

AIDE-MÉMOIRE À L'INTENTION DU PARTICIPANT À UN GROUPE EN VIDÉOCONFÉRENCE

Cet aide-mémoire vise à favoriser le respect des règles de fonctionnement du groupe, afin d'assurer le bon déroulement des rencontres. **Votre engagement est important.**

D'abord, chacun doit se sentir à l'aise de s'exprimer, en étant rassuré sur le respect de la **confidentialité** des échanges. Ainsi, **assurez-vous de la confidentialité.**

- ✓ Isolez-vous et choisissez un endroit calme;
- ✓ Utilisez des écouteurs ou un casque d'écoute, si vous en avez;
- ✓ Utilisez la fonction « fond d'écran » si vous ne souhaitez pas montrer l'intérieur de votre domicile;
- ✓ Évitez d'enregistrer et de diffuser les séances ou le contenu.

Chacun doit être **disponible à 100 % à l'activité**, comme s'il s'y trouvait en personne. **Participez activement.**

Quelques stratégies pour favoriser une bonne disposition et disponibilité :

- ✓ Confiez la surveillance et la garde des enfants à une autre personne;
- ✓ Limitez les dérangements pendant la séance;
- ✓ Fermez les appareils pouvant distraire : téléviseur, radio, téléphone, ...;
- ✓ Évitez de réaliser d'autres tâches pendant la séance (par exemple plier des vêtements ou visiter d'autres sites Internet);
- ✓ Utilisez la fonction « fond d'écran » pour éviter qu'un élément de l'arrière-plan distraie les autres participants;
- ✓ Évitez de répondre au téléphone ou à la porte, sauf en cas d'urgence.

Assurez-vous d'être en mesure de joindre la réunion et de participer aux échanges. Ainsi, chaque participant s'engage à **disposer de l'équipement nécessaire et être prêt et disposé pour la rencontre.**

- ✓ Le matériel est prêt à être utilisé;

Avant la rencontre :

- ✓ Téléchargez l'application nécessaire;
- ✓ Testez l'application (ex. : www.zoom.us/test) et ses équipements préalablement;
- ✓ Ayez en main le lien de la rencontre virtuelle ou le code de réunion (fournie dans une correspondance précédente);
- ✓ Ayez en main le protocole d'urgence;
- ✓ Assurez-vous que le réseau n'est pas saturé par d'autres utilisateurs;
- ✓ Évitez une luminosité à contre-jour (ex. : caméra face à une fenêtre), car l'image qui sera projetée sera plus sombre;

Lors de la rencontre :

- ✓ Soyez dans la province de Québec;
- ✓ Ayez en main votre carte d'assurance-maladie;
- ✓ Connectez-vous à la rencontre max 15 min. à l'avance afin de gérer les difficultés techniques;
- ✓ Soyez vêtu convenablement (comme lors d'une rencontre en présentiel) et adoptez une posture adéquate (s'assurer d'être vu des épaules au haut de la tête);
- ✓ Soyez sobre.

Favorisez la **fluidité des échanges** :

- ✓ Fermez votre micro à moins d'avoir à prendre la parole pour éviter de créer des bruits ambiants;
- ✓ Utilisez la fonctionnalité « lever la main » et « baisser la main » pour faciliter le tour de parole;
- ✓ Utilisez la fonctionnalité « clavardage » selon les indications de l'animateur.