



# Seniors et Numérique

## Deux jours de formation professionnelle

### Principaux objectifs

- ✓ Connaître les usages et les attentes numériques des seniors,
- ✓ Appréhender différemment le public des aînés avec des propositions innovantes,
- ✓ Découvrir une palette de ressources et d'ateliers numériques adaptés au troisième ou au quatrième âge,
- ✓ Concevoir des animations numériques spécifiques pour le public senior.

### En résumé

- Parfois démunis face aux nouvelles technologies, parfois plus *geeks* que leurs petits-enfants, les seniors s'emparent du numérique, de gré ou de force, à mesure qu'il s'intègre dans notre quotidien. Mais que font les seniors *online* ? Quelles sont leurs ressources de prédilection ? De quels accompagnements ont-ils réellement besoin ?
- Ces deux journées, fortement axées sur l'expérimentation des ressources par les stagiaires, permettent de comprendre les usages et attentes des seniors, de proposer des animations et ateliers numériques variés et de travailler les réflexes du médiateur numérique.
- Méthodes pédagogiques : expérimentations directes par les stagiaires, présentations théoriques, travaux pratiques en petits groupes.



## Programme détaillé

La durée de la formation est de 12h, soit 6h par jour. Les horaires de démarrage et de fin de formation sont indiqués ici à titre indicatif, ils seront à confirmer avec la structure organisatrice.

Des pauses médianes de cinq minutes sont prévues les matins et après-midis.

Le-la formateur-trice enverra aux participants un questionnaire amont afin d'évaluer leurs attentes, leur niveau de connaissance du sujet et des ressources afin d'adapter, le cas échéant, le programme de la session.

### Premier jour

#### Contexte, premiers pas et les vertus du jeu

9h00 – 9h15 : Introduction et tour de table, échanges sur les usages des seniors en médiathèque.

9h15 – 9h45 : Tablettes et seniors en bibliothèques

- Les seniors, les tablettes et les bibliothèques : réalités d'aujourd'hui
- Présentations d'expérimentations en médiathèques ou en maisons de retraite

9h45 – 10h15 : La vérité sur les seniors

- Aiment-ils vraiment le chocolat à la liqueur et la couleur marron ?
- Seraient-ils des geeks insoupçonnés ?
- La palette des aînés : quand devient-on un senior ? La différence entre le troisième et le quatrième âge – et les accompagnements numériques qui en découleront

10h15 – 11h15 : Focus sur le senior numérique

- Déconstruction des clichés d'usages : les seniors très utilisateurs
- Sites et réseaux sociaux : les lieux de prédilection du *silver surf*
- Ordinateur ou tablette ? Tour d'horizon des équipements les plus adaptés pour une médiation auprès des seniors

11h15 – 12h30 : Ateliers seniors : premiers préparatifs

- Préparer mon équipement
  - Paramétrages indispensables
  - Fonctionnalités clés pour la vue et l'audition
- Choisir mes ressources
  - Critères de choix d'une application
  - Critères de médiation
  - Critères spécifiques pour des ressources destinées à un public senior

12h30 – 13h30 : Déjeuner



13h30 – 15h00 : Les ateliers « Premiers pas »

3

- Initiation aux gestes tactiles : expérimentation par les stagiaires de ressources numériques ludiques et détournées pour aider aux premiers gestes : slider, zoomer, dézoomer, pointer
- Initiation Tablettes : conseils pour monter un atelier d'initiation et pistes d'animations version Fablab
- Les services stars : des idées d'ateliers découvertes à proposer à un public senior autour de ressources ou de services numériques

15h00 – 16h15 : Les ateliers de jeu

- Expérimentation par les stagiaires de beaux jeux, graphiques et oniriques
- Le jeu de plateau numérique
- Des jeux de patience, narratifs, à faire découvrir
- Organiser une séance de jeu collective : mode d'emploi

16h15 – 16h30 : Conclusion, retour sur les notions abordées et annonce du planning du lendemain.

## **Second jour**

### **Culture numérique et création d'animations**

9h00 – 9h15 : Introduction et accueil

9h15 – 10h00 : Narrations numériques

- Des livres différents à découvrir et faire découvrir : sélection composée d'une BD graphique et de classiques revisités
- L'heure du conte des grands-parents : donner aux seniors les clés d'une transmission de la culture numérique. Test de livres innovants, numériques ou hybrides (associant livre papier et écran)
- Créer un livre numérique seul ou à plusieurs : exemples et mise en pratique

10h00 – 11h00 : Se cultiver et s'amuser

- L'art sans se déplacer : expérimentations d'applications de musées, d'expositions, de visites virtuelles
- Les jeux de l'image : photos détournées et enrichies
- Des vidéos à couper le souffle en quelques clics
- Du coloriage papier puis animé

11h00 – 12h30 : Vive les quiz !

- Des quiz pour jouer en groupe : test collectif
- Sélection de jeux d'entraînement cérébral, de rébus ou de jeux de lettres



12h30 – 13h30 : Déjeuner

13h30 – 14h00 : Music !

- La bande son imaginaire : création par le groupe de stagiaires d'une bande-son spontanée
- Joyeux beatbox : une application ludique et aisée d'utilisation pour créer des sons harmonieux

14h00 – 14h30 : Des animations intergénérationnelles

- Le grenier numérique : déroulé d'une animation clé-en-main
- Duos numériques : comment inciter les petits enfants à venir accompagnés de leurs Papis Mamies

14h30 – 14h45 : Méthode d'organisation d'une animation numérique dédiée aux seniors

- Des ateliers pour qui ? De quelle durée ? Pour combien de participants ?
- Grille des questions pratiques et organisationnelles préalables au montage d'un atelier numérique destiné aux seniors

14h45 – 16h00 : Création en petits groupes d'une animation

- Chaque groupe imagine un atelier / une animation à mettre en place au sortir de la formation.
- La réflexion s'organise à partir de la réalité des stagiaires : leurs programmes, leurs contraintes, leurs équipements et ressources.
- Le formateur vient en renfort pour apporter idées et contenus complémentaires.
- Chaque groupe prépare une fiche atelier.
- Présentation par chaque groupe de l'atelier imaginé, discussion collective et apports complémentaires par le formateur

16h00 – 16h30 : Conclusion des deux journées, retour sur les notions abordées, bilan oral de la formation par les stagiaires.

*Un questionnaire d'évaluation en ligne sera envoyé aux stagiaires la semaine suivant la formation afin de recueillir leurs avis. A la fin du questionnaire, ils auront accès au lien de téléchargement des slides de la session.*

