

# Les ateliers 2021

Des ateliers gratuits dédiés aux Seniors.

Le Pôle Seniors propose aux Montalbanais, âgés d'au moins 60 ans et vivant à domicile, deux ateliers de formation de septembre à décembre 2021 : une initiation au numérique ainsi qu'une mise à jour des connaissances du Code de la route ainsi que de la conduite.

Ces actions gratuites sont menées avec le soutien de la Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie (CNSA) au titre de la Conférence des Financeurs et de la Prévention de la Perte d'Autonomie.

## Mise à jour Code de la Route et conduite



Le Pôle Seniors vous invite à remettre à jour gratuitement vos connaissances du Code de la Route, grâce à trois matinées encadrées par une Auto-école. Si vous le souhaitez, vous pouvez ensuite participer à une session de conduite d'une durée de 30 minutes. Gratuit, sur inscription auprès du Pôle Seniors.

### Informations pratiques

Mise en place des ateliers de septembre à décembre 2021

- Atelier de code : le jeudi matin de 9h à 11h30
- Atelier de conduite : le mardi matin de 8h30 à 11h30

## S'initier au numérique

[Agrandir l'image \(fenêtre modale\)](#)

La formation d'initiation au numérique comprend 4 sessions. Elle se déroule de septembre à décembre 2021 dans la salle informatique de la Maison des Associations, 10 rue Jean Carmet à Montauban. Chaque participant a ainsi accès à un ordinateur. Gratuit, sur inscription auprès du Pôle Seniors.

### Contenu de la formation

- > **Séance 1** : découverte de l'ordinateur et de l'environnement « Windows », procédure de démarrage et d'extinction de l'ordinateur.
- > **Séance 2** : suites bureautiques, découverte des emails et comment se protéger des arnaques par emails.
- > **Séance 3** : découverte d'internet, gestion des mots de passe et découverte des démarches en ligne.
- > **Séance 4** : entretenir ses équipements, sauvegarde des données et découverte des tablettes numériques.