

# ECO-GAMING

## JOUONS RESPONSABLE !



**On aime jouer, et on aime aussi la planète.** Sauf qu'on le sait aujourd'hui : le bilan environnemental du numérique est élevé et augmente sans cesse. Les industries et les politiques ont une grande part de responsabilité, mais nous pouvons en tant que joueuses et joueurs prendre les devants et envoyer le bon message.

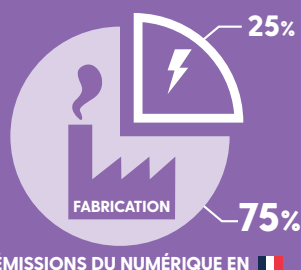
Comment concilier notre passion avec une pratique responsable ? Pour répondre à cette question, Game Impact, association qui travaille sur les enjeux sociaux du jeu vidéo, propose ce guide listant les actions qui nous semblent les plus importantes !

**À nous d'agir pour continuer à jouer longtemps !**

### MATÉRIEL

En France, c'est la fabrication de matériel (consoles, ordinateurs, smartphones) qui a l'impact environnemental le plus fort, loin devant leur consommation électrique. C'est donc à ce niveau que notre action peut être la plus efficace !

**La stat' :** Pour un ordi haute performance en France utilisé pendant 6 ans, la fabrication représente 75% des émissions de CO2 !



#### 1 Je n'achète que du matériel que je vais vraiment utiliser.

Tout le monde a déjà acheté le dernier gadget pour l'oublier 2 semaines après. En réfléchissant à l'usage que j'en aurais, je peux réduire facilement mon impact et mes dépenses !

#### 2 Je fais durer mon matériel.

Pour éviter de racheter neuf et donc de contribuer à la surproduction, j'optimise la durée de vie de mon matériel en le protégeant, en le réparant, en le nettoyant, et en remplaçant les pièces obsolètes.

#### 3 Je privilégie l'occasion, le reconditionné ou l'échange.

J'évite ainsi de la production de matériel neuf et je permets à des objets encore parfaitement utilisables de vivre plus longtemps.

#### 4 J'achète mes jeux en dématérialisé plutôt qu'en boîte.

Sauf si je compte les prêter ou revendre, il vaut mieux éviter les impacts de la production de boîtiers en plastique et de supports (Blu-ray, etc). Ou alors je les achète d'occasion !

#### 5 Je donne une nouvelle vie aux objets que je n'utilise plus.

Du matériel qui prend la poussière peut servir à d'autres personnes directement via un don, être reconditionné, ou bien être recyclé.  
Comment faire : [ecosystem.eco](https://ecosystem.eco)

#### 6 J'utilise un écran d'une taille raisonnable.

L'impact environnemental des écrans est très élevé en comparaison des autres matériels de jeu, d'autant plus quand ils sont grands: je prends donc juste le nécessaire, et j'y réfléchis à 2 fois pour le multi écran !

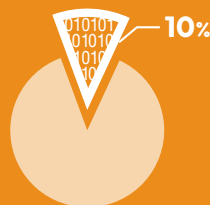
#### 7 J'utilise le cloud gaming judicieusement.

Un blockbuster représente énormément de données à télécharger: si je compte juste essayer ce jeu, le cloud gaming limitera la quantité de données utilisées. Puis si je compte le finir, autant le télécharger pour éviter un flux de streaming vidéo très consommateur sur le long terme.

## ⚡ ⚡ CONSOMMATION ÉNERGÉTIQUE ⚡

En France, l'électricité est peu carbonée, et l'alimentation du matériel a donc moins d'impact que sa production. Mais cela reste un facteur important sur lequel on peut agir facilement !

**La stat'**: En France, 10% de la consommation électrique provient de l'usage du numérique, et cela continue d'augmenter.



CONSOMMATION ÉLECTRIQUE EN 

#### 1 Après avoir joué, j'éteins la machine ou je la mets en veille.

Que je sois en train de l'utiliser ou pas, la machine allumée consomme presque autant d'électricité. Donc quand j'ai fini de l'utiliser, je l'éteins ou je la mets en veille si je compte la réutiliser très prochainement.

#### 2 Je coupe l'alimentation des machines que je n'utilise pas.

Même en veille, une machine branchée consomme un peu. En utilisant une multiprise avec interrupteur pour débrancher facilement mes appareils après usage, je peux économiser jusqu'à 10 % d'énergie !

#### 3 Je privilégie du matériel avec une bonne efficacité énergétique.

Beaucoup d'appareils, notamment les écrans, ont une étiquette énergétique qui leur est associée, allant de A à G. Quand le budget le permet, je privilégie les appareils avec une note la plus proche possible de A.

#### 4 Si j'ai un deuxième écran, je l'éteins quand je ne m'en sers pas.

Un écran consomme beaucoup d'énergie ! Pas de souci pour l'utiliser quand j'en ai besoin, mais quand ça n'est pas le cas, l'éteindre me permet une bonne économie.

#### 5 J'utilise une configuration graphique raisonnable.

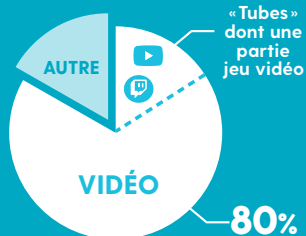
Un même jeu consomme beaucoup plus d'électricité à faire tourner quand il a des spécifications graphiques élevées (résolution, nombre d'images/seconde, etc.). Je paramètre donc une configuration raisonnable: pourquoi utiliser de la 4K si mon écran ne me permet même pas de faire la différence ?

## TÉLÉCHARGEMENT DE DONNÉES

Transférer des données nécessite des infrastructures (serveurs, câbles, antennes...) dont la fabrication a un fort impact.

En raisonnant l'utilisation de ma bande passante, j'économise à la fois sur ce besoin en infrastructures et en consommation électrique.

**La stat'**: 80 % de la bande passante mondiale correspond à de la vidéo!



USAGE DE LA BANDE PASSANTE D'INTERNET

#### 1 Pour les vidéos, j'utilise une résolution adaptée à mon usage.

La quantité de données augmente exponentiellement avec la résolution de la vidéo: visionner en HD plutôt qu'en 4K utilise 3 fois moins de données!

Je privilégie donc une résolution optimisant la qualité et l'usage de données: sur ordinateur, 720p plutôt que HD/2K/4K, et sur smartphone, 360p ou 480p.

#### 2 Pour le son, j'utilise des solutions adaptées.

Pour éviter de télécharger de la vidéo pour rien quand j'écoute du son, je privilégie un podcast, un logiciel de musique ou une vidéo en 144p ou 240p.

#### 3 Je privilégie la connexion filaire au Wi-Fi, et le Wi-Fi à la 4G/5G.

Le filaire consomme moins de ressources que le Wi-Fi, qui consomme lui-même beaucoup moins que la 4G/5G. En priorisant bien, je bénéficie en plus d'un meilleur débit et d'une meilleure stabilité!

#### 4 Je désactive les mises à jour automatiques de mes jeux.

Les mises à jour de jeux peuvent représenter beaucoup de données (plusieurs dizaines de Go). La mise à jour automatique est activée par défaut sur la plupart des consoles et portails de jeux (Steam, etc.), y compris pour les jeux que je ne lance jamais: en la désactivant, je m'assure de ne télécharger que les mises à jour dont j'ai besoin.



## ET APRÈS ?



Après avoir optimisé au mieux sa façon de jouer, un dernier point nous semble essentiel: soutenir des studios et jeux engagés.

On veut toujours des jeux fun et immersifs, mais aussi qui respectent notre temps, sont créés dans de bonnes conditions de travail, traitent de thématiques importantes, ne se battent pas pour le porte-monnaie et l'attention, notamment celle des enfants.

En tant que joueurs et joueuses, comment envoyer ce message à toute la chaîne de production? Acheter moins mais mieux, jouer de façon responsable. À l'heure où la course à la puissance, au toujours plus grand et plus fort, est valorisée, un autre chemin est possible. À nous de montrer l'exemple et d'être vocal à ce sujet, sans tomber dans la toxicité et la culpabilisation. **Poussons le jeu vidéo à rendre le monde meilleur!**

**Vous souhaitez aller plus loin? Des éléments vous ont posé question? L'ensemble des sources et chiffres sur lesquels sont basées ces recommandations, ainsi que des outils et sites auxquels s'adresser, sont disponibles dans notre article bien plus détaillé: flashez le QR code pour en savoir plus!**



[gameimpact.fr/eco-gaming](https://gameimpact.fr/eco-gaming)

Les principales sources que nous avons utilisées sont: le groupe GreenIT, The Shift Project, la fresque du Numérique, Joshua Aslan, Benjamin J. Abraham, l'ADEME et l'ARCEP.



Notre association promeut un jeu vidéo plus responsable. Si notre travail vous plaît, n'hésitez pas à nous suivre, nous soutenir, voire nous rejoindre !

**[contact@gameimpact.fr](mailto:contact@gameimpact.fr) // [gameimpact.fr](https://gameimpact.fr)**