



INFORMATIONS



MULHOUSE UP19

(Salle 03)



Début le mardi 03 février 2026



DURÉE : 01:30

Prix : **85.00 €**

PROFILS : Formateur numérique et en protection des données

PRE REQUIS :

Disposer d'un smartphone personnel quelque soit la marque ou le modèle ou/et d'un ordinateur portable ou tablette

Aucun niveau préalable requis

MATERIEL :

Apporter son smartphone, tablette ou ordinateur

Disposer d'une connexion internet

Stylo et carnet pour prendre des notes si nécessaire

CODE ACTIVITÉ : 10MA909

DESCRIPTION

Cet atelier s'adresse aux personnes souhaitant se familiariser avec le numérique et gagner en confiance dans l'utilisation de leur smartphone, tablette ou ordinateur. Il propose une approche progressive et adaptée à chacun, avec des exercices pratiques permettant de découvrir les fonctions essentielles, naviguer sur internet, gérer les mails, utiliser les réseaux sociaux et les applications courantes, tout en adoptant de bonnes pratiques de sécurité.

L'atelier met l'accent sur l'autonomie et la confiance : chaque participant apprend à résoudre des problèmes simples et à utiliser les outils numériques du quotidien de manière sereine. La dernière séance est consacrée à un atelier libre, permettant aux participants de travailler sur ce qu'ils n'ont pas encore compris, d'explorer de nouvelles fonctionnalités ou de poser leurs propres questions.

Ces ateliers visent à offrir une expérience positive et motivante, où chacun progresse à son rythme et repart avec les compétences nécessaires pour utiliser le numérique en toute autonomie.



OBJECTIFS

À la fin des ateliers, les participants seront capables de :

1. Utiliser son appareil et naviguer sur internet

Allumer et manipuler un smartphone, tablette ou ordinateur, ouvrir et fermer des applications, consulter des informations en ligne.

2. Gérer ses mails

Envoyer, recevoir, répondre et organiser ses messages.

3. Découvrir et utiliser les réseaux sociaux

Créer un compte, comprendre les interactions, publier ou commenter en toute sécurité.

4. Télécharger et utiliser des applications utiles

Météo, messagerie, calendrier, transports, etc.

5. Adopter de bonnes pratiques de sécurité

Créer des mots de passe simples et sécurisés, reconnaître les arnaques, protéger ses données personnelles.

6. Gagner en autonomie et confiance

Savoir résoudre des problèmes simples liés à l'usage quotidien du numérique et se sentir capable d'utiliser les outils en ligne de manière sereine.

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	03-02-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	10-02-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	24-02-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	03-03-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	10-03-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	24-03-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE
Mardi	31-03-2026	14:00	01:30	UP19, 20 avenue Kennedy - 68100 MULHOUSE