

Affranchir  
au tarif  
en vigueur



## Ce sont les participants qui en parlent le mieux !

**J**e suis la première surprise de la facilité avec laquelle j'ai appris à me servir de ma tablette. Je me demande comment j'ai fait pour m'en passer jusqu'à maintenant. Aujourd'hui je peux discuter avec mon petit fils qui fait ses études à l'étranger tout en le voyant sourire ! Il m'envoie des photos dans l'instant. Je suis ravie. De plus l'ambiance de l'atelier était tellement sympathique que j'ai gardé contact avec les autres participants.  
**Nicole (67 ans)**

**M**es enfants, mes amis m'ont encouragé à franchir le pas et me voilà suspendu à ma tablette ! Dès le premier atelier j'ai mesuré combien ce pas vers le numérique allait me projeter dans la facilité, me donner une ouverture sur le monde extérieur ! Je me sens assez fier du résultat, ma tablette fait partie de mon quotidien, je l'utilise instinctivement.  
**Pierre (80 ans)**



AVEC LE SOUTIEN DE :

**CHARENTE**  
LE DÉPARTEMENT



ZESTUDIO /// Photos : Greg BRANDEL



Atelier Tablette Numérique

à partir de  
**60**  
ANS



# Du sourire au bout des doigts

**Viellir avec le sourire grâce aux Actions prévention**  
proposées par votre association d'aide à domicile avec le soutien du  
Conseil Départemental de la Charente, de l'ARS et de la Conférence des Financeurs.  
Coordination UNA Charente-Vienne.



## Vous souhaitez ...

- Apprendre à utiliser internet.
- Savoir utiliser une tablette.
- Communiquer avec vos proches.
- Vous informer et vous amuser.

**Vous avez 60, 70, 80 ans et plus ...**

## Alors les ateliers «Du sourire au bout des doigts» vous sont ouverts !

Gratuits et organisés en 6 séances de 2h30 par petits groupes dans des locaux à proximité de chez vous, ces ateliers se déroulent avec des personnes qui comme vous ont envie mais n'ont jamais osé ou eu l'opportunité.

## Et pour mettre toutes les chances de votre côté ...

Pendant et après les ateliers si vous le souhaitez, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement à domicile de jeunes volontaires en service civique pour vous aider et répondre à vos questions sur l'utilisation.

# Les Ateliers

Le cycle d'ateliers est composé de 6 thématiques  
(Chaque participant s'engage à suivre l'ensemble du cycle) :

### Atelier 1 : DÉCOUVERTE DE LA TABLETTE NUMÉRIQUE

Introduction à la messagerie électronique.  
Comment taper sur un clavier de tablette

### Atelier 2 : SAVOIR UTILISER SA MESSAGERIE

pour recevoir et envoyer un e-mail, créer son carnet d'adresses

### Atelier 3 : SAVOIR RECHERCHER LES INFORMATIONS DONT VOUS AVEZ BESOIN OU L'ACTUALITÉ QUI VOUS INTERESSE (économie, culture, voyages, santé, météo)

### Atelier 4 : COMMUNIQUER ORALEMENT ET VISUELLEMENT AVEC VOS PROCHES GRÂCE À VOTRE TABLETTE (Skype)

### Atelier 5 : S'EXERCER POUR QUE LA PRATIQUE DEVIENNE NATURELLE ET LA PLUS FACILE

### Atelier 6 : PERSONNALISER SA TABLETTE EN FONCTION DE SES ENVIES (intégrez les applications dont vous aimeriez disposer exemples : Ma banque pour visualiser ma situation au jour le jour, Pluzz TV pour voir ou revoir mes émissions préférées, mon journal ou ma radio ...)

Conçus sur un mode ludique et convivial ces ateliers sont animés par un animateur professionnel qui conjugue pédagogie et simplicité.  
L'objectif : Eliminer toutes les appréhensions concernant l'apprentissage de la navigation Internet et vous faciliter la communication avec vos proches.

**BULLETIN DE PRÉ-INSCRIPTION POUR LES 6 ATELIERS**  
(cycle à suivre dans sa globalité)

## Du sourire au bout des doigts

à renvoyer à :  
**UNA Charente-Vienne**  
**20 impasse de la Valenceaude**  
**16160 Gond-Pontouvre**

Je souhaite m'inscrire\* à la prochaine session organisée près de chez moi

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

.....

Tél : .....

E-mail : .....

**Si vous bénéficiez actuellement d'une aide à domicile, cochez la case correspondante :**

Aidadom 16-UNA  AGEF

Association Familiale du Pays de Cognac

Pôle Domicile Croix Rouge  Filière Domicile Mutualité

Autre (Précisez) : .....

\*réservé aux personnes réunissant les conditions de participation

**(Contact UNA CHARENTE-VIENNE : Ludovic BLANC au 06 52 89 45 33 )**

