



Comment ça fonctionne ?

Une réunion publique suivie de 8 séances thématiques de 2h30 chacune

8 à 10 participants

Prêt de tablettes numériques

Un programme qui s'adapte aux niveau et besoins du groupe avec une alternance de théorie et d'exercices pratiques

Des animateurs formés à l'accompagnement numérique

Pauses conviviales prévues par l'Asept



L'Asept Bretagne propose des ateliers numériques sur tablettes, animés par des professionnel(e)s formé(e)s. Il s'agit de promouvoir l'utilisation du numérique comme vecteur de lien social, de mobilité, d'accès aux droits, d'ouverture sur l'information et sur le monde.

A destination de **personnes éloignées du numérique**, ces ateliers ont pour objectifs de dépasser les différentes fractures face au numérique, de favoriser l'apprentissage de nouveaux usages et de permettre aux personnes de reprendre confiance en leurs capacités.

Ces actions, labellisées « Pour Bien Vieillir », sont organisées avec le soutien financier de Pour Bien Vieillir Bretagne, et de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie (CFPPA) du département.

Programme de l'atelier

Réunion publique

Comprendre les enjeux du numérique et ses opportunités. Présentation de l'atelier. **Test de niveau et inscriptions.**

Séance 1 et 2 : Découvrir la tablette numérique

Déconstruire les appréhensions sur le numérique.

Maîtriser les fonctionnalités de base de la tablette :

Allumer/éteindre, gérer les paramètres et les notifications, manipuler les fenêtres, utiliser les gestes utiles, taper un texte etc.

Séance 3 : Maîtriser ma tablette numérique

Identifier – télécharger – installer les applications, utiliser l'appareil photo, gérer ses fichiers/dossiers, utiliser l'explorateur de fichiers etc.

Séance 4 : S'informer sur internet

Connecter son outil à internet, Ouvrir un navigateur, effectuer une recherche avec mots clés, sélectionner les résultats, naviguer sur internet etc.

Séance 5 : Sécurité et Numérique

Sécuriser ma tablette et sa navigation, repérer les garanties de sécurité en ligne, rechercher une solution à un problème numérique etc.

Séance 6 : Communiquer via l'e-mail et les réseaux sociaux

Utiliser une boîte mail, envoyer des pièces jointes, classer/supprimer les mails, les mails frauduleux, les réseaux sociaux, les fakes news, les messageries instantanées etc.

Séance 7 : Faire une démarche en ligne

Compléter un formulaire, créer son espace personnel sur le site de sa caisse de retraite, sécuriser mes démarches en ligne, effectuer un achat en ligne etc.

Séance 8 : Bilan des ateliers

Observer l'évolution de l'autonomie numérique des participants, relayer vers l'offre de services du territoire, informer sur les ateliers de prévention Pour Bien Vieillir Bretagne.