moisenior
bien vieillir dans l'Aude

Avec l'appui des Espaces Seniors du Département de l'Aude

Coup de pouce connexion

Animé par :
La MSA SERVICES GRAND SUD

Nous vous proposons un atelier informatique de 8 séances de 3h00 pour apprendre à manier un ordinateur et surfer sur Internet.

Vous êtes débutant ?
Les séances s'adaptent à votre niveau nous prendrons le temps qu'il faudra.

Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Aude.

QUOTIDIEN ATELIER

DATE

02
Septembre 2025

09h-12h

LIEU

Antugnac
Salle des Associations
14 Rue du Lavoir

INFOS

Atelier gratuit sur inscription au 04 68 11 77 33

Places limitées

Proposé par

Autonomie des seniors | Conférence des financeurs | Aude

Le programme

ATELIER 1

02 Sept 2025

09h-12h

Présentation et tour de table,
Premiers pas,
Branchements et périphériques,
Découverte du clavier

ATELIER 2

09 Sept 2025

09h-12h

Utilisation du clavier
Mise en pratique avec un outil traitement de texte
Fonction enregistrer son document

ATELIER 3

16 Sept 2025

09h-12h

Menu démarrer, les paramètres
Barre de tâches, bureau, explication des icônes
Découverte de l'explorateur de fichiers

ATELIER 4

23 Sept 2025

09h-12h

Gestion des dossiers : créer, supprimer, copier , coller...
Gestion des fichiers : fonction enregistrer...
Principaux raccourcis

ATELIER 5

30 Sept 2025

09h-12h

Découverte d'Internet, du navigateur
Navigation sécurisée
Bonnes pratiques pour un usage serein

ATELIER 6

07 Oct 2025

09h-12h

Points sur les expériences
Réponse aux problématiques
France Connect et démarches administratives en ligne

ATELIER 7

14 Oct 2025

09h-12h

Création d'une adresse mail, envoyer, recevoir, classer,
Gérer ses contacts...
Utilisation sécurisée de la messagerie

ATELIER 8

21 Oct 2025

09h-12h

Retour sur les apprentissages
Application ICOPE, Mobil'aude
Partage de ses applications préférées

Des places libres dans votre véhicule, ou pas de solution de transport pour vous rendre à cet atelier ?

Avez-vous pensé au covoiturage ?

Pour covoiturer :

Association la Trame : **04 11 66 99 12**

En partenariat avec la plateforme départementale de covoiturage Mobil Aude
https://mobil.aude.fr