

## CETTE FICHE VOUS PRÉSENTE DES ARGUMENTS POUR PARTICIPER DE LEUR INCLUSION NUMÉRIQUE

*Sensibiliser sur l'importance de se former au numérique suppose de prendre en compte la particularité des situations des personnes, en partant des attentes concrètes et des centres d'intérêts de chacun. Néanmoins, voici quelques exemples de ce que peut apporter le numérique et qui peuvent donc donner envie de se former. Sensibiliser sur cette question ne doit pas empêcher de laisser chacun libre d'utiliser ou pas le numérique.*

### S'INFORMER

- Consulter des sites d'actualités
- Connaître les manifestations et activités à proximité de chez soi (accès à des agendas en ligne d'associations ou de collectivités)
- Consulter des applications pour se déplacer (transports en commun...)

### AVOIR DES ACTIVITÉS CRÉATIVES ET DE LOISIR

- Pratiquer des activités créatives : produire, classer, stocker ou diffuser des contenus audios, vidéos, photos ou textuels
- Pratiquer des activités de loisir: visionnage de films ou de programmes audiovisuels, accéder à des livres, des podcasts ou à un grand nombre de contenus



PERSONNE ÂGÉE

### CONNAÎTRE ET EXERCER SES DROITS

- Accéder aux sites des services publics pour consulter des informations
- Echanger avec les administrations
- Faire des démarches en ligne (CAF, CPAM, Pôle Emploi, Impôts, permis de conduire, carte grise...)

### CRÉER ET MAINTENIR DU LIEN SOCIAL

- Consulter et échanger sur les réseaux sociaux
- Utiliser des messageries instantanées, des courriels ou des outils de visioconférences pour maintenir ou renforcer les liens familiaux et amicaux

### ACCÉDER À DES SERVICES D'E-SANTÉ

- Accéder à des outils innovants en matière d'accompagnement et de soins
- Stimuler sa mémoire et son activité intellectuelle grâce à des ressources en ligne

« Pour les personnes âgées et isolées, l'initiation au numérique permet de proposer une activité collective, donc de créer du lien social. Pour créer du lien, sortir de l'isolement, on peut organiser un thé dansant... mais aussi organiser un atelier numérique ! Le contenu de ces ateliers doit être adapté aux envies des personnes : on peut par exemple proposer d'apprendre à faire des photos avec une tablette et à les envoyer par email à ses proches. Et, pourquoi pas ensuite, apprendre à utiliser les sites gouvernementaux. Il ne faut pas que les personnes vivent l'initiation au numérique comme "nous allons vous remettre sur les bancs de l'école pour vous former". Cette logique-là ne fonctionne pas. »

« Nous avons dans notre structure un jardin partagé dans lequel des publics seniors viennent jardiner et partager leurs connaissances en jardinage. Ils sont ensuite encouragés à documenter leurs travaux en ligne (blogs, vidéos). Ces personnes ne seraient pas venues spontanément se former sur des outils numériques mais sont amenées à le faire par un sujet qui les touche personnellement. »

*Témoignage d'un Espace Public Numérique de Loos-en-Gohelle*