

code save the green news_letter(2);

Idées confiné.es

Pour mieux vivre le confinement, les documentaires sur la nature peuvent vous aider

Une étude de l'Université d'Exeter s'est attachée à "ennuyer" son panel, avant de lui diffuser des scènes de documentaires animaliers. Les chercheurs ont constaté que "le simple fait de regarder la nature à la télévision peut aider à améliorer l'humeur des gens".

Quel est le rapport avec cette newsletter me demanderez-vous ? Comme nous nous soucions grandement de votre moral en ces temps durs, voici des recommandations de vidéos inspirantes en lien avec la nature :

Eternel jardin

Le cimetière du Père Lachaise

Découvrez cette faune insoupçonnée à (presque) deux pas de 42 [sur Arte](#)

Demain ou [Solutions locales pour un désordre global](#)

Deux films qui tirent le portrait de pionnier.es qui tentent de créer de nouvelles façons de produire et consommer

Système K

A Kinshasa, les artistes utilisent l'art de la récup' pour questionner le chaos du monde

Nat Geo Wild ou bien tous les documentaires [Nature et Animaux d'Arte](#)

Tout savoir sur [les pangolins](#)

Kurzgesagt – In a Nutshell

Expliquer la science simplement et avec optimisme [tous les mois](#)

Homo Digitalis

Une [minisérie Arte](#) sur l'humain augmenté

DataGueule

[Websérie](#) qui décryptent la société

Les plus sceptiques

Cowspiracy

Enquête sur le silence tant politique qu'associatif qui pèse sur l'élevage intensif

L'effondrement

Série Canal sur l'effondrement de la civilisation et la raréfaction des ressources, disponible intégralement [ici](#)

Et tant d'autres. Et pour rappel et comme la vidéo en ligne représente 60% du trafic internet, voici quelques astuces pour :

➡➡ Réduire son impact lors du visionnage de vidéos

- Privilégier la lecture via connexions "fixes". La 4G consomme **23x** plus que la WiFi GreenIT.fr, 2016
- Réduire la définition des vidéos. La HD consomme jusqu'à **3x** plus de GB par heure qu'une résolution standard (ex 720p) Netflix
- Désactiver l'option "Lecture automatique de la vidéo suivante / de la bande-annonce" sur Youtube, Netflix, Twitter et Facebook
- Pour la musique en ligne, privilégier des options de streaming musical plutôt que de streaming vidéo, qui suppose un transfert de données plus important