



Trucs et astuces pour l'utilisation judicieuse des données cellulaires

Dans une perspective de gestion responsable des données cellulaires par les équipements mobiles de télécommunications fournis par l'établissement (cellulaires, tablettes, clés internet, ordinateurs portables), il est essentiel d'adopter des pratiques d'utilisation optimales.

1. Utiliser Teams de façon à réduire les données cellulaires

- Lorsque vous utilisez Teams pour des réunions ou des appels vidéo, assurez-vous d'être connecté à un réseau Wi-Fi lorsque possible pour éviter une utilisation excessive de vos données mobiles.
- Si vous devez utiliser vos données mobiles, privilégiez l'audio uniquement et désactivez la vidéo entrante ainsi que votre propre caméra pour limiter la consommation de données.
- Réduisez la qualité vidéo dans les paramètres de Teams pour minimiser l'utilisation des données. Si la visibilité des participants est indispensable (ce qui devrait rester exceptionnel), activez la vidéo en privilégiant une qualité réduite.
- Configurez Teams pour limiter la consommation de données
- Dans Teams, sous "Paramètres" > "Données et stockage", vous pouvez configurer l'application pour réduire l'utilisation des données sur les réseaux cellulaires. Il est également possible de programmer le téléchargement des fichiers hors ligne uniquement lorsqu'une connexion Wi-Fi est disponible, afin de limiter l'utilisation des données mobiles

2. Effectuer un suivi de sa consommation

- Réinitialisez le suivi de votre consommation de données sur votre téléphone à chaque début de période de facturation pour avoir une vue précise de votre utilisation durant le mois.
- Gérez la consommation tout au long du mois.
- Ajustez votre utilisation en fonction de vos besoins. En ayant une vision claire de votre consommation, vous pourrez mieux gérer vos données.
- Identifiez les applications qui consomment plus de données et éviter les excès.



Comment vérifier et réinitialiser l'utilisation des données de votre téléphone cellulaire :

Sur Android :

Allez dans Paramètres > Connexions > Utilisation des données.

Sélectionnez Utilisation des données mobiles pour voir la consommation de chaque application.

Appuyez sur Réinitialiser le compteur pour le début de la période de facturation.

Sur iPhone :

Allez dans Réglages > Données cellulaires.

Faites défiler vers le bas pour voir la consommation de données par application.

Appuyez sur Réinitialiser les statistiques pour commencer une nouvelle période de suivi.

3. Utiliser le Wi-Fi lorsque disponible

- Connectez-vous au Wi-Fi pour vos rencontres, téléchargements ou toute activité de données lourdes comme les vidéos ou les transferts de fichiers lorsque possible.
- Essayez de limiter les envois de fichiers volumineux, comme les vidéos ou les documents lourds, via les données mobiles. Privilégiez le Wi-Fi pour ce type de transfert.
- Limitez la consultation des pièces jointes lorsque vous êtes sur vos données cellulaires.
- Cela vous permet de préserver votre quota de données mobiles pour les situations où le Wi-Fi n'est pas disponible.

4. Autres actions qui peuvent être sélectionnées dans les paramètres de votre téléphone :

- Limitez les vidéos en haute qualité
- Désactivez la lecture automatique des vidéos
- Activez le mode économie de données
- Vérifiez les paramètres des applications afin de les configurer pour qu'elles utilisent moins de données ou se connectent uniquement en Wi-Fi.
- Limitez les téléchargements automatiques

Les équipements mobiles de télécommunications fournis par l'établissement sont dédiés à l'utilisation professionnels seulement. L'utilisation à des fins personnelles est à proscrire.

