Romain HELFER

Médiateur Numérique - Formateur - Référent Cybersécurité TPE-PME - IA et Ingénierie de Prompt et de contexte

46 ans
- Permis de conduire

romain@digitadom.fr
0749524009

Leadership | Expert outils et usages numériques | Fédérateur | Engagé | A l'écoute

Médiateur numérique freelance, j'accompagne collégiens, lycéens, parents et adultes à travers des actions de formation, d'animation de débats, de coaching et de sensibilisation aux usages numériques.

Président de l'association Brie'Nov, je conçois et pilote des projets autour du numérique, de la santé et de la parentalité, avec une attention particulière portée à l'inclusion.

Trésorier adjoint de la Structure d'Expertise et de Ressources (SER) Diabète Île-de-France, je m'investis également sur les enjeux de santé publique, en lien étroit avec mes actions de formation et de médiation numérique.

J'interviens également auprès des TPE pour les accompagner dans leur transition digitale, en matière de cybersécurité, de bonnes pratiques numériques et d'adoption responsable de l'intelligence artificielle.

Curieux, pédagogue et passionné par la transmission, je m'efforce de rendre le numérique accessible à tous, avec bienveillance, clarté et pragmatisme.

Enfin, je cultive des passions personnelles qui nourrissent mon engagement professionnel : 2e Dan d'Aïkido et saxophoniste.

Parcours professionnel

Ateliers Parentalité Numérique

Digit@Dom - Depuis mai 2024

Animation d'un atelier-débat sur les sujets de la parentatlité et du numérique, de la place des outils numériques dans le foyer, de la façon d'accompagner leurs usages au sein de la famille, et de prévenir les risques potentiellement dû à de mauvaises pratiques numériques.

Président

Brie'Nov - Depuis septembre 2024

- Relations partenariales
- Montage et coordination de projets
- Responsable projets numériques, parentalité et santé

Ateliers CV & Lettre de motivation

Digit@Dom - Depuis avril 2025

- Création de la formation et des supports (Keynote, QCM, Mise en situation, Fiches Mémo)
- Découvertes des bonnes pratiques de rédaction de CV et de lettres de motivation
- Découvertes et prise en main des outils (CVDesignr , Canva, Outils de traitement de Texte)
- Aide à la rédaction de CV et Lettre de Motivation en utilisant l'intelligence artificielle.

Administrateur

SER Diabète IDF - Depuis mars 2025

Siège au conseil d'administration, au bureau et au conseil de recherche et d'information

Ateliers Santé et Numérique

Digit@Dom - Octobre 2023 à décembre 2023

- Mise en place d'un parcours de formation auprès des séniors sur les enjeux du numérique en matière de santé et des avantages offerts par les outils numériques sur ces sujets.
- Formation et prise en main des différentes plateformes de prise de RDV médicaux en ligne.
- Formation et prise en main des différentes plateformes de prise de RDV en téléconsultation et de partage sécurisé de documents médicaux

Ateliers d'émancipation numérique par la cuisine

Digit@Dom - Juin 2023

- Mise en place d'une formation d'une journée auprès d'un public de séniors.
  Cette formation vise à sensibiliser le public cible sur sa possibilité d'émancipation par l'outil numérique en proposant un atelier numérique et culinaire au sein d'une même formation.
- Retour sur la genèse d'internet.
  Formation à l'utilisation des moteurs de recherche et à la sélection des résultats.
- Atelier cuisine après recherche d'une recette via l'utilisation d'un moteur de recherche.
- Formation à l'envoie de mail avec pièce jointe pour partager sa recette avec ses proches.

Ateliers numériques bureautique et parcours emploi jeune

Digit@Dom - Depuis avril 2023

- Mise en place d'un parcours de formation auprès de jeunes publics sur l'utilisation du numérique au service de la recherche d'emploi.
- Formation aux usages de base d'un logiciel de traitement de texte et approche méthodologique.
- Formation aux usages de base d'un logiciel de présentation et approche méthodologique.
- Accompagnement et méthodologie dans la création de CV, dans la rédaction de mails professionnels et dans la préparation d'un entretien professionnel en distanciel.

Ateliers numériques pour tous

Digit@Dom - Mars 2023 à juin 2024

- Cycle d'inclusion numérique d'une durée de 42h (14 ateliers de 3h + Certification PIX
  Coaching Individuel)

- Le public cible de ce parcours n'a jamais utilisé régulièrement d'ordinateur mais en manifeste le besoin dans son quotidien pour réaliser ses démarches administratives, accéder à des services en ligne (mobilité, achat, droits etc...) organiser ses loisirs et communiquer avec son entourage.
- Intervention en tant que formateur, coordinateur pédagogique et institutionnel du projet dans son ensemble.
- Sujets abordés : Dématérialisation ; Découverte de l'équipement et réassurance (Environnement Windows, Clavier, Souris) - Naviguer sur internet ; Communiquer via l'email - Identité numérique et réseaux sociaux ; Outils de visioconférence ; Utilisation des principaux sites administratifs, de mobilité ou de services en ligne - France Connect - Sécurité sur internet - Traitement de texte.

Président

Digitadom - Depuis février 2022

- Création et présidence de la SASU Digit@Dom (SAP) et de la SAS Digit@Dom services et Formations.
- Structure de formation et de médiation numérique au service des particuliers agréée Services à la Personne.Organisme de formation déclaré et structure de conseil auprès des TPE et PME dans les domaines du numérique, de la transition digitale et de la cyber-prévention.

Trésorier

Brie'Nov - Septembre 2022 à septembre 2024

- Living Lab et Fabrique de Territoire en Seine et Marne.
- Membre du bureau au poste de trésorier : Coordination des projets, Appel à projet, Relations institutionnelles.

Ateliers numériques Séniors

Digit@Dom - Septembre 2022 à décembre 2022

- Mise en place d'un parcours de formations à destination des séniors sur les usages des bases de l'ordinateur.
- Formation aux usages de base d'une souris et d'un clavier,
  Savoir se repérer dans l'environnement de son système d'exploitation,
  Création et utilisation d'une boite mail.

Professeur d'Aïkido

Aïkido Club de Lagny sur marne - Septembre 1998 à juillet 2020

Professeur diplômé d'état (BEES et DEJEPS).
2ème DAN.
Enseignement enfants ; Ados ; Adultes.

Collaborateur d'agent général d'assurance

Agence Alain Benoit - Novembre 2007 à décembre 2021

En charge de la formation des équipes (produits et outils).
En charge du développement de la présence digitale et du développement de l'activité bancaire et de crédit.
En charge de l'accompagnement des particuliers et des professionnels dans leurs besoins de protection patrimoniale et d'activité.

Compétences

Formations

- Pédagogie, ingénierie et formation pour adultes (andragogie)
- Développement de partenariats et de collaborations avec des acteurs du territoire
- Organisation et pilotage d'évènements

Cybersécurité

- Sensibilisation
- Formation
- Conseil

Informatique

- Apple Teacher
- Spécialiste de l'éco-système Apple
- Conseil
- Installation d'infrastructures réseaux
- Installation, Mise en service PC/Mac
- Ingénièrie de prompt avec les outils de LLM
- Formation
- Intégration des outils, suites et process dans le flux de travail
- Bureautique (Maitrise des outils des suites iWork, Workspace et Microsoft 365)
- Wordpress (Conception de sites internet avec Elémentor Intégration d'outil de SEO et d'IA)
- Intelligence Artificielle (Maitrise des différents outils Large Language Model (Chat GPT, Perplexity, Claude, Gemini, Copilot) et intégration dans les processus de créations et de productivité)

Bénévolat

- Trésorier de l'association Brie'Nov (Membre du bureau au poste de trésorier, Coordination des projets, Appel à projet, Relations institutionnelles)
- Elu (Conseiller municipal et communautaire)
- Président d'Objectif Lagny (Vie de l'association, campagne municipale, relation presse et institutionnelle))
- Président de l'Association d'accès à la consultation psychologique
- Responsable de la section Aïkido du Judo Club Lagny (Représentation, Gestion administrative de la section, Relations institutionnelles, Mise en place et coordination des événements)
- Président de Brie'Nov

Formations

Intelligence artificielle : Enjeux et outils

Orsys Formation
Juin 2025

Formation intensive portant sur les concepts, applications et limites de l'intelligence artificielle, avec un focus approfondi sur le machine learning et le deep learning. Ce séminaire a permis d'acquérir une vision globale des technologies actuelles (réseaux de neurones, algorithmes de classification, prédiction, reinforcement learning...), des méthodologies de projet IA, des outils (TensorFlow, Keras, Spark...), ainsi que des enjeux juridiques et éthiques associés à l'IA. Plusieurs études de cas et démonstrations ont illustré l'usage concret de l'IA dans différents secteurs d'activité.

Compétences développées :
• Compréhension des mécanismes de machine learning et deep learning
• Maîtrise des étapes de structuration d'un projet IA (de la donnée à l'industrialisation)
• Analyse des applications de l'IA par secteur
• Identification des outils adaptés aux besoins (industrie, recherche)
• Sensibilisation aux enjeux réglementaires et éthiques de l'intelligence artificielle

Éducation aux médias et à l'information

Francil'IN Formations
Mai 2025 à juin 2025

Acquisition des compétences nécessaires pour accompagner les publics dans leurs pratiques informationnelles, en lien avec les enjeux d'inclusion numérique. Cette formation m'a permis de :
• Maîtriser les concepts clés liés aux compétences informationnelles (recherche, tri, vérification, compréhension de l'information)
• Faire le lien entre ces compétences et les missions du médiateur numérique
• Approfondir ma connaissance des comportements et besoins spécifiques des publics éloignés du numérique face à l'information
• Utiliser un kit pédagogique pour diagnostiquer, adapter et structurer des accompagnements EMI
• Adopter une posture critique, bienveillante et nuancée dans mes interventions autour de l'information

Objectif IA

Open Class Room
Janvier 2024

Panorama des différents domaines de l'IA.
Découverte des enjeux, possibilités, fonctionnements scientifiques de l'IA ainsi que ses sous-disciplines comme le Machine Learning et le Deep Learning

Utilisez Chat GPT pour améliorer votre productivité

Open Class Room
Novembre 2023

Apprendre à utiliser Chat GPT pour augmenter sa productivité grâce à l'ingénièrie de prompt.

ChatGPT et le Prompt Engineering

Ûdemy

Novembre 2023

Comprendre ce qu'est ChatGPT et l'IA générative conversationnelle
Les principes de bases de ChatGPT
Le prompt Engineering
Les différents types de prompts de base à avancé
Les différents emploi de ChatGPT et de l'IA générative conversationnelle.

BTS Assurances

ENASS-AEA

Septembre 2001 à juin 2003

Langues

Français ★★★★★
Maternelle

Anglais ★★½☆☆

Certifications

Apple Teacher Swift Playground 26/01/2022
Accompagner les publics dans la découverte des principes de base du code et du langage informatique Swift.

Objectif IA : initiez-vous à l'intelligence artificielle Janvier 2024
Panorama des différents domaine de l'IA,
Découvertes de enjeux, possibilités, fonctionnements scientifiques de l'IA ainsi que ses sous-disciplines comme le Machine Learning et le Deep Learning

Améliorez l'impact de vos présentations 24 août 2024
Bonnes pratiques de conception de présentations pour les rendre engageantes et attractives afin de maintenir l'attention de son auditoire.

Introduction à l'IA responsable 24/10/2023
Ce cours de micro-apprentissage, explique ce qu'est l'IA responsable, souligne son importance et décrit comment Google l'implémente dans ses produits. Il présente également les sept principes de l'IA de Google.

Référent Cybersécurité TPE-PME 21/12/2022
Identifier et prendre en compte les problématiques de cybersécurité de l'entreprise en lien avec l'environnement juridique et technologique
Evaluer les usages et le niveau de sécurité de l'entreprise
Elaborer, mettre en oeuvre et animer une démarche de prévention et d'amélioration des pratiques de cybersécurité au sein de l'entreprise

Copywriting 05/04/2022
Déployer une stratégie de rédaction de contenus digitaux génératrice de croissance pour l'entreprise

Apple Teacher 27/10/2021
Accompagner des publics dans leurs utilisations de bases et avancées des matériels et des logiciels bureautiques et créatifs Apple.

Introduction à l'IA générative 23/10/2023
Ce cours de micro-apprentissage, explique ce qu'est l'IA générative, décrit à quoi elle sert et souligne ce qui la distingue des méthodes de machine learning traditionnel.

Introduction au LLM (Large Language Model) 23/10/2023
Ce cours de micro-apprentissage explique ce que sont les grands modèles de langage (LLM). Il inclut des cas d'utilisation et décrit comment améliorer les performances des LLM grâce au réglage des invites.

Mooc SecNumAcadémie 07/06/2022
Panorama de la SSI
Sécurité de l'authentification
Sécurité sur internet
Sécurité du poste de travail et nomadisme

Centres d'intérêt

Sport

- Aïkido (Professeur)
- Golf
- Yoga

Musique

Saxophoniste