

Trouver une assistance

- **Aide pour des problèmes avec votre matériel**
pas de réparation de matériel ni d'intervention dans les logiciels

-Adhérents ayant participé à une formation
dans la saison : **Gratuit**
-Non-adhérents : **Service payant 5€**
Sur Rendez-vous individuel



CLIO
**Le numérique
dans la douceur**
**Rendez-vous
tous les jeudi matin
de 10h à 12h**



**Les jours et les heures des formations,
vous seront donnés lors de votre contact avec le
secrétariat de l'ORB**

Infos pratiques

- Les formations ont lieu dans les locaux de l'ORB
au 8 rue des Onze Martyrs à Brest.
- Elles sont animées par des bénévoles
- il est possible de suivre les formations sur son propre
matériel mais celui-ci doit être opérationnel.
L'ORB peut mettre à la disposition des stagiaires
du matériel informatique à l'exception de Cléo
(se renseigner).

TARIF : Tarif classique/Tarif hors Brest/Tarif réduit



Les activités de l'ORB
sur

Le Guide

Le Site Internet

www.orb29.fr



L'actualité
sur

Le Site Internet de l'ORB

La Lettre Mensuelle d'Information

Le Lien

Les Flash Info

Les réseaux sociaux

 Facebook WWW.facebook.com/officedesretraitesdebrest/
 Instagram WWW.instagram.com/officedesretraitesdebrest/

2025-2026



Les formations Informatique de l'ORB



Renseignements et inscriptions
aux formations informatique auprès du
Secrétariat de l'ORB
8 rue des Onze Martyrs
29200 Brest - Tél 02 98 80 30 03
✉ office-retraites.brest@orb29.fr

Se lancer en Informatique

SUR ORDINATEUR (PC)

6 séances

Avec l'Atelier numérique d'Orange Solidarité

Présentation du matériel : ordinateur, clavier, souris
Environnement numérique : Windows, Explorateur, fichiers, Internet, mail



SUR TABLETTES OU SMARTPHONES (Android)

4 séances

Gestion (Apps, Fichiers, Identifiants, Cloud)
Entretien, Sauvegarde et Sécurité
Navigation, Mail

SUR MAC avec macOS (Sierra ou Système récent)

3 séances

Gestion personnalisée (Préférences, Applications)
Entretien, Sauvegarde et Sécurité (Navigation, Mail)



► SUR iPod et iPad

2 séances



Approfondir ses connaissances

► SUR TABLETTES OU SMARTPHONES (Android)

4 séances

-Gestion (Apps, Fichiers, Identifiants, Cloud)
-Entretien, Sauvegarde et Sécurité
-Navigation, Mail

► SUR MAC avec macOS (Sierra ou Système récent)

3 séances

Gestion personnalisée (Préférences, Applications)
Entretien, Sauvegarde et Sécurité (Navigation, Mail)

Participer à des Ateliers Thématiques

► SAUVEGARDER SON ORDINATEUR SOUS WINDOWS

1 séance

(15€/18€/13€)

Les méthodes de sauvegarde, sauvegarder ses données personnelles automatiquement, comment sauvegarder Windows

► SÉCURITÉ INFORMATIQUE (Windows et Mac)

2 séances

(30€/36€/26€)

Cinq règles à respecter

► GESTION DES MOTS DE PASSE ET DES CODES D'ACCÈS

2 séances

(30€/36€/26€)

Bien choisir ses mots de passe (PC, tablettes), conseils pour la conservation mots de passe, utilisation du gestionnaire Keeppass

► WINDOWS 11

1 séance

(15€/18€/13€)

Se familiariser avec le Bureau, le menu Démarrer, les Vignettes, les Applications, la barre des tâches, les mises à jour...

► L'EXPLORATEUR

Gestion des dossiers, Téléchargements, Clé USB

2 séances

(30€/36€/26€)

► LE SCANNER

1 séance

(15€/18€/13€)

Copier un document, le transformer en pdf, l'adresser par mail ou internet, scanner (numériser) des photos, des documents divers...

► LA MESSAGERIE

2 séances

(30€/36€/26€)

Gérer les contacts, les pièces jointes, Classer les documents

► FAIRE DES RECHERCHES SUR INTERNET

1 séance (15€/18€/13€)

Comment faire une recherche sur Internet
Les sites utiles (impôts, Ameli...), les sites favoris

► ARCHIVAGE DES PHOTOS

1 séance

(15€/18€/13€)

► RETOUCHE DES PHOTOS

1 séance

(15€/18€/13€)

► DIAPORAMAS MUSICAUX ANIMÉS

1 séance

(15€/18€/13€)

► LES OUTILS DE VISIOCONFÉRENCE

1 séance

(15€/18€/13€)

Whatsapp, Messenger, Zoom, Jitsi Meet, Teams

► LES RÉSEAUX SOCIAUX

1 séance

(15€/18€/13€)

Découvrir Snapchat, Instagram, Pinterest, Facebook, Messenger, X, Whatsapp, conseils de sécurité

A partir de Janvier 2026
DECOUVERTE DE L'IA

Toutes ces formations demandent des connaissances de base.



Formations spécifiques

► LA MAINTENANCE SOUS WINDOWS*

3 séances (45€/54€/39€)

Entretien et garder son ordinateur performant

► INSTALLER L'OS LINUX*

2 séances (30€/36€/26€)

Simple, performant, gratuit

*Utilisateurs confirmés

