



Source présentation :



**NUMÉRIQUE RESPONSABLE  
EN ROUTE VERS LA SOBRIÉTÉ..**

## Programme

1/ Numériq'quizz : testez vos connaissances ..

2/ Le numérique : ses impacts...

3/ S comme SolutionS d'un numérique + durable

4/ Passons à l'action(S) ...



1h15

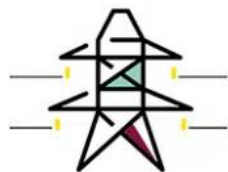




## 2 | Le Numérique : ses impacts



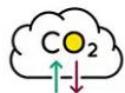
# Le numérique : impacts jusqu'au bout de la vie...



**10 %**  
de la consommation  
électrique annuelle vient  
des services numériques.

Cela représente, pour chaque Français :

- L'équivalent de la consommation électrique d'un radiateur de 1000 W alimenté sans interruption pendant 30 jours.
- Le même impact environnemental qu'un trajet de 2 259 km parcouru en voiture.



**2,5 %**

de l'empreinte carbone de la France est liée au numérique. C'est un peu plus que le secteur des déchets (2 %).



**20**

millions de tonnes de déchets sont produits par an sur l'ensemble du cycle de vie des équipements à l'échelle de la France. Soit : 299 kg/habitant.



**62,5**

millions de tonnes de ressources sont utilisées par an pour produire et utiliser les équipements numériques.



**78 %**

de l'impact environnemental du numérique sur les émissions de gaz à effet de serre est lié à l'étape de fabrication. Celle-ci nécessite une extraction importante de métaux rares et est surtout effectuée dans des pays au mix énergétique fortement carboné.



**21 %**

concerne la phase d'usage.

Des chiffres qui confirment l'importance des politiques visant à allonger la durée d'usage des équipements numériques à travers la durabilité des produits, le réemploi, le reconditionnement, l'économie de la fonctionnalité ou la réparation.

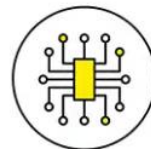
## QUELS SONT LES OUTILS NUMÉRIQUES LES PLUS IMPACTANTS ?



Les terminaux utilisateurs : téléviseurs, ordinateurs, smartphones, tablettes... (65 à 90 % de l'impact environnemental, selon l'indicateur environnemental considéré)



Les centres de données (data center) (entre 4 % et 22 %)



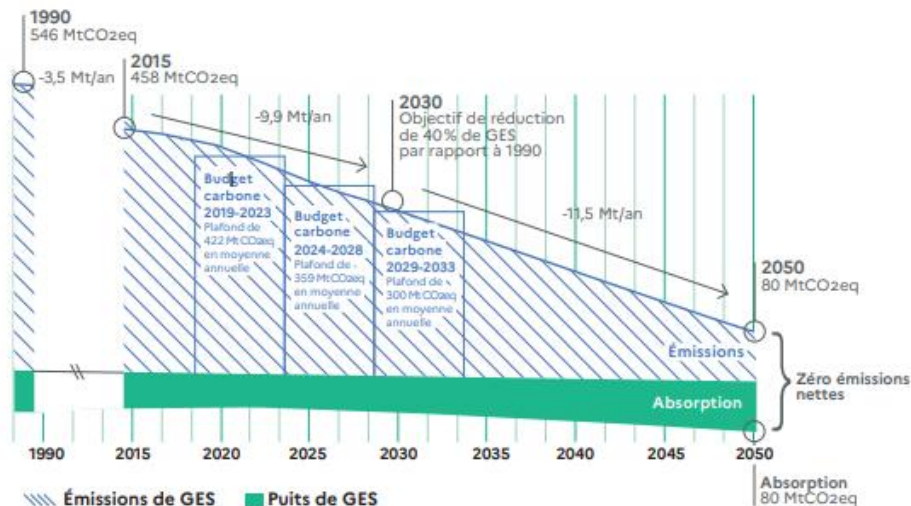
Les réseaux (entre 2 % et 14 %)

# I Le numérique : en vent contraire des réductions des Gaz à Effet de Serre (GES)

Le GIEC préconise la neutralité carbone d'ici à 2050 afin de contenir le réchauffement climatique à 2°C.



Évolution des émissions et des puits de GES sur le territoire français entre 1990 et 2050 (en MtCO<sub>2</sub>eq). Inventaire CITEPA 2018 et scénario SNBC révisée (neutralité carbone)



La SNBC s'appuie sur un scénario prospectif d'atteinte de la neutralité carbone à l'horizon 2050, sans faire de paris technologiques. Celui-ci permet de définir un chemin crédible de la transition vers cet objectif, d'identifier les verrous technologiques et d'anticiper les besoins en innovation.

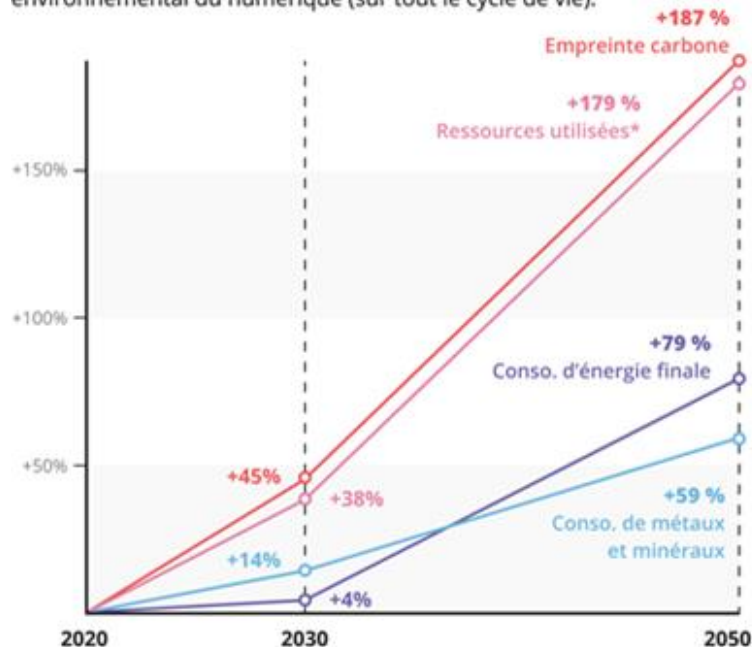
La France s'est engagée :

- à réduire de 50% son empreinte carbone d'ici 2030 (/1990)
- à atteindre la neutralité carbone en 2050

# Le numérique : en vent contraire des réductions des Gaz à Effet de Serre (GES)

**Sans actions pour la réduire, l'empreinte carbone pourrait presque tripler en 2050, la consommation d'énergie doubler**

Evolution du scénario tendanciel de 4 indicateurs de l'impact environnemental du numérique (sur tout le cycle de vie).



\* Définition MIPS prenant en compte les matériaux utilisés, la biomasse, les déplacements de terre mécaniques ou par érosion, l'eau, et l'air.

**Sans maîtrise, le numérique :**

**Augmentera son empreinte carbone de + 60% d'ici 2040 (Etude Sénat – soit 6,7% de l'empreinte nationale)**

**Triplera presque son empreinte carbone d'ici 2050**

**Doublera sa consommation d'énergie (2050)**

# I Une croissance exponentielle

**+ en +**

**d'utilisateurs  
du numérique  
et d'internet**



**+ en +**

**d'équipements  
numériques par  
utilisateurs**



**+ en +**

**de données  
produites et/ou  
transférées par  
équipement**



**Fabrication**

**Ressources Non-Renouvelables  
Eau  
Pollution des sols et eaux  
Energies Primaires**



### 3 | Limiter les impacts du numérique



# Commençons dès maintenant à agir...



Econ[u]m,

Le jeu pour un numérique [+]  
responsable

Sérious game créé par Julie DELMAS-ORGELET et Anna CRUAUD  
Distribué par DDEMAIN

# ECO[U]M le Jeu : faisons les présentations

- jeu de sensibilisation orienté « passage à l'action »
- 100 pratiques « numérique responsable » (techniques, achats, éco-gestes... ) à destination des individus et des organisations (extension pro)
- réparties en 10 familles thématiques
- des propositions d'animation + 4 défis pour se mettre en action
- des données, des chiffres, des informations issues de ressources scientifiques (GREEN IT, ADEME, ARCEP, etc.)



## FAMILLE

### MAINTENANCE/FIN DE VIE DE MATÉRIELS ET DE SERVICES

**Je garde mon matériel le plus longtemps possible et lorsque je m'en débarrasse, je m'assure qu'il soit traité de la meilleure manière possible !**

La règle des SR s'applique aussi au numérique : «Je refuse» tout ce dont je n'ai pas besoin ; - Je «réutilise», rallonge et répare ; Je «réduis» les consommations ; Je «recycle» ; Je «rends» à la "Terre" en facilitant la remise en circulation des matières (il y a 50 à 100 fois plus d'or que dans une tonne de minerais !)



## ACQUISITION DE MATÉRIELS ET DE SERVICES

**Je questionne mon besoin :**  
Ai-je vraiment besoin de changer de matériel? Fonctionne-t-il encore? Comment prolonger sa durée de vie ? Puis je changer la batterie? Désinstaller des logiciels? Passer en Linux ? Puis-je acheter différemment ?

## LE SAVIEZ-VOUS ?

**80% de l'impact numérique d'un français est associé à la fabrication des équipements personnels.**  
La majorité de l'impact étant porté par les ordinateurs, écrans et matériel audio visuel et smartphones.  
(ADEME-ARCEP - 2022).

Pour limiter l'impact du numérique, garder nos équipements plus longtemps est le premier geste à faire et le plus impactant.

## Exemples : dans quelles familles de pratiques placez-vous les gestes suivants?

Nettoyer régulièrement ma messagerie

Eteindre les webcams lors des formations, webinaires

Limiter l'envoi de mails avec pièces jointes (documents, vidéo, photo)

Débrancher les chargeurs et les appareils inutilisés

Limiter les impressions

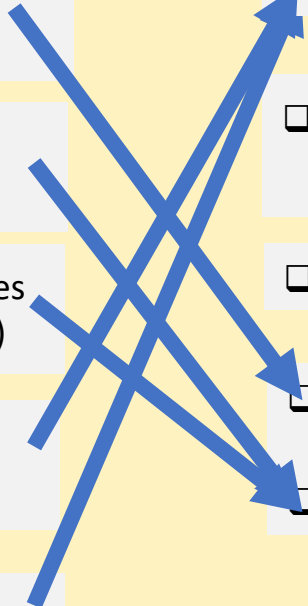
Utilisation de matériels

Maintenance/Fin de Vie des matériels et des services

Pratiques de navigation

Pratiques de stockage

Pratiques de communication



# UTILISATION DE MATERIELS : les BONS GESTES ET PRATIQUES

Je programme l'extinction des équipements, la mise en veille, je mets une multiprise avec interrupteur

J'active la fonction économie d'énergie sur mon téléphone, mon ordinateur, ma box, ma télé.

Je limite au maximum l'utilisation de la 4G (privilégier le WIFI ou mieux le filaire ETHERNET)

J'utilise des polices de caractères moins gourmandes en encre (documents à imprimer – ECOFONT – CENTURY GOTHIC,..)

Je paramètre l'impression BROUILLON, RECTO/VERSO,N&B

J'imprime les documents dont j'ai vraiment besoin

J'utilise une imprimante en réseau (mutualisation d'équipement)

Je désactive le Bluetooth, le wifi, la 4G quand je n'en ai pas besoin

Je désactive le lancement automatique des applications, mises à jour..

Je me déconnecte..



# Pour aller plus encore vers la sobriété numérique

## 1/ DÉCOUVRIR LES ENJEUX du Numérique

(Se) sensibiliser <https://www.academie-nr.org/sensibilisation/#/>

(Se) former

« [Développer la sobriété numérique dans sa pratique de communicant | CNFPT - Grand Est](#) »

Académie de [l'Institut du Numérique Responsable \(INR\)](#)

Organiser dans votre collectivité une formation “Agir pour une sobriété numérique et énergétique au quotidien : mes écogestes pro



## 2/ COMPRENDRE ET INTEGRER LES BONNES PRATIQUES DE SOBRIETE NUMERIQUE

Participer à une “Fresque du Numérique” (Catalogue CNFPT) ou un atelier ECON[U]M

**La Fresque du Numérique**  **FRESQUE DU NUMERIQUE Cnfpt de Nancy**  
- mardi 04/03/2025 (matin)  
- jeudi 06/11/2025 (après-midi)

Participer au Digital Clean Up Day au mois de mars



Visiter le site web “Altimpact” de l’ADEME : [Pour un numérique plus responsable - Alt IMPACT](#)

# Pour aller plus encore vers la transition écologique

## Atelier : “la fresque du climat” pour les formateurs/formatrices : comprendre, agir et intégrer le climat dans vos formations



Durée: 1 jour

Code stage: EA400

REIMS

Code IEL : 82:EA400003

29/08/25

Plongez dans l'atelier 'La Fresque du Climat' pour décrypter les racines et les impacts du dérèglement climatique.

Préparez-vous à agir face à l'urgence climatique

### CONTENU

Mise en lien des cartes issues du rapport du Giec au travers d'un outil ludique et collaboratif

Créativité/restitution/ancrage des connaissances

Identification de plans d'actions personnels et professionnels à mettre en œuvre pour faire face au changement climatique

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Atelier ludique, participatif, qui fait appel à l'intelligence collective

<https://www.calameo.com/cnfpt-grand-est/read/00453974102422d743742>

La suite  
numérique et  
écologique...



**MERCI POUR VOTRE PARTICIPATION !**  
**En route pour la TRANSITION ECOLOGIQUE!**

**Sandrine MOURET**

**Intervenante pour le CNFPT**

Animatrice de la Fresque du Climat et de la Fresque du climat JUNIORS - Atelier 2TONNES

Ateliers Sobriété Numérique - Prévention et tri des déchets - Eco-gestes du quotidien - Lanceuse de Transition écologique

**Animation de la Fresque du numérique et de la Fresque de l'économie circulaire**

 06 87 16 32 82 – [sandrine.athomesphere@gmail.com](mailto:sandrine.athomesphere@gmail.com)