

ATELIERS AUTONOMIE NUMÉRIQUE

organisé par



et

Carsat Retraite
& Santé
au travail

Le premier le

VENDREDI 7 FEVRIER 2025
de 10h à 12h

Puis **tous les vendredis**

pendant 3 mois 1/2

Gratuit sur inscription
(places limitées)



Où ?

Melting Potes - Café associatif
7 av. de la Marne 65000 Tarbes

Inscription au **05 81 01 20 86**



LE PROGRAMME

Séance 1 : Diagnostic et leviers de motivation

Séance 2 : Découverte et réassurance

Séance 3 : Maîtrise des usages de l'ordinateur

Séance 4 : S'informer sur internet

Séance 5 : La sécurité sur internet

Séance 6 : Communiquer sur internet

Séance 7 : Découverte des sites et services en ligne (administratif, mobilité, santé...)

Séance 8 : Bilan et échange autour des partenaires locaux disponibles