

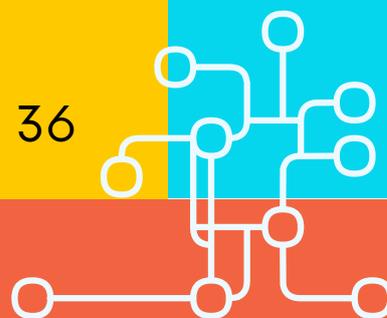
Manuel de  
l'utilisateur

# COMMENT UTILISER LE CHATBOT ALEX?



Cofinancé par  
l'Union européenne

<b>01</b>	<b><u>INTRODUCTION</u></b> .....	1
<b>02</b>	<b><u>UTILISER ALEX</u></b> .....	4
<b>03</b>	<b><u>CONTENU MULTIMÉDIA D'ALEX</u></b> ....	19
<b>04</b>	<b><u>DÉPANNAGE ET SOUTIEN</u></b> .....	23
<b>05</b>	<b><u>CRÉDIBILITÉ ET CONFIDENTIALITÉ</u></b> ..	27
<b>06</b>	<b><u>CONCLUSION</u></b> .....	33
<b>07</b>	<b><u>BIBLIOGRAPHIE</u></b> .....	36



# TABLE DES MATIÈRES

PRÉPARÉ PAR



# INTRODUCTION

## Objectif du manuel d'utilisation



**Le manuel d'utilisation du chatbot ALEX est un guide complet, créé pour vous aider à naviguer dans le chatbot et à maximiser les avantages du contenu du chatbot pour l'éducation à la santé sexuelle et reproductive (SSR). Ce manuel a été soigneusement élaboré par les partenaires du projet ALEX, afin de garantir que chacun, qu'il s'agisse d'un jeune à la recherche d'informations ou d'un animateur de jeunesse désireux de faciliter l'éducation, puisse utiliser ALEX de manière efficace et au maximum de son potentiel.**

**Dans ce manuel, vous découvrirez une série de sujets conçus pour améliorer votre expérience avec le chatbot ALEX, soutenus par un contenu multimédia supplémentaire qui facilitera la compréhension de ce manuel.**

En commençant par le chapitre 1, que vous êtes en train de lire, vous obtiendrez des informations sur l'objectif du manuel de l'utilisateur et sur l'utilisation des chatbots dans l'éducation à la santé sexuelle et reproductive.

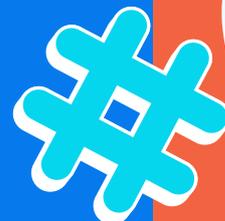
Dans le chapitre 2, nous nous penchons sur l'accès à ALEX, en détaillant où le trouver, en expliquant le processus de connexion ou d'enregistrement, et en assurant un démarrage en douceur de l'utilisation d'ALEX. Nous vous guidons ensuite dans la navigation de l'interface, en présentant les principales caractéristiques et fonctions d'ALEX, en expliquant comment engager des conversations et en fournissant des exemples de requêtes et de réponses, ainsi que des instructions sur l'utilisation des commandes et des mots-clés pour interagir efficacement avec le chatbot.

Le chapitre 3 enrichit votre expérience en explorant le contenu multimédia d'ALEX, en illustrant comment utiliser divers éléments multimédias pour améliorer votre apprentissage et quel contenu multimédia est disponible dans ALEX.

Le chapitre 4 est consacré au dépannage et au soutien, offrant des solutions aux problèmes courants et des conseils pour une utilisation optimale.

Au chapitre 5, nous abordons les aspects critiques de la crédibilité et de la confidentialité, en expliquant comment identifier les sources crédibles, vérifier l'information et maintenir la sécurité de vos renseignements personnels. En outre, les annexes fournissent des ressources inestimables, y compris des ressources externes pour une exploration plus approfondie, et un glossaire des termes clés et des abréviations utilisés tout au long du chatbot, vous équipant des connaissances et des outils nécessaires pour une compréhension complète de l'éducation à la santé sexuelle et reproductive par le biais d'ALEX.

## Pourquoi utiliser un chatbot pour l'éducation à la santé sexuelle et reproductive ?



À l'ère du numérique en constante évolution, notre façon de chercher et de consommer l'information ne cesse de se transformer. Ce changement est particulièrement significatif dans le domaine de l'éducation à la santé sexuelle et reproductive (SSR), où le besoin d'informations fiables, accessibles et confidentielles est plus nécessaire que jamais. ALEX, un chatbot conçu pour répondre à ces besoins, offre une solution moderne à l'éducation à la santé sexuelle et reproductive qui répond aux préférences et aux habitudes des jeunes d'aujourd'hui, en assurant l'inclusion de tous.

Les avantages de l'utilisation d'un chatbot comme ALEX pour l'éducation à la santé sexuelle et reproductive sont nombreux. Tout d'abord, les chatbots sont accessibles 24 heures sur 24 et fournissent des réponses aux questions urgentes à tout moment. Ce niveau d'accessibilité est crucial pour l'éducation à la santé sexuelle et reproductive, où des informations opportunes peuvent faire une différence significative dans la santé et le bien-être d'un individu. En outre, ALEX est disponible du bout des doigts, offrant un moyen rapide et facile d'accéder à l'information sans avoir à prendre rendez-vous ou à se rendre dans un centre de santé.

Plus important encore, les chatbots offrent un certain niveau de confidentialité. Pour de nombreux jeunes, discuter de sujets liés à la santé sexuelle et reproductive peut être intimidant, car ils craignent d'être jugés ou embarrassés. ALEX offre un espace sûr et privé où les individus peuvent explorer des sujets sensibles sans crainte, en favorisant un environnement d'ouverture et de curiosité.

En outre, ALEX est conçu pour offrir des interactions personnalisées. ALEX peut adapter ses réponses aux besoins et aux questions spécifiques de chaque utilisateur, ce qui rend les informations non seulement plus pertinentes, mais aussi plus attrayantes. Cette touche personnelle améliore l'expérience d'apprentissage, en veillant à ce que l'utilisateur reçoive les informations souhaitées et fiables en même temps.

Il est de la plus haute importance de garantir l'exactitude et la fiabilité des informations fournies. ALEX y répond en s'appuyant sur une base d'informations et de ressources vérifiées provenant des experts du projet ALEX. Cela garantit que les utilisateurs reçoivent non seulement des informations immédiates, mais aussi des informations précises et actualisées.

Les avantages de l'utilisation d'un chatbot pour l'éducation à la santé sexuelle et reproductive sont évidents : grande accessibilité, commodité, confidentialité et possibilité d'expériences d'apprentissage personnalisées. En fournissant une plateforme qui respecte et répond aux divers besoins de ses utilisateurs, en fournissant des informations pertinentes, crédibles et fiables, et en garantissant une utilisation sûre, ALEX est à la pointe des innovations en matière d'éducation à la santé sexuelle et reproductive, où la technologie sert non seulement d'outil de diffusion de l'information, mais aussi d'outil d'autonomisation et de changement.



# UTILISATION D'ALEX



Accéder au chatbot



L'accès au chatbot ALEX est simple et convivial, principalement conçu pour être consulté via la plateforme Instagram. Cette approche garantit un engagement facile avec ALEX depuis la commodité de votre appareil mobile, offrant une expérience transparente et interactive adaptée pour répondre à vos besoins en matière d'éducation à la santé sexuelle et reproductive.

## • RETROUVEZ ALEX SUR INSTAGRAM

Pour commencer votre interaction avec ALEX, vous devrez ouvrir l'application Instagram sur votre téléphone portable. En raison de limitations techniques, il n'est pas recommandé d'accéder à ALEX via Instagram à l'aide d'un navigateur web, car la fonctionnalité de chat ne fonctionne pas de manière optimale. Veillez donc à utiliser l'application mobile Instagram pour bénéficier d'une expérience optimale. Si vous ne l'avez pas encore sur votre téléphone portable, recherchez-la dans la boutique d'applications de votre appareil (Google Play pour les téléphones Android ou App Store pour les iPhone) et téléchargez-la depuis la boutique, l'application est gratuite.

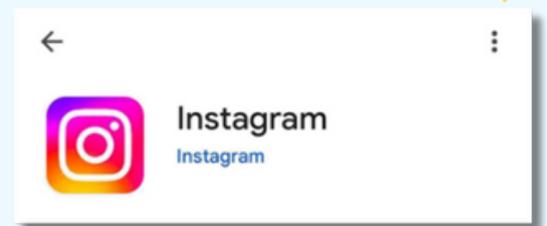


Image 1 :  
Icône de l'application Instagram que vous pouvez retrouver dans Google Play pour les Android ou l'App Store pour les iPhone.

**Source: Google Play Store**

## • PROCESSUS DE CONNEXION OU D'ENREGISTREMENT

Si vous êtes nouveau sur Instagram, vous devez créer un compte. Ce processus implique le téléchargement de l'application Instagram (expliqué à l'étape précédente), suivi d'une inscription simple au cours de laquelle vous fournissez quelques informations de base (notamment votre date de naissance, qui est utilisée pour appliquer les restrictions d'âge - 13 ans ou plus) et créez un nom d'utilisateur et un mot de passe. Si vous possédez déjà un compte Instagram, il vous suffit de vous connecter avec vos identifiants existants.

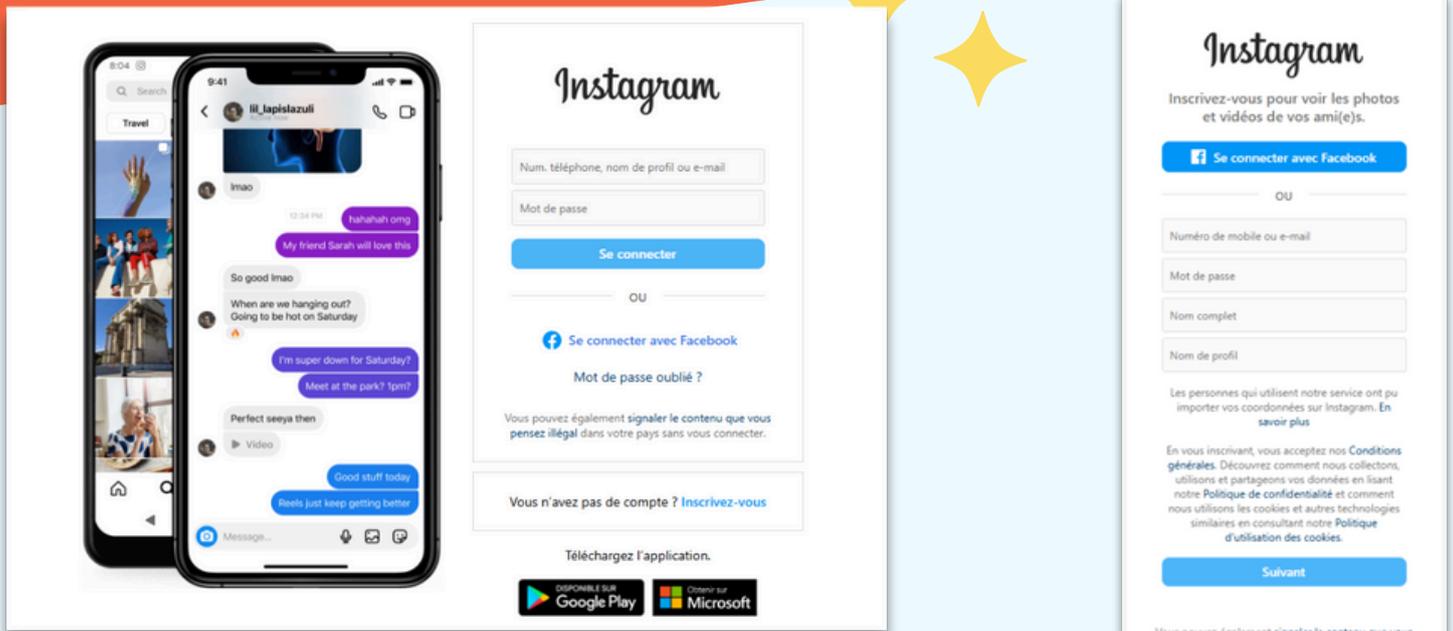


Image 2:

Après avoir téléchargé l'application, vous pouvez vous connecter à votre compte Instagram avec vos identifiants (voir la partie centrale de l'image ci-dessus). Si vous n'avez pas de compte Instagram, vous devez vous inscrire et créer votre compte personnel (voir la partie gauche de l'image ci-dessus).

**Source: Instagram app**

Une fois connecté, recherchez l'identifiant Instagram du chatbot ALEX dans la barre de recherche : alexbot.eu. Vous pouvez également vous rendre sur le site web d'ALEX (alexbot.eu) et cliquer sur l'icône de la page Matériaux pour accéder au chatbot ALEX sur Instagram.

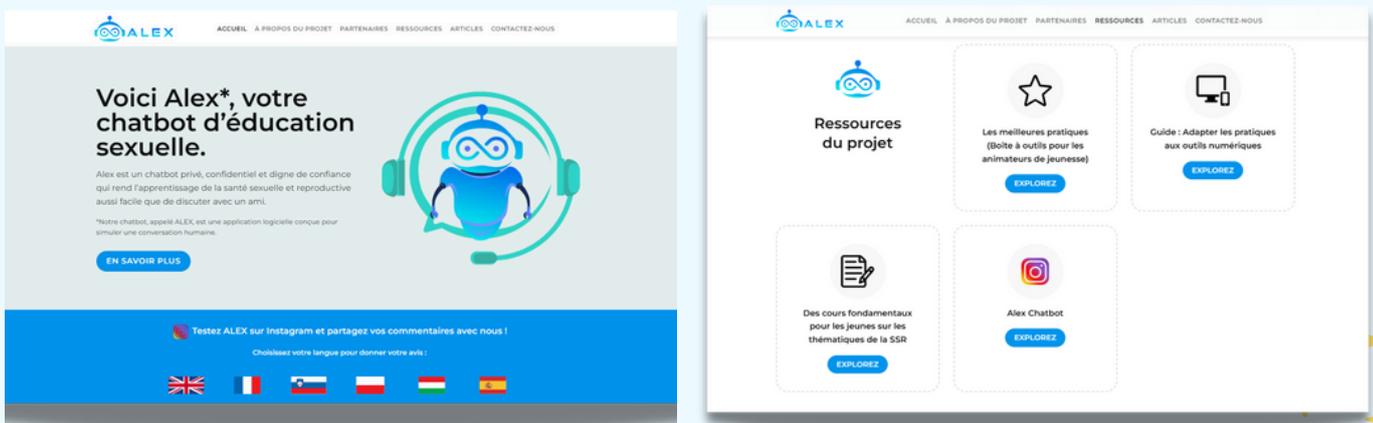


Image 3 : Où trouver le lien vers le profil Instagram d'Alexbot sur le site web. **Source : www.alexbot.eu**

Après avoir trouvé le compte, engagez la conversation en envoyant un message direct.

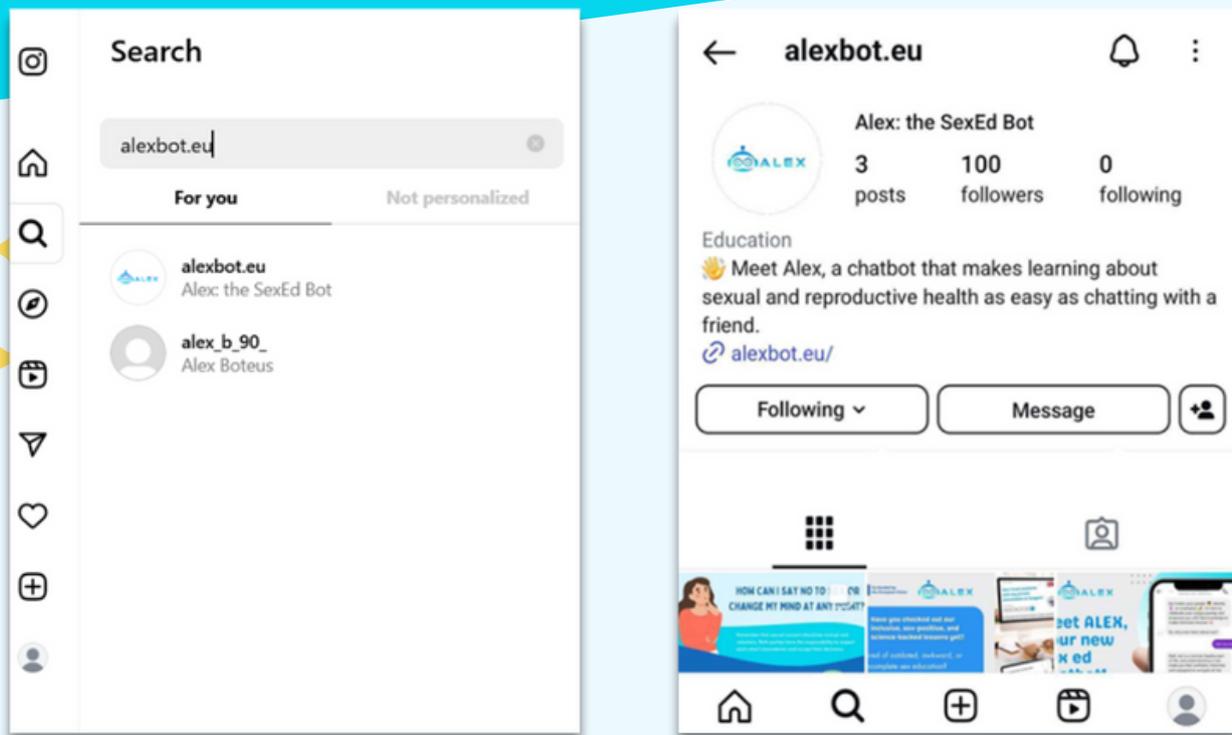


Image 4: Accéder au profil et à la messagerie d'Alexbot sur Instagram.

Source: <https://www.instagram.com/alexbot.eu/>

## • CONDITIONS D'ACCÈS

Assurez-vous que votre appareil mobile utilise une version compatible de l'application Instagram afin d'éviter tout problème technique. Il n'y a pas de restriction d'âge spécifique pour accéder à ALEX, mais les utilisateurs doivent respecter la politique d'âge d'Instagram pour la création d'un compte. Les utilisateurs d'Instagram doivent avoir au moins 13 ans pour créer un compte. Dans certaines juridictions, la limite d'âge peut être plus élevée en raison des lois locales concernant le consentement des mineurs.

## • DÉPANNAGE DES PROBLÈMES COURANTS

Si vous rencontrez des problèmes lors de la procédure de connexion ou d'inscription, vérifiez votre connexion internet et assurez-vous que vous utilisez la dernière version de l'application Instagram.

Pour les problèmes liés à l'accès à ALEX, assurez-vous que vous avez correctement saisi le handle Instagram du chatbot.

Si les problèmes persistent, le centre d'aide d'Instagram offre une multitude de ressources et d'assistance pour résoudre les problèmes liés au compte.

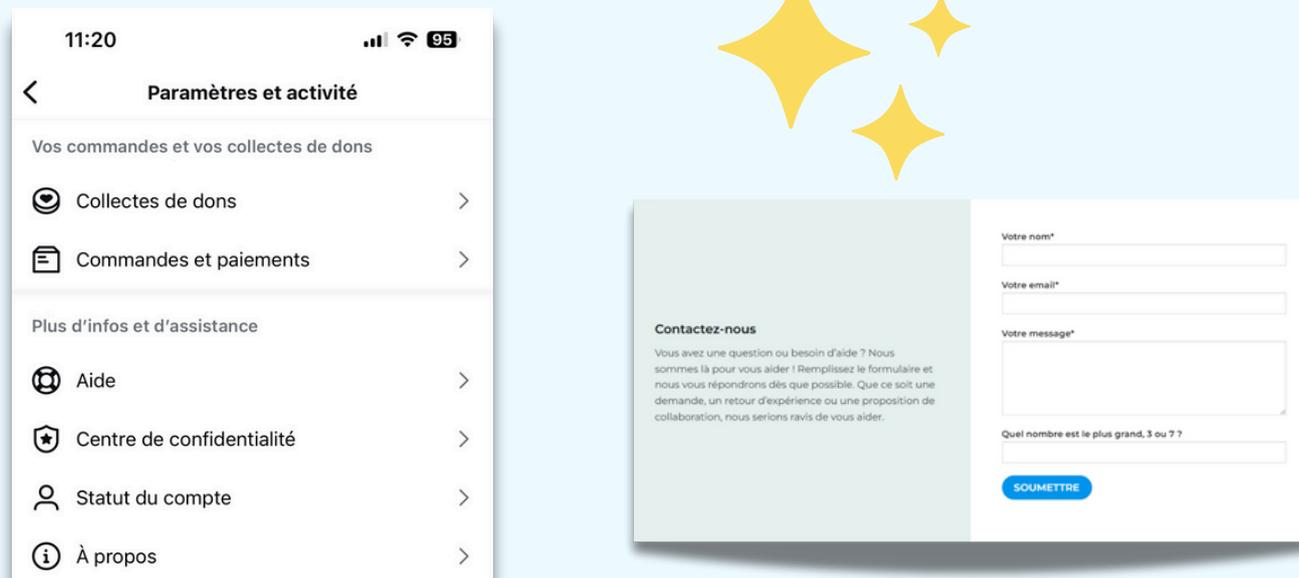


Image 5: Accédez au centre d'aide Instagram dans l'application (sur la partie gauche de l'image) ou contactez-nous via le formulaire de contact sur la page d'accueil de notre site web Alex (sur la partie droite de l'image).

Sources: <https://www.instagram.com/alexbot.eu/> et <https://alexbot.eu/>

## Navigation dans l'interface



### • PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES ET FONCTIONS

La principale caractéristique du chatbot ALEX est de fournir des informations sur la santé sexuelle et reproductive à son utilisateur par le biais d'une conversation simulée de type humain. Comme décrit ci-dessous, les informations sont organisées en catégories qui comprennent une liste de leçons soigneusement compilées, disponibles pour l'utilisateur instantanément et de manière confidentielle. Les sections suivantes décrivent le fonctionnement de l'application et la manière d'accéder aux informations demandées.

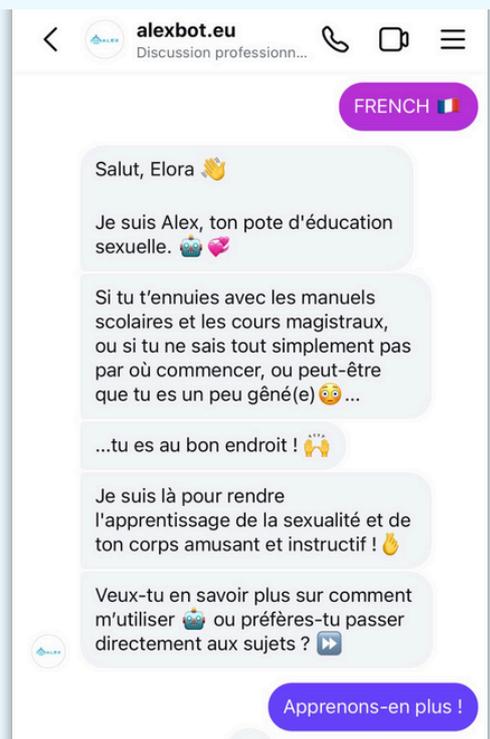


Image 6: Début de la conversation avec le chatbot Alex. **Source: application Instagram**

**Contenu informatif** – Le contenu informatif est constitué de documents écrits et de contenus visuels et multimédias couvrant un large éventail de sujets liés à la santé sexuelle et génésique. Ces documents seront accessibles à l'utilisateur sur sélection, en fonction des réponses qu'il aura données au début de la conversation avec le chatbot, comme décrit au point 2.2.2 - Engager la conversation. Le contenu du chatbot est organisé en différentes catégories basées sur les sujets que l'utilisateur peut sélectionner lorsqu'il entame une conversation, tels que : les relations amoureuses, les pensées et comportements sexuels, l'orientation sexuelle et le genre, etc. En sélectionnant la catégorie, l'utilisateur peut choisir parmi différentes leçons liées au sujet.

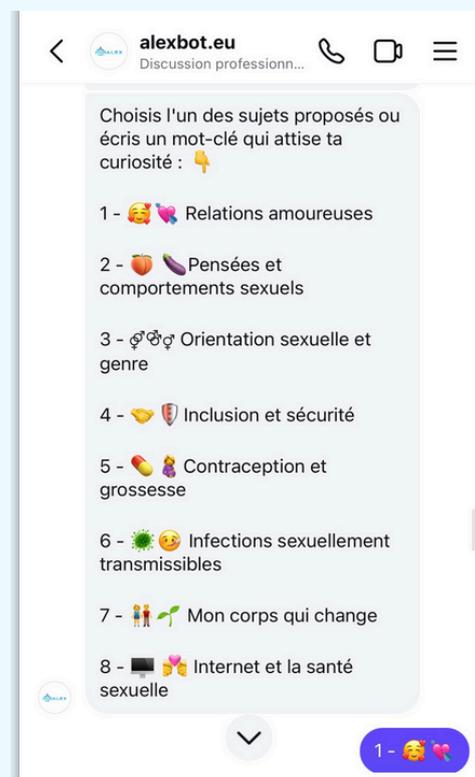


Image 7: Sélection de sujet pour discuter avec le chatbot Alex. **Source : application Instagram**

# RELATIONS AMOUREUSES

1. Comment savoir si je suis prêt.e à être en couple ?
2. Où puis-je faire des rencontres ?
3. Une relation comporte-t-elle des règles ?
4. Comment savoir si je suis amoureux/amoureuse ?
5. Ma relation est-elle saine ?
6. Comment puis-je améliorer la communication avec mon/ma partenaire ?
7. Quels sont les signes d'une relation abusive ?
8. Que dois-je faire en cas de tromperie dans ma relation ?
9. Les sextos, c'est quoi ?
10. Comment rompre avec quelqu'un ?
11. Comment se remettre d'une rupture ?

## PENSÉES ET COMPORTEMENTS SEXUELS

### Comprendre le sexe et ses implications

1. Pourquoi les gens ont-ils des rapports sexuels ?
2. Y a-t-il un âge "idéal" pour avoir des relations sexuelles ?
3. Le fait d'avoir des rapports sexuels va-t-il me changer ?
4. Quel est le lien entre les émotions et le sexe ?

### Aspects physiques du sexe

1. Les rapports sexuels sont-ils censés être douloureux ?
2. Les rapports sexuels ou la masturbation intenses peuvent-ils provoquer des lésions vaginales ?
3. Pourquoi est-ce que je n'arrive pas à avoir d'orgasme ?
4. Combien de temps doivent durer les rapports sexuels ?
5. Est-ce que je me masturbe de la bonne manière ?

### Communication et consentement

1. Qu'est-ce que le consentement ?
2. Comment faire pour que les rapports sexuels soient plus agréables pour moi ?
3. Comment puis-je donner du plaisir à mon/ma partenaire ?
4. Comment puis-je parler de sexualité à mes parents ?
5. Comment puis-je communiquer mes antécédents sexuels et mon état de santé à mon/ma partenaire ?

## ORIENTATION SEXUELLE ET GENRE

1. Quelle est la différence entre le genre et le sexe biologique ?
2. Quels sont les différents types d'orientation sexuelle ?
3. Qu'est-ce que c'est être non binaire ?
4. Les membres de la communauté LGBTQIA+ ont-ils des rapports sexuels différents de ceux des hétérosexuels ?
5. Comment faire mon coming-out auprès de ma famille et de mes amis ?
6. Les garçons peuvent-ils aimer les choses féminines et les filles les choses masculines ?
7. Qu'est-ce que c'est être féministe ?

## INCLUSION ET RESTER EN SÉCURITÉ

1. Qu'est-ce que l'homophobie ?
2. Qu'est-ce que la transphobie ?
3. Qu'est-ce que le pédopédage ?
4. Devrais-je me sentir obligé.e d'avoir des relations sexuelles ?
5. Comment reconnaître le harcèlement sexuel ?
6. Qu'est-ce que la violence sexuelle ?
7. Que puis-je faire si je me sens harcelé.e ou agressé.e sexuellement par quelqu'un ?
8. Puis-je confier à quelqu'un mes informations ou images privées ?

## CONTRACEPTION ET GROSSESSE

1. Pourquoi est-il important d'utiliser des moyens de contraception ?
2. Quelles sont les différentes formes de contraception et comment les utiliser ?
3. Qu'est-ce que je peux faire si le moyen de contraception n'est pas utilisé correctement ?
4. Quels sont les actes sexuels qui peuvent ou ne peuvent pas conduire à une grossesse ?
5. Y a-t-il des jours du mois où il est plus facile de tomber enceinte ?
6. Comment savoir si je suis enceinte ?
7. Qu'est-ce qu'une fausse couche ?
8. Qu'est-ce qu'un avortement et pourquoi les gens y ont-ils recours ?

## INFECTIONS SEXUELLEMENT TRANSMISSIBLES

1. Comment les gens attrapent-ils des IST ?
2. Quels sont les différents types d'IST ?
3. Comment savoir si tu as une IST ?
4. Les préservatifs protègent-ils contre toutes les IST ?
5. Pourquoi est-il important de régulièrement voir un médecin si je suis sexuellement actif/active ?
6. Devrais-je avoir honte d'avoir une IST ?
7. Existe-t-il des vaccins contre les IST ?
8. Que dois-je faire si moi ou mon/ma partenaire avons une IST ?

## MON CORPS QUI CHANGE

1. Pourquoi mes humeurs changent-elles si fréquemment et si soudainement ?
2. Suis-je trop poilu.e ?
3. Comment dois-je entretenir mes poils ?
4. Mes organes génitaux (hommes) ont-ils une apparence normale ?
5. Mes organes génitaux (femmes) ont-ils une apparence normale ?
6. Comment devrais-je nettoyer mes parties intimes ?
7. À quoi devraient ressembler les règles ?
8. Quelle odeur devraient avoir mes parties intimes ?
9. Est-ce un problème si mes seins sont de tailles différentes ?
10. Mon pénis est-il trop petit pour procurer du plaisir ?

## INTERNET ET LA SANTÉ SEXUELLE

1. Devrais-je regarder de la pornographie pour apprendre des choses sur le sexe ?
2. Pourquoi est-ce que je ne ressemble pas aux personnes populaires sur les réseaux sociaux ?
3. Comment les gens peuvent-ils me piéger en ligne ?
4. Suis-je en sécurité lorsque je navigue sur Internet ?
5. Comment savoir si une source d'information en ligne est fiable ?
6. Où puis-je trouver des informations crédibles sur la santé sexuelle en ligne ?

Image 8: Liste des sujets et des plans de leçon, y compris leur structure, récupérés auprès du chatbot Alex.

Source : application Instagram

Le matériel est collecté à partir de sources authentiques, intégrant des références externes et une bibliographie pour une meilleure compréhension de chaque sujet, dans un but de sensibilisation et pour soutenir la valeur éducative de l'outil.



**Fonction conversationnelle** – Le chatbot fournit des informations par le biais d'une conversation simulée et prédéfinie basée sur le sujet sélectionné par l'utilisateur, garantissant une expérience interactive où les réponses aux questions s'inscrivent dans le cadre d'un dialogue modélisé contrôlé par l'utilisateur qui en est à l'origine.



**Confidentialité** – Le chatbot, en tant qu'outil de santé sexuelle et reproductive, permet à ses utilisateurs d'obtenir des informations sur des questions sensibles en privé, bien qu'à partir de ressources fiables, tout en fournissant des informations sur les possibilités d'aide et de soutien professionnels en cas de besoin.



**Fonctionnement multilingue** – Le chatbot et son contenu sont disponibles en 6 langues pour servir une base d'utilisateurs plus large. Le contenu est formulé selon des normes linguistiques qui répondent aux besoins des utilisateurs et restent dans un registre de langage lié au public, utilisant ainsi un ton familier aux jeunes utilisateurs.

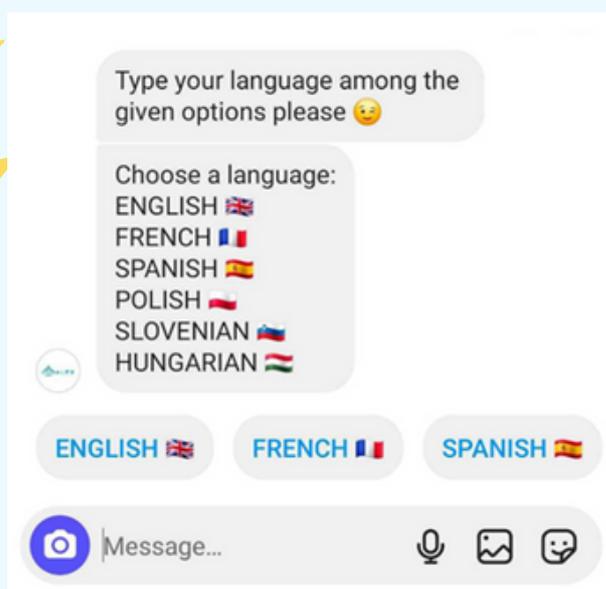


Image 9: Choisir le langage  
Source: application Instagram

1

L'utilisateur doit se connecter sur les plateformes de médias sociaux (comme Instagram, dans ce cas) pour trouver la page du chatbot. Le chatbot est accessible via la fonction de messagerie de la page.

## INITIER DES CONVERSATIONS



2

Après avoir cliqué sur le bouton "Message", le chatbot offre la possibilité d'entamer une conversation.

3

En l'acceptant, l'utilisateur sélectionnera la langue dans laquelle il souhaite dialoguer.



4

Le chatbot partagera des informations d'introduction dans la langue sélectionnée, en discutant tout d'abord de son objectif et de ses exigences techniques. Le chatbot propose des catégories que l'utilisateur peut sélectionner pour démarrer le processus d'apprentissage.

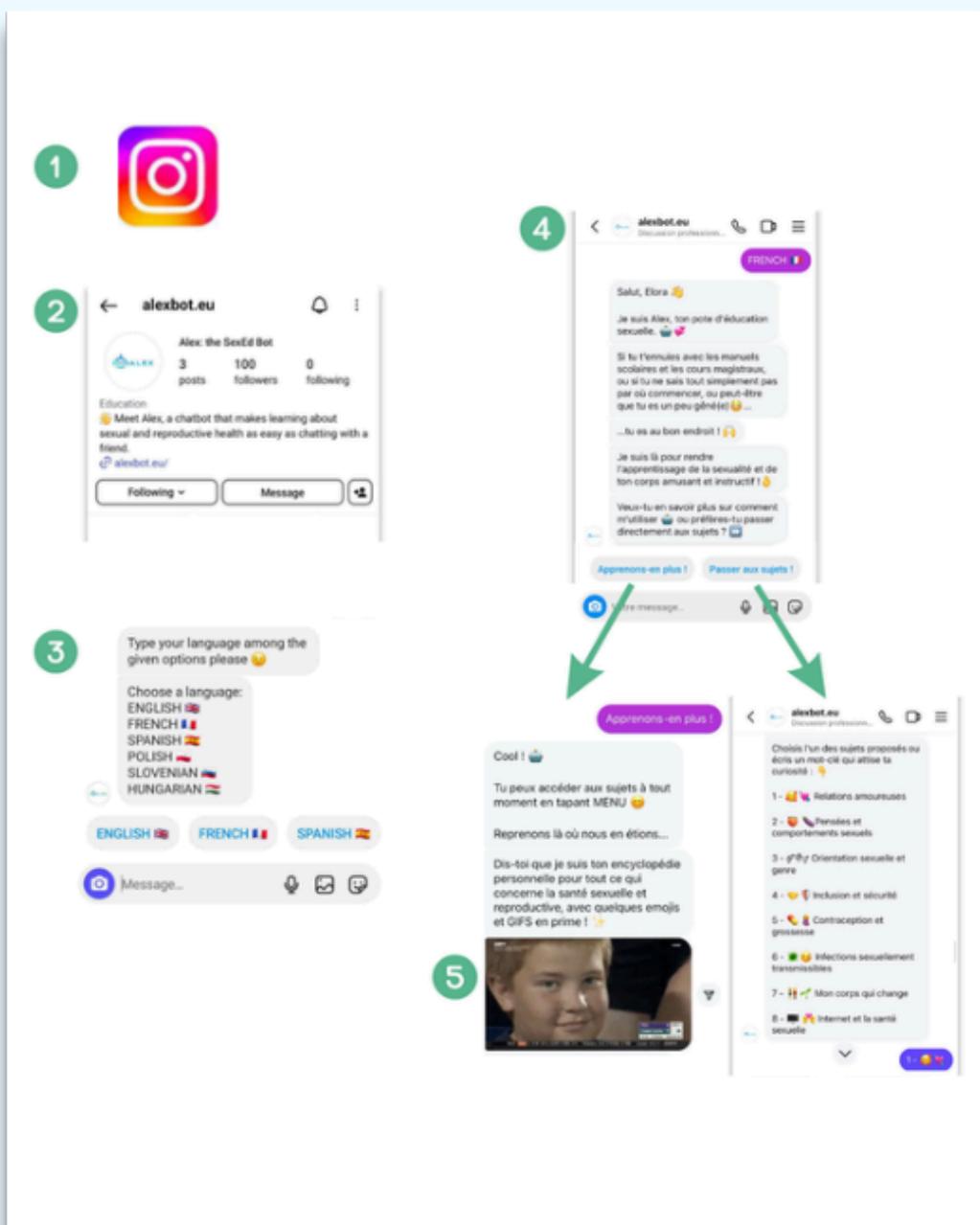


Image 10: Étapes par étapes, comment accéder et utiliser Alex le chatbot.

1. Téléchargez l'application Instagram.
2. Trouvez le profil Alex bot et envoyez un message.
3. Choisissez une langue.
4. Choisissez "Je veux en savoir plus" si vous souhaitez apprendre à discuter avec Alex.
5. Choisissez « Passer aux sujets » si vous savez déjà comment fonctionne le chatbot et que vous voulez commencer à apprendre.

**Source: application Instagram**

## • EXEMPLES DE REQUÊTES ET DE RÉPONSES

Dans l'écran de dialogue avec ALEX, un large éventail de questions prédéfinies est disponible, chacune abordant des sujets liés à la santé sexuelle et relationnelle de manière holistique et contenant des informations crédibles et vérifiées.

Types de requêtes :

- des quiz pour susciter l'engagement (avec des boutons)
- des quiz pour améliorer ou tester vos connaissances (avec des boutons)
- des boutons pour choisir la partie d'une leçon qui vous intéresse le plus
- des boutons pour choisir parmi différents sujets...

Ces questions, adressées à ALEX, visent à fournir des réponses claires et explicites, créant ainsi un environnement où les utilisateurs se sentent libres d'explorer des sujets intimes et personnels. Le ton du dialogue avec ALEX est conçu pour refléter une approche sérieuse et respectueuse, servant de guide fiable pour aborder des questions qui pourraient être gênantes ou difficiles à discuter avec d'autres figures de référence, telles que les parents ou les enseignants.

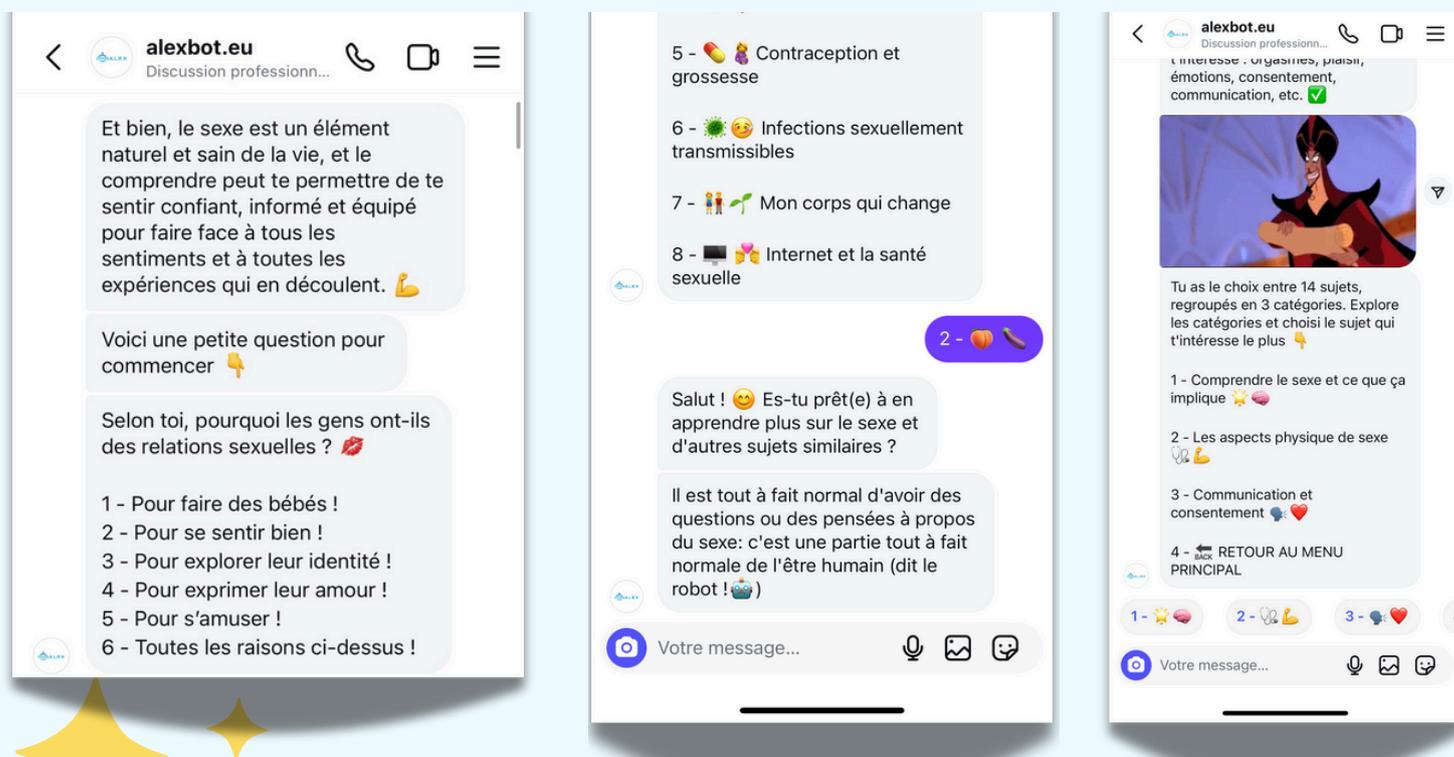


Image 11: Différents types de requêtes et de réponses.

1. À gauche : utiliser des boutons pour répondre à la question du quiz
2. Au milieu : utiliser des boutons pour choisir un sujet.
3. À droite : utiliser des boutons pour choisir des sous-sujets ou revenir au menu principal - liste des sujets. **Source : application Instagram**

L'objectif est de fournir un soutien informatif qui favorise le développement personnel et la compréhension de soi dans des contextes liés à la santé sexuelle et reproductive.

## • UTILISATION DES COMMANDES ET DES MOTS-CLÉS



L'interaction avec ALEX est structurée et guidée, ce qui signifie que les utilisateurs ne feront pas l'expérience d'une conversation libre et ouverte avec le robot, mais s'engageront plutôt dans un échange d'informations dirigé par des boutons et des menus prédéfinis. Cette approche vise à fournir aux utilisateurs une expérience plus claire et plus directe, leur permettant d'explorer des sujets liés à la santé sexuelle et reproductive d'une manière organisée et contrôlée.

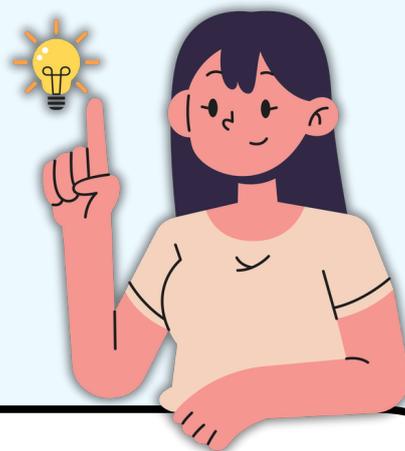
Image 12: Alex vous propose de naviguer parmi les sujets que vous souhaitez apprendre, même en plein milieu du plan de cours. Vous pouvez choisir de rester sur ce sujet ou de passer à un autre, qui y est lié. **Source :**  
**application Instagram**

Dans l'écran de dialogue, les utilisateurs trouveront des options prédéfinies sous forme de boutons ou de menus, chacun associé à une catégorie ou à une question spécifique concernant la sexualité. Les utilisateurs peuvent sélectionner les options qui correspondent le mieux à leurs curiosités ou à leurs besoins, et le chatbot répondra de manière ciblée et informative en fonction des choix effectués.



Image 13: Choisir des sujets et sous-sujets en utilisant des boutons. **Source : Application Instagram**

Cette approche guidée est conçue pour offrir un soutien structuré aux utilisateurs, en les aidant à explorer un large éventail de sujets sensibles en douceur, sans qu'il soit nécessaire d'engager une conversation ouverte, qui pourrait les laisser confus ou dépassés par les sujets à aborder. L'objectif est de créer un environnement interactif et informatif qui réponde efficacement aux questions des utilisateurs.



Voici quelques commandes et mots-clés que les utilisateurs peuvent saisir sans cliquer sur une invite prédéfinie:

- "Aide"
- "Menu"
- "Bye"
- "Stop Bot"
- "Redémarrer le robot"
- "Menu"
- "Bonjour"
- "Relations romantiques"
- "Pensées et comportements sexuels"
- "Orientation sexuelle et genre"
- "Inclusion et sécurité"
- "Contraception et grossesse"
- "Infections sexuellement transmissibles"
- "Mon corps changeant"
- "L'internet et la santé sexuelle"

## “Aide ”

Si vous rencontrez des difficultés ou avez besoin d'aide, utilisez le mot-clé "Aide" pour demander de l'aide. Le chatbot vous guidera à travers les options disponibles pour continuer ou arrêter votre interaction.

## “Menu”

Si vous souhaitez revenir au menu principal ou à un point précédent lors de votre interaction avec le chatbot, utilisez simplement le mot-clé "Menu". Cela vous permettra de naviguer plus facilement parmi les différentes options disponibles.

## “Bye”

Lorsque vous avez fini d'utiliser le chatbot et que vous souhaitez mettre fin à la conversation, il vous suffit de taper "Bye". Le chatbot clôturera la session de manière appropriée et vous fera ses adieux.

## “Stop”

Si vous souhaitez arrêter immédiatement l'interaction avec le chatbot, vous pouvez utiliser le mot-clé "Stop". Cette commande mettra instantanément fin à la session active.

## “Redémarrer”

Si vous souhaitez revenir au début du chat, dans la sélection de la langue, vous devez écrire "Réinitialiser" ou "Redémarrer".

## “Bonjour”

Si vous souhaitez obtenir des informations sur l'objectif et les fonctionnalités du chatbot, vous pouvez demander une présentation en utilisant le mot-clé "Bonjour".

## “Les relations amoureuses”

Si vous êtes curieux des sujets liés aux rencontres, aux émotions et à l'établissement de relations saines, utilisez le mot-clé "Relations amoureuses" pour obtenir des conseils et des informations.

## “Sex”

Pour toute question concernant les désirs et comportements sexuels et les aspects émotionnels de la sexualité, utilisez le mot-clé "Pensées et comportements sexuels" pour accéder aux ressources et conseils pertinents.

## “Orientation/genre”

Si vous avez des questions sur l'orientation sexuelle, l'identité de genre ou des sujets connexes, utilisez le mot-clé "Orientation sexuelle et genre" pour trouver des informations favorables et inclusives.

## “Inclusion et sécurité”

Pour en savoir plus sur l'inclusion, le consentement, les limites et les stratégies pour rester en sécurité dans les relations et les rencontres sexuelles, utilisez le mot-clé "Inclusion et rester en sécurité".

## “Contraception”

Pour obtenir des informations sur les méthodes de contrôle des naissances, la prévention de la grossesse et la santé génésique, utilisez le mot-clé "Contraception et grossesse" pour accéder aux ressources et aux conseils.

## “IST”

Si vous souhaitez en savoir plus sur les infections sexuellement transmissibles (IST), leur prévention, leur dépistage et leur traitement, utilisez le mot-clé "Infections sexuellement transmissibles" pour trouver des informations pertinentes.

## “Mon corps change”

Pour explorer les sujets liés à la puberté, aux changements physiques, à l'image corporelle et à l'estime de soi, utilisez le mot-clé "Mon corps qui change" pour trouver des ressources adaptées à la compréhension et à l'acceptation de ces changements.

## “Internet & sex”

Pour obtenir des conseils sur la manière de naviguer en toute sécurité sur l'internet en ce qui concerne les informations sur la santé sexuelle, les relations en ligne et les risques potentiels, utilisez le mot-clé "Internet et santé sexuelle".

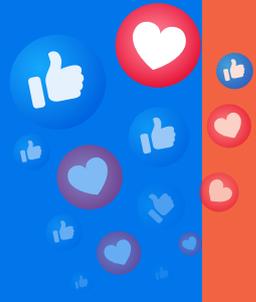
Vous pouvez également utiliser d'autres mots-clés que vous pensez liés aux sujets dont vous pouvez discuter avec ALEX en les saisissant dans la boîte de dialogue. Si ALEX ne reconnaît pas le mot ou ne comprend pas exactement ce que vous voulez, il vous le dira et vous guidera. Ne vous inquiétez pas, même si ALEX ne reconnaît pas le mot que vous avez écrit, vous pouvez continuer votre conversation avec lui.



Image 14: Utilisation de la saisie par mots-clés. Si Alex vous propose des boutons et que vous voulez taper quelque chose, tapez le mot deux fois si vous voulez qu'Alex vous comprenne. Si Alex vous propose l'option « Tapez-le librement », vous pouvez la choisir et taper le mot-clé. Si Alex ne vous comprend pas, il vous le fera savoir par un message, afin que vous puissiez réessayer en utilisant d'autres commandes.

**Source : application Instagram**

Si vous écrivez quelque chose à ALEX et qu'il ne répond pas, essayez de saisir le même mot à nouveau. Si ALEX propose des boutons, il peut arriver qu'il ne détecte pas le mot lorsque vous le saisissez ; il est donc recommandé d'essayer de le taper deux fois. S'il n'y a toujours pas de réponse, essayez de saisir des mots-clés connus, tels que le mot-clé pour l'aide ("help") ou pour redémarrer ("restart").



De nos jours, le contenu multimédia fournit un contexte important pour compléter différents types d'informations. Dans le cas du chatbot ALEX, le multimédia a été étroitement intégré à la plateforme et représente un complément important au contenu écrit.



La bibliothèque multimédia du chatbot comprend des infographies, des dessins, des GIF et des émoticônes. Leur principal objectif est de mieux impliquer les publics appartenant à la génération "Z", c'est-à-dire élevés dans une culture numérique et "basée sur l'image". En outre, ils peuvent rendre l'apprentissage plus passionnant et plus accessible à tous, y compris aux personnes souffrant de troubles spécifiques de l'apprentissage (TSA). Une deuxième raison importante d'utiliser des éléments multimédias est d'enrichir la conversation et de fournir aux utilisateurs un moyen de visualiser le contenu écrit.

## MULTIMÉDIA D'ALEX



Le multimédia peut être un complément à la réponse de l'utilisateur, soutenant le texte verbal. Le contenu multimédia évoque des émotions et rend la conversation plus attrayante et absorbante. Ces ressources renforcent également la crédibilité du chatbot et constituent une étape importante pour ajouter de la personnalité, de l'originalité et de l'attrait visuel. Outre les quiz également présents dans les interactions du chatbot, des supports multimédias sont utilisés pour accroître l'interactivité du contenu et aider les utilisateurs à retenir et à organiser leurs connaissances. Le rôle des infographies, qui présentent des données, des faits ou des statistiques d'une manière plus attrayante et plus compréhensible pour un jeune utilisateur, est également important.

Le contenu multimédia peut être intégré dans la plateforme du chatbot (comme les gifs) ou accessible via un lien, où le contenu est stocké ailleurs sur l'internet.



## L'UTILISATION DE GIF ET D'IMAGES POUR UNE INTERACTION PLUS EFFICACE

L'intégration de GIF et d'images dans les interactions avec les chatbots peut améliorer l'engagement et la compréhension des utilisateurs. Les éléments visuels ne rendent pas seulement les conversations plus dynamiques, mais aident aussi à transmettre le ton, l'émotion et des informations complexes d'une manière plus accessible. Voici quelques autres avantages supplémentaires :

- enrichir le contenu et assurer la clarté du ton
- répondre d'une manière légère et racontable pour rendre certains sujets intimidants ou déroutants plus compréhensibles et moins "effrayants".
- montrer et transmettre des émotions adaptées au contexte de la conversation et au public cible
- illustrer l'information, ce qui permet au public de se souvenir plus facilement du contenu
- Les images sont une sorte d'incitation, qui stimule le public à interagir avec l'œuvre.
- chatbot et les motiver à trouver des réponses à leurs questions.

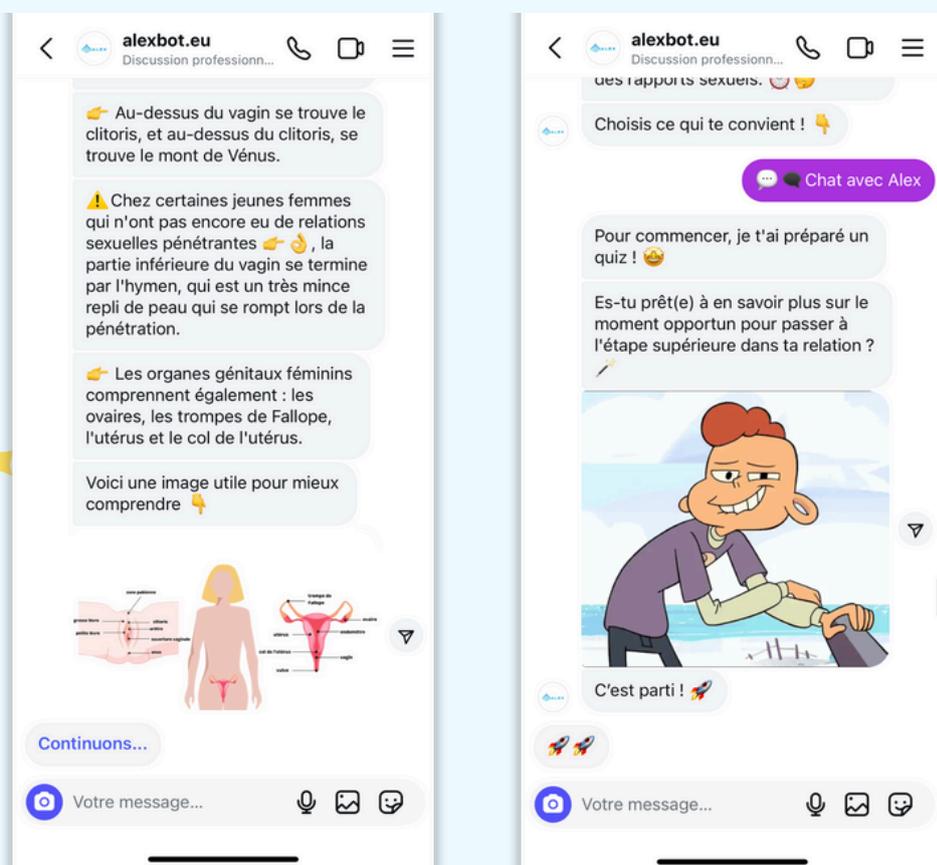


Image 15: Utiliser des GIF et des images pour une interaction plus claire et plus amicale avec le chatbot.  
**Source : application Instagram**

# LE RÔLE DES INFOGRAPHIES DANS L'INTERACTION AVEC LES CHATBOTS

Les infographies sont l'une des meilleures formes de présentation de connaissances basées sur des données clés. Elles semblent particulièrement efficaces auprès d'un groupe cible plus jeune. Leurs principaux avantages sont les suivants:

- les chiffres, les faits et les statistiques sont présentés d'une manière visuellement attrayante à l'aide de graphiques et d'illustrations, ce qui favorise la visualisation dans l'apprentissage,
- ils résument un contenu important au moyen d'un texte court et clair,
- bien structuré, montrant le lien entre les différents contenus (par exemple, en utilisant des flèches ou en faisant référence à des points antérieurs),
- peut compléter ou même clarifier le contenu qui apparaît directement dans l'interaction avec le chatbot.

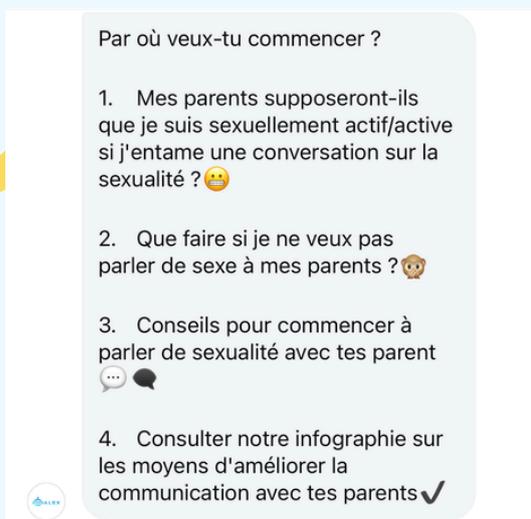
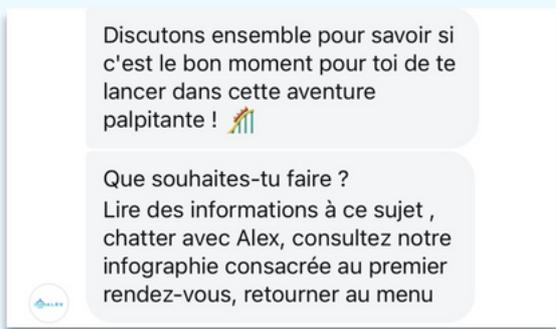


Image 16: les infographies sont intégrées dans la conversation elle-même avec Alex.

Source : application Instagram

## LA CRÉATION ET LA MISE EN ŒUVRE DE QUIZ

Les quiz sont un format multimédia courant auquel les jeunes sont confrontés, tant dans le cadre de l'éducation formelle qu'informelle. Ils peuvent également les rencontrer dans leurs loisirs, par exemple dans les magazines qu'ils lisent, les brochures et sous la forme de jeux de société. Dans le cas d'ALEX, les quiz ont été utilisés pour :

- vérifier les connaissances des utilisateurs,
- engager activement les utilisateurs dans l'interaction avec le chatbot,
- aider à clarifier les informations sur les questions de santé sexuelle et reproductive,
- activer les processus d'apprentissage en "jouant" et en s'amusant,
- rassurer les utilisateurs sur les éventuelles lacunes de leurs connaissances et dissiper les idées fausses.

Pour ces multiples raisons, le contenu multimédia trouve un écho favorable auprès des publics cibles des chatbots et fait partie intégrante de l'expérience ALEX, non seulement pour intéresser les personnes intéressées par les questions de santé sexuelle et reproductive, mais aussi pour les aider à se confronter à la culture numérique et médiatique et à la renforcer.



Image 17: Interaction par quiz pour un meilleur engagement des utilisateurs.

**Source: application Instagram**

# DÉPANNAGE ET ASSISTANCE



Ce chapitre est consacré aux questions les plus fréquemment posées par les utilisateurs et aux réponses à ces questions. Nous nous concentrerons ici sur la résolution des problèmes techniques qui peuvent survenir et sur l'assistance aux utilisateurs dans l'utilisation d'ALEX.

## FAQ



**Est-il prudent d'interroger un chatbot sur la santé sexuelle et reproductive ?**

Oui, ALEX est conçu pour fournir des informations sûres et fiables sur la santé sexuelle et reproductive. Le chatbot s'appuie sur des sources vérifiées et est examiné par des experts pour garantir l'exactitude de son contenu.

**Comment ALEX peut-il me comprendre ?**

Pour interagir avec ALEX, vous devez suivre son format structuré. Vous pouvez soit sélectionner des boutons prédéfinis, soit taper des mots-clés en rapport avec les sujets disponibles. Contrairement aux chatbots d'IA tels que ChatGPT, ALEX ne comprendra pas les questions en texte libre au-delà de sa base de données.

**Pourquoi ne puis-je pas parler librement avec ALEX ?  
Pourquoi ne comprend-il pas tout ce que je lui demande ?**

ALEX est un chatbot basé sur des règles, ce qui signifie qu'il fonctionne à partir d'une base de connaissances prédéfinie. Cela garantit que toutes les réponses sont exactes et vérifiées par des experts. S'il s'appuyait sur des recherches ouvertes sur internet, il pourrait fournir des informations incorrectes ou trompeuses.

**Quels sont les sujets sur lesquels je peux discuter avec ALEX ?**

Vous pouvez discuter avec ALEX sur une variété de sujets, y compris :

- Les relations amoureuses,
- Pensées et comportements sexuels,
- Orientation sexuelle et identité de genre,
- Inclusion et sécurité,
- Contraception et grossesse,
- Infections sexuellement transmissibles,
- La puberté et les changements corporels,
- La sécurité sur Internet en relation avec la santé sexuelle.

Consultez la liste en page 9.

**Puis-je me fier aux informations que me donne ALEX ?**

ALEX fournit des informations crédibles et actualisées sur la santé sexuelle et reproductive à partir de documents examinés par des experts, y compris des données provenant d'organisations sanitaires réputées telles que l'OMS.

**Que se passe-t-il si je souhaite lire un texte sur les informations fournies par ALEX ?**

ALEX fournit un lien vers toutes ses ressources en format PDF sous forme de textes indépendants pour les utilisateurs qui préfèrent lire sur leur temps libre au lieu de chatter. En outre, tous les textes sont disponibles séparément sur le site web d'ALEX, alexbot.eu, sous la rubrique "Matériel", sous la forme de plus de 70 leçons sur la santé sexuelle et reproductive.

**ALEX préservera-t-il la confidentialité de mes informations ?**

Oui, ALEX accorde la priorité à la protection de la vie privée des utilisateurs. Conformément aux critères de sa plateforme d'hébergement Chatfuel, le chatbot ne stocke pas d'informations personnelles au-delà de ce qui est nécessaire à sa fonctionnalité. Le chatbot suit les réglementations GDPR et veille à ce que toutes les interactions restent confidentielles.

Quelle est la précision d'ALEX par rapport à celle d'un vrai médecin ?

Est-ce que je peux demander à Alex des choses que je n'ose pas demander à quelqu'un en personne ?

Bien qu'ALEX fournisse des informations bien documentées et examinées par des experts, ces informations ne remplacent pas l'avis d'un professionnel de la santé. En cas de problèmes de santé spécifiques, il est toujours préférable de consulter un professionnel de la santé.

Absolument ! ALEX est conçu pour être un espace privé, sans jugement, où les utilisateurs peuvent explorer des sujets sensibles en toute tranquillité.

ALEX peut-il répondre à mes questions à tout moment, ou y a-t-il des horaires spécifiques ?

ALEX est disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, ce qui permet aux utilisateurs d'accéder à l'information quand ils en ont besoin.

Puis-je faire des suggestions pour améliorer ALEX ?

Oui ! Nous encourageons les utilisateurs à nous faire part de leurs commentaires afin d'améliorer les fonctionnalités et le contenu du chatbot. Vous pouvez nous faire part de vos suggestions en visitant le site web de notre projet : alexbot.eu

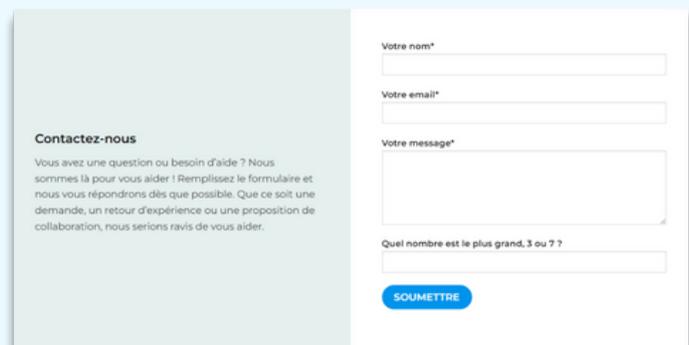
The image shows a contact form on a website. On the left, there is a section titled "Contactez-nous" with a sub-header "Vous avez une question ou besoin d'aide ? Nous sommes là pour vous aider ! Remplissez le formulaire et nous vous répondrons dès que possible. Que ce soit une demande, un retour d'expérience ou une proposition de collaboration, nous serions ravis de vous aider." On the right, there are three input fields: "Votre nom\*", "Votre email\*", and "Votre message\*". Below these is a smaller input field with the label "Quel nombre est le plus grand, 3 ou 7 ?". At the bottom right of the form is a blue button labeled "SOUMETTRE". There are also some yellow starburst graphics to the right of the form.

Image 18:  
Formulaire de contact sur le site web du projet Alex.  
Source: <https://alexbot.eu/>

## Utilisez des mots-clés clairs et précis



Au lieu de taper de longues phrases, utilisez des mots-clés ou sélectionnez des options dans le menu du chatbot pour obtenir les réponses les plus pertinentes. Utilisez les boutons du chatbot lorsqu'ils vous sont proposés.

## Conseils pour une utilisation optimale



Pour tirer le meilleur parti de votre expérience avec ALEX, suivez ces conseils pour naviguer efficacement dans le chatbot et accéder à des informations précises et utiles :

## Suivez le format structuré du chatbot



ALEX est un chatbot basé sur des règles, ce qui signifie qu'il ne comprend que des requêtes prédéfinies. Évitez les questions en texte libre, car le chatbot ne les reconnaîtra pas.

## Consultez les ressources multimédias



ALEX comprend des GIF, des infographies et des quiz pour rendre l'apprentissage plus attrayant et plus accessible.

## Garder les interactions privées



ALEX favorise la confidentialité, mais les utilisateurs doivent éviter de partager des informations personnelles sensibles avec le chatbot.

## Vérifier les informations auprès de sources fiables



Bien qu'ALEX propose des contenus évalués par des experts, il est toujours bon de vérifier les informations relatives à la santé auprès de sources officielles telles que l'OMS ou votre propre médecin avant de prendre des décisions concernant votre bien-être.

## **ALEX ne peut pas remplacer un avis médical professionnel ou un entretien avec un adulte de confiance!**

Rappelez-vous que vous ne parlez pas à un être humain, mais à une intelligence artificielle. Bien qu'elle fournisse des informations examinées par des experts, elle ne peut pas fournir de conseils personnalisés adaptés à vos besoins spécifiques, comme ceux que vous obtiendriez lors d'une conversation avec un professionnel de la santé ou une personne de confiance.



## Interagir avec les quiz et les leçons



Utilisez les éléments interactifs du chatbot pour renforcer votre compréhension des sujets liés à la santé sexuelle et reproductive.

Les conseils suivants vous aideront à naviguer facilement dans ALEX et à tirer le meilleur parti de ses ressources éducatives !

# CRÉDIBILITÉ ET RESPECT DE LA VIE PRIVÉE



Identifier les sources crédibles et vérifier les informations



Dans le paysage numérique actuel, où l'information est abondante et facilement accessible, la difficulté consiste souvent à distinguer les sources crédibles, en particulier sur des sujets aussi cruciaux que la santé sexuelle et génésique. La désinformation dans ce domaine peut avoir des conséquences néfastes, en particulier pour les utilisateurs les plus jeunes et les plus influençables, d'où la nécessité de rechercher et d'identifier les informations dignes de confiance. Selon les lignes directrices de la Commission européenne sur l'intelligence artificielle dans l'éducation<sup>1</sup>, est essentiel de garantir l'exactitude et la fiabilité des informations contenues dans les outils éducatifs pour favoriser la prise de décisions éclairées et promouvoir la maîtrise de la santé.

## • CRITÈRES D'ÉVALUATION DE LA CRÉDIBILITÉ

Lors de la recherche d'informations, en particulier dans le domaine de la santé, certains critères doivent être pris en compte pour s'assurer de la crédibilité de la source :



### EXPERTISE

Les sources fiables s'appuient généralement sur une expertise reconnue, qui se manifeste par des qualifications professionnelles ou des affiliations à des institutions réputées. Par exemple, les contenus créés par des professionnels de la santé ou publiés par des organismes de santé reconnus jouissent généralement d'une plus grande crédibilité.

[1] Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture (European Commission), Ethical Guidelines on the Use of Artificial Intelligence (AI) and Data in Teaching and Learning for Educators.

## OBJECTIVITÉ

Comme le souligne le document d'orientation de l'UNESCO sur l'IA dans l'éducation<sup>2</sup> les informations doivent être présentées de manière objective, sans parti pris influencé par des intérêts commerciaux ou des points de vue idéologiques. Les sources objectives fournissent des informations factuelles étayées par des preuves, en faisant clairement la distinction entre l'opinion d'un expert et les faits fondés sur des preuves.

## ÊTRE À JOUR

Les conseils en matière de santé évoluent constamment en fonction des progrès de la recherche médicale. Les sources crédibles mettent régulièrement à jour leur contenu pour refléter les nouvelles normes sanitaires et les découvertes scientifiques, fournissant ainsi les informations les plus récentes disponibles.

## EXACTITUDE

Les informations exactes doivent être corroborées par des preuves scientifiques et doivent faire référence à des sources primaires ou à des données vérifiées, conformément aux principes de la méthode scientifique.

## • VÉRIFICATION DES INFORMATIONS POUR ALEX

Pour garantir la crédibilité des informations d'ALEX, plusieurs mesures ont été prises lors de la sélection et de la rédaction du contenu :

-  **Conformément aux recommandations de la Commission européenne<sup>3</sup>, ALEX utilise des informations provenant de sources qui s'engagent à respecter des normes éthiques et à faire preuve de transparence, telles que les revues universitaires et les sites web gouvernementaux sur la santé.**
-  **Références croisées : Les informations sont vérifiées par rapport à plusieurs sources fiables afin de s'assurer de leur exactitude et de leur pertinence. Cette méthode permet d'identifier et de corriger toute anomalie dans notre contenu.**
-  **Révisions régulières : La base de données de contenu d'ALEX fait l'objet d'une révision et d'une mise à jour approfondies et continues afin de s'aligner sur les recherches les plus récentes et les meilleures pratiques dans le domaine.**

[2] UNESCO, Guidance for Generative AI in Education and Research.

[3] Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture (European Commission), Ethical Guidelines on the Use of Artificial Intelligence (AI) and Data in Teaching and Learning for Educators.

ALEX s'appuie sur une liste de sites web de santé réputés et utilise des directives d'éducation aux médias pour garantir l'exactitude des informations fournies, afin de fournir un contenu crédible mais aussi de renforcer les compétences des utilisateurs en matière d'éducation aux médias pour identifier les informations erronées. L'Organisation mondiale de la santé (OMS), les Centres de contrôle et de prévention des maladies (CDC), les articles de revues universitaires et les principaux sites web consacrés à la psychologie et à la santé mentale figurent parmi les sites web les plus réputés en matière de santé que nous avons utilisés comme sources d'information. Ces sources ont permis de fournir des informations actualisées et mondialement reconnues sur la santé, qui constituent l'épine dorsale du contenu utilisé dans ALEX.

## Politiques de confidentialité des chatbots



Le chatbot ALEX utilise la plateforme Chatfuel pour respecter les normes de confidentialité et de protection des données afin de garantir la confidentialité et la sécurité des informations des utilisateurs. Lorsque l'on parle de santé sexuelle et reproductive, le respect de la vie privée n'est pas seulement une préférence, mais une nécessité. Garantir le respect de la vie privée favorise un environnement sûr permettant aux utilisateurs de rechercher et de recevoir des informations sans craindre d'être jugés ou exposés. Comme le soulignent les lignes directrices de la Commission européenne sur l'utilisation de l'IA<sup>4</sup>, le respect de la vie privée et la protection des données sont essentiels pour maintenir la confiance et la sécurité des utilisateurs dans les contextes éducatifs.

### • POLITIQUES DE TRAITEMENT DES DONNÉES SUR CHATFUEL

Chatfuel, la plateforme qui héberge ALEX, met en œuvre plusieurs politiques clés concernant le traitement des données qui s'alignent sur les normes internationales, y compris le règlement général sur la protection des données (RGPD), en mettant l'accent sur la transparence, la sécurité et la responsabilité :

.....  
[4] Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture (European Commission).

- **Collecte de données** : ALEX ne recueille que les données essentielles nécessaires pour optimiser l'interaction avec l'utilisateur et améliorer la fonctionnalité du chatbot. Il s'agit notamment des données saisies par les utilisateurs au cours de leurs interactions avec le chatbot, telles que les questions sur des sujets de santé et les commentaires sur les informations fournies.
- **Utilisation**: Les données collectées sont principalement utilisées pour traiter les demandes des utilisateurs et améliorer la précision du chatbot dans la fourniture d'informations pertinentes et personnalisées sur la santé. L'utilisation des données est strictement limitée au champ opérationnel du chatbot, sans aucune utilisation commerciale externe.



- **Accès aux données** : L'accès aux données à caractère personnel est limité au personnel du projet chargé de la maintenance et de l'amélioration du chatbot, en veillant à ce que tous les accès soient conformes à la réglementation en matière de protection de la vie privée et nécessaires à la fonctionnalité du système.
- **Durée de conservation**: Les données à caractère personnel ne sont stockées que pour la durée nécessaire à la réalisation des objectifs prévus, après quoi elles sont supprimées en toute sécurité. Cette durée est limitée à au minimum requis pour maintenir l'efficacité et la réactivité du chatbot.

## • DROITS DE L'UTILISATEUR DANS LE CADRE DE LA POLITIQUE DE CONFIDENTIALITÉ DE CHATFUEL

Le cadre de Chatfuel confère aux utilisateurs des droits spécifiques concernant leurs données personnelles<sup>5</sup>, ce qui renforce l'engagement en faveur de la protection de la vie privée des utilisateurs :

- ✓ **Droit d'accès** : Les utilisateurs ont le droit d'accéder à leurs données à caractère personnel traitées par le chatbot afin d'examiner et de vérifier la légalité du traitement.
- ✓ **Droit de rectification** : Les utilisateurs peuvent demander la rectification de leurs données personnelles s'ils estiment qu'elles sont inexactes ou incomplètes.
- ✓ **Droit à l'effacement** : Les utilisateurs ont le droit de demander la suppression de leurs données à caractère personnel lorsque celles-ci ne sont plus nécessaires aux fins pour lesquelles elles ont été collectées, ou lorsqu'ils retirent le consentement sur lequel le traitement est fondé.
- ✓ **Droit à l'information** : Les utilisateurs reçoivent des informations transparentes sur la manière dont leurs données sont collectées, utilisées et protégées. Ces informations sont facilement accessibles sur la plateforme du chatbot et détaillées dans la documentation sur la politique de confidentialité de Chatfuel.

[5] Chatfuel, "CHATFUEL Terms of Use."



Lorsque les utilisateurs partagent des informations de santé personnelles en ligne, ils s'exposent à plusieurs risques :

- **Accès non autorisé et violations de données** : L'accès non autorisé peut résulter d'un piratage ou de mesures de sécurité insuffisantes, ce qui peut exposer des informations sensibles ou en faire un usage abusif.
- **Stigmatisation sociale et cyberintimidation** : En raison de la nature privée de la santé sexuelle et reproductive, l'exposition d'informations personnelles peut exposer les utilisateurs à la stigmatisation sociale ou à la cyberintimidation, ce qui les expose à la détresse psychologique et à l'isolement social.

- **Des mots de passe forts** : Créez des mots de passe forts et uniques pour vos comptes afin d'empêcher tout accès non autorisé. L'utilisation de gestionnaires de mots de passe (comme le service Google Chrome) peut aider à gérer et à générer des mots de passe complexes.
- **Authentification à deux facteurs (2FA)** : Lorsqu'elle est disponible, l'activation de l'authentification à deux facteurs ajoute un niveau de sécurité supplémentaire, car elle exige non seulement un mot de passe, mais aussi un deuxième facteur, tel qu'un code envoyé à un appareil mobile, pour accéder aux comptes.
- **Reconnaître et éviter les escroqueries** : Les utilisateurs doivent être vigilants face à l'hameçonnage et aux autres escroqueries qui ciblent les informations personnelles sur les médias sociaux et dans les courriels.
- **Mises à jour régulières des logiciels** : Il est essentiel de tenir à jour les logiciels, comme les médias sociaux que vous utilisez, car les mises à jour comprennent souvent des correctifs pour les failles de sécurité qui pourraient être exploitées par des pirates informatiques.



Par conséquent, pour limiter les risques associés aux interactions en ligne, voici quelques bonnes pratiques auxquelles les utilisateurs devraient se conformer :

## • CARACTÉRISTIQUES DE SÉCURITÉ D'ALEX

ALEX intègre plusieurs fonctions de sécurité spécifiques pour assurer la protection des données de l'utilisateur :



### CRYPTAGE DES DONNÉES



Toutes les données transmises entre les utilisateurs et le chatbot sont cryptées afin d'empêcher leur interception par des parties non autorisées. Le cryptage transforme les données lisibles en un format sécurisé qui ne peut être lu ou traité qu'après décryptage, ce qui garantit la confidentialité et l'intégrité des données.

### CONFORMITÉ AVEC LES LOIS SUR LA PROTECTION DE LA VIE PRIVÉE

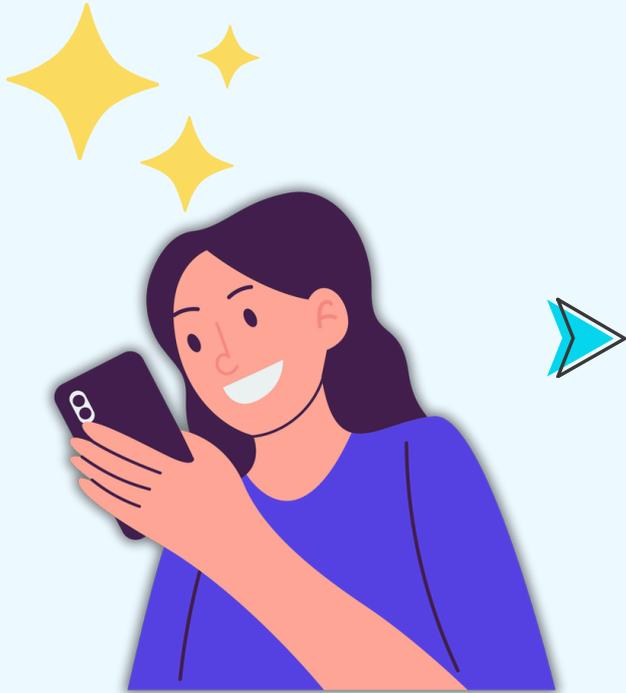


ALEX est conçu pour se conformer au GDPR et à d'autres lois sur la protection de la vie privée, qui imposent des protocoles de sécurité des données stricts et accordent aux utilisateurs des droits sur leurs informations personnelles. Cette conformité protège non seulement le chatbot des répercussions juridiques, mais assure également les utilisateurs de son engagement envers leur vie privée.

En cas de violation de la vie privée impliquant des informations sensibles, l'équipe d'ALEX peut fournir aux utilisateurs un accès direct à des services d'assistance. Ces services offrent des conseils sur la manière de gérer et d'atténuer les conséquences de l'exposition des données. Pour plus d'informations, contactez-nous sur le site web du projet : [alexbot.eu](http://alexbot.eu).



# CONCLUSION



Le chatbot ALEX a été conçu comme un outil innovant et essentiel pour fournir des informations accessibles, holistiques et fiables sur la santé sexuelle et reproductive (SSR). Ce manuel sert de guide pour aider les utilisateurs à naviguer efficacement dans ALEX et à maximiser son potentiel en tant que ressource éducative. Le chatbot a été créé avec l'objectif principal de donner aux jeunes des connaissances précises, leur permettant de prendre des décisions éclairées sur leur santé et leur bien-être dans un environnement numérique sûr, sans jugement et interactif.

## • DONNER À NOS UTILISATEURS LES MOYENS D'AGIR GRÂCE À LA CONNAISSANCE

Dans un monde où la désinformation est monnaie courante, ALEX se distingue comme un compagnon numérique de confiance qui aide les utilisateurs à recevoir des informations crédibles et scientifiquement fondées sur la santé sexuelle et reproductive. La conception du chatbot donne la priorité à la confidentialité, à l'accessibilité et à l'engagement, ce qui en fait une ressource unique et précieuse pour les jeunes qui peuvent avoir du mal à se connecter aux sources traditionnelles d'éducation en matière de santé sexuelle et reproductive. En utilisant un langage clair et facile à comprendre et en présentant les informations d'une manière qui correspond aux préférences des utilisateurs, ALEX encourage l'auto-exploration et l'apprentissage à son propre rythme.

## • RÉCAPITULATIF DES PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES D'ALEX

Afin de garantir une expérience utilisateur fluide et efficace, ce manuel a fourni des conseils détaillés sur les principales fonctionnalités d'Alex. Voici un résumé des principales caractéristiques du chatbot :

## GUIDE INTERACTIF ET MULTIMÉDIA

ALEX intègre des quiz, des infographies, des GIFs et des visuels pour impliquer les utilisateurs et améliorer leur compréhension des sujets clés de la SSR.

## CONSEILS PERSONNALISÉS

Le chatbot fournit des réponses sur mesure basées sur les sujets sélectionnés par l'utilisateur, garantissant que les individus reçoivent des informations pertinentes pour leurs besoins spécifiques.

## UN CONTENU FIABLE ET ÉVALUÉ PAR DES EXPERTS

Toutes les leçons et réponses en matière de santé sexuelle et reproductive sont étayées par des sources réputées, notamment l'OMS, les CDC et des publications universitaires.

## CONFIDENTIALITÉ

ALEX offre un espace sûr et privé où les utilisateurs peuvent poser des questions délicates sans craindre d'être jugés.

## NAVIGATION CONVIVIALE

Grâce à des conversations structurées, des boutons prédéfinis et des commandes basées sur des mots-clés, ALEX garantit une expérience transparente pour tous les utilisateurs.

## DISPONIBILITÉ 24/7

Contrairement aux établissements d'enseignement traditionnels ou aux consultations médicales, ALEX est accessible à tout moment, ce qui permet aux utilisateurs de trouver des informations quand ils en ont besoin.

## CARACTÉRISTIQUES PRINCIPALES



## SUPPORT MULTILINGUE

Avec un contenu disponible en plusieurs langues, ALEX garantit l'inclusion d'un public mondial diversifié.

## ENGAGEMENT EN FAVEUR DE LA CULTURE NUMÉRIQUE ET DU BIEN-ÊTRE

Au-delà de l'éducation à la santé sexuelle et reproductive, ALEX favorise la culture numérique en encourageant les utilisateurs à évaluer de manière critique les informations en ligne et à adopter des comportements numériques sûrs. Le chatbot intègre des conseils sur l'identification des sources crédibles, la protection de la vie privée en ligne et la reconnaissance de la désinformation, dotant ainsi les jeunes utilisateurs de compétences essentielles pour naviguer dans les espaces numériques de manière responsable.

Le développement d'ALEX reflète un engagement en faveur de l'inclusion, de l'innovation et de l'autonomisation des jeunes. En associant l'éducation à la technologie, le chatbot ne se contente pas de fournir des informations sur la santé sexuelle et reproductive, il favorise également des discussions ouvertes et non stigmatisantes sur des sujets sensibles. Qu'il soit utilisé par des jeunes en quête de réponses ou par des éducateurs facilitant les discussions sur la santé sexuelle et reproductive, ALEX peut servir d'outil de confiance et de soutien qui favorise une prise de décision éclairée et un bien-être holistique.

Alors que la technologie continue de façonner la manière dont nous accédons au savoir, ALEX représente un pas en avant dans l'éducation numérique à la santé sexuelle et reproductive, garantissant que chaque jeune a accès aux ressources dont il a besoin pour gérer sa santé sexuelle et reproductive avec confiance et clarté.



# BIBLIOGRAPHIE



- Chatfuel. "CHATFUEL Terms of Use," 2024. <https://chatfuel.com/files/TermsOfUse.pdf>.
- Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture (European Commission). Ethical Guidelines on the Use of Artificial Intelligence (AI) and Data in Teaching and Learning for Educators. Publications Office of the European Union, 2022. <https://data.europa.eu/doi/10.2766/153756>.
- UNESCO. Guidance for Generative AI in Education and Research. Paris: UNESCO, 2023. <https://www.preventx.com/blog/2022/10/11/how-digital-services-can-define-and-address-inequities-in-sexual-health/>.



Cofinancé par  
l'Union européenne

Financé par l'Union européenne. Les points de vue et avis exprimés n'engagent toutefois que leur(s) auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement ceux de l'Union européenne ou de l'Agence exécutive européenne pour l'éducation et la culture (EACEA).

**Code du projet: 2022-2-BE04-KA220-YOU-000100193**



arteria  
foundation

