GUIDE La sobriété numérique LES GESTES À ADOPTER LES GESTES À ADOPTER

LIMITER L'UTILISATION DES VIDÉOS EN STREAMING



Le streaming vidéo est très gourmand en données et en énergie. Une bonne alternative est de télécharger les contenus pour les regarder hors ligne.





- Désactiver le Wi-Fi lorsqu'il n'est pas nécessaires
- Éviter les applications en arrière-plan

PRIVILÉGIER LES RECHERCHES LOCALES

Utiliser des outils de recherche plus spécifiques à la région ou destination. Cela réduit l'empreinte écologique des recherches globales sur internet.



FAVORISER LA LECTURE HORS LIGNE

Le téléchargement est le bon geste à adopter.



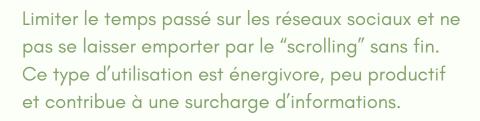
RÉDUIRE LA TAILLE DES FICHIERS

Lors du partage de fichiers, convertir les images en formats plus légers ou compresser les vidéos pour réduire la consommation de données et d'énergie nécessaire au stockage et à la transmission.

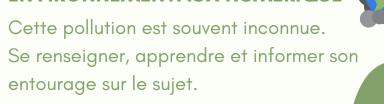
LIMITER L'UTILISATION DES NOTIFICATIONS

Les notifications push, les mises à jour automatiques et les synchros incessantes génèrent des données inutiles et consomment de l'énergie.

ÉVITER LE "SCROLL INFINI"



ÉDUCATION SUR LES IMPACTS ENVIRONNEMENTAUX NUMÉRIQUE



ÉVITER LE CHARGEMENT EXCESSIF



Ne charger les appareils que lorsqu'ils en ont réellement besoin et éviter de laisser les appareils branchés en mode "charge complète".

