

RENDEZ-VOUS SIÈGE

16/06/2022

LA POLLUTION NUMÉRIQUE

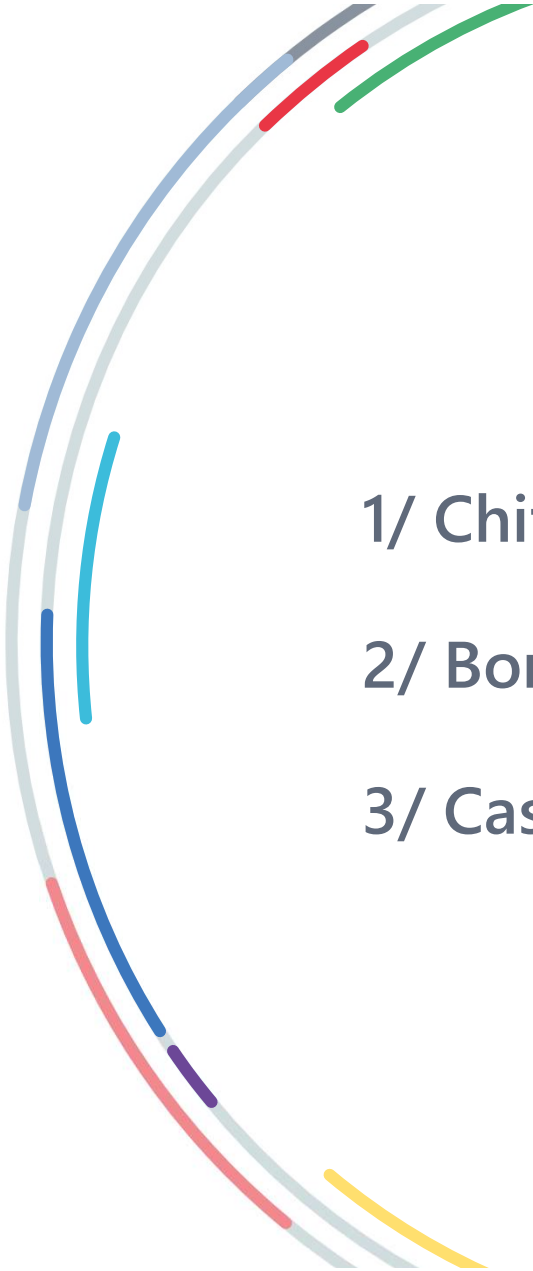


GROUPE
PASTEUR
MUTUALITÉ



COMMENT RÉDUIRE LA POLLUTION NUMÉRIQUE EN PARTICULIER SUR LES MAILS ?

SOMMAIRE



1/ Chiffres clés

2/ Bonnes pratiques

3/ Cas pratiques

DÉFINITION POLLUTION NUMÉRIQUE

« LA POLLUTION NUMÉRIQUE DÉSIGNE TOUTES LES FORMES DE POLLUTION ENGENDRÉES PAR LE SECTEUR INFORMATIQUE. »

2 ORIGINES :

- **NOS ÉQUIPEMENTS INFORMATIQUES** : LE GROS DE CETTE POLLUTION A LIEU AU MOMENT DE LA FABRICATION DU MATÉRIEL
- **L'USAGE DE CES ÉQUIPEMENTS** : NAVIGATION INTERNET, MAIL, RÉSEAUX SOCIAUX, STREAMING, ETC.

CHIFFRES CLÉS

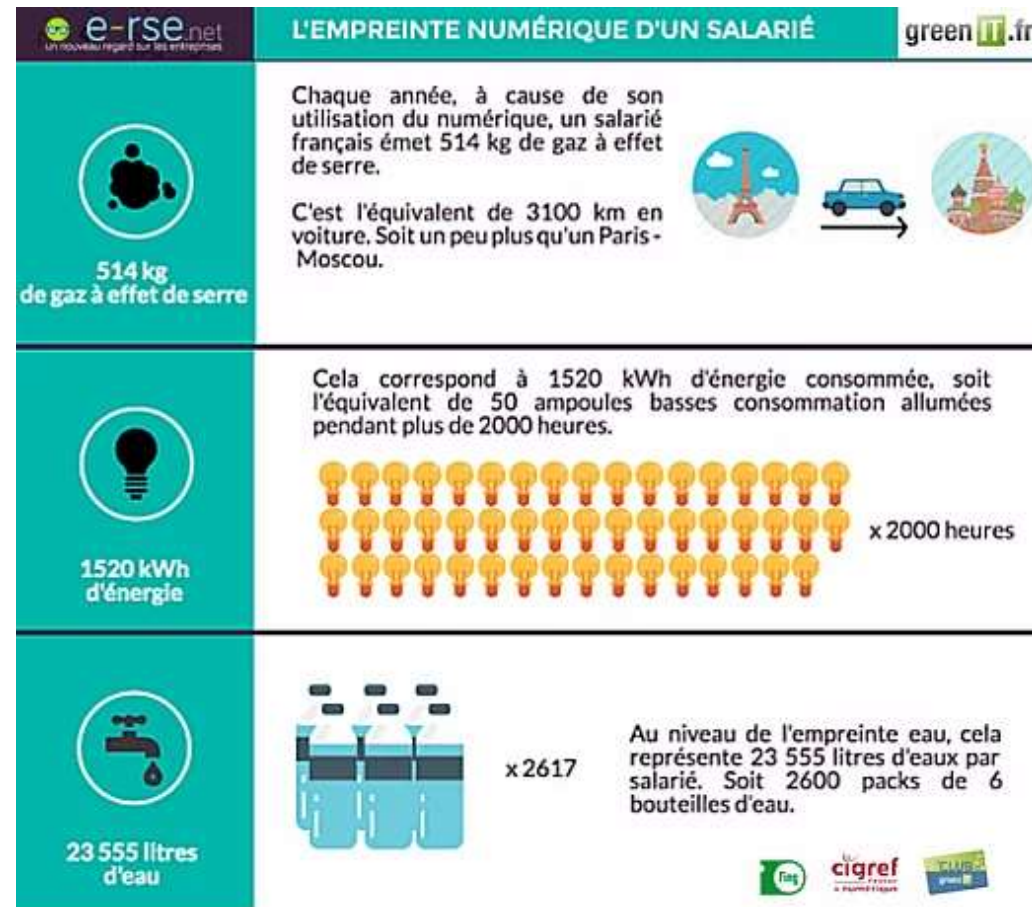
- **4 % des émissions de gaz à effet de serre dans le monde, soit 1,5 fois plus que le transport aérien**
- **7 à 10 % de l'électricité produite dans le monde consommée par Internet**
- **3^{ème} plus gros consommateur d'électricité au monde, derrière la Chine et les États-Unis**

Cette empreinte carbone devrait doubler voire tripler d'ici 2025 (augmentation de 25 % par an)



7 chiffres surprenants sur la pollution numérique | Pollution, La pollution, Chiffre (pinterest.fr), 2020
<https://www.grizzlead.com/lincroyable-impact-de-la-pollution-numerique-et-les-bonnes-pratiques-a-adopter-tres-vite>

L'empreinte numérique d'un salarié par an



l'empreinte numérique d'un salarié - Bing images, 2016

<https://www.grizzlead.com/lincroyable-impact-de-la-pollution-numerique-et-les-bonnes-pratiques-a-adopter-tres-vite/>

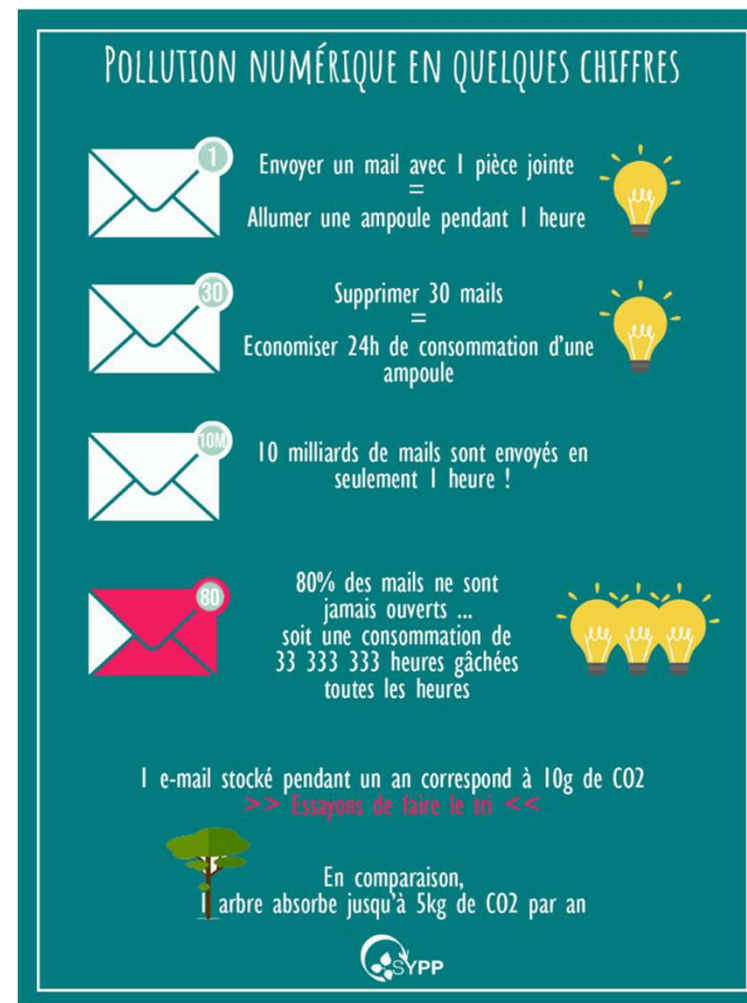
POLLUTION LIÉE AUX MAILS

Les emails sont qualifiés de pollution dormante. Par exemple une entreprise de 100 personnes génère chaque année (rien qu'avec son courriel électronique) 13,6 tonnes d'équivalent CO₂, soit l'équivalent de 13 allers-retours en avion Paris-New-York.

(source : Ademe)

- Les messages de types messagerie instantanée (WhatsApp ou Teams) consomment autant que les mails puisqu'ils passent tous deux par les réseaux Internet.
- Un salarié reçoit environ 440 mails par semaine ce qui correspond à une empreinte carbone de 2 kgCO₂ soit 1150 km en TGV

(source: Radicati Group, mars 2015)



la pollution numérique en quelques chiffres - Bing images, 2021

BONNES PRATIQUES

GESTION DE SA BOITE MAIL

Moins il y a d'informations dans le mail, moins on pollue !

- **Limiter les mails au maximum :**
 - Privilégier autant que possible la **messagerie Microsoft Teams ou un appel**
(cf. formation Microsoft Teams dans [360-Learning](#) ou [l'Equipe Prise en main Teams](#))
 - **Eviter le renvoi** d'un mail pour accuser réception, remercier, etc.
 - **Réduire le nombre de destinataire et éviter les destinataires en copie** également dans un souci d'efficacité de nos collègues !
- **Limiter les pièces jointes** : partager plutôt un **lien vers le fichier**
- Faire le **tri dans ses vieux mails y compris ceux envoyés** : confirmations de réunion, newsletters, mails No-reply, notifications, informations générales
- **Vider sa corbeille** régulièrement
- **Réduire sa signature électronique** quand le destinataire nous connaît déjà
- **Se désinscrire des listes de diffusion** qui ne vous intéressent pas

=> Accordez-vous seulement 3 ou 4 temps dans la journée pour traiter vos mails et déconnectez le reste du temps. Votre cerveau vous remerciera !

CAS PRATIQUES

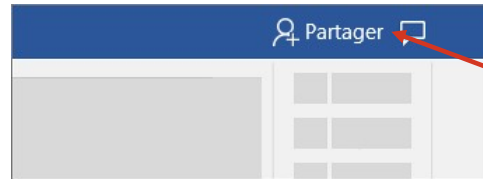
CAS PRATIQUE : PARTAGER UN DOCUMENT

1/3

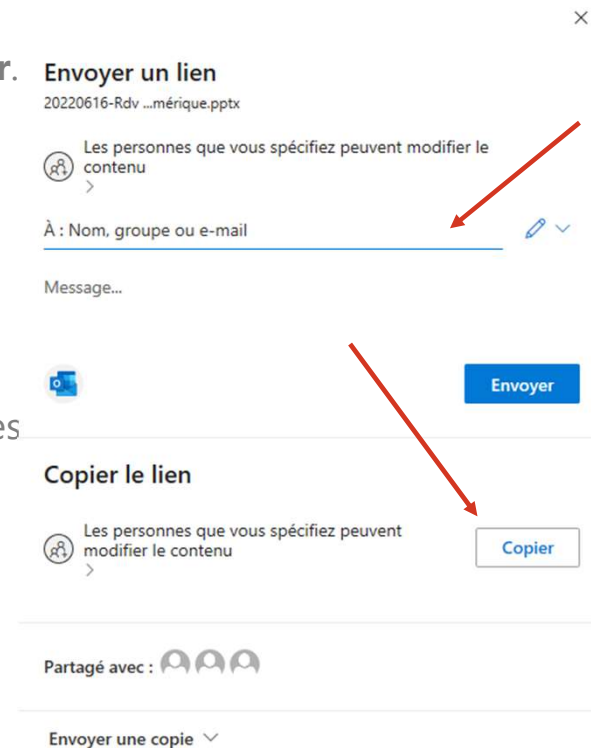
Cas 1 : je dois partager un fichier à un autre collaborateur GPM

Exemple 1 : Partager un lien via Microsoft Office depuis le fichier Excel, ppt, Word

1. Dans le coin supérieur droit du fichier, au-dessus du ruban, cliquez sur **Partager**.



2. Enregistrez votre document dans OneDrive s'il ne s'y trouve pas déjà.
3. Entrez l'adresse e-mail des personnes avec qui vous voulez partager et faites des choix pour les autorisations que vous voulez autoriser.
4. Tapez un message si vous le souhaitez, puis cliquez sur **Envoyer**.
Les personnes avec qui vous partagez le document recevront un courrier de votre part, avec un lien vers votre document.



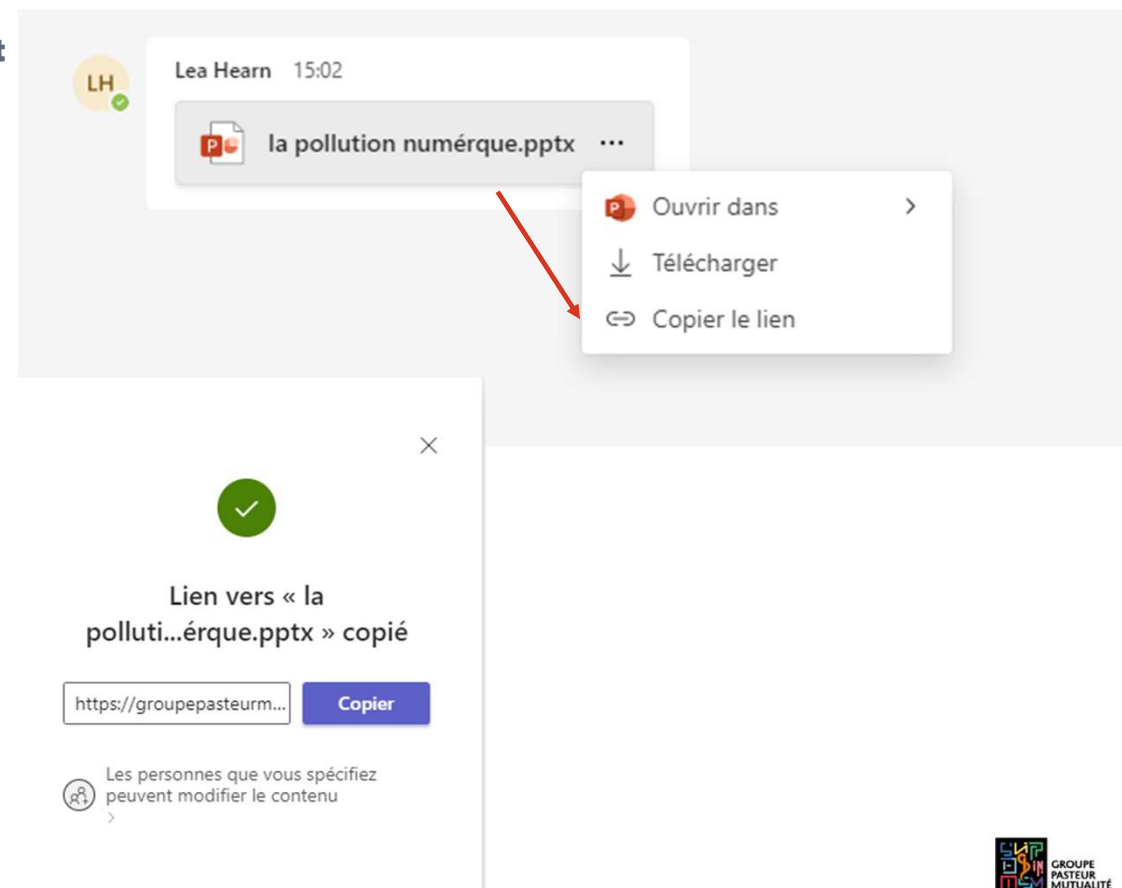
CAS PRATIQUE : PARTAGER UN DOCUMENT

2/3

Cas 1 : je dois partager un fichier à un autre collaborateur GPM

Exemple 2 : Partager un lien depuis Microsoft Teams

1. Cliquer sur les trois points à côté du document
2. Appuyer sur « copier le lien ».
3. Copier le lien.
4. Envoyer le lien à votre contact.



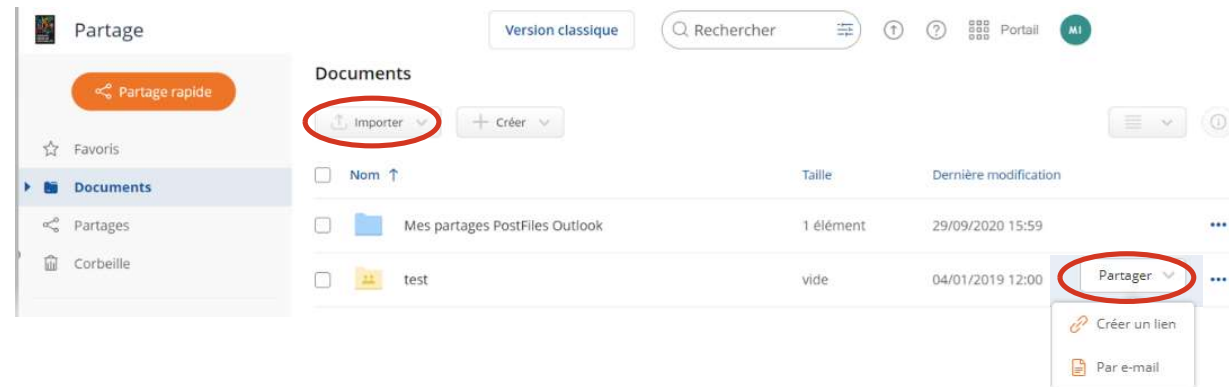
CAS PRATIQUE : PARTAGER UN DOCUMENT

3/3

Cas 2 : je dois partager un fichier à une personne externe à GPM

Utiliser le site [oodrive](#) – Plateforme d'Echange Sécurisé :

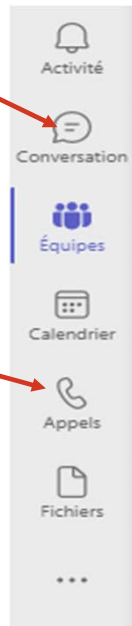
1. **Demander un accès à Mon support** (fiche d'habilitation)
2. **Une fois connecté, importer le document**
3. **Cliquer sur Partager soit :**
 - via la création d'un lien
 - par e-mail directement depuis le site



NB : possibilité d'installer un plug-in dans Outlook pour partager les fichiers dans oodrive depuis Outlook

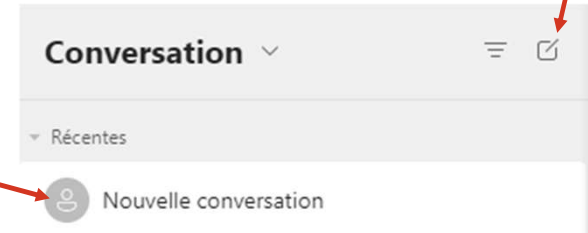
CAS PRATIQUE : MESSAGERIE MICROSOFT TEAMS

1/ Message et appel en privé



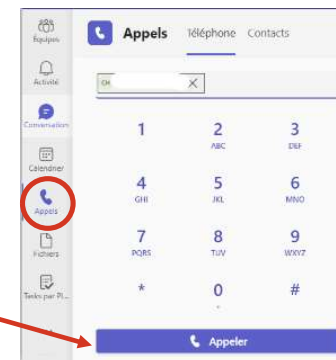
► Pour envoyer un message 'privé' à un collègue :

1. Cliquez sur « Conversation »
2. Appuyez sur le bouton « nouvelle conversation » en indiquant le contact souhaité



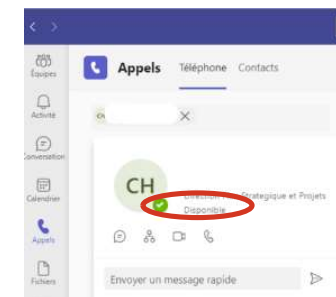
► Pour les appels :

1. Cliquez sur « appels »
2. Tapez le nom du contact



3. Cliquer sur son nom pour vérifier sa disponibilité : en vérifiant si son statut est 'Disponible' ; s'il ne l'est pas, contactez le par message comme vu précédemment.

4. Appuyez sur le bouton « Appeler »



CAS PRATIQUE : MESSAGERIE MICROSOFT TEAMS

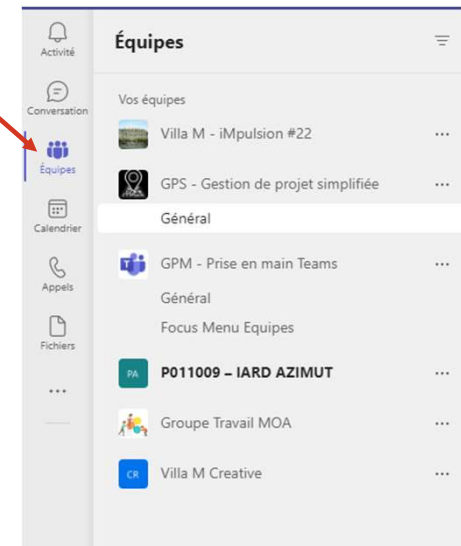
2/ Message et appel en équipe

► Pour communiquer avec un groupe :

1. Cliquez sur « Equipes »
2. Appuyez sur le bouton où le nom de l'équipe est indiqué et enfin écrivez votre message sur « publications »

► Pour les appels à tout le groupe :

1. Cliquez sur « Equipes »
2. Allez sur l'équipe désirée
3. Appuyez sur le bouton « démarrer une réunion » pour un appel collectif.



CAS PRATIQUE : SUPPRIMER DÉFINITIVEMENT DES E-MAILS

Les éléments que vous supprimez sont déplacés vers les dossiers 'Éléments supprimés' pour les mails ou 'Corbeille' pour les fichiers : non définitivement supprimés tant que ces dossiers ne sont pas vidés

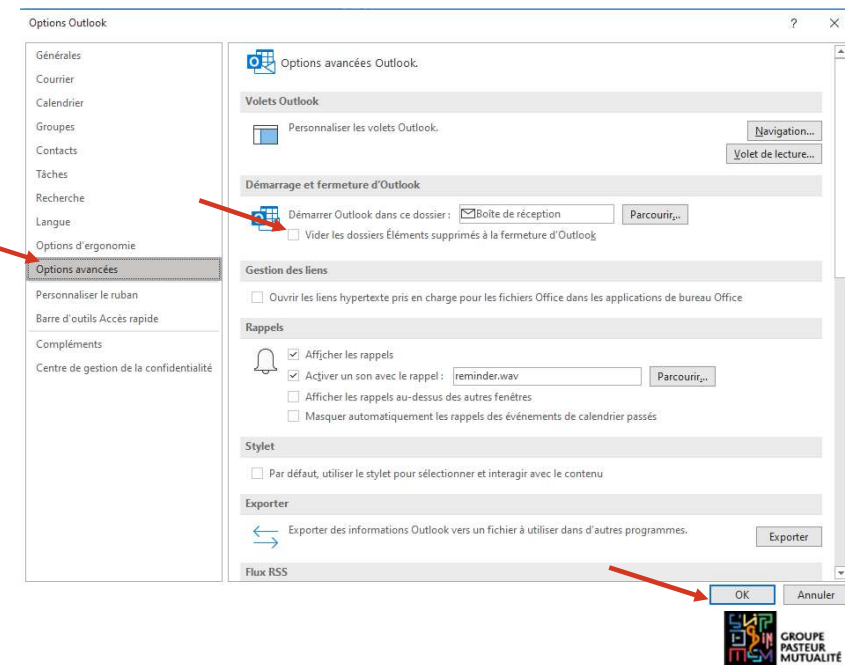
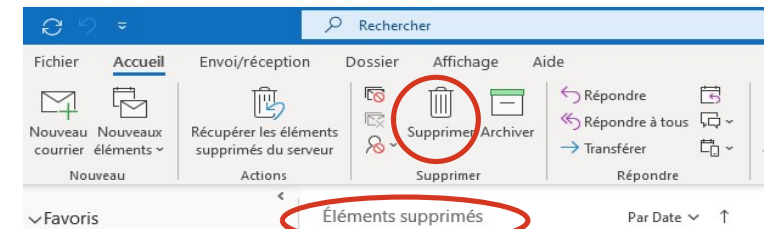
► Dans Outlook :

► Vider manuellement le dossier 'Éléments supprimés' :

1. **Sélectionner tous les messages du dossier à nettoyer** (raccourci clavier habituel "Ctrl-A")
2. **Cliquer le bouton "supprimer"** (raccourci clavier "Suppr")

► Vider automatiquement le dossier Éléments supprimés à la fermeture d'Outlook :

1. **Dans Menu Fichier, sélectionnez les Options** (tout en bas à gauche)
2. **Sélectionnez Options avancées, cochez la case 'Vider le dossier Éléments supprimés à la fermeture d'Outlook'**
3. **Cliquez sur le bouton 'OK'**



CAS PRATIQUE : SE DÉSABONNER POUR RÉDUIRE LA RÉCEPTION D'EMAILS INUTILES

- **Regardez votre boîte mail et désabonnez-vous des newsletters et des spams inutiles**
- **La fin de chaque e-mail, il y a un lien pour se Désabonner.**



The background of the slide features a series of concentric circles and arcs in various colors (blue, red, orange, white, purple, yellow) on a light gray background, creating a dynamic, wave-like effect.

AUTRES ACTIONS QUOTIDIENNES

PLUSIEURS PETITS GESTES QUOTIDIENS PERMETTENT DE LIMITER SON IMPACT

AUTRES PISTES D' ACTIONS POSSIBLES

- ▶ **Supprimer les dossiers et fichiers inutiles, les logiciels inutiles de son ordinateur et de son téléphone** (jeu, application...)
- ▶ **Usages d'Internet** : chaque recherche web est la cause de 7g de CO2 en moyenne
 - **Limiter l'usage de votre navigateur web** : tapez directement l'url du site dans la barre de recherche ou mettez les sites que vous visitez le plus en favoris
 - **Limiter le nombre d'onglets ouverts** : mettre les sites les plus visités en favoris
 - **Opter pour un navigateur web plus responsable** (et qui protège vos données personnelles)
 - ✓ **Ecosia** : négatif en carbone, l'entreprise produit en effet 2x la quantité nécessaire d'énergie pour son fonctionnement en énergie solaire et l'entreprise reverse une partie de ses revenus à la plantation et la protection des arbres
<https://www.ecosia.org/?c=fr>
 - ✓ **Lilo** : finance gratuitement les projets à impact positif de votre choix : <https://www.lilo.org>
- ▶ **Réparez vos anciens appareils, sinon privilégier le matériel d'occasion ou le reconditionné**
Appareils reconditionnés : 8 fois moins polluants que les appareils neufs
- ▶ **Éteindre complètement son appareil après son utilisation**
Débrancher les appareils des prises (chargeurs, télévisions, ...)



Pour plus d'information à propos de gestes éco-responsables nous vous proposons plusieurs sites afin d'élargir vos connaissances :

- <https://fresqueduclimat.org/>
- <https://www.freespiritcrew.com/eco-gestes-au-quotidien>
- <https://www.economie.gouv.fr/particuliers/gestes-consommer-responsable>
- <https://www.popuvox.fr/quels-sont-les-gestes-eco-responsable/>
- <https://www.apc-paris.com/actualite/20-eco-gestes-a-adopter-pour-numerique-responsable>
- <https://www.greenit.fr/>

MERCI



GROUPE
PASTEUR
MUTUALITÉ