



Présentation des ateliers numériques Orange

1. Débuter avec son smartphone (1h30)

Une introduction complète à l'utilisation de votre smartphone pour une expérience fluide et sécurisée.

Les premières notions autour de l'utilisation d'un smartphone :

- Connexion au wifi, mode avion, Bluetooth
- Comprendre les types de réseaux
- Gérer ses contacts et envoyer des messages

Conserver son smartphone en bon état :

- Astuces pratiques pour protéger l'écran et optimiser la batterie

Télécharger et utiliser des applications :

- Présentation des outils essentiels pour enrichir votre quotidien numérique

2. Découvrir les réseaux sociaux (1h30)

Apprenez à naviguer en toute sécurité sur les principales plateformes sociales.

Définition et création d'un compte :

- Introduction aux réseaux sociaux et à leur fonctionnement

Précautions de sécurité :

- Protéger son compte contre le piratage
- Préserver sa vie privée en ligne

Découverte des réseaux sociaux populaires :

- Facebook, Instagram, WhatsApp, Snapchat, X (anciennement Twitter), TikTok, et bien d'autres.

3. Éviter les arnaques en ligne (1h30)

Protégez-vous des tentatives de fraude numérique.

Phishing (hameçonnage) :

- Sensibilisation aux techniques utilisées par les fraudeurs
- Conseils pour identifier et éviter les arnaques
- Que faire en cas d'arnaque avérée ?

Appels indésirables :

- Comment reconnaître et se débarrasser des appels non sollicités

Cookies et traces de navigation :

- Comprendre ce que sont les cookies et leur impact sur vos données personnelles
- La réglementation européenne et la gestion de vos informations en ligne

4. Sécuriser ses données personnelles (1h30)

Apprenez à sécuriser vos informations personnelles et à éviter les risques en ligne.

Mots de passe :

- Techniques pour créer des mots de Passe solides
- Importance de la double authentification pour protéger vos comptes

Achats et équipements :

- Reconnaître les sites frauduleux sécuriser vos transactions
- Protéger vos appareils avec des logiciels de sécurité, mises à jour et sauvegardes régulières

AU CHOIX :

5a. Mieux comprendre les usages numériques des adolescents (1h30)

Décryptez les pratiques numériques des jeunes pour mieux les accompagner.

Les écrans au quotidien :

- À quel âge ont-ils leur premier smartphone ?
- Temps d'écran, usages et équilibre

Réseaux sociaux préférés :

- Snapchat, TikTok, Instagram, YouTube...
- Leurs codes, leurs spécificités, leurs fonctions

Risques et prévention :

- Contenus choquants, cyberharcèlement, surexposition
- Contrôle parental et dialogue familial

ou :

5b. Découvrir l'intelligence artificielle (1h30)

Comprenez les bases de l'IA et apprenez à l'utiliser de façon responsable.

L'IA, c'est quoi ?

- Définitions et grandes étapes de son évolution
- Applications au quotidien et au travail

IA générative :

- Fonctionnement et outils (texte, image, son, vidéo)
- Exemples concrets d'usages

Créer un bon prompt :

- Les clés pour obtenir des réponses pertinentes
- Exercices pratiques et mises en situation

Bonnes pratiques :

- Esprit critique face aux biais et erreurs
- Impact environnemental et usages responsables