

5 bonnes raisons de **participer** à notre **atelier**

- ① Découvrir les bases de l'utilisation d'une **tablette numérique et d'internet**,
- ② **Épater** ses proches déjà connectés et **gagner en confiance**,
- ③ **Rester ouvert sur le monde** et communiquer différemment,
- ④ **Créer des liens et échanger** avec les participants,
- ⑤ Profiter d'actions près de chez soi, dans une **ambiance conviviale**.



Toutes ces actions sont conçues, soutenues et financées par :



Pour en savoir plus ou vous inscrire, contactez l'ASEPT de votre département :

ASEPT Gironde
13 rue Ferrère - 33052 Bordeaux
05 57 99 79 39
contact@asept-gironde.fr

www.asept-gironde.fr



Atelier
Numérique

Et si on se connectait ?



aggeios.fr - Certified Corporation - Crédit photo : ©Adobe Stock - Images générées par une IA - Ne pas jeter sur la voie publique.



Dès **55 ans**,
j'**adopte**
les **bons réflexes**
avec l'**atelier**
Numérique



**1 cycle de
6 séances**



2 h 00 par semaine



par petits groupes de
8 personnes

GRATUIT



Proche
de chez vous

*Bon à savoir :
des outils numériques sont mis
à votre disposition durant les séances.*

*Chaque participant s'engage
à suivre le cycle complet de l'atelier.*

L'atelier **Numérique**

au programme

Séance 1

Premiers pas sur la tablette

Savoir se connecter et découvrir comment naviguer en autonomie sur internet..

Séance 2

Échanger avec ses proches

Savoir utiliser une messagerie électronique, découvrir les réseaux sociaux.

Séance 3

La tablette et les loisirs

Savoir télécharger et utiliser les applications : jeux, musique, recettes de cuisine...

Séance 4

Les démarches administratives

Apprendre à gérer ses droits en ligne : espace santé, espace retraite, services publics...

Séance 5

Rester informé

Accéder aux actualités nationales et locales, naviguer sur le site de sa commune et des associations locales.

Séance 6

Tablette et prévention santé

S'informer des actions proches de chez vous et s'inscrire en ligne.

Conçu de manière pédagogique, cet atelier est **animé par des professionnels** et axé sur la convivialité entre les participants.

Notre méthode interactive conjugue partage d'expériences, mise en situation et recherche de solutions simples.