



UN USAGE DURABLE DU NUMÉRIQUE

L'empreinte environnementale du numérique, en forte croissance, peut être contenue en faisant le choix de la sobriété, en particulier dans l'achat de nos téléphones, télévisions et autres équipements.

ENJEUX

> EMPREINTE ENVIRONNEMENTALE DU NUMÉRIQUE

- Le système numérique se compose des **équipements des utilisateurs** (smartphones, ordinateurs, téléviseurs...), des **infrastructures réseaux fixes et mobiles**, et des **datacenters**.
- Tout au long de leur cycle de vie, ces composantes matérielles du numérique sont à l'origine d'**émissions de gaz à effet de serre** mais également d'autres impacts tels que la **consommation de métaux et minéraux**, dont l'**extraction minière** est polluante et entraîne régulièrement des atteintes aux droits humains.

> PART DE L'EMPREINTE CARBONE

- Le numérique représente **2,5% de l'empreinte carbone française** et 3 à 4% de l'empreinte carbone mondiale. C'est bien moins que celle d'autres usages (alimentation, chauffage, déplacements) mais tout de même conséquent.
- Cette empreinte carbone est **en forte croissance** : le scénario tendanciel conduit à une multiplication par 2 d'ici 2030 et par 3 d'ici à 2050.

> LES USAGES À L'ORIGINE DE CES IMPACTS

- Les **équipements des utilisateurs** sont à l'origine de l'essentiel de l'impact environnemental du numérique (80% de l'empreinte carbone). Les équipements qui ont l'impact le plus fort sont **les télévisions, les ordinateurs et les smartphones**.
- C'est la **fabrication des équipements, datacenters et réseaux** qui est responsable de la majeure partie de l'empreinte carbone (80%).
- Concernant la phase d'utilisation (20% de l'empreinte carbone), le **streaming vidéo** représente 60% des flux de données mondiaux. Contrairement à une idée reçue, **l'envoi et le stockage d'emails** n'ont qu'un impact environnemental très faible (1% des émissions du numérique soit 0,04% des émissions mondiales).

> OBJECTIFS

- Par la **réduction du nombre d'équipements, l'allongement de leur durée de vie**, la sobriété et l'écoconception appliqués au développement de nouveaux produits ou services numériques, l'empreinte carbone du numérique pourrait être réduite de 16% en 2030 par rapport à 2020.

CHIFFRES CLÉS

3 à 4%

de l'empreinte carbone mondiale

10%

de la consommation électrique française

80%

de l'impact issu de nos équipements (TV, ordinateur, smartphone...)

Le coup de pouce de LAUDATO SI'

« La sobriété, qui est vécue avec liberté et de manière consciente, est libératrice. »
[LS 223]



QUE POUVONS-NOUS FAIRE ?

> ACHETER RECONDITIONNÉ

- Les équipements reconditionnés ont un **impact environnemental bien meilleur** que celui de leurs équivalents neufs (3 à 8 fois meilleur pour un smartphone).
- Ils sont **fiables**, bénéficient d'une **garantie légale** (2 ans en France, 1 à 2 ans en Belgique) et coûtent **beaucoup moins cher**.
- On peut se tourner par exemple vers Back Market ([ici](#) pour la France, [là](#) pour la Belgique), [aSmartWorld](#) (Belgique), [Label Emmaüs](#) (achat solidaire) ou encore [Smaaart](#) (reconditionnement en France).

> CHOISIR UN APPAREIL PLUS DURABLE

- En s'aidant de l'**évaluation de la réparabilité des smartphones et ordinateurs** proposée par iFixit, et de l'**indice de réparabilité** français.
- En achetant un **Fairphone**, réparable et issu d'une industrie plus juste et durable, ou en le louant auprès de la coopérative engagée [Commown](#).

> FAIRE DURER SON TÉLÉPHONE

- En le **protégeant** avec une bonne coque.
- En préservant sa batterie : **éviter de charger son téléphone au-delà de 80% ou de le laisser se décharger en-dessous de 20%** (l'idéal : entre 45 et 75%).
- En **faisant réparer** plutôt que de le remplacer, par exemple à l'aide de [cet annuaire](#). En fin de vie, veiller à le donner pour recyclage.

> OPTER POUR UN OPÉRATEUR VERTUEUX

- Avec [Telecoop](#), opérateur coopératif appuyé sur le

réseau Orange, proposant un **forfait sobriété** pour limiter notre consommation de données mobiles. Une **offre commune avec Commown** est disponible.

> ACHETER MOINS

- **Espacer le renouvellement des smartphones** et autres équipements.
- Avant un achat, **se demander si on a besoin de cet équipement** (ex. objets connectés divers) et de ce niveau de performance (ex. télévision ultra haute définition).
- Pour une utilisation ponctuelle, préférer **l'emprunt ou la location**, par exemple grâce à [cet annuaire](#).

> PRENDRE CONSCIENCE DE L'IMPACT RÉEL DE NOS USAGES

- Grâce à ce [simulateur de l'ADEME](#).
- Tester l'empreinte carbone des sites web avec [Ecolindex](#) ou en installant [cette extension](#).

> DE BONS RÉFLEXES EN COMPLÉMENT

- Utiliser internet sur son téléphone **en Wifi plutôt qu'en 4G**.
- **Éteindre son ordinateur** au-delà d'1 heure d'inutilisation, et **débrancher la box internet** la nuit (s'aider d'une multiprise à interrupteur).
- Envoyer ses fichiers lourds **via un site de transfert tel que FileVert** plutôt qu'en pièce jointe.
- **Éviter la haute définition** pour le streaming vidéo (viser 360 à 720p pour un écran de 13 pouces). Pour la musique, préférer les services de **streaming audio** à YouTube.

POUR ALLER + LOIN

> L'article *Comprendre l'impact du numérique* de l'ADEME.

> [L'étude ADEME – Arcep](#) sur l'empreinte environnementale du numérique en 2020, 2030 et 2050.

> [Le témoignage de Pierre de Vial sj](#) sur l'achat de matériel reconditionné.

