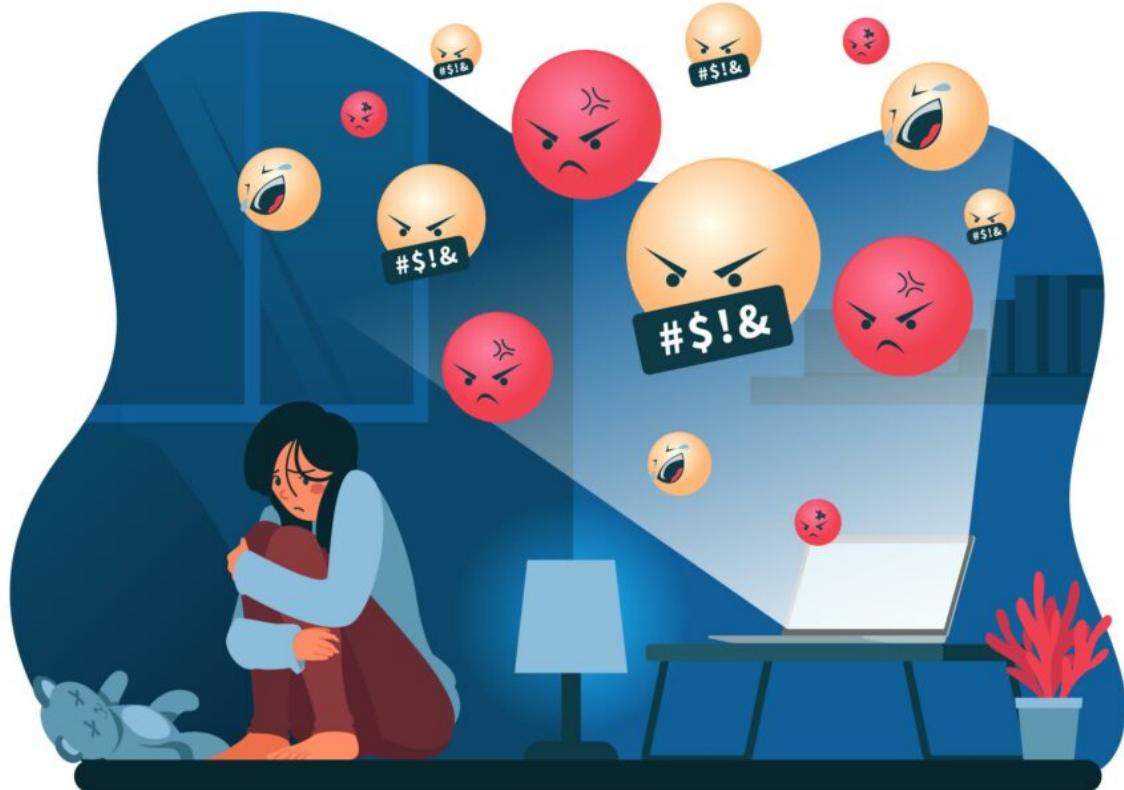


Ecrit par le 28 janvier 2026

# Harcèlement sur les réseaux sociaux : plus d'un tiers des 25-34 ans en a déjà été victime



Alors que le Sénat a définitivement adopté, jeudi 29 juin, l'**obligation pour les réseaux sociaux de vérifier l'âge de leurs utilisateurs et de réclamer l'accord des parents quand ils ont moins de 15 ans**, les zOOms de l'Observatoire Cetelem, accompagnés par Harris Interactive, s'intéressent dans ce troisième volet d'enquête de la thématique « **Les réseaux sociaux, pour le meilleur et pour le pire** » aux dérives associées à ces canaux.

## Des menaces hiérarchisées différemment selon les générations

Si les réseaux sociaux font désormais partie du quotidien d'une grande partie des Français, ils sont loin d'être inoffensifs à leurs yeux : fake news et complotisme, publicités mensongères, harcèlement et violence verbale... Autant de risques associés aux réseaux sociaux par plus des ¾ d'entre eux.

Ecrit par le 28 janvier 2026

Les problèmes de santé, comme l'addiction (75%), la sédentarité (63%), les troubles du sommeil (55%) et l'anxiété (53%) sont aussi associés à ces canaux d'information. Mais ce sont les risques de piratage et de violation de la vie privée qui sont les plus redoutés : près d'1 Français sur 2 (respectivement 49% et 48%) les citent parmi les 3 dangers qu'ils craignent le plus, le 3ème risque le plus redouté étant le harcèlement (46%).

Une hiérarchie qui diffère selon les âges. En effet, les Français de 65 ans et plus évoquent en premier lieu les tentatives de piratage (65%), loin devant le harcèlement et la violence verbale (41%). À l'inverse, les 15-24 ans redoutent d'abord le harcèlement (50%), devant la violation de la vie privée (39%), le piratage des données et l'addiction (36%).

Plus d'1 Français sur 5 (23%) estime avoir déjà été victime de harcèlement, et jusqu'à 37% chez les 25-34 ans. 28% affirment que « beaucoup de personnes de leur entourage » y ont déjà été confrontées, ce chiffre étant nettement plus élevé parmi les 25-34 ans (48%) que dans les autres tranches d'âge. Et ils sont 9 sur 10 (90%) à y voir un problème grave, qui peut toucher tout le monde sans distinction (86%).

### L'addiction, un risque peu considéré

Plus de 8 Français sur 10 (81%) identifient l'addiction aux réseaux sociaux comme un problème de santé publique, au même titre que l'alcool et le tabac, et 80% estiment que tout le monde peut être concerné sans distinction particulière. Face à cet enjeu, ils pointent une certaine faiblesse dans l'action des pouvoirs publics (63%), et dans celle des plateformes (67%), dont ils jugent qu'ils ne se saisissent pas suffisamment du problème. Aujourd'hui, c'est à un niveau individuel qu'ils agissent pour lutter contre l'addiction : ainsi, 68% des utilisateurs ont déjà entrepris de limiter leur temps passé sur les réseaux, et 33% ont déjà supprimé leurs comptes.

La plupart des Français indiquent passer moins de 2 heures par jour sur les réseaux sociaux : 40% y consacrent moins de 30 minutes, et 35% entre 30 minutes et 2 heures. Cependant, ils sont un quart (25%) à avouer y passer plus de 2 heures quotidiennes, avec de fortes variations selon l'âge : 70% des 15-24 ans contre 36% chez les 25-34 ans, ainsi qu'une légère différence entre les femmes (28%) et les hommes (21%).

Près des deux tiers des Français (64%) estiment avoir des proches « accros » aux réseaux sociaux, mais seuls 36% d'entre eux ont le sentiment de l'être eux-mêmes, un chiffre qui atteint néanmoins plus de la moitié des 15-34 ans (52%). Ils sont très largement enclins à les considérer comme une perte de temps (69%), qui ne leur apportent que des contenus futiles (77%). Ils sont nombreux également à reconnaître leurs tendances addictives, confiant avoir du mal à arrêter de « scroller » leur fil d'actualité (54%, et jusqu'à 75% chez les 15-24 ans). Il apparaît toutefois facile pour 75% des Français de passer moins de temps sur les réseaux. D'ailleurs, 1 utilisateur sur 2 (49%) pourrait sans difficulté supprimer ses comptes (64% des plus de 65 ans et 24% des 15-24 ans).

### Réguler pour protéger

Seul 1/3 des utilisateurs publie des photos d'eux sur les réseaux de manière régulière. Ils en partagent également de leur entourage, et ce, sans nécessairement leur demander leur autorisation au

Ecrit par le 28 janvier 2026

préalable : 25% d'entre eux avouent publier régulièrement des photos de leurs amis sans les consulter, une habitude plus fréquente chez les moins de 50 ans.

Plus d'1/3 des parents d'enfants mineurs (38%) déclarent publier régulièrement des photos de leur progéniture sur les réseaux. Parmi eux, moins de la moitié demande l'autorisation à ces derniers avant de publier ce type de contenu (45%), et à peine plus nombreux sont ceux qui les préviennent de la publication (47%). 38% affirment cacher souvent ou de temps en temps le visage de leurs enfants lorsqu'ils publient une photo d'eux. Or, les Français sont près de 9 sur 10 (87%) à estimer que les photos d'enfants publiées sur les réseaux peuvent leur porter préjudice à l'âge adulte (87%). Si 92% des Français considèrent comme indispensable le fait de responsabiliser les parents sur cet enjeu, il leur paraît également nécessaire de renforcer le cadre légal sur la question (89%).

Les Français ont une connaissance restreinte des dispositions légales et sécuritaires, qu'il s'agisse des CGU (conditions générales d'utilisation) des réseaux sociaux qu'ils utilisent (40%), ou des mesures de sécurité qui existent pour protéger leurs comptes (39%). Seule une courte majorité (58%) a le sentiment de bien connaître ce qu'il est autorisé ou interdit de publier sur les réseaux.

Ce sentiment de flou juridique va de pair avec un manque de confiance envers les plateformes : moins de 4 Français sur 10 (38%) font confiance aux réseaux pour respecter leur propre politique d'usage des données des utilisateurs. En matière de sécurité informatique, le niveau de confiance n'est pas plus élevé : seuls 37% font confiance aux plateformes pour protéger les utilisateurs du risque de piratage, quand 63% sont sceptiques.

Face aux divers dangers liés à l'utilisation des réseaux sociaux, plus de trois quarts des Français (78%) attendent une meilleure régulation : pour la majorité, il revient plutôt aux plateformes de lutter contre ces risques et protéger les utilisateurs (54%) qu'aux pouvoirs publics (24%). Les 22% restants estiment que ce n'est ni le rôle des plateformes ni celui des pouvoirs publics, mettant en avant la responsabilité individuelle des utilisateurs eux-mêmes.

« *Nous constatons une hiérarchisation des risques liés à l'utilisation des réseaux sociaux différente selon les générations. Néanmoins, tous les Français se retrouvent sur le problème du harcèlement en ligne, qui a encore fait l'actualité il y a peu. Face à ces conséquences dramatiques, ils réclament une régulation accrue des plateformes, pour protéger les utilisateurs* », commente Flavien Neuvy, Directeur de l'Observatoire Cetelem.

**Méthodologie :** Enquête réalisée par Harris Interactive en ligne du 21 au 22 juin 2023. Échantillon de 1043 personnes représentatif de la population française âgée de 15 ans et plus. Méthode des quotas et redressement appliqués aux variables suivantes : sexe, âge, catégorie socioprofessionnelle et région de l'interviewé(e).

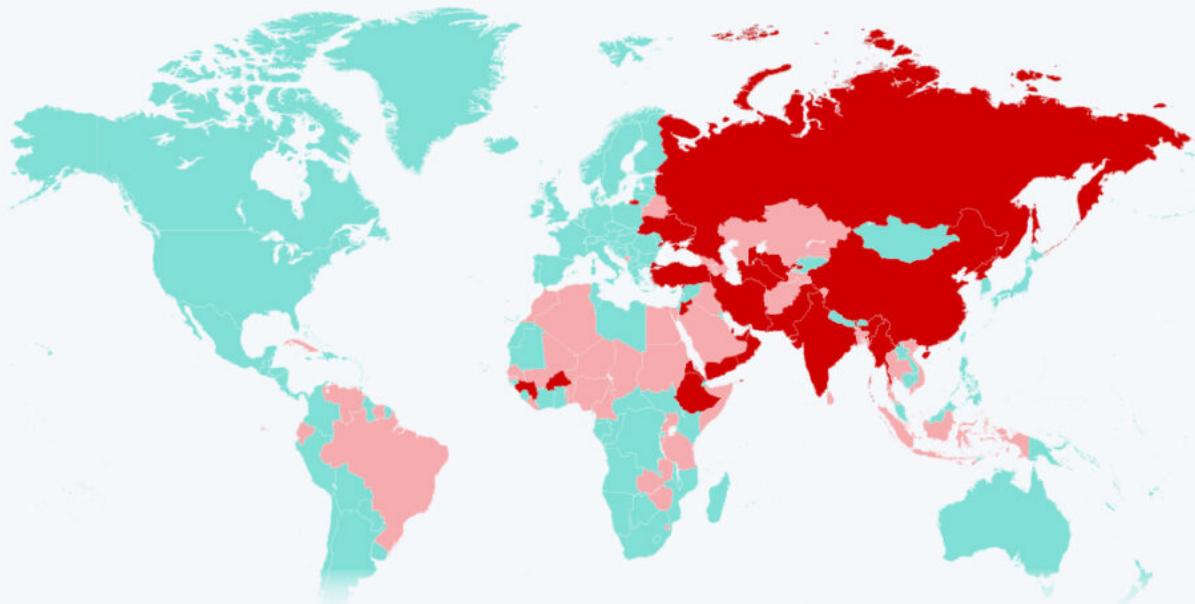
Ecrit par le 28 janvier 2026

# Censure : Ces pays qui bloquent les réseaux sociaux

## Ces pays qui bloquent les réseaux sociaux

Carte des pays ayant bloqué l'accès à des réseaux sociaux et/ou messageries (dont VoIP) depuis 2015

- Restrictions actuellement en vigueur ■ Accès bloqué dans le passé
- Aucune évidence de blocage



Au 04/07/2023. Autres cas de perturbations de connexion au réseau Internet non inclus.

Source : Surfshark



**statista** 

Ecrit par le 28 janvier 2026

Depuis 2015, 62 pays ont bloqué l'accès à des réseaux sociaux ou des applications de messagerie (voix sur IP, messageries instantanées). Si l'on comptabilise les coupures et autres restrictions d'accès à Internet, ce chiffre grimpe à 77. C'est ce qui ressort d'une [étude](#) couvrant 196 pays réalisée par la société Surfshark, spécialisée dans la protection de la vie privée et la sécurité des données en ligne.

Ces restrictions sont principalement le fait de [gouvernements non démocratiques](#). Comme le montre notre carte, la grande majorité des pays ayant bloqué l'accès à des réseaux sociaux ou messageries ces dernières années sont situés en Afrique et en Asie. Dans la plupart des cas, les restrictions sont temporaires et visent à limiter ou contrôler les flux d'informations lors de troubles et d'événements politiques (élections, manifestations, guerres, conflits, coups d'État, etc.). Parmi les cas les plus récents, on peut citer le Sénégal, où des coupures de plusieurs plateformes, dont [Facebook](#), Twitter, Instagram, WhatsApp et Telegram, ont été rapportées le mois dernier lors des protestations contre la condamnation du leader de l'opposition Ousmane Sonko. L'accès à depuis été rétabli.

Selon Surfshark, des restrictions sont actuellement toujours en vigueur dans une vingtaine de pays (au 4 juillet 2023). En Chine, en Russie, en Corée du Nord, en Iran, au Myanmar et au Turkménistan, ce sont principalement les [réseaux sociaux](#) étrangers qui ont été bannis par les autorités, comme Twitter, Facebook et Instagram. Il convient de noter que la Chine a en parallèle développé son propre écosystème national d'applications, avec par exemple WeChat, Weibo et QQ. Quant aux pays de la péninsule Arabique - Émirats arabes unis, Qatar, Oman, Yemen - ils restreignent l'utilisation de WhatsApp, Telegram et plus généralement des appels passés via Internet (voix sur IP).

En réponse aux violences urbaines qui ont enflammé les [banlieues françaises](#) fin juin, le président Emmanuel Macron a évoqué de potentielles mesures visant à bloquer l'accès aux réseaux sociaux en cas d'épisode de crise dans le pays. Ce genre de mesures, si elles venaient à être mises en place, constituerait une première au sein des [démocraties occidentales](#).

De [Tristan Gaudiaut](#) pour [Statista](#)

## Réseaux sociaux : la ruée vers Threads

Ecrit par le 28 janvier 2026

# La ruée vers Threads

Temps qu'il a fallu aux applications/services suivants pour atteindre un million d'utilisateurs



\* 1 million de téléchargements

Sources : Business Insider, communiqués des entreprises



**statista** 

Plus de 30 millions de personnes se sont inscrites sur Threads en moins de 24 heures. L'alternative à Twitter lancée par le [groupe Meta](#) a réussi à franchir la barre du million d'utilisateurs en l'espace d'une heure seulement. L'application de microblogging a ainsi littéralement pulvérisé le [record récemment établi](#) par [ChatGPT](#), comme le montre notre graphique.

Ecrit par le 28 janvier 2026

L'année dernière, l'application d'intelligence artificielle était parvenue à atteindre le cap du million d'utilisateurs en cinq jours. La croissance explosive de Threads peut également être mise en parallèle avec celle de son principal concurrent, Twitter. Le [réseau social](#) fondé en 2006 avait mis deux ans à attirer autant de personnes. Pour la plateforme de Meta qui a la plus grande [portée mondiale](#), Facebook, il avait fallu dix mois. Et pour [Instagram](#), lancé en 2010, 2 mois et demi.

De [Tristan Gaudiaut](#) pour [Statista](#)

---

## **Selon les Français, les réseaux sociaux favorisent davantage l'isolement que le lien social**

Ecrit par le 28 janvier 2026



**L'Observatoire Cetelem et Harris Interactive ont choisi d'explorer au deuxième trimestre 2023 une nouvelle thématique intitulée 'Les réseaux sociaux, pour le meilleur et pour le pire'. La première enquête s'est intéressée aux usages qu'ont les Français des réseaux sociaux et à la façon dont ils les perçoivent.**

### **Des réseaux pas si virtuels**

Les géants Facebook, Instagram, Twitter, ou encore Tik Tok sont les réseaux sociaux que les Français connaissent le plus. Cependant, notoriété ne rime pas nécessairement avec popularité : si YouTube (84%) et Whatsapp (72%) jouissent d'une très bonne image, d'autres sont plus controversés, avec des taux de mauvaise image relativement élevés : Facebook (35%), mais surtout Twitter (44%) et Tik Tok (56%). A noter que les plus jeunes ont une image des réseaux nettement meilleure que les autres générations.

### **Pour les utilisateurs, les réseaux sociaux sont une réalité de tous les jours**

81% d'entre eux s'y rendent quotidiennement. Ils sont 18% à les consulter toutes les heures voire plus souvent puisque ce chiffre atteint 46% chez les 15-24 ans.

Ecrit par le 28 janvier 2026

« Les Français affirment être inscrits en moyenne sur 4 réseaux sociaux différents, et jusqu'à 7 pour les 15-24 ans. »

Les Français affirment être inscrits en moyenne sur 4 réseaux sociaux différents, et jusqu'à 7 pour les 15-24 ans. Cependant, ils ne publient régulièrement que sur 2 d'entre eux en moyenne. Facebook est le réseau le plus utilisé avec 71% de la population qui y a un compte et qui l'utilise, devant WhatsApp (56%), YouTube (55%) et Instagram (49%). Les autres réseaux recueillent moins d'1/3 d'inscrits actifs, voire moins de 10% pour les réseaux les plus confidentiels, comme Telegram ou Mastodon. Par rapport au reste de la population, les 15-24 ans se déclarent davantage présents sur presque tous les réseaux sociaux... à l'exception notable de Facebook, seuls 45% d'entre eux indiquent l'utiliser contre 66% chez les 65 ans et plus.

### **Pourquoi les utilisateurs sont-ils aussi souvent sur les réseaux sociaux ?**

Lorsqu'ils sont derrière leur écran, la plupart des utilisateurs regardent les publications de leurs amis (89%), consultent leurs messages (86%), ou encore scrutent les publications suggérées par les algorithmes (69%). Et pour cause, se divertir et se détendre (51%), mais aussi discuter avec leurs proches (51%) sont les objectifs premiers des utilisateurs ; s'informer sur l'actualité (27%) et trouver de l'inspiration (26%) apparaissent comme des bénéfices secondaires. Rares sont ceux qui avouent chercher à y élargir leur cercle social (12%), faire leur autopromotion (7%) ou booster leur ego (5%) ... Néanmoins, les Français imaginent volontiers que ce sont de véritables priorités pour les autres : ainsi, pour 44% d'entre eux, si les gens utilisent les réseaux sociaux, c'est pour élargir leur cercle social, et pour 40%, c'est pour booster leur ego.

### **Des Français sur leurs gardes**

Si pour les Français, réseaux sociaux riment avant tout avec « influenceurs » (91%), ils soulignent également l'esprit de communauté (84%), de partage (83%) et de divertissement (80%) qui y règne. Mais malgré ces points positifs, le sentiment d'un danger l'emporte. En effet, les Français mettent en avant les risques d'addiction (86%), les fake news qui s'y diffusent (75%), ainsi que les discours intolérants (73%).

### **Le regard porté sur ces plateformes n'est pas le même chez les jeunes et les plus âgés**

Cela s'explique par l'acculturation très différente aux réseaux sociaux. Parmi les points les plus différenciants, tendanciellement, les plus jeunes associent davantage les réseaux au divertissement, à l'information et à la mobilisation que leurs aînés, qui tendent plutôt à mettre l'accent sur les dérives possibles (complotisme, narcissisme...). Les différentes tranches d'âge sont en revanche relativement unanimes concernant le risque d'addiction induit par ces réseaux : 89% chez les 15-24 ans et 86% chez les 65 ans et plus.

« L'âge change radicalement la perception de l'impact des réseaux sur le quotidien. »

Ecrit par le 28 janvier 2026

« Du point de vue collectif comme du point de vue individuel, l'âge change radicalement la perception de l'impact des réseaux sur le quotidien : beaucoup plus que leurs aînés, les plus jeunes indiquent à quel point les réseaux ont un impact sur leur quotidien. Beaucoup plus que les autres, même s'ils ne nient pas les possibles risques qu'ils visualisent presque autant que leurs aînés, la Gen Z souligne les bénéfices que les réseaux peuvent apporter à la société », commente Flavien Neuvy, Directeur de l'Observatoire Cetelem.

### **Un réel impact tant sur les individus que sur la société**

Si les Français manifestent aujourd'hui des opinions vives et contrastées au sujet des réseaux sociaux, c'est notamment parce que selon eux, ces réseaux et leur développement ont un impact bien réel et palpable sur les individus et la société. À un niveau personnel, une courte majorité perçoit un impact des réseaux dans leur quotidien, qu'il s'agisse de la manière dont ils occupent leur temps (58%), dont ils échangent avec leurs proches (56%), ou dont ils s'informent (50%), avec des fortes variations selon l'âge, les plus jeunes se sentant particulièrement impactés (80% chez les 15-24 ans contre 25% chez les 65 ans et plus).

Du point de vue collectif, les réseaux sociaux sont également perçus comme ayant de vrais effets sur le monde réel : par exemple, pour 57%, ils permettent de créer des mobilisations pour changer les choses.

### **Davantage synonyme de danger que de bénéfice**

Aux yeux des Français, l'existence des réseaux sociaux est davantage synonyme de danger (50%) que de bénéfice (33%) pour la société en général. En effet, s'ils leur concèdent des effets bénéfiques sur le lien social (54%) et l'accessibilité de l'information (50%), ils les perçoivent essentiellement comme un danger pour les enfants et adolescents (81%), la vie privée (78%) et la qualité de l'information (62%). Et pour cause, d'un point de vue psychologique, ils attribuent surtout des effets négatifs à la fréquentation des réseaux sociaux : sur la santé mentale en général (64%), sur l'esprit critique (58%) ou encore l'estime de soi (51%).

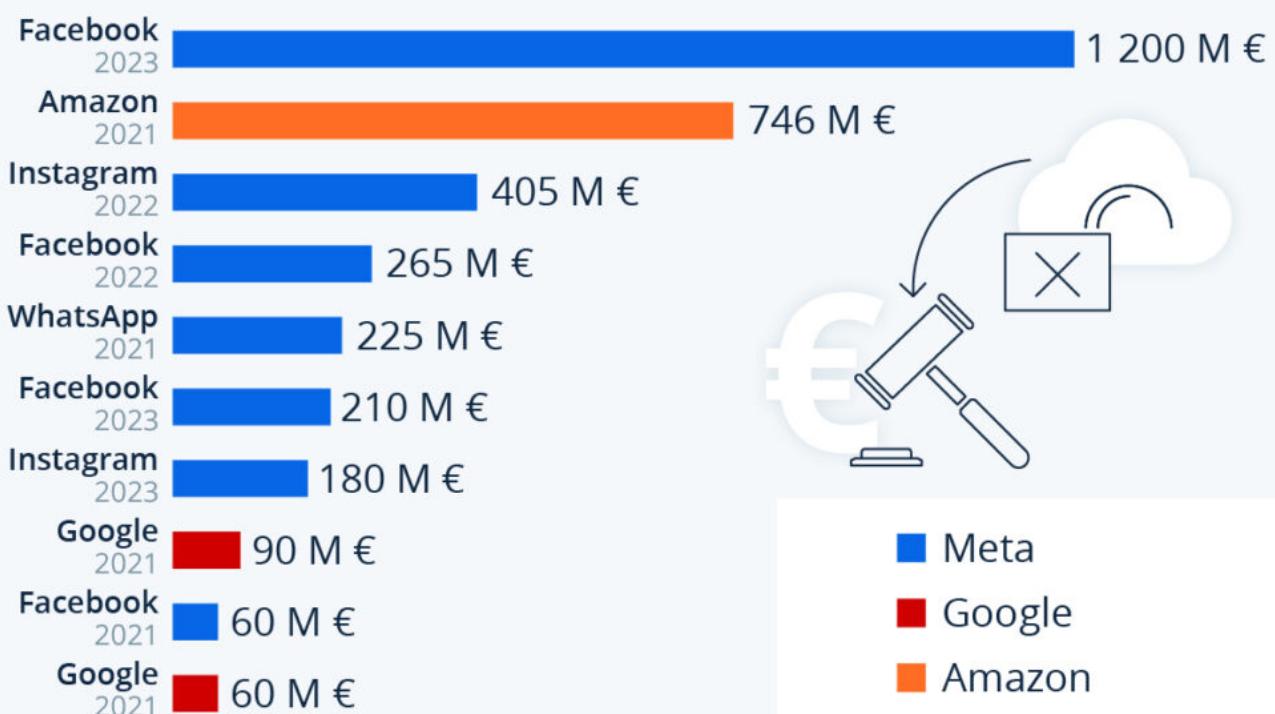
En définitive, les Français portent un regard très mitigé sur la capacité des réseaux à rassembler, et pratiquement 6 sur 10 (58%) d'entre eux estiment qu'ils favorisent davantage l'isolement que le lien social (42%). A noter que les jeunes de 15-24 ans ne sont pas si inconscients du danger que représentent les réseaux sociaux puisque 45% d'entre eux les voient comme un facteur d'isolement.

## **Violation de données personnelles : Meta condamné à une amende record**

Ecrit par le 28 janvier 2026

# RGPD : Meta cumule les amendes monstres

Plus grosses amendes infligées pour violation des données personnelles dans les pays de l'UE (non-respect du RGPD)



En date du 23 mai 2023.

Sources : CMS GDPR Enforcement Tracker, European Data Protection Board



**statista**

L'autorité irlandaise de protection des données (DPC) a infligé une amende record de 1,2 milliard d'euros au groupe Meta, qui exploite entre autres les plateformes [Facebook](#), Instagram et WhatsApp. La décision concerne plus précisément le réseau social Facebook, à qui il est reproché le transfert de [données personnelles d'internautes européens](#) aux États-Unis. Il s'agit d'une amende sans précédent dans l'Union européenne, dépassant de loin celle prononcée par le Luxembourg contre Amazon pour « non-respect des

Ecrit par le 28 janvier 2026

principes généraux de traitement des données » en 2021 (746 millions d'euros).

Comme le montre notre graphique, depuis l'adoption du règlement général sur la protection des données (RGPD) il y a cinq ans, Meta cumule les amendes monstres. Le top 10 des plus lourdes sanctions infligées pour infraction au RGPD est presque intégralement occupé par des services du groupe dirigé par Mark Zuckerberg. Facebook, Instagram et WhatsApp ont ainsi reçu 7 des 10 plus grosses sanctions prononcées dans l'Union européenne à ce jour. Cumulées, ces sept amendes reçues par [Meta](#) entre 2021 et 2023 représentent un total de plus de 2,5 milliard d'euros.

Le cadre réglementaire du RGPD vise à donner aux utilisateurs un plus grand contrôle sur leurs données personnelles et impose de nouvelles normes à la gestion des données par les entreprises. Pour les contrevenants à ces règles, les sanctions sont souvent lourdes. Le RGPD a été mis en place le 25 mai 2018, en remplacement de la directive européenne sur la protection des données de 1995, et contient 99 articles. En mai 2023, le [suivi](#) de CMR.Law a recensé plus de 1 600 violations individuelles du RGPD depuis sa mise en place, bien que les données soient probablement incomplètes puisque toutes les amendes ne sont pas rendues publiques.

De Tristan Gaudiaut pour [Statista](#)

---

## Le Vaucluse, 2e destination touristique départementale sur les réseaux sociaux

Ecrit par le 28 janvier 2026



**Selon l'agence de communication spécialisées dans les médias sociaux [We like travel](#), le Vaucluse se positionnait à la deuxième place dans le classement des départements les plus touristiques sur les réseaux sociaux en France en décembre dernier.**

D'après We like travel, plus de 4 milliards de personnes sont actives chaque mois sur les réseaux sociaux, dont 40 millions de Français. Facebook, Instagram, Youtube, Tiktok et les autres réseaux sociaux constituent un outil important pour le tourisme. Après la pandémie de Covid-19, la communication digitale s'est avéré plus que nécessaire afin de redonner de l'attractivité aux territoires. Facebook se présente comme le leader des stratégies nationales et internationales des destinations françaises, suivi d'Instagram qui est de plus en plus indispensable pour faire de la promotion touristique.

Selon le [baromètre des destinations touristiques sur les réseaux sociaux en France](#), si la Côte d'Azur continue d'attirer et se place en première position concernant la catégorie des régions, le Vaucluse, lui, fait de plus en plus ses preuves et se place dans le top 3 dans la catégorie des départements, en deuxième position en décembre 2022 derrière la Savoie Mont Blanc et devant le Morbihan. Sur Facebook, le Vaucluse présente un fort taux d'engagement avec une progression de 6,68%. Une des progressions les plus forte du classement sur ce réseau social.

Ecrit par le 28 janvier 2026

	Départements ▾	★ Score	f Facebook	Instagram	Twitter	
1	<b>Savoie Mont Blanc (FR)</b>	<b>500 ↗</b>	1005985	0,95 % ↗	176175	1,98 %
2	<b>Vaucluse</b>	<b>495 ↗</b>	229789	6,68 % ↗	57513	1,55 %
3	<b>Morbihan</b>	<b>470 ↘</b>	419503	1,06 % ↘	70448	2,75 %
4	<b>Touraine</b>	<b>469 ↘</b>	229108	2,96 % ↘	34430	3,33 %
5	<b>Corrèze</b>	<b>412 ↗</b>	130003	2,57 % ↗	28515	2,3 %

V.A.

---

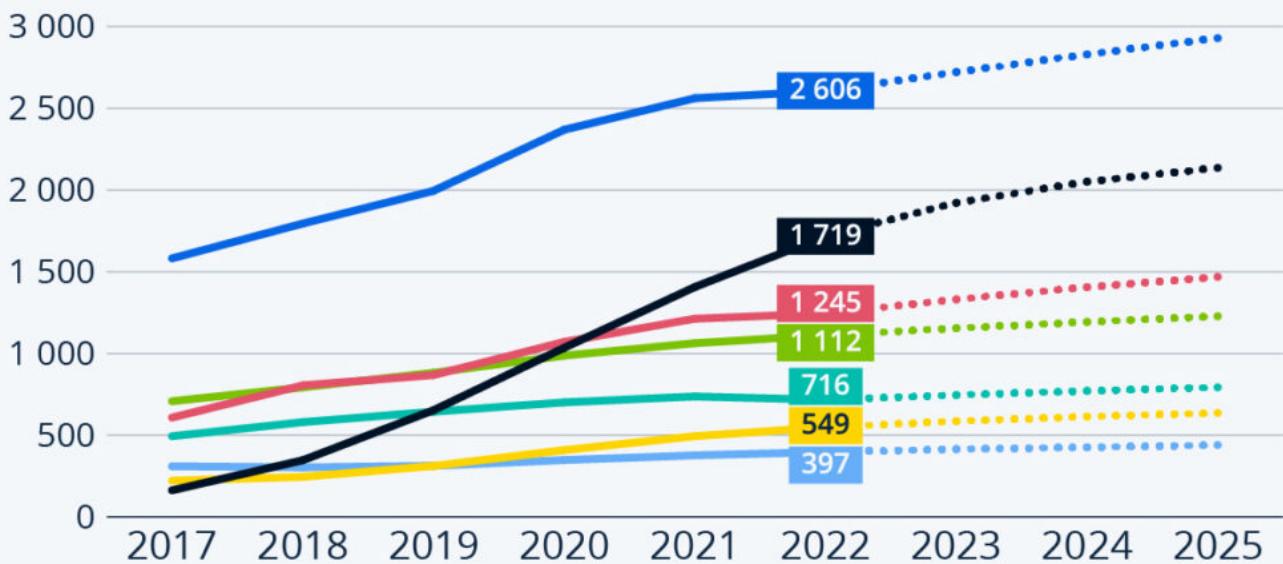
## Réseaux sociaux : l'ascension fulgurante de TikTok

Ecrit par le 28 janvier 2026

# Réseaux sociaux : l'ascension fulgurante de TikTok

Nombre d'utilisateurs actifs des réseaux sociaux sélectionnés dans le monde, en millions

— Facebook — TikTok — Instagram — WeChat  
 — LinkedIn — Snapchat — Twitter



Estimations en date de juin 2022. Projections de 2023 à 2025.

Source : Statista Advertising & Media Outlook



**statista**

L'utilisation des [réseaux sociaux](#) ne cesse de croître dans le monde. Le nombre d'utilisateurs actifs des réseaux est estimé à 4,6 milliards en 2022, soit autour de 60 % de la population mondiale, et ce chiffre devrait passer à près de 6 milliards à l'horizon 2027, selon les projections du [Statista Advertising & Media Outlook](#).

Ecrit par le 28 janvier 2026

Comme le met en avant notre graphique, parmi les plateformes qui attirent le plus d'utilisateurs, [TikTok](#) se démarque de la concurrence avec un rythme de croissance hors du commun. Sur la période 2018-2022, le réseau basé sur le partage de clips vidéo a attiré en moyenne 340 millions de nouveaux membres actifs par an. Après avoir franchi le cap du milliard d'utilisateurs dans la foulée du « boom numérique » déclenché par la pandémie de Covid-19, TikTok a dépassé [Instagram](#) en 2021. Il est prévu que la base d'utilisateurs de la plateforme atteigne les 2 milliards d'ici 2024.

Malgré un très net ralentissement de sa croissance ces dernières années, [Facebook](#) reste le leader des réseaux. La plateforme fondée par Mark Zuckerberg compte actuellement plus de 2,6 milliards de comptes actifs.

De Tristan Gaudiaut pour [Statista](#)

---

## Créativa : comment bien agir sur le web ?

Ecrit par le 28 janvier 2026



La pépinière d'entrepreneurs du Grand Avignon [Créativa](#), propose une formation autour des bons réflexes à adopter sur internet. Cette rencontre sera animée par [Solenn Gaune](#), fondatrice de l'agence de communication avignonnaise [Apostrophe Media](#), le mardi 20 septembre.

Pour participer à cette formation, il faut [s'inscrire préalablement en ligne](#) (les places sont limitées) et se munir d'un appareil connecté tel qu'un ordinateur, une tablette ou un smartphone pour le jour J. Plusieurs sujets seront abordés : l'importance du web pour les professionnels, les commerciaux 2.0 et le lien entre la communauté et le site internet, et tout ce qui touche aux réseaux sociaux.

**Mardi 20 septembre. De 9h à 12h. Grande salle du nouveau bâtiment de Crétiva. 81 Rue du Traité de Rome. Avignon.**

V.A.

Ecrit par le 28 janvier 2026

# Pôle femmes CPME 84, Quels Réseaux sociaux pour trouver ses clients ?



**Le pôle femmes de la CPME84 (Confédération des petites et moyennes entreprises) constitué de dirigeantes propose un atelier sur le thème : 'Réseaux sociaux, Lesquels choisir pour trouver des clients ?'**

Si tout le monde s'accorde sur la nécessité de communiquer sur LinkedIn quand on est une professionnelle vendant des produits ou des services aux entreprises, la question de l'intérêt des autres médias se pose pour bien d'autres métiers.

## Quel réseau pour quelle demande ?

LinkedIn est-il incontournable ? Facebook est-il mort ? Instagram est-il vraiment utile ? Et Tik Tok réservé aux jeunes ? Tout dépend de son secteur d'activité. C'est à cette question que répondra cet atelier.

## L'atelier

Il sera animé par Nathalie Richard, fondatrice et dirigeante d'[Open biz](#) Digital humain depuis 2010, organisme de formation aux réseaux sociaux. Elle est formatrice et prof de stratégie digitale chez Kedge business school à Marseille et membre active de nombreuses associations de femmes.

Ecrit par le 28 janvier 2026

## En savoir plus sur le Pôle femmes

Le Pôle Femmes de la CPME 84 a vocation à faciliter l'échange d'expérience entre cheffes d'entreprises, dirigeantes et encadrantes, créer du lien, favoriser le développement et traiter des sujets dédiés à l'entrepreneuriat au féminin. Les ateliers sont organisés tous les premiers mardis du mois entre 11h30 et 14h.

## Les infos pratiques

Atelier Pôle femmes CPME 84. Mardi 11 octobre de 11h30 à 14h. Au Crédit agricole Alpes-Provence Avignon Amandier. 168, avenue Pierre Sémaré à Avignon. Un parking gratuit est à disposition sur le site. Inscription ferme et définitive sur [j.mous@cpme84.org](mailto:j.mous@cpme84.org) 04 90 14 90 90 ; [contact@cpme84.org](mailto:contact@cpme84.org) & [www.cpme84.com](http://www.cpme84.com)

MH

