

**Pour limiter l'impact du numérique, on peut tous agir, que ce soit au bureau ou en télétravail.**



### Prendre soin des appareils

- Utiliser une housse de protection pour transporter l'ordinateur, une coque et une protection d'écran pour le smartphone
- Ne pas laisser les appareils au soleil ou près d'une source de chaleur
- Laisser « respirer » l'ordinateur en le plaçant sur une surface plate et rigide
- Dépoussiérer régulièrement le clavier, l'écran, le pad, la souris, la coque, les grilles d'aération...



### Ménager les batteries de vos appareils

- Éviter les charges et décharges complètes, maintenir les batteries entre 20 % et 80 %
- Éteindre et débrancher les appareils dès lors qu'ils ne sont plus utilisés
- Activer le mode économie d'énergie



### Éviter le suréquipement

- Éviter le recours à 2 ou 3 écrans pour travailler
- Privilégier la solution « double SIM » plutôt que d'avoir 2 smartphones
- Remplacer les téléviseurs en fin de vie par des vidéoprojecteurs
- Interpeller pour limiter la présence de panneaux digitaux dont l'impact environnemental est important



### Raisonner l'usage de la vidéo

- Lors des réunions à distance, privilégier l'audio et couper la vidéo après les salutations ou en dehors des prises de parole\*
- Ne pas enregistrer systématiquement les visioconférences et penser à les supprimer quand elles sont obsolètes
- Avant de produire une vidéo, s'interroger sur sa pertinence et déterminer si c'est vraiment le format le plus adapté, plus la résolution d'une vidéo est élevée (HD), plus la pollution numérique augmente fortement. Réduire la qualité a souvent un impact imperceptible pour l'œil.



### L'IA générative : seulement quand c'est vraiment utile\*\*

- Pour des recherches factuelles, préférer les moteurs de recherche classiques
- Privilégier une IA spécifique (traduction, orthographe, production de texte) plutôt qu'une IA générative, cela consommera beaucoup moins d'énergie
- Éviter l'IA générative pour la production d'images ou de vidéos, c'est encore plus énergivore



### Choisir le bon mode de connexion

- Éviter le partage de connexion avec un smartphone et privilégier la connexion filaire à la 4G ou 5G
- Depuis un smartphone, privilégier la connexion WiFi à la 4G ou 5G

\* Sauf si la vidéo est essentielle, pour la lecture labiale ou la langue des signes, en cas de déficience auditive.

\*\* Pour plus d'informations, rendez-vous sur [altimpact.fr](https://altimpact.fr).