

JOURNÉE NUMÉRIQUE DES SÉNIORS

BLOIS

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

Vendredi 23 octobre 2026
9h - 17h30

Espace ROSA PARKS
31 Av. du Maréchal Juin
41000 Blois

Au programme :

- **Petit déjeuner connecté**
autour de la Culture numérique
- **9 Ateliers numériques - niveau 1 à 3**
- **Conférence** : Adopter les bons réflexes pour se prémunir face aux arnaques en ligne
- **Stands**
 - Les infox – fakes news, fausses informations – animé par SOS Tech
 - Les bons appareils en fonction des besoins – animé par SOS Tech
 - Les conseillers numériques – animé par le CIAS du Blaisois, la ville de Blois (Espace Mirabeau et Espace Rosa-Parks) et le PIMMS MEDIATION - Blois et le Conseil Départemental 41.
 - Les démarches administratives en ligne – animé par le CIAS du Blaisois (Expérimentation Territoire zéro non-recours) et Dispositif « Bien-vieillir dans votre quartier » et par PIMMS MEDIATION – Département du Loir-et-Cher
 - Le dossier Allocation Personnalisée pour l'Autonomie en ligne – animé par VIVRE AUTONOME 41 – Département de Loir-et-Cher
 - L'accompagnement au numérique – animé par Loir-et-Cher Tech



Ateliers et conférence gratuits sur inscription

☎ Par téléphone

02 54 45 54 70

✉ Par mail

bienvieillir@ciasdublaisois.fr

Besoin de tester votre niveau ?

Des rendez-vous spécifiques avec le conseiller numérique du CIAS du Blaisois vous seront proposés lors de votre inscription.

Avec le soutien de



Dans le cadre de l'action
« Accompagnement au vieillissement
dans les quartiers prioritaires de la ville »



Ateliers numériques collectifs : Niveau 1 à 3 avec ordinateur portable, smartphone, ou tablette

9h - 9h30

- **Petit déjeuner connecté autour de la culture numérique**

9h30 - 11h

NIVEAU 3

- **Les bases de l'administratif en ligne : France Connect et les formulaires**

Durant cette atelier, **vous apprendrez les fondamentaux de l'administratif en ligne** et les avantages de l'utilisation de services comme France Connect.

9h30 - 11h

NIVEAU 2

- **Découvrir et maîtriser ma boîte mail sur mon smartphone**

Apprenez ce qu'est **une boîte mail** et **comment accéder à votre compte**. Vous saurez **envoyer et recevoir des messages**, **ajouter des pièces jointes** et une signature, **rechercher et organiser vos emails**, et **repérer ou gérer les spams**.

9h30 - 11h

NIVEAU 2

- **S'instruire et se divertir grâce aux outils numériques : Youtube, Wikipedia et les applications de radio**

Initiez-vous à **YouTube** et **Wikipédia** pour **accéder à l'information, la culture et le divertissement**. Vous apprendrez à **rechercher des contenus fiables**, **identifier des chaînes et articles de qualité**, utiliser des **applications de radio** pour écouter musique, émissions et actualités, **développer un regard critique sur l'information**, et adopter de bonnes pratiques pour **un usage autonome et responsable de ces plateformes**.

11h - 12h30

NIVEAU 1

- **Maîtriser la communication basique avec un smartphone : SMS et appels**

Apprenez à **passer, répondre et rejeter un appel**, ainsi qu'à **envoyer et recevoir des SMS**. Découvrez aussi comment utiliser l'application de messagerie et **gérer vos contacts en les créant, modifiant ou supprimant**.

11h - 12h30

NIVEAU 2

- **Premiers pas avec WhatsApp : maîtrisez la messagerie sur smartphone**

Faites vos premiers pas avec les applications de messagerie sur smartphone et découvrez leur fonctionnement. Vous apprendrez à **télécharger les applications**, **envoyer des messages**, **passer des appels ou des visioconférences**, **gérer vos groupes** et **modifier les paramètres pour personnaliser votre expérience**.

11h - 12h30

NIVEAU 2

- **Apprendre à utiliser internet depuis mon smartphone**

Cet atelier vous permettra de **découvrir ce qu'est Internet et le Web**, et de comprendre **la différence entre navigateur et moteur de recherche**. Vous apprendrez à **naviguer sur votre smartphone**, à **identifier les icônes et widgets**, à effectuer des recherches efficaces avec **des mots-clés et suggestions**, et à utiliser correctement **la barre de recherche et la barre d'adresse**.

15h30 - 17h

NIVEAU 3

- **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**. Vous apprendrez à **installer et manipuler ces applications** de manière simple et sécurisée, **développer votre autonomie et adopter de bonnes pratiques pour un usage responsable et équilibré**.

15h30 - 17h

NIVEAU 3

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

Découvrez les principaux **services numériques de santé** et apprenez à créer et utiliser votre compte Ameli, à **gérer vos rendez-vous médicaux via Doctolib**, ainsi qu'à **utiliser Mon Espace Santé** pour centraliser et partager vos documents médicaux.

Vous apprendrez également à **sécuriser vos données personnelles** et à naviguer de manière autonome sur ces plateformes.

15h30 - 17h

NIVEAU 2

- **Gérer mes photos et documents sur mon smartphone**

Découvrez comment **organiser et gérer efficacement vos fichiers et photos sur votre smartphone**. Vous apprendrez à **créer, déplacer et supprimer des fichiers et dossiers, gérer la galerie photos, créer des albums, rechercher et sauvegarder vos photos en toute sécurité**, et appliquer des astuces pour économiser de l'espace de stockage.



Conférence :

14h - 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 cette conférence, vous saurez **repérer les arnaques et réagir face aux dangers du web** !



Stands :

9h30 - 12h30
13h30 - 17h30

• Stands

Les infox – fakes news, fausses informations - animé par SOS Tech

Il n'est pas toujours facile de distinguer **les informations fiables sur internet** !
Ce stand vous aidera à **identifier les fausses informations** et à **utiliser des outils de recherche** pour accéder à **des informations vérifiées**.

Les bon appareils en fonction des besoins – animé par SOS Tech

Apprenez à **identifier les critères essentiels pour bien choisir votre matériel numérique** : autonomie, performances, capacité de stockage, taille d'écran... Ce stand vous aide à **définir vos besoins selon vos usages** (bureautique, multimédia, graphisme, gaming) et à **comparer les différents types d'appareils**, afin de faire un **choix adapté et éclairé**.

Les conseillers numériques – animé par le cias du Blaisois, la ville de Blois (Espace Mirabeau et Espace Rosa - Parks) et le PIMMS MEDIATION - Blois et le Conseil Départemental 41.

Les démarches administratives en ligne – animé par le cias du Blaisois (Expérimentation Territoire zéro non-recours) et Dispositif « Bien-vieillir dans votre quartier » et par PIMMS MEDIATION – Département du Loir-et-Cher

Le dossier Allocation Personnalisée pour l'Autonomie en ligne – animé par VIVRE AUTONOME 41 – Département de Loir-et-Cher

L'accompagnement au numérique – animé par Loir-et-Cher Tech

Besoin de tester votre niveau ?

Inscrivez-vous auprès de Jessy Samson,
06 24 40 16 57 – jessy.samson@ciasdublaisois.fr

Le 6 et 13 octobre de 11h à 12h à la résidence Lumière

Le 7 et 14 octobre de 11h à 12h à la résidence Barbara

Le 8 et 15 octobre de 11h à 12h à La Chrysalide

Avec le soutien de



AG2R LA MONDIALE



Dans le cadre de l'action
« Accompagnement au vieillissement
dans les quartiers prioritaires de la ville »