

Comment réduire son empreinte numérique au quotidien ?

Document élaboré par le CERMA et les Shifters Montréal

Ce document présente de manière succincte les gestes pratiques que l'on peut poser au quotidien pour réduire son empreinte numérique.

L'ORIGINE DE NOTRE EMPREINTE NUMÉRIQUE

Bien que les activités menées via le numérique se fassent de manière virtuelle, c'est-à-dire sans se rencontrer et sans se déplacer, elles se font à l'aide de supports matériels et d'énergie, qu'il s'agisse des appareils électroniques (ordinateurs, téléphones, tablettes) ; du matériel de connexion internet reliant les nations entre elles (câblage, boîtes de connexion, Wi-Fi, tours de transmission) ; et des serveurs de données, de leur alimentation et leur climatisation.

La fabrication de ces biens nécessite une grande diversité de métaux, du plastique, de l'eau. Ces substances sont prélevées et transformées la plupart du temps hors de nos frontières. L'utilisation des produits électroniques et l'utilisation d'Internet demande de l'énergie (électricité) pour alimenter l'ensemble des serveurs permettant de stocker les données et de les envoyer à travers le monde. Ces serveurs étant situés pour la plupart à l'étranger, une part non négligeable est alimentée par des énergies fossiles, et émettent du CO₂, tout comme les réseaux transportant l'information de ces serveurs aux utilisateurs. C'est ainsi que l'on peut considérer que chaque requête réalisée sur un moteur de recherche ou chaque courriel envoyé a une empreinte carbone.

Plus les données sont massives, plus l'impact est grand. C'est ainsi qu'un courriel accompagné d'une pièce jointe volumineuse aura une empreinte carbone beaucoup plus élevée qu'un simple message ; ou que regarder une vidéo en haute résolution a plus d'impact que de la regarder à basse résolution ; et que chaque fichier que l'on dépose dans un espace « nuagique » alourdit la taille des serveurs, et donc notre empreinte carbone et matérielle.

Bien que les serveurs et réseaux aient une empreinte carbone, il faut garder en tête que la plus grande partie du problème dans des pays comme le Canada réside dans la phase de fabrication des appareils utilisateurs : ceux-ci utilisent localement une électricité décarbonée, mais sont manufacturés en Asie, notamment en Chine avec ses nombreuses centrales à charbon. Ils sont trop souvent jetés et remplacés, posant un double problème : d'une part l'épuisement de matériaux critiques ainsi que pollution et impacts écologiques pour les obtenir, d'autre part l'accumulation de « e-waste » en fin de chaîne très peu recyclables et dangereux pour l'environnement. On estime que 80% du « sac-à-dos » écologique d'un internaute réside dans cette phase de fabrication des terminaux.

GESTES CONCRETS À POSER POUR RÉDUIRE SON EMPREINTE NUMÉRIQUE

De nombreuses actions présentées ci-dessous se font rapidement, surtout lorsqu'elles sont instaurées de manière quotidienne. Le plus long est la première mise en œuvre puisqu'il y a plus de choses à faire. La section qui suit est organisée en trois parties : le matériel ; Internet, courriels et fichiers ; les vidéos.

Le matériel (ordinateurs, tablettes, téléphone, etc.)

- Acheter d'occasion
- Acheter en fonction de ses besoins (pas nécessaire d'avoir un PC ultra-performant si on ne fait que du web, ou un grand écran si on n'a pas besoin de contraste, etc.)
- Garder ses appareils longtemps
 - Acheter des appareils durables. En particulier, les choisir pour qu'ils ne soient pas rapidement déshabillés, et suffisamment « ouverts » et modulables (batterie amovible, etc.) pour pouvoir changer des pièces
 - Rajouter au besoin de l'espace mémoire et changer la batterie usée des portables plutôt que de racheter un nouvel appareil
- Favoriser l'utilisation pro-perso si possible
- Utiliser une luminosité d'écran et un contraste modéré pour limiter la consommation d'électricité et ménager ses yeux
- Utiliser les environnements avec des fonds noirs proposés par les applications (Facebook, Google, etc.)
- Développer ses compétences pour lutter contre l'obsolescence forcée, notamment logicielle (ex : passer à Linux si Windows n'est plus mis à jour, etc.)

Internet, courriels et fichiers

- Réduire l'espace occupé dans sa boîte courriel
 - Supprimer les messages inutiles ou périmés dans les dossiers, y compris la boîte de réception, les messages envoyés et les courriels
 - Supprimer les pièces jointes inutiles des courriels que l'on veut conserver. Supprimer les pièces jointes importantes sur son ordinateur
 - Faire un archivage régulier de ses courriels.
 - Vider le dossier courriels, et celui des fichiers supprimés régulièrement
 - Ne pas inclure de signature volumineuse à tous ses courriels (images)
- Réduire l'espace occupé sur ses serveurs
 - Supprimer régulièrement les fichiers inutiles ou déshabillés sur les serveurs institutionnels et personnels (iCloud, OneDrive, Google Drive, Dropbox, etc.)
 - En particulier les vidéos et les images
 - Une copie en ligne n'est pas sécuritaire comme l'a illustré l'incendie d'un centre de données en France par exemple. De plus, vous donnez des informations sensibles aux hébergeurs (Google, etc.).
 - Admettre qu'on ne peut avoir accès partout et en tout temps à tous ses documents, et préférer une sauvegarde locale sur un disque dur
- Être économe dans l'envoi de courriels
 - Ne pas faire systématiquement des « répondre à tous » en se limitant aux occasions nécessaires.
 - Limitez l'envoi de pièces jointes, et au besoin privilégiez un lien vers un Dropbox par exemple
 - Préférez des messageries instantanées lorsqu'il y a des échanges rapides
- Éviter les signatures « lourdes » qui contiennent des images
- Créer des fichiers aussi « légers » que possible, par exemple ceux qui incorporent des images (Powerpoint, Word, PDF, etc.)

- Se restreindre à une taille minimale des images qui soit suffisante pour assurer une lecture agréable (il existe plein de manière de réduire le poids des images sans réelle perte : dimensions, nombre de couleurs etc. ; idem pour les vidéos que vous publiez)
- Mettre les sites que l'on consulte régulièrement en favori plutôt que de passer par un moteur de recherche ; on peut aussi mettre les sous-pages de chaque site en favori pour économiser plusieurs clics et requêtes

Vidéos et visioconférences

- Ne pas utiliser systématiquement les communications par visioconférence au profit du téléphone
- Regarder les vidéos à basse résolution (YouTube, Zoom, Teams, etc.), il y a des plug-ins pour forcer la basse résolution automatiquement
- Éviter d'écouter de la musique sur YouTube
- Privilégier le téléchargement d'une vidéo et la lire sur son ordinateur plutôt que de la lire en continu (« streaming ») ; idem pour la musique Spotify etc.
- Régler les paramètres de YouTube et les sites similaires de sorte que la résolution par défaut ne soit pas « haute définition »
- Régler les paramètres par défaut des applications comme Facebook pour que les vidéos ne démarrent pas automatiquement