



CONSEILLER
NUMÉRIQUE
France
services

La Pause Numérique MOTS-MÊLÉS



ENVIE D'APPRENDRE EN JOUANT ? DÉCOUVREZ LES MOTS CLÉS
DU NUMÉRIQUE CACHÉS DANS CETTE GRILLE !

T F L Y H R E I V A L C P O
B E O R D I N A T E U R B D
L A L E E P Q E Z W P U L O
U P T E D N V A H X S A B N
E P T O C U O A I E U E K N
T L X O M H T H U O T S U E
O I L J Q S A Q P E A E P E
O C E V A R I R N T S R Z S
T A W P H R Q R G G R X J Y
H T P N E B E Q O E W A N Z
Q I X M A T Q L K E M K M K
I O U R N Q B G S M U E R S
T N E I S Y I L Z Y W X N S
C Y B E R S E C U R I T E T

- APPLICATION
- BLUETOOTH
- CYBERSÉCURITÉ
- CLAVIER
- DONNÉES
- INTERNET
- NUMÉRIQUE
- ORDINATEUR
- RÉSEAU
- SMARTPHONE
- TÉLÉCHARGEMENT
- WHATSAPP
- BLOGS

Retrouvez toute la programmation sur
payssaintgilles.fr/franceservices
Sur réservation : 02 51 55 55 55

Espace France services du Pays de Saint Gilles Croix de Vie



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



CONSEILLER
NUMÉRIQUE

France
services



Les ateliers numériques de Solène

Formez-vous
GRATUITEMENT
auprès de Solène,
conseillère numérique
de l'espace France services.



Programme de
février - juin 2026



payssaintgilles.fr



Les ateliers numériques de Salène C'est quoi ?



Apprenez, en toute convivialité, à devenir autonome dans l'utilisation d'un **ÉQUIPEMENT INFORMATIQUE** et à découvrir le numérique en pratique.

TOUTE L'ANNÉE, un large choix d'ateliers thématiques vous est proposé.

sur inscription

ATELIERS
THÉMATIQUES
COLLECTIFS

2 h
6 pers
max.

FORMULES
À LA CARTE

sur rendez-vous

APPRENTISSAGE
INDIVIDUEL

par plage
de 30 mn
à 45 mn

INSCRIVEZ-VOUS pour y participer et créez-vous un parcours numérique unique pour progresser !



PENSEZ-Y ! Le numérique entre amis
Partagez un **ATELIER COLLECTIF PERSONNALISÉ**
sur les **THÉMATIQUES DE VOTRE CHOIX**, avec des personnes
de votre entourage sur inscription / 6 à 8 personnes max

C'est où ?



Mes Questions

Pour bien préparer mes rendez-vous individuels, je note mes besoins et les problématiques que je rencontre au quotidien sur mon matériel informatique (PC, tablettes, smartphones)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Mes Rendez-vous

1

○ Thématique :

Date et heure :

Lieu :

2

○ Thématique :

Date et heure :

Lieu :

3

○ Thématique :

Date et heure :

Lieu :

4

○ Thématique :

Date et heure :

Lieu :



Mon apprentissage

Numérique



○ Rendez-vous 1

.....

.....

.....

.....

.....

○ Rendez-vous 3

.....

.....

.....

.....

.....

○ Rendez-vous 2

.....

.....

.....

.....

.....

○ Rendez-vous 4

.....

.....

.....

.....

.....

Pensez-y ! **Numérique ENTRE AMIS**

Partagez un atelier collectif personnalisé avec des personnes de votre entourage sur un thème de votre choix • 6 à 8 personnes max



RÉSERVEZ VOTRE CRENEAU SUR UN JEUDI AU CHOIX

10 février • 14 h 30 à 16 h 30

4 mars • 10 h 00 à 12 h 00

28 avril • 14 h 30 à 16 h 30

21 mai • 14 h 30 à 16 h 30

23 juin • 14 h 30 à 16 h 30

Givrand

Vos ateliers numériques de *Salène*

Ateliers validés ✓

1 : 2 : 3 :

Ateliers sur liste d'attente ⌚

1 : 2 : 3 :

Mon Passeport *Numérique*

Atelier **terminé** ? Pensez à le faire **tamponner** !

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Numérique D'APPRENTISSAGE



Saviez-vous que le Bluetooth doit son nom au roi viking Harald à la Dent Bleue ? Lui n'avait pas de smartphone – vous si !*

Alors venez apprendre à connecter votre téléphone à une enceinte ! Et pour le reste, découvrez les autres ateliers d'apprentissage.

*Source : Wikipédia "Harald à la Dent Bleue"

FÉV-JUIN 2026

SE PERFECTIONNER SUR SMARTPHONE ET TABLETTE

- Comprendre les paramètres
- Personnaliser son téléphone (fond d'écran, rangement des applis)
- Découvrir le Bluetooth

Cycle de 3 séances

5, 12 & 19 février • 15 h à 17 h

Givrand

FÉV-JUIN 2026

S'INITIER SUR PC

- Prendre en main l'ordinateur (clavier, souris, interface sur l'écran)
- Découvrir le vocabulaire informatique
- Naviguer sur Internet et faire une recherche
- Découvrir l'explorateur de fichiers

Cycle de 5 séances

12, 19, 26 mars & 2, 9 avril

15 h à 16 h 30

Givrand



FÉV-JUIN 2026

ATELIER LES ASTUCES DE SOLÈNE PHOTOS & VIDÉOS

- Explorer les différents modes de votre appareil (paysage, portrait, ...)
- Retoucher vos photos
- Créer de courts montages vidéos

Cycle de 2 séances

Session 1 : 17 & 24 mars • 15 h à 17 h

Session 2 : 9 & 16 juin • 15 h à 17 h

Givrand

FÉV-JUIN 2026

S'INITIER SUR SMARTPHONE ET TABLETTE

- Prendre en main le matériel
- Découvrir les principales fonctionnalités
- Naviguer sur Internet/faire une recherche
- Télécharger/désinstaller une application

Cycle de 4 séances

13, 20, 27 mars & 3 avril

10 h à 11 h 30

Givrand

Numérique RESPONSABLE



Bunker, grotte, pays nordique... les data centers s'installent parfois dans des endroits plutôt insolites pour ne pas trop consommer d'énergie*. Avant que vos photos ne voyagent là-bas, pensez au tri !

**Source : Le Parisien - Quand les entreprises mettent leurs données à l'abri dans des endroits improbables*

FÉV-JUIN 2026

TRIER SES PHOTOS

- Triier et transférer les photos
- Créer des albums
- Utiliser l'explorateur de fichiers
- Utiliser une clé USB ou un disque dur

Cycle de 4 séances
Session 1 : 3, 17, 31 mars & 7 avril
 10 h à 12 h
Brem sur Mer
Session 2 : 29 mai & 5, 12, 19 juin
 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

CRÉER UN LIVRE PHOTOS SUR CEWE

- Découvrir le logiciel
- Utiliser toutes les fonctionnalités
- Débuter la création de votre album

Cycle de 2 séances
Session 1 : 2 & 16 février
 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie - Les Commutateurs
Session 2 : 31 mars & 7 avril
 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer

FÉV-JUIN 2026

GÉRER SA BOÎTE MAIL

- Envoyer et recevoir un mail
- Ajouter une pièce jointe
- Triier ses mails

Cycle de 1 séance
28 avril • 10 h à 12 h
Brem sur Mer



FÉV-JUIN 2026

SOBRIÉTÉ NUMÉRIQUE

- Comprendre l'impact écologique du numérique au quotidien
- Découvrir les outils et bonnes pratiques pour un usage plus responsable

Cycle de 1 séance
Session 1 : 23 mars • 10 h à 12 h
Givrand
Session 2 : 6 mai • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie - La P'tite Gare

Numérique EN PRATIQUE : VACANCES



24% des lieux que propose l'IA n'existent pas*.

Pour que vos vacances soient bien réelles, testez les ateliers "sorties et loisirs".

**Source : TFI Info - "Il y a eu un certain nombre d'appels" : quand des touristes veulent emprunter un petit train inventé par l'IA*



FÉV-JUIN 2026

VOYAGER GRÂCE AU NUMÉRIQUE

- Apprendre à mieux préparer vos voyages avec le numérique

Cycle de 1 séance
Session 1 : 27 avril • 10 h à 12 h
Session 2 : 8 juin • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie - Les Commutateurs

FÉV-JUIN 2026

NATURE & RANDO À GOGO

- Apprendre à mieux vous diriger et profiter de la nature

Cycle de 1 séance
2 juin • 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer



FÉV-JUIN 2026

LES CAFÉS NUMÉRIQUES DE SOLÈNE :

IA & VACANCES

- Bons plans à venir ou catastrophe assurée ?

Cycle de 1 séance
16 juin • 10 h à 12 h
Givrand



FÉV-JUIN 2026

DÉCOUVRIR POLARSTEP

- Découvrir l'application
- Créer un carnet de route numérique
- Partager vos étapes et souvenirs

Cycle de 1 séance
22 juin • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie - Les Commutateurs

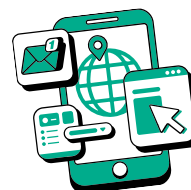


FÉV-JUIN 2026

TROUVER DES SORTIES GRÂCE AUX RÉSEAUX SOCIAUX

- Explorer et suivre les pages et groupes locaux
- Trouver des idées de sorties et événements près de chez vous

Cycle de 1 séance
30 juin • 15 h à 17 h
Givrand



Numérique EN PRATIQUE : E-ADMINISTRATION



En 2021, 1 adulte sur 3 a abandonné au moins une démarche administrative en ligne en cours de route*. Pour ne pas rejoindre les statistiques, participez aux ateliers pour une mise en pratique.

*Source : Insee

FÉV-JUIN 2026

APPLICATIONS ET SITES ADMINISTRATIFS

- Découvrir et s'initier aux applications et sites administratifs
- Gagner en autonomie dans ses démarches en ligne

Cycle de 1 séance
5 mars • 15 h à 17 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

APPLICATIONS DU QUOTIDIEN

- Installer/désinstaller une application
- Découvrir une sélection d'applications (électricité, eau, budget, Doctolib, ...)

Cycle de 1 séance
6 mars • 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

SCANNER UN DOCUMENT SUR TÉLÉPHONE

- Apprendre à devenir plus autonome dans ses démarches administratives

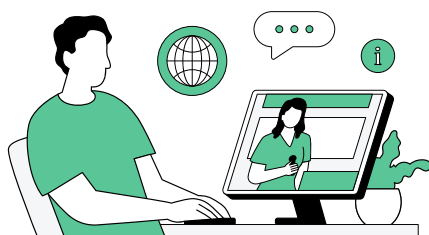
Cycle de 1 séance
Session 1 : 30 avril • 10 h à 11 h
Session 2 : 30 avril • 15 h à 16 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

FORMULAIRES EN LIGNE

- Apprendre pas à pas à naviguer dans l'environnement d'un formulaire en ligne
- S'exercer sur différents formulaires pour se familiariser

Cycle de 1 séance
18 mai • 10 h à 12 h
Givrand



Numérique ÉDUCATIF



Jusqu'en 1977, le code de lancement nucléaire américain était 00000000*. Pour éviter la catastrophe, n'hésitez pas à suivre les ateliers "éducatifs".

*Source : Le Nouvel Obs - Le code de lancement des missiles nucléaires américains ? Facile : 00000000

FÉV-JUIN 2026

ACHATS EN LIGNE

- Comprendre les achats en ligne
- Protéger ses données personnelles

Cycle de 1 séance
16 mars • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie -
Les Commutateurs

FÉV-JUIN 2026

DÉCOUVERTE DE L'IA

- Comprendre le monde numérique et son vocabulaire (réseaux sociaux, algorithmes, IA, cookies...)

Cycle de 1 séance
Session 1 : 10 février • 10 h à 12 h
Brem sur Mer
Session 2 : 10 juin • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie -
La P'tite Gare

FÉV-JUIN 2026

CYBERSÉCURITÉ : DONNÉES PERSONNELLES

- Comprendre ce qu'est une donnée personnelle sensible
- Savoir identifier quelles informations sont collectées lors de la création d'un compte en ligne

Cycle de 1 séance
5 mai • 15 h à 17 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

CYBERSÉCURITÉ : BONNES PRATIQUES

- Comprendre les menaces et connaître les bonnes pratiques
- Savoir identifier des faux mails

Cycle de 2 séances
19 mai & 9 juin • 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer

FÉV-JUIN 2026

LES CAFÉS NUMÉRIQUES DE SOLÈNE :

MOTS DE PASSE

- Entre sécurité et simplicité, comment s'y retrouver ?

Cycle de 1 séance
28 avril • 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

CYBERSÉCURITÉ : GÉRER SES MOTS DE PASSE

- Créer des mots de passe forts
- Conserver tous vos mots de passe grâce à KeePass

Cycle de 4 séances
28 mai, 4, 11 & 18 juin • 15 h à 17 h
Givrand

BIEN VIVRE AVEC LE Numérique*

*dans le cadre du Fonds Départemental de l'Inclusion Numérique – saison 2025

Parce que le numérique, c'est aussi du plaisir et du partage : venez jouer, découvrir et vous amuser en toute convivialité !

FÉV-JUIN 2026

CANVA : DIAPORAMA DE PHOTOS

- Apprendre à utiliser l'outil
- Commencer à créer un diaporama de photos

Cycle de **2 séances**
10 & 17 février • 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer

FÉV-JUIN 2026

RELAXATION : SÉLECTION D'APPLIS À GOGO

- Installer/désinstaller une application
- Découvrir des applications de bien-être chez soi

Cycle de **1 séance**
12 mars • 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

CRÉER VOTRE ARBRE GÉNÉALOGIQUE

- Découvrir les outils numériques adaptés
- Créer votre arbre généalogique

Cycle de **2 séances**
4 & 11 mai • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie – Les Commutateurs

FÉV-JUIN 2026

STIMULER SA MÉMOIRE PAR LE JEU

- Découvrir des applications et des jeux favorisant la mémoire, la logique et la culture générale

Cycle de **1 séance**
11 février • 15 h à 17 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

ESCAPE GAME NUMÉRIQUE

- Découvrir le jeu "The House of Da Vinci" sur tablette

Cycle de **1 séance**
15 avril • 15 h à 17 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

TOURNOI DE JEUX SUR SWITCH

- Découvrir des jeux ludiques et accessibles
- S'affronter en toute convivialité pour tester ses réflexes et sa stratégie

Cycle de **1 séance**
22 avril • 15 h à 17 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

CANVA : CARTES POSTALES

- Apprendre à utiliser l'outil
- Commencer une création de cartes postales

Cycle de **2 séances**
9 & 23 juin • 10 h à 12 h
Brem sur Mer

Numérique **EN PRATIQUE**



Les signaux GPS vont à la vitesse de la lumière*. Chez nous, on prend quand même le temps de vous expliquer les fonctionnalités de nombreux sites et applications !

*Source : France Bleu – Le GPS

FÉV-JUIN 2026

WAZE - MAPS

- Découvrir les fonctionnalités essentielles et les options
- Lancer un itinéraire

Cycle de **1 séance**
5 février • 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

APPLICATIONS MUSICALES

- Découvrir le fonctionnement de Shazam, YouTube et Spotify

Cycle de **1 séance**
12 février • 10 h à 12 h
Givrand



FÉV-JUIN 2026

LIRE GRÂCE AU NUMÉRIQUE

- Explorer les applications de lecture sur PC, smartphone et tablette

Cycle de **1 séance**
3 mars • 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer

FÉV-JUIN 2026

WHATSAPP

- Apprendre à communiquer via le numérique

Cycle de **1 séance**
Session 1 : 28 avril • 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer
Session 2 : 19 mai • 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

INSTAGRAM

- Apprendre à utiliser l'application
- Découvrir divers contenus

Cycle de **1 séance**
11 février • 10 h à 12 h
Givrand

FÉV-JUIN 2026

LEBONCOIN - VINTED

- Créer un compte et publier une annonce

Cycle de **1 séance**
2 mars • 10 h à 12 h
Saint Gilles Croix de Vie – Les Commutateurs

FÉV-JUIN 2026

PLAY STORE/APP STORE

- Installer/désinstaller une application
- Découvrir des applications

Cycle de **1 séance**
Session 1 : 30 mars • 10 h à 12 h
Givrand
Session 2 : 23 juin • 15 h à 17 h
Brétignolles sur Mer

FÉV-JUIN 2026

PINTEREST

- Apprendre à utiliser l'application
- Découvrir divers contenus

Cycle de **1 séance**
28 mai • 10 h à 12 h
Givrand