



# Évaluer et réduire l'impact environnemental du numérique



cesie  
the world is only one creature



JOHANNES  
MIHKELSONI  
KESKUS

Allez sur [menti.com](https://www.menti.com) | et utilisez le code 8354 4176

# Évaluer et réduire l'impact environnemental du numérique

"Les enjeux de demain"

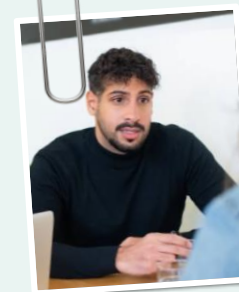




## USAGE PROFESSIONNEL

Yoann

CHARGÉ DE MISSION



## USAGE INFORMEL

Suzanne

JEUNE





*Suzanne*

ÉTUDIANTE

> S'informer

> Réduire son impact

1

Se renseigner sur l'impact  
environnemental des pratiques  
numériques

2

Réduire son empreinte carbone  
numérique



Évaluation des habitudes des professionnels



Mettre en avant les bonnes pratiques



Recommandations





*Suzanne*

ÉTUDIANTE

> S'informer ✓

> Réduire son impact



S'informer sur chaque thématique



Découvrir des outils et pratiques simples à mettre en œuvre



Checklists pour vérifier son impact



S'INFORMER

RÉDUIRE SON IMPACT

# 8 thématiques



Gestion des emails



Stockage dans le cloud



Impact des plateformes de streaming



Utilisation des réseaux sociaux



Production d'appareils numériques



Impact de la cybersécurité



Utilisation d'applications, plateformes & navigateurs



Impression & numérisation

Les emails font désormais partie intégrante des pratiques quotidiennes des professionnels en Europe. L'évaluation de leur empreinte carbone est donc cruciale pour réduire l'impact de la pratique numérique de l'EPF sur l'environnement.

On estime qu'à chaque fois qu'un courriel avec du texte uniquement est envoyé, il émet 4g de CO<sub>2</sub>e et jusqu'à 50 g s'il contient plusieurs pièces jointes. Étant donné que l'utilisation annuelle moyenne du courrier électronique par une personne produit entre 3 et 40 kg de CO<sub>2</sub>e, cela équivaut à conduire une petite voiture à essence pendant 16 à 206 kilomètres.

Néanmoins, comme le soulignent Rodrigues Viana, Boucher & Cheriet (2023), le bénéfice carbone de prendre le temps de supprimer 1000 emails serait de cinq grammes de CO<sub>2</sub>e. Par ailleurs, utiliser un ordinateur portable pendant 30 minutes pour les supprimer émettrait 28 grammes de CO<sub>2</sub>e. Cela signifie que la suppression manuelle de vos emails peut en fait s'avérer contre-productive car l'utilisation de l'ordinateur consommerait plus d'énergie.

Il reste difficile de quantifier précisément l'empreinte carbone des emails, étant donné que les appareils numériques se démocratisent constamment et que l'efficacité énergétique de la transmission et du stockage des données s'améliore sans cesse.

Les membres du projet eGreen suggèrent donc aux professionnels de mettre en œuvre des processus simples et des pratiques qui permettraient de réduire considérablement le nombre de courriers électroniques envoyés et reçus automatiquement, plutôt que de consacrer trop de temps à leur suppression.

## TUTORIELS

- ▶ Comment nettoyer sa boîte de réception et la garder propre
- ▶ Comment se désabonner des emails indésirables
- ▶ Comment mettre en place des règles pour filtrer ses emails (gmail)
- ▶ Comment mettre en place des règles pour filtrer ses emails (outlook)



## POINTS CLÉS

- 1 Un seul mail a une empreinte carbone d'environ **4 grammes de CO<sub>2</sub>e**, ce qui équivaut à conduire une voiture sur une dizaine de mètres. L'empreinte carbone d'un courriel peut atteindre **50 g de CO<sub>2</sub>** pour un courriel comportant une pièce jointe.
- 2 L'empreinte carbone des emails est importante et continue de croître chaque année. En 2010, on estimait que les emails étaient responsables de **986 millions de tonnes d'émissions de CO<sub>2</sub> par an**, ce qui équivaut aux émissions de 4 millions de voitures faisant 1,6 fois le tour du monde.
- 3 En 2022, on estimait qu'environ **333,2 milliards de emails** étaient envoyés et reçus chaque jour, et ce chiffre devrait passer à plus de **376,4 milliards d'ici 2025**.
- 4 La localisation du destinataire joue également un rôle dans l'empreinte carbone d'un courriel, car les emails envoyés sur de longues distances nécessitent plus d'énergie pour être transmis et livrés. Par exemple, l'empreinte carbone de l'envoi d'un courriel de l'Europe vers l'Asie est environ **10 fois plus élevée** que celle de l'envoi d'un courriel à l'intérieur de l'Europe.



## Checklist

### POUR LES PROFESSIONNELS

- Vider la boîte de réception dès qu'un email est traité.
- Établir des règles pour filtrer les emails.
- Envoyer des emails avec des liens vers des fichiers au lieu d'envoyer des pièces jointes volumineuses.
- Ne pas répondre ou envoyer d'emails inutiles.
- Ne pas ajouter de personne en copie si ce n'est pas nécessaire.
- Ne pas partager d'adresse électronique si cela n'est pas nécessaire.

### POUR LES ORGANISATIONS

- Fournir des outils numériques pour aider les professionnels à nettoyer automatiquement leur boîte de réception.
- Fournir des outils pédagogiques ou des formations pour aider les professionnels à adopter des habitudes saines (comment se désabonner des lettres d'information, comment mettre en place des filtres, etc.).
- Encourager l'utilisation systématique d'un serveur interne plutôt que d'utiliser des mails et pièces jointes pour transférer des fichiers.
- Supprimer les emails publicitaires une fois reçus et encourager les étudiants à faire de même.
- Se désabonner des emails promotionnels.
- Encourager les salariés à vider régulièrement leurs boîtes de réception.

Les emails font partie de nos routines quotidiennes et ont laissé leur empreinte sur la pratique de la communication.

On estime qu'un français possède en moyenne 100 emails. On en crée annuellement plus de 100 milliards. Le produit est estimé à 100 milliards de produits entre un français et une petite voiture.

Néanmoins, ce chiffre est en baisse. Selon une étude de l'Ifop & Cheriet (2021), les français ont supprimé 100 emails en 2021. D'ailleurs, utiliser un email pour les supprimer signifie que la personne n'a pas fait s'avérer son intérêt. On ne consommerait plus.

Il reste difficile de gérer ses emails, étant donné que les outils démocratisent la transmission de l'information. Cette pratique cesse.

Les membres professionnels de la communauté ont des pratiques qui ne permettent pas le nombre de emails à gérer automatiquement. Leur suppression est donc recommandée.



NEUF



RECONDITIONNEE

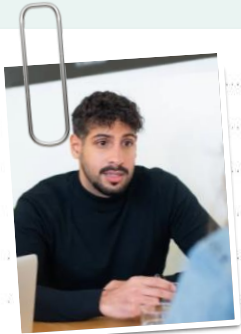


# 17 conseils

## TUTORIELS

- ▶ Comment créer un email personnel
- ▶ Comment créer un email professionnel
- ▶ Comment gérer ses emails (gmail)
- ▶ Comment mettre en place des règles pour filtrer ses emails (outlook)

l'envoi d'un courriel à l'intérieur de l'Europe.



*Yoann*

CHARGÉ DE MISSION

> Être formateur

> Réduire son impact

1

**S'intéresse** à l'impact numérique et aux pratiques quotidiennes

2

Souhaite former les autres

3

Poursuivre ses efforts pour réduire son empreinte carbone numérique

FORMER

S'ÉVALUER



Analyse du cycle de vie d'un appareil numérique



Découvrir les initiatives existantes



Plan d'action





Manuel pédagogique du formateur



Contenu de la formation, étape par étape



Les ressources disponibles

GUIDE

POWERPOINT

CARNET

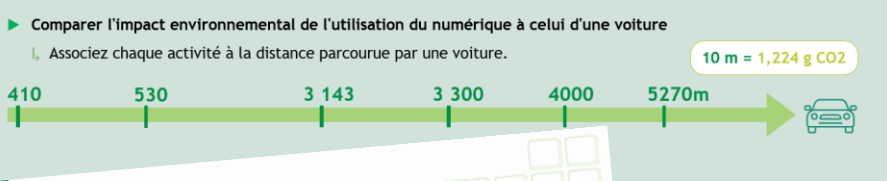
VIDEOS



**EMAIL**

- Supprimer les courriels envoyés et les spams
- Se désabonner des lettres d'information

### IMPACT DE L'UTILISATION DES APPAREILS NUMÉRIQUES (A.6)



► Appareils numériques les plus possédés par les utilisateurs d'internet :

Smartphone	97.6%
Ordinateur portable	57.7%
Tablette	30.9%
Smartwatch	30.1%
Console de jeux	19.1%
TV	15.7%

Envoi et réception de 100 courriels (sans pièces jointes)

Support concret pendant la formation

Exercices pratiques à faire

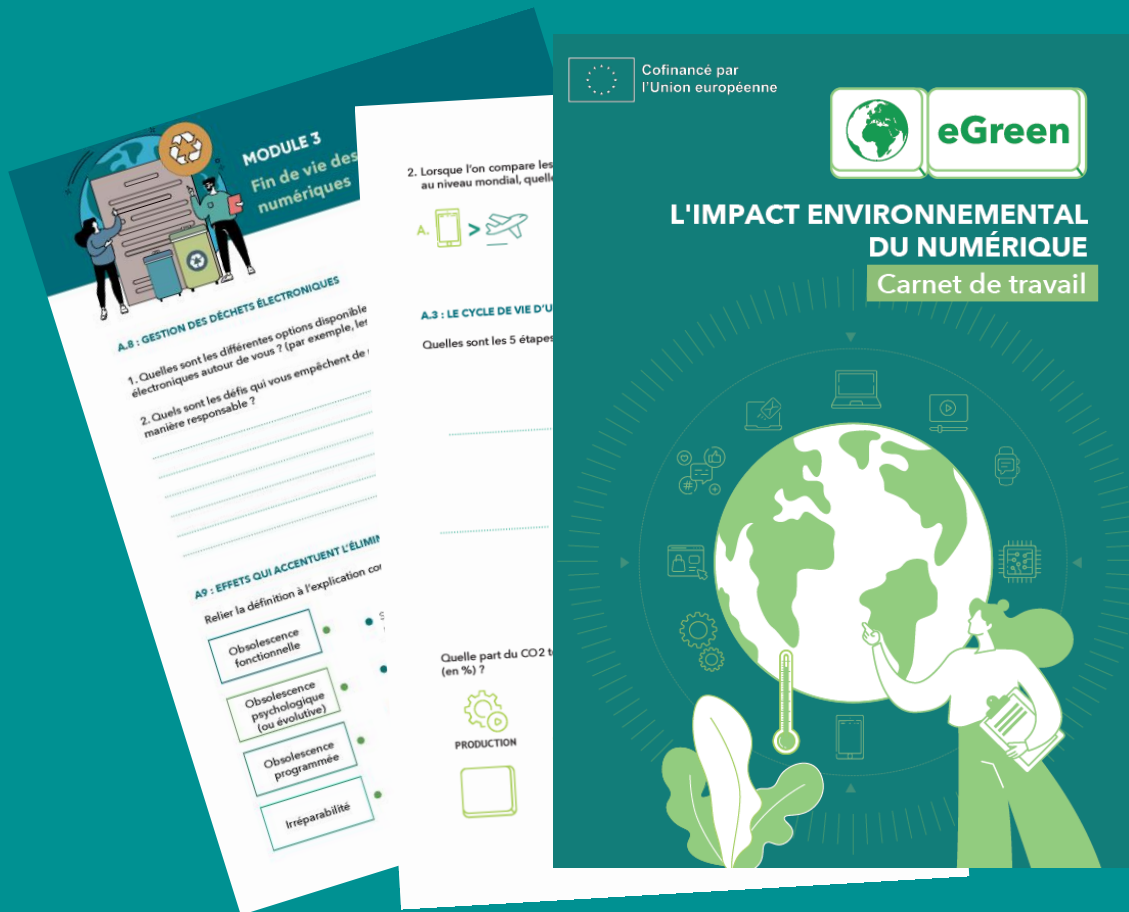
Facilite le suivi de la formation

GUIDE

POWERPOINT

CARNET

VIDEOS



Carnet du travail pour le participant



Exercices pratiques à faire



Memo pour le participant

GUIDE

POWERPOINT

CARNET

VIDEOS





2 vidéos thématiques



Matériel visuel pour la formation



Facilite la compréhension des concepts

GUIDE

POWERPOINT

CARNET

VIDEOS

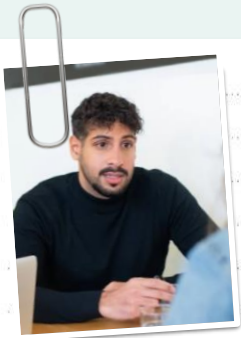


[GUIDE](#)

[POWERPOINT](#)

[CARNET](#)

[VIDEOS](#)



*Yoann*

CHARGÉ DE MISSION

> Être formateur

> Réduire son impact



*Suzanne*

ÉTUDIANTE

> S'informer

> Réduire son impact



Tester ses connaissances



Mesurer son impact



Plan d'action pour réduire son impact



FORMER

S'ÉVALUER

# 6 profils



**Citoyen  
Numérique**



**Sage  
Connecté**



**Navigateur  
Conscient**



**Écologiste  
Inconscient**



**Observateur  
Éclairé**



**Apprenti  
Connecté**

egreen.adice.asso.fr

Consultables, disponibles en ligne & téléchargeables en accès libre



**VOTRE NUMÉRIQUE EST-IL ÉCOLO ?**

FAITES LE QUIZ!

Testez vos habitudes, et vos connaissances sur l'impact environnemental du numérique et découvrez votre profil eGreen !

22