



## Sobriété numérique Flashcard



Le sais-tu ?

La fabrication d'un ordinateur est de ?  
c'est ? de matières premières mobilisées et le rejet ? de d'équivalents CO2

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

- Qu'est ce que la règle des 5R ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Quels sont les avantages à réparer ses outils numériques ?

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- fabrication ordinateur 2 kg
- 600 Kg de matières premières
- 103 kg de CO2

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

REFUSER  
RÉDUIRE  
RÉEMPLOYER  
RÉPARER  
RECYCLER

<https://longuevieauxobjets.gouv.fr/>

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Lorsque je répare mes appareils numériques, je passe de 2 à 4 ans d'usage pour une tablette ou
- Lorsque je répare un ordinateur, j'améliore de 50% son bilan environnemental.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Qu'entraînent 8 heures de travail sur ordinateur en terme de consommation électrique ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Que permet d'éviter le recyclage d'un ordinateur portable en terme d'impact environnemental ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

En 10 ans, de combien a augmenté l'activité des Data Centers ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Que permet d'éviter le recyclage d'une imprimante en coût énergétique ?

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- 600 WATTS d'électricité soit la consommation de deux ordinateurs.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Le recyclage d'un ordinateur portable permet d'éviter 43kg d'extraction de métaux lourds.

Source ecosystem.eco

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

En 10 ans, l'activité des Data Centers a augmenté de 550 % !!!  
Les progrès technologiques pour la conception des centres a permis de limiter. l'augmentation de la consommation électrique à 6%

Source GreenIT.

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Le recyclage d'une imprimante permet l'émission de 500 kg de CO2.

Source ecosystem.eco

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Que peut on faire pour réduire sa consommation de données numériques ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Combien de recherches internet sont effectuées chaque heure ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Combien d'e-mails sont envoyés dans le monde en une heure ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Que puis-je faire pour éviter d'envoyer trop d'e-mails ?

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

Je peux réduire ma consommation de données en instaurant une routine de nettoyage quotidienne ou hebdomadaire pour supprimer les mails, les fichiers et dossiers inutiles.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Chaque heure 180 millions de recherches sont effectuées sur internet, soit 344 aller-retour Paris-New York.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- En une heure, 8 à 10 milliards de mails sont échangés en une heure.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Refuser les messages publicitaires en se désabonnant et les spams en utilisant des logiciels qui les bloquent et les suppriment immédiatement.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Que consomme en terme d'énergie le visionnage de 10 minutes de vidéo ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Combien de matières premières sont utiles pour construire un smartphone de 5,5 pouces ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Combien de personnes, en pourcentage, en France, changent de smartphone par an ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Sur le bilan environnemental, qu'apporte le fait de faire durer la vie de son smartphone ?

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

Le visionnage de vidéos en ligne représente 60 % du flux mondial de données et 1% des émissions de GES. Visionner une vidéo en ligne 10 minutes en haute définition équivaut à utiliser son four à pleine puissance pendant 5 minutes.  
Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- 170 kg de matières premières sont mobilisés pour fabriquer un smartphone de 5,5 pouces.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- 88% des français changent leur smartphone alors qu'il marche encore.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Prolonger la durée de vie de son téléphone de 2 à 4 ans permet d'améliorer de 50% son bilan environnemental.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Quel est la réparation la plus fréquente sur un smartphone ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

En France, combien de smartphones dorment dans nos tiroirs ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Quels gestes permettent d'économiser des données ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Une réponse ChatGPT d'une centaine de mots à une requête revient à consommer... ?

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

80 % des réparations sur smartphone porte sur l'écran.

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- En France, entre 53 et 113 millions de smartphones dormiraient dans nos tiroirs.

Source Baromètre du numérique CREDOC

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- écouter la musique en audio plutôt qu'un CLIP Vidéo
- Télécharger plutôt que streamer pour regarder sa série
- éviter le visionnage en HD, paramétrer en fonction de son écran

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Une réponse ChatGPT d'une centaine de mots revient à consommer une bouteille d'eau.

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Si un travailleur américain sur dix utilise Chat-GPT une fois par semaine pendant un an pour rédiger un courriel, il consommerait...

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

En France, combien de smartphones dorment dans nos tiroirs ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Quels gestes permettent d'économiser des données ?

**Sobriété Numérique**

Le sais-tu ?

Une réponse Chat-GPT d'une centaine de mots à une requête revient à consommer... ?

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

...435 millions de litre d'eau

Source Slate.fr/tech/internet

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- En France, entre 53 et 113 millions de smartphones dormiraient dans nos tiroirs.

Source Baromètre du numérique CREDOC

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- écouter la musique en audio plutôt qu'un CLIP Vidéo
- Télécharger plutôt que streamer pour regarder sa série
- éviter le visionnage en HD, paramétrer en fonction de son écran

Source ADEME

**Sobriété Numérique**

RÉPONSES

- Une réponse Chat-GPT d'une centaine de mots revient à consommer une bouteille d'eau.

**Sobriété Numérique**