

# CADRE DE CONFIANCE



Je parle **vers/avec le collectif**.  
et j'écoute les autres avec attention.



La **diversité** est un atout pour le groupe.  
Chaque parole a sa valeur.



Je parle de **ce qui me préoccupe** et je ne m'exprime  
pas pour les autres.



**Bienveillance** : une idée n'est à priori ni bonne ni mau-  
vaise.  
Je ne juge ni les intentions ni la parole de l'autre.



Je suis **libre et responsable** de ce que je souhaite parta-  
ger.



Toute difficulté est une **opportunité**.

D'accord

Pas d'accord

Ni d'accord  
ni pas d'accord  
d'accord



## INFORMATIONS PERSONNELLES

Comment s'appelle votre personnage ?

Quel âge a-t-il/elle ?

Où habite-t-il/elle ?

A quoi ressemblent ses journées ? (Travail, enfants, déplacements,...)

Qu'aime-t-il/elle faire de son temps libre ?

Autres informations ?



## INFORMATIONS PERSONNELLES

Comment s'appelle votre personnage ?

Quel âge a-t-il/elle ?

Où habite-t-il/elle ?

A quoi ressemblent ses journées ? (Travail, enfants, déplacements,...)

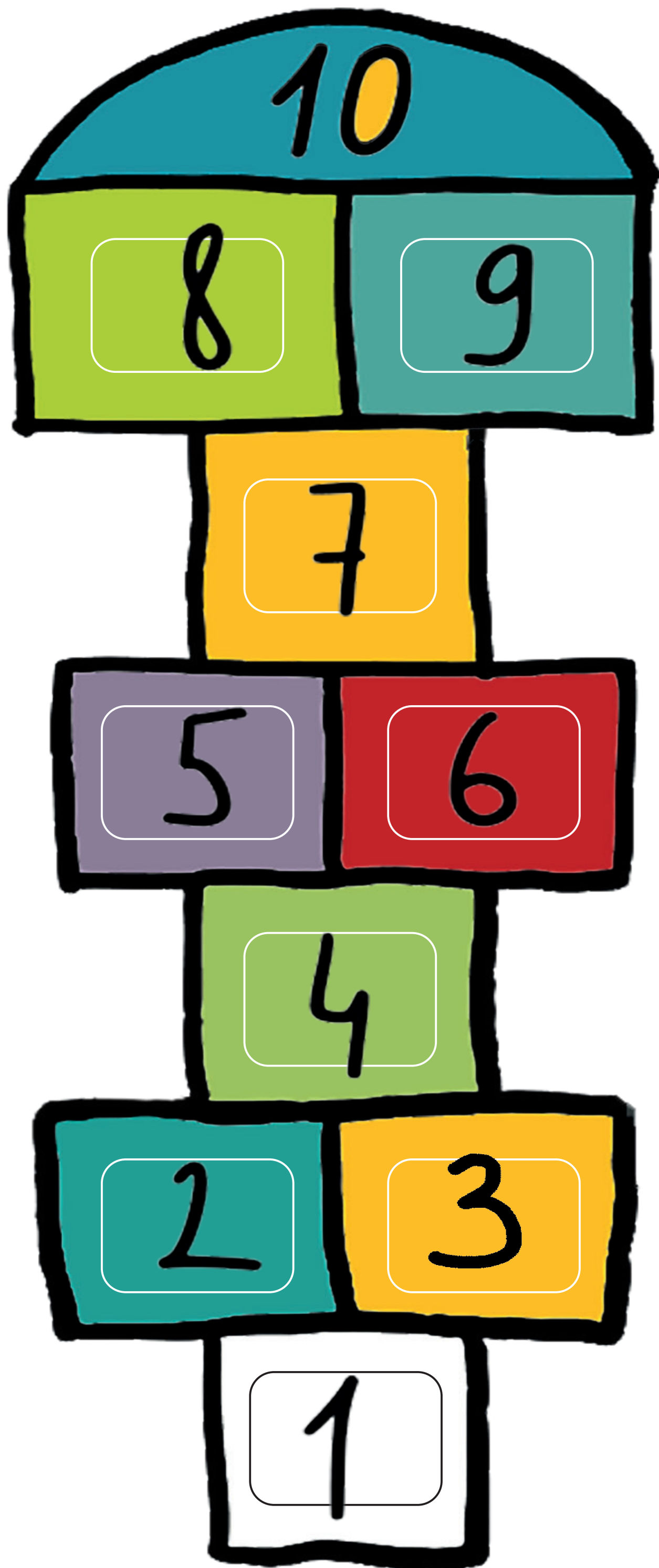
Qu'aime-t-il/elle faire de son temps libre ?

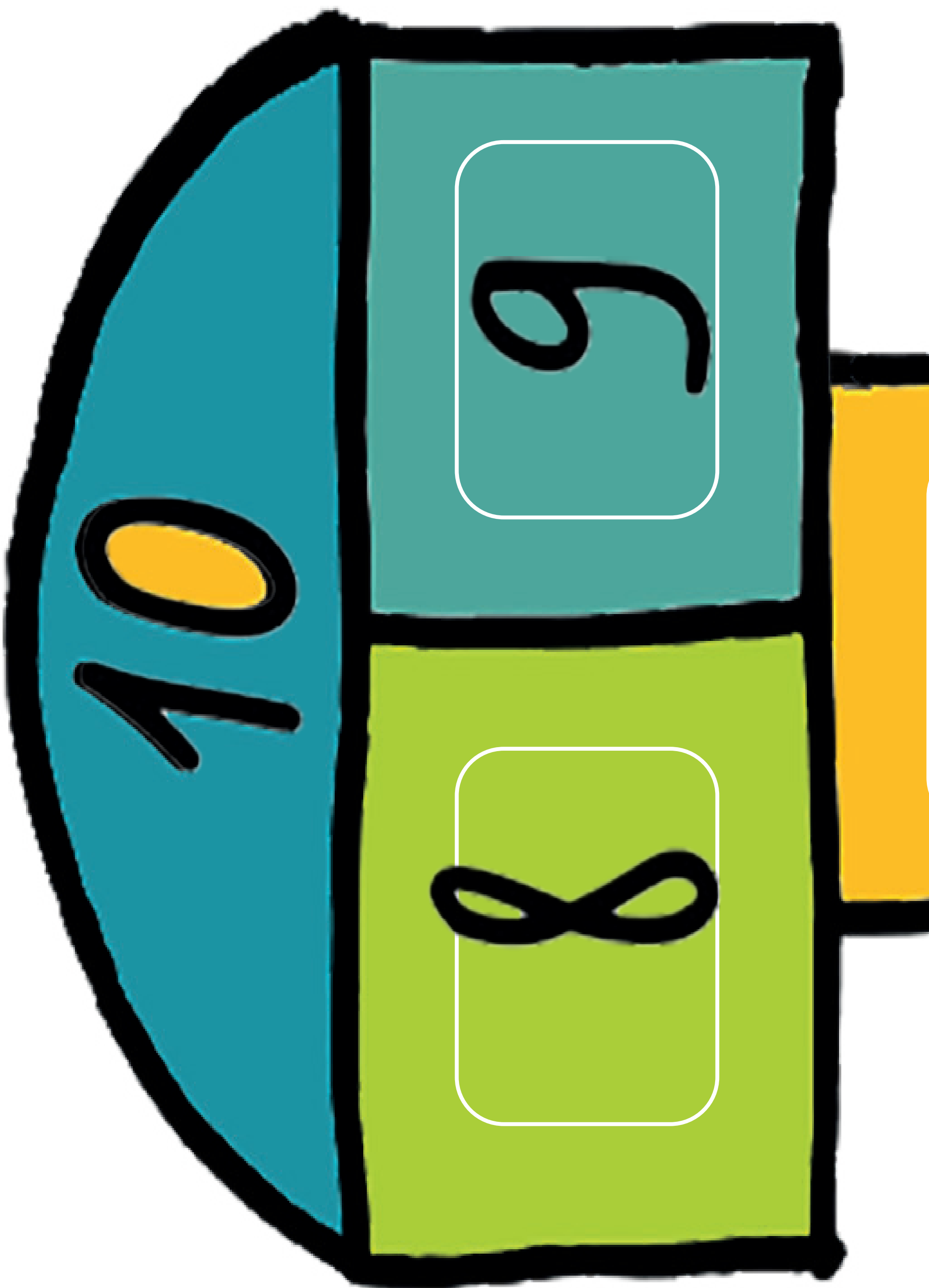
Autres informations ?



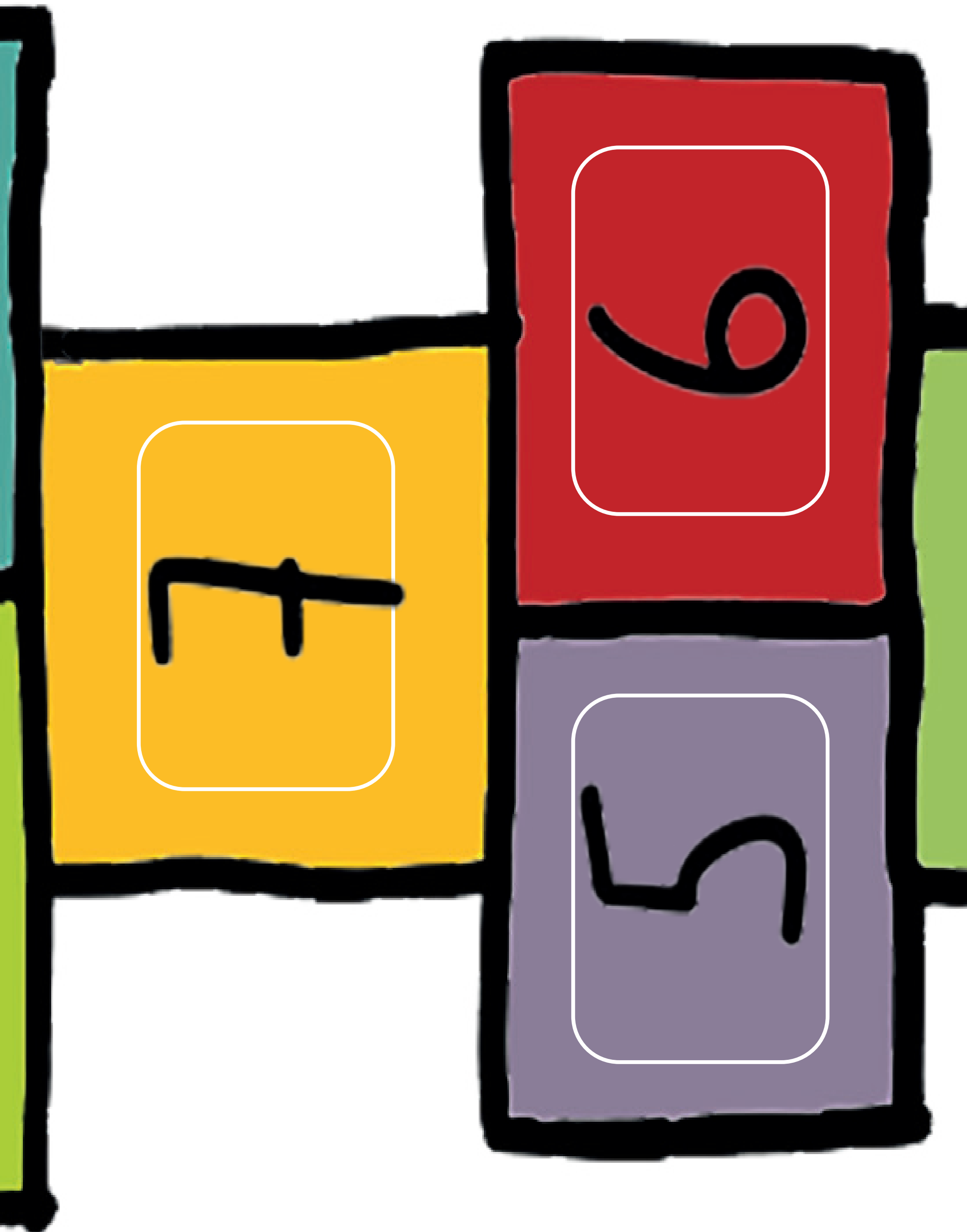


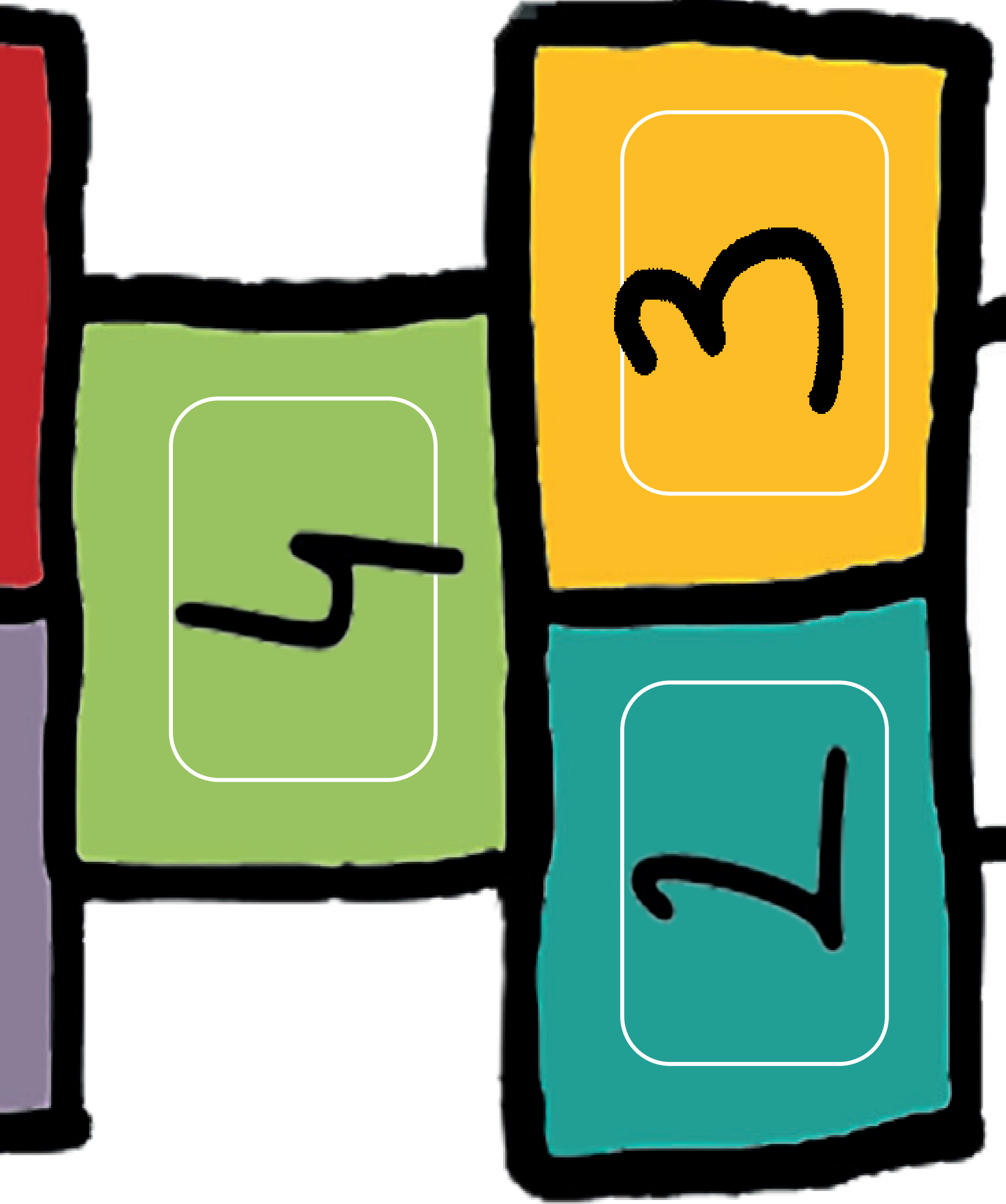


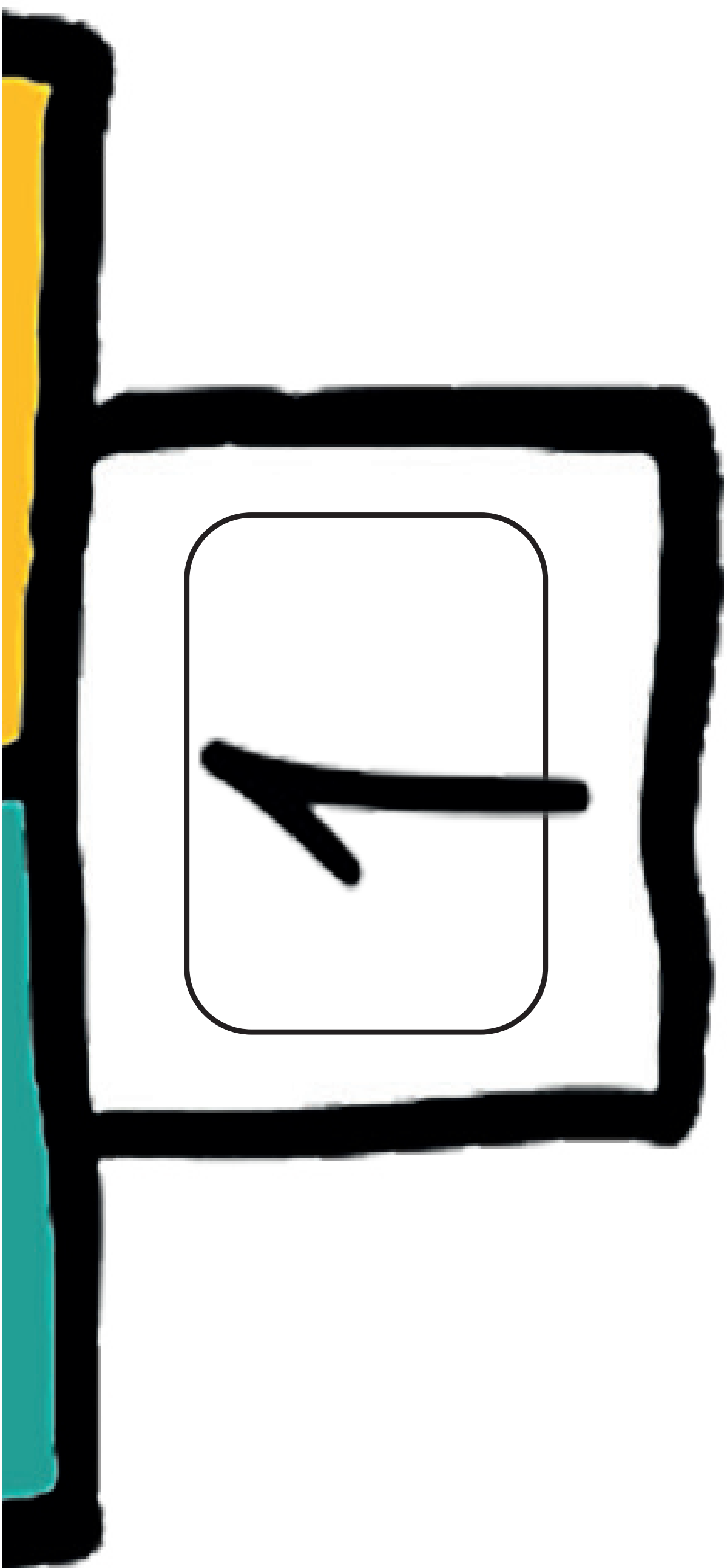














*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qui me plaît dans l'usage du numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qui me déplaît dans l'usage du numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce que cela facilite.



*Ce que j'ai envie de dire...*

du stress que le numérique engendre.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des risques de l'usage du numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des craintes que suscitent le numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de comment le numérique ajoute  
du sens à mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

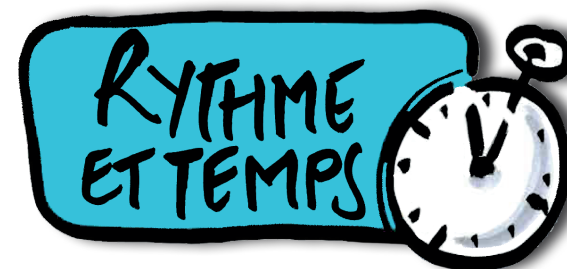
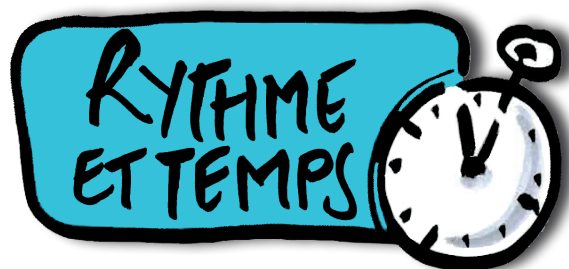
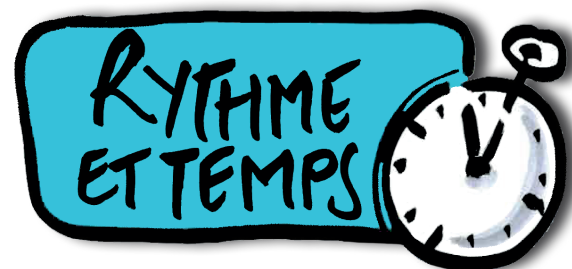
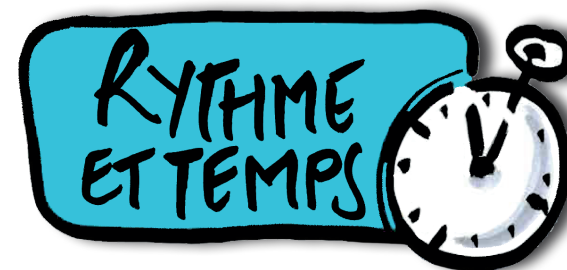
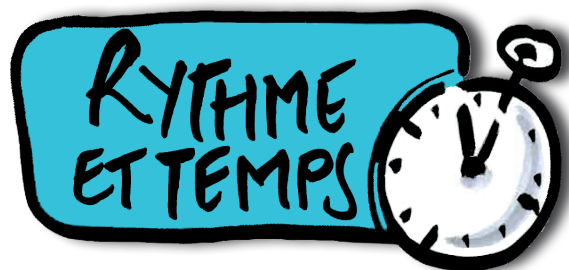
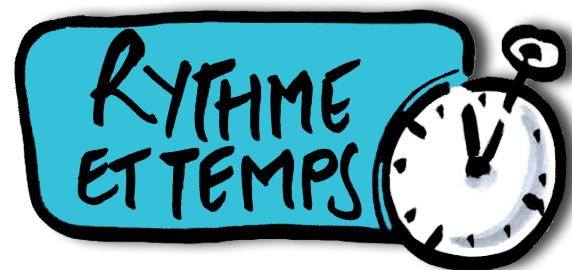
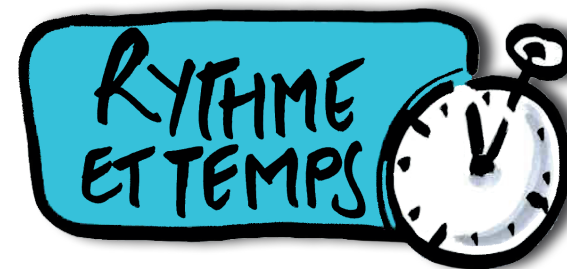
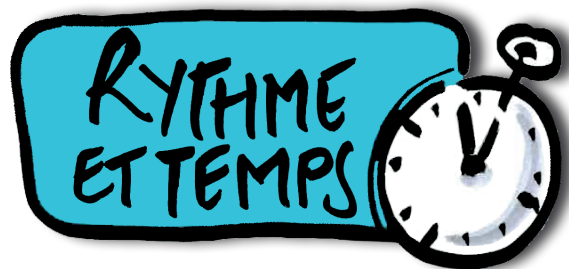
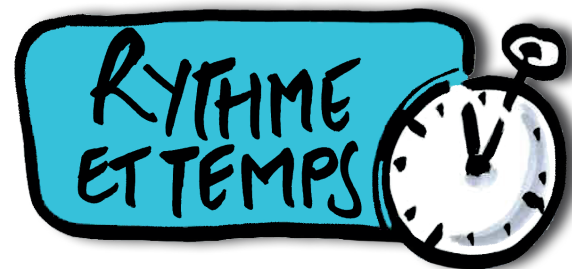
de comment le numérique  
enlève du sens à mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qui donne sens à mon travail  
et comment c'est influencé par le numérique.







*Ce que j'ai envie de dire...*

du gain de temps que permet le numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de la perte de temps que provoque le numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

du temps dans les relations humaines.



*Ce que j'ai envie de dire...*

du stress que cela engendre.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'impact que le numérique a sur mon rythme de travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des différentes temporalités que le numérique induit.



*Ce que j'ai envie de dire...*

---



*Ce que j'ai envie de dire...*

---



*Ce que j'ai envie de dire...*

---







*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'impact du numérique sur les relations humaines.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'impact sur la communication entre collègues.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'impact sur la communication  
avec mes bénéficiaires.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'exclusion de certain.es par le numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'impact sur les relations avec mes bénéficiaires.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de l'autonomie ou de la dépendance  
des bénéficiaires dans leurs usages  
du numérique.



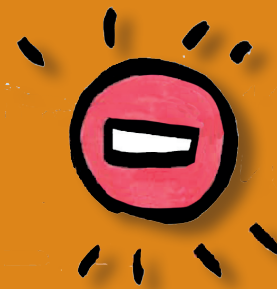
*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce que cela modifie dans mes relations.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce que cela permet dans mes relations.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce que le numérique modifie ou permet  
dans ma relation à moi-même.

Données

Données

Données

Données

Données

Données

Données

Données

Données



*Ce que j'ai envie de dire...*

sur les données des bénéficiaires qui me sont vraiment utiles pour bien faire mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

sur les données des bénéficiaires que je récolte mais qui ne me semblent pas utiles.



*Ce que j'ai envie de dire...*

sur les données des bénéficiaires dont je dispose et que je préférerais ne pas connaître.



*Ce que j'ai envie de dire...*

sur les données qui me concernent auxquelles ma hiérarchie peut avoir accès grâce à l'outil informatique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

sur les données qui concernent mon travail qu'il me semble légitime de transmettre à ma hiérarchie.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce que mon institution fait des données des bénéficiaires.



*Ce que j'ai envie de dire...*

sur les données dont dispose ma hiérarchie qui ne me semblent pas pertinentes pour assurer un travail de qualité.



*Ce que j'ai envie de dire...*



*Ce que j'ai envie de dire...*





*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qu'on doit garder de ces échanges.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qu'on pourrait arrêter pour faire évoluer  
la question de l'usage du numérique  
dans notre structure.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce que je voudrais voir changer  
suite à ces échanges.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qu'on pourrait initier pour faire  
évoluer la question de l'usage du numérique  
dans notre structure.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ce qu'on pourrait demander à d'autres  
pour faire évoluer la question de l'usage  
du numérique dans notre structure.



*Ce que j'ai envie de dire...*





*Ce que j'ai envie de dire...*  
de ma vision du numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de ce que le numérique dit de notre monde.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de ce que le numérique fait à notre monde.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de mes envies de changement en  
matière de numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
du lien entre le numérique et les inégalités sociales.



*Ce que j'ai envie de dire...*







*Ce que j'ai envie de dire...*  
de mes besoins en termes de numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de ce que le numérique m'impose  
sans que j'en aie besoin.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de comment le numérique  
répond à mes besoins.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de comment le numérique me permet de répondre  
aux besoins des usagers et usagères.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de comment le numérique m'empêche de répondre  
aux besoins des usagers et usagères.



*Ce que j'ai envie de dire...*  
de comment le numérique va  
à l'encontre de mes besoins.



*Ce que j'ai envie de dire...*

---



*Ce que j'ai envie de dire...*

---



*Ce que j'ai envie de dire...*

---





*Ce que j'ai envie de dire...*

des outils numériques qui m'aident un peu  
à bien faire mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des outils numériques qui m'aident vraiment  
à bien faire mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des outils numériques qui m'empêchent  
de bien faire mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des conditions pour qu'un outil numérique  
m'aide à faire mon travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des limites des outils numériques par rapport  
à la qualité du travail.



*Ce que j'ai envie de dire...*



*Ce que j'ai envie de dire...*



*Ce que j'ai envie de dire...*



*Ce que j'ai envie de dire...*





*Ce que j'ai envie de dire...*

de mes compétences numériques.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de ma formation au numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de la formation proposée par mon institution  
en matière de numérique.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de la diversité des compétences informatiques  
dans mon équipe.



*Ce que j'ai envie de dire...*

de la ou des formation(s) dont j'aurais besoin.



*Ce que j'ai envie de dire...*

des formations nécessaires à l'équipe  
en matière d'informatique.



*Ce que j'ai envie de dire...*



*Ce que j'ai envie de dire...*



*Ce que j'ai envie de dire...*





Mime-toi en train de faire un selfie.



Fais deviner une «appli» numérique.



Mime ton dépit quand  
tu te trouves en difficulté sur ton ordinateur/GSM.



Fais une déclaration d'amour en selfie filmé.



Raconte ton plus gros 'bide' numérique.



Demande à ton ou ta voisin.e de droite  
de te donner un gage.



Raconte une situation drôle en lien avec  
ton usage du numérique.



Raconte une situation où ton gsm  
t'a manqué cruellement.



Demande à ton/ta voisin.e de gauche  
de te donner un gage.







Mime un appel téléphonique  
à un service administratif.



Si tu pouvais inventer  
l'application idéale ce serait...



Énonce 10 mots  
en lien avec les inégalités numériques.



.....



.....

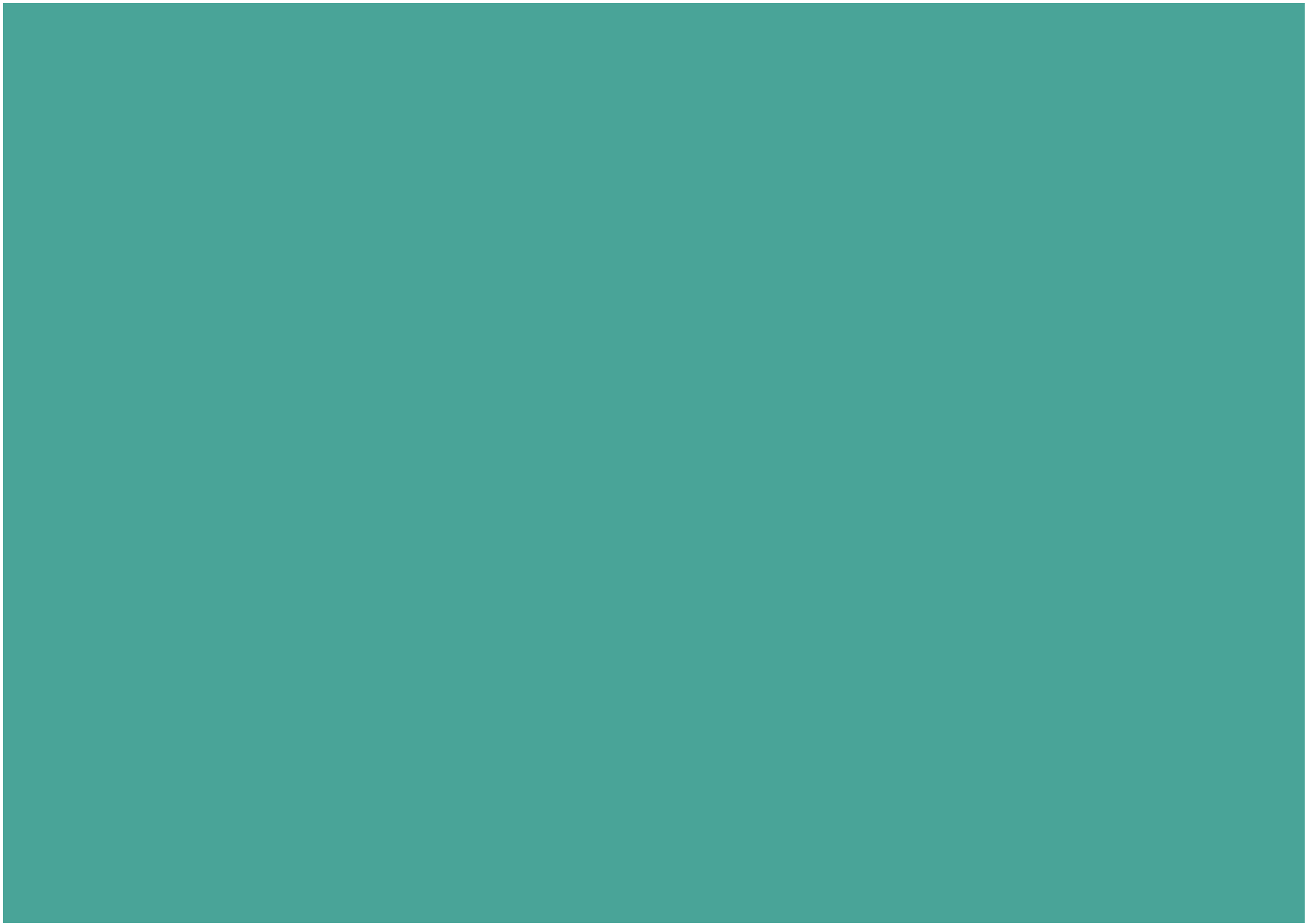


.....





|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 40 | 45 | 50 | 49 | 55 | 60 | 65 |
| 39 | 44 | 49 | 48 | 54 | 59 | 64 |
| 38 | 43 | 48 | 47 | 53 | 58 | 63 |
| 37 | 42 | 47 | 46 | 52 | 57 | 62 |
| 36 | 41 | 46 | 45 | 51 | 56 | 61 |





# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité

1. Si ma cheffe n'arrive pas à me joindre par mail,  
c'est normal qu'elle m'appelle sur mon téléphone privé.

2. Lorsqu'une personne essaye de me joindre  
quand je suis en déplacement, mes collègues  
lui donnent mon numéro personnel.

3. Si un groupe Whatsapp / Facebook existe  
au sein d'une équipe, on doit en faire partie.

4. La direction doit avoir une possibilité de regard  
sur l'historique de navigation internet de ses employés.  
On n'est pas payées pour aller sur Facebook.

5. Mes amis me reprochent de ne pas répondre  
à leurs messages pendant les heures de boulot  
alors qu'ils voient que je les ai lus.

6. Quand je vois que ma cheffe travaille le weekend,  
je me sens obligée de faire comme elle.

7. Moi je fais mes 8 heures et puis je ferme boutique.  
Hors de question de déborder.

8. Il m'arrive de prendre des appels personnels pendant mon  
temps professionnel alors je ne me sens pas  
le droit de refuser le contraire...



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



9. L'usage du numérique partout et en tout temps crée l'obligation, au niveau individuel, d'être toujours disponible.

10. Si je ne me rends pas hyper-disponible je suis exclue.

11. Notre génération a une charge mentale plus importante que celle de nos grands-parents.

12. S'il n'y avait pas de numérique on serait beaucoup moins sollicités et donc plus cool.

13. L'hyper-disponibilité, ça concerne surtout les femmes.

14. Le numérique impose une certaine rapidité, il faut réagir vite (trop vite).

15. Dans le cadre de mon travail, il me serait impossible de me passer de mon ordinateur pendant une semaine.

16. Dans le cadre de la vie privée, on ne peut plus se passer d'un ordinateur.



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité

17. Le télétravail respecte mieux mon rythme.

18. Les travailleurs plus âgés mettent plus facilement leurs limites concernant les outils numériques pour protéger leur vie privée.

19. Si je ne suis pas connectée aux outils numériques du boulot, les projets se font sans moi et je suis complètement larguée.

20. Attendre que la journée de travail soit finie pour répondre à un message, c'est trop long.

21. On a besoin des réseaux sociaux pour se tenir au courant de ce qui se passe, organiser sa vie professionnelle et privée.  
Le risque c'est de décrocher.

22. Pour une bonne hygiène de vie, on devrait chaque jour se prévoir quelques heures sans écrans.

23. Gérer tous ses groupes sur les réseaux sociaux c'est un boulot en soi.

24. ....



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité



# Frasbee

Hyperdisponibilité

Chaque groupe reçoit 3/5 frases et doit se mettre d'accord à l'unanimité sur une phrase :

- ✓ avec laquelle il est d'accord
- ✓ avec laquelle il est pas d'accord
- ✓ pour laquelle il n'est ni d'accord ni pas d'accord.





# Frasbee

Hyperdisponibilité



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE



SITUATION GÉNÉRALE

*Je peux très facilement faire garder  
mes enfants si besoin.*

*J'entre facilement en contact avec  
mon médecin traitant.*

*J'ai facilement accès à des spécialistes  
de santé.*

*Je me sens bien dans mon travail.*

*Je peux partir en vacances  
quand j'en ai envie.*

*Je me sens bien entouré.e  
(famille, ami.es, voisin.es,...).*

*Je fais régulièrement des sorties  
culturelles.*

.....

.....





SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES

Je sais qui contacter si j'ai des difficultés à effectuer des démarches administratives.

Je peux utiliser internet n'importe où et n'importe quand.

Je peux être prévenu.e par sms de l'heure d'arrivée de mon aide-soignante à domicile.

Je peux retrouver facilement mes noms d'utilisateur et mots de passe nécessaires aux plateformes en ligne.

Je suis à l'aise avec l'utilisation d'Itsme pour mes démarches administratives.

Je me considère comme « à l'aise » avec le numérique en général.

J'ai reçu une facture d'hôpital, je sais la payer par home banking.  
(La banque à proximité ne propose plus d'accueil physique).

L'inscription à la piscine ne se fait désormais qu'en ligne.  
Ce n'est pas un problème pour moi, je m'inscris et j'y vais.

Je cherche un emploi. La majorité des offres d'emploi sont sur le net et on doit généralement envoyer un mail.  
Ce n'est pas un obstacle pour moi, j'envoie en moyenne trois candidatures par semaine.



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES



SITUATION

EN LIEN AVEC LE NUMÉRIQUE OU L'ACCÈS AUX SERVICES

*J'ai reçu un mail disant que j'ai un document sur my minfin. Je sais quoi faire pour le récupérer.*

.....

*Je suis en vacances et je voudrais réserver un logement pour ce soir.*

.....

*L'école de mes enfants a créé une plateforme pour fixer un rendez-vous avec l'institutrice. Je prends mon agenda et je m'inscris.*

.....



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE

Regina, 45 ans, sans papiers  
et sans logement.

Homme de 56 ans issu d'une  
famille nombreuse. Ouvrier dans  
une usine. Ne sait ni lire ni écrire.

Claude, 39 ans, vit en appartement,  
seul.e avec ses deux enfants. Cherche  
un emploi et touche actuellement des  
allocations de chômage.  
Cette personne n'a pas d'ordinateur  
ni internet à la maison.

Personne qui ne connaît pas le  
français. A une mauvaise vue mais  
un bon réseau.

Solange, maman solo avec 5 enfants,  
court beaucoup et a des compétences  
limitées en informatique donc ça lui  
prend du temps.

Olivier, travailleur social, utilise  
régulièrement l'ordinateur et les  
transports en commun. Il aime faire  
plaisir aux autres et ne pas déranger.

Personne âgée qui vit en couple dans  
une maison à la campagne. Le couple  
possède une voiture, un ordinateur et  
un téléphone fixe mais pas de GSM.

Jeune homme de 28 ans, a récemment  
fini son doctorat en physique mais ne  
trouve pas d'emploi.

Femme à la tête d'une entreprise.  
Héberge depuis plusieurs mois son  
père malade qui nécessite des soins  
réguliers en hôpital.





CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE



CARTE PERSONNAGE

Hugo a 18 ans et sort tout juste des études secondaires. Il vit en co-location, est souvent sur les réseaux sociaux et jeux en ligne mais n'utilise pas facilement son mail, ni word, Excel...

.....

.....

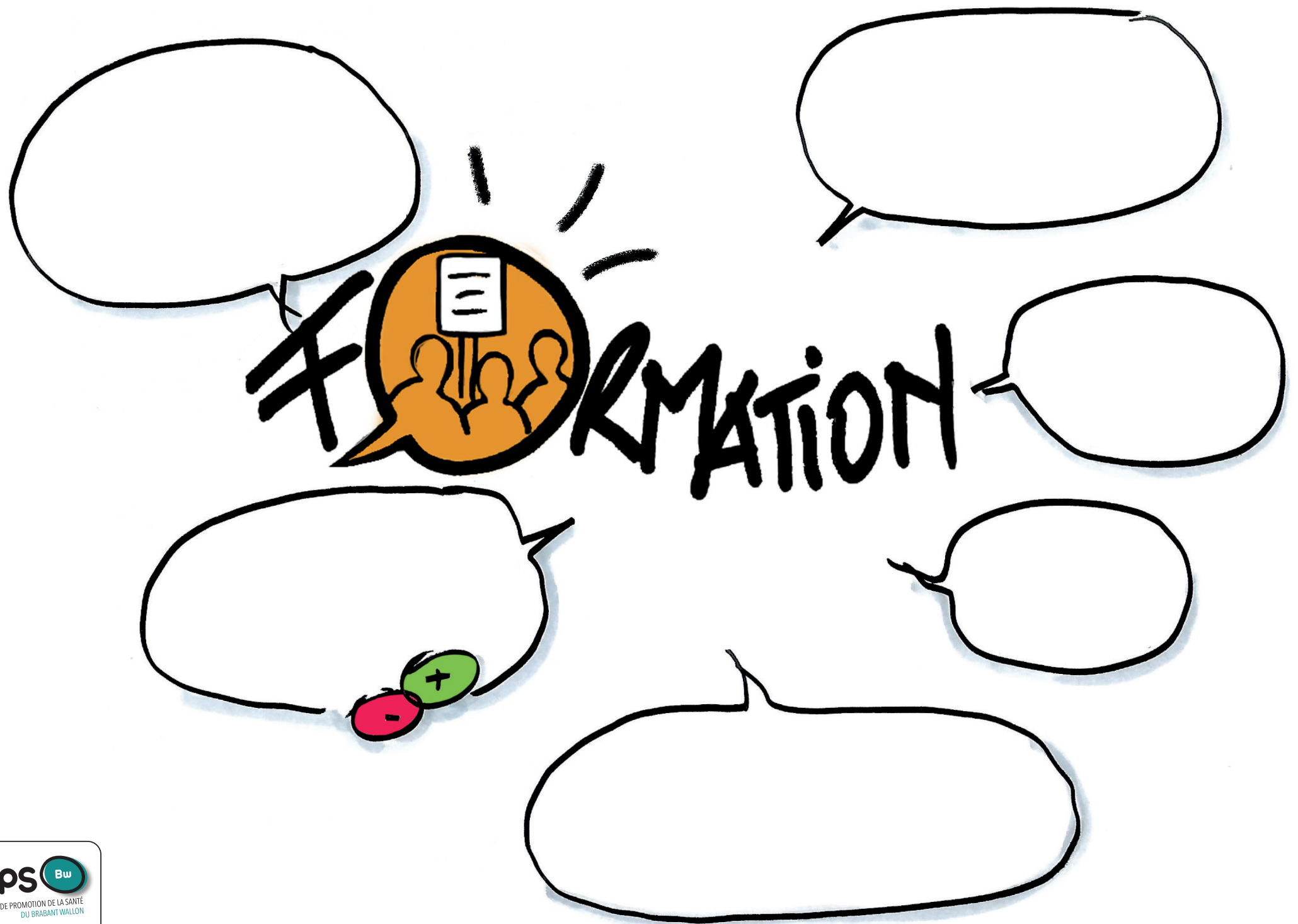
.....

.....

.....

.....





Que modifie ou permet le numérique dans mes relations ?

Que modifie ou permet le numérique dans la relation à moi-même ?

# RELATIONS

Certain.es sont-ils/elles exclu.es par le numérique ?

Quel impact a le numérique dans mes relations à mes bénéficiaires ?

Quel impact a le numérique sur les relations humaines ?

Quel impact a le numérique sur la communication entre collègues ?