



Datum: 05.12.2019



Ecologie

Comment diminuer notre pollution digitale?

Outre nos efforts liés au plastique ou au carton, nous pouvons aussi limiter notre facture digitale. Explications et conseils récoltés auprès de deux experts de l'écologie numérique.

Juliane Monnin



Selon une étude de la société spécialisée dans la sécurité informatique McAfee, les spams qu'on reçoit consomment autant d'énergie que plus de 3 millions de voitures. Des chiffres affolants qui poussent à mieux comprendre l'ampleur de la pollution digitale. © Christin Hume

Dans un bureau lausannois, deux collègues comparent le nombre de mails de leurs messageries professionnelles respectives. Marie*, 35 ans: «Tous libellés compris, j'en compte une cinquantaine.» En face d'elle, Angèle*, 37 ans, médusée, lâche: «J'en ai plus de 36 000 et je dois en avoir autant sur ma messagerie perso que je lis sur mon iPhone.» Si le sujet peut prêter à rire, le poids des mails n'a rien d'anecdotique. Selon l'Ademe (L'Agence française de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie), envoyer un message avec une pièce jointe équivaut à laisser une ampoule allumée pendant 24 heures. Pire, chaque année, selon une étude de la société spécialisée dans la sécurité informatique McAfee, les spams qu'on reçoit consomment autant d'énergie que plus de 3 millions de voitures. Des chiffres affolants qui poussent à mieux comprendre l'ampleur de la pollution digitale.

Pour Christian Zeyer, directeur de Swisscleantech, une association économique qui œuvre pour la protection du climat,



Datum: 05.12.2019

«le terme de pollution digitale se rapporte généralement aux effets négatifs externes sur l'environnement causés par la prolifération des appareils (smartphones, tablettes, ordinateurs, etc.) et des applications digitales».

Bela Loto Hiffler, fondatrice de l'association parisienne Point de M.I.R (pour Maison de l'informatique responsable), complète ainsi la définition: «L'expression pollution digitale, ou pollution numérique, est plus concrète qu'impact environnemental du numérique. Tout le monde connaît en effet le terme pollution et ça contribue à mettre la puce à l'oreille d'un public encore non averti.»

Si Angèle* n'arrive pas à saisir l'étendue de son empreinte numérique, c'est probablement que «l'immatérialité de ce domaine (celle qu'on nous vend) ne favorise pas notre perception des enjeux. Tout nous semble invisible et donc sans effet apparent», explique l'experte française. Pourtant, les conséquences sont bien là, selon elle, le numérique contribuerait en très grande partie aux impacts environnementaux de l'activité humaine et représenterait 3,8% des gaz à effet de serre émis au niveau mondial. «Dérèglement climatique, consommation en eau et en énergie, épuisement des ressources non renouvelables (des métaux notamment), pollution de l'air, de l'eau, des sols, perte de la biodiversité... la liste des répercussions négatives sur la planète est trop longue», déplore Bela Loto Hiffler, auteure des ouvrages «Le son sur le web» (Ed. Dunod) et «Les éco-gestes informatiques» (Ed. Ademe).

Elle ajoute: «Si le numérique était un pays, il aurait environ 2 à 3 fois l'empreinte écologique de la France.»

Ainsi, ce secteur consommerait 4,5% de l'énergie primaire mondiale. D'autre part, les impacts majoritaires de cette pollution numérique ou digitale «se situent au niveau de la fabrication des appareils que nous utilisons au quotidien et coûterait environ 34 milliards», rapporte-t-elle.

Des réflexes à adopter

Toutefois, il est possible de freiner, à notre échelle, la pollution digitale. Pour commencer, «nous pouvons limiter les impacts environnementaux en adoptant une posture générale de sobriété et une attention de tous les instants», explique encore Bela Loto Hiffler. «Il ne s'agit pas de punir, ni de se punir, mais d'être conscient d'un ensemble d'effets. Une fois que le pli est pris, c'est gagné!» assure-t-elle.

Pour la militante, «notre première mission est d'allonger la durée de vie du matériel, de retarder le plus possible le moment d'une nouvelle acquisition et ce par tous les moyens, bien avant la réparation, en ayant une bonne connaissance de la machine, en la choyant, en l'entretenant».

Celle qui est aussi l'animatrice des sessions de formation «Vers un numérique plus responsable» conseille une petite liste de bonnes actions à mener au quotidien: «On préférera par exemple acquérir du matériel reconditionné ou d'occasion.» Même son de cloche pour le directeur de Swisscleantech qui préconise d'utiliser et de réparer nos objets électroniques le plus longtemps possible. Sa consigne? Privilégier les appareils à faible consommation d'énergie lors de l'achat. En Suisse, d'ailleurs, l'entreprise Swico Recycling reprend gratuitement les ordinateurs ou smartphones délaissés pour les retraiter de façon écologique.

Toujours dans un souci de réduction de la pollution digitale Bela Loto Hiffler rappelle l'intérêt d'éteindre son ordinateur quand on ne l'utilise pas – tout le monde connaît un collègue qui ne le fait jamais n'est-ce-pas? – et d'en faire de même avec notre smartphone la nuit. A la maison, dès que c'est possible, elle recommande aussi de mettre sur off notre box ou de désactiver le wi-fi.

Par ailleurs, les deux experts s'accordent à dire qu'il est nécessaire d'apprendre à naviguer plus intelligemment sur internet, mais aussi de raisonner sa consommation sur les réseaux sociaux dans le but de limiter les flux de données. Pour donner une idée, selon l'Ademe, une heure passée à regarder une vidéo sur son smartphone



Datum: 05.12.2019

correspondrait à la consommation annuelle d'un réfrigérateur. Concernant les mails envoyés quotidiennement, «il est important de les limiter», dans la mesure du possible, «tout en pensant à purger les pièces jointes» rappelle l'experte.

Encourage déconnexion et sensibilisation

Dernière recommandation que devrait respecter tout écolo digital? «Se passer du numérique dans la vie de tous les jours quand une alternative unplugged se présente», suggère la spécialiste. Ou quand se déconnecter nous fait du bien à nous, mais également à la planète.

Un espoir en matière de pollution digitale? Il vient des consommateurs: «On assiste à une prise de conscience grandissante», analyse Bela Loto Hiffler tout en regrettant qu'«on inverse la hiérarchie des actions qu'il faudrait entreprendre. Par exemple, on insiste sur le nettoyage de notre boîte mail alors que le plus important est de prolonger la durée de vie du matériel. La question des mails peut être posée, et elle représente une porte d'entrée pédagogique, mais elle doit être correctement relativisée au risque d'être contre-productive.»

Par ailleurs, pour aller plus loin dans la compréhension de l'impact environnemental de nos appareils numériques, il est possible de suivre des ateliers formations. Point de M.I.R propose ainsi, notamment, de nous éclairer sur «la réalité matérielle de nos smartphones, leur cinquantaine de métaux extraits dans de nombreux pays du monde, ou encore les conditions dans lesquelles ils sont prélevés.» Plus proche de nous, Zero Waste Switzerland (leur agenda à suivre), par exemple, propose un atelier interactif sur la réduction concrète des déchets dans un monde numérique.

Une autre piste, enfin, bien qu'elle puisse sembler paradoxale, est le téléchargement de l'appli Plana. Cet assistant digital encourage à baisser la facture environnementale de notre smartphone en mettant, notamment, en veille, bon nombre d'applications à partir d'une certaine heure et informe sur nos émissions de gaz à effets de serre.

Finalement, s'il fallait retenir une dernière information sur la pollution digitale? «On ne cessera de le répéter: c'est l'étape d'extraction et de fabrication de nos objets numériques qui est la plus impactante, alors allongez la durée de vie de votre matériel par tous les moyens!» clame Christian Zeyer. Enfin, rappelez-vous que plus de 95 millions de photos et de vidéos sont partagées quotidiennement sur Instagram. Et si on se mettait en mode unplugged, là, maintenant?

*prénoms connus de la rédaction