

## ÉDUCATION PERMANENTE

### Internet, Covid et transformation des liens sociaux



**BELGIQUE, Bruxelles, le 17 mars 2021 - Les Nouvelles Technologies de l'Information et de la Communication (NTIC) ont permis le développement des relations dites virtuelles. Plus encore depuis la pandémie de la COVID-19 qui nous impose au confinement. Faut-il s'en méfier ou s'en réjouir ? Risquent-elles de supplanter nos manières d'être physiquement en lien avec les autres ?**

Depuis son apparition, Internet a bouleversé nos vies et surtout nos manières de communiquer. Dans une immense majorité des cas, nous succombons volontairement aux NTIC. Parmi leurs attraits, tous mettent en avant la multitude de possibilités qu'elles offrent pour créer ou maintenir

des liens sociaux. Ainsi, chaque année, de plus en plus de personnes lisent ou envoient des e-mails (+10% entre 2017 et 2019), utilisent une messagerie instantanée comme, par exemple, WhatsApp ou Messenger (+19 %) ou participent à des réseaux sociaux tels que Facebook, Instagram ou Twitter (+11 %).

Cela n'empêche pas de s'interroger quant à leurs conséquences sur nos vies et, en particulier, sur nos vies sociales. Dans la nouvelle brochure : « Internet, mes ami-e-s, mes relations et moi... », Question Santé asbl donne la parole aux accusateurs, aux défenseurs... et à tous ceux qui hésitent ou qui s'interrogent.

### Le pouvoir du Smartphone

Selon une [étude réalisée par l'agence britannique de marketing numérique Tecmark](#), nous consulterions notre smartphone 221 fois par jour, soit plus de 1500 fois par semaine. Au quotidien, ce petit outil capable de presque tout nous occuperait pas moins de 3 heures et 16 minutes. Si ces chiffres ne sont pas bien surprenants, ils peuvent malgré tout impressionner et questionner. Les NTIC nous désocialisent-elles ? Pour cette raison, devrions-nous les craindre ? Il est vrai que les technologies numériques se révèlent être à double tranchant. Ainsi, par exemple, tout comme elles autorisent aux gens éloignés physiquement de se voir ou de se parler, elles peuvent également créer de la distance quand des personnes se retrouvent ensemble. Plongés dans le virtuel, les liens avec le monde réel et avec les autres risquent de se distendre au point d'isoler. Quant à l'absence de connexion Internet, elle conduit aussi, d'une certaine façon, à l'isolement.

Selon le chercheur genevois Nicolas Nova, « le fait de signaler qu'une technique remplace les relations sociales est une vieille histoire. C'est une manière réductrice de voir les choses. L'enjeu intéressant, c'est de comprendre comment ces relations entre individus évoluent du fait de ces usages. Et l'on se rend compte que c'est plutôt une transformation des manières d'être ensemble... ». Les chercheurs à l'université d'Etat de Weber soulignent, quant à eux, que le téléphone, la radio, la télévision ou encore la voiture ont eux aussi été présentés comme des armes anti-solitude et anti-ennui. Cette ode au divertissement permise par les smartphones perdure donc depuis longtemps. À une différence près : cet « objet connecté » est bien plus invasif, s'invitant dans nos maisons et partout où nous allons, s'immisçant dans le moindre moment de vide (salle d'attente, ascenseur, embouteillages...) jusqu'à développer une forme de dépendance, facteur d'anxiété. Être privé, exclu ou banni des réseaux ne serait-ce pas, pour beaucoup, la punition ultime ?

### Solidarité numérique

La crise sanitaire liée à la COVID-19 a boosté l'accélération du virage numérique. Dans ce contexte, les solutions numériques ont d'autant plus été appréciées. Pour beaucoup, elles ont même été une bouée à laquelle se raccrocher pour faire face à la situation et éviter l'isolement.

Les nombreuses initiatives nées durant la crise sanitaire ont par ailleurs démontré que le numérique ne contribuait pas uniquement à l'individualisme et que l'intérêt collectif restait au cœur des préoccupations de très nombreuses personnes. Les plateformes de solidarité numériques ont permis à des citoyens volontaires d'apporter leur aide à d'autres, souvent des voisins âgés ou moins autonomes par exemple. Les services rendus via ces plateformes ont pris différentes formes d'entraide : achats et/ou livraison de médicaments, d'aliments, rendez-vous pour sortir le chien... On peut aussi citer les plateformes telles que « BrusselsHelps », « Covid-Solidarity.org » ou encore « Solidare-it! », « #coronasolidarité ». Côté wallon, des outils de solidarité similaires ont vu le jour : « solidaire.aviq.be », « Arlon Solidaire », etc.

Les témoignages tirés de la brochure : « Internet, mes ami-e-s, mes relations et moi... » de Question Santé montrent toutefois que ces liens virtuels, mis à l'honneur lors de la crise de la COVID-19, ont aussi parfois révélé leurs limites, leurs mirages, leurs risques, les manques qu'ils créent ou pourraient créer en nous... Si les échanges sont facilités, créés ou procurés grâce au numérique, peuvent-ils pour autant suppléer aux liens procurés par nos cinq sens ? Le coronavirus et la (probable) perspective d'autres crises à venir vont-ils nous inciter à réfléchir aux moyens de développer un lien virtuel de qualité ? Dans une société qui se digitalise à grande vitesse, cet enjeu est d'importance pour la santé mentale de tous.

### A propos de la brochure d'éducation permanente

Pour prendre connaissance de cette nouvelle brochure, vous pouvez consulter le site : [www.questionsante.org/educationpermanente](http://www.questionsante.org/educationpermanente). Elle est disponible gratuitement auprès de l'asbl Question Santé et peut être commandée par courrier Rue du Viaduc, 72 – 1050 Bruxelles, par téléphone au +32 (0)2 512 41 74 ou par email à [info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org).

### A propos de Question Santé

L'asbl Question Santé met en débat les enjeux individuels et collectifs de la santé et les traduit en projets et outils, accessibles à des publics variés. Elle est un acteur reconnu dans le domaine de la santé, en matière d'information, d'éducation, d'animation, de gestion de projet et de communication. Intégrée dans de multiples réseaux d'acteurs institutionnels et de terrain, Question Santé s'appuie sur une équipe pluridisciplinaire, à l'écoute des besoins et des évolutions sociétales.

### CONTACT PRESSE :

Mélissa Rigot  
Chargée de communication  
[melissa@questionsante.org](mailto:melissa@questionsante.org)  
+32 2 512 41 74



### AVEC LE SOUTIEN DE :



---

Copyright © 2021 Question Santé ASBL, tous droits réservés.

Notre adresse email : [info@questionsante.org](mailto:info@questionsante.org)

### Question Santé ASBL

Rue du Viaduc 72, 1050 Bruxelles - Belgique  
Tél : +32 (0)2 512 4174 - [www.questionsante.org](http://www.questionsante.org)  
Entreprise : N°422 023 343, inscrite au RPM de Bruxelles  
IBAN : BE98 0682 1150 5493

Vous recevez cet email car vous vous êtes inscrit sur la liste de distribution de Question Santé.

Vous souhaitez modifier la manière dont vous recevez nos e-mails ?

[Modifiez vos préférences](#) ou [désabonnez-vous de cette liste](#)

---

This email was sent to [david@questionsante.org](mailto:david@questionsante.org)  
[why did I get this?](#) [unsubscribe from this list](#) [update subscription preferences](#)  
Question Santé ASBL · rue du Viaduc 72 · Bruxelles 1050 · Belgium