



« Super ! », « Ok », « Vu », « 😊 »... Certains e-mails méritent-ils vraiment d'être envoyés ?

**En France, 1,4 milliard d'e-mails
sont envoyés par jour*
et chaque e-mail parcourt en moyenne
15 000 km pour arriver à destination**.**

Bien évidemment, plus le poids de l'e-mail augmente et plus il y a de destinataires, plus les impacts environnementaux sont importants ! Alors :

- limitez le nombre d'envois et de destinataires,
 - privilégiez les liens de téléchargement aux pièces jointes lourdes,
 - faites régulièrement le tri en supprimant les messages obsolètes et inutiles (notamment les spams),
- désabonnez-vous des newsletters que vous ne lisez pas,
 - nettoyez vos listes de diffusion.

Et n'hésitez pas à parler directement à votre collègue plutôt que de lui envoyer un e-mail surtout s'il ou elle est dans le bureau à côté. Moins d'e-mails, c'est aussi moins de charge mentale et moins de stress !



**Découvrez d'autres bonnes pratiques pour
un numérique plus responsable :**

cliquez ici

**Le numérique a un impact
sur l'environnement.**

**Adoptons les bons réflexes
pour le réduire.**



Une fois lu, cet e-mail ne s'autodétruit pas,
alors n'hésitez pas à le supprimer quand il ne vous sera plus utile.

*Source : ContactLab 2011 **Source : ADEME