



la Petjada Digital

Una cerca en internet:

0,2 grams de CO₂-eq
+ entre 0,4 i 4 g de
CO₂-eq pel nostre
dispositiu, navegador
i motor de cerca
(cada minut es fan 6
milions de cerques!).

Una pregunta a la Intel·ligència Artificial:

consumeix 10 vegades més
que a Google.

E-correu:

4 grams de CO₂-eq
(normal), amb adjunt
fins a 50.

Whatsapp:

0,2 grams de CO₂-eq
per missatge.

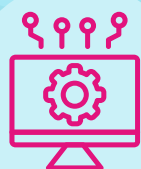
1 hora de videotrucada:

fins a 1 kg de CO₂-eq.

Un any tipus d'internet: com conduir un cotxe de combustió
durant 1000 quilòmetres.

El CO₂-eq és la quantitat d'un gas amb efecte d'hivernacle expressada com la quantitat
de CO₂ que produiria el mateix nivell de forçament radiatiu.

1



EMMAGATZEMATGE (combatre el Diògenes digital)

Limita les teues necessitats
d'emmagatzematge digital: pensa el que
vols guardar, buida la paperera de
reciclatge, desfes-te dels documents
duplicats.

Unifica els comptes de correu i
d'emmagatzematge al núvol.

Buida la galeria del mòbil regularment,
desfent-te d'aquelles imatges que no
usaràs mai.

2



DISMINUIR LA PETJADA DE LA QUOTIDIANITAT DIGITAL

Pensa abans de clicar!

Alleugereix les pàgines web de la teua organització.

Minimitza l'ús de la intel·ligència artificial (et farà més intel·ligent!)

Intenta cridar en comptes d'enviar un àudio de cinc minuts.

Si pots acurtar una videotrucada, apagar la càmera o fer que siga una
trucada telefònica normal, **fes-ho**.

Respon només amb allò necessari, parant esment a les imatges, vídeos i GIFS

Si pots, **enllaça** el document en comptes d'adjuntar-lo.

Bloca l'spam i anul·la les subscripcions de llistes
de correu i newsletters que ja no t'interessen.

Utilitza menys brillantor o el mode obscur a la pantalla.

Pensa abans de reenviar vídeos o contingut
pesat pel Whatsapp o al correu.

Tanca les apps quan no les uses i no deixes
l'streaming funcionant si no li fas cas.

3



REDUIR TAMBÉ LA PETJADA D'ALLO FÍSIC

Apaga l'ordinador quan no penses
utilitzar-lo en una estona.

Desactiva el wifi i el bluetooth si no l'uses.

Desendolla el carregador dels aparells
electrònics quan no els estigues carregant.

Allarga la vida del teu terminal i, quan
te'n desfases, diposita'l a un
punt net.

4



IMPULSA CANVIS COL·LECTIUS

Contracta (o impulsa la contractació)
d'energia renovable, per a alimentar els
aparells electrònics amb la menor
petjada de carboni possible.

Busca servidors i proveïdors de servei
que aposten per disminuir la petjada
ecològica.

Inclou la possibilitat de reparar-los
com un criteri de compra dels equips
informàtics quan els renoves



Recorda!

**També és important pensar en quin tipus de contingut comparteixes:
la petjada digital també té impacte cultural i social, no només ambiental!**

