



Déconnecter grâce à «My Time» de Swisscom

Décider soi-même de sa joignabilité sur le smartphone? C'est possible. Pour cela, Swisscom a lancé l'appli gratuite My Time. «My Time se propose d'aider nos clients à déconnecter volontairement, pour les sensibiliser à leur consommation numérique» explique Marc Werner, responsable clientèle privée Swisscom. My Time est téléchargeable dès à présent sur Google Play pour tous les appareils tournant sous Android 4.0 ou plus. L'appli sera disponible pour iPhone au premier trimestre 2015.

Digital Detox – ainsi nomme-t-on la tendance consistant à renoncer sciemment, par moments, à son smartphone. Ce temps de déconnexion peut être mis à profit de multiples manières: pour passer du temps avec d'autres personnes sans être dérangé, pour se concentrer sur son travail ou pour s'accorder un moment de calme. L'appli gratuite My Time, que Swisscom a mise au point en collaboration avec la start-up OFFTIME, permet de définir des périodes de déconnexion où l'on ne souhaite pas être joignable. Selon une enquête que Swisscom a réalisé en coopération avec l'institut d'étude de marché Link, près de 60% des sondés éteignent par moments leur smartphone pour ne pas être joignables pendant un certain temps. My Time permet aux clients de bloquer les services et les applis de leurs choix ou de n'accepter que les appels de personnes précises. Pendant ce temps, si l'utilisateur le souhaite, l'appli répond par un SMS personnalisé indiquant quand il sera à nouveau joignable. Une fois le temps de déconnexion terminé, My Time fournit un résumé des événements que l'utilisateur n'a pas pu réceptionner. «L'usage des technologies et l'équilibre entre vie privée et professionnelle sont étroitement liés» souligne Alexander Steinhart, CEO de OFFTIME. «My Time entend donner aux clients de Swisscom une meilleure maîtrise de l'usage de leur smartphone».

Self-Tracking avec My Time

Celui qui veut en savoir plus sur l'usage qu'il fait de son smartphone peut compter sur My Time, qui l'informera en détail à ce sujet. L'appli montre pour quoi et combien de fois l'utilisateur s'est servi du smartphone pour les différents services – réseaux sociaux, Internet mobile, applis ou communications téléphoniques. La personne prend mieux conscience de ses habitudes de communication et peut dès lors mieux gérer les moments de déconnexion qu'elle entend se ménager.



swisscom

Communiqué de presse

Berne, le 25 novembre 2014.

www.swisscom.ch/mytime

A propos de (OFFTIME)

(OFFTIME) est une start-up post-tech de Berlin. Ses services entendent aider les gens à déconnecter et à trouver un meilleur équilibre entre vie en ligne et vie hors ligne, ainsi qu'entre travail et loisirs. La collaboration avec Swisscom a donné naissance à l'appli My Time.

<http://offtime.co>

Précisions sur le sondage

Entre le 17 et le 27 octobre 2014, 1044 personnes ont été interrogées en Suisse alémanique (815) et en Suisse romande (229); ces personnes maîtrisent une des langues nationales et utilisent au moins une fois par semaine Internet à des fins privées. L'échantillonnage a été pondéré selon les directives relatives à la représentativité de la population des internautes suisses. L'enquête a été réalisée par l'institut LINK pour le compte de Swisscom, dans le but d'analyser le comportement des Suisses en matière de smartphones.