

A photograph of three young people sitting outdoors at a table, looking at a laptop. A man on the left is smiling and looking towards the laptop. A woman in the middle is smiling and looking at the laptop. A woman on the right is smiling and looking at the laptop. The laptop has a marble pattern on its lid. The background is a bright, sunny outdoor setting with green trees.

Réduire l'empreinte du numérique,
un geste à la fois

L'empreinte du numérique

L'utilisation du numérique est profondément ancrée dans nos activités, qu'elles relèvent de notre vie personnelle, professionnelle ou étudiante. De la collaboration en ligne à l'écoute de contenus en continu, en passant par la virtualisation de services et le partage de données : ses applications sont innombrables et les gains obtenus, indéniables.

L'omniprésence du numérique et des technologies de l'information dans notre quotidien n'est toutefois pas sans répercussions. Du point de vue environnemental, le numérique – incluant le cycle de vie des appareils qui soutiennent son utilisation – était responsable de 2,5 % des émissions mondiales de gaz à effet de serre en 2013. En 2020, cette part s'élevait à 4 %. Une tendance à la hausse qui risque de se maintenir, notamment sous l'effet de la multiplication des objets connectés.

À l'heure de la transition climatique, l'adoption de pratiques numériques écoresponsables prend tout son sens.

Numérique écoresponsable

Démarche d'amélioration continue qui vise la réduction des effets négatifs des activités du secteur numérique sur l'environnement, de la conception des équipements à leur disposition en fin de vie utile, en passant évidemment par leur utilisation.

Envie de faire une différence à votre échelle?

Ce guide présente quelques habitudes à prendre et des actions à poser pour réduire les répercussions de votre utilisation du numérique sur l'environnement. Il a été élaboré dans le contexte des Journées du numérique écoresponsable 2023.

Limiter les achats d'équipements

Dans le cycle de vie des équipements (ordinateurs, tablettes, téléphones, etc.), la phase de fabrication est celle qui a les plus grandes répercussions sur l'environnement.

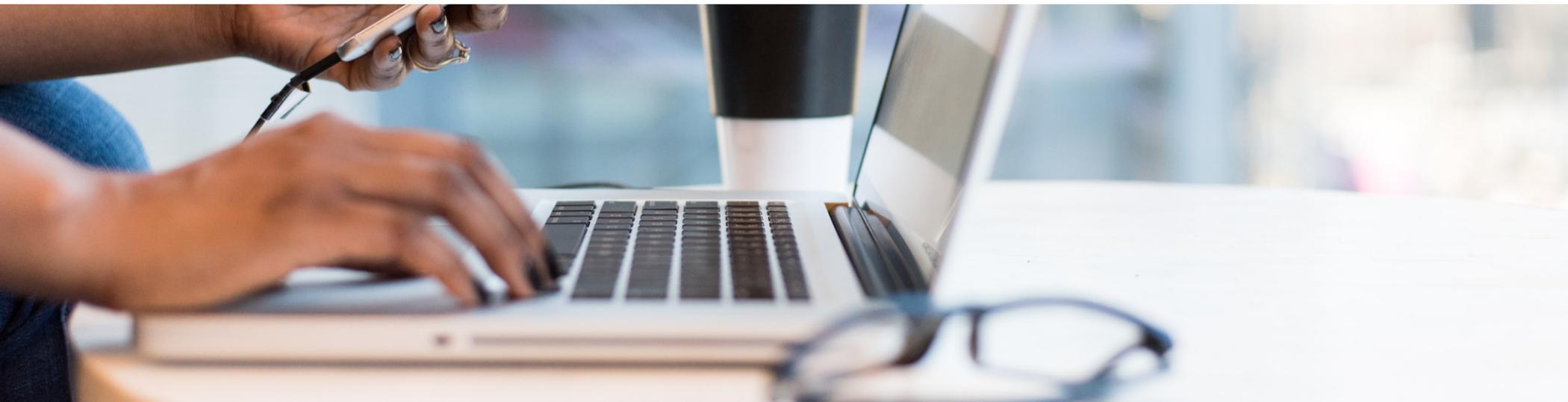
- Allonger la durée de vie de ses appareils.
 - Ajouter de l'espace mémoire ou changer la batterie d'un appareil, par exemple, plutôt que de le remplacer.
 - S'accommoder du fait qu'un appareil fonctionne moins rapidement avec le temps.
- Le remplacement d'un appareil s'avère nécessaire?
 - Se procurer un appareil d'occasion.
 - Acheter en fonction de ses besoins. L'ordinateur ultra-performant n'est pas requis si l'utilisation se résume à naviguer sur le Web.
 - Opter pour un appareil durable dont les pièces peuvent être remplacées.



Naviguer plus sobrement sur Internet

Sur Internet, l'activité qui a le plus d'impact sur la consommation énergétique et les émissions de GES est l'écoute de vidéo en continu (*streaming*).

- Ajuster ses paramètres pour regarder les vidéos à basse résolution (YouTube, Zoom, Teams, etc.).
- Limiter l'écoute de vidéos en continu, et le temps d'écran en général.
- Éviter d'écouter de la musique par l'entremise de vidéos.
- Privilégier le téléchargement d'une vidéo ou d'une pièce musicale plutôt que de la lire en continu.
- Mettre les sites et les sous-pages que l'on consulte régulièrement en favoris plutôt que de passer par un moteur de recherche à chaque fois. On limite ainsi les requêtes énergivores... et les clics!



Réduire son espace de stockage

- Supprimer régulièrement les messages et pièces jointes inutiles ou périmés de notre boîte courriel.
- Se retirer des listes de distributions des infolettres auxquelles on ne souhaite plus avoir accès.
- Supprimer régulièrement les fichiers inutiles ou désuets des serveurs de l'Université Laval et personnels (OneDrive, iCloud, Google Drive, Dropbox, etc.).

Utiliser le courriel de façon "économique"

- Éviter de systématiquement répondre à tous.
- Limiter les pièces jointes et s'assurer qu'elles soient le moins volumineuses possible. Mieux : opter pour un lien vers le nuage, en privilégiant les serveurs situés au Québec (OneDrive).
- Limiter l'utilisation de signatures volumineuses et éviter l'utilisation d'images dans la signature. (Consulter les [normes institutionnelles relatives aux signatures courriel.](#))



Diminuer la consommation d'énergie des appareils



Bien que l'hydro-électricité soit renouvelable et émette moins de gaz à effets de serre que la plupart des autres sources d'énergie, une utilisation parcimonieuse demeure de mise.

- Utiliser une luminosité d'écran et un contraste modéré. On ménage ses yeux du même coup!
- Utiliser les environnements avec des fonds noirs proposés par les logiciels et applications.
- Fermer les applications lorsqu'elles ne sont plus utilisées.
- Éteindre les ordinateurs et les écrans inutilisés plutôt que de les garder en veille.