

Numérique : dis, qu'est-ce qui est mieux ?

Mis à jour le 8 avril 2021

[Enregistrer dans mes ressources](#)

Souvent on se demande quelles pratiques privilégier pour être **plus sobre numériquement** à la maison, au travail, en déplacement... Faut-il privilégier le wifi ou la 4G ? Imprimer ou télécharger un PDF ? Le Cerdd a rassemblé pour vous quelques **bons usages** ! Attention on est ici sur **l'empreinte environnementale** "uniquement" : émissions de CO₂, consommation en eau, énergie, matière... Et sur des pratiques plutôt individuelles !

À vous de jouer, essayez de répondre à la question avant de regarder la réponse !

1. S'il ne devait y avoir qu'une seule "bonne pratique", quelle serait-elle ?

Le premier principe et le plus important de tous (celui qui aura le plus d'impacts positifs sur votre consommation) : **NE PAS renouveler ses équipements**, ou le moins possible en privilégiant, alors les appareils d'occasion/reconditionnés/réparables. En fait, tant que vous ne changez pas d'équipement, que vous consommiez beaucoup ou pas du tout de données ne change pas grand-chose en terme d'impacts, et 3/4 de votre empreinte numérique restera stable.

Chiffre : la fabrication des terminaux représente entre 2/3 et 3/4 des impacts/émissions/pollutions !

Le déploiement à grande échelle de la 5G (ou encore de la Télé 4K, de la VoD...) s'annonce néfaste à ce titre, car c'est une **grande partie du parc** de smartphones, téléviseurs, etc + infrastructures réseaux associées, qu'il va **falloir renouveler** pour les rendre compatibles. De plus, il est très probable que ces technologies engendreront par effet rebond, une consommation de données, et donc d'énergie, plus importante (même si par unité elles sont dites plus "efficaces").

Si vous comptez changer de smartphone, relisez ce paragraphe, car tout ce qu'il y a en dessous deviendra marginal !

© Cerdd (dessins réalisés par Héléna Salazar)

2. Streaming ou DVD de mon film préféré ?

Au-delà de deux visionnages en HD, mieux vaut privilégier un **support physique inerte**... et le prêter !

Chiffre : 1H en streaming HD est du même ordre de grandeur que la fabrication d'un DVD. A partir de 2 visionnages en HD, on bascule !

Et s'il n'est pas possible d'avoir un support physique : privilégiez une **basse résolution de l'image**, voir uniquement le flux audio (par exemple pour les visios où la caméra n'est pas indispensable tout le temps, tout comme sur youtube quand on souhaite écouter de la musique...)

3. Fichier dématérialisé ou imprimé ?

C'est la **durée de vie de l'information** qui est déterminante : plus une information à une durée de vie courte, moins elle est critique, et plus il est judicieux de la **stocker nativement au format numérique** et donc ne pas l'imprimer (puis de la détruire). Inversement, plus une **information a une durée de vie longue** et est manipulée par de nombreuses personnes et plus il est judicieux de **l'imprimer**.

© Cerdd (dessins réalisés par

Hélène Salazar)

4. Stockage cloud (en ligne) ou stockage local ?

C'est le **niveau de mobilisation de la donnée** (et donc de son transport) qui doit guider la réflexion. Pour les documents, fichiers, photos, vidéos, que l'on **consulte/modifie régulièrement**, mieux vaut privilégier le **stockage local** et ainsi limiter les nombreux A/R entre le serveur en ligne et nos terminaux.

Chiffre : transporter 1 octet sur internet consomme 2 fois plus d'énergie que de la stocker pendant 1 an.

Ces réflexions fonctionnent également pour se partager des dossiers, il vaut mieux privilégier pour les clés USB quand cela est possible plutôt que les envois via Wetransfer.

5. Série sur Netflix ou Émission TV sur ma box ADSL ?

En fait c'est la même chose, les impacts sont équivalents : regarder la **TV via sa box, c'est de la vidéo en ligne** comme Netflix ! Le problème c'est donc la télévision via ADSL en HD en général. On parle souvent de Netflix car à l'échelle mondiale il détient une part de marché importante, mais en réalité en France la consommation de vidéos en ligne est surtout lié à la **TV via ADSL** (devant Netflix).

Alternatives : Télé via TNT, DVD (cf. conditions ci-dessus).

6. ADSL, 4G, ou WIFI pour surfer sur internet ?

Pas de piège ce coup-ci : privilégier l'ADSL si possible via un **réseau local filaire**, puis le wifi, et enfin en **dernier choix la 4G**.

Chiffre : les impacts de la 4G sont de l'ordre de 5 à 20 fois supérieurs à ceux d'une connexion de type ADSL + Wifi

© Cerdd (dessins réalisés par

Héléna Salazar)

7. Supprimer les mails ou éteindre sa box ?

Ça ne pourra pas faire de mal de supprimer vos mails (vider sa corbeille...), donc allez-y. Mais en réalité c'est assez négligeable (surtout s'ils sont justes stockés, puisque vous ne "transportez" pas de données).

Vous aurez **plus d'effets positifs en éteignant systématiquement votre box ADSL** (et votre boîtier TV) lorsqu'elle n'est pas utilisée, c'est à dire la plupart du temps : la nuit, quand vous êtes absent de chez vous ou du bureau. La connexion internet, c'est comme le robinet d'eau : on la coupe quand on ne s'en sert pas, sinon ça fuit en continue. Plic Ploc Plic Ploc.

Chiffre : Supprimer 1 Go d'e-mails : 0,04 kg CO2e / an VS éteindre sa box ADSL 15 heures par jour : 7 à 19 kg CO2e / an (selon la box)

8. moi et mon smartphone on fait pas le poids face aux DataS Centers, non ?

Encore une fois c'est la fabrication qui a le plus d'impact. Et donc **si on renouvèle moins nos terminaux, on aura moins besoin de serveurs** (ou en tout cas on en fabriquera moins). Reste que la consommation d'énergie de ces data centers est importante, on est d'accord, elle est toutefois à peu près équivalente à celle de l'ensemble des usagers.

Chiffre : on compte 200 équipements fabriqués (smartphones, ordinateurs, écrans, objets connectés, box, etc) pour 1 serveur fabriqué. L'impact global de la fabrication des terminaux est donc bien supérieur à celle des serveurs.

© Cerdd (dessins réalisés par

Hélène Salazar)

*Source : L'ensemble des chiffres et données rassemblés sont issus des travaux et ressources du [GreenIT](#) et du [Shiftproject](#), n'hésitez pas à consultez leurs sites respectifs **pour aller plus loin !***

POUR ALLER PLUS LOIN :

- >> [Synthèse multimédia](#) retour sur le Labo "Vers une sobriété numérique" du Cerdd
- >> [Dossier Documentaire](#) "Numérique et Développement Durable : liaisons dangereuses ?" du Cerdd
- >> [Rubrique "Numérique & DD"](#) compilant toutes les ressources sur le sujet

Identification

- Auteur :
CERDD
- Date de publication :
Novembre 2020
- Taille du document :
Web
- Échelle géographique :
Nationale

Découvrez d'autres contenus similaires

- **Voyagez mieux avec pass pass**
- **Infographie "Comment mieux se chauffe...**
[Enregistrer](#)
- **Publication : "Evaluation du Programm...**
[Enregistrer](#)
- **Résider pour mieux raconter : la méthode d...**
- **Décrypter l'énergie : un site pour mi...**
[Enregistrer](#)
- **Infographie mieux manger, moins gaspi...**
[Enregistrer](#)
- **Clear Fashion, l'application pour mieux co...**
- **Adaptation au changement climatique :...**
[Enregistrer](#)
- **Une étude pour mieux appréhender le systèm...**
- **Vidéo « Des territoires mieux préparé...**
[Enregistrer](#)
- **Présentation du nouveau rapport « Mieux vi...**
- **« Mieux vivre en région Nord-Pas de Calais...**

Abonnez-vous !Recevez le meilleur de l'information régionale DD & Climat

[S'inscrire](#)