

-2022-



CONSEILLER  
NUMÉRIQUE  
France  
services



# Conseillers Numériques

Vous aider à mieux vivre avec le  
numérique

- Besoin d'aide pour vos démarches numériques du quotidien ?
- Des difficultés pour vous servir correctement de votre ordinateur ?

**VENEZ RENCONTRER UN  
CONSEILLER NUMÉRIQUE**

**PROCHE DE VOUS**



FORMER  
INFORMER

ACCOMPAGNER  
SENSIBILISER



Communauté de Communes  
du **Sisteronais-Buëch**

@telier



## Qui sommes-nous ?

La Communauté de Communes du Sisteronais-Buëch déploie 6 conseillers numériques pour vous aider et vous accompagner dans l'usage du numérique et la prise en main de votre équipement (ordinateur, tablette, smartphone).

## Nos ateliers

Nous vous proposons des ateliers ou des accompagnements personnalisés gratuits sur des thématiques variées : naviguer sur internet, gérer sa boîte mail, apprendre les bases du traitement de texte, faciliter l'accès aux démarches administratives...

## Comment ça fonctionne

En prenant contact avec un des 6 espaces France services du territoire du Sisteronais-Buëch, l'un des conseillers numériques vous proposera un atelier adapté à vos besoins parmi ceux présentés dans ce catalogue.

## Conditions des ateliers

Pour chaque atelier, des conditions sont spécifiées en fonction du niveau numérique requis et du matériel nécessaire à sa réalisation.

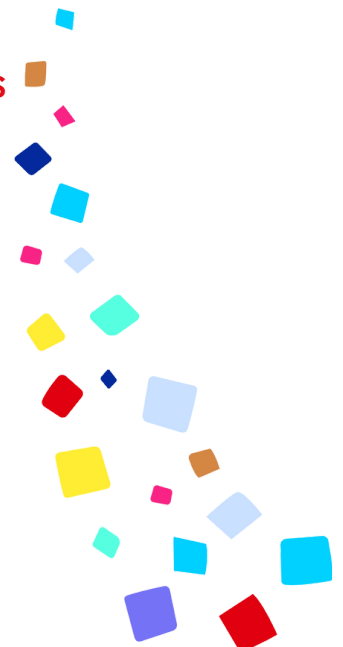
La durée d'un atelier varie en fonction du niveau des participants et de la thématique abordée.

Chaque atelier est adaptable pour répondre au mieux à vos attentes.

Vous pouvez y participer en individuel ou en groupe.

Vous pouvez venir avec votre propre matériel numérique.

## 6 CONSEILLERS RÉPARTIS DANS VOS ESPACES FRANCE SERVICES





# Contactez un conseiller numérique



**PROCHE DE VOUS,  
PROCHE DE CHEZ VOUS**

## France services

**La Motte : 04 92 68 33 17**  
Maison de pays  
04250 La Motte-du-Caire

- Lundi, Mardi, Mercredi, Jeudi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:00
- Vendredi : 8:30-12:00

## France services

**Serres : 04 92 67 08 25**  
Rue des Jardins 05700  
Serres

- Lundi, Mardi, Mercredi, Vendredi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:00
- Jeudi : 13:30-17:30

## France services

**Sisteron : 04 86 49 80 43**  
22 Avenue des Arcades  
04200 Sisteron

- Lundi, Mardi, Jeudi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:00
- Mercredi : 8:30-12:00
- Vendredi :  
8:30-12:00 / 13:30-16:30

[www.sisteronais-buech.fr](http://www.sisteronais-buech.fr)

## France services

**Laragne : 04 92 65 26 97**  
8 A place de l'Église  
05300 Laragne-Montéglin

- Lundi, Jeudi, Vendredi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:00
- Mardi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:30
- Mercredi : 8:30-12:00

## France services

**Rosans : 04 86 49 80 49**  
Maison des Énergies (05150)  
Rosans

- Lundi, Mercredi : 8:30-12:00
- Mardi :  
8:30-12:00 / 14:00-17:00
- Jeudi, Vendredi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:00

## France services

**Valdoule : 04 92 45 06 12**  
Ancienne école communale  
(05150) Montmorin

- Lundi, Mercredi, Jeudi :  
8:30-12:00 / 13:30-17:00
- Mardi, Vendredi : 8:30-12:00



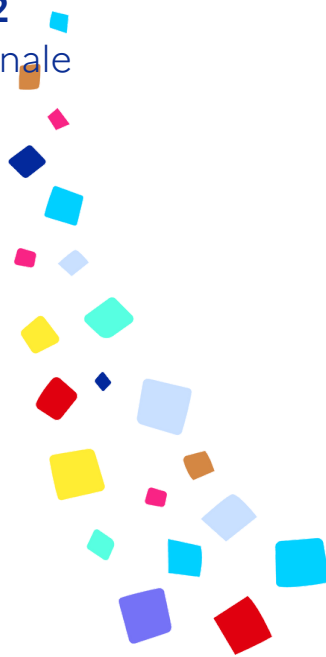
@CCSisteronaisBuech



Communauté de Communes  
du **Sisteronais-Buëch**



**CONSEILLER  
NUMÉRIQUE**  
France  
services



P. 5



ORDINATEUR

P. 6



TRAITEMENT DE TEXTE

P. 7



INTERNET

- **Les bases**
- **Sa banque en ligne**
- **Musiques & vidéos**

P. 10



MESSAGERIE ELECTRONIQUE

P. 11



LES OUTILS GOOGLE

P. 12



RESEAUX SOCIAUX

P. 13



TABLETTE / SMARTPHONE

P. 14



SECURITE SUR LE NET

P. 15



ANIMATIONS

- **Achat en ligne**
- **La désinformation**
- **Les robots pédagogiques**
- **Les démarches administratives**
- **Le "retour à l'emploi" : escape game numérique**
- **Job d'été : mode d'emploi**





# Ordinateur

## Découverte de l'ordinateur

### Contenu

- Découvrir les composants
- Manipuler le clavier et la souris
- Se repérer sur le bureau
- Organiser ses fichiers

#### Niveau +

- utiliser une clef USB

### Prérequis

- Pour le niveau +

Avoir découvert l'ensemble de l'ordinateur

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 3 à 4 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





# Traitement de texte

## Traitement de texte

### Contenu

- Ecrire un texte
- Mettre en forme le courrier
- Sauvegarder le document réalisé

#### Niveau +

- Insérer une image
- Insérer un tableau

### Prérequis

Savoir utiliser le clavier et la souris de l'ordinateur

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 3 à 4 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





Internet

## Internet : les bases

### Contenu

- Présenter les différences entre navigateurs et moteurs de recherche
- Savoir faire une recherche
- Utiliser les favoris / marque-pages
- Paramétrer son navigateur (personnaliser sa page d'accueil)

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

*Choisir le support pour l'atelier :*

ordinateur / tablette / smartphone

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 3 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





Internet

## "Sa banque en ligne"

### Contenu

- Présenter le site de la banque en ligne
- Aider à créer son compte en ligne
- Expliquer où trouver son Rib, consulter ses comptes, comment effectuer un virement...

Niveau +

- Expliquer le sécuricode

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier : ordinateur / tablette / smartphone

- *Pour le niveau de base :*  
Avoir récupéré les codes d'accès en ligne auprès de sa banque
- *Pour le niveau + :*  
Avoir récupéré le sécuricode auprès de sa banque

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

### Durée de la séance

- 1 h minimum

### Nombre de participants

- 2 personnes maximum

VENEZ RENCONTRER UN  
CONSEILLER NUMÉRIQUE  
PROCHE DE VOUS.







Internet

## "Musiques & Vidéos"

### Contenu

- Présenter les plateformes et les sites dédiés pour écouter de la musique et regarder des vidéos
- Expliquer le streaming ; les solutions gratuites et payantes

#### Niveau +

- Accompagner à la création d'un compte sur un des sites présentés
- Expliquer le fonctionnement du site choisi

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier : ordinateur / tablette / smartphone

- Pour le niveau + :

Avoir une adresse mail valide avec son mot de passe

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 3 personnes maximum





# Messagerie électronique

## Messagerie électronique

### Contenu

- Choisir son gestionnaire de messagerie électronique
- Créer et gérer sa messagerie
- Ecrire, lire et envoyer un message
- Répondre à un message

#### Niveau +

- Envoyer une pièce jointe
- Télécharger la pièce jointe reçue
- Transférer un message

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

*Choisir le support pour l'atelier :*  
ordinateur / tablette / smartphone

- Pour le niveau +

Avoir une adresse mail valide avec son mot de passe

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 3 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





## Outils Google

## Outils Google

### Contenu

- Découvrir les différents outils (gratuits) disponibles en ligne
- logiciels en ligne : Docs / Sheet / Slides / Forms
- la messagerie avec Gmail / le planning avec Agenda
- sauvegarde d'images avec Photos / stockage en ligne avec Drive
- les outils de discussion : Meet / Classroom / Duo

#### Niveau +

- Découverte plus approfondie de l'un de ces outils (création d'un compte google ou utilisation d'un compte existant)

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

*Choisir le support pour l'atelier :*  
ordinateur / tablette / smartphone

- *Pour le niveau +*

Avoir une adresse mail valide avec son mot de passe ou un compte google existant.

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 à 2 h minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





# Réseaux sociaux

## Réseaux sociaux

### Contenu

- Présentation des différents réseaux sociaux
- Avantages et inconvénients

#### Niveau +

- Choisir le réseau social
- Créer et gérer son compte personnel sur le réseau social de son choix

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

*Choisir le support pour l'atelier :*  
ordinateur / tablette / smartphone

- Pour le niveau +

Avoir une adresse mail valide avec son mot de passe

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 à 2 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





# Tablette / Smartphone

## Tablette / Smartphone

### Contenu

- Prendre en main sa tablette / son smartphone
- les gestes de bases pour l'utiliser : se déplacer, toucher l'écran, zoomer...
- reconnaître et déplacer les icônes
- lancer les applications déjà installées.

### Niveau +

- Paramétrer et personnaliser sa tablette / son smartphone
- Installer / désinstaller les applications
- Organiser ses fichiers (gérer ses téléchargements, ses photos et le stockage sur carte mémoire SD)
- Communiquer avec ses proches (Messenger ; Whatsapp ; Skype ; Zoom...)

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

*Choisir le support pour l'atelier : tablette / smartphone*

*Préciser le support d'exploitation : Android / Apple / Windows*

- Pour le niveau +

Avoir une adresse mail valide avec son mot de passe

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 à 2 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





# Sécurité sur le Net

## Sécurité sur le Net

### Contenu

- Découvrir comment bloquer les publicités
- Savoir repérer les sites publicitaires et commerciaux

#### Niveau +

- Faire attention à "l'hameçonnage" et à la publicité ciblée
- Comprendre les cookies et les paramétrer

### Pré requis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier :

tablette / smartphone / ordinateur

- Pour le niveau +

Savoir naviguer sur internet

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

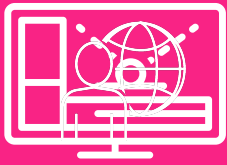
### Durée de la séance

- 2 h minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





## Achat en ligne

### Contenu

- Expliquer la notion de sécurité et les contraintes des achats en ligne
- Reconnaître les sites marchands sécurisés
- Découvrir les moyens de paiement en ligne

#### Niveau +

- Etre accompagné pour effectuer un achat en ligne en direct

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier :

tablette / smartphone/ ordinateur

- Pour le niveau +

Avoir une adresse mail valide et son mot de passe

Avoir son sécuricode + sa CB + son téléphone portable

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

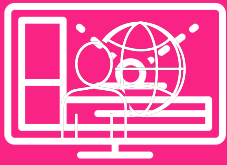
### Durée de la séance

- 2 h minimum

### Nombre de participants

- 2 à 4 personnes maximum





## La désinformation : Fake news

### Contenu

- Déceler les sites à risques
- Qu'est-ce que des "Fake news" ?
- Comment les repérer

#### Niveau +

- Possibilité d'une animation à partir d'un "jeu sérieux" en ligne
- Possibilité d'une animation en structures (France services, centre de loisirs, bibliothèque, MJC...) ou en milieu scolaire.

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier :

tablette / smartphone/ ordinateur

- Pour le niveau +

Animation en groupe avec vidéoprojecteur

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum
- Pour les groupes scolaires : prévoir atelier en petit groupe.

### Durée de la séance

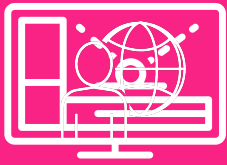
- 2 h minimum

### Nombre de participants

- 2 à 8 personnes maximum







# Animations

## Le numérique autrement : les robots pédagogiques

### Contenu

- Découvrir le robot pédagogique
- Aborder les premières notions de l'algorithme vers la programmation (notion de codage)

#### Niveau +

- Possibilité d'une animation en structures (centre de loisirs, bibliothèque, MJC...) ou en milieu scolaire.

### Prérequis

Atelier "débranché" (*sans matériel numérique*)

- Animation en groupe
- Enfants : 8-12 ans

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum
- Pour les groupes scolaires : prévoir atelier en petit groupe.

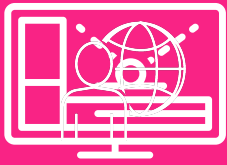
### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 à 6 personnes maximum





## Les démarches administratives

### Contenu

- Accompagner à la création de compte personnel sur les sites administratifs (ameli.fr /impots.gouv.fr /caf.fr /msa /cesu ...)
- ou
- Accompagner sur les outils de Pôle Emploi
- ou
- Découvrir la connexion sécurisée "France connect"

#### Niveau +

- Possibilité d'une animation en structures (France services, bibliothèque, MJC...)

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier :  
tablette / smartphone/ ordinateur

- Pour le niveau +  
Animation en groupe avec vidéoprojecteur

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

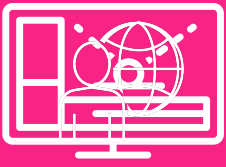
### Durée de la séance

- 1 h 30 minimum

### Nombre de participants

- 4 à 6 personnes maximum





## "Retour à l'emploi" : Escape Game Numérique

### Contenu

- Parcours numérique permettant d'aborder toutes les étapes menant vers le retour à l'emploi et proposant des ressources d'informations utiles pour les personnes à la recherche d'un emploi.

#### Niveau +

- Possibilité d'une animation en structures (France services, PASS, bibliothèque, MJC...)

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Choisir le support pour l'atelier :  
tablette / smartphone/ ordinateur

- Pour le niveau +

Animation en groupe sur support numérique individuel

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 séance minimum

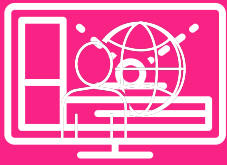
### Durée de la séance

- 1 h 30 à 2h minimum

### Nombre de participants

- 4 à 6 personnes maximum





Animations

## "Job d'été : mode d'emploi"

### Contenu

- Préparer son CV et sa lettre de motivation pour postuler en ligne
- Connaître les bonnes pratiques de l'utilisation du mail et de l'envoi de pièces jointes
- Savoir comment s'adresser à une entreprise.

#### Niveau +

- Possibilité d'une animation en structures (France services, PASS, bibliothèque, MJC...) ou en milieu scolaire (collège, lycée).

### Prérequis

Connexion Internet (filaire ou WIFI)

Support pour l'atelier : ordinateur

- Pour le niveau +

Animation en groupe sur support numérique individuel

### Niveau

- Débutant

### Nombre de séances

- 1 à 4 séances minimum

### Durée de la séance

- 1 h 30 à 2h minimum

### Nombre de participants

- 4 personnes maximum





Votre  
**CONSEILLER NUMÉRIQUE**  
**FRANCE SERVICES**  
est là pour vous aider  
gratuitement !



### **PROTÉGER**

SES DONNÉES PERSONNELLES  
SES ACHATS EN LIGNE

### **RÉALISER**

SES DÉMARCHES EN LIGNE

### **NAVIGUER**

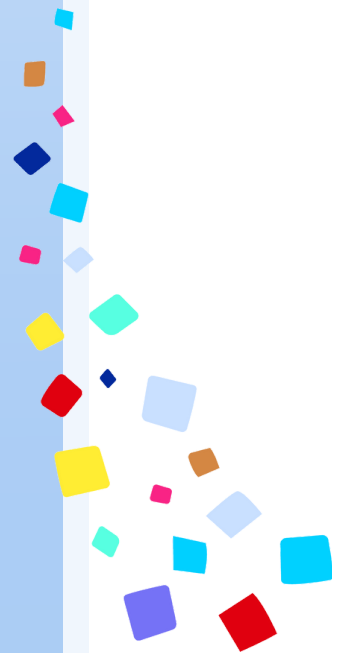
SUR INTERNET

### **GÉRER**

SES COURRIELS  
SES CONTENUS NUMÉRIQUES

### **DÉCOUVRIR**

L'ENVIRONNEMENT  
LE VOCABULAIRE NUMÉRIQUE





CONSEILLER  
NUMÉRIQUE  
France  
services



-2022-

# Conseillers Numériques

Vous aider à mieux vivre avec le  
numérique

- Besoin d'aide pour vos démarches numériques du quotidien ?
- Des difficultés pour vous servir correctement de votre ordinateur ?

**VENEZ RENCONTRER UN  
CONSEILLER NUMÉRIQUE**

**PROCHE DE VOUS**



FORMER  
INFORMER

ACCOMPAGNER  
SENSIBILISER

@ateliers



Communauté de Communes  
du **Sisteronais-Buëch**