





LES ATELIERS

TABLETTE NUMÉRIQUE

DÉFI AUTONOMIE SENIORS

Groupement de coopération sociale & médico-sociale

 www.defi-autonomie-seniors.fr
 Nord-Pas de calais : 03.21.24.61.28
Picardie : 03.22.82.62.23


défi
autonomie seniors
Bien vieillir en Hauts de France

Nombre de participants : 10 à 12,

Matériels : 1 tablette (sous « *Android* ») par participant du même modèle et une connexion à Internet,

Support pédagogique : mémentos de quelques pages réalisés en fonction des points abordés,

Durée : 9h00 ou 8h00 réparties sur 3 séances de 3h00 (grand public) ou sur 4 séances de 2h00 (MARPA & résidence autonomie),

Périodicité : 1 séance hebdomadaire,

Public : personnes de + de 60 ans, novice en la matière.

1^{ère} séance : Découverte du matériel : « la tablette »

- Présentation de l'atelier et prise de contact avec les participants par un tour de table,
- Présentation de la tablette,
- Procédure de démarrage et d'arrêt de la tablette,
- L'écran d'accueil principal d'Android,
- Utilisation des différentes touches (volume, accueil, retour, écrans précédents),
- Manipulation de l'écran tactile pour appréhender les différentes visualisations,
- Découverte des applications simples préinstallées (calendrier, calculatrice, horloge, etc.),
- L'utilisation du clavier virtuel par l'utilisation de l'application « Mémos »,
- Création d'un texte simple, enregistrement et modification dans « Mémos »,
- Notion de saisie prédictive (avantage et inconvénient, paramétrage),
- Exercices en autonomie (textes à saisir) pour stimuler l'acquisition d'automatismes,
- Découverte de la saisie manuscrite et vocale,
- La connexion à internet : utilisation du WiFi, paramétrage.

2^{ème} séance : Internet

- Internet : utilisation du navigateur préinstallé « *Chrome* »,
- Découverte de l'écran
- Utilisation d'un moteur de recherche : « *Google* »,
- Les sites des organismes sociaux (ameli.fr, carsat.fr, camieg.fr, nord-pasdecalsais.msa.fr, picardie.msa.fr, secu-independants.fr, caf.fr, defi-autonomie-seniors.fr, pourbienvieillir.fr, etc.),
- Les sites des administrations (Impots.gouv.fr, Cadastre, etc.),
- Les sites Internet du quotidien (pages blanches et jaunes, SNCF, etc.),
- Les sites internet marchands (Auchan, Carrefour, FNAC, etc.),
- Navigation sur les différentes pages,
- Utilisation des liens hypertextes,
- Création et utilisation des favoris,
- Utilisation des onglets,
- Exercices en autonomie afin d'acquérir un début d'aisance et d'automatismes,

3^{ème} séance : Messagerie

- Utilisation d'une adresse « *Gmail* » mise à disposition (créée pour chaque utilisateur),
- Envoyer un mail à un destinataire ou à plusieurs destinataires,
- Recevoir et lire un mail,
- Répondre à un mail pour 1 seul destinataire,
- Répondre (à l'expéditeur ou à tous) à un mail destiné à plusieurs destinataires,
- Insertion d'une pièce jointe (texte ou image) dans un mail,
- Récupération de la pièce jointe reçue et sa sauvegarde,
- Création d'une adresse de messagerie sur « *Gmail* »,
- Utilisation de cette adresse (envoi, réception, etc.)
- Transférer un mail,
- Exercices en autonomie afin d'acquérir un début d'aisance et d'automatismes.