

SÉNIORS, OUI AU NUMÉRIQUE



BESANÇON

PLONGEZ DANS L'UNIVERS DU NUMÉRIQUE ET DES TECHNOLOGIES À TRAVERS DES ATELIERS, STANDS ET ÉCHANGES.

**Jeudi 12 Mars 2026
10h - 17h**

**Maison de quartier municipale
Montrapon Fontaine-Ecu
1 Place Pierre de Coubertin**
Bus :
Ligne 3 arrêt AFPA
Ligne 6 arrêt Brossolette GRETA
Ligne 9 arrêt Intermarché

**Ateliers et petit
déjeuner gratuits.**

**Renseignements et inscription :
Maison des séniors
8 rue Pasteur
03 81 41 22 04**



- Petit déjeuner connecté ●
- Stand d'aide individuelle ●
- Stand Escape Game virtuel ●
- Stand découverte réalité virtuelle ●
- 6 Ateliers numériques ●



**CC
AS**

Ville de
Besançon

SOStech

Action soutenue par la Commission des financeurs du Doubs pour la prévention de la perte d'autonomie des séniors



IMPRIM'VERT® Ville de Besançon - Imprimerie municipale

**Programme
détaillé au dos**

10h-10h30

- **Petit déjeuner connecté**

Pour bien commencer cette journée, participez à notre petit déjeuner connecté. **Au programme : quiz et discussions autour du numérique !**

10h30-12h

- **Maîtriser la tactilité et les principes fondamentaux du smartphone**

Vous n'êtes pas à l'aise avec les écrans tactiles ? Cet atelier vous apprendra à **naviguer efficacement sur votre smartphone** : gestes, écriture et personnalisation de l'interface de vos appareils !

10h30-12h

- **Organiser mes fichiers sur mon ordinateur et maîtriser la gestion des documents**

Découvrez comment **structurer vos documents**, créer et gérer des dossiers, utiliser l'explorateur de fichiers et télécharger des images pour une **gestion optimale de vos fichiers numériques** !

13h30-15h

- **Naviguer sur internet en toute sécurité et se prémunir face aux arnaques et autres dangers**

Découvrez les bons réflexes pour **naviguer en toute sécurité sur internet**. À la fin de cet atelier, vous saurez **repérer les arnaques et réagir face aux dangers du web** !

13h30-15h

- **Ameli, Doctolib et Mon Espace Santé : les outils fondamentaux du numérique en santé**

Initiez-vous aux **principaux services numériques de santé** et apprenez à créer et **utiliser votre compte Ameli, gérer vos rendez-vous avec Doctolib, et découvrir Mon Espace Santé** pour centraliser et partager vos documents médicaux.

15h-16h30

- **S'instruire et se divertir grâce aux applications mobiles : langues, culture et jeux éducatifs**

Découvrez comment utiliser des applications comme **Duolingo, Geoguessr, TED et Google Arts & Culture** pour apprendre une langue, développer vos connaissances géographiques, explorer le patrimoine culturel et accéder à des contenus éducatifs variés.

15h-16h30

- **Apprendre la logique des applications et leur utilisation**

Cet atelier vous guide pas à pas : **apprenez à installer, désinstaller et personnaliser des applications**, tout en gérant efficacement leur **sécurité et confidentialité**.

10h - 12h

13h30 - 17h

- **Stand d'informations CCAS et Ville de Besançon**
- **Stand d'aide individuelle**
- **Stand découverte de la réalité virtuelle**
- **Stand Escape Game virtuel**