



# Guide de bonnes pratiques numériques écoresponsables

Pour réduire l'empreinte écologique du numérique



# Fabrication

## ● Limiter les achats d'appareils, particulièrement d'appareils neufs

Le meilleur déchet est celui qu'on ne produit pas. Il en va de même avec les appareils numériques, dont la fabrication est très polluante. Avant d'acheter un nouvel équipement électronique, il faut prendre un instant pour se questionner sur la nécessité de cet achat. Parfois, la sobriété est la meilleure solution!

## ● Acheter un appareil reconditionné

Besoin d'un nouvel appareil? Pourquoi ne pas se tourner vers le marché de seconde main? Un appareil reconditionné est un appareil qui a professionnellement été nettoyé et réparé. Donner une seconde vie à un équipement permet d'allonger sa vie utile et nécessite moins de matériaux que la fabrication d'un appareil neuf.

## ● Acheter un appareil avec un bon indice de réparabilité

Ce ne sont pas tous les modèles d'appareils numériques qui sont facilement réparables. Pour permettre à son appareil de durer aussi longtemps que possible, c'est un élément important à prendre en considération. Pour évaluer cette réparabilité, iFixit évalue plusieurs modèles de téléphones cellulaires et leur donne un indice de réparabilité, indiquant à quel point il est simple ou complexe d'effectuer des réparations sur ces appareils. Il existe aussi l'ordinateur portable Framework, un ordinateur conçu pour être entièrement réparable.

[www.fr.ifixit.com/reparabilite/indices-smartphone](http://www.fr.ifixit.com/reparabilite/indices-smartphone)

## ● Acheter un appareil avec une certification

Si un appareil neuf est absolument nécessaire, on peut s'attarder à vérifier les certifications détenues par divers modèles. L'étiquette ENERGY STAR garantit que l'équipement consomme moins d'électricité. Le site Web d'EPEAT ([www.epeat.net](http://www.epeat.net) (anglais seulement)) répertorie les différents modèles d'appareils électroniques qui correspondent à un certain nombre de critères d'écoresponsabilité. On peut ainsi facilement comparer des appareils et choisir celui qui serait le plus écologique.





# Utilisation

## Prendre soin de ses appareils et les protéger

La meilleure façon de prolonger la durée de vie de ses appareils est d'en prendre soin. Il faut donc les protéger pour éviter les bris. Pour un téléphone cellulaire, par exemple, il est possible de lui mettre une coque ainsi qu'une vitre protectrice. Les bords de la coque doivent suffisamment remonter afin de protéger les coins du téléphone.

## Faire le ménage sur son appareil

S'il n'y a plus de place disponible sur son appareil, il faut parfois faire le ménage de tous ses fichiers, ses photos et ses applications, au lieu d'acheter un nouvel appareil. On peut régulièrement faire le tour de ses appareils et supprimer ce qui n'est plus utile.

## Avoir une bonne hygiène numérique

Les virus informatiques peuvent ralentir les appareils numériques. Il est donc important de respecter les pratiques d'une bonne hygiène numérique, en évitant notamment de cliquer sur des liens provenant de courriels douteux.

## Faire attention à la batterie

La batterie est souvent l'une des premières parties de l'appareil à s'affaiblir. Pour préserver la durée de vie de la batterie de son téléphone cellulaire, il est recommandé que le niveau de la batterie soit toujours entre 20% et 80%. Sur certains modèles de téléphone, il existe la fonction « protection de la batterie ». Lorsqu'activée, elle empêchera l'appareil de se charger au-delà d'un certain pourcentage, évitant ainsi d'abîmer la batterie.

## Éteindre les appareils inutilisés au lieu de les laisser en veille

Même en mode veille, les appareils continuent à consommer de l'énergie. Si on quitte son poste de travail pour une heure ou plus, pour le dîner, par exemple, on éteint ses écrans. Il en va de même pour son ordinateur de travail lorsqu'arrive le vendredi soir. Si on ne l'utilisera pas durant la fin de semaine, il vaut mieux l'éteindre complètement.

## ● **Désinstaller les applications non utilisées**

Lorsque des applications ne sont plus utiles sur son ordinateur, il est préférable de les désinstaller, afin d'éviter qu'elles ne fonctionnent en arrière-plan pour rien.

## ● **Utiliser le Wi-Fi plutôt que les réseaux mobiles**

Le Wi-Fi est beaucoup moins énergivore que les réseaux mobiles. La 3G demande 15 fois plus d'énergie que le Wi-Fi. Ce chiffre monte à 23 fois pour la 4G.

[www.greenit.fr/2016/03/15/internet-mobile-la-4g-est-elle-une-abomination-energetique](http://www.greenit.fr/2016/03/15/internet-mobile-la-4g-est-elle-une-abomination-energetique)

## ● **Désactiver la lecture automatique**

Plusieurs plateformes de visionnement en ligne offrent une fonction de lecture automatique, souvent activée par défaut. En la désactivant, on évite de prolonger inutilement son visionnement.

## ● **Favoriser l'écoute en continu au visionnement en continu**

La vidéo demande plus d'énergie et de données que de l'audio. Si le contenu s'y prête et est disponible en format audio, on peut prioriser ce format.

## ● **Baisser la résolution des vidéos**

Parfois, selon le contenu, on n'a pas besoin de voir le petit détail en coin en 4K. Dans ce cas, on peut réduire la résolution de la vidéo, ce qui demandera moins d'énergie et utilisera moins de données.



**Se désabonner des infolettres pour lesquelles on n'a plus d'intérêt**

Encore une infolettre de cette même compagnie qui ne nous intéresse plus? Au lieu de supprimer chacun de ces courriels, on peut défiler tout au bas du courriel, où il devrait se trouver un bouton « Se désinscrire ». On ne recevra ainsi plus de ces infolettres, réduisant ainsi le nombre de courriels envoyés.

**N'utiliser la fonction « Répondre à tous » que lorsque nécessaire**

Avant d'utiliser la fonction « Répondre à tous », on peut vérifier que tout le monde est bien concerné par le message. Cela évite d'envoyer des courriels qui ne seront pas lus.

**Favoriser l'infonuagique pour travailler à plusieurs sur un même fichier**

Lorsque plusieurs personnes doivent travailler sur un même document, il est préférable de placer ce fichier dans le nuage (*cloud*). Ainsi, tout le monde travaillera sur un même fichier, assurant d'avoir toujours la version à jour, au lieu que chaque personne travaille sur sa propre version du document.

**Éviter les pièces jointes non nécessaires**

Avant l'envoi d'une pièce jointe, il faut se questionner sur sa nécessité. Lorsqu'on répond à un courriel qui contient une pièce jointe, on peut supprimer celle-ci et éviter de la renvoyer.

## Réparer son appareil

Parfois, une seule pièce brisée ou désuète empêche le fonctionnement normal d'un appareil. Au lieu d'acheter un tout nouvel appareil, on peut plutôt faire réparer son équipement. Il existe une carte des réparateurs à travers la province de Québec. On peut tout aussi bien tenter de réparer son appareil soi-même. Sur son site Web, iFixit propose une série de tutoriels de réparation.

[www.protegez-vous.ca/electromenagers/carte-interactive-des-reparateurs](http://www.protegez-vous.ca/electromenagers/carte-interactive-des-reparateurs)  
[www.fr.ifixit.com/Tutoriel](http://www.fr.ifixit.com/Tutoriel)

## Offrir son vieil appareil à quelqu'un d'autre

Si l'appareil est encore fonctionnel, mais que l'on souhaite s'en départir, on peut l'offrir à un proche, à une connaissance ou à une œuvre de charité locale, à qui il pourrait être utile.

## Vendre son vieil appareil à quelqu'un d'autre

Si l'appareil dont on veut se départir est encore fonctionnel, on peut le vendre à un tiers.

## Apporter son vieil appareil dans point de dépôt officiel

Lorsque l'appareil n'est plus fonctionnel, il faut apporter celui-ci dans un point de dépôt officiel où il sera recyclé. L'ARPE-QUÉBEC propose une carte répertoriant tous les points de dépôts reconnus de la province.

[www.recyclermeselectroniques.ca/qc/ou-recycler](http://www.recyclermeselectroniques.ca/qc/ou-recycler)

## Ne pas laisser son appareil dans un tiroir chez soi

Le pire que l'on puisse faire d'un appareil que l'on n'utilise plus est de le laisser dans un tiroir, où il n'a aucune utilité. Qu'on le donne, le répare ou le recycle, l'appareil doit sortir de ce tiroir et poursuivre sa vie utile.

**Fin de vie**





[www.atn.ulaval.ca](http://www.atn.ulaval.ca)

