

## Accompagnement au numérique



### **Vous êtes séniors (retraité ou en emploi), un jeune éloigné de l'emploi**

Si vous n'êtes pas à l'aise avec l'outil informatique, sachez qu'il n'est jamais trop tard pour commencer à en apprendre toutes les subtilités. Nous vous proposons un accompagnement en informatique et nous nous adaptons au niveau de compétences de chacun des participants. L'ensemble des démarches administratives de l'état sont de plus en plus dématérialisée et à faire en ligne sur internet. Nous pouvons vous accompagner. Il est toujours enrichissant de découvrir de nouvelles choses tant au niveau culturel, intellectuel que social.

### **Comment ça marche?**

Cet accompagnement est intégralement financés grâce aux **chèques APTIC**. C'est très simple, il vous suffit de retirer un carnet de chèque APTIC à l'**ADMR de Campan** et ensuite de vous mettre en contact avec l'association **Les Amis de Madame Campan** qui organise les ateliers.

Nous adaptons les ateliers selon votre maîtrise des outils informatiques, les ateliers peuvent être individuels ou collectifs selon votre niveau. Les ateliers ont lieu au **musée Carrefour des Patrimoines à Campan** (à côté de l'ADMR) et Pierre Lesclauze notre animateur se fera un plaisir de vous accueillir.



### Grâce au pass bénéficiez des services de médiation numérique

- Maîtriser vos démarches en ligne
- Sécuriser vos informations personnelles
- Communiquer avec vos proches
- Collaborer efficacement à distance
- Découvrir de nouveaux outils utiles

**SAMC** Société des Amis de Madame Campan

**AG2R LA MONDIALE**

**ADMR**  
la référence du service à la personne  
pour tous, toute la vie, partout  
CAMPAN HAUT-ADOUR 05 62 91 61 14  
40, rue du Gal Leclerc - 65710 CAMPAN

- Demandez un carnet de chèques à l'ADMR de Campan et Profitez d'un accompagnement entièrement financé par les services de l'État.
- Le ateliers ont lieu au Musée Carrefour des Patrimoines en compagnie de l'animateur Pierre Lesclauze.

# Comprendre le numérique et l'univers d'internet

## Eveil internet avec ordinateur et WIFI ou tablette ou smartphone

### naviguer et communiquer sur internet

- Les fournisseurs d'accès à Internet
- Les moyens de connexion à Internet
- Apprendre à naviguer sur Internet
- Effectuer vos recherches sur le Web
- Faire ses démarches en ligne (CAF, Impôts, carte grise, Assurance maladie...)
- Commander avec sa carte Bleue
- France-Connect: Se connecter simplement aux services en ligne de l'Etat.
- Comprendre les réseaux sociaux (Facebook, Instagram, Twitter, TikTok...)
- Quels outils pour communiquer avec ses proches (Whatsapp, Messenger...)
- Sécuriser ses comptes et ses accès

Ateliers  
d'une heure  
renouvelables  
et adaptés au niveau  
et au contenu

## Maîtriser les outils

### S'informer et apprendre

#### Atelier #1 Apprendre à utiliser son ordinateur

- Apprendre les tâches élémentaires : démarrer, éteindre, redémarrer.  
Installer et supprimer un programme.
- Organiser et trouver ses fichiers : apprendre les fonctions indispensables (copier-coller, déplacer, renommer, aide sur les clics gauche et droit),
- Effectuer une sauvegarde régulière de ses photos et fichiers afin de les protéger : disque dur externe, ou clé USB,
- Personnaliser son ordinateur : couleurs, fond d'écran, mot de passe.

#### Atelier #2 Apprendre à utiliser sa tablette tactile

- Gérer sa tablette : allumer, éteindre, activer le wifi
- Télécharger, organiser et supprimer une application sur Google Play ou l'App Store
- Personnaliser sa tablette : fond d'écran, sons et images,
- Consulter ses mails,
- Utiliser l'application photo, trier et partager ses photos,
- Gérer le multimédia : écouter de la musique, utiliser Youtube,
- Apprendre à imprimer depuis sa tablette.

#### Atelier #3 Apprendre à utiliser son smartphone

- Apprendre les tâches élémentaires : démarrer, éteindre, redémarrer.  
Installer et supprimer un programme.
- Organiser et trouver ses fichiers : apprendre les fonctions indispensables (copier-coller, déplacer, renommer, aide sur les clics gauche et droit),
- Effectuer une sauvegarde régulière de ses photos et fichiers afin de les protéger : disque dur externe, ou clé USB,
- Personnaliser son ordinateur : couleurs, fond d'écran, mot de passe.

Cours  
individuels  
ou en groupe

#### Musée Carrefour des Patrimoines

40, rue du Général Leclerc  
65710 CAMPAN  
amis.de.madame.campan@orange.fr  
05 62 91 72 91

#### ADMR Campan, Haut-Adour

40, rue du Général Leclerc  
65710 CAMPAN  
admr.campan@fede65.admr.org  
05 62 91 61 14