



THE ADECCO GROUP

# 14 GESTES SIMPLES POUR REDUIRE SON IMPACT NUMERIQUE AU QUOTIDIEN

Au même titre que la **consommation de papier** ou d'autres consommables, l'**usage du numérique** peut avoir un impact **important sur l'environnement**.

Nous vous proposons ici quelques gestes simples pour **réduire votre impact numérique au quotidien** :

- 1/ Nettoyer sa boîte mail régulièrement (y compris dans les emails envoyés)**
  - En archivant uniquement les messages qui méritent de l'être
  - En vidant régulièrement la corbeille
- 2/ Mettre un filtre anti-spam pour se protéger des courriers indésirables.**
- 3/ Télécharger les documents importants et les supprimer de la boîte mail**
- 4/ Éviter d'envoyer des pièces jointes lourdes**
  - En privilégiant les liens de téléchargement
  - En évitant de joindre la PJ dans la réponse à l'expéditeur
- 5/ Cibler les destinataires et réduire autant que possible le « répondre à tous »**
- 6/ Nettoyer l'historique de conversation d'un email s'il n'est pas pertinent pour alléger le poids de l'email**
- 7/ Se désinscrire des newsletters inutiles**
- 8/ Décocher les cases quand on ouvre un compte en ligne pour ne pas recevoir de mails commerciaux**
- 9/ Saisir directement l'URL d'un site Web au lieu de taper son nom dans un moteur de recherche**
- 10/ Vider régulièrement le « cache » (mémoire des fichiers temporaires) de l'ordinateur**
- 11/ Ne pas activer la HD pour les vidéos**
- 12/ Privilégier un stockage physique local au cloud**
- 13/ Contrôler sa présence sur les réseaux sociaux**
- 14/ Nettoyer régulièrement ses logiciels de messagerie (Facebook Messenger, WhatsApp, etc.)**