



# Sobriété énergétique - Les bons gestes pour économiser l'énergie (e-learning)



**Durée**  
0.25 heure  
0.04 jour



**Prérequis**  
Aucun



**Public concerné**

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant agir au quotidien à la préservation de la planète.



**Effectif maximum**  
100 personnes



**Qualification Intervenant (e)(s)**  
Non tutoré



**Moyens pédagogiques**

**Durée moyenne** (selon le mode d'utilisation et le profil de chaque collaborateur) : 15 minutes



**Modalités d'évaluations**

À l'issue du module, l'apprenant est évalué via un questionnaire.

## Objectifs

Cette formation à distance va vous aider à :

- Comprendre les enjeux liés aux mesures de la sobriété énergétique ;
- Identifier les éco-gestes possibles en fonction de la situation de travail ;
- Appliquer ces mesures sur votre lieu de travail.

## Programme

### Partie 1 : Formation

- Introduction
- Les transports urbains
- Les transports inter-urbains
- Traitement des emails
- La pause et les gobelets plastiques
- La pause déjeuner / économie d'eau
- Recherche Internet et économie de papier
- Gestion de la température
- Consommation électrique des ordinateurs et téléphones
- Consommation électrique du matériel autre que PC
- Conclusion
- Synthèse

### Partie 2 : L'évaluation ( QCM )

À l'issue de la formation, l'apprenant est évalué.

## Le + DEKRA

- La dématérialisation de la formation,
- Les formateurs, des experts techniques et un réseau de partenaires en France,
- Une méthodologie éprouvée,
- Une pédagogie innovante,
- Un espace client,
- Une démarche RSE avec la fourniture de 90% de nos livrets sous format digital.

Flashez ce QRCode pour accéder à notre site internet



## Nature des travaux demandés

## Modalités d'accessibilité

DEKRA est mobilisé au travers de sa mission Handicap et mettra tout en œuvre pour la pleine réussite de ses formations



## Sobriété énergétique - Les bons gestes pour économiser l'énergie (e-learning)