



INTERLOG COM SRL in calitate de beneficiar

in cadrul proiectului „ITSkills - Competențe Digitale pentru Angajați” –ID proiect 334440, proiectul cofinanțat din Programul Educație și Ocupare 2021-2027, Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”, promovează în cadrul subactivității A3.2 – Furnizarea de module de dezvoltare a competențelor de dezvoltare durabilă, un material publicitar cu tema „Utilizarea sustenabilă a resurselor digitale”, care are ca scop conștientizarea participanților GT cât și a angajatorilor cu privire la protecția planetei legate de utilizarea tehnologiei digitale.



Utilizarea sustenabilă a resurselor digitale – responsabilitate în era tehnologiei

Trăim într-o lume în care tehnologia ne face viața mai ușoară, dar puțini dintre noi conștientizăm impactul real pe care utilizarea resurselor digitale îl are asupra mediului. Fiecare email trimis, fiecare videoclip vizionat și fiecare fișier stocat în cloud contribuie la consumul de energie și la emisiile de carbon generate de centrele de date și infrastructura digitală.

Tehnologia face parte din viața noastră de zi cu zi, însă utilizarea ei vine cu un cost ascuns: consum de energie, emisii de carbon și utilizarea intensă a resurselor naturale. Vestea bună este că putem reduce acest impact prin alegeri simple și responsabile.



De ce contează?

Centrele de date, rețelele și dispozitivele digitale consumă cantități mari de energie. Fiecare activitate online – de la trimiterea unui email la vizionarea unui videoclip – contribuie la amprenta noastră de carbon.



Știai că?

- ✓ Sectorul IT este responsabil pentru un procent semnificativ din emisiile globale de CO₂
- ✓ Streamingul video în format HD sau 4K consumă mult mai multă energie decât cel la rezoluții mai mici
- ✓ Milioane de emailuri stocate inutil ocupă spațiu pe servere care funcționează non-stop

- ◆ Cum putem contribui la un digital mai sustenabil?



Gestionarea responsabilă a datelor

- Șterge periodic emailurile vechi, spamul și fișierele inutile



- Evită trimiterea atașamentelor mari când nu este necesar
- Folosește linkuri în loc de fișiere duplicate



Eficiență energetică

- Închide dispozitivele atunci când nu le folosești
- Activează modul de economisire a energiei
- Redu luminozitatea ecranului și timpul de utilizare



Consum responsabil de conținut

- Redu calitatea streamingului atunci când nu este nevoie de rezoluție maximă
- Descarcă conținutul pe care îl folosești frecvent în loc să îl accesezi repetat online

◆ Recomandări pentru o utilizare sustenabilă a resurselor digitale:



1. Curăță-ți spațiul digital

- ✓ Șterge emailurile vechi, spamul și atașamentele inutile
- ✓ Dezabonează-te de la newslettere pe care nu le citești
- ✓ Organizează fișierele pentru a evita duplicarea lor



2. Folosește responsabil cloud-ul

- ✓ Evită stocarea excesivă de date inutile
- ✓ Șterge backup-urile vechi sau redundante
- ✓ Alege platforme care folosesc energie regenerabilă



3. Consumă conținut inteligent

- ✓ Redu calitatea video atunci când nu este necesar HD/4K
- ✓ Descarcă conținutul folosit frecvent în loc să-l accesezi repetat online
- ✓ Evită rularea automată a videoclipurilor



4. Economisește energie pe dispozitive

- ✓ Închide laptopul/PC-ul când nu îl folosești
- ✓ Activează modul „economisire energie”
- ✓ Scoate din priză încărcătoarele neutilizate



5. Prelungește viața dispozitivelor

- ✓ Repară în loc să înlocuiești
- ✓ Folosește huse și protecții pentru a evita deteriorarea
- ✓ Donează sau reciclează responsabil echipamentele vechi



Impactul este real – dar și soluțiile sunt la îndemână.

Fiecare gest mic, repetat zilnic, contribuie la un viitor mai verde.



Cofinanțat de
Uniunea Europeană



 De ce este important?

Resursele digitale nu sunt „invizibile” pentru mediu. Serverele, rețelele și dispozitivele noastre consumă energie constant, iar o utilizare responsabilă poate reduce semnificativ impactul asupra planetei.

 Fiecare acțiune contează.

Prin alegeri simple și conștiente, putem transforma mediul digital într-un spațiu mai prietenos cu natura.

 Fiecare acțiune contează.

Prin alegeri simple și conștiente, putem transforma mediul digital într-un spațiu mai prietenos cu natura.

 Hai să fim parte din schimbare și să folosim tehnologia în mod responsabil!

Transformă obiceiurile digitale în acțiuni sustenabile și inspiră-i și pe ceilalți să facă la fel.

