

## Cette démarche vous parle ?

Inscrivez-vous en 1 minute, et accédez à un contact pour échanger et poser toutes vos questions, sans aucun engagement de votre part.

Lien du formulaire de contact :  
<https://vdesign.typeform.com/fsepnun>



Contactez : [e.plassart@francesep.org](mailto:e.plassart@francesep.org)



Juillet 2025 · France Sclérose en Plaques ·  
14, rue Jules Vanzuppe · 94200 Ivry-sur-Seine · 01 43 90 39 39 ·  
[www.france-sclerose-en-plaques.org](http://www.france-sclerose-en-plaques.org)

Ne pas jeter sur la voie publique



## L'Atelier Numérique France SEP

Imaginons les outils pour apprivoiser la SEP quand on est jeune adulte.

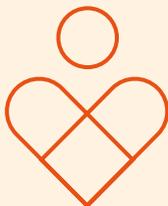


**Vous avez entre 18 et 30 ans  
et avez été diagnostiqué(e)  
d'une SEP récemment ?**

**Votre expérience nous intéresse →**

L'annonce de la Sclérose en Plaques est une étape qui bouscule. Tout peut sembler nouveau, complexe, un peu étranger. Les questions sont nombreuses et on ne sait pas toujours vers qui se tourner pour trouver des réponses qui nous ressemblent vraiment.

Ce projet est une **initiative de l'association France Sclérose en Plaques**. Depuis de nombreuses années, nous accompagnons les personnes concernées à travers de la **documentation** papier, un **réseau** de patients bénévoles et l'organisation **d'événements**. Aujourd'hui, nous faisons un constat lucide : nos offres actuelles ne sont pas toujours adaptées à la culture, aux habitudes et aux questionnements propres aux jeunes adultes. Il nous manque **une proposition pensée spécifiquement pour vous** et nous pensons qu'une discussion orientée sur **les outils numériques** ferait un bon point de départ.



C'est pour combler ce manque que nous lançons cette démarche inédite. L'objectif ? Imaginer et dessiner ensemble les contours d'**une "boîte à outils" numérique idéale, pensée pour et par des jeunes** qui découvrent la maladie.

### Pourquoi votre participation est précieuse ?

Si vous avez entre **18 et 30 ans** et que votre diagnostic est récent, votre regard est unique. Vous êtes les mieux placés pour nous dire ce qui est vraiment utile (ou pas !), ce qui rassure et ce qui facilite la vie au quotidien.

Nous ne cherchons pas des "patients" à interroger, mais de véritables **partenaires de création pour construire un projet qui ait du sens**.

**Votre vécu est l'expertise dont nous avons besoin.**

## Concrètement, comment ça se passe ?



Il s'agit de participer à des **ateliers en petit groupe**, dans une ambiance bienveillante et sans tabou. L'idée est d'échanger sur vos expériences, de partager **vos usages du numérique** et de laisser libre cours à votre imagination :

- Utilisez-vous de nouvelles applications depuis l'annonce de votre diagnostic ?
- Quel type de podcast, forum ou de vidéos vous aiderait ?
- De quel service en ligne avez-vous rêvé ?

**Tout est à inventer.**

## Les aspects pratiques :



**Dates** : nos rencontres auront lieu entre **septembre 2025 et février 2026**. Vous pourrez participer à un comme à plusieurs ateliers.



**Confidentialité** absolue : Tous nos échanges resteront au sein du groupe.



**Flexibilité** : Nous savons que votre temps est précieux. Les ateliers seront planifiés à des moments adaptés (**soir ou week-end**) pour ne pas interférer avec vos études ou votre travail.



**Frais** : Les éventuels frais de déplacement seront bien sûr **dédommagés**.