

## Reprenez le contrôle sur vos usages numériques

Nos usages quotidiens du numérique ont un impact sur notre environnement et nos sociétés. Entre sur-exploitation des ressources, sur-consommation énergétique, monopoles des GAFAM(X)..., il est courant de se sentir dépassé et dépendant.

Cette formation vous donnera les clés pour questionner vos usages professionnels pour vous engager vers plus d'éthique et d'autonomie numérique. Vous serez en capacité de proposer un plan de migration à votre structure et serez initié·e·s à des outils numériques libres alternatifs, tel que yeswiki, nextcloud, framasoft, yunohost, dodoc...

### LIEU

Maison des Associations  
Hérouville-Saint-Clair (14)

### DATE

- 1er session : Mardi 16 septembre et le Jeudi 9 octobre 2025
- 2ème session : Jeudi 22 janvier et le Jeudi 12 février 2026

### TARIFS

800€ pour la formation professionnelle  
150€ pour l'inscription individuelle

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Identifier les impacts écologiques et sociétaux du numérique.
- Mieux comprendre le fonctionnement du web et du numérique en général.
- Pouvoir proposer un plan d'action pour tendre vers l'autonomie numérique de sa structure en tenant compte de ses besoins.
- Expérimenter des outils numériques libres tel que Yeswiki, framasoft, nextcloud, yunohost...

### CONTENU

1er demi-journée :

- Tour d'horizon des usages numériques et de leurs impacts environnementaux et sociaux.
- Découverte du fonctionnement du web et du numérique en général.

2eme demi-journée :

- Méthodologie et étude de cas pour engager une migration des numériques toxiques vers les numériques démocratiques et éthiques.
- Tour d'horizon des outils numériques alternatifs.

3eme demi-journée :

- Retour d'expériences et échanges au regard des avancés et des blocages des stagiaires.

4ème demi-journée :

- Initiation et montée en compétence sur certains outils spécifiques libres.

### PUBLIC CIBLE

- Agent de collectivités territoriale
- Animateur.trice centre sociaux
- Animateur.trice d'accueil de mineurs
- Animateur.trice EEDD
- Animateur.trice sportif
- Animateur.trice nature
- Bénévole
- Chargé.e de projets, de missions
- Coordinateur.trice de projet
- Elu.e
- Porteur de projets
- Salarié·e d entreprise
- Salarié·e associatif

*Pré-requis : Savoir se servir d'un ordinateur, d'un moteur de recherche et d'un traitement texte.*

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES & ÉVALUATION

- Apports théoriques
- Travaux individuels
- Travaux collectifs
- Mise en situation
- Appropriation d'outils
- Partage de connaissances

Des temps de bilans collectifs et individuels seront effectués pendant la formation puis entre 3 et 6 mois après la formation.

## LE FORMATEUR

Une formation mise en pratique par Guillaume Leguen

Educateur à l'environnement marin, Guillaume Leguen est un grand utilisateur d'outils numériques. Gêné par l'accaparement du numérique par les GAFAM(X), il a vite cherché à s'extraire de cette facilité pour réaligner ses usages et ses valeurs. Formé notamment à yeswiki, il est aujourd'hui investi dans plusieurs collectifs (YesWiki, dodoc...) qui développent des outils libres. Sa contribution à ses projets collectifs est de former les usager.e.s du numérique à s'approprier ces derniers afin de reprendre leur autonomie numérique.

## L'ORGANISME DE FORMATION

Une formation proposée par le GRAINE Normandie

Le GRAINE Normandie est un organisme de formation depuis 2017 et a obtenu la certification QUALIOP1 en mars 2022. Nous proposons une offre de formation diversifiée accessible pour tous et toutes, professionnel·les ou bénévoles.

**Vous êtes en situation de handicap ? Vous avez des besoins spécifiques ? Tout est mis en œuvre pour que les formations proposées vous soient accessibles !**

Contactez la référente formation du GRAINE Normandie en savoir + et parler de vos besoins.

La structure formatrice !



**Guillaume Leguen.xyz**



### Informations formation

Guillaume Leguen  
[hello@guillaumeleguen.xyz](mailto:hello@guillaumeleguen.xyz)  
06 95 63 30 11

### Informations pédagogiques et administratives

Pauline BÖHLE  
[formation@graine-normandie.net](mailto:formation@graine-normandie.net)  
06 20 83 52 16



## INFOS PRATIQUES

### Inscription :

Remplissez le [formulaire](#)

### Modalité

- Présentiel
- 7h de formation
- Horaires : 9h30/12h30 - 13h30/17h30
- Chacun amène son repas et on mange ensemble

### Comment se rendre à la formation ?

- Adresse : Maison des association - 1018 grand Parc - 14200 Hérouville-Saint-Clair

- Arrêts de bus à proximité : Poppa de Valois / Berlin - 6a, 6b, 4
- Arrêt de TRAM à proximité : T1 place de l'europe
- Parking gratuit

### Hebergements à proximité

- Hôtel Kyriade, Campanile ou Ibis sur Hérouville

### Restauration à proximité

- Boulangerie, restaurants et commerces à 10 minutes à pied

### Matériel

- Un ordinateur portable.