



## Quels gestes pour un numérique responsable ?

### Limiter l'impact de son matériel

Opter pour du matériel adapté à ses besoins

Allonger la durée de vie du matériel en considérant l'achat/vente de matériel d'occasion ou reconditionné ([Lausanne-réutilise](#), [Revento](#), [MBudget](#)) et le réparer ([Lausanne-répare](#), [Repair Café](#), [iFixit](#))

[Éliminer correctement](#) son matériel hors d'usage

### Réduire sa consommation énergétique

[Réduire l'impact des mails](#)

Privilégier :

le wifi/fibre plutôt que la 3G, 4G

le stockage local au streaming

[Éteindre/débrancher les appareils inutilisés](#)

**C'est la fabrication et l'utilisation des équipements numériques des utilisateurs** (ordinateurs, téléphones portables, etc.) **qui concentrent le plus d'impacts environnementaux**, loin devant ceux de la fabrication et de l'utilisation des équipements réseau et des datacenters.

### Établir un environnement numérique sain

Garder le contrôle sur ses usages numériques en veillant à utiliser [la bonne communication](#), à préserver son temps (méthodes [Pomodoro](#), [Eisenhower](#), [Time-Blocking](#)) et à se déconnecter de temps en temps

Ajuster sa [position](#) / [l'éclairage](#) lors du travail devant un écran

S'informer sur la protection des données ([Datak](#), [Think Data](#), [Do not track](#)) et la [cybersécurité](#)

### En savoir plus sur le numérique responsable

[La face cachée du numérique](#) (ADEME, 2019)

[Empreinte environnementale du numérique mondial](#) (GreenIT, 2019)

[Pour un numérique plus responsable au quotidien](#) (Alliance GreenIT, 2019)

[Quand l'informatique suisse se met au vert](#) (Heidi.News, 2021)

[Rapports sobriété numérique](#) (Shift Project)

[Ecobilans de nos gestes du quotidien](#) (RTS, OFEV et Quantis, 2020)

[MOOC numérique responsable](#) (INR)

### Sélection de livres sur le sujet

Tendre vers la sobriété numérique (Frédéric Bordage, 2021)

Sobriété numérique : Les clés pour agir (Frédéric Bordage, 2019)

Cyberminimalisme (Karine Mauvilly, 2019)

L'enfer numérique : Voyage au bout d'un clic (Guillaume Pitron, 2021)

**Pour prolonger la discussion au sein de votre service**

[Répondant.e.s en durabilité](#)