

Workshop durabilité

Support à l'atelier



Table des matières

Organisation de l'atelier	3
Déroulement de l'atelier	3
Support à l'atelier	4
Déroulement de l'atelier	4
1. Bienvenue et présentation	4
2. Introduction à la sobriété numérique	4
3. Engagement du public	5
4. Soutien avec des chiffres réels	5
5. Engagement du public	5
6. Présentation d'outils concrets	6
7. Engagement du public	7
8. Kahoot	7
9. Clôture	8
Ressources	8
Carte de sobriété	8

Organisation de l'atelier

Date : Mardi 19 septembre, rendez-vous à 15H30 devant le secrétariat de Bellevue
 Thème : La sobriété numérique
 Durée : Animer deux sessions de 45'
 Logistique : Salle 202 (un vidéoprojecteur + 2 tableau blanc)
 Audience : ?

Déroulement de l'atelier

#	Partie	Étudiant	Estimation
1	Bienvenue et présentation	Guillaume ?	3'
	- Accueil du public - Qui sommes-nous ? - Thème de l'atelier		
2	Introduction à la sobriété numérique	Guillaume ?	5'
	- Introduction - 4 - Qu'est-ce que la sobriété numérique - Son importance		
3	Engagement du public	Rafael	6'
	- Quels sont les habitudes, les actions qui participe à cette problématique ?		
4	Soutien avec des chiffres réels	Zotrim	5'
	- Présentation et argumentation		
5	Engagement du public	Rafael	6'
	- Comment peux-tu augmenter notre sobriété numérique ?		
6	Présentation d'outils concrets	Zotrim	5'
	- Cycle de vie - Outils - Techniques - Habitudes		
7	Engagement du public	Guillaume ?	6'
	- Débat		
8	Kahott	Rafael	5'
9	Clôture	Zotrim	2'
	- Clôture		
-			43'

Support à l'atelier

Déroulement de l'atelier

1. Bienvenue et présentation

- a. Accueil du public
 - Accueil
 - Bienvenue
 - Qui sont-ils ?
 - Comment se déroule la journée ?
- b. Qui sommes-nous ?
 - Étudiant de 2^{ème} année en IG en DTA
 - Présentation de chacun
- c. Thèmes de l'atelier
 - Présentation du thème
 - Thème d'actualité
 - Ludique orienté utilité
 - Super si vous intervenez !

2. Introduction à la sobriété numérique

a. Introduction

*Bienvenue à ce workshop consacré à la sobriété numérique, un concept essentiel dans notre ère de plus en plus connectée et technologiquement avancée. **La sobriété numérique est une approche qui vise à repenser notre relation avec la technologie et à réduire l'impact environnemental, énergétique et sociétal de nos activités numériques.***

Au cours de cette atelier, nous explorerons les principes fondamentaux de la sobriété numérique, les raisons pour lesquelles elle est devenue cruciale dans notre société moderne, la connaissance des habitudes participant à cette problématique, ainsi que les actions que nous pouvons entreprendre pour favoriser un usage plus responsable et durable de la technologie. En comprenant et en adoptant les principes de la sobriété numérique, nous pouvons contribuer à préserver notre planète tout en profitant des avantages de la révolution numérique.

Notre objectif est de vous apporter quelques connaissances voire habitudes qui pourront vous accompagner tout au long de votre formation en filière tourisme.

b. L'importance de la sobriété numérique

La sobriété numérique revêt une importance croissante de nos jours à plusieurs niveaux, notamment sur le plan écologique, économique et social.

Écologique

***Réduction de l'empreinte carbone** : Les technologies numériques, telles que les data centers, les appareils électroniques et les réseaux sociaux, sont gourmandes en énergie et contribuent de manière significative aux émissions de gaz à effet de serre. En adoptant des pratiques sobres en énergie, nous pouvons réduire ces émissions et contribuer à la lutte contre le changement climatique.*

Conservation des ressources : La fabrication et les déchets des appareils électroniques génèrent une quantité importante de déchets. Que cela soit au niveau de la durée des produits numériques, de l'optimisation à toutes les étapes de son cycle de vie voire des réglementations au niveau de l'obsolescence programmée, la sobriété numérique encourage la durabilité, la réparation et le recyclage, contribuant ainsi à la préservation des ressources naturelles.

Économique

Réduction des coûts : L'efficacité énergétique et la gestion responsable des ressources numériques peuvent réduire les coûts d'exploitation pour les entreprises et les individus. Les économies réalisées peuvent être investies dans d'autres domaines économiquement profitables.

Innovation et compétitivité : La sobriété numérique favorise l'innovation en encourageant la recherche de solutions technologiques plus efficaces et durables. Les entreprises qui adoptent des pratiques sobres en ressources peuvent gagner en compétitivité sur un marché de plus en plus axé sur la durabilité.

Sociale

Protection de la santé mentale : La surconsommation numérique, le multitasking, l'addiction aux écrans et la dépendance aux médias sociaux, aux jeux-vidéo ont un impact négatif sur la santé mentale. La sobriété numérique encourage une utilisation plus réfléchie et équilibrée de la technologie, améliorant ainsi la santé mentale individuelle.

Accès équitable : La sobriété numérique promeut l'accès équitable aux technologies, en veillant à ce que tout le monde puisse bénéficier des avantages de la révolution numérique, y compris les populations marginalisées.

3. Engagement du public

- « Selon vous, quels sont les habitudes, les actions qui participent à cette problématique ? »
 - Explication et rajout de connaissances
 - Jauger les différents comportements

4. Soutien avec des chiffres réels

Quelques chiffres réels

- a. <https://archives.qqf.fr/infographie/69/pollution-numerique-du-clic-au-declic>
 - Présentation et argumentation

5. Engagement du public

- a. « Comment peux-t-on augmenter notre sobriété numérique ? »
 - Explication et rajout de connaissance sur le sujet.
 - Jauger les différents comportements

6. Présentation d'outils concrets

- a. Présentation et explication du cycle de vie d'un produit. Exemple à chaque étape de réduction et d'outils concrets.



- b. 5R



- c. Logiciel éco-responsable
- d. Allongez la durée de vie des appareils
Prenez soin de vos appareils électroniques et évitez de télécharger des mises à jour non essentielles pour prolonger leur durée de vie.
- e. Éteindre la box internet et le boîtier TV
Éteignez votre routeur internet et votre boîtier TV lorsque vous ne les utilisez pas pour économiser de l'électricité et de l'eau.
- f. Limitez votre usage du Cloud :
Stockez vos données personnelles sur un disque dur plutôt que sur le Cloud, et limitez les téléchargements et les publications excessives sur les réseaux sociaux.
- g. Limitez votre usage de la 5G :

Utilisez des réseaux Wifi plutôt que la 5G pour réduire la consommation d'électricité due aux infrastructures 5G.

- h. Regardez la TV par la TNT :
Privilégiez la diffusion en direct (TNT) plutôt que les services de streaming pour réduire la consommation de bande passante.
- i. Réutilisez des équipements d'occasion :
Vendez vos anciens appareils électroniques en ligne ou achetez des appareils d'occasion au lieu d'acheter neuf.
- j. Remplacez un écran géant par un vidéoprojecteur :
Optez pour un vidéoprojecteur plutôt qu'un grand écran de télévision, car cela a un impact environnemental beaucoup plus faible.

7. Engagement du public

Débat

- a. « Sobriété numérique et tourisme ? »
- b. « Faut-il sacrifier la performance et le « progrès » au profit de la sobriété numérique ? »
- c. « Où s'arrête le progrès et laisse place à l'inutile ? »
- d. « Quels sont les principales barrières à l'adoption de la sobriété numérique ? [Motivation, croissance économique, politique, conflits d'intérêts] »
- e. « Sobriété numérique et développement durable ? »

8. Kahoot

- 1. Question : Qu'est-ce que la sobriété numérique vise principalement à réduire ?
 - A. **La consommation d'énergie liée à la technologie**
 - B. Le nombre de smartphones en circulation
 - C. La vitesse d'Internet
 - D. Les virus informatiques
- 2. Question : Quel terme décrit le fait de concevoir des logiciels et des applications de manière à minimiser leur impact environnemental ?
 - A. Écologie numérique
 - B. **Conception écologique**
 - C. Sobriété numérique
 - D. Énergie informatique
- 3. Question : Quel terme ne fait pas partie des 5R ?
 - A. Réutiliser
 - B. Refuser
 - C. **Réorganiser**
 - D. Recycler
- 4. Question : Quelle est la meilleure définition de la sobriété numérique ?
 - A. L'utilisation excessive des technologies numériques pour accroître la productivité.
 - B. La consommation réduite de divertissements en ligne.
 - C. **La consommation responsable des ressources numériques pour minimiser les impacts environnementaux.**

D. L'utilisation d'ordinateurs puissants pour réduire les coûts de fonctionnement des entreprises.

5. Question : Quelle est la principale source de pollution électronique due aux produits numériques désuets ?

- A. Les émissions de CO2
- B. Les déchets plastiques
- C. Les métaux lourds**
- D. Les radiations

6. Question : Quelle pratique consiste à éteindre complètement un appareil au lieu de le laisser en veille ?

- A. Veille éco-responsable**
- B. Veille intelligente
- C. Veille classique
- D. Mode avion

7. Question : Quel est l'objectif principal de la réduction de la taille des fichiers et des données numériques ?

- A. Économiser de l'espace de stockage (infrastructure)**
- B. Accélérer la vitesse d'Internet
- C. Augmenter la résolution des images
- D. Réduire la durée de vie des appareils

8. Question : Pourquoi la vidéo en streaming haute définition a-t-elle un impact environnemental plus important que la vidéo en qualité standard ?

- A. Elle utilise plus de bande passante**
- B. Elle est plus courte
- C. Elle est stockée localement
- D. Elle ne nécessite pas d'électricité

9. Question : Quelle est la durée de vie moyenne d'un smartphone avant d'être remplacé ?

- A. 2 ans**
- B. 5 ans
- C. 8 mois
- D. 10 ans

10. Question : Quel est le rôle des labels écologiques sur les produits électroniques ?

- A. Indiquer que le produit est le plus cher
- B. Informer les consommateurs sur l'impact environnemental du produit**
- C. Garantir que le produit est indestructible
- D. Promouvoir l'obsolescence programmée

9. Clôture

Ressources

[Carte de sobriété](#)

En suivant cet atelier, je me sens capable de. :

<ul style="list-style-type: none">• Réduire la luminosité de mon téléphone• Supprimer mes mails inutiles	<ul style="list-style-type: none">• Débrancher mes appareils inutilisés• M'intéresser et tenter les 5R
<ul style="list-style-type: none">• Réduire mon temps d'écran et l'utilisation des services numériques• Réduire mon utilisation des réseaux sociaux	<ul style="list-style-type: none">• Ne plus remplacer mon smartphone tant qu'il est utilisable• Regarder des contenus en résolution standard.
<ul style="list-style-type: none">• Réduire mon nombre d'appareils numériques• M'organiser pour que mon projet smartphone soit un Fairphone (réparable).	<ul style="list-style-type: none">• Acheter d'occasion mes outils numérique.• Trier mes photos sur le cloud

Et une fois que le cœur vous en dit, tentez la mise ne pratique de vos points.