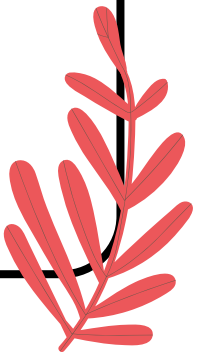


CATALOGUE ATELIERS NUMÉRIQUES



Notre association, créée en 2019, est spécialisée dans l'accompagnement au numérique.

Nous proposons des ateliers pour seniors selon deux axes principaux.

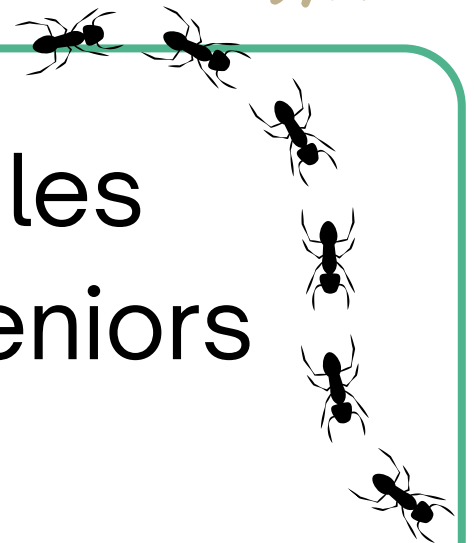


QU'EST-CE QUE LES ATELIERS NUMÉRIQUES PEUVENT VOUS APPORTER ?

1/ Améliorer l'autonomie des
personnes âgées



2/ Maintenir et améliorer les
capacités cognitives des seniors
en s'amusant



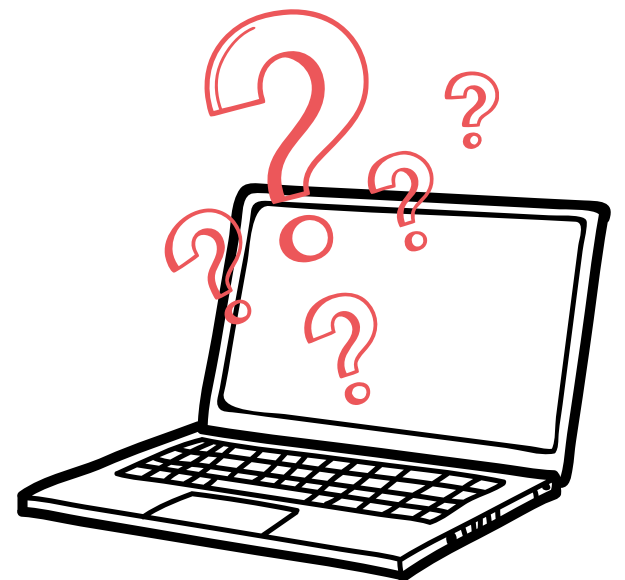
1/ ATELIERS POUR AMÉLIORER L'AUTONOMIE DES PERSONNES ÂGÉES

- Prise en main de l'ordinateur
- Prise main de son téléphone ou de sa tablette
- Recherche sur internet
- Apprendre a passer des appel vidéos avec la famille ou les amis
- Gérer des photos et crée des souvenirs numériques
- Installer des jeux en ligne et jouer
- Apprendre à chercher et regarder des vidéos
- Maîtriser le traitement de texte
- Prévention des arnaques
- Apprendre à faire ses démarches administratives et de santé en ligne

PRISE EN MAIN DE L'ORDINATEUR

Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome avec un ordinateur :

- Boîte mail (prise en main, envoi, rédaction, consultation des mails, partages et téléchargement de pièces jointes)
- Paramètres généraux Windows
- Maintenance de base (savoir faire ses mises à jour logiciel)
- Savoir nommer/reconnaître et prendre en main les différents éléments (clavier, tour, souris, pad...)

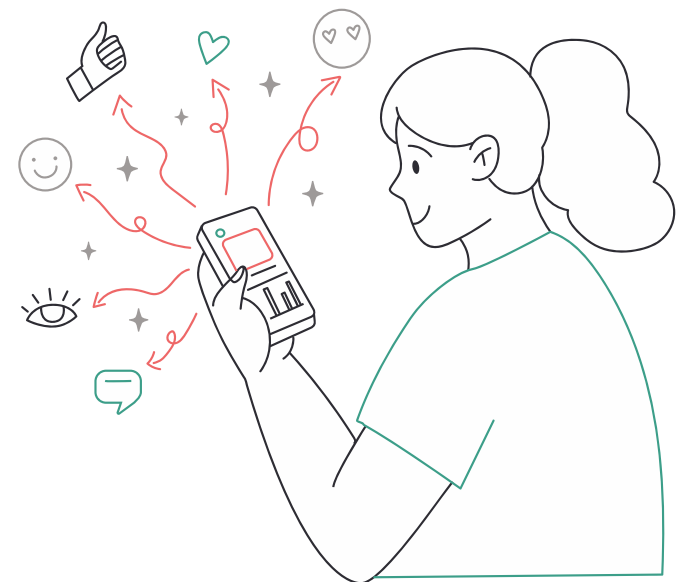




PRISE EN MAIN DE SON TÉLÉPHONE OU DE SA TABLETTE

Le but de cet atelier est d'être autonome avec son téléphone :

- Appels (maîtriser le glissement pour décrocher, accéder à ses contacts, agrandir les messages sur l'écran pour faciliter la lecture, etc.)
- Paramètres (stockage, sonneries et fonds d'écran, désactiver les notifications, désinstaller les applications, etc.)
- Maintenance (mise à jour logiciel, applications, etc.)



RECHERCHE SUR INTERNET



Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome pour faire des recherches sur internet :

- Ajouter ou supprimer un onglet
- Utiliser le navigateur (mots clés, recherches vocales, actualiser, télécharger des images...)
- Créer des favoris
- Copier un lien et le partager
- Supprimer les historiques
- Consulter l'actualité



APPRENDRE À PASSER DES APPELS VIDEOS AVEC LA FAMILLE ET LES AMIS



Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome pour être en lien avec ses proches :

- Via les réseaux sociaux (Whatsapp...) prise en main de base
- Activer caméra et micro, inviter à une visioconférence par mail ou en partageant un lien (Teams, Zoom)
- Se créer un compte, faire des groupes...



GÉRER DES PHOTOS ET CRÉER DES SOUVENIRS NUMÉRIQUES

Le but de cet atelier est de savoir maîtriser l'arborescence de ses souvenirs préférés :

- Diaporama des photos de l'année
- Album photo
- Classer dans l'explorateur de fichiers avec hiérarchie (nom des dossiers/fichiers)
- Personnalisation (ajout de phrases, stickers, etc.) exploitation dans Canva

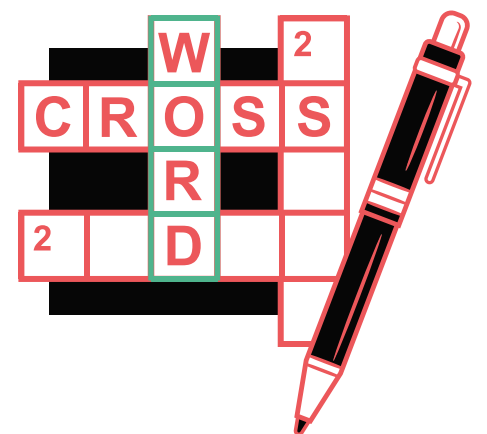


INSTALLER DES JEUX EN LIGNE ET JOUER



Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome pour s'amuser et apprendre :

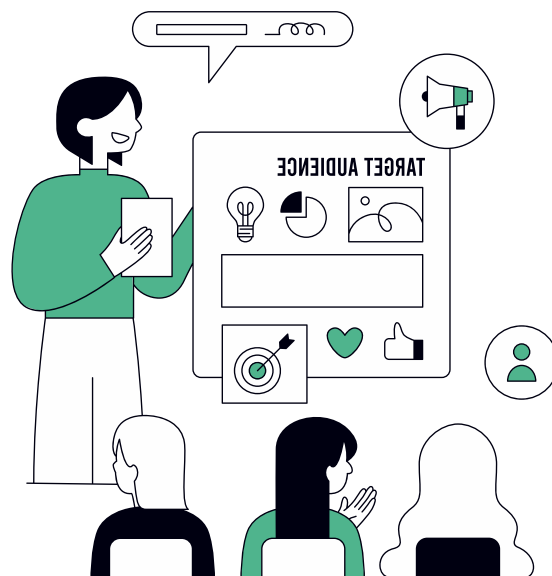
- Mots croisés, scrabble, belote, coloriage
- Découverte/utilisation des différents stores sur smartphone (PlayStore ou AppleStore)
- Téléchargement/installation de jeux sur ordinateur (Microsoft Store ou directement sur le navigateur)
- Prise en main des fonctions de jeux (boutons etc...)



APPRENDRE À CHERCHER ET À REGARDER DES VIDÉOS

Le but de cet atelier est de continuer à apprendre avec les contenus disponibles en ligne :

- Recherche de reportages, vidéo relaxation, astuces sommeil, tutos bricolage, recettes...
- Fonctions de base (mettre en plein écran ou réduire, volume, avancer, mettre pause, mettre en favoris YouTube, s'abonner à une chaîne)



MAITRISER LE TRAITEMENT DE TEXTE

Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome dans l'écriture de ses courriers numériques :

- Montrer les différents logiciels (en ligne Google docs, sans connexion Libre Office, propriétaire Word Pack Microsoft Office)
- Ecrire une lettre, un courrier administratif, une recette, une histoire, un poème...)
- Changer les polices, la taille des caractères, la position du texte (centrer...), mettre en gras etc
- Dactylographier





PRÉVENTION DES ANARQUES

Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome pour débusquer les arnaques et s'en prémunir :

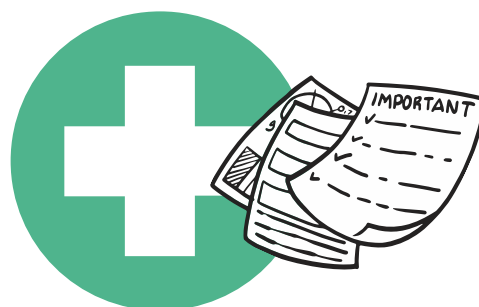
- Par téléphone, par mail, ou sur internet
- Savoir bloquer un numéro, les comportements à adapter (décrocher ou non, que dire ?)
- Reconnaître une adresse mail suspecte
- Ressemblance trompeuse avec des sites officiels
- Savoir se désabonner
- Cadenas de sécurité lors des paiements, pubs parasites qui apportent virus ou abonnements non désirés



APPRENDRE À FAIRE SES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES ET DE SANTÉ EN LIGNE

Le but de cet atelier est de pouvoir devenir autonome pour accéder aux espaces de santé en ligne :

- Ameli : Créer son compte, consulter ses remboursements, commander une carte vitale ou une carte européenne d'assurance maladie, télécharger une attestation de droits
- Monespacesanté : Carnet de santé en ligne (groupe sanguin, télécharger ses derniers examens, médecin traitant...)
- Doctolib : Trouver un professionnel de santé, prendre un rendez-vous, consulter la fiche des praticiens





2/ ATELIERS POUR MAINTENIR ET AMÉLIORER LES CAPACITÉS COGNITIVES DES SENIORS EN S'AMUSANT

- Jeux cognitifs numériques
- Quiz de culture générale ou autres thèmes avec tablette tactiles
- Jeux interactifs de danse, de chant, de sport
- Dessiner et créer des visuels sur ordinateur ou tablette



JEUX COGNITIFS NUMÉRIQUES



Le but de cet atelier est de se distraire tout en maintenant ses capacités cognitives. Ces jeux permettent de :

- Travailler la mémoire
- Travailler l'attention
- Travailler les réflexes



QUIZ DE CULTURE GÉNÉRALE OU AUTRES THÈMES AVEC TABLETTES TACTILES

Le but de cet atelier est de se distraire tout en maintenant ses capacités cognitives.

Ces jeux permettent de :

- Travailler la mémoire
- Cultiver sa culture générale



JEUX INTERACTIFS DE DANSE, DE CHANT, DE SPORT, ETC.

Le but de cet atelier est de se distraire tout en maintenant ses capacités cognitives.

Ces jeux permettent de :

- Travailler la mémoire
- Bouger en jouant
- Motricité fine



DESSINER ET CRÉER DES VISUELS SUR ORDINATEUR OU TABLETTE



Le but de cet atelier est de se distraire tout en maintenant ses capacités cognitives. Ces jeux permettent de :

- Travailler la mémoire
- Travailler l'imagination et la créativité
- Travailler la motricité fine
- Découverte de différents logiciels dédiés comme Canva



Nous pouvons adapter nos ateliers en fonction
des désirs et des besoins de vos résidents



Ces ateliers peuvent être organisés
directement par nos salariés avec notre
matériel reconditionné dans votre
établissement pour vos résidents.

Nous pouvons proposer des cycles d'ateliers
numériques seniors personnalisés.

Je vous propose d'échanger pour que je vous
présente plus en détails les possibilités.



CONTACT.LEMAZIER@GMAIL.COM



07.60.08.23.30



BOCAGENUMERIQUE.COM



19 RUE DE LA RÉPUBLIQUE - BOURBON L'ARCHAMBAULT