



Numérique responsable en cabinet dentaire

Ces petits gestes font partie d'une démarche "gagnant-gagnant" pour vous et pour la planète.
Appliquez ces gestes au sein de votre cabinet, à la maison et partagez les autour de vous !



Supprimer ses mails

Un geste simple mais efficace pour réduire son impact environnemental.

Poids carbone d'un mail :

- Mail classique = 4 g de CO₂
- Mail avec une pièce jointe (1 Mo) = 20 g de CO₂

 **1km en voiture = 200g de CO₂**



Compresser ses fichiers

Un fichier compressé optimise les ressources numériques.

- Moins de stockage requis
- Moins de données transférées
- Plus d'économie d'énergie

Formats efficaces : ZIP, RAR, GZIP



Partager son wifi

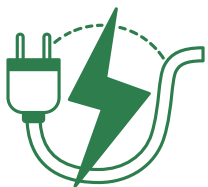


Entre le Wi-Fi et les données mobiles (4G, 5G...), c'est le Wi-Fi qui consomme moins d'énergie !

Les **réseaux mobiles** consomment environ **4 à 23 fois plus** que le **Wi-Fi**

Dans vos salles d'attente, n'hésitez pas à partager votre Wi-Fi pour vos patients !

(Rapprochez vous de vos fournisseurs pour éventuellement créer un accès public)



Mode économie d'énergie

Adopter des réglages d'économie d'énergie est une démarche simple et efficace pour réduire votre consommation électrique.

- Ordinateur : prolonge la durée de la batterie de 20 à 30 %
- Téléphone : double la durée de vie de la batterie
- WiFi : mise en veille la nuit peut économiser environ 30 kWh par an, soit l'équivalent de 15 kg de CO₂

Allonger la durée de vie des appareils



Nettoyez vos appareils régulièrement, faites les mises à jour nécessaires, et réparez-les plutôt que de les remplacer.

- Utilisez des coques et des protections d'écran
- Optez pour des ventilateurs pour éviter la surchauffe
- Enlevez les poussières et saletés