

ATELIERS SMARTPHONE POUR SENIORS

Apprenez à utiliser votre téléphone, à
votre rythme et dans une ambiance
conviviale.

Initiation gratuite

Proposée par la Commune de Garéoult

Avec le soutien du Conseil départemental du Var et de la CNSA

Quand ?

Les Vendredis

- 30 octobre
- 6 novembre
- 13 novembre
- 20 novembre
- 27 novembre

Où ?

- Maison des Associations

Information

et inscription

Service Cohésion sociale

04 94 77 54 92

NOMBRE
DE PLACES
LIMITÉ

ATELIER « SMARTPHONE »

La commune de Garéoult vous propose en collaboration avec l'Association « 2 Sens Pour Tous », de participer à un atelier « Smartphone » composé de 5 séances de 1h30.

Au cours de ces 5 séances seront notamment abordés :

- 1. Introduction, découverte de son appareil et identification des besoins**
 - Évaluer son niveau d'autonomie et ses usages actuels ;
 - Identifier ses objectifs ;
 - Découvrir les fonctionnalités de la tablette et/ou du smartphone ;
 - Comprendre les critères de choix d'un appareil et d'un forfait ;
 - Favoriser les échanges et lever les appréhensions liées au numérique.
- 2. Découverte et prise en main**
 - Identifier les différentes parties de l'appareil ;
 - Régler les paramètres essentiels (connexion, luminosité, son) ;
 - Manipuler l'écran tactile ;
 - Saisir du texte et utiliser les principales fonctions du clavier
- 3. Communiquer et utiliser internet en sécurité**
 - Créer et utiliser une adresse e-mail ;
 - Découvrir les outils de communication (messagerie, réseaux sociaux, visioconférence) ;
 - Adopter les bons réflexes de sécurité sur internet ;
 - Protéger ses données personnelles et créer des mots de passe sécurisés.
- 4. Rechercher des informations et réaliser ses démarches administratives**
 - Utiliser un navigateur internet ;
 - Effectuer des recherches et naviguer sur le web ;
 - Réaliser ses démarches administratives en ligne (Ameli, impôts, retraite...) ;
 - Découvrir les ressources institutionnelles liées au bien vieillir et à la prévention.
- 5. Applications, autonomie numérique et accompagnement local**
 - Télécharger et utiliser des applications ;
 - Découvrir des applications utiles du quotidien ;
 - Identifier les structures locales et personnes ressources pouvant accompagner les participants après les ateliers ;
 - Présenter les offres de services complémentaires proposées par les caisses de retraite.

Les dates :

Vendredi 30 octobre 2026
Vendredi 6 novembre 2026
Vendredi 13 novembre 2026
Vendredi 20 novembre 2026
Vendredi 27 novembre 2026

Horaires : de 9h à 10h30

Le lieu : Association Garéoultaise de Formation Informatique (AGFI) Maison des Associations - 63 boulevard du Mourillon – Garéoult

ATELIER SÉNIORS « SMARTPHONE »

FICHE D'INSCRIPTION

Nom :

.....

Prénom :

.....

Date de naissance :

--	--

--	--

--	--	--	--

Sexe : ☐ Féminin ☐ Masculin

Adresse complète :

.....

.....

.....

Téléphone fixe : Mobile :

.....

Email :

.....

☐ Je m'engage, par mon inscription à cet atelier, à suivre toutes les séances prévues.

Signature

Fiche d'inscription à retourner à l'hôtel de ville – 16 place de la Mairie –
83136 GAREOULT ou par mail sur cohesion-sociale@gareoult.fr

Les informations recueillies sur ce formulaire sont récoltées et utilisées par la ville de Garéoult uniquement pour l'organisation des ateliers à destination des seniors.

Elles sont conservées selon les durées en vigueur conformément au Règlement (UE) 2016/679 du Parlement européen relatif à la Protection des Données Personnelles. Vous pouvez exercer votre droit d'accès aux données qui vous concerne et les faire rectifier en contactant : infolib@gareoult.fr

