

ATELIER NUMERIQUE

SIONIAC

L'objectif de ce programme est de permettre à chacun de devenir autonome dans l'usage de l'outil informatique et la navigation sur internet.



EN PRATIQUE

10 séances de 2h - 1 séance par semaine

Inscription obligatoire au **05 55 49 85 57**

Groupe d'une dizaine de personnes

Atelier
GRATUIT

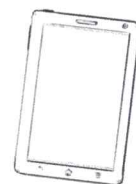
1^{ère} séance le
Mardi 13 octobre
de 14h à 16h

Salle de la mairie
594 route du Bourg
19120 Sioniac

En partenariat avec :



Tablette fournie à chaque séance



ASEPT du Limousin

1 Impasse Sainte Claire 87041 LIMOGES CEDEX 1 - Tél : 05 55 49 85 57

DETAIL DU PROGRAMME

**Atelier
GRATUIT**

SEANCES	DATES	THEMES
SEANCE 1	13 octobre	Diagnostic, attentes et leviers motivationnels Repérer son niveau d'autonomie numérique et identifier ses objectifs / Se familiariser avec le vocabulaire numérique / Echanges et discussion pour déconstruire les appréhensions
SEANCE 2	20 octobre	Découverte et réassurance Découvrir l'usage de base de la tablette / Identifier les différentes parties de la tablette / Manipuler les fenêtres / Sélectionner et se déplacer / taper un texte
SEANCE 3	27 octobre	Maîtrise des usages Identifier les applications / mettre en veille Télécharger et installer une application Utiliser l'appareil photo / l'album photo
SEANCE 4	03 novembre	S'informer sur internet Ouvrir un navigateur, rechercher avec mots clés, choisir le résultat Naviguer (bouton précédent, suivant, actualiser, onglets...)
SEANCE 5	10 novembre	Sécurité et numérique Connaitre les intérêts d'avoir un antivirus, gérer les mises à jour, les « cookies » et « pop-up » / Repérer les garanties de sécurité en ligne / Comprendre la notion de mot de passe et savoir en créer un sécurisé
SEANCE 6	17 novembre	Communiquer via l'email et les réseaux sociaux Utiliser sa boîte mail / Apprendre à connaître et savoir utiliser les sites ou applications de communication
SEANCE 7	24 novembre	Savoir utiliser les principaux sites ou applications administratifs de mobilité et de services en ligne Utiliser Internet pour réaliser les démarches administratives / Savoir utiliser les sites ou applications de navigation / Apprendre à connaître et savoir utiliser les sites ou applications d'achat en ligne
SEANCE 8	1er décembre	Jeux et application bonne pour la santé sur tablette Nutrition / Bien être / Sommeil / Mémoire...
SEANCE 9	08 décembre	MON ESPACE SANTE Présentation de l'espace « mon espace sante »
SEANCE 10	05 janvier 2027	Bilan collectif et individuel de l'atelier

Réalisé et imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique