



## Prérequis

Aucun

Approfondissement : avoir fait découverte

## Public

Tout public

## Objectifs

Redéfinir ses comportements professionnels individuels et collectifs face aux usages numériques

Acquérir un nouveau de de fonctionnement des outils numériques pour concilier efficacité et sérénité

## Pédagogie

Formation-action conjuguant apports de connaissances et coaching : approche interactive et personnalisée qui s'appuie sur une mise en situation par des exercices adaptés, une analyse sous forme de débriefing, et la consolidation des apprentissages

## Validation

Evaluation des compétences par QCM ou formulaire en ligne

Attestation de formation

AFEST

VISIO



N° déclaration  
22 600 288 660

# Gestion des usages numériques

Découverte : 1 jour – 7 heures

Approfondissement : 1 jour – 7 heures

## Usages numériques : bilan

- Diagnostiquer ses usages numériques (test)

## Redéfinir ses comportements

- Numérique : vers une dématérialisation de la communication
- Analyser son ressenti (quelles sont les émotions déclenchées par les usages digitaux, comment faire face à un trop plein d'émotions derrière un écran)
- Etablir une frontière entre les usages numériques personnels et professionnels
- Reprendre le contrôle de son temps et retrouver une efficacité professionnelle
- Comprendre et acquérir des outils : soigner son e-réputation individuelle et mesurer l'impact sur le collectif & (re)définir son identité numérique (qu'est ce je médiatise et à quoi je consens)
- Restaurer une relation authentique entre collaborateurs

## Acquérir un nouveau de de fonctionnement des outils numériques

- Identifier et adapter ses besoins pour mieux utiliser le WEB 3.0
- Elaborer une stratégie digitale sans négliger l'HUMAIN
- Utiliser les outils digitaux à bonne escient pour communiquer à distance
- Créer un bon niveau de communication interne et externe en utilisant les bons outils au bon moment
- Protéger et renforcer l'image de l'entreprise et des collaborateurs en cas de cybercrise

## Introduction sur les usages numériques et leur impact sur les gaz à effet de serre

- Présentation des notions clé : numérique versus décarbonation