

## Présentation Seniors connectés

► Ateliers animés par un professionnel de l'informatique pour expliquer, conseiller et initier aux outils numériques tels que le téléphone mobile appelé "smartphone", la tablette numérique et l'ordinateur

► Vous pouvez participer à ces ateliers que vous soyez équipés ou non d'un appareil

*Il est précisé pour chaque atelier si vous devez être équipé ou non*

► Ateliers en groupes de 4 à 8 personnes adaptés à tous les niveaux :

**grand débutant :** vous n'avez jamais utilisé d'ordinateur/smartphone et aimeriez découvrir ces outils à votre rythme

**débutant :** vous n'avez presque jamais utilisé un ordinateur ou un smartphone et aimeriez revoir les bases

**intermédiaire :** vous savez utiliser les fonctionnalités de base mais aimeriez découvrir de nouveaux usages

*le niveau requis est précisé pour chaque atelier*

**Inscription obligatoire par téléphone pour chacun des ateliers UNIQUEMENT à ce numéro  
07 64 62 28 78**

*merci de nous prévenir en cas d'indisponibilité*

## Lieux et adresses où se dérouleront les ateliers Seniors connectés

### Centre socioculturel Simone Veil

74 rue Jules Adeline, 76100 Rouen  
02 76 08 89 34

Métro: arrêt Honoré de Balzac  
F7 : arrêt Centre Social

### Cyberbase

29 rue César Franck, 76000 Rouen  
02 32 19 65 90

TEOR 2 : arrêt Couperin

### MJC Grieu

3 rue de Genève, 76000 Rouen  
02 35 71 94 76

TEOR 2 et 3 : arrêt Deux rivières  
Bus 22 : arrêt Hallettes

### MJC Rouen Rive Gauche

Place de Hanovre, 76100 Rouen  
02 32 81 53 60

Métro : arrêt Saint Sever  
F1 et F9 : arrêt Place Saint Sever

### Maison des Aînés

24 rue des Arsins, 76000 Rouen  
02 32 08 60 80

F1, Bus 11, 15, 22 : arrêt Hôtel de Ville  
F2, F7 et Bus 20 : arrêt Beaux Arts

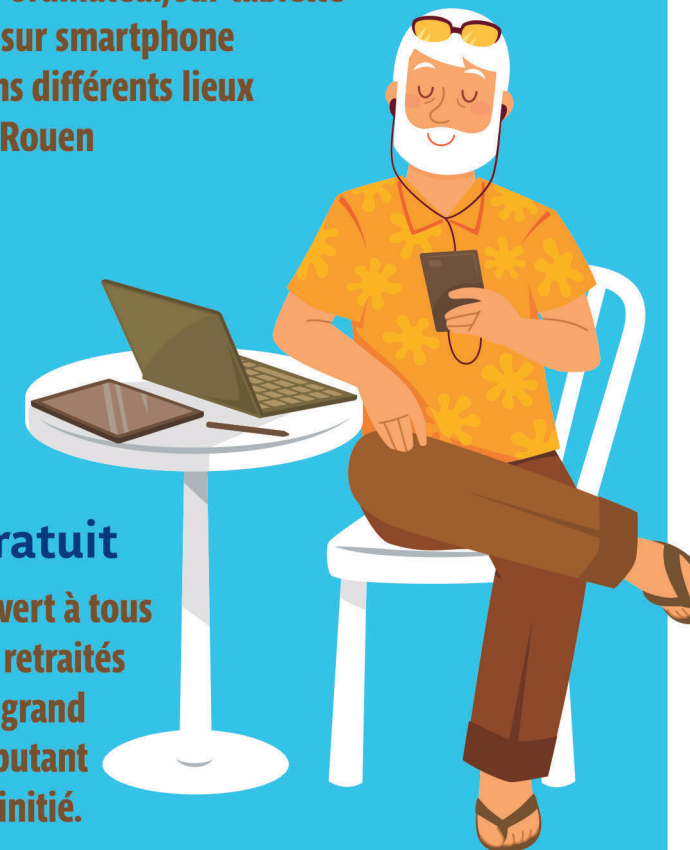


# Séniors connectés

Novembre 2022

## Ateliers numériques

sur ordinateur, sur tablette  
ou sur smartphone  
dans différents lieux  
de Rouen



**Gratuit**

Ouvert à tous  
les retraités  
du grand  
débutant  
à l'initié.

**Renseignements  
et inscriptions  
par téléphone au 07 64 62 28 78**



## Programme novembre 2022

### Réunions de présentation du dispositif Seniors connectés

→ *Ne pas apporter de matériel*

- vendredi 4 novembre, 14h-15h  
à la Maison des Aînés
- mardi 8 novembre, 10h-11h  
à la Cyberbase
- jeudi 10 novembre, 10h-11h  
au centre socioculturel Simone Veil
- jeudi 10 novembre, 14h-15h  
à la MJC Rouen Rive Gauche
- vendredi 18 novembre, 10h-11h  
à la MJC Grieu

### Parcours initiation sur ordinateur pour grands débutants et débutants

à la Cyberbase

Attention, inscription nécessaire  
aux 3 ateliers

→ *Ne pas apporter de matériel*

- **Manipuler la souris et le clavier (1/3)**  
mardi 15 novembre, 10h-12h  
*Nous apprendrons comment bien utiliser la souris, cliquer et taper sur un clavier*
- **Ecrire un texte sur l'ordinateur (2/3)**  
mardi 22 novembre, 10h-12h  
*Nous utiliserons les fonctionnalités du clavier pour écrire ce que l'on veut et bien présenter un texte*
- **Organisation de l'ordinateur (3/3)**  
mardi 29 novembre, 10h-12h  
*Nous ferons connaissance avec les outils que l'on peut utiliser sur un ordinateur*

### Ateliers initiation sur smartphones et/ou tablettes pour débutants

→ *Apportez votre tablette et/ou smartphone*

- **Réglages de base et personnalisation de son smartphone/sa tablette**  
vendredi 18 novembre, 14h-16h  
à la Maison des Aînés  
*Nous vous montrerons comment paramétrer votre appareil pour une utilisation quotidienne simple*
- **Comment utiliser son écran tactile**  
jeudi 24 novembre, 10h-12h  
au centre socioculturel Simone Veil  
*Nous nous entraînerons à utiliser au mieux l'écran tactile et découvrirons toutes ses fonctions*

### Apprendre à communiquer via le numérique pour les débutants

→ *Apportez votre ordinateur portable ou tablette ou smartphone*

- **Créer et gérer sa boîte mail**  
jeudi 17 novembre, 14h-16h  
à la MJC Rouen Rive gauche  
*Nous apprendrons comment lire et envoyer des messages, documents, images grâce aux mails*

### Utiliser son ordinateur pour les débutants (bureautique)

→ *Apportez votre ordinateur portable*

- **Ecrire un texte et utiliser le "copier-coller"**  
jeudi 24 novembre, 14h-16h  
à la MJC Rouen Rive gauche  
*Nous étudierons les outils pour mettre en forme un texte et le reproduire grâce au "copier-coller"*

### Le numérique dans la vie quotidienne pour débutants et intermédiaires

Atelier sur ordinateurs, tablettes et smartphone

→ *Prêt de tablettes sur place ou apportez votre PC portable, tablette et/ou smartphone*

- **Utiliser internet, faire des recherches**  
vendredi 25 novembre, 14h-16h  
à la Maison des Aînés  
*"Combien mesure la tour Eiffel?" "Quelle est la recette du pot-au-feu?" Internet peut répondre à (presque) toutes vos questions. Nous apprendrons comment faire une recherche sur Internet*

### Réunions d'informations collectives

Temps d'informations et d'échanges  
autour d'un thème

→ *Ne pas apporter de matériel, juste de quoi noter*

- **Comment choisir son smartphone?**  
jeudi 17 novembre, 10h-12h  
au centre socioculturel Simone Veil  
*Quand on souhaite acheter un téléphone et qu'on n'y connaît rien, il est difficile de s'y retrouver! Prix, marque, taille, appareil photo...les critères sont nombreux. Nous verrons comment se repérer.*
- **Vérifier les informations sur internet**  
vendredi 25 novembre, 10h-12h  
à la MJC Grieu  
*Beaucoup d'infos circulent sur internet, nous vous donnerons des conseils pour décrypter le vrai du faux*

**Adresses des structures et modalités d'inscription au verso**