaz à effet de serre... mais prenons conscience des usages numériques qui en découlent, visio, streaming, transferts de données, stockage, mail, qui ne sont pas sans impact !

**En télétravail comme en présentiel, les conseils ci-dessous permettront de limiter notre impact numérique et énergétique sur la planète.**

Echanges professionnels, recherches internet, visioconférences, appels téléphoniques... nous utilisons toute la journée du matériel et des infrastructures numériques qui consomment de l'énergie.

Des experts affirment qu'aujourd'hui le numérique est responsable de 4 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre. Et, au rythme actuel, ce chiffre pourrait doubler d'ici 2025. Le nombre d'objets connectés ne cesse de croître dans le monde. Difficile de nos jours de se passer d'un ordinateur, d'un smartphone et d'autres objets comme des montres connectées par exemple. En Europe, nous posséderons bientôt 2 fois plus d'objets connectés qu'en 2016 ! S'ajoutent à cela les réseaux, routeurs, data centers et autres clouds pour transporter et stocker nos données (pas toujours forcément indispensables et essentielles ?).

Au-delà, la fabrication de tout ce matériel réclame des ressources de plus en plus rares disponibles dans quelques pays où l'extraction pose de graves problèmes environnementaux et sociaux.

**Bonne nouvelle ! Nous pouvons limiter ces impacts, en gardant plus longtemps nos équipements et en adaptant nos pratiques.**



# **PARTIE 2 | LES BONS GESTES POUR ALLÉGER LA CONSOMMATION D'ÉNERGIE ET LES RÉSEAUX D'ÉCHANGES**

**2.1 Navigateur et moteur de recherche**

**2.2 Messagerie**

**2.3 Limiter le poids des réunions en ligne**

**2.4 Faire le ménage dans les espaces de partages de documents**

**2.5 Utiliser le Wifi plutôt que la 4G ( ou 5G) sur les téléphones portables**

**2.6 Modérer les transferts automatiques de données des téléphones portables**

# PARTIE 2 | LES BONS GESTES POUR ALLÉGER LA CONSOMMATION D'ÉNERGIE ET LES RÉSEAUX D'ÉCHANGES

## 2.1 Navigateur et moteur de recherche

### limiter les requêtes sur les moteurs de recherche

Une requête web aura plus ou moins d'impacts selon le temps de recherche et le nombre de pages consultées. On divise par 4 les émissions de gaz à effet de serre en allant directement à l'adresse du site ! Pour cela, on peut consulter l'historique, créer des favoris, taper l'URL exacte ou utiliser des mots-clés précis dans les moteurs de recherche.

### Penser à fermer les pages internet une fois votre recherche aboutie

Les navigateurs internet réactualisent en permanence les pages restées ouvertes. Pour cela, ils font appel à des serveurs web très voraces en énergie.

Il est donc préconisé de fermer les onglets non utilisés et de supprimer régulièrement les cookies pour alléger les serveurs informatiques.

## 2.2 Messagerie

### Alléger les échanges

- **Choisir une résolution adaptée** : la plupart des fichiers PDF optimisés pour un affichage web sont d'une très faible résolution. Les fichiers pour impression peuvent être créés avec une résolution plus élevée.
- **Éviter d'imprimer un document électronique puis de le rescanner ...**
- **Compresser la taille des pièces jointes** ou les envoyer grâce à des sites de dépôt temporaire (par exemple avec filesender proposé par RENATER : <https://filesender.renater.fr>).
- **Bien cibler ses destinataires** : multiplier par 10 le nombre de destinataires d'un mail, c'est multiplier par 4 son impact environnemental.
- **Créer une signature sans image ni logo** pour les échanges internes et les contacts bien établis.

## 2.3 Limiter le poids des réunions en ligne

- Privilégier les **échanges en audio** plutôt qu'en vidéo. Le flux de données en audio consomme moins de bande passante que la vidéo !
- Déposer les documents à télécharger pour la réunion sur un **serveur local** ou une **boîte de partage** (pour les personnels UT3 : amboise, scout aujourd'hui, synergies demain ou autres espaces de partage de documents proposés par votre structure de rattachement ; pour les étudiants : synergies ou autres espaces de partage de documents proposés par votre structure de formation). **Ne les envoyez pas par mail !**

## 2.4 Faire le ménage dans les espaces de partages de document

Le Cloud donne l'impression d'être un espace de stockage infini et éternel, mais de grandes quantités de données s'accumulent et entraînent une surconsommation d'énergie due aux infrastructures et aux serveurs supplémentaires utilisés pour le stockage.

N'oubliez pas de faire régulièrement le ménage de vos documents déposés sur des espaces de partage (Scout, amboise, synergies ou autres espaces de partage de documents) comme dans vos mails.

## 2.5 Utiliser le Wifi plutôt que la 4G ( ou 5G ) sur les téléphones portables

Sur votre téléphone portable, **utilisez de préférence le Wifi** quand vous travaillez à la maison. Vous pouvez aussi **utiliser le réseau filaire** pour connecter votre ordinateur à votre box. Eteignez votre box si vous comptez ne pas vous en servir pendant un certain temps (a minima quand vous partez en week-end ou en vacances).

## 2.6 Modérer les transferts automatiques de données des téléphones portables

Désactivez les transferts automatiques vers les clouds.

Privilégiez les téléchargements et les mises à jour automatiques des applications mobiles lorsque vous êtes en WiFi.

Et n'oubliez pas d'éteindre complètement votre ordinateur quand vous ne vous en servez plus.

**Ne le laissez pas en veille (même prolongée) ou branché, et ne laissez pas vos chargeurs, multiprises ou alimentations branchés inutilement, car ils continuent de consommer de l'électricité !**

---

<sup>[1]</sup> Sources : publications de l'ADEME, Institut du Numérique responsable (<https://institutnr.org/>), Fresque du Numérique (<https://www.fresquedunumerique.org/>),...