

SEN4CE Module 3

Ce manuel contient des informations précieuses, dont certaines sont exclusivement accessibles via l'environnement numérique SEN4CE. Pour profiter pleinement du contenu complet et des fonctions interactives, les lecteurs sont encouragés à accéder à la plateforme en ligne. L'environnement numérique offre des ressources supplémentaires et des mises à jour qui peuvent ne pas figurer dans la version imprimée. L'accès à l'environnement numérique SEN4CE peut nécessiter une connexion Internet active et le respect des conditions générales spécifiques à la plateforme.

Table de matières

SEN4CE Module 3.....	1
1. Introduction SEN4CE.....	1
1.1 Page d'accueil.....	1
1.2 Partenaires du projet.....	1
1.3 Introduction au cours SEN4CE.....	2
1.4 Aperçu des modules SEN4CE	2
1.5 Aperçu du module 3	3
1.6 Glossaire.....	3
2. Introduction à la numérisation des seniors.....	4
2.1 Introduction à la numérisation des seniors	4
2.2 Qu'est-ce que Internet ?.....	4
2.3 Principaux avantages de l'utilisation d'Internet.....	5
2.4 Dangers potentiels	5
Dangers potentiels (Niveau des diapositives).....	6
2.5 N'ayez pas peur!.....	6
2.6 Internet sans barrières.....	7
2.7 Navigateurs web	7
2.8 Navigateurs web les plus populaires.....	8
Google chrome (Niveau des diapositives).....	8
Safari (Niveau des diapositives).....	9
Microsoft Edge (Niveau des diapositives).....	9

2.9 Création d'un compte e-mail (1)	10
2.10 Créer un compte e-mail (2).....	10
2.11 Créer un compte e-mail (3)	11
2.12 Téléchargement d'applications (1).....	11
2.13 Téléchargement d'applications (2).....	12
2.14 Téléchargement d'applications (3)	12
2.15 Comment puis-je me socialiser en ligne ? (1)	13
2.16 Comment puis-je me socialiser en ligne ? (2)	13
2.17 Comment puis-je me socialiser en ligne ? (3)	14
Facebook (1) (Niveau des diapositives)	14
Facebook (2) (Niveau des diapositives)	15
Instagram (1) (Niveau des diapositives).....	15
Instagram (2) (Niveau des diapositives).....	16
Twitter (X) (1) (Niveau des diapositives)	16
Twitter (X) (2) (Niveau des diapositives)	17
2.18 Autres utilisations de l'Internet	17
Banque en ligne (1) (Niveau des diapositives).....	18
Banque en ligne (2) (Niveau des diapositives).....	18
Achats en ligne (1) (Niveau des diapositives)	19
Achats en ligne (2) (Niveau des diapositives)	19
2.19 Utilisation éco-responsable d'Internet	20
2.20 Apprendre à être plus durable et circulaire (1)	20
2.21 Apprendre à être plus durable et plus circulaire (2).....	21
2.22 Références.....	21
3. Consommation responsable.....	22
3.1 Consommation responsable (CR) - Menu	22
3.1.1 RC Introduction (1).....	22
3.1.2 RC Introduction (2)	23
3.1.3 RC Introduction (3).....	23
3.1.4 Éviter les déchets (1).....	24
3.1.5 Éviter les déchets (2)	24
Étape 01 (Niveau des diapositives)	25
Étape 02 (Niveau des diapositives)	25
Étape 03 (Niveau des diapositives)	26

Étape 04 (Niveau des diapositives).....	26
Étape 05 (Niveau des diapositives)	27
Étape 06 (Niveau des diapositives).....	27
Étape 07 (Niveau des diapositives)	28
Étape 08 (Niveau des diapositives).....	28
3.1.6 Éviter les déchets (3).....	29
3.1.7 Éviter les déchets (4).....	29
OLIO (Niveau des diapositives).....	30
Karma (Niveau des diapositives)	30
Phenix (Niveau des diapositives).....	31
3.1.8 Alimentation durable (1).....	31
Alimentation durable (Niveau des diapositives)	32
3.1.9 Alimentation durable (2).....	32
3.1.10 Application Kuri (1)	33
3.1.11 Application Kuri (2).....	33
3.1.12 Alimentation durable	34
3.1.13 Application Yuka (1).....	34
3.1.14 Application Yuka (2)	35
3.1.15 Application HappyCow.....	35
3.1.16 Labels d'efficacité (1).....	36
Surveillez vos lumières! (Niveau des diapositives)	36
Réduisez votre facture d'eau! (Niveau des diapositives).....	37
Contrôlez la température à la maison! (Niveau des diapositives).....	37
Éteignez vos appareils de temps en temps. (Niveau des diapositives)	38
3.1.17 Efficacité de l'eau et de l'énergie	38
Dropcountr (Niveau des diapositives).....	39
Calculateur d'empreinte hydrique (Niveau des diapositives).....	39
Applications (Niveau des diapositives).....	40
Smappee (Niveau des diapositives)	40
3.1.18 Efficacité (2)	41
Efficacité (Niveau des diapositives)	41
3.1.19 Efficacité (3).....	42
3.1.20 Sources.....	42
3.2 Scénario Consommation responsable.....	43

3.2.1 RC : Scénario	43
3.2.2 RC : Scénario	43
3.2.3 RC : Scénario : Question 1	44
3.2.4 RC : Scénario	44
3.2.5 RC : Scénario : Question 2	45
3.2.6 RC : Scénario	45
3.2.7 RC : Scénario : Question 3	46
3.2.8 RC : Scénario	46
3.2.9 RC : Scénario : Question 4	47
3.2.10 RC : Scénario	47
3.2.11 RC : Scénario : Question 5	48
3.2.12 RC : Scénario (Résultats du Quiz)	48
3.2.13 RC : Scénario (arbre SEN4CE)	49
4. Durée de vie du produit	50
4.1 Menu de la durée de vie des produits (PL)	50
4.1.1 PL Introduction (1)	50
4.1.2 PL Introduction (2)	51
4.1.3 Marchés de la seconde main	51
4.1.4 Vinted (1)	52
4.1.5 Vinted (2)	52
4.1.6 Marchés de seconde main (4)	53
4.1.7 Marchés de la seconde main (5)	53
1 (Niveau des diapositives)	54
2 (Niveau des diapositives)	54
3 (Niveau des diapositives)	55
4 (Niveau des diapositives)	55
4.1.8 Autres marchés secondaires	56
Momox (Niveau des diapositives)	56
Refurbed (Niveau des diapositives)	57
Ferris (Niveau des diapositives)	57
4.1.9 Mobilité partagée (1)	58
4.1.10 Mobilité partagée (2)	58
Tab 01 (Niveau des diapositives)	59
Tab 02 (Niveau des diapositives)	59

Tab 03 (Niveau des diapositives)	60
Tab 04 (Niveau des diapositives).....	60
Tab 05 (Niveau des diapositives)	61
Tab 06 (Niveau des diapositives).....	61
4.1.11 Mobilité partagée (3).....	62
4.1.12 Mobilité partagée (4)	62
4.1.13 Transports publics (1)	63
4.1.14 Transports publics (2).....	63
Préoccupations environnementales (Niveau des diapositives)	64
Rentabilité (Niveau des diapositives)	64
Réduction du stress (Niveau des diapositives).....	65
Accessibilité physique (Niveau des diapositives).....	65
Fiabilité et commodité (Niveau des diapositives)	66
4.1.15 Transports publics (3)	66
4.1.16 Autres applications (1).....	67
4.1.17 Mobilité partagée (3).....	67
4.1.18 Mobilité partagée (3)	68
4.1.19 Références	68
4.2 Scénario Durée de vie du produit.....	69
4.2.1 PL : Scénario.....	69
4.2.2 PL : Question de scénario 1.....	69
4.2.3 PL : Scénario: Réponses 1.....	70
4.2.4 PL : Question de scénario 2.....	70
4.2.5 PL : Scénario: Réponses 2	71
4.2.6 PL : Question de scénario 3.....	71
4.2.7 PL : Scénario: Réponses 3.....	72
4.2.8 PL : Question de scénario 4	72
4.2.9 PL : Scénario: Réponses 4.....	73
4.2.10 PL : Question de scénario 5.....	73
4.2.11 PL : Scénario: Réponses 5	74
4.2.12 PL : Scénario (Résultats du Quiz)	74
4.2.13 PL : Scénario (arbre SEN4CE)	75
5. Utilisation responsable des ressources	76
5.1 Utilisation responsable des ressources (RUR) Vue d'ensemble	76

5.1.1 Introduction du RUR (1).....	76
5.1.2 RUR Introduction (2).....	77
Limites planétaires (Niveau des diapositives).....	77
5.1.3 Empreinte carbone (1).....	78
Transport (Niveau des diapositives).....	78
Consommation d'énergie domestique (Niveau des diapositives).....	79
Choix alimentaires (Niveau des diapositives).....	79
Réduction des déchets (Niveau des diapositives).....	80
5.1.4 Application Giki (1).....	80
5.1.5 Application Giki (2).....	81
5.1.6 Application Giki (3).....	81
5.1.7. Empreinte carbone (5).....	82
5.1.8 Application Meatless(1).....	82
5.1.9 Application Meatless(2).....	83
5.1.10 Empreinte carbone (8).....	83
5.1.11 Autres applications.....	84
Cotton Move (1) (Niveau des diapositives).....	84
Cotton Move (2) (Niveau des diapositives).....	85
Etiquetable (1) (Niveau des diapositives).....	85
Etiquetable (2) (Niveau des diapositives).....	86
5.1.12 Références.....	86
5.2 Scénario RUR.....	87
5.2.1 RUR : Scénario.....	87
5.2.2 RUR : Scénario.....	87
5.2.3 RUR : Scénario : Question 1.....	88
5.2.4 RUR : Scénario.....	88
5.2.5 RUR : Scénario : Question 2.....	89
5.2.6 RUR : Scénario.....	89
5.2.7 RUR : Scénario : Question 3.....	90
5.2.8 RUR : Scénario.....	90
5.2.9 RUR : Scénario : Question 4.....	91
5.2.10 RUR : Scénario.....	91
5.2.11 RUR : Scénario : Question 5.....	92
5.2.12 RUR : Scénario (résultats du Quiz).....	92

5.2.13 RUR : Scénario (arbre SEN4CE)93

1. Introduction SEN4CE

1.1 Page d'accueil

Bienvenue à SEN4CE

Responsabiliser les seniors à propos de l'Économie Circulaire

Un projet financé par Erasmus+ pour l'éducation et la formation tout au long de la vie et les sociétés durables

Nous avons pour mission d'offrir aux seniors (60+) une éducation numérique sur l'Économie Circulaire. Participez à la transition écologique, entrez en contact avec les jeunes générations et prolongez votre parcours d'apprentissage tout au long de la vie. Idéal pour les personnes âgées et les soignants.



Cette œuvre est placée sous une licence [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).



Co-funded by
the European Union



SEN4CE

Seniors for Circular Economy

Project n. ° 2021-2-AT01-KA220-ADU-000048101
Financé par l'Union européenne. Les points de vue et opinions exprimés sont toutefois ceux des auteurs uniquement et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA). Ni l'Union européenne ni l'EACEA ne peuvent en être tenues pour responsables.

1.2 Partenaires du projet

Rencontrez nos partenaires de projet Renforcer l'autonomie des personnes âgées grâce à l'expertise collective

Notre projet est enrichi par un ensemble diversifié de partenaires.

<p>Bit-Management Beratung (AT) (Chef de projet)</p>  <p>member of bit group</p>	<p>Asociación Empresarial de Investigación Centro Tecnológico del Mueble y la Madera de la Región de Murcia (ES)</p> 
<p>E-Seniors Association (FR)</p> 	<p>Futurs ballons (PT)</p> 
<p>Johanniter-Unfall-Hilfe (DE)</p> 	<p>Ici, vous pouvez visiter notre site SEN4CE : https://sen4ce.eu/</p>

1.3 Introduction au cours SEN4CE

Cher apprenant senior,

Bienvenue dans notre formation en ligne sur l'Économie Circulaire et les outils numériques!

Ce cours est conçu pour vous donner une compréhension globale de l'Économie Circulaire et de la manière dont les outils numériques peuvent nous aider à atteindre ses objectifs.

Notre cours accessible est conçu pour tous les niveaux, même les débutants. Choisissez votre module de départ à la page suivante.

Appuyez sur ce bouton pour...



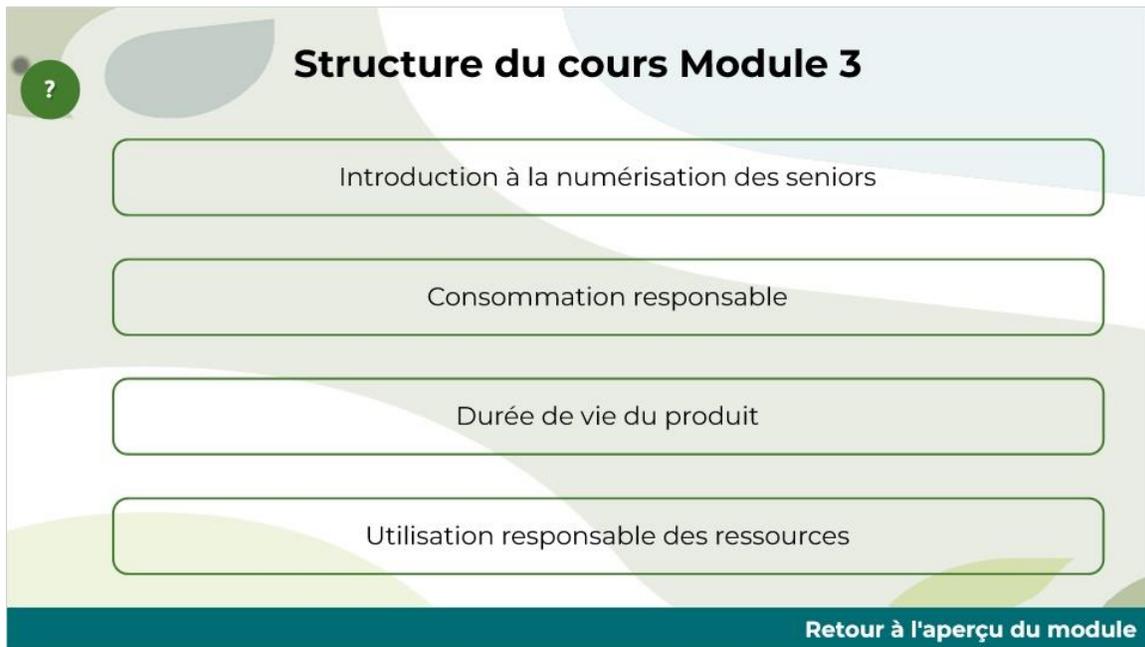
1.4 Aperçu des modules SEN4CE

Structure du cours de SEN4CE

Glossaire

Outils numériques de l'Économie Circulaire pour les seniors

1.5 Aperçu du module 3



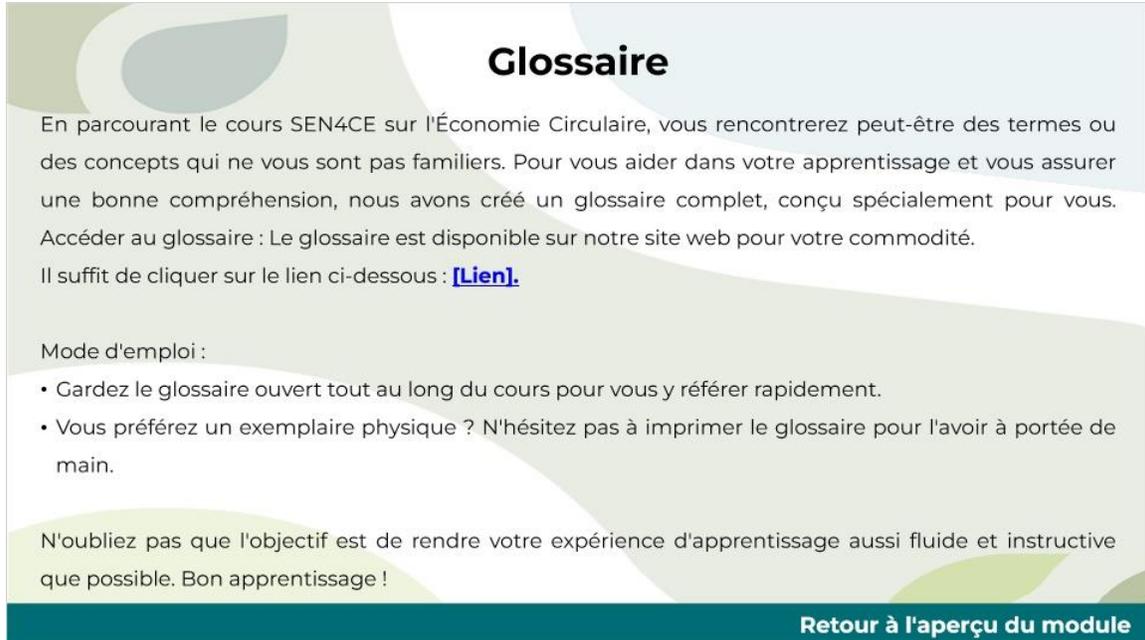
The slide features a title 'Structure du cours Module 3' with a question mark icon. Below the title are four rounded rectangular boxes containing the following text: 'Introduction à la numérisation des seniors', 'Consommation responsable', 'Durée de vie du produit', and 'Utilisation responsable des ressources'. A dark teal footer bar at the bottom right contains the text 'Retour à l'aperçu du module'.

Structure du cours Module 3

- Introduction à la numérisation des seniors
- Consommation responsable
- Durée de vie du produit
- Utilisation responsable des ressources

Retour à l'aperçu du module

1.6 Glossaire



The slide has a title 'Glossaire'. The main text explains that the course 'SEN4CE sur l'Économie Circulaire' includes unfamiliar terms and concepts, and that a glossary has been created to help. It provides a link to the glossary and instructions on how to use it. A dark teal footer bar at the bottom right contains the text 'Retour à l'aperçu du module'.

Glossaire

En parcourant le cours SEN4CE sur l'Économie Circulaire, vous rencontrerez peut-être des termes ou des concepts qui ne vous sont pas familiers. Pour vous aider dans votre apprentissage et vous assurer une bonne compréhension, nous avons créé un glossaire complet, conçu spécialement pour vous. Accéder au glossaire : Le glossaire est disponible sur notre site web pour votre commodité. Il suffit de cliquer sur le lien ci-dessous : [\[Lien\]](#).

Mode d'emploi :

- Gardez le glossaire ouvert tout au long du cours pour vous y référer rapidement.
- Vous préférez un exemplaire physique ? N'hésitez pas à imprimer le glossaire pour l'avoir à portée de main.

N'oubliez pas que l'objectif est de rendre votre expérience d'apprentissage aussi fluide et instructive que possible. Bon apprentissage !

Retour à l'aperçu du module

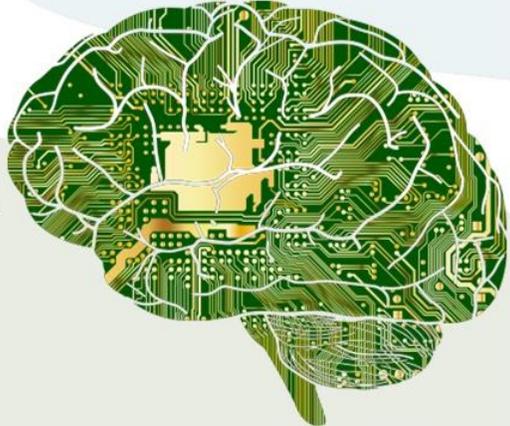
2. Introduction à la numérisation des seniors

2.1 Introduction à la numérisation des seniors

Profitez d'Internet !

Structure du cours :

- Qu'est-ce qu'Internet ?
- Internet sans barrières
- Navigateurs web
- Création d'un compte de courrier électronique
- Télécharger les applications
- Comment puis-je socialiser en ligne ?
- Autres utilisations d'Internet
- Utilisation éco-responsable d'Internet
- Apprendre à être plus durable et circulaire



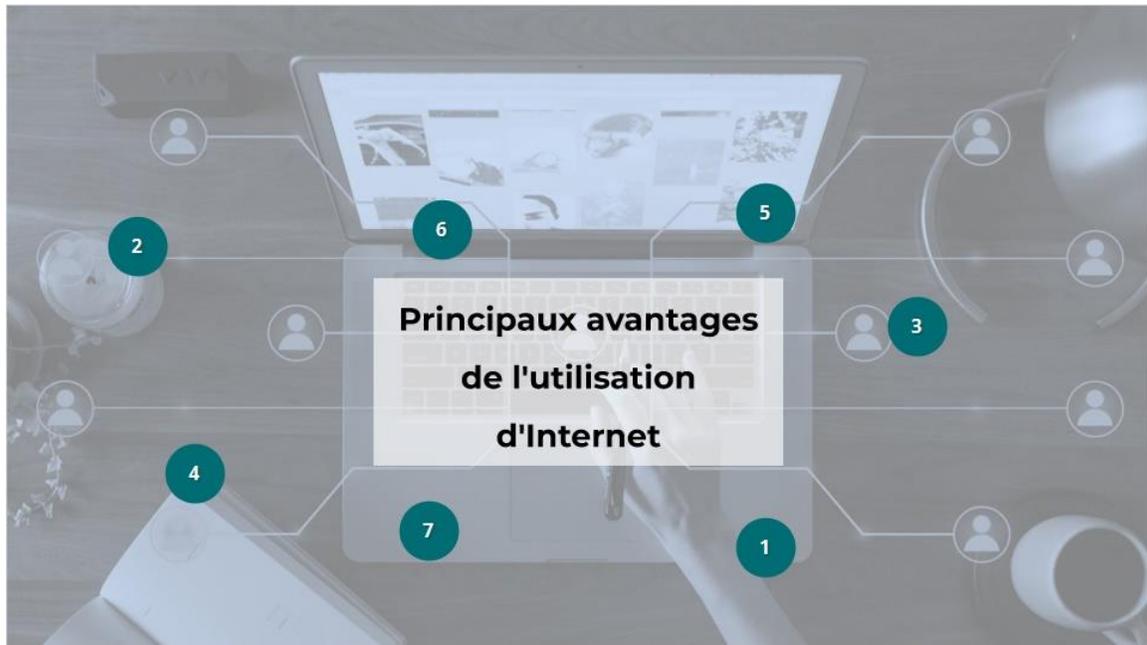
2.2 Qu'est-ce que Internet ?

Qu'est-ce que Internet ?

De nos jours, Internet a révolutionné de manière spectaculaire de nombreux domaines. De l'usage personnel à l'entreprise la plus puissante, Internet a changé de nombreux aspects de notre vie. Vous serez peut-être surpris de voir tout ce que vous pouvez faire sur Internet. Vous pouvez communiquer avec vos amis et votre famille, effectuer des tâches telles que les achats et les opérations bancaires, et accéder à des services tels que le conseil municipal. Sur la page suivante, vous trouverez quelques-uns des principaux avantages de l'utilisation d'Internet !



2.3 Principaux avantages de l'utilisation d'Internet



2.4 Dangers potentiels

Dangers potentiels

Si Internet offre de nombreux avantages et possibilités, il présente également des aspects négatifs et des dangers potentiels que vous pouvez rencontrer! **Double-cliquez** sur les champs ci-dessous pour découvrir les dangers potentiels de l'Internet! Pour **réinitialiser** les cartes, cliquez ici: [Remise à zéro](#)

The section contains three cards, each with a green header and footer. The first card shows the words "FAKE NEWS" written in white chalk on a blackboard. The second card shows a person's hands holding binoculars with the Facebook logo on the lenses, positioned in front of a computer monitor. The third card is a line drawing of a person's head and shoulders, with a hand holding a pencil pointing towards the forehead, symbolizing thought or cyberbullying.

Dangers potentiels (Niveau des diapositives)

Dangers potentiels

Si Internet offre de nombreux avantages et possibilités, il présente également des aspects négatifs et des dangers potentiels que vous pouvez rencontrer! **Double-cliquez** sur les champs ci-dessous pour découvrir les dangers potentiels de l'Internet! Pour **réinitialiser** les cartes, cliquez ici: [Remise à zéro](#)

<p>Désinformation et escroquerie. L'internet regorge d'informations fausses ou trompeuses. Il est important de ne pas être tenté de croire et de partager des informations qui peuvent conduire à des malentendus, des confusions ou même des préjudices.</p>	<p>Préoccupations en matière de protection de la vie privée. Le partage d'informations personnelles sur Internet peut présenter des risques pour la vie privée. Il est important de ne pas divulguer par inadvertance des données sensibles ou de ne pas se laisser piéger par des tentatives d'hameçonnage, ce qui peut entraîner des atteintes à la vie privée ou des fuites de données.</p>	<p>L'addiction à Internet et l'isolement. L'utilisation excessive d'Internet peut conduire à une dépendance, amenant les gens à négliger les relations et les activités de la vie réelle. Le fait de passer trop de temps en ligne peut également contribuer à un sentiment d'isolement, car les interactions sociales en face à face peuvent être réduites.</p>
--	---	---

2.5 N'ayez pas peur!

N'ayez pas peur !

En conclusion, Internet apporte un mélange d'expériences. Pour les personnes âgées, il peut y avoir **défis** tels que **les escroqueries en ligne, les problèmes de confidentialité** et la fracture numérique qui peuvent rendre la navigation dans le monde en ligne quelque peu déconcertante. Cependant, il est essentiel de se rappeler que ces **risques ne diminuent en rien le potentiel de transformation** et les avantages considérables **qu'Internet** offre. L'accès à l'information, les possibilités de connexion sociale et les commodités telles que les achats en ligne ou la télémédecine l'emportent largement sur ces défis. Avec des mesures de protection appropriées et une formation à la culture numérique, les personnes âgées peuvent exploiter en toute sécurité la puissance d'Internet, qui leur ouvre un monde de connaissances, de connexions et de commodité susceptible d'améliorer considérablement leur qualité de vie.

Pour toutes ces raisons, l'un des principaux objectifs de ce projet est d'apprendre aux gens à utiliser Internet en toute sécurité. Les paragraphes suivants présentent quelques questions numériques clés et des problèmes d'utilisabilité présent sur Internet que tout le monde peut commencer à résoudre.

2.6 Internet sans barrières

Internet sans barrières

Parfois, on peut avoir l'impression que Internet n'est pas accessible aux personnes âgées, qui ont certaines difficultés, notamment physiques (moins bonne vision, moins bonne audition, etc.). Quoiqu'il en soit, il est important de savoir que l'accessibilité à Internet peut être améliorée. Voici quelques conseils !



The image shows a close-up of a hand using a white computer mouse on a wooden desk. Six numbered callouts (1-6) are placed around the mouse and keyboard area. Callout 1 is on the desk surface, 2 is on the mouse, 3 is on the mouse button, 4 is on the hand, 5 is on the keyboard, and 6 is on the keyboard.

2.7 Navigateurs web

Navigateurs web

Autrefois outil d'étude et de travail, il est aujourd'hui utilisé pour à peu près tout, qu'il s'agisse de répondre à des questions, d'acheter ce dont on a besoin ou de chatter par vidéo avec ses proches. Pourtant, si nous utilisons tous le web, peu d'entre nous savent comment il fonctionne réellement.

Un navigateur web, également appelé navigateur Internet ou simplement navigateur, est une application logicielle qui vous permet d'accéder au World Wide Web. D'un simple clic, il ouvre une fenêtre sur l'ensemble du savoir humain : vous pouvez chercher des réponses à toutes les questions que vous vous posez.

Avec un navigateur web, vous pouvez naviguer sur n'importe quelle page web et visiter facilement d'autres sites, tout comme vous pouvez naviguer sur un bateau d'un endroit à l'autre.

L'accès au web est aussi important que d'avoir un domicile et un numéro de téléphone. C'est pourquoi pratiquement tous les ordinateurs, tablettes et smartphones sont dotés d'une connexion à Internet et d'un navigateur web.



The image shows three icons representing web browsers: Internet Explorer (blue globe), Firefox (orange globe), and Chrome (red, yellow, and green globe).

2.8 Navigateurs web les plus populaires

Exemples de navigateurs web les plus populaires sur le marché

Les navigateurs ci-dessous génèrent environ 95 % de toutes les recherches. Bien que ces géants fournissent des résultats individualisés, leur précision et leur pertinence n'apportent pas grand-chose à la planète. Par exemple, chaque recherche sur Google produit 0,2 gramme de CO2. Heureusement, il existe des moteurs de recherche plus petits dont l'utilisation est respectueuse de l'environnement, ce qui rend vos requêtes quotidiennes un peu plus écologiques: [Ecosia](#), [Ekoru](#), [OceanHero](#) etc.

Google Chrome

Safari

Microsoft Edge

Google chrome (Niveau des diapositives)

Exemples de navigateurs web les plus populaires sur le marché

Les navigateurs ci-dessous génèrent environ 95 % de toutes les recherches. Bien que ces géants fournissent des résultats individualisés, leur précision et leur pertinence n'apportent pas grand-chose à la planète. Par exemple, chaque recherche sur Google produit 0,2 gramme de CO2. Heureusement, il existe des moteurs de recherche plus petits dont l'utilisation est respectueuse de l'environnement, ce qui rend vos requêtes quotidiennes un peu plus écologiques: [Ecosia](#), [Ekoru](#), [OceanHero](#) etc.

Google Chrome

Safari

Microsoft Edge

Avec 70 % de parts de marché dans le monde, Google Chrome est le navigateur web le plus populaire. La popularité de Chrome s'explique en partie par la rapidité de la navigation et la facilité d'intégration avec votre compte Google personnel, ce qui en fait le navigateur le plus pratique pour la plupart des gens. En outre, avec le plus grand catalogue d'extensions de tous les grands navigateurs, Chrome est également un navigateur extrêmement facile à modifier et à personnaliser.

Safari (Niveau des diapositives)

Exemples de navigateurs web les plus populaires sur le marché

Les navigateurs ci-dessous génèrent environ 95 % de toutes les recherches. Bien que ces géants fournissent des résultats individualisés, leur précision et leur pertinence n'apportent pas grand-chose à la planète. Par exemple, chaque recherche sur Google produit 0,2 gramme de CO2. Heureusement, il existe des moteurs de recherche plus petits dont l'utilisation est respectueuse de l'environnement, ce qui rend vos requêtes quotidiennes un peu plus écologiques: [Ecosia](#), [Ekoru](#), [OceanHero](#) etc.

Google Chrome

Safari

Microsoft Edge

Navigateur web par défaut sur tous les appareils Apple : Mac, iPad et iPhone. Si de nombreuses personnes n'ont pas d'ordinateur Mac, beaucoup ont un iPhone ou un iPad. En fait, Safari est le navigateur web mobile le plus populaire aux États-Unis. Bien que l'utilisation d'un ordinateur offre une expérience très différente de celle d'un appareil mobile, Safari a la même apparence et fonctionne de la même manière sur tous les appareils Apple.

Microsoft Edge (Niveau des diapositives)

Exemples de navigateurs web les plus populaires sur le marché

Les navigateurs ci-dessous génèrent environ 95 % de toutes les recherches. Bien que ces géants fournissent des résultats individualisés, leur précision et leur pertinence n'apportent pas grand-chose à la planète. Par exemple, chaque recherche sur Google produit 0,2 gramme de CO2. Heureusement, il existe des moteurs de recherche plus petits dont l'utilisation est respectueuse de l'environnement, ce qui rend vos requêtes quotidiennes un peu plus écologiques: [Ecosia](#), [Ekoru](#), [OceanHero](#) etc.

Google Chrome

Safari

Microsoft Edge

Microsoft Edge est le nouveau navigateur phare de Microsoft, qui remplace l'ancien et dépassé Internet Explorer. Ce navigateur est inclus dans tout appareil fonctionnant sous le système d'exploitation Windows de Microsoft. Edge est construit sur la plateforme de navigation Chromium, qui est également la base de Chrome et d'autres navigateurs.

2.9 Création d'un compte e-mail (1)

Création d'un compte de courrier électronique

L'une des premières choses à faire en ligne est de créer un compte de courrier électronique. C'est un moyen gratuit et facile de rester en contact avec sa famille et ses amis, et c'est le principal moyen de communication avec les organisations et les entreprises.

Vous pouvez également créer un compte de messagerie en utilisant l'un des nombreux services en ligne populaires tels que [Google Mail](#) (communément appelé Gmail), [Outlook](#) et [Yahoo](#). Outre ces fournisseurs de courrier électronique bien connus, il existe également des fournisseurs de courrier électronique éthiques, durables et écologiques, c'est-à-dire des services de courrier électronique qui accordent la priorité aux pratiques éthiques, à la durabilité environnementale et aux initiatives écologiques dans le cadre de leurs activités. En voici quelques exemples [Kolab Now](#), [Posteo](#), [GreenNet](#) ou [Tutanota](#).



2.10 Créer un compte e-mail (2)

Création d'un compte de courrier électronique

Pour créer un compte de messagerie, remplissez généralement un formulaire en ligne avec :

1. Nom complet.
2. Adresse électronique unique, par exemple "prenom.nom@gmail.com".
3. Mot de passe fort : long et avec chiffres, majuscules, minuscules et caractères spéciaux.
4. Infos personnelles : date de naissance, sexe.
5. Numéro de téléphone pour vérification. Recevez un code par SMS à saisir en ligne. Veillez à la sécurité de votre mot de passe et de votre adresse électronique.

2.11 Créer un compte e-mail (3)

Création d'un compte de courrier électronique

Lorsque vous vous inscrivez auprès de votre fournisseur d'accès à Internet (tel que BT Broadband ou Sky), celui-ci vous fournit souvent un compte de courrier électronique. Sachez toutefois que si vous décidez de changer de fournisseur d'accès à Internet, celui-ci peut vous facturer l'accès à votre compte de messagerie. Il peut être plus souple de choisir un service de courrier électronique qui n'est lié à aucun fournisseur d'accès à Internet.

Vous pouvez également télécharger des applications de messagerie pour accéder facilement à vos courriels sur votre smartphone ou votre tablette. Si vous avez un téléphone Android, l'application Gmail sera automatiquement téléchargée sur votre téléphone. Si vous avez un iPhone, vous devrez le télécharger via l'Apple Store (voir la section ci-dessous).



2.12 Téléchargement d'applications (1)

Télécharger les applications

Les applications sont des programmes téléchargeables sur tablettes ou téléphones. Nombreuses et souvent gratuites, elles offrent diverses fonctionnalités : communication, actualités, jeux, opérations bancaires, achats en ligne, etc.

Mon appareil est-il Android ou Apple ? Si votre appareil est un iPhone ou un iPad, il s'agit d'un appareil Apple et le logo Apple figure au dos de l'appareil. Toutes les autres marques de téléphones et de tablettes sont plus que probablement des appareils Android. Si vous n'êtes pas sûr, voici quelques moyens de le savoir :

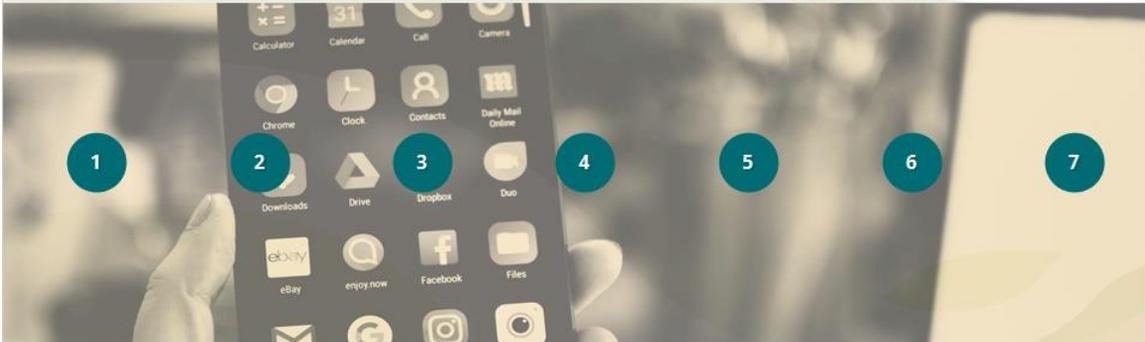
- Consultez le manuel fourni avec votre appareil.
- Recherchez la marque de votre appareil en ligne :
- Allez dans le menu de votre téléphone > appuyez sur Paramètres > appuyez sur Système > appuyez sur À propos du téléphone - la version Android sera affichée.

Les téléphones et les tablettes de nombreuses marques appartiennent à la catégorie des appareils Android. Android est le nom du logiciel utilisé par l'appareil pour fonctionner. Ces marques sont les suivantes **Alcatel, Google, HTC, LG, Moto, Samsung et Sony.**

2.13 Téléchargement d'applications (2)

Télécharger les applications

Si vous possédez un **smartphone Android**, vous pouvez télécharger des applications à partir du **Play Store**. Il s'agit d'un programme officiel préinstallé sur les appareils Android, qui vous permet d'accéder aux applications. Vous pouvez également cliquer sur un lien sur la page web d'une organisation de confiance pour télécharger une application, ce qui vous amènera directement sur le Play Store.

A photograph of an Android smartphone home screen with various app icons. Seven red circular callouts with white numbers are overlaid on the screen: 1 is on the left edge, 2 is on the Chrome icon, 3 is on the Downloads icon, 4 is on the Drive icon, 5 is on the Duo icon, 6 is on the Facebook icon, and 7 is on the right edge.

2.14 Téléchargement d'applications (3)

Télécharger les applications

Si vous avez un **iPhone ou iPad** vous pouvez télécharger des applications à partir de l'**App Store**. Il s'agit d'un programme officiel préinstallé sur les appareils Apple, qui vous donne accès aux applications. Vous pouvez également cliquer sur un lien sur la page web d'une organisation de confiance pour télécharger une application, ce qui vous amènera directement à l'App Store.

A photograph of an iPhone home screen with various app icons. Seven red circular callouts with white numbers are overlaid on the screen: 1 is on the left edge, 2 is on the Messages icon, 3 is on the Instagram icon, 4 is on the Phone icon, 5 is on the Clubhouse icon, 6 is on the Telegram icon, and 7 is on the Facebook icon.

2.15 Comment puis-je me socialiser en ligne ? (1)



Comment puis-je me socialiser en ligne ?



Il existe **diverses façons de rester en contact** avec les amis et la famille en ligne, tels que **les applications de messagerie, les appels vidéo et les médias sociaux**.

S'il n'y a rien de mal à utiliser les SMS et les appels téléphoniques pour rester en contact, de nombreuses personnes utilisent désormais **WhatsApp** pour cela. C'est un moyen simple de rester en contact avec ses proches et d'envoyer et de recevoir des photos et des vidéos.

WhatsApp peut être téléchargé gratuitement à partir de l'[App Store](#) ou [Play Store](#). Il utilise la connexion Internet de votre téléphone ou le Wi-Fi et vous permet d'envoyer un nombre illimité de messages, de photos et de vidéos, de sorte que vous n'avez pas à vous soucier des frais supplémentaires pour les SMS ou les appels.

Cependant, des frais supplémentaires peuvent être appliqués si vous dépassez votre quota de données. Si possible, connectez votre téléphone au Wi-Fi lorsque vous utilisez WhatsApp pour des activités qui consomment beaucoup de données, comme les appels vidéo ou le téléchargement de vidéos.

Pour plus d'informations sur l'utilisation de WhatsApp, veuillez consulter le [lien suivant](#) disponible en plusieurs langues.

2.16 Comment puis-je me socialiser en ligne ? (2)

Comment puis-je me socialiser en ligne ?

Un autre moyen de rester en contact est d'utiliser un **appel vidéo**.

L'appel vidéo peut être un moyen plus agréable de discuter avec d'autres personnes qu'un simple appel téléphonique, car il vous permet de voir la personne à qui vous parlez, et inversement. Vous pouvez même organiser un appel vidéo avec un groupe de personnes.

Vous pouvez effectuer des appels vidéo avec WhatsApp, mais aussi avec d'autres applications telles que Facebook Messenger, Zoom ou Skype. De plus amples informations sur l'utilisation de cette application sont disponibles [ici](#).



2.17 Comment puis-je me socialiser en ligne ? (3)

Comment puis-je me socialiser en ligne ?

Les réseaux sociaux comme Facebook, Instagram et Twitter facilitent le maintien des liens avec famille et amis, le suivi de personnalités, et la rencontre de personnes partageant des intérêts. Sur Facebook, plateforme la plus populaire, vous partagez sur votre "ligne temporelle" des pensées, photos, vidéos, et centres d'intérêt. Suivre des amis et des organisations, ainsi que rejoindre des groupes locaux, favorise la communication et l'information sur les événements et les problèmes de la communauté.

1 2 3 4 5 6

Facebook (1) (Niveau des diapositives)

Facebook



Pour créer un compte Facebook:

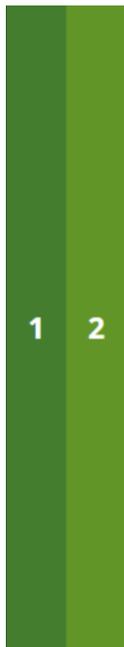
1. Allez sur Facebook.com et cliquez "Créer un nouveau compte."
2. Saisissez nom, email/téléphone, date de naissance, sexe.
3. Choisissez un mot de passe fort.
4. Cliquez "S'inscrire."
5. Confirmez email par lien dans l'email ou numéro par code reçu par SMS sur Facebook.com.

Vous pouvez ensuite ajouter une photo de profil et commencer à vous connecter avec vos amis et votre famille.

1

2 3 4 5 6

Facebook (2) (Niveau des diapositives)



Facebook



Il existe plusieurs façons d'ajouter des amis sur Facebook:

- Utilisez la barre de recherche en haut de la page Facebook et tapez le nom de votre ami, puis cliquez sur le bouton Ajouter en tant qu'ami. Ils devront alors confirmer votre demande.
- Si vous associez votre numéro de téléphone portable à votre compte, Facebook vous proposera d'ajouter des personnes à partir de vos contacts téléphoniques (si elles ont un compte Facebook auquel leur numéro de téléphone est associé).
- Lorsque vous commencez à ajouter des amis, Facebook vous propose des "Personnes que vous connaissez peut-être". Elle est basée sur les amis que vous avez en commun. Si vous ajoutez des informations vous concernant, comme l'école ou l'université que vous avez fréquentée ou votre lieu de travail, Facebook vous proposera des personnes appartenant aux mêmes réseaux.



Instagram (1) (Niveau des diapositives)



Instagram

Instagram est une plateforme de médias sociaux populaire utilisée pour le partage de photos. Il vous permet de créer un profil personnel où vous pouvez partager des photos et des vidéos avec vos amis et votre famille sur votre "fil Instagram", ce qui est un moyen fantastique de rester en contact avec les gens. De nombreuses personnalités et organisations ont également des comptes Instagram que vous pouvez suivre.

Instagram est conçu pour être utilisé comme une application pour les téléphones mobiles et les tablettes. Vous pouvez toujours y accéder par le biais d'un navigateur web sur un ordinateur, mais il se peut que vous ne puissiez pas utiliser toutes les fonctions.



Instagram (2) (Niveau des diapositives)

Instagram

Comment s'inscrire sur Instagram :



1 2 3 4 5 6

Après avoir créé votre compte, vous pouvez commencer à **vous connecter avec vos amis et votre famille ("suivre")**. Pour ce faire:

1 2 3 4 5

Twitter (X) (1) (Niveau des diapositives)

Twitter (X)

Twitter est un autre site de réseautage social populaire qui vous permet de créer un profil et de publier de courts messages publics, appelés "tweets". Twitter encourage les conversations publiques, mais il est possible de cacher votre profil à toute personne que vous ne suivez pas afin de l'utiliser uniquement pour discuter avec vos amis et votre famille.

1 2 3 4 5 6

Vous pouvez suivre vos amis et votre famille, ainsi que des personnalités et des organisations, ce qui constitue un moyen efficace de rester informé des événements récents. Vous verrez les tweets de tous les autres utilisateurs de Twitter que vous avez choisi de suivre, et vous pourrez également voir les tweets que les personnes que vous suivez ont aimés ou republiés.

Twitter fixe une limite de 280 caractères pour tous les tweets (y compris les lettres, les chiffres et les espaces), vous devez donc faire en sorte que

Twitter (X) (2) (Niveau des diapositives)



Twitter (X)

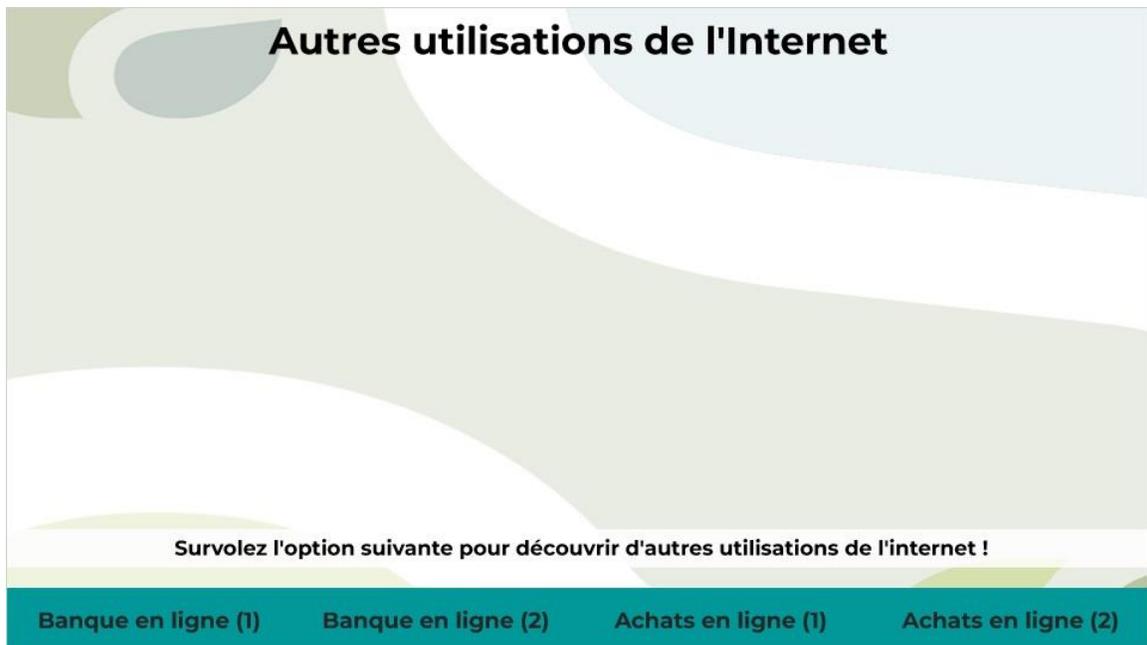
Pour créer un compte Twitter :

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7

Pour suivre quelqu'un :

- Utilisez la barre de recherche en haut de la page et tapez le nom de la personne ou de l'organisation, cliquez sur son profil, puis sur le bouton "Suivre".
- Trouvez un tweet d'un compte que vous souhaitez suivre, passez la souris sur son nom et cliquez sur Suivre.

2.18 Autres utilisations de l'Internet



Autres utilisations de l'Internet

Survolez l'option suivante pour découvrir d'autres utilisations de l'internet !

Banque en ligne (1) Banque en ligne (2) Achats en ligne (1) Achats en ligne (2)

Banque en ligne (1) (Niveau des diapositives)

Banque en ligne (1)

Grâce à la banque en ligne, vous pouvez garder le contrôle de vos finances depuis votre domicile ou lorsque vous êtes en déplacement, en utilisant le site web de votre banque ou l'application pour smartphone.

Pour accéder aux services bancaires en ligne, vous devez d'abord vous inscrire en ligne. Vous devez déjà avoir un compte auprès de la banque, puis vous inscrire sur leur site web. Le moyen le plus sûr de trouver le site web est de saisir l'adresse web imprimée sur une lettre que vous avez reçue de la banque. La procédure de mise en place des services bancaires en ligne est légèrement différente d'une banque à l'autre et il est conseillé de téléphoner ou de se rendre dans sa banque pour s'informer de la procédure.



Survolez l'option suivante pour découvrir d'autres utilisations de l'internet !

Banque en ligne (1) Banque en ligne (2) Achats en ligne (1) Achats en ligne (2)

Banque en ligne (2) (Niveau des diapositives)

Banque en ligne (2)

Pour la mise en place d'une banque en ligne, les étapes peuvent être les suivantes :

- La saisie de vos données personnelles, y compris votre nom, vos coordonnées et les détails de votre compte bancaire (code de tri et numéro de compte).
- La banque vous appellera et vous posera quelques questions pour vérifier votre identité.
- Un code d'activation peut vous être envoyé par courrier ou par SMS.
- Définir un nom d'utilisateur et un mot de passe sécurisé ou un code d'accès.



Survolez l'option suivante pour découvrir d'autres utilisations de l'internet !

Banque en ligne (1) Banque en ligne (2) Achats en ligne (1) Achats en ligne (2)

Achats en ligne (1) (Niveau des diapositives)

Achats en ligne (1)

L'achat par Internet est rapide et pratique et peut se faire de chez soi ou même en déplacement. Vous pouvez faire des achats en ligne dans la plupart des grands supermarchés et des grandes surfaces, ainsi que dans des magasins indépendants plus petits. Les marchandises peuvent être livrées directement à votre domicile, ou vous pouvez également utiliser un service appelé "click and collect", qui vous permet de commander en ligne et de retirer les articles en magasin, ou même dans un magasin de proximité ou un kiosque à journaux.

Quelques conseils pour vos achats en ligne :

- Utilisez des commerçants en ligne jouissant d'une bonne réputation, tels que des supermarchés bien connus, des magasins à grande surface ou des boutiques en ligne bien établies.
- Recherchez les coordonnées complètes de l'entreprise. Une entreprise de bonne réputation affichera toujours cette information sur son site web.
- Utilisez le service d'assistance/guide qui est généralement disponible sur ces sites avant d'acheter.

Survolez l'option suivante pour découvrir d'autres utilisations de l'internet !

Banque en ligne (1)

Banque en ligne (2)

Achats en ligne (1)

Achats en ligne (2)

Achats en ligne (2) (Niveau des diapositives)

Achats en ligne (2)

En tant que méthode de paiement pour les achats en ligne, nous avons plus d'options que le paiement direct par carte de crédit. Il existe également des services tels que [PayPal](#). PayPal est une plateforme de paiement en ligne largement utilisée qui permet aux particuliers et aux entreprises d'envoyer et de recevoir de l'argent en toute sécurité sur Internet. Il s'agit d'une alternative numérique aux méthodes de paiement traditionnelles, telles que les chèques et les mandats. PayPal permet aux utilisateurs de lier leurs comptes bancaires, leurs cartes de crédit ou de débit à leur compte PayPal, ce qui constitue un moyen pratique et sûr d'effectuer des transactions en ligne.

Quelques conseils supplémentaires :

- Utiliser la même carte pour les transactions sur Internet uniquement. Vérifiez régulièrement le relevé bancaire de cette carte pour détecter toute transaction inhabituelle et contactez immédiatement votre banque en cas de problème.
- Il est préférable de ne pas enregistrer les données de votre carte pour éviter tout vol.

Survolez l'option suivante pour découvrir d'autres utilisations de l'internet !

Banque en ligne (1)

Banque en ligne (2)

Achats en ligne (1)

Achats en ligne (2)

2.19 Utilisation éco-responsable d'Internet

Utilisation éco-responsable d'Internet

Internet constitue une menace pour le climat, mais il est extrêmement difficile de le réglementer, car de nombreuses personnes l'utilisent à des fins très diverses. Les technologies numériques sont responsables de 4 % des émissions de gaz à effet de serre, un chiffre qui devrait doubler d'ici 2025, et l'énergie nécessaire à ce secteur augmente de 8 % par an.

L'utilisation éco-responsable d'Internet est le meilleur moyen de minimiser l'impact environnemental négatif associé à la technologie numérique et aux activités en ligne. Voici quelques lignes directrices et suggestions de pratiques pour une utilisation éco-responsable de l'internet!



2.20 Apprendre à être plus durable et circulaire (1)

Apprendre à être plus durable et circulaire

Comme vous l'avez appris dans le module 1, l'**Économie Circulaire** est un **modèle économique** qui vise à **minimiser les déchets et l'épuisement des ressources en prolongeant le cycle de vie** des produits et des matériaux par la réutilisation, la réparation, la remise en état et le recyclage. **la réutilisation, la réparation, la remise à neuf et le recyclage.** Il est important que tous les citoyens, y compris les personnes âgées, jouent un rôle important dans la mise en place d'une Économie Circulaire. Les seniors ont une plus grande expérience de la vie et ont peut-être déjà appliqué les pratiques de l'Économie Circulaire dans leur vie, même sans se rendre compte qu'ils apportaient une contribution positive à l'environnement.



2.21 Apprendre à être plus durable et plus circulaire (2)

Apprendre à être plus durable et circulaire

Les (vous) faire participer activement à l'Économie Circulaire est un moyen fantastique de promouvoir les bonnes pratiques et d'en découvrir de nouvelles que nous aurions oubliées ou dont nous n'aurions jamais entendu parler ! Ce programme d'études a pour but de vous y aider, en vous informant sur les différentes applications et plateformes liées à l'EC qui peuvent être appliquées dans votre vie quotidienne et vous permettre d'être numérique et durable à la fois.

Dans les **modules suivants** nous examinerons **différentes applications et plateformes** qui vous aideront **à devenir plus durable et circulaire dans vos pratiques quotidiennes**. Pour ce faire, ces pratiques seront divisées en thèmes centraux de l'Économie Circulaire : **l'utilisation responsable des ressources, la durée de vie des produits et la consommation responsable des ressources**.



2.22 Références

Références

- Smartphone et Internet dans différents aspects de la vie (2022): https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/project-result-content/c2cdeb59-4fae-496e-9535-d94d8ce283ad/SIDAL_Publication_EN.pdf
- Démarrer sur l'Internet: <https://www.ageuk.org.uk/information-advice/work-learning/technology-Internet/getting-online/>

Retour au menu

3. Consommation responsable

3.1 Consommation responsable (CR) - Menu

Consommation responsable

Embarquez pour un voyage éclairant à travers ce module, conçu pour vous introduire au concept de la consommation responsable. Ce module vous servira de tremplin pour acquérir une solide compréhension de la consommation responsable et vous incitera à approfondir ce sujet important.

Consommation responsable - Introduction

Consommation responsable - Scénario

[Retour au menu principal](#)

3.1.1 RC Introduction (1)

Consommation responsable - Introduction

Les principes du développement durable sont pris en compte dans le cadre d'une consommation responsable. En d'autres termes, **il s'agit d'une manière de consommer** qui est avantageuse lorsque l'on considère trois piliers distincts, sans ordre. Premièrement, elle favorise l'économie, en particulier **l'économie locale**. D'autre part, car elle **permet l'échange de produits et de services** ce qui est avantageux pour les agents engagés dans ces échanges. Deuxièmement, elle **bénéficie à la société** puisque les biens et les services sont liés à des employés qui bénéficient **d'une rémunération et de conditions de travail équitables** et sont également bénéfiques pour les clients (dans des domaines tels que la santé). Enfin, **un consommateur responsable est conscient des effets** causés par les différentes phases de la fabrication, de la livraison et de l'élimination des produits et s'efforce d'acheter ceux dont l'impact est le plus faible.



3.1.2 RC Introduction (2)

Consommation responsable - Introduction



Dans le module 1, nous avons parlé de consommation responsable, d'économie d'énergie, etc. La vérité est que la technologie qui est apparue ces dernières années nous fournit **des outils très utiles et efficaces** pour faire de nos maisons des lieux plus efficaces.

La consommation responsable et l'épargne ne sont pas seulement utiles pour **réduire nos dépenses** mais elles nous aident aussi à faire notre part pour l'environnement, **en laissant la planète en bon état pour les générations** pour les générations futures et actuelles.

En outre, notre propre smartphone nous permet d'être plus efficaces ou, du moins, de prendre **conscience de ce que nous consommons** et il existe toutes **d'applications pour économiser** voir et réduire la consommation et même connaître l'origine de ce que l'on consomme.

3.1.3 RC Introduction (3)

Consommation responsable - Introduction

Mais nous ne parlons pas seulement des produits consommés, mais aussi de leur emballage. Il est essentiel de faire des choix conscients en matière d'emballage pour réduire l'impact sur l'environnement. Quelques conseils pour être plus durable dans vos choix d'emballage:



Ce module présentera certaines de ces applications, ainsi que des conseils intéressants pour améliorer la consommation et la conscience circulaire.

3.1.4 Éviter les déchets (1)



Éviter les déchets



Too Good To Go ou "trop bon pour être jeté", vous indiquera où se trouvent les détaillants à proximité permettant la vente des denrées alimentaires qui, autrement, resteraient invendues ou seraient retirées de la chaîne de consommation.

Il s'agit bien sûr d'aliments en bon état dont vous pouvez profiter en les payant moins cher que ce qu'ils coûteraient normalement, tandis que le vendeur gagne un petit revenu qu'il ne perdra pas en n'ayant pas à jeter de la nourriture.

Une fois l'application téléchargée, une sorte de tutoriel s'affiche. Ce document explique le fonctionnement du processus de commande, qui est très simple. Vous pouvez soit saisir un emplacement manuel, soit autoriser l'application à utiliser votre emplacement actuel via le GPS. Si aucun magasin n'est disponible dans votre région, l'application vous le fait savoir ; et s'il y en a, elle vous les présente tous. Vous pouvez parcourir les magasins voisins pour trouver ceux qui vous plaisent et acheter ce qui attire votre attention. Vérifiez l'évaluation des vendeurs pour être sûr d'acheter des produits de bonne qualité. L'application vous indiquera l'heure à laquelle vous pourrez récupérer votre sac de courses, et il est essentiel d'être ponctuel et important d'apporter un sac avec vous.

3.1.5 Éviter les déchets (2)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Étape 1 Étape 3 Étape 5 Étape 7

Étape 2 Étape 4 Étape 6 Étape 8

Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 01 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Téléchargez cette application gratuite, disponible pour [Android](#) et [iOS](#) et iOS.



Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 02 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Créez un compte en vous connectant avec votre compte Google, votre compte Facebook ou directement avec votre adresse e-mail.



Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 03 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



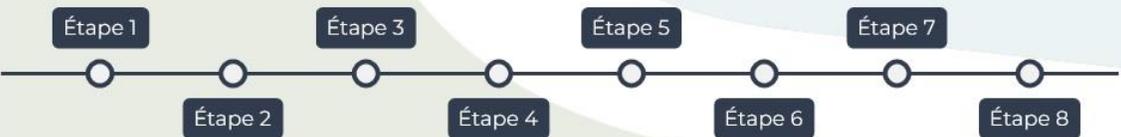
Une fois que vous y avez accès, choisissez votre lieu de résidence pour voir quelles sont les possibilités qui s'offrent à vous. En outre, vous pouvez indiquer la distance à laquelle vous souhaitez voir apparaître les résultats (1 km étant la distance minimale et 30 km la distance maximale).



Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 04 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Vous trouverez différents magasins et dans chacun d'entre eux, vous verrez le coût d'achat de la pochette surprise et l'heure de retrait au premier coup d'œil. Vous verrez également les packs qui ont déjà été vendus (ainsi que l'heure de la vente) au cas où vous seriez intéressé à l'avenir et souhaiteriez obtenir plus d'informations sur ces packs pour d'autres achats.



Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 05 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



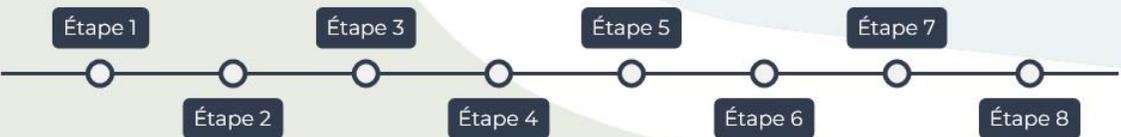
Une fois que vous aurez sélectionné une boutique qui vous plaît, vous pourrez voir à l'intérieur le type de produits que la pochette surprise peut contenir, ainsi que les avis d'autres utilisateurs ou même l'adresse exacte de ramassage. De plus, en haut à droite de chaque description personnalisée d'un magasin et de sa pochette surprise, vous pouvez cliquer sur le "cœur" qui apparaît et ce magasin sera immédiatement ajouté à votre liste de favoris et sera plus facile à trouver à l'avenir lorsque vous ouvrirez l'application.



Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 06 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Enfin, si vous êtes intéressé, cliquez sur "Réserver" ci-dessous et il vous sera demandé le nombre de paquets surprises que vous souhaitez sélectionner (il arrive qu'un même magasin en propose plusieurs) et le mode de paiement que vous souhaitez utiliser (qui peut être par carte de crédit/débit, Google Pay ou PayPal).



Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 07 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Étape 1 Étape 3 Étape 5 Étape 7

Étape 2 Étape 4 Étape 6 Étape 8



Lorsque le paiement est effectué, l'application vous en informe. Vous verrez également dans l'application un code de collecte que vous devrez utiliser dans le processus de collecte.

Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

Étape 08 (Niveau des diapositives)

TooGoodToGo - Les étapes à suivre



Étape 1 Étape 3 Étape 5 Étape 7

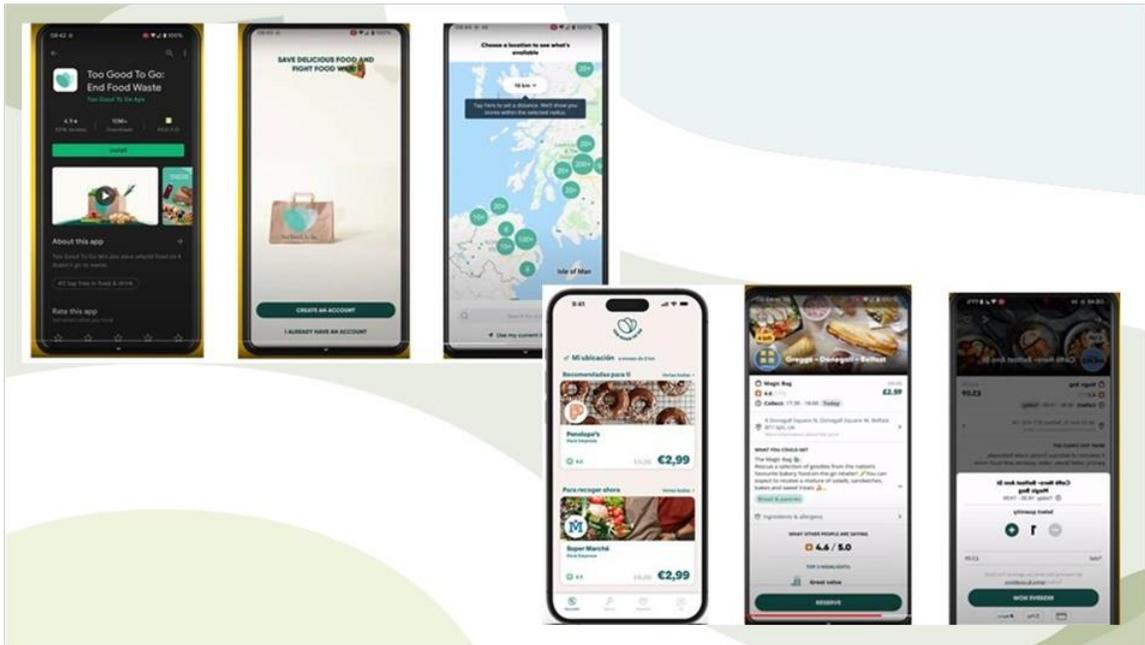
Étape 2 Étape 4 Étape 6 Étape 8



Ensuite, vous devez vous rendre dans le magasin avec votre code de collecte, et on vous remettra votre pack surprise. N'oubliez pas d'apporter votre propre sac pour y mettre le contenu, nous essayons d'être durables !

Cliquez sur les cercles pour afficher les étapes !

3.1.6 Éviter les déchets (3)



3.1.7 Éviter les déchets (4)

 **Éviter les déchets**

Avez-vous aimé l'idée de l'application Too Good To Go ? Il existe d'autres applications comme celle-ci !

- OLIO
- Karma
- Phenix

OLIO (Niveau des diapositives)

 **Éviter les déchets**

Avez-vous aimé l'idée de l'application Too Good To Go ? Il existe d'autres applications comme celle-ci !

OLIO

Karma

Phenix

Une application similaire pourrait être OLIO. Cette application met en relation les voisins entre eux et avec les entreprises locales afin que les excédents alimentaires puissent être partagés et non jetés. Il peut s'agir d'aliments proches de leur date de péremption dans les magasins locaux, de légumes de réserve cultivés à la maison, du pain de votre boulanger ou des provisions qui se trouvent dans votre réfrigérateur lorsque vous vous absentez. Pour plus de commodité, OLIO peut également être utilisé pour les articles ménagers non alimentaires. Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)



Karma (Niveau des diapositives)

 **Éviter les déchets**

Avez-vous aimé l'idée de l'application Too Good To Go ? Il existe d'autres applications comme celle-ci !

OLIO

Karma

Phenix

Vous pouvez également utiliser Karma, une application de sauvetage alimentaire qui permet aux détaillants de vendre leur surplus aux consommateurs à un prix inférieur, au lieu de gaspiller des aliments de qualité. Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)



Phenix (Niveau des diapositives)



Éviter les déchets

Avez-vous aimé l'idée de l'application Too Good To Go ? Il existe d'autres applications comme celle-ci !

Une autre option est l'application Phenix, qui vous permet de sauver les produits quotidiens que les entreprises de votre quartier (épiceries, restaurants, boulangeries, etc.) jettent. Vous pouvez acheter à petit prix en choisissant parmi les paniers à thème de chaque entreprise. Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)

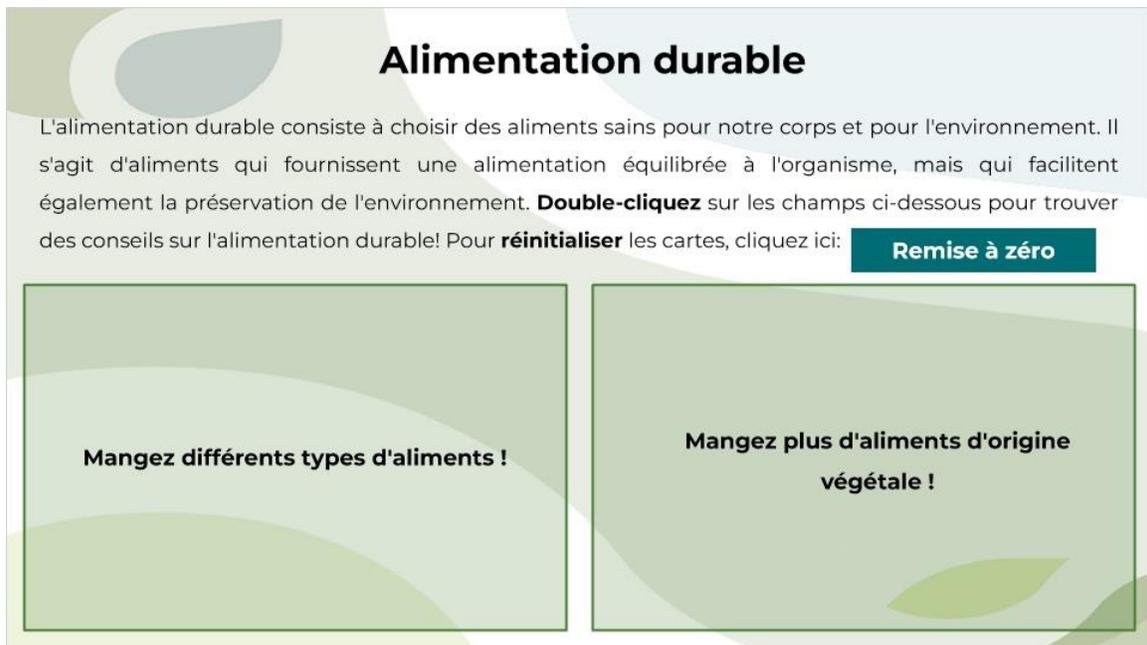
OLIO

Karma

Phenix



3.1.8 Alimentation durable (1)



Alimentation durable

L'alimentation durable consiste à choisir des aliments sains pour notre corps et pour l'environnement. Il s'agit d'aliments qui fournissent une alimentation équilibrée à l'organisme, mais qui facilitent également la préservation de l'environnement. **Double-cliquez** sur les champs ci-dessous pour trouver des conseils sur l'alimentation durable! Pour **réinitialiser** les cartes, cliquez ici: [Remise à zéro](#)

Mangez différents types d'aliments !

Mangez plus d'aliments d'origine végétale !

Alimentation durable (Niveau des diapositives)

Alimentation durable

L'alimentation durable consiste à choisir des aliments sains pour notre corps et pour l'environnement. Il s'agit d'aliments qui fournissent une alimentation équilibrée à l'organisme, mais qui facilitent également la préservation de l'environnement. **Double-cliquez** sur les champs ci-dessous pour trouver des conseils sur l'alimentation durable! Pour **réinitialiser** les cartes, cliquez ici: [Remise à zéro](#)

En particulier, le régime alimentaire de nombreuses personnes ne comprend que quelques types d'aliments, ce qui limite la quantité de nutriments qu'elles peuvent tirer de leurs repas. Cependant, en variant les produits que vous consommez, vous pouvez simplement recevoir des nutriments supplémentaires et manger de manière plus durable en privilégiant les produits de saison. Par exemple, au lieu de limiter votre consommation de protéines à la seule viande de bœuf, d'autres formes de protéines, comme le poisson et les lentilles, peuvent apporter à l'organisme des graisses oméga-3, des graisses oméga-6 et des antioxydants.

De plus en plus de personnes choisissent d'adopter un régime alimentaire à base de plantes, comprenant des noix, des fruits et des légumes. Il a été démontré que les aliments d'origine végétale sont plus sains que ceux d'origine animale. Les gens s'inspirent des sociétés asiatiques qui s'appuient fortement sur des régimes à base de plantes, comme la Malaisie et la Chine. Pour des saveurs exceptionnelles et une meilleure santé, les cultures méditerranéennes sont passées maîtres dans l'art de cuisiner des plats à base de plantes tels que les pâtes, les ragoûts et les tajines.

3.1.9 Alimentation durable (2)

Alimentation durable

En outre, il est important **d'éviter de gaspiller la nourriture** (comme indiqué dans la section précédente), mais aussi, si vous avez le temps et l'espace, de travailler à **cultiver votre propre nourriture**. En cultivant vos propres aliments, vous n'avez pas besoin de les transporter sur de grandes distances dans un véhicule qui émet des polluants dans l'environnement.

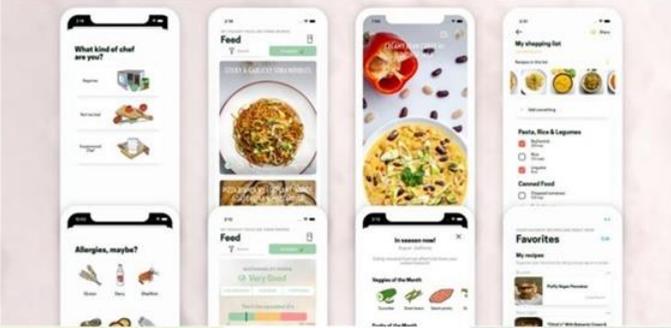
En outre, cela signifie qu'en utilisant vos cultures vivrières, vous contribuerez à **absorber une partie du dioxyde de carbone présent dans l'environnement**. N'oubliez pas qu'il n'est pas nécessaire d'avoir beaucoup de terrain pour cultiver sa propre nourriture. Vous pouvez facilement produire du chou frisé, des tomates, des oignons et des herbes dans un jardin. **Les cultures vivrières peuvent également être cultivées en pots sur les balcons ou dans des jardinières**. Le fait de cultiver une partie de sa propre nourriture permet de réduire les dépenses liées aux achats. En outre, c'est une **excellente façon d'éviter de consommer des produits chimiques dangereux** qui sont ajoutés aux récoltes pendant la culture et la transformation.

Dans ce qui suit, nous allons vous expliquer quelques applications qui peuvent vous aider à mettre en œuvre ces idées pour une alimentation plus saine !

3.1.10 Application Kuri (1)

Kuri

Kuri est une application de cuisine éco-responsable, qui permet d'adopter une cuisine de saison. Kuri apprend et s'adapte aux préférences, aux goûts et aux habitudes alimentaires. Il propose plus de 750 recettes, organise des listes de courses et soutient les agriculteurs locaux. Il repose sur trois piliers : une nutrition personnalisée, des suggestions d'aliments à faible impact environnemental et des suggestions de produits de saison.



3.1.11 Application Kuri (2)

Kuri

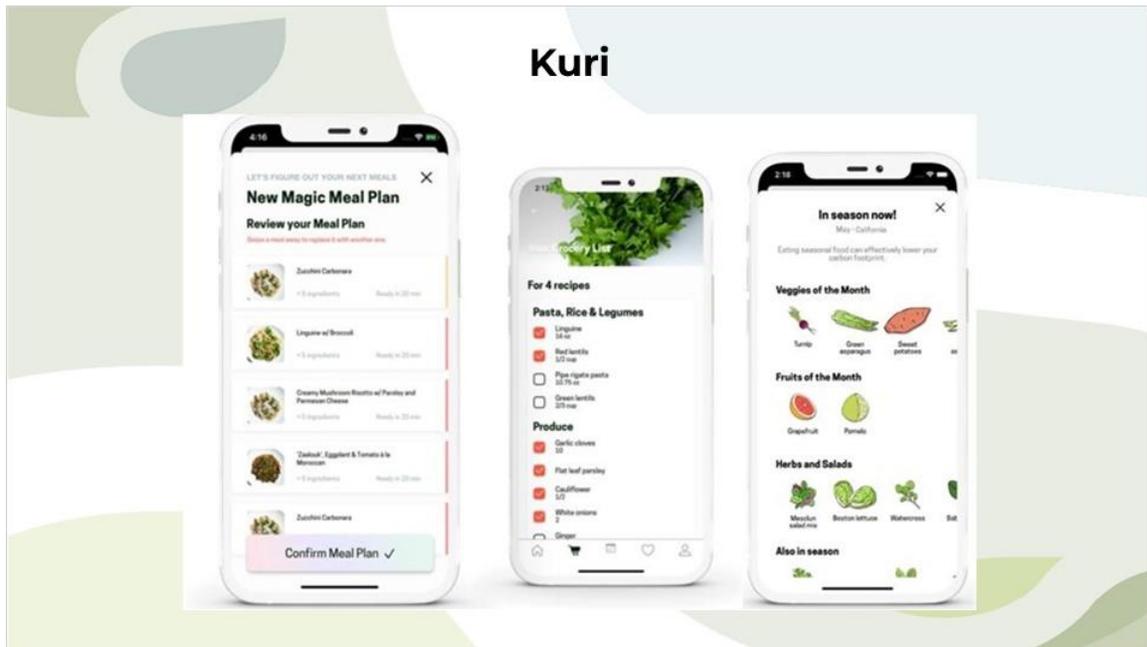
Lorsque vous ouvrez l'application Kuri, vous pouvez recevoir des recettes personnalisées en fonction de vos habitudes culinaires, du type de régime que vous suivez avec les restrictions alimentaires correspondantes ou de votre mode de vie. Le grand nombre de filtres permettant aux utilisateurs de personnaliser les recettes qu'ils souhaitent recevoir garantit une remarquable variété de résultats, avec plus de 700 recettes disponibles.

Une autre des fonctions incluses peut être la réception de régimes personnalisés en fonction de vos besoins (ou des aliments dont vous disposez dans le réfrigérateur). C'est également une application très utile pour ajouter votre liste de courses, car elle peut rapidement transformer les recettes en une liste de tout ce dont vous avez besoin au supermarché pour les cuisiner.

En tant qu'utilisateur de Kuri, la liste d'aliments de saison actualisée vous sera précieuse, surtout si vous n'êtes pas un expert en gastronomie. Opter pour des produits "zéro kilomètre", moins impactants sur l'environnement, est toujours recommandé, d'où l'utilité de connaître ces aliments.



3.1.12 Alimentation durable



3.1.13 Application Yuka (1)

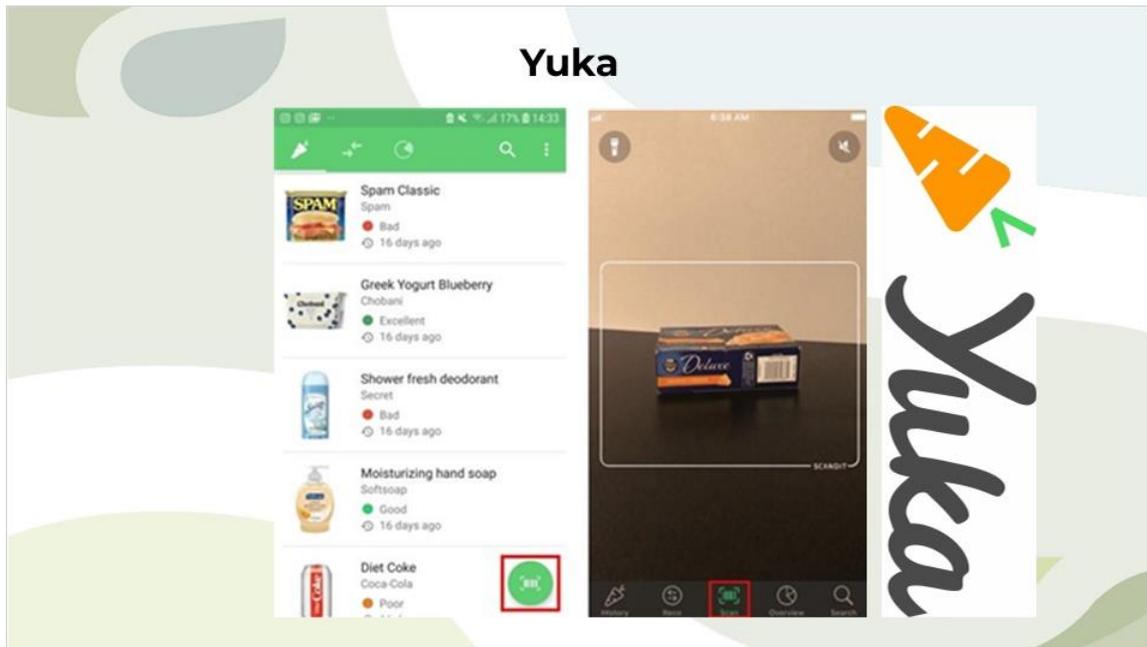


Yuka

Yuka scanne les produits alimentaires et cosmétiques afin de déchiffrer leur composition et d'évaluer leurs effets sur la santé. Dans le but d'améliorer notre façon de consommer, Yuka apporte simplicité et transparence pour comprendre les étiquettes des produits en un seul clic. Un code couleur simple est utilisé pour indiquer les effets sur la santé de chaque produit : excellent, bon, médiocre ou mauvais. Il est alors possible d'accéder à une fiche détaillée pour comprendre en détail l'évaluation de chaque élément.

Pour télécharger l'application, ouvrez | [App Store](#) ou [Google Play](#) sur votre téléphone. Tapez Yuka dans la barre de recherche, le logo Yuka avec une carotte apparaîtra, puis téléchargez l'application. Pour scanner, vous devez cliquer sur l'icône "Scan" dans l'application et placer l'écran du téléphone devant le code-barres du produit afin de le scanner. Vous pouvez également cliquer ici depuis votre téléphone portable pour accéder directement au mode "Scan". Dès que vous scannez le code-barres, vous accédez à l'évaluation du produit grâce à un code couleur allant du vert au rouge, puis à une analyse plus détaillée en accédant à la fiche du produit.

3.1.14 Application Yuka (2)



3.1.15 Application HappyCow

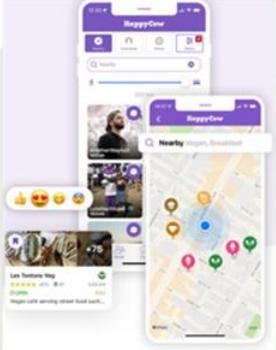


HappyCow

HappyCow est une application et un site web qui répertorie les entreprises végétaliennes et à base de plantes (près de 200 000). À l'instar de Google et d'autres plateformes de recherche, il vous propose des options à proximité en fonction de critères de filtrage. Chaque entreprise répertoriée sur HappyCow propose au moins 1 à 3 options de produits végétaliens.

Les principales caractéristiques de l'application sont les suivantes

- Voyagez facilement dans plus de 180 pays.
- APP SEULEMENT Sauvegarder des lieux hors ligne, faire de la carte la vôtre.
- Filtrer les lieux qui conviennent à tout le monde.
- Naviguer directement via l'application.
- Lisez plus d'un million d'avis de végétaliens du monde entier.
- APP SEULEMENT Traduire dans votre langue d'une simple pression.
- Consultez les dernières activités sur votre fil personnalisé.
- APP UNIQUEMENT Soyez informé des nouveaux lieux près de chez vous.
- Connectez-vous avec des personnes partageant les mêmes idées, où qu'elles se trouvent.



3.1.16 Labels d'efficacité (1)

Labels d'efficacité

Personne ne veut dépenser plus d'énergie qu'il ne le devrait. Voici quelques conseils simples pour économiser l'énergie et réduire vos factures d'énergie !

Surveillez vos lumières ! **Réduisez votre facture d'eau !** **Contrôlez la température à la maison !** **Éteignez vos appareils de temps en temps.**

Surveillez vos lumières! (Niveau des diapositives)

Surveillez vos lumières !

- Éteignez les lumières lorsque vous quittez une pièce, mais pas au détriment de votre sécurité - gardez les escaliers et les autres zones bien éclairés pour réduire le risque de chute.
- Le remplacement des ampoules traditionnelles par des ampoules LED vous permettra d'économiser de l'argent.



Surveillez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Surveillez vos lumières ! **Réduisez votre facture d'eau !** **Contrôlez la température à la maison !** **Éteignez vos appareils de temps en temps.**

Réduisez votre facture d'eau! (Niveau des diapositives)

Réduisez votre facture d'eau !

- Prenez une douche au lieu d'un bain ou envisagez de ne pas remplir complètement la baignoire.
- Réparer les robinets qui gouttent.
- Faites la vaisselle dans une cuvette plutôt qu'à l'eau courante pour économiser de l'argent.
- Lorsque vous utilisez un lave-vaisselle, vous ne devez pas rincer la vaisselle avant de la mettre dans le lave-vaisselle.
- Pour les boissons chaudes, ne faites bouillir que la quantité d'eau nécessaire.



Surveillez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Surveillez vos lumières !	Réduisez votre facture d'eau !	Contrôlez la température à la maison !	Éteignez vos appareils de temps en temps.
----------------------------------	---------------------------------------	---	--

Contrôlez la température à la maison! (Niveau des diapositives)

Contrôlez les températures dans votre maison !

- Faites fonctionner le lave-linge à une température plus basse.
- Utilisez vos commandes de chauffage, telles que les thermostats et les minuteries, pour chauffer votre maison sans gaspiller d'énergie.
- Veillez à ce que votre salon (ou la pièce que vous utilisez le plus) reste chaud pendant la journée lorsque vous êtes à la maison, mais chauffez votre chambre avant de vous coucher.
- S'il y a des pièces que vous n'utilisez pas, éteignez les radiateurs et fermez les portes.
- Veillez à ce que les radiateurs et les appareils de chauffage soient propres, afin que l'air chaud puisse circuler.
- Ventilez votre maison. Aérer totalement pendant une courte période, avec les fenêtres ouvertes des deux côtés, pendant environ 5 minutes.

Surveillez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Surveillez vos lumières !	Réduisez votre facture d'eau !	Contrôlez la température à la maison !	Éteignez vos appareils de temps en temps.
----------------------------------	---------------------------------------	---	--

Éteignez vos appareils de temps en temps. (Niveau des diapositives)

Éteignez les appareils de temps en temps !

- Éteignez les appareils lorsqu'ils ne sont pas utilisés plutôt que de les laisser en veille.
- N'éteignez pas votre réfrigérateur ou votre congélateur (sauf si vous partez pour une longue période et que vous avez vidé votre réfrigérateur), car vos aliments risquent de s'abîmer plus tôt qu'ils ne le devraient.
- N'utilisez pas le réfrigérateur à la température la plus basse possible.
- Dégivrez votre congélateur tous les six mois pour qu'il fonctionne efficacement.
- De nombreux nouveaux appareils électroménagers sont dotés d'une cote énergétique. Vous devez choisir la meilleure note énergétique possible.



Survolez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Surveillez vos lumières !

Réduisez votre facture d'eau !

Contrôlez la température à la maison !

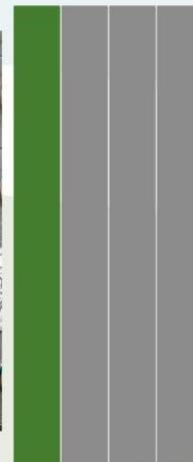
Éteignez vos appareils de temps en temps.

3.1.17 Efficacité de l'eau et de l'énergie

Consommation d'eau et d'énergie

En ce qui concerne **la conservation de l'eau** il existe une vaste bibliothèque d'applications mobiles qui peuvent vous aider à économiser l'eau en vous fournissant des informations telles que la quantité d'eau que vous consommez et d'autres conseils pour réduire l'utilisation de l'eau.

En termes de **consommation d'énergie** il est également important de comprendre et de surveiller votre consommation d'électricité en temps réel, directement depuis la paume de votre main. Les progrès technologiques et les applications ont permis à la société de suivre facilement sa consommation d'énergie.

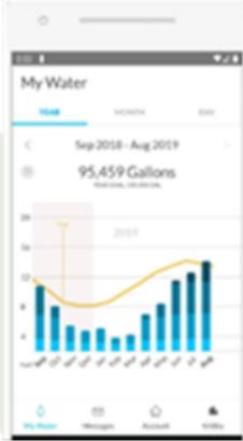


Dropcountr (Niveau des diapositives)

Consommation d'eau et d'énergie

Dropcountr met en relation les citoyens et leurs services d'eau sur les appareils mobiles qu'ils utilisent tous les jours. Il est disponible sur votre téléphone portable et votre ordinateur de bureau et vous permet de comprendre et de gérer votre consommation d'eau personnelle, de la comparer à celle de vos voisins, de fixer et d'atteindre des objectifs en matière de consommation d'eau, entre autres.

Lien pour [Android](#) et [iOS!](#)



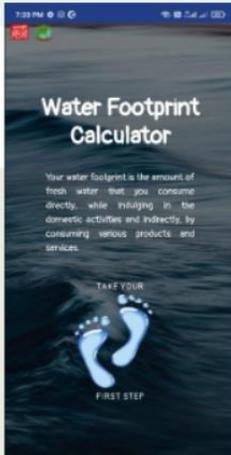
Calculateur d'empreinte hydrique (Niveau des diapositives)

Consommation d'eau et d'énergie

Calculateur d'empreinte hydrique est une application qui vous aide à mesurer et à analyser votre consommation d'eau pour diverses activités où l'on utilise de l'eau, comme le nettoyage, la lessive, le jardinage, la cuisine, le lavage des voitures, etc.

[Lien!](#)

Pour plus d'informations sur les applications, veuillez cliquer sur le lien suivant [lien suivant!](#)



Applications (Niveau des diapositives)

Consommation d'eau et d'énergie

En général, **les applications de suivi de la consommation d'électricité** sont des outils numériques avancés et conviviaux, conçus pour les appareils intelligents, qui permettent aux utilisateurs de suivre, d'analyser et de gérer leur consommation d'électricité.

Voici quelques exemples d'applications :

Moniteur d'énergie domestique Sense: Cette application offre aux utilisateurs des informations inédites sur la consommation d'énergie de leur foyer en temps réel et historique. Il se distingue par sa capacité à utiliser l'apprentissage automatique pour reconnaître les signatures énergétiques des appareils ménagers individuels, en affinant continuellement sa précision grâce à une vaste base de données d'appareils électroménagers et électroniques.

Liens pour [Android](#) et [iOS!](#)

Smappee (Niveau des diapositives)

Consommation d'eau et d'énergie

Smappee :

Une application complète de gestion de l'énergie conçue pour les maisons et les véhicules électriques. Cette application permet aux utilisateurs de programmer efficacement la recharge de leurs véhicules à l'énergie solaire ou de gérer la consommation d'énergie domestique pendant les heures creuses.

Liens pour [Android](#) et [iOS!](#)



3.1.18 Efficacité (2)

Label 2020 Efficacité

Label 2020 Efficiency est une application destinée aux consommateurs pour les aider à acheter et à comparer les appareils des différentes catégories (appareils de refroidissement, lave-vaisselle, téléviseurs, lave-linge, etc.) Il peut être utilisé sur les smartphones, les tablettes ou les ordinateurs. Le contrôle d'efficacité vous fournit des informations sur les produits figurant sur l'étiquette énergétique. Ces données facilitent la comparaison des appareils et permettent de mieux évaluer les coûts de fonctionnement et le coût total estimé. **Double-cliquez** sur les champs ci-dessous! Pour **réinitialiser** les cartes, cliquez ici: [Remise à zéro](#)



Efficacité (Niveau des diapositives)

Label 2020 Efficacité

Label 2020 Efficiency est une application destinée aux consommateurs pour les aider à acheter et à comparer les appareils des différentes catégories (appareils de refroidissement, lave-vaisselle, téléviseurs, lave-linge, etc.) Il peut être utilisé sur les smartphones, les tablettes ou les ordinateurs. Le contrôle d'efficacité vous fournit des informations sur les produits figurant sur l'étiquette énergétique. Ces données facilitent la comparaison des appareils et permettent de mieux évaluer les coûts de fonctionnement et le coût total estimé. **Double-cliquez** sur les champs ci-dessous! Pour **réinitialiser** les cartes, cliquez ici: [Remise à zéro](#)

Il suffit de scanner le code QR de l'étiquette avec votre smartphone pour récupérer les données du produit dans la base de données de l'UE.

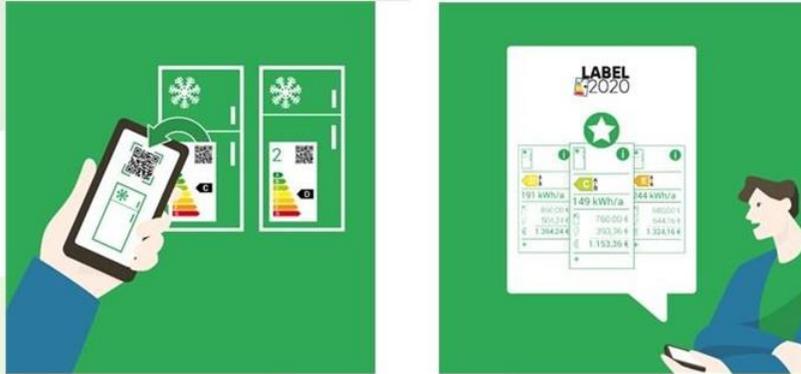
S'il n'est pas possible de scanner le code QR ou si vous utilisez l'outil à la maison sur votre PC/ordinateur portable, vous pouvez récupérer les données du produit en saisissant la marque et le nom du modèle. Accédez à l'entrée du nom du modèle.

Vous pouvez répéter ce processus autant de fois que vous le souhaitez pour tous les produits qui vous intéressent.

3.1.19 Efficacité (3)

Label 2020 Efficacité

L'outil utilise les données de la base de données officielle des produits de l'UE. Les informations sur les produits que vous avez récupérées sont stockées localement sur votre appareil. Bien entendu, il n'est pas nécessaire de s'inscrire ou de saisir ses données personnelles.



3.1.20 Sources

Sources pour la consommation responsable

- Consommation responsable: définition et exemples: <https://youmatter.world/en/definition/definitions-responsible-consumption-examples/>
- Conseils d'économie d'énergie pour réduire les factures d'énergie: <https://www.ageuk.org.uk/information-advice/money-legal/debt-savings/energy/energy-saving-tips/>

Retour à Ra consommation responsable menu

3.2 Scénario Consommation responsable

3.2.1 RC : Scénario

**Scénario:
Consommation responsable**

Sara : Bonjour!
Merci d'être
venu !

Dans ce scénario, vous vivez votre vie quotidienne. Vous rendez visite à votre fille. Le scénario se déroule chez elle et dans un petit magasin.

Vous pouvez choisir entre les réponses correctes et les réponses incorrectes. Les réponses correctes donnent lieu à un dialogue ou à un retour d'information supplémentaire, tandis que les réponses incorrectes invitent l'utilisateur à réessayer.

Les éléments clés du scénario sont la compréhension du scénario, l'application des connaissances et la réflexion sur le retour d'information pour s'améliorer.

Êtes-vous prêts ?

[Retour au menu](#)



3.2.2 RC : Scénario

Bonjour, je reviens d'acheter des plats préparés dans le magasin de votre amie Elena et je pense qu'elle va jeter beaucoup de nourriture à la fin de la journée. Il y avait déjà trop de choses cuisinées.

Voulez-vous que nous lui envoyions des recommandations sur la manière de l'éviter ?

Bien sûr !

Parfait. Quelle est la meilleure option selon vous ?

Vous



3.2.3 RC : Scénario : Question 1

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Éviter le gaspillage alimentaire...

Selon vous, quelle est la meilleure solution pour éviter les déchets alimentaires ?
Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous.



- ◇ Préparer de la nourriture pour moins de personnes que celles qui font habituellement les courses et, s'il n'y a plus de nourriture, leur dire de se rendre dans d'autres commerces.
- ◇ Travailler avec les réservations pour ne cuisiner que ce qui est "pré-vendu".
- ◇ Identifiez les applications qui vous permettent d'aider les gens à acheter des produits invendus à des prix réduits et d'éviter le gaspillage alimentaire.

3.2.4 RC : Scénario



Bonjour, l'autre jour, votre fille m'a suggéré d'utiliser des applications pour vendre les surplus de nourriture que nous préparons et que nous ne vendons pas. Pourriez-vous me donner le nom de l'une de ces applications?

Vous

Bien sûr!

3.2.5 RC : Scénario : Question 2

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

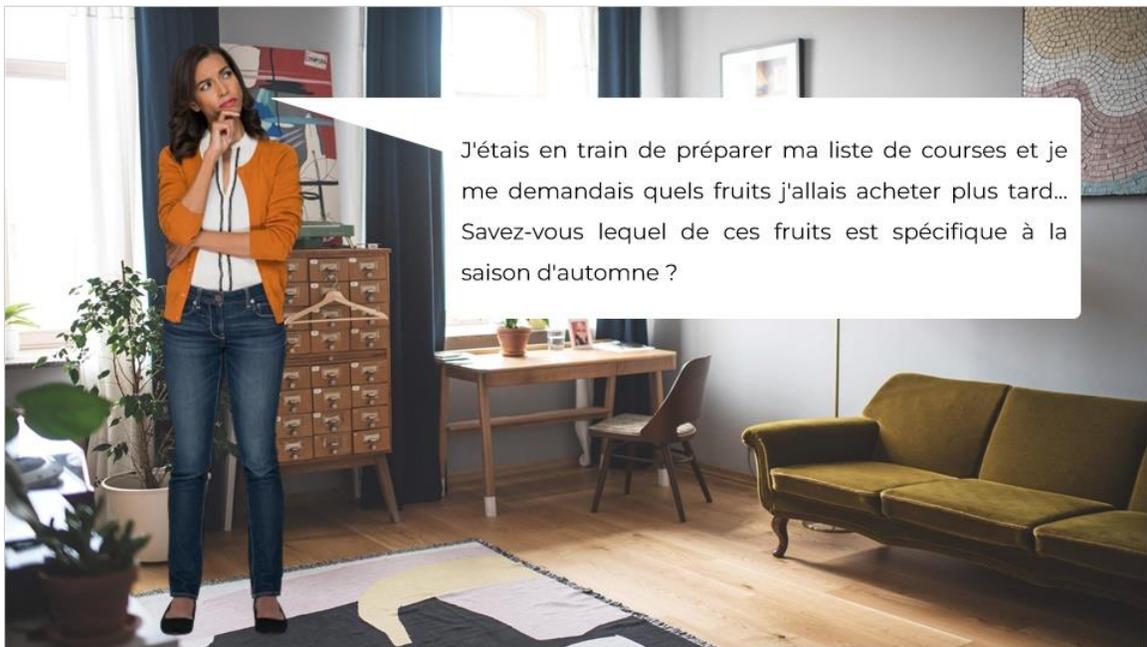
Des applications pour vendre le surplus de nourriture...

Quelle est, selon vous, la meilleure application pour vendre des surplus alimentaires ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.



- Yuka
- Etiquetable
- Too Good To Go

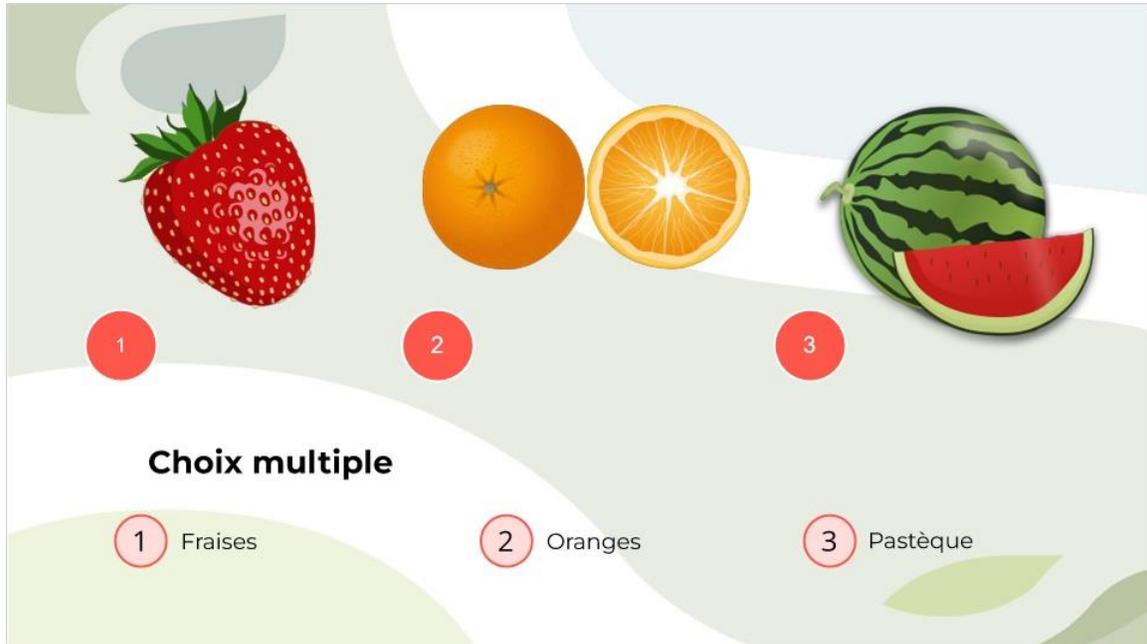
3.2.6 RC : Scénario



J'étais en train de préparer ma liste de courses et je me demandais quels fruits j'allais acheter plus tard... Savez-vous lequel de ces fruits est spécifique à la saison d'automne ?

3.2.7 RC : Scénario : Question 3

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)



1

2

3

Choix multiple

1 Fraises

2 Oranges

3 Pastèque

3.2.8 RC : Scénario



Merci beaucoup, maman. Si vous n'étiez pas là ou si vous ne saviez pas, comment pourrais-je le savoir ?

3.2.9 RC : Scénario : Question 4

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)



Fruits et légumes de saison...

Comment savoir quels sont les fruits et légumes de saison ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.

- On ne peut le savoir que si l'on a vécu à la campagne ou si l'on a été agriculteur.
- Étudier des livres et des manuels
- En utilisant des applications telles que KURI.

3.2.10 RC : Scénario



Hé, maman. Après avoir rénové notre cuisine, nous envisageons de la meubler. J'avais cette tâche en tête depuis des semaines. Avez-vous une idée du type de réfrigérateur qui convient le mieux ? Je n'en ai aucune idée. J'ai vu certains catalogues et il y a trop d'options.

3.2.11 RC : Scénario : Question 5

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)



Comment choisir un réfrigérateur...

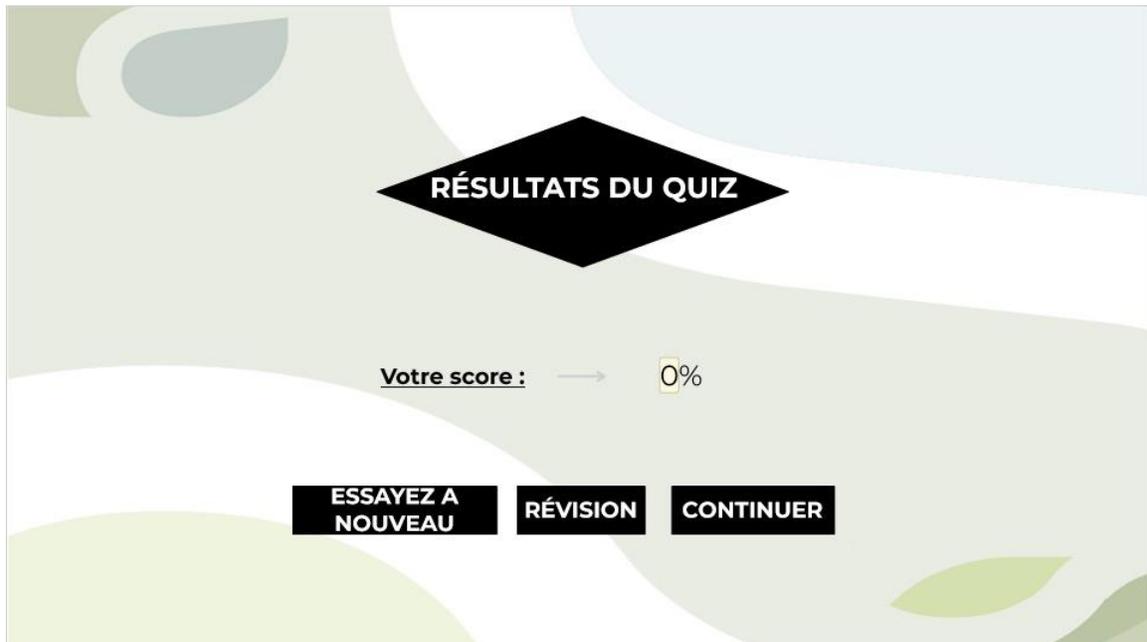
Quelle est la meilleure option pour choisir un réfrigérateur ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et une option incorrecte.



- L'utilisation d'applications comparatives telles que Label 2020 Efficiency.
- Se rendre dans le magasin physique et écouter les conseils du personnel de vente.
- Choisir au hasard (tous seront similaires, refroidir et congeler).

3.2.12 RC : Scénario (Résultats du Quiz)

(feuille de résultats, 0 point, 1 essai autorisé)



RÉSULTATS DU QUIZ

Votre score : → 0%

ESSAYEZ A NOUVEAU **RÉVISION** **CONTINUER**

3.2.13 RC : Scénario (arbre SEN4CE)

L'arbre SEN4CE

L'arbre vous montre la progression du cours. Ce faisant, vous découvrirez peut-être des surprises.



Poursuivez sur cette voie ! Vos habitudes de consommation consciente nourrissent le monde, une branche à la fois.

Bravo ! Votre engagement en faveur d'une consommation responsable a contribué à planter les graines du changement!

Félicitations ! Cet arbre se dresse, reflétant votre engagement à consommer de manière responsable. Vous avez maîtrisé cela ! Récupérez votre récompense!

Vous faites vraiment la différence! Votre arbre symbolise le changement positif que peut apporter une consommation réfléchie.

Chaque choix que vous faites peut avoir un impact durable ! Voyez comment l'arbre s'épanouit grâce à vos décisions conscientes.

Tapez ici !

Retour au menu

4. Durée de vie du produit

4.1 Menu de la durée de vie des produits (PL)

Durée de vie du produit

Alors que nous nous dirigeons vers un avenir plus durable, il est absolument crucial de comprendre le cycle de vie des produits dans le cadre d'une Économie Circulaire. Ce module vous emmène dans un voyage révélateur pour explorer justement cela : comment l'allongement de la durée de vie des produits contribue à une économie plus durable et circulaire. Nous nous réjouissons d'apprendre et de grandir avec vous!

Durée de vie du produit - Introduction

Scénario : Durée de vie du produit

[Retour au menu](#)

4.1.1 PL Introduction (1)

Introduction : Durée de vie du produit

Dans le monde d'aujourd'hui, où nous nous rendons compte que les ressources sont limitées et où les effets négatifs de nos modes de consommation deviennent de plus en plus évidents, il est plus important que jamais d'adopter une approche circulaire de la conception des produits et de la gestion de leur cycle de vie.

Dans une Économie Circulaire, l'objectif est de ne pas produire de déchets ni de pollution. Au contraire, les produits, les pièces et les matériaux sont utilisés, entretenus, réparés, réutilisés et recyclés autant que possible.

Dans notre unité sur l'Économie Circulaire, nous aborderons l'une des cinq principales façons d'appliquer l'Économie Circulaire : se concentrer sur la durée de vie du produit.

L'allongement de la durée de vie des produits est, selon Rose Marcario, PDG de Patagonia, *"la meilleure chose que nous puissions faire pour la planète"* en tant que consommateurs. Heureusement, Patagonia n'est pas la seule entreprise à permettre à ses clients de le faire. Plusieurs entreprises s'attachent à rendre les pièces accessibles, et à réparer les produits facilement grâce à la création de différentes applications ou plates-formes.

4.1.2 PL Introduction (2)

Introduction: Durée de vie du produit

Au fil du temps, l'allongement de la durée de vie des produits grâce à un entretien et à des réparations adéquats réduit la nécessité d'en acheter davantage. Malheureusement, ce simple fait d'éviter les émissions de CO₂, la production de déchets et la consommation d'eau n'est pas encore une tendance courante.

Ce module vous présentera le concept de durée de vie des produits et explorera comment les applications et les plateformes de l'Économie Circulaire peuvent être utilisées comme des outils complémentaires aux actions mises en œuvre pour prolonger la durée de vie des produits, réduire les déchets et promouvoir la durabilité.

Nous examinerons des exemples d'applications ou de plateformes calculant les différentes durées de vie de produits, pour mettre en œuvre les principes de la circularité tout au long du cycle de vie du produit dans les routines quotidiennes.

À la fin de ce module, vous aurez une compréhension solide des avantages et défis de la conception de produits circulaires, de la gestion du cycle de vie, ainsi que des applications et des plateformes pratiques pour appliquer les approches de l'Économie Circulaire dans votre routine quotidienne.

4.1.3 Marchés de la seconde main

Marchés de la seconde main

Les marchés de la seconde main jouent un rôle crucial dans la promotion de l'Économie Circulaire en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant les déchets. Ils permettent également de vendre ou d'échanger des produits usagés, ce qui prolonge leur durée de vie. Cela réduit la demande de nouveaux produits et la quantité de déchets générés.

En outre, en réutilisant et en reconditionnant les produits, ils réduisent le nombre de ressources nécessaires à la production de nouveaux produits. Ainsi, les ressources naturelles sont préservées et l'impact de la production sur l'environnement est réduit.

En outre, en période de hausse constante des prix, les marchés de seconde main constituent également une alternative économique du point de vue des coûts.



4.1.4 Vinted (1)

 **Application "Vinted" pour le marché de l'habillement de seconde main**

Vinted est probablement l'un des services les plus populaires pour vendre et acheter des vêtements de seconde main afin de réduire la consommation de vêtements et d'éviter la production. Vinted promeut la mode circulaire et permet de consommer sans créer de déchets supplémentaires. Il propose même des prix abordables pour tous les types de budget et pour ceux qui vendent, pour gagner un peu plus d'argent. L'objectif de cette entreprise est non seulement de réduire la consommation et de protéger l'environnement, mais aussi de promouvoir une mode durable.

Vinted est une application qui permet aux personnes qui vendent des vêtements qu'elles ne portent plus en les téléchargeant un par un sur la plateforme. Ainsi, les personnes intéressées par l'achat de vêtements d'occasion peuvent les trouver dans l'application. En d'autres termes, le vendeur et l'acheteur sont en contact par l'intermédiaire de cette application pour négocier le prix et conclure la transaction. La personne qui met ses vêtements en vente les prend en photo, les télécharge sur l'application et traite directement avec l'acheteur.



4.1.5 Vinted (2)

Application "Vinted" pour le marché de l'habillement de seconde main

Vinted est devenu une plateforme, à la fois pour le web et pour l'application mobile, qui permet d'obtenir des vêtements de seconde main avec de nombreux avantages. Parmi elles, une commission nulle pour le vendeur. Cela rend le travail beaucoup plus pratique entre le client et le vendeur.

Il est important de noter qu'il n'est pas toujours nécessaire d'effectuer des achats ; l'échange d'objets est également possible si les deux parties sont d'accord.

Dans les deux cas, Vinted devient l'entreprise intermédiaire qui met en relation deux utilisateurs, grâce à la mise à disposition d'un site, et de la manière la plus pratique et la plus confortable possible pour ne se faire aucun soucis Bref, zéro problème.

Si vous êtes intéressé, téléchargez l'application pour [Android](#) ou [iOS](#) ou de visiter leur [site web](#).

Deux options s'offrent alors à vous: **vendre ou acheter.**



4.1.6 Marchés de seconde main (4)

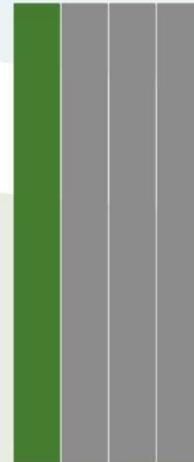
Si vous souhaitez vendre vos vêtements



4.1.7 Marchés de la seconde main (5)

Si vous voulez être acheteur

Pour faire du shopping sur Vinted, il suffit d'ouvrir l'application et de trouver la catégorie qui vous intéresse. On pourrait dire que Vinted fonctionne comme un marché aux puces, où l'on trouve des vêtements de toutes sortes, certains en meilleur état... et d'autres en moins bon état. L'acheteur peut marchander le prix, voire parvenir à un accord avec le vendeur. Une fois que l'acheteur a effectué le paiement, le vendeur doit s'occuper de l'envoi du vêtement.



1 (Niveau des diapositives)

Si vous voulez être acheteur

Si vous envisagez d'acheter, voici quelques conseils :

- Utilisez les filtres avec le plus de détails possible pour trouver ce que vous cherchez, sans oublier de fixer le prix.
- Cherchez des vêtements qui correspondent à votre budget, car tous les vendeurs ne sont pas prêts à négocier.
- Privilégiez les vêtements munis d'une étiquette, de préférence visible sur la photo, vous éviterez ainsi d'acheter des contrefaçons.
- Lisez les détails de la description du vêtement, les vendeurs fournissent généralement des informations importantes.
- Consultez les évaluations du profil de chaque vendeur pour savoir s'il est digne de confiance.
- Tenez compte des frais de livraison, qui augmentent le prix.

N'oubliez pas qu'il n'y a pas de filtres de qualité ni de contrôles pour les articles en vente. Il est donc particulièrement important de tout vérifier avant d'acheter.

2 (Niveau des diapositives)

Si vous voulez être acheteur

Après avoir visité l'application et identifié les différents vêtements, vous pouvez soit les acheter directement, soit poser des questions au vendeur. Vous pouvez même marchander en proposant un prix différent au vendeur. Il est important de vérifier les avis des vendeurs.



3 (Niveau des diapositives)

Si vous voulez être acheteur

Après avoir sélectionné le produit qui vous intéresse, il est temps de sélectionner "Acheter maintenant" sur la publication de l'article en question. Les taxes de livraison sont également à la charge de l'acheteur.

Choisissez votre mode de paiement entre PayPal, carte bancaire ou solde Vinted. Vous trouverez ensuite le lieu de livraison et les coordonnées de la personne à contacter. Les frais de protection de l'acheteur seront ajoutés au prix de l'article. Grâce à ce système, vous pouvez être remboursé en cas de problème.



4 (Niveau des diapositives)

Si vous voulez être acheteur

Une fois le paiement effectué, vous obtiendrez une date de livraison estimée. Avez-vous encore des doutes sur les applications ? N'hésitez pas à visiter leur [helpdesk!](#)



4.1.8 Autres marchés secondaires



Momox (Niveau des diapositives)

The slide features a light blue header with a green circle containing a white lowercase 'i' on the left. The title 'Autres applications pour le marché de l'occasion' is centered in bold black text. Below the title, three green rectangular boxes are stacked vertically, each containing a white logo: 'momox' in a blue cloud-like shape, 'refurbed' with a blue circular icon, and 'ferris' with a purple circular icon. To the right of these boxes, the following text is provided:

Tout d'abord, téléchargez l'application (pour [Android](#) et pour [iOS](#)) ou accéder à l'application via son [site web](#) et créez votre compte. Ensuite :

Si vous êtes vendeur:

1. Avec votre téléphone portable, scannez l'ISBN de votre livre ou de votre article audiovisuel. Si vous utilisez un ordinateur, tapez le code manuellement.
2. L'application vous donne un prix pour votre produit. Si vous l'acceptez, vous avez le produit dans votre boîte de vente.
3. Une fois le produit acheté, veillez à bien l'emballer et à l'envoyer conformément aux instructions qui vous ont été communiquées.
4. Une fois que l'acheteur a reçu la commande, vous recevez le paiement.

Si vous êtes acheteur:

1. Pour sélectionner les articles souhaités, parcourez le menu de votre choix (livres/CD et vinyles/DVD/Jeux). Veuillez noter que le montant minimum de la commande est de 10 euros et que les frais de port sont gratuits.
2. Une fois que vous avez trouvé tous les produits que vous voulez dans la boîte de vente, accédez à la "boîte de vente" et procédez à l'achat.

Refurbed (Niveau des diapositives)

i **Autres applications pour le marché de l'occasion**



Ils proposent huit types de produits: téléphones, tablettes, ordinateurs portables, montres connectées, moniteurs, appareils audio, ordinateurs de bureau et appareils photo. Tous les appareils ont été remis à neuf et sont ensuite proposés à la vente. Il suffit de se rendre sur leur [site web/marché](#), de voir ce qu'ils ont à offrir et, si cela convient, de l'ajouter à votre panier d'achat et de procéder à l'achat.

Pour certains produits, il existe différentes options en termes de couleur, de connectivité, etc. Vous pouvez sélectionner les fonctionnalités souhaitées dans le menu déroulant.

Ferris (Niveau des diapositives)

i **Autres applications pour le marché de l'occasion**



Ferris vise à mettre en relation les personnes qui souhaitent désencombrer leur maison et celles qui veulent récupérer des objets gratuitement. Vous pouvez y accéder par le biais du [site web](#) ou l'application [l'application](#).

Pour ajouter mon article dans l'application : cliquez sur le cercle du milieu en bas de l'écran, ce qui vous amènera à la bonne page "donner". Il vous suffit ensuite d'ajouter une image en cliquant sur "Choisir un fichier", d'ajouter un nom, une description et une catégorie de ce que vous voulez offrir et de cliquer sur "Publier maintenant".

Pour demander un article, sur la "page produit", faites défiler la page jusqu'au dessous de la carte et cliquez sur "Demander à *nom*". Vous pouvez alors demander si l'article est encore disponible et, le cas échéant, convenir d'un jour et d'une heure pour venir le chercher.

4.1.9 Mobilité partagée (1)

Solutions de mobilité partagée

Les solutions de mobilité partagée sont des éléments importants de l'Économie Circulaire, car elles peuvent réduire l'impact environnemental du transport et promouvoir une utilisation plus durable des ressources. En outre, les solutions de mobilité partagée peuvent contribuer à prolonger la durée de vie de produits tels que les voitures et les vélos en augmentant leur taux d'utilisation. Cela permet de réduire la nécessité de fabriquer de nouveaux véhicules et de réduire les déchets. Il existe plusieurs applications que vous pouvez utiliser pour la mobilité partagée !



4.1.10 Mobilité partagée (2)

BlaBlaCar

BlaBlaCar est la première communauté de covoiturage au monde, permettant à plus de 90 millions d'utilisateurs de voyager dans 22 pays différents. BlaBlaCar s'appuie sur la technologie pour remplir les sièges vides sur les trajets, mettre en relation les covoitureurs et les usagers des bus, et rendre les voyages plus abordables, plus pratiques et plus intéressants. Le réseau de mobilité de BlaBlaCar, respectueux de l'environnement et axé sur le lien social, permet d'économiser 1,6 million de tonnes d'émissions de CO2 par an et génère 120 millions de connexions interpersonnelles par an.



1 2 3 4 5 6

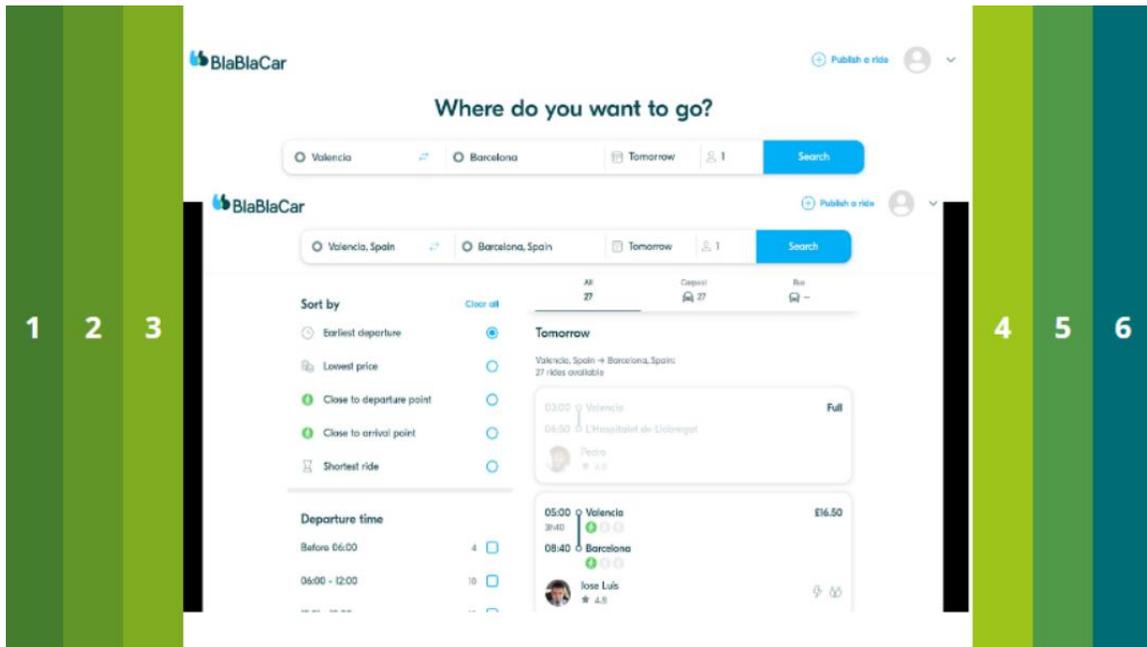
Tab 01 (Niveau des diapositives)

1	<p>L'inscription à BlaBlaCar est totalement gratuite ! Il suffit de se rendre sur son site web ou à l'application sous Android ou Apple et cliquez sur S'inscrire. Vous pouvez vous inscrire en utilisant l'un des moyens suivants : Adresse électronique ou compte Facebook. Après vous être inscrit, veillez à compléter votre profil (mot de passe, numéro de téléphone, identifiant, page relative à la méthode de transfert, etc.) Votre profil doit être vérifié avant que vous puissiez réserver un voyage.</p> <p>Blablacar est disponible en Autriche, en Allemagne, en France, au Portugal et en Espagne, ainsi que dans d'autres pays comme l'Italie, la Turquie, la Roumanie, etc.</p> 	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---	---

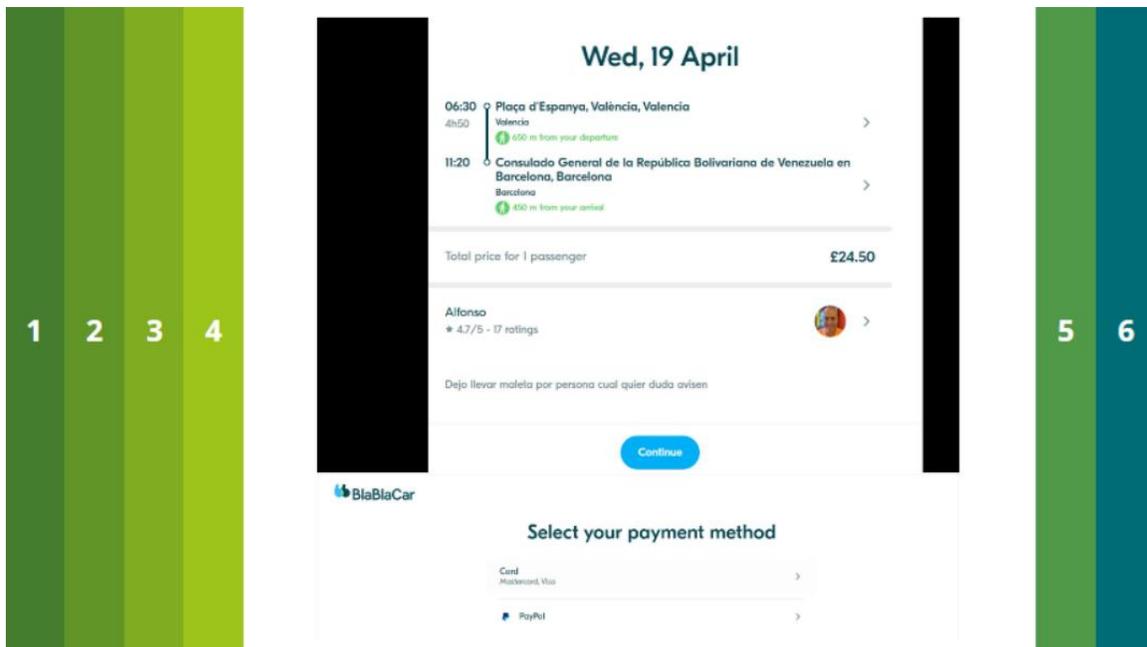
Tab 02 (Niveau des diapositives)

1	2	<p>Vous avez ensuite la possibilité de réserver un trajet existant ou proposer un trajet.</p> <p>Pour réserver un trajet, indiquez simplement votre destination et la date souhaitée dans le menu. Les voyages disponibles, y compris les promotions, s'afficheront. Choisissez le plus adapté (horaire, prix, avis du conducteur, etc.) et confirmez la réservation. L'application fournira les coordonnées du chauffeur. Après le paiement, deux options : 1) une réservation directe avec tous les détails ou 2) une demande au chauffeur qui peut accepter ou non. En cas de refus, le remboursement est assuré.</p>	3	4	5	6
---	---	--	---	---	---	---

Tab 03 (Niveau des diapositives)



Tab 04 (Niveau des diapositives)



Tab 05 (Niveau des diapositives)

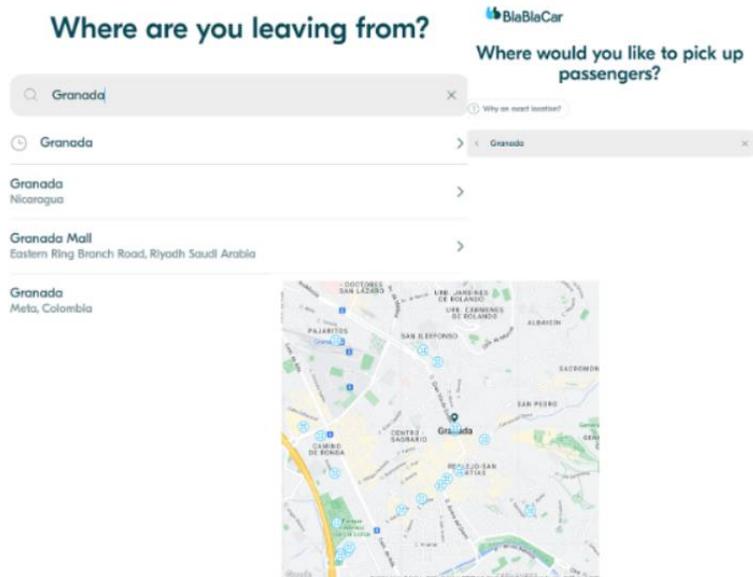
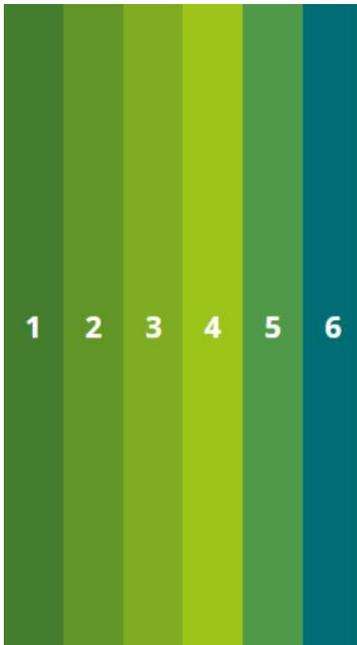


Si vous souhaitez proposer une course, il vous suffit de la publier et d'indiquer où vous allez et quand. Décidez si vous voulez que les passagers réservent instantanément ou s'ils veulent passer en revue leurs demandes de réservation. Lorsque tout est terminé et que vous avez voyagé ensemble, nous vous envoyons votre argent sur votre compte bancaire ou PayPal 48 heures après le voyage. Choisissez l'endroit où vous souhaitez envoyer l'argent sur la page Méthodes de transfert de votre profil.



6

Tab 06 (Niveau des diapositives)



4.1.11 Mobilité partagée (3)

Autres solutions de mobilité partagée

Une autre application intéressante est **Free2Move** une société de location de voitures et de solutions de mobilité partagée. C'est très simple:

- Vous devriez télécharger l'application Free2move pour [Android](#) ou [Apple](#) sur votre smartphone, puis créer un compte en téléchargeant votre identifiant.
- Ensuite, vous devez réserver le véhicule dont vous avez besoin, parmi ceux qui sont disponibles autour de vous. Vous avez 15 à 30 minutes pour le récupérer et l'ouvrir en un clic grâce à l'application.
- Pour faire une course et garder la voiture, je la verrouille simplement. Vous pouvez vous garer dans la rue ou dans un parking payant.
- Pour terminer votre location, rien de plus simple : vous laissez les clés dans la boîte à gants et vous verrouillez la voiture avec l'application.

Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)



4.1.12 Mobilité partagée (4)

Autres solutions de mobilité partagée



Free2Move est disponible en Autriche, en Allemagne, en France, au Portugal et en Espagne, ainsi que dans d'autres pays tels que la Belgique, l'Italie, le Luxembourg, etc.

4.1.13 Transports publics (1)

Transports publics

Dans le paysage actuel des transports, qui évolue rapidement, il est essentiel de reconnaître que tous les citoyens âgés ne sont pas enclins à posséder une voiture ou à utiliser des services de covoiturage tels que BlaBlaCar. Bien que ces modèles de transport puissent être pratiques pour beaucoup, il existe un sous-ensemble de personnes âgées qui préfèrent et choisissent activement des alternatives durables et écologiques telles que les transports publics. Pour les personnes âgées, les principales raisons de choisir les transports publics sont présentées dans la diapositive suivante.



4.1.14 Transports publics (2)

Avantages des transports
publics

Préoccupations environnementales (Niveau des diapositives)

Avantages des transports publics	<input type="checkbox"/> Préoccupations environnementales
	Un nombre croissant de personnes âgées sont soucieuses de l'environnement et souhaitent réduire leur empreinte carbone. Le fait d'opter pour les transports publics s'inscrit dans leur engagement en faveur du développement durable et contribue à l'assainissement de l'air et à la réduction des embouteillages dans les zones urbaines.
	<input type="checkbox"/> Rentabilité
	<input type="checkbox"/> Réduction du stress
	<input type="checkbox"/> Accessibilité physique
<input type="checkbox"/> Fiabilité et commodité	

Rentabilité (Niveau des diapositives)

Avantages des transports publics	<input type="checkbox"/> Préoccupations environnementales
	<input type="checkbox"/> Rentabilité
	De nombreuses personnes âgées vivent avec un revenu fixe et la possession d'une voiture peut représenter une charge financière importante en raison de dépenses telles que l'assurance, l'entretien et le carburant. Les transports publics constituent une option plus rentable, car ils donnent souvent droit à des tarifs réduits ou à des abonnements gratuits.
	<input type="checkbox"/> Réduction du stress
	<input type="checkbox"/> Accessibilité physique
<input type="checkbox"/> Fiabilité et commodité	

Réduction du stress (Niveau des diapositives)

Avantages des transports publics	<input type="checkbox"/> Préoccupations environnementales
	<input type="checkbox"/> Rentabilité
	<input checked="" type="checkbox"/> Réduction du stress
	Se frayer un chemin dans la circulation, se garer et entretenir un véhicule peut être stressant, en particulier pour les personnes à mobilité réduite ou souffrant de troubles cognitifs. Les transports publics éliminent ces facteurs de stress et offrent une expérience de voyage plus détendue et plus agréable.
	<input type="checkbox"/> Accessibilité physique
<input type="checkbox"/> Fiabilité et commodité	

Accessibilité physique (Niveau des diapositives)

Avantages des transports publics	<input type="checkbox"/> Préoccupations environnementales
	<input type="checkbox"/> Rentabilité
	<input type="checkbox"/> Réduction du stress
	<input checked="" type="checkbox"/> Accessibilité physique
	Les systèmes de transport public sont de plus en plus conçus pour être plus accessibles aux personnes handicapées ou à mobilité réduite. Ce caractère inclusif est particulièrement attrayant pour les personnes âgées qui peuvent être confrontées à des difficultés physiques en vieillissant.
<input type="checkbox"/> Fiabilité et commodité	

Fiabilité et commodité (Niveau des diapositives)

Avantages des transports publics

- Préoccupations environnementales
- Rentabilité
- Réduction du stress
- Accessibilité physique
- **Fiabilité et commodité**

Les réseaux de transport public sont souvent bien établis et fiables, avec des horaires et des itinéraires fixes. Les personnes âgées peuvent planifier leurs voyages en toute confiance, sachant qu'elles peuvent compter sur ces services.

4.1.15 Transports publics (3)

Transports publics (3)

Dans le cadre de ce concept, vous trouverez ci-dessous des liens de référence vers les entreprises nationales qui gèrent les transports dans les pays du consortium SEN4CE (trains et bus).



4.1.16 Autres applications (1)

Autres solutions numériques liées à la durée de vie des produits

Réduction de la fraction de déchets non triés

Junker est une application mobile pour smartphones qui aide les citoyens à trier correctement et rapidement les déchets ménagers, contribuant ainsi à réduire les déchets non triés. Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)

Junker est disponible en Italie mais traduit en anglais et en allemand. Sa traduction dans d'autres langues est attendue prochainement.



4.1.17 Mobilité partagée (3)

Réduction des achats

Fat Llama est une plateforme de location peer-to-peer pour tous types d'objets. Plus d'informations sont disponibles [ici!](#) Pour l'instant, elle est principalement basée au Royaume-Uni.

Si vous souhaitez **prêter quelque chose** il vous suffit de 1) créer une annonce pour l'objet; 2) approuver les demandes de location; 3) convenir d'un moment pour échanger votre objet avec le loueur; 4) vous faire payer grâce à un système de paiement sécurisé.

Si vous souhaitez **louer quelque chose** il vous suffit de 1) Trouver ce que vous cherchez; 2) Réserver l'objet pour les dates souhaitées et faire vérifier par Fat Llama; 3) Fixer une heure pour récupérer l'objet auprès du loueur et profiter de votre location; 4) Rendre l'objet au loueur et laisser un commentaire.



4.1.18 Mobilité partagée (3)

Réduction des achats

Le réseau **Freecycle®** est composé de plus de 5 000 groupes locaux et de plus de 9 millions de membres à travers le monde. Il s'agit d'un mouvement populaire et entièrement non lucratif de personnes qui donnent (et reçoivent) des objets gratuitement dans leur propre ville et évitent que de bons objets ne se retrouvent dans les décharges. L'adhésion est gratuite et tout ce qui est publié doit être gratuit, légal et adapté à tous les âges. Plus d'informations sont disponibles [ici](#)! Il est disponible en Autriche, en France, en Allemagne, au Portugal et en Espagne, ainsi que dans d'autres pays tels que la Belgique, la Hongrie, la Pologne, etc.



4.1.19 Références

Références

- La réparation est un acte radical: <https://eu.patagonia.com/nl/en/stories/repair-is-a-radical-act/story-17637.html>
- Les 5 chemins de l'Economie Circulaire - Partie I : l'allongement de la durée de vie des produits: <https://pre-sustainability.com/articles/5-roads-to-circular-economy-part-i-product-life-extension/>

Retour à Durée de vie des produits menu

4.2 Scénario Durée de vie du produit

4.2.1 PL : Scénario

**Scénario:
Durée de vie du produit**

Karen : Bonjour !
Merci de m'avoir
accueillie !

Dans ce scénario, votre fille vous rend visite et vous mettez de l'ordre dans vos affaires. Le scénario se déroule à votre domicile, dans le salon et dans le garage.

Vous pouvez choisir entre les réponses correctes et les réponses incorrectes. Les réponses correctes donnent lieu à un dialogue ou à un retour d'information supplémentaire, tandis que les réponses incorrectes invitent l'utilisateur à réessayer.

Les éléments clés du scénario sont la compréhension du scénario, l'application des connaissances et la réflexion sur le retour d'information pour s'améliorer.

Êtes-vous prêts ?

[Retour au menu](#)

4.2.2 PL : Question de scénario 1

Bonjour maman, que fais-tu ?

J'étais en train de changer ma garde-robe saisonnière et je me suis rendu compte du nombre de vêtements qui ne me vont plus mais qui sont presque neufs.

Vous

Que voulez-vous faire de ces vêtements ?

4.2.3 PL : Scénario: Réponses 1

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Que faire des vieux vêtements...

Quelle est la meilleure chose à faire avec de vieux vêtements? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous.

Le jeter.

Apportez-le à un magasin de seconde main ou donnez-le à une association caritative.

Le remettre dans l'armoire.



4.2.4 PL : Question de scénario 2

Je pense que ce serait une bonne idée de donner certaines de ces choses à un magasin d'occasion, mais il n'y a pas de magasin d'occasion dans notre village, alors qu'est-ce qu'on pourrait faire ?



4.2.5 PL : Scénario: Réponses 2

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Le tri à la maison...

Comment se débarrasser des objets triés ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.

Allez en ligne!

Abandonnez!

J'attends d'aller dans une plus grande ville avec de tels magasins.



4.2.6 PL : Question de scénario 3

Je me disais qu'en plus des vêtements, je suis sûre que j'ai aussi des CD, des ordinateurs et d'autres objets à la maison que je n'utilise pas. Pourrais-je aussi en faire quelque chose ?



4.2.7 PL : Scénario: Réponses 3

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Le tri à la maison...

Quelles sont les autres possibilités pour se débarrasser des objets triés ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.

Non, il n'existe que des applications de seconde main liées à l'habillement.

Cela dépend de l'article.

Il est toujours possible de faire quelque chose.



4.2.8 PL : Question de scénario 4



Bonjour ma chère, c'est un plaisir de vous avoir au téléphone, comment allez-vous dans la ville ?

Très bien et vous ?

Je vous remercie. Je pensais venir mercredi prochain. Quel est, selon vous, le meilleur moyen d'y parvenir ?

4.2.9 PL : Scénario: Réponses 4

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Se déplacer dans la ville...

Quelles sont les possibilités de se déplacer en ville? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.

En voiture.

En faisant du covoiturage.

Par les transports publics.

Vous

4.2.10 PL : Question de scénario 5

Alors, comment se passe votre ménage et vos ventes dans les friperies ?

Maman, j'ai vendu plusieurs vêtements et chaussures sur Vinted et quelques disques et livres sur Momox. J'ai également donné des jouets à Ferris. Enfin, j'ai trouvé quelques meubles que j'aimerais garder et remettre à neuf. Cependant, je ne dispose pas des outils adéquats. Où puis-je me procurer ces articles ?

Vous

4.2.11 PL : Scénario: Réponses 5

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Si vous n'avez besoin de quelque chose que rarement...

Où pouvez-vous trouver quelque chose dont vous n'avez pas souvent besoin ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.

Utiliser des applications pour la location.

Dans une quincaillerie.

Dans un magasin du marché secondaire.



4.2.12 PL : Scénario (Résultats du Quiz)

(feuille de résultats, 0 point, 1 essai autorisé)

RÉSULTATS DU QUIZ

Votre score : → 0%

ESSAYEZ A NOUVEAU **RÉVISION** **CONTINUER**

4.2.13 PL : Scénario (arbre SEN4CE)

L'arbre SEN4CE

L'arbre vous montre la progression du cours. Ce faisant, vous découvrirez peut-être des surprises.

Vous avez réussi ! Cet arbre, fort et durable, symbolise votre maîtrise de la compréhension de la durée de vie d'un produit. Poursuivez avec le scénario intermédiaire - une surprise vous attend!

Un travail remarquable ! Cet arbre prospère témoigne de votre engagement en faveur de produits durables.

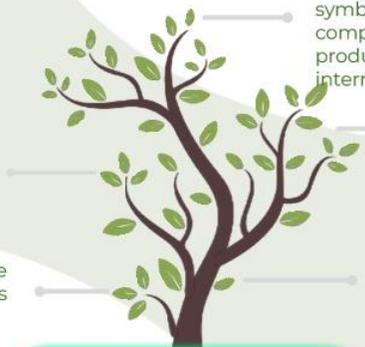
À chaque choix judicieux, voyez comment l'arbre grandit, reflétant la longévité et la durabilité des produits.

Continuez comme ça ! Votre contribution à la prolongation de la durée de vie des produits permet à l'arbre d'atteindre de nouveaux sommets.

Bravo ! En comprenant la durée de vie des produits, vous avez jeté les bases de choix durables!

Tapez ici !

[Retour au menu](#)



5. Utilisation responsable des ressources

5.1 Utilisation responsable des ressources (RUR) Vue d'ensemble

Utilisation responsable des ressources

Dans le monde d'aujourd'hui, comprendre comment gérer nos ressources de manière durable n'est pas seulement bénéfique, c'est essentiel. Et c'est exactement ce que ce module est conçu pour faire. Nous souhaitons vivement que ce module ciblé soit la pierre angulaire de votre compréhension des éléments suivants l'utilisation responsable des ressources et vous incitera à approfondir ce sujet essentiel.

Utilisation responsable des ressources - Introduction

Scénario : Utilisation responsable des ressources

[Retour au menu](#)

5.1.1 Introduction du RUR (1)

Introduction

Plusieurs problèmes actuels sont liés à l'utilisation irresponsable des ressources !



5.1.2 RUR Introduction (2)

Limites planétaires

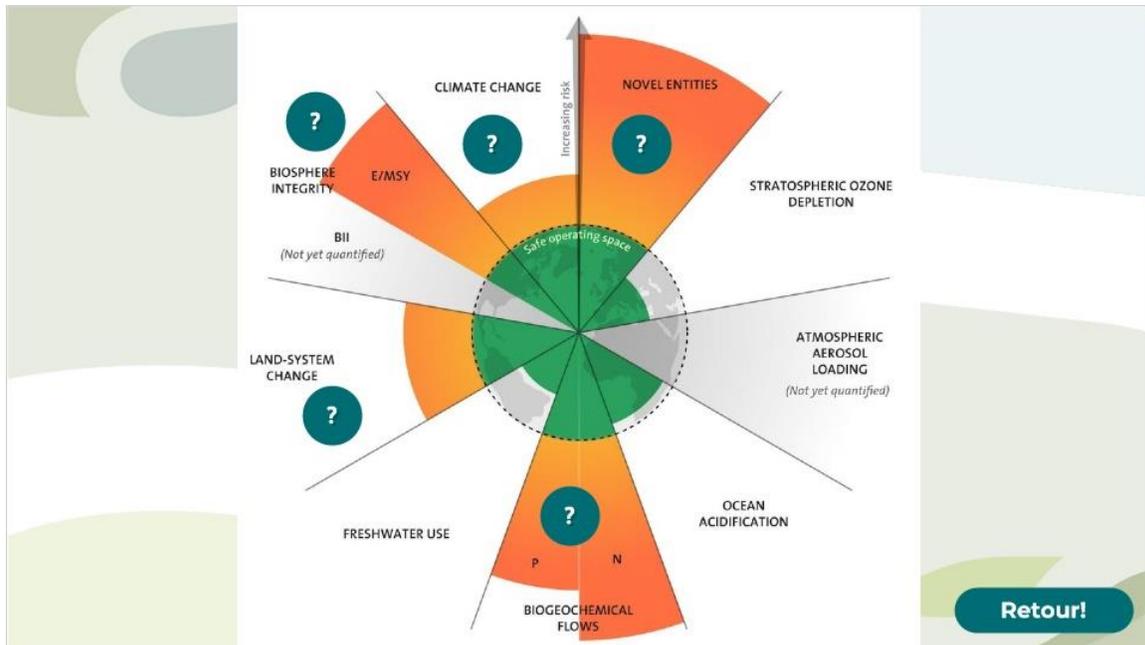
En 2009, un groupe de scientifiques a défini le concept de limites planétaires, un cadre permettant de décrire les limites de l'impact des activités humaines sur le système terrestre (figure 1). Au-delà de ces limites, l'environnement peut ne plus être en mesure de s'autoréguler. Cela signifierait que le système terrestre quitterait la période de stabilité. En janvier 2022, les scientifiques ont conclu que l'humanité avait dépassé une limite planétaire liée aux polluants environnementaux et à d'autres "entités nouvelles", dont les plastiques.

[Plus d'informations](#)

Tous ces problèmes affectent la société, y compris les personnes âgées qui ont vu comment, année après année, les ressources se sont détériorées. Dans ce monde globalisé, les seniors peuvent également contribuer à l'utilisation responsable des ressources, et ce chapitre présentera différentes applications et plateformes durables et circulaires liées à l'utilisation responsable des ressources.

[Cliquez pour voir l'aperçu !](#)

Limites planétaires (Niveau des diapositives)

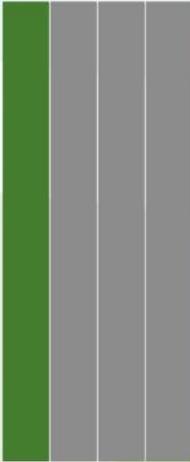


5.1.3 Empreinte carbone (1)

Empreinte carbone

Le changement climatique est l'un des problèmes les plus urgents de notre époque, et les émissions de carbone sont l'un des principaux responsables du réchauffement de la planète. En réduisant leur empreinte carbone, les consommateurs peuvent contribuer à atténuer les effets du changement climatique, à protéger l'environnement et à contribuer à un avenir plus durable.

Voici quelques exemples d'activités susceptibles de réduire les émissions de CO₂ et de moyens permettant aux personnes âgées de réduire leur empreinte carbone :

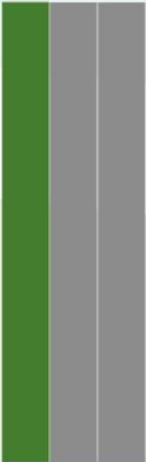


Transport (Niveau des diapositives)

Empreinte carbone

Transport

Les personnes âgées peuvent avoir besoin de conduire une voiture pour faire leurs courses, rendre visite à leur famille et à leurs amis ou se rendre à des rendez-vous médicaux. Pour réduire leur empreinte carbone, les personnes âgées peuvent envisager de faire du covoiturage ou d'utiliser les transports en commun lorsque c'est possible. Ils peuvent également envisager d'acheter un véhicule électrique ou hybride, qui produit moins d'émissions que les voitures à essence traditionnelles.



Consommation d'énergie domestique (Niveau des diapositives)

Empreinte carbone

Consommation d'énergie domestique

Les personnes âgées peuvent utiliser l'énergie dans leur logement pour le chauffage, la climatisation, la cuisine et d'autres activités. Pour réduire leur empreinte carbone, les personnes âgées peuvent envisager d'utiliser des appareils économes en énergie, tels que les réfrigérateurs et les climatiseurs certifiés Energy Star. Ils peuvent également envisager d'utiliser un thermostat programmable pour réguler la température de leur maison et d'utiliser la lumière naturelle au lieu de l'éclairage électrique lorsque c'est possible.



Choix alimentaires (Niveau des diapositives)

Empreinte carbone

Choix alimentaires

Les personnes âgées peuvent également tenir compte de l'empreinte carbone des aliments qu'elles consomment. Adopter un régime alimentaire à base de plantes et choisir des aliments biologiques et d'origine locale peut contribuer à réduire les émissions de carbone liées à la production et au transport des denrées alimentaires.

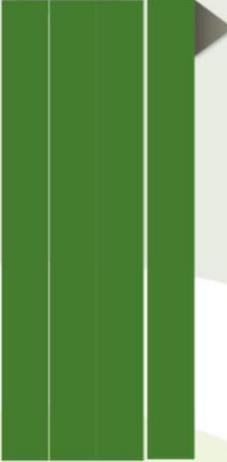


Réduction des déchets (Niveau des diapositives)

Empreinte carbone

Réduction des déchets

Les personnes âgées peuvent également réduire leur empreinte carbone en réduisant leurs déchets. Il peut s'agir de recyclage, de compostage et de réduction de l'utilisation de plastiques à usage unique.



5.1.4 Application Giki (1)

Empreinte carbone

Outre ces conseils que vous pouvez apprendre et appliquer, il existe également des applications qui peuvent vous aider à en savoir plus sur votre empreinte carbone. Cependant, il est important de souligner que ces applications ne donnent qu'une estimation approximative de notre empreinte carbone, mais qu'elles peuvent servir d'estimation visuelle du CO2 de nos actions (nous incitant ainsi à faire plus/meilleur). Une même personne aura un chiffre différent selon l'application qu'elle utilise.

L'application Giki vous aidera à comprendre votre empreinte carbone en vous montrant l'impact de vos actions quotidiennes. Vous pouvez vérifier vos progrès grâce à votre score Giki et l'application peut vous donner de nouvelles idées pour vivre de manière durable.



5.1.5 Application Giki (2)

Après s'être enregistré dans l' [app](#) ou sur le [site web](#) vous devez répondre à quelques questions liées à votre quotidien, par exemple : Conduisez-vous une voiture ? Combien de personnes vivent dans votre foyer ? Etc.

Do you drive a car?

Yes

No

Next

How many flights do you expect to take this year? Personal flights only.

Short-haul (return)
Up to 3 hours flight time

0

Medium-haul (return)
Between 3-6 hours flight time

0

Long-haul (return)
Over 6 hours flight time

0

Next

Top Tip
Here's a three step process to cut emissions, costs and pollution from petrol and diesel cars immediately:

- 1) Accelerate gently
- 2) Drive more slowly
- 3) Walk short distances

If you've got an electric car this will also help you use less battery.

Did You Know?
Planes can be a big part of your transport carbon footprint because you need lots of fuel to travel long distances.

For day to day transport, public transport is great but walking and cycling are always greenest!

5.1.6 Application Giki (3)

Ensuite, vous choisissez les raisons pour lesquelles vous utilisez Giki et l'application vous donne une première estimation de votre empreinte carbone.

What are your goals for using Giki Zero?

Choose at least one goal to get started

Cut carbon

Save money

Eat sustainably

Find quick wins

Cut back on plastic

Take big impact steps

Next

Thanks!
Here's an initial estimate of your carbon footprint.

You can personalise your footprint more later.

Transport	4,844kg
Food	2,406kg
Home	908kg
Purchases	633kg
Services	449kg

Your footprint
9,242 kg
of carbon emissions

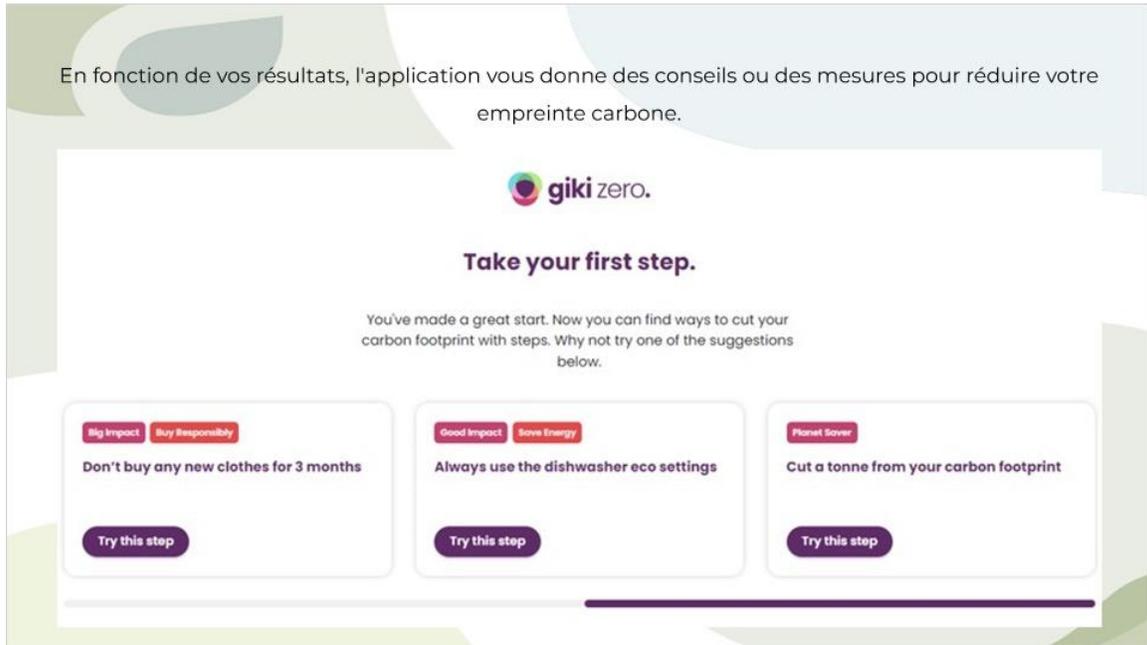
2,200kg more than national average

What's next?

Top Tip
Achieve your goals by taking steps in Giki Zero. Some are quick, some take time but they all help you take action on climate change.

5.1.7. Empreinte carbone (5)

En fonction de vos résultats, l'application vous donne des conseils ou des mesures pour réduire votre empreinte carbone.

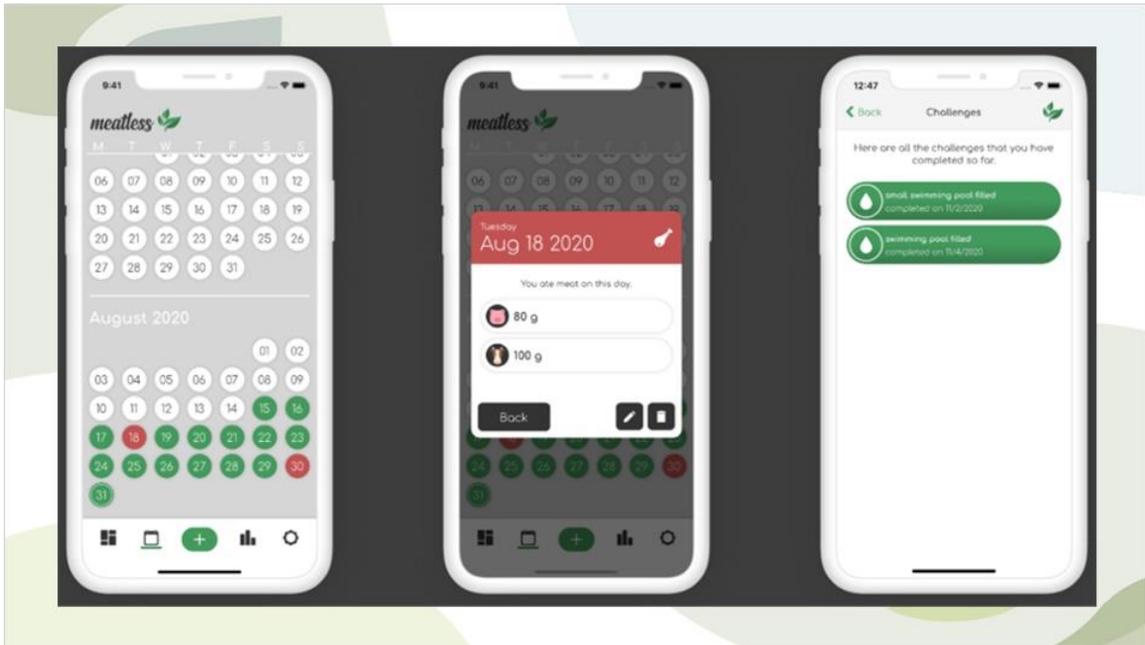


5.1.8 Application Meatless(1)

Une autre application à souligner est Meatless, qui aide à réduire sa consommation de viande et suit les émissions de carbone et l'utilisation de l'eau causées par son régime alimentaire. Les données utilisées pour le calcul sont basées sur votre pays. Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)



5.1.9 Application Meatless(2)



5.1.10 Empreinte carbone (8)

Empreinte carbone

D'autres applications permettent d'estimer votre empreinte carbone :

[Calculateur d'empreinte carbone de l'ONU](#)

- Le calculateur d'empreinte carbone des Nations unies détermine votre empreinte carbone en tenant compte de divers facteurs liés à votre foyer, notamment la consommation d'énergie, les méthodes de transport, les vols, les déplacements quotidiens, la gestion des déchets et le régime alimentaire. Le site web des Nations unies est disponible en anglais, en français et en espagnol.

[Réseau d'empreintes mondiales](#)

- Le calculateur développé par le Global Footprint Network quantifie les émissions de CO2 en évaluant les besoins en ressources des individus, des gouvernements et des entreprises par rapport à la capacité de régénération naturelle de la Terre. Ce site est disponible en allemand, français, espagnol, italien, portugais, japonais, indien et anglais.

Pour d'autres exemples de calculateurs d'empreinte carbone, veuillez consulter le contenu de formation R1 de SEN4CE.

5.1.11 Autres applications

Autres applications liées à l'utilisation responsable des ressources

Survolez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Cotton Move (1) Cotton Move (2) Etiquetable (1) Etiquetable (2)

Cotton Move (1) (Niveau des diapositives)

Cotton Move (1)

Cotton Move développe des produits textiles circulaires à partir du recyclage. Ils ont pour mission de réduire l'impact négatif de la production de textiles et de vêtements sur l'environnement, en réutilisant et en récupérant les matières premières et les ressources naturelles dans leur processus de fabrication. Ils croient qu'il est possible de transformer la mode grâce à la conception circulaire, en valorisant les fibres de coton et en respectant les normes socio-environnementales.

Les caractéristiques de la plate-forme sont les suivantes :

- Rejeter les points.
- Points de vente de nouveaux produits à base de fibres recyclées.
- Informations sur les étapes de la logistique inverse et les partenaires impliqués.
- Postes sur les pratiques d'Economie Circulaire dans le secteur de la mode.



Survolez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Cotton Move (1) Cotton Move (2) Etiquetable (1) Etiquetable (2)

Cotton Move (2) (Niveau des diapositives)

ici!' and 'Cotton Move est disponible au Brésil.' Below the screens is a navigation bar with four buttons: 'Cotton Move (1)', 'Cotton Move (2)', 'Etiquettable (1)', and 'Etiquettable (2)'."/>

Survolez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Plus d'informations sont disponibles [ici!](#)

Cotton Move est disponible au Brésil.

Cotton Move (1) Cotton Move (2) Etiquettable (1) Etiquettable (2)

Etiquettable (1) (Niveau des diapositives)

Etiquettable (1)

Etiquettable est une application mobile collaborative gratuite pour une alimentation durable pour tous les citoyens.

Il comprend 6 modules :

- Fruits et légumes de saison
- Poissons menacés
- Recettes à faible teneur en carbone
- Conseils et informations
- Restaurants engagés
- Producteurs et magasins



Etiquettable®

Etiquettable est disponible en France, en Suisse, en Belgique, au Québec et au Maroc.

Survolez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison!

Cotton Move (1) Cotton Move (2) Etiquettable (1) Etiquettable (2)

Etiquetable (2) (Niveau des diapositives)

Etiquetable (2)



Survolez l'option suivante pour découvrir les possibilités d'économiser de l'énergie à la maison !

Cotton Move (1) Cotton Move (2) **Etiquetable (1)** Etiquetable (2)

5.1.12 Références

Références

- Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC) - <https://www.ipcc.ch/>
- Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO) - <http://www.fao.org/home/en/>
- United Nations Water - <https://www.unwater.org/>
- Convention des Nations unies sur la lutte contre la désertification (UNCCD) - <https://www.unccd.int/>
- Organisation mondiale de la santé (OMS) - <https://www.who.int/>
- Programme des Nations unies pour l'environnement (PNUE) - <https://www.unep.org/>
- EPA, "Greenhouse Gas Emissions from a Typical Passenger Vehicle -" (Émissions de gaz à effet de serre d'un véhicule de tourisme typique) [Lien](#)

Retour au menu

5.2 Scénario RUR

5.2.1 RUR : Scénario

Scénario: Utilisation responsable des ressources

Bonjour, je me réjouis de passer la journée avec vous!

Dans ce scénario, vous passerez votre journée avec votre petit-fils **Tom**. Le scénario se déroule à votre domicile.

Les utilisateurs peuvent choisir entre les réponses correctes et les réponses incorrectes. Les réponses correctes donnent lieu à un dialogue ou à un retour d'information supplémentaire, tandis que les réponses incorrectes invitent l'utilisateur à réessayer.

Les éléments clés du scénario sont la compréhension du scénario, l'application des connaissances et la réflexion sur le retour d'information pour s'améliorer.

Êtes-vous prêts ?

[Retour au menu](#)



5.2.2 RUR : Scénario



Bonjour mon cher petit-fils, qu'est-ce que tu étudies?

Demain, j'ai un examen de sciences sur l'empreinte carbone.

Pouvez-vous m'expliquer de quoi il s'agit?

Vous

5.2.3 RUR : Scénario : Question 1

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Qu'est-ce que l'empreinte carbone ?...

Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous!



- Le nombre de gaz émis dans l'atmosphère en raison de nos activités quotidiennes est d'autant plus important pour l'environnement.
- Le nombre de gaz qui sont émis dans l'atmosphère en raison de nos activités quotidiennes est d'autant plus bénéfique pour l'environnement qu'il est faible.
- Le nombre de gaz qui sont émis dans l'atmosphère en raison de nos activités quotidiennes par l'industrie, et non par la population en général.

5.2.4 RUR : Scénario

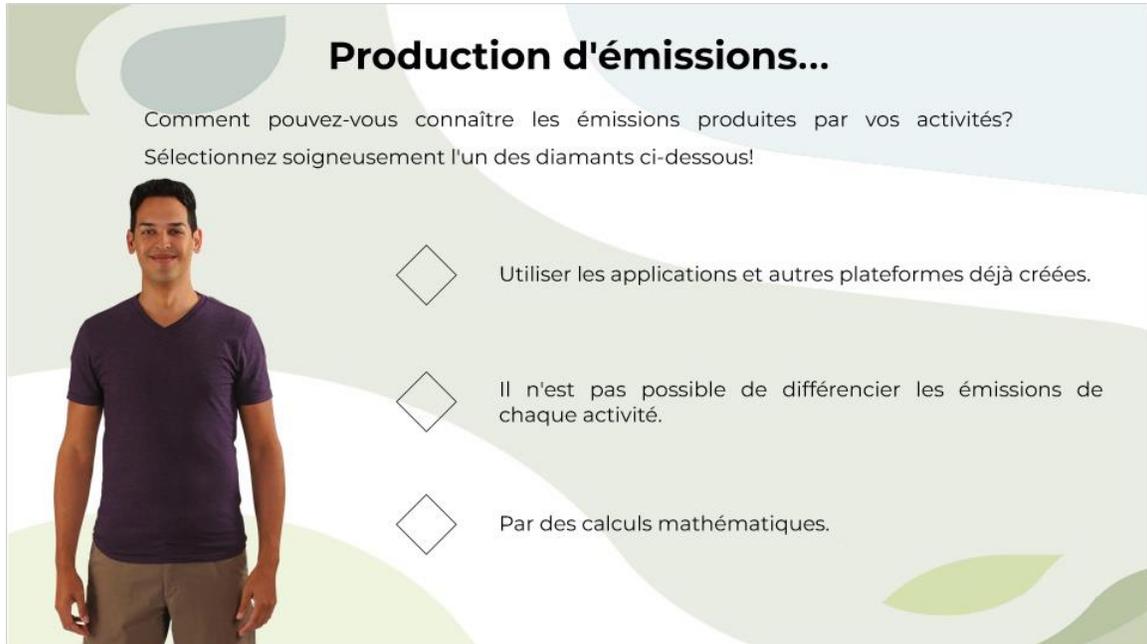


Et comment puis-je savoir quelles sont les émissions produites par mes activités ?

Vous

5.2.5 RUR : Scénario : Question 2

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)



Production d'émissions...

Comment pouvez-vous connaître les émissions produites par vos activités?
Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous!

- Utiliser les applications et autres plateformes déjà créées.
- Il n'est pas possible de différencier les émissions de chaque activité.
- Par des calculs mathématiques.

5.2.6 RUR : Scénario



Bonjour grand-mère, qu'est-ce que tu cuisines ?

Boulettes de viande, soupe de poulet et salade

Vous

Grand-mère, j'essaie d'adopter un régime alimentaire respectueux de l'environnement. Quel plat a la plus faible teneur en émissions ?

5.2.7 RUR : Scénario : Question 3

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)



1 2 3

Choix multiple - Quel plat a la plus faible teneur en émissions ?

1 Boulettes de viande 2 Salade de légumes 3 Soupe de poulet

5.2.8 RUR : Scénario



Ma chère, que voulez-vous pour votre anniversaire ?

Je voudrais des vêtements ; ceux de l'année dernière sont presque épuisés.

Bien sûr. Y a-t-il un magasin particulier que vous aimez ?

Vous

5.2.9 RUR : Scénario : Question 4

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)

Achats durables...

Quel magasin préférez-vous ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous, car il y a un bon choix, un choix modéré et un choix incorrect.



- Tout magasin local est valable.
- Dans un magasin de vêtements circulaires (magasin de vêtements durables, magasin de seconde main, etc.)
- D'une boutique en ligne.

5.2.10 RUR : Scénario



Avez-vous vu l'atelier que le Conseil organise la semaine prochaine?

Non, qu'est-ce que c'est?

Un atelier de cuisine durable!

Cela semble intéressant. Que vont-ils expliquer?

Vous

5.2.11 RUR : Scénario : Question 5

(En choisir un, 10 points, 1 essai autorisé)



Cuisine durable

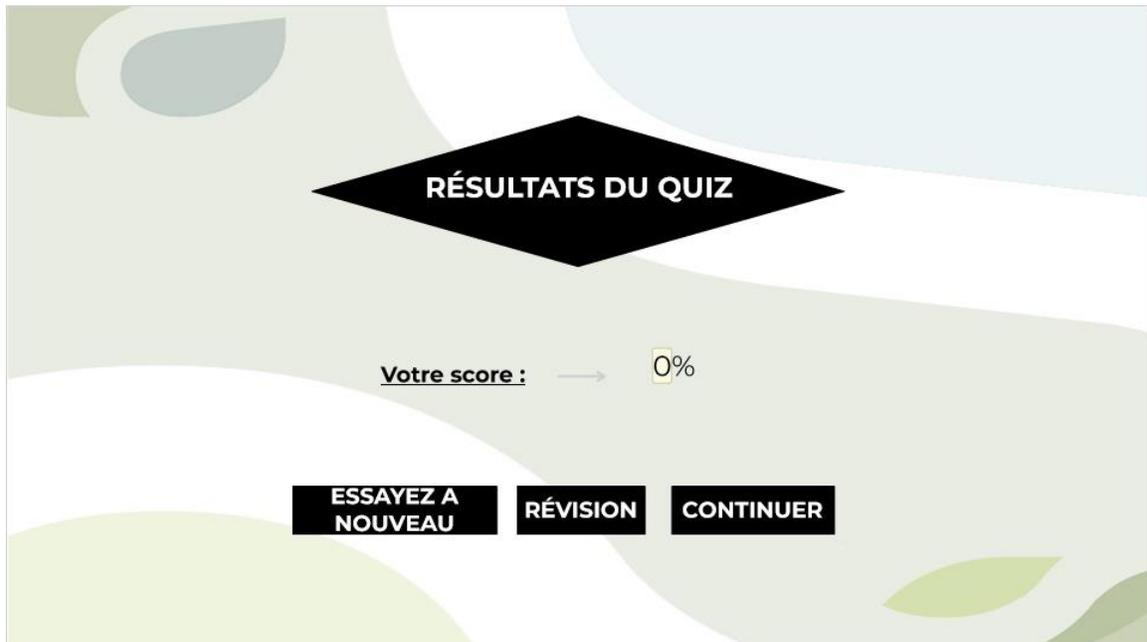
Qu'est-ce qui est inclus dans le thème de la cuisine durable ? Sélectionnez soigneusement l'un des diamants ci-dessous.



- Recettes durables
- Réduction des déchets
- Sélection d'ingrédients durables

5.2.12 RUR : Scénario (résultats du Quiz)

(feuille de résultats, 0 point, 1 essai autorisé)



RÉSULTATS DU QUIZ

Votre score : → 0%

ESSAYEZ A NOUVEAU **RÉVISION** **CONTINUER**

5.2.13 RUR : Scénario (arbre SEN4CE)

L'arbre SEN4CE

L'arbre vous montre la progression du cours. Ce faisant, vous découvrirez peut-être des surprises.

Vous avez réussi ! Le stade final de la croissance de l'arbre montre à quel point vous vous êtes investi dans ce cours et avez fait preuve de détermination. Continuez à faire du bon travail!

Vous êtes une véritable championne de l'environnement! L'arbre que vous avez contribué à faire pousser prospère et apporte des avantages vitaux à son environnement.

Vous avez un impact réel ! Chaque point gagné permet à l'arbre de prospérer et de s'embellir.

Continuez! Grâce à vos efforts, l'arbre devient de plus en plus fort et de plus en plus grand.

Félicitations! Ton travail a porté ses fruits et tu as contribué à planter la graine d'un nouvel arbre !

Tapez ici !

[Retour au menu](#)