

Agenda des ateliers

Atelier 6 : Communiquer avec sa tablette

Télécharger de nouvelles applications en toute sécurité pour échanger, partager avec ses proches et rester en contact à distance (application de messagerie instantanée, réseaux sociaux, etc.).

Atelier 7 : Le numérique pratique

- Télécharger des applications santé (Assurance maladie, mutuelles, etc.).
- Créer son compte puis s'identifier.
- Se familiariser avec celles-ci pour suivre ses remboursements sécurité sociale et/ou mutuelle, s'informer sur sa santé, etc.

Atelier 8 : Pour aller plus loin...

- Concrétiser son expérience et pratiquer.
- Utiliser des applications selon ses envies / affinités et/ou besoins.
- Faire le point sur les apprentissages et les nouveaux acquis.

Actions réalisées dans le respect des règles sanitaires en vigueur et des mesures mises en place dans le cadre du pass sanitaire.

**ATELIERS
GRATUITS**
sur inscription
par téléphone
au 04 99 58 88 90

9h - 12h30 / 13h30 - 17h30
du lundi au jeudi
et jusqu'à 17h le vendredi

Inscription valable
pour l'ensemble
des 8 ateliers
dans une même ville.



ATELIERS SANTÉ

Seniors connectés :
mes débuts !

GRATUITS
sur inscription

Actions réalisées
dans le respect des
règles sanitaires
en vigueur et des
mesures mises en
place dans le cadre
du pass sanitaire.



Union régie par le code de la Mutualité - N° SIREN - 4318 320 632 - Communication MFO 2021 - Crédit photo : Adobe Stock



**DU 4 OCTOBRE
AU 6 DÉCEMBRE**



**PAMIERS (10h / 12h)
RIEUCROS (14h / 16h)**

Adresses communiquées
lors de l'inscription

Partenaires :



Internet, les nouvelles technologies (tablette, smartphone) sont une véritable révolution. Apprendre à s'en servir en toute sécurité est un moyen de faciliter les démarches administratives, de découvrir des sites de santé certifiés et de communiquer avec ses proches.

Programme

La Mutualité Française vous invite à un cycle de 8 ateliers, axés sur la manipulation des tablettes* et la personnalisation de leur usage en lien avec la santé. Ces ateliers vous sont proposés dans deux villes proches de chez vous :

Rendez-vous à Pamiers !

Les ateliers auront lieu de 10h à 12h.

- lundi 4 octobre
- lundi 11 octobre
- lundi 18 octobre
- lundi 25 octobre
- lundi 8 novembre
- lundi 15 novembre
- lundi 22 novembre
- lundi 29 novembre

Rendez-vous à Rieucros !

Les ateliers auront lieu de 14h à 16h.

- lundi 11 octobre
- lundi 18 octobre
- lundi 25 octobre
- lundi 8 novembre
- lundi 15 novembre
- lundi 22 novembre
- lundi 29 novembre
- lundi 6 décembre

* Une tablette sera gracieusement mise à votre disposition lors des ateliers.

**ATELIERS
GRATUITS**
sur inscription
par téléphone
au 04 99 58 88 90

9h - 12h30 / 13h30 - 17h30
du lundi au jeudi
et jusqu'à 17h le vendredi

Inscription valable
pour l'ensemble
des 8 ateliers
dans une même ville.

Description des ateliers

Atelier 1 : Initiation et découverte de la tablette

- Pourquoi choisir une tablette plutôt qu'un ordinateur ?
- Apprendre à allumer et éteindre une tablette.
- Se familiariser avec le tactile.
- Savoir utiliser les applications « appareil photo » et « galerie ».

Atelier 2 : Connexion internet et réseaux

- Découvrir les connexions internet (wifi, box, etc.).
- Connaître le nom du réseau auquel se connecter et son code wifi.
- Savoir se connecter à internet en autonomie.

Atelier 3 : Navigation sur internet

- Faire la différence entre un navigateur et un moteur de recherche.
- Connaître les différents navigateurs et les différents moteurs de recherche et faire un choix.
- Savoir utiliser son navigateur, ses paramètres et ses multiples onglets, savoir effectuer des recherches.
- Naviguer sur internet.

Atelier 4 : Création de compte

- Créer une adresse mail, choisir un mot de passe pour garantir la confidentialité de ses données.
- Noter ses identifiants et mots de passe dans un répertoire alphabétique.
- Accéder à sa boîte de messagerie.

Atelier 5 : Utilisation d'e-mails (messagerie - courriers électroniques)

- Se connecter à son compte de messagerie avec son identifiant et son mot de passe.
- Reconnaître un courriel frauduleux.
- Insérer et envoyer des pièces jointes (documents, photo, etc.).

Suite au dos ->