

CLIO



Le Numérique dans la douceur

**Des Rendez-vous
tous les jeudis matin
de 10h à 12h**

*Informations auprès
du secrétariat*



Trouver une assistance

● Aide pour des problèmes avec votre matériel

*pas de réparation de matériel ni d'intervention dans les logi-
ciels*

-Adhérents ayant participé à une formation

dans la saison : **Gratuit**

-Non-adhérents : **Service payant 5€**

Sur Rendez-vous individuel



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
- Vous pouvez suivre les formations sur votre propre matériel mais celui-ci doit être opérationnel. Si vous ne le pouvez pas, indiquez-le lors de votre inscription.

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

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/

**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

2026-2027

Les formations Informatique de l'ORB



Se lancer en Informatique

► SUR ORDINATEUR (PC)

Avec l'Atelier Numérique Orange Solidarité



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

6 séances (Gratuit)

► SUR TABLETTES OU SMARTPHONES (Android)

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

4 séances (30€,35€,23€)

► SUR MAC avec macOS

(Sierra ou système récent)

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

4 séances (30€,35€,23€)



Approfondir ses connaissances

► SUR TABLETTES OU SMARTPHONES (Android)

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

4 séances (30€,35€,23€)

► SUR MAC avec macOS (Sierra ou Système récent)

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

4 séances (30€,35€,23€)



Participer à des Ateliers Thématiques

► SAUVEGARDER SON ORDINATEUR SOUS WINDOWS

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

1 séance (10€/12€/8€)

► SÉCURITÉ INFORMATIQUE (Windows et Mac)

Cinq règles à respecter

2 séances (20€/23€/15€)

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

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

2 séances (20€/23€/15€)

► WINDOWS 11

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

1 séance (10€/12€/8€)

► L'EXPLORATEUR

Gestion des dossiers, Téléchargements, Clé USB

2 séances (20€/23€/15€)

► LE SCANNER

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

1 séance (10€/12€/8€)

► LA MESSAGERIE

Gérer les contacts, les pièces jointes, Classer les documents

2 séances (20€/23€/15€)

► FAIRE DES RECHERCHES SUR INTERNET

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

1 séance (10€/12€/8€)

► NETTOYER SON PC **NOUVEAU**

Paramétrage Windows : maintenir son PC en bon état de fonctionnement en supprimant les fichiers inutiles, en défragmentant le disque dur, en mettant à jour le système

1 séance (10€/12€/8€)

► COMMENT MIEUX MAÎTRISER SON MAC **NOUVEAU**

1 séance (10€/12€/8€)

► RETOUCHE DES PHOTOS

1 séance (10€/12€/8€)

► DIAPORAMAS MUSICAUX ANIMÉS

1 séance (10€/12€/8€)

► LES OUTILS DE VISIOCONFÉRENCE

Whatsapp, Messenger, Zoom, Jitsi Meet, Teams

1 séance (10€/12€/8€)

► LES RÉSEAUX SOCIAUX

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

1 séance (10€/12€/8€)

Toutes ces formations demandent des connaissances de base.



Formations spécifiques

► LA MAINTENANCE SOUS WINDOWS*

Entretien et garder son ordinateur performant

2 séances (20€/23€/15€)

► INSTALLER L'OS LINUX*

Simple, performant, gratuit

2 séances (20€/23€/15€)

* **Utilisateurs confirmés**



NOUVEAU

Café Numérique

Se retrouver un mardi sur deux (semaine paire) de 14h à 16h30, pour échanger sur les sujets et thèmes choisis par les participants, partager les difficultés rencontrées avec l'aide d'un animateur, puis prolonger ce moment de convivialité autour d'une pause-café.*

Sur inscription

*Participation à la pause-café 2€