



Digitale Schoonmaak

Start op de Digital Cleanup Day

16 maart 2024

De aanleiding

- Geïnspireerd door [Digital Cleanup Day](#)
- We richten met ons digitaal gedrag substantiële schade aan!
- Ook door wat jij en ik dagelijks doen als ICT gebruiker
- Maar daar kun je iets aan doen!
- Daarvoor geven we informatie en aanwijzingen

Waarom zou je dit doen?

Why get rid of digital clutter?



Helps to reduce
CO2 emission



Prolongs your
devices' lifespan



Speeds up and
simplifies information
sharing and finding



Reduces data storage
security risks



Increases disk & server
capacity, helping
reduce costs

Geschatte omvang van de schade van ons individueel gebruik

Data & energie gebruik en CO ₂ & km equivalent, per gebruiker						
Toepassing	Geschat gebruik per eenheid	Maandelijks gebruik	Maandelijks data gebruik in Mb	Jaarlijks datagebruik in Gb	Hoeveel kg CO ₂ uitstoot per jaar	Staat gelijk aan .. km autorijden per jaar
Whatsapp	0,01 MB per tekstbericht	per dag 21 teksten	6	0,1	0,00	0,04
Google Maps	10 MB per half uur	per dag kwartier	150	1,8	0,07	0,90
App downloaden	7 MB per app	per dag 1 app	210	2,52	0,10	1,26
Website openen	0,15 MB per pagina	per dag 55 pagina's	248	2,97	0,12	1,49
Facebook	3 MB per check	per dag 3 checks	270	3,24	0,13	1,62
Instagram	25 MB per 15 minuten	per dag 7 minuten	350	4,2	0,17	2,10
Spotify	3 MB per nummer	per dag 14 nummers	1.260	15,12	0,60	7,56
YouTube	5 MB per minuut	per dag 10 minuten	1.500	18	0,72	9,00
Videoland	1 uur per dag 500Mb	10 dagen a 1 uur	5.000	60	2,40	30,00
Netflix	330 MB per uur	12 dagen 1,5 uur	5.940	71,28	2,85	35,64
conversie factor				*12/1000	1 GB = 0,04 Kg	1 Kg = 12,5 km

Geschatte omvang van de schade van ons collectief gebruik

Data & energie gebruik en CO ₂ & km equivalent voor Nederland			
Toepassing	Jaarlijks data gebruik van 50% Nederlandse bevolking in GB	Hoeveel kg CO ₂ uitstoot per jaar	Staat gelijk aan gelijk aan km autorijden per jaar
Whatsapp	661.500	26.460	330.750
Google Maps	15.750.000	630.000	7.875.000
App downloaden	22.050.000	882.000	11.025.000
Website openen	25.987.500	1.039.500	12.993.750
Facebook	28.350.000	1.134.000	14.175.000
Instagram	36.750.000	1.470.000	18.375.000
Spotify	132.300.000	5.292.000	66.150.000
YouTube	157.500.000	6.300.000	78.750.000
Videoland	525.000.000	21.000.000	262.500.000
Netflix	623.700.000	24.948.000	311.850.000
	* 8,750,000	1 GB = 0,04Kg	1 Kg = 12,5 km

Aanwijzingen en hulpmiddelen

- [Hoe ruim ik mijn Android telefoon of tablet op?](#)
- [Hoe ruim ik mijn Windows PC of laptop op?](#)
- [Hoe ruim ik mijn iPhone en iPad op?](#)
- [Hoe ruim ik mijn Mac op?](#)
- [Zo gebruik je e-mail schoner en duurzamer](#)
- [Hoe gebruik ik het internet duurzamer en effectiever?](#)
- [Hoe gebruik ik WhatsApp duurzamer?](#)

Zo ruim je je Android telefoon op

- [Voorbeeld: schoonmaak van je Android apparaat](#)

Een voorbeeld - voor Android smartphone

- [Zo ruim je jouw Android telefoon of tablet op](#) Kies waar je mee begint.
- Verwijder alle apps die je niet of weinig gebruikt. Mis je zo'n app later toch? Dan heb je 'm zo weer terug geïnstalleerd. Het scheelt je maandelijks honderden megabytes.
[Zo ruim je apps op](#)
- Heb je diverse e-mailaccounts? Ruim ze op. Zo nodig maak je snel weer een (tijdelijke) nieuwe.
 - [Zo ruim je accounts op](#)
- Op je telefoon worden veel foto's en andere afbeeldingen opgeslagen. Niet alleen van je camera, maar ook van andere apps, bijvoorbeeld Whatsapp. Vaak worden ze ook nog naar de Cloud gekopieerd. De bekendste toepassing daarvoor is Google Foto's.
 - Blader af en toe een jaargang aan foto's en video's door. En gooi alle lelijke, wazige, of onnodige, weg. Als je minder foto's hebt, is het makkelijker en leuker om ze weer eens door te bladeren.
 - Sla je foto's op een harde schijf op. Dat kan via een simpel kabeltje tussen beide apparaten en de PC en dan via Explorer. Een harde schijf verbruikt alleen energie wanneer je 'm aansluit. Dat scheelt veel energie. Bovendien blijven deze foto's behouden, ook als je van smartphone wisselt.
 - [Zo ruim je foto's op](#)
- Zet Apps die je niet gebruikt uit. Zonder dat je dat in de gaten hebt draaien er vaak veel Apps als je smartphone aan is. Die vergen stroom en belasten je verbinding.
 - [Zo zet je apps uit](#)
- Ruim je berichten (de oude SMS) op. Het aantal berichten kan aardig oplopen, ook al gebruiken we dit soort berichten steeds minder.
 - [Zo ruim je je berichten op](#)
- Ook updates zorgen regelmatig voor besparing van ruimte. En natuurlijk zijn ze noodzakelijk voor de veiligheid van je apparaat.
 - [Zo zet je automatische updates aan](#)
- En zo verder

Bereken wat je bespaart

- Eerst per apparaat en App
- Onderscheid opruimen op je apparaat; zinvol maar niet afdoende
- ...en besparen op je internet gebruik – dat telt het meest!
- We geven aanwijzingen voor hoe dit te meten
- Kijk in de schade tabel voor wat je **niet** doet
- Als je weet hoeveel Mbs of GBs je bespaard hebt...
- ...dan kun je berekenen hoeveel schade jij vermindert of voorkomt
- En dat eventueel [registreren bij Digital Cleanup Day](#)

Direct naar de tabel

Hoeveel schade verminder of voorkom ik?

Bereken wat je aan milieu schade bespaart

Hoeveel schade bespaar ik eigenlijk?			En als de helft van de Nederlanders dat doen		
Vul hier in hoeveel MB's je hebt bespaard	Daarmee heb je ... kg CO ₂ uitstoot bespaard	En dat staat gelijk aan .. km autorijden	Dan besparen zij ... kg CO ₂	En dat staat gelijk aan .. km autorijden	
1,000.0	0.04	0.5	350,000	4,375,000	
Als je dit elke dag doet, dan is dat per jaar ... Mb	Daarmee bespaar je per jaar .. kg CO ₂	En dat staat gelijk aan .. km autorijden	Doen ze dat elke dag, dan besparen zij per jaar ...kg CO ₂	En dat staat gelijk aan ...km autorijden	
365,000.0	14.6	182.5	127,750,000	1,596,875,000	
conversie factor:	1 GB = 0,04 Kg CO ₂	1 Kg CO ₂ = 12.5 km	1 GB = 0,04 Kg CO ₂	1 Kg CO ₂ = 12.5 km	

Dit en veel meer vanaf 12 maart 2024 op

[Direct hier \(hyperlink\)](#)

of via intypen web adres:

- <https://grootoudersvoorhetklimaat.nl/actie-digitale-schoonmaakdag/>

Serieuze feedback graag naar

digitaleschoonmaak@gmail.com

En nu aan de slag!

LATEN WE DIGITAAL AFVAL OPRUIMEN EN ONS MILIEU REDDEN!

Doe mee vanaf 16 maart 2024, of [ga direct aan de slag!](#)



"Echt waar? Kost ons internetgebruik zoveel energie? Daar heb ik nooit bij stil gestaan."

Bedankt!