

APPELS À TÉMOINS

APPLICATION MOBILE À DESTINATION DES CONSOMMATEURS D'ALCOOL

Par **Profil supprimé** Posté le 31/10/2017 à 14h38

Bonjour à toutes et tous,

Je suis concepteur d'application mobile et de sites web. Je suis spécialisé dans l'expérience utilisateur et j'aurais besoin de retours de votre part afin de proposer une solution optimale.

Je suis moi-même confronté à des consommations souvent excessives d'alcool. Aujourd'hui, je cherche à créer une appli qui permette de réguler, voire d'arrêter, ce type de consommation. Je cherche aussi à faire prendre conscience des dangers pour que les consommateurs puissent parler de cette application sans ressentir de la "honte" et responsabiliser. Je vois beaucoup de jeunes et de moins jeunes dans mon entourage, mais pas que, qui ont une forte consommation d'alcool. J'aimerais mettre mes compétences à profit pour obtenir une application efficace !

Pour l'instant, j'ai pu relever plusieurs fonctionnalités qui seraient intéressantes pour les utilisateurs :

- La possibilité d'avoir ses propres objectifs de consommation.
- Obtenir des statistiques sur le long terme et la possibilité de voir ses moyennes à la semaine, au mois et à l'année.
- Le calcul des calories apportées par les différentes boissons.
- L'argent dépensé
- Le contexte de consommation de l'alcool (chez soi, seul, à plusieurs ou durant une soirée en bar par exemple).
- Un message qui s'affiche sur l'écran (que l'on appelle "push" dans notre jargon) lorsque nous commençons à boire trop de verres.
- Une certaine indépendance et responsabilité à noter soi-même ses quantités d'alcool ingurgitées (par exemple, ce qui serait intéressant, ce serait d'avoir un endroit dans l'appli où l'utilisateur comptabilise chaque verre qu'il voit, et lui indiquer qu'au bout de deux verres notés, il est plus responsable de ne pas prendre la voiture. Ou alors, si on consomme 8 verres mais qu'au bout de deux heures, l'utilisateur n'a pas noté son 9e verre, l'appli envoie ce fameux message push qui s'affiche à l'écran comme une notification pour demander si tout va bien).

Voilà, pour l'instant c'est à peu près tout ce que je recense après mes recherches sur le web. Mais j'ai besoin des avis de potentiels futurs utilisateurs afin que l'application apporte réellement une aide aux consommateurs excessifs.

J'ai donc plusieurs questions :

- Pouvez-vous me dire ce que vous attendez de cette application ?
- Qu'est-ce que vous aimeriez y voir ?
- Que voulez-vous contrôler dans votre consommation ?
- Qu'aimeriez-vous pouvoir calculer sur votre consommation ?
- Quel type de discours vous aiderait à prendre conscience et à en parler sans "honte" ?
- Qu'est-ce qui ferait qu'au bout du 3e verre, vous ne souhaiteriez plus avoir recours à l'application ?
- Préféreriez-vous voir l'application comme ami plutôt que comme un professionnel ?

Je le répète, je suis moi-même sujet à cette consommation excessive et vous nous aideriez beaucoup à apporter ces quelques indications ! 😊

Merci d'avance pour chaque conseil ou information que vous pourrez m'apporter.

1 RÉPONSE

Profil supprimé - 31/10/2017 à 18h01

Bonjour,

Je crois pour ma part que je n'aurai pas eu recours à une appli. Quand je buvais et que ça allait pas mal ben pas de raison de contrôler, c'est la norme, et quand mes consos sont devenues destructrices je n'avais aucune envie de contrôler. Et globalement je n'ai pas le réflexe appli, montre ou autre truc connectés pour gérer ma vie.

Mais.. 😊 (Sinon ça ne servait à rien de répondre 😊)

Peut-être que dans une démarche d'arrêt cela aurait pu prendre un autre sens.

Souvent au début on cherche un palliatif aux moments où on buvait. Le soutien est aussi important, des autres non buveurs, des pros. Avoir des infos pertinentes sur l'alcool aussi.

Alors peut être qu'en partant de ça il pourrait y avoir des choses à faire. Sans y avoir réfléchi et en vrac on pourrait imaginer des listes d'activités, plus ou moins créatives, pour les pics d'envie du début, pour remplacer les rituels apéro. Des adresses d'associations spécialisées dans le coin où on se trouve. Pourquoi pas un chat ou une communauté avec lesquels un dialogue est possible quand ça pique. Un programme de remise en forme très soft, des exos de respirations. Des adresses de bars sans alcool, une facilitation d'accès aux associations... Une espèce de coach tout le temps accessible. Qui ramène à des humains quand même 😊

Enfin tu peux prendre tous les points difficiles que l'on trouve dans l'arrêt et voir ce qui pourrait être adapté. En sachant que rien que de penser à se mettre sur l'appli pourrait suffire pour faire passer une envie de 2,3 min, je faisais des pompes moi 😊

Pendant une consommation excessive, je sais pas ce qui pourrait aider. À la rigueur un calculateur qui passe de verres de tel ou tel alcool en g dans le sang ou l'air expiré. Et encore ça pourrait servir à des concours, une simulation en temps réel des dégâts sur le foie, le cerveau, l'estomac... J'en sais rien il faudrait que la push soit une grosse décharge électrique je crois, un mur, ton image dans 15 ans, la sensation de perdre ce que tu as, ce que tu es... Et ça c'est pas une appli qui le fait c'est la vie je crois 😊 Je parle là pour les addictions.

En tout cas bon courage et tiens nous au courant 😊

Bonne journée
