# Fiche 9 : Mes applis, mes besoins

| Activité courte | **Activité longue** |
|---|---|
| 12 ans et plus | |
| Avoir conscience de soi | |

## Matériel

- L'outil d'intervention "Le smartphone des besoins"
- Pâte adhésive
- La roue des besoins (Annexe 9)

## Introduction :

Cette activité permettra d'aider les participants à réfléchir à leurs besoins quotidiens et fondamentaux, notamment au regard de leurs pratiques numériques.

## Objectifs :

- Développer la conscience de soi
- Questionner son utilisation des écrans

## Techniques utilisées :

- Brainstorming
- Débat

## Déroulé de l'animation :

30 min **Temps 1 : Le smartphone des besoins**

L'animateur présente et invite les participants à utiliser l'outil Smartphone des besoins

**Outil "Le smartphone des besoins" à télécharger sur notre portail documentaire**

30 min **Temps 2 : Identification et illustration des besoins avec les écrans**

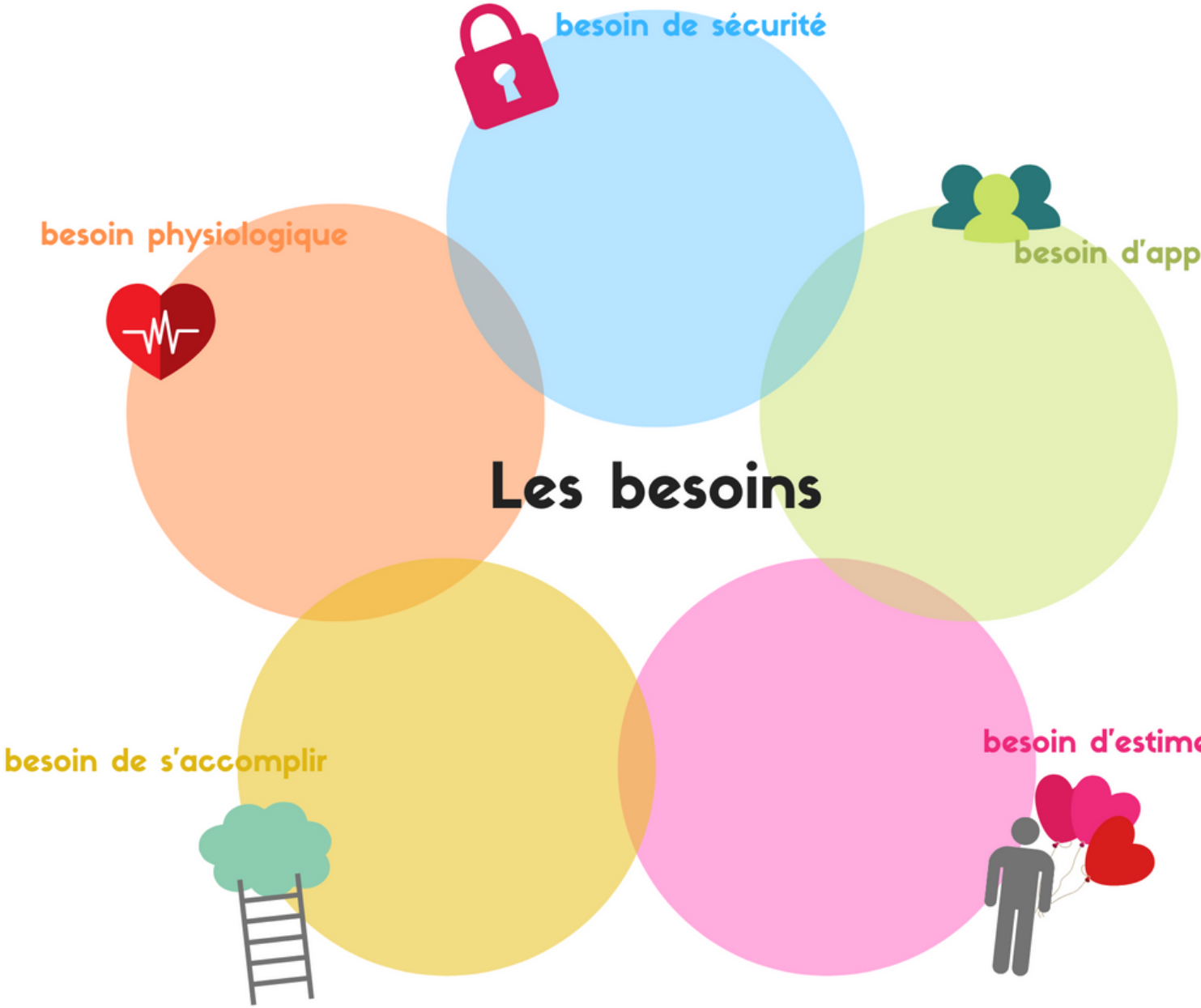
A partir des besoins identifiés, l'animateur demande aux participants quels besoins sont satisfaits ou non par l'utilisation des écrans.
Il leur demande d'illustrer par un exemple en s'inspirant s'ils le souhaitent de la Roue des besoins (annexe 9.1)

## Pour aller plus loin :

- L'expression des besoins
- La roue des émotions-Enfants
- Le petit cahier des ÉMOTIONS

© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Juillet 2020 (MAJ Janvier 2023)

# Annexe 9.1 : La roue des besoins






© FRAPS/IREPS Centre-Val de Loire - Juillet 2020 (MAJ Janvier 2023)