



# Ecologie Pour Vence

Pour une écologie responsable et citoyenne

Lettre d'information No 135 (Janvier 2023)

## La sobriété numérique

### Participer à la transition écologique avec des gestes simples du quotidien

La sobriété numérique renvoie à une utilisation raisonnable et durable des appareils numériques. En effet, nos équipements génèrent de la pollution dite numérique. Nos téléphones portables, nos objets connectés, et internet génèrent des pollutions qui représentent une part importante d'énergie utilisée dans le monde, de ressources extraites dans des conditions souvent désastreuses pour l'environnement et les hommes.

Vous souhaitez profiter du numérique tout en prenant compte la protection de l'environnement ? Afin de vous informer et de vous conseiller, voici quelques pistes de réflexion et d'action pour repenser nos usages et tendre vers une plus grande **sobriété**.

Au sujet de l'impact sur l'environnement, avoir quelques éléments concrets peut nous alerter, nous aider à limiter l'usage du numérique que ce soit sur ordinateur ou sur smartphone.

Chaque étape du cycle de vie de nos équipements numériques a des impacts différents et plus ou moins forts sur l'environnement.

#### L'utilisation [1]

On peut mesurer le coût de nos équipements du quotidien sur notre facture énergétique mais ce n'est que la partie émergée de l'iceberg. Le numérique représente 4 % de la consommation d'énergie primaire mondiale et 5,5 % de l'électricité mondiale (répartie entre terminaux, réseaux et data centers). Si la priorité pour limiter l'impact environnemental du numérique est bien de réduire la quantité de matériel produit, **il est également important de repenser nos usages et de tendre vers une plus grande sobriété**.



#### La fin de vie

Les déchets d'équipements numériques, en tant que déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE), sont considérés comme des déchets dangereux car les substances qu'ils contiennent peuvent présenter des risques pour la santé et l'environnement. C'est le cas des métaux lourds, qui, relâchés dans les milieux, polluent les sols et les eaux. C'est aussi le cas des circuits imprimés dont la combustion est cancérigène. Les différents composants requièrent un traitement séparé, ce qui rend la fin de vie des DEEE particulièrement compliquée à gérer :

[1] <https://fne.asso.fr/dossiers/equipements-numeriques-impacts-et-bonnes-pratiques>

[2] <https://fne-idf.fr/sobriete-numerique-le-guide-des-bonnes-pratiques>

### 5 conseils pour réduire l'impact de vos équipements numériques [2]

### 1. En prendre soin, pour allonger leur durée de vie :

Il s'agit du geste le plus efficace si l'on veut réduire son impact ! Plus qu'un geste, c'est une attitude voire une philosophie de vie.. Par exemple : protéger son smartphone à l'aide d'une coque et d'un verre trempé pour l'écran, nettoyer régulièrement son ordinateur (physiquement et au niveau du système), prendre les mesures de sécurité nécessaires (antivirus, antispams, etc).

### 2. Les réparer si possible, plusieurs options s'offrent à vous :

- Le faire vous-même, en vous basant sur des tutos en ligne ou en demandant à un proche ;
- Emmener votre équipement dans un lieu spécialisé dans la réparation collaborative (ou co-réparation) réunissant de simples usagers et des experts, comme un Repair Café ;
- Faire appel à un réparateur près de chez vous.

### 3. Consommer responsable :

Quelques bons réflexes peuvent permettre de consommer moins d'équipements numériques ou au moins de mieux les choisir :

- Louez des équipements que vous n'utilisez qu'occasionnellement auprès d'une entreprise spécialisée qui prend en charge les pannes et les casses
- Achetez du matériel de seconde main ou reconditionné sous garantie
- En dernier recours, achetez neuf en vous référant aux labels recommandés par l'Ademe

### 4. Offrir une seconde vie aux équipements qui fonctionnent encore :

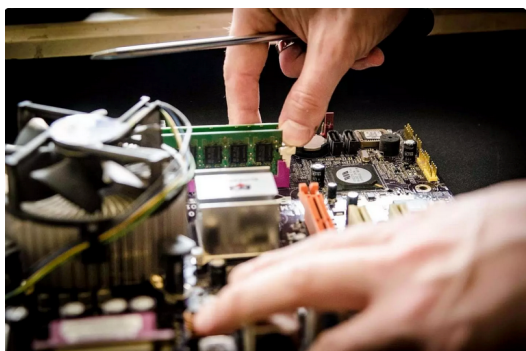
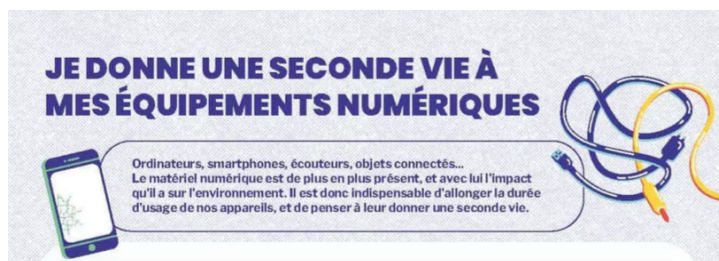
Si vous souhaitez vous débarrasser d'un appareil alors qu'il fonctionne encore :

- Troquez-le ou donnez-le à un proche, à un particulier par le biais d'un site internet, à des réseaux solidaires ou à une structure de l'Economie Sociale et Solidaire (ressourceries, Emmaüs, réseau Envie... ) ;
- Vendez-le d'occasion sur un site de rachat spécialisé ou en magasin en cas de reprise.

### 5. Penser à la collecte des DEEE :

Malheureusement, nos tiroirs regorgent de vieux téléphones, ordinateurs et câbles en tout genre dont nous ne savons pas quoi faire... Ce n'est pourtant pas une fatalité :

- Ramenez votre ancien appareil en magasin pour tout nouvel achat
- Donnez-le à un revendeur s'il est encore en bon état ;
- Profitez d'une collecte de proximité, organisée par la collectivité, Emmaüs ou autre
- Déposez-le en déchèterie, où des bacs séparés sont mis à votre disposition.



**Alors, à nous tous de jouer !**

<https://ecologiepourvence.com/>



**Contributeurs: Pierre Marie André (Ecologie Pour Vence).  
Bernard Barbaroux (Ecologie Pour Vence).**