

## Règles du jeu pour les réunions virtuelles de notre groupe d'entraide

En raison de la situation actuelle autour du virus Corona, nous avons nos réunions de groupe de soutien sur un format virtuel modéré. Il va sans dire que nous rencontrons également nos collaborateurs sous cette forme de rencontres. Conservez les accords de confidentialité et de non-divulgateur avec les non-membres du groupe. Nous recommandons également que :

- Un lien envoyé aux membres du groupe pour rejoindre la réunion ne peut pas être envoyé aux personnes transmises, qui ne sont pas (encore) membres du groupe. Notre réglementation, si et comment. De nouveaux membres sont ajoutés au groupe s'applique également aux réunions de groupe virtuelles.
- Les mots de passe pour l'ordinateur, pour les applications ou pour des dates de réunion spécifiques sont sécurisés et doivent être protégés contre l'accès par des tiers.
- Aucune autre personne n'est autorisée à entendre, regarder ou à participer aux réunions virtuelles. La participation à la réunion se fait donc idéalement dans une salle qui n'est pas accessible aux autres pendant la réunion.
- Les réunions ne doivent pas être enregistrées. Cela s'applique aux enregistrements d'images et de sons.

### Les règles supplémentaires suivantes sont utiles pour les réunions virtuelles :

#### **Soyez prévenant**

- Laissez les autres participants finir de parler et ne pas interférer avec eux.
- Évitez l'ironie et le sarcasme. La reconnaissance de l'ironie et du sarcasme est difficile sans contact ou présence physique.
- Acceptez que la communication dans les groupes de support vidéo ralentisse ou peut être plus lourde que lors des réunions habituelles.
- Soyez patient et soutenez les autres participants ayant des difficultés techniques. Avant la première rencontre, la réalisation d'un test planifié peut être un avantage.

### **Soyez présent et impliqué**

- Essayez de vous impliquer, même si ce type de réunion est nouveau pour vous.
- Donnez à tous les participants la même appréciation que s'ils étaient physiquement présents.
- Tournez-vous toujours vers l'ordinateur / la caméra pour être en contact avec les autres participants.
- Sélectionnez consciemment l'emplacement de la caméra : que doivent voir les membres du groupe en arrière-plan ou ne pas voir ? Ce que vous voyez est-il confortable pour vous ? Ce qu'ils voient, est-ce ce que vous voulez leur dire de vous ou de votre maison ?
- Concentrez-vous sur les autres participants pendant la réunion.
- Évitez de vous distraire par des activités telles que nettoyer votre bureau, regarder votre téléphone portable, etc. Peut-être que des accords supplémentaires sont nécessaires ici: "Est-ce que ça va si je mange, bois, ...?"

### **Soyez clair et honnête**

- Adressez les questions et les déclarations directement à une personne en prononçant son prénom.
- Utilisez un langage clair et simple.
- Dites aux autres participants ce dont vous avez besoin pour que la réunion virtuelle soit confortable pour vous. Que faut-il conserver ? Qu'est-ce que le groupe ou les participants individuels ne devraient plus faire ? Comment pourriez-vous procéder différemment ?
- Utilisez tous les signaux de la main convenus dans le groupe (par exemple pouce levé) ou des cartes avec des symboles pour signaler le consentement ou le rejet ou d'autres messages de manière non verbale.

Ces règles du jeu pour les groupes d'entraide sont fournies par Info-Entraide Suisse en coopération avec les centres Zurich, Bern, Bâle, Winterthur, Lucerne, Obwalden Nidwalden. 01.05.2020

Traduction française Antenne Neuchâtel et Centre Vaud, 27.05.2020