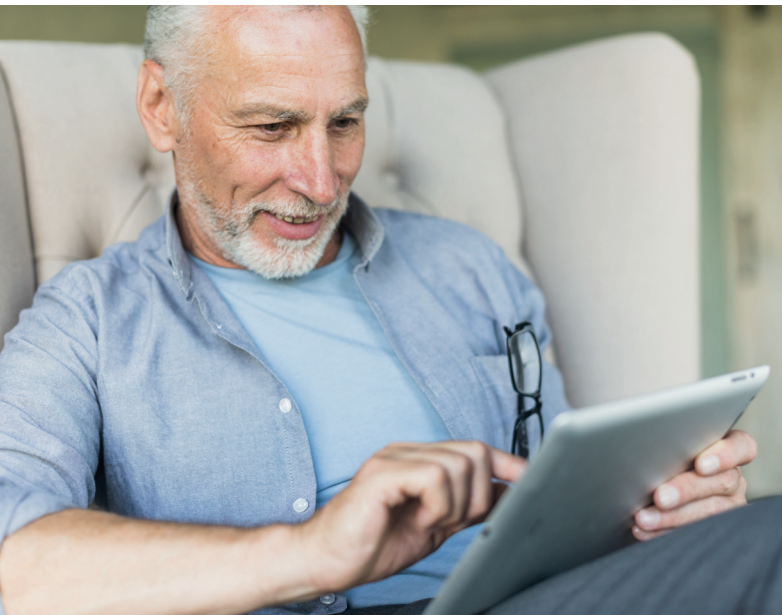


## POURQUOI PARTICIPER AU CYCLE D'ATELIERS ?

- Se familiariser à l'usage d'Internet grâce à l'appropriation de la tablette tactile
- Devenir autonomes dans ses démarches administratives en ligne, se faciliter l'accès aux droits
- Rompre l'isolement et créer du lien social de proximité
- Participer à une dynamique sociale durable de proximité
- Avoir confiance en ses propres capacités et développer davantage d'estime de soi
- S'équiper en matériel numérique pour pérenniser l'usage



Vous souhaitez vous inscrire au cycle d'ateliers ?

Merci de transmettre le coupon d'inscription à :

### ASEPT des Pays de la Loire

2 impasse de l'Esperanto  
44800 SAINT HERBLAIN

02 40 41 30 28

contact@aseptpdl.fr

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Les ateliers numériques :  
je me familiarise  
avec la tablette tactile



Le label "Pour bien vieillir" permet d'identifier les actions de prévention proposées par vos caisses de retraite et leurs partenaires. Elles vous sont proposées via l'ASEPT des Pays de la Loire.

[www.aseptpdl.fr](http://www.aseptpdl.fr)

Association santé  
éducation et prévention  
sur les territoires  
Pays de la Loire



SÉCURITÉ  
SOCIALE  
INDÉPENDANTS



CNRACL  
Le réseau des associations  
retraites et indépendants



L'essentiel & plus encore



Carsat  
Retraite au travail  
Pays de la Loire



ars  
Maison Retraite & Santé  
Pays de la Loire



UNIRC  
RETRAITE & SOLIDARITÉ



fenara  
Au service de l'ensemble



Généralions  
Mouvement  
Les idées Reviennent



Mutualia  
GRAND OUEST



MUTUALITÉ  
FRANÇAISE  
PAYS DE LA LOIRE



enim  
Le régime social  
des artisans



Association santé  
éducation et prévention  
sur les territoires  
Pays de la Loire

Pour participer à nos ateliers,  
contactez nous à l'adresse indiquée au dos

## Avez-vous déjà entendu ?

« J'ai téléchargé cette recette de cuisine. »

« Il a fait sa déclaration d'impôt en ligne »

« Tu devrais faire un skype avec ton petit-fils ! »

**Ce langage vous est inconnu ?  
Plus pour longtemps !**

**Si vous souhaitez vous familiariser avec la tablette tactile et apprendre à utiliser Internet, des ateliers numériques sont proposés près de chez vous.**

### DES ATELIERS NUMÉRIQUES POUR QUI ?

Pour tous ceux qui ont 60 ans et plus, quel que soit leur régime de protection sociale.

### COMMENT SE DÉROULE LE CYCLE D'ATELIERS ?

**10 séances de deux heures chacune** sont organisées au sein d'une structure située à proximité de chez vous. Il s'agit de la Mairie, du CLIC, de la Maison de service au public (MSAP), du Centre socio-culturel ou autre professionnel de l'accueil, de l'information ou de l'accompagnement.

Les ateliers sont animés par des professionnels du numérique et de l'animation.

Par groupe de 8 personnes, en toute convivialité, vous vous familiarisez avec la tablette tactile et l'usage d'Internet.

Une participation de 10 € est demandée pour l'ensemble du cycle.

Chaque participant s'engage à suivre l'intégralité du cycle.

### LES ATELIERS

Un cycle de **10 ateliers** pour s'initier au numérique :

- Prendre en main la tablette tactile
- Se familiariser avec la saisie de texte, le clavier tactile
- Se connecter au Wifi, faire une recherche sur Internet
- Créer une adresse mail, écrire et envoyer un e-mail
- Paramétrer la tablette acquise durant la formation
- Se familiariser avec le *store* : rechercher, sélectionner, télécharger une application, ouvrir et supprimer une application
- Installer et utiliser Skype
- Acheter en ligne
- Apprivoiser l'accès aux droits sur Internet
- Bilan et échanges

### BULLETIN DE PARTICIPATION AUX ATELIERS NUMÉRIQUES

**Je suis intéressé(e) pour participer au cycle d'ateliers numériques.**

**Je m'inscris :**

NOM : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse :

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

N° téléphone :

\_\_\_\_\_

Adresse mail (si déjà créée) :

\_\_\_\_\_ @ \_\_\_\_\_



*Merci de transmettre ce coupon d'inscription par courrier à l'ASEPT des Pays de la Loire ou bien auprès de la structure partenaire qui vous a fait connaître ces ateliers.*