Mon assistant du quotidien

Exercices sur téléphone : tout est fictif, aucun code ni document personnel.

1. JE DÉCRIS MON PROBLÈME

Formule vague : « Mon téléphone ne marche pas. »

Formule utile : « Un jeu fictif sonne le soir. Je veux couper ses alertes, pas mes appels. »

2. UNE SEULE ÉTAPE À LA FOIS

Demandez : « J’ai un téléphone Android Samsung. Donne une seule vérification et attends ma réponse. »

Si le menu diffère : « Je vois Applications et Notifications. Quelle est la prochaine étape ? »

3. J’ÉVITE LES ACTIONS RISQUÉES

Une réponse propose « réinitialiser et tout effacer » pour régler un son.

Écrivez : « Non. Je ne veux rien supprimer. Propose un réglage réversible. »

4. MON RÉSULTAT

Qu’ai-je vu ? Quel réglage avais-je au départ ? Quelle étape ai-je comprise ?

Si je ne suis pas sûr, je m’arrête et je demande de l’aide.

Je retiens : un problème précis + une étape + une vérification.

Listes et appels : je m’entraîne

Pas d’appel réel, pas de commande réelle, pas d’information sensible.

1. PRÉPARER UN PIQUE-NIQUE

Demande : « Je prépare un pique-nique pour quatre. Fais une liste : la veille / au départ. »

À relire : météo, eau, repas, sacs, accès et besoins du groupe.

2. CONSERVER MA LISTE

Je demande une liste courte. Je copie le résultat dans Notes.

Je nomme ma note « Pique-nique », je ferme puis je la retrouve.

3. PRÉPARER UN APPEL (COLIS FICTIF)

« Mon colis est annoncé livré mais absent. Donne une phrase de début et trois questions. »

Puis : « Joue le service client. Pose une question à la fois. »

4. JE CLASSE LES RISQUES

Je peux essayer : une notification de jeu réversible.

Je vérifie : une règle de remboursement ou un numéro de téléphone.

Je demande de l’aide : médicament, appareil électrique, banque, effacement de données.

Mon bilan : je sais décrire / demander une étape / arrêter / conserver.