

## Présentation Seniors connectés

Ateliers animés par un professionnel de l'informatique pour expliquer, conseiller et initier aux outils numériques tels que le téléphone mobile appelé "smartphone", la tablette numérique et l'ordinateur

**Ateliers en groupes de 4 à 8 personnes pour tous les niveaux :**

**grand débutant :** vous n'avez jamais utilisé d'ordinateur/smartphone

**débutant :** vous n'avez presque jamais utilisé un ordinateur ou un smartphone

**intermédiaire :** vous savez utiliser les fonctionnalités de base mais aimeriez découvrir de nouveaux usages

**Inscription obligatoire, de préférence par SMS, en précisant ses coordonnées : NOM, Prénom, dates et horaires des ateliers souhaités (ou par téléphone) UNIQUEMENT à ce numéro :**

**07 44 71 10 24**

**du lundi au vendredi de 10h30 à 12h  
et de 14h à 16h30**

**(ATTENTION : aucun appel, ni aucune inscription ne seront traités en dehors de ces jours et horaires mais nous vous recontacterons si des places en atelier sont disponibles ou se libèrent)**

*merci de nous prévenir en cas d'indisponibilité*

## Lieux et adresses où se dérouleront les ateliers Seniors connectés

### MJC Grieu

**3 rue de Genève, 76000 Rouen**  
**02 35 71 94 76**

TEOR 2 et 3 : arrêt Deux rivières  
Bus 22 : arrêt Hallettes

### MJC Rouen Rive Gauche

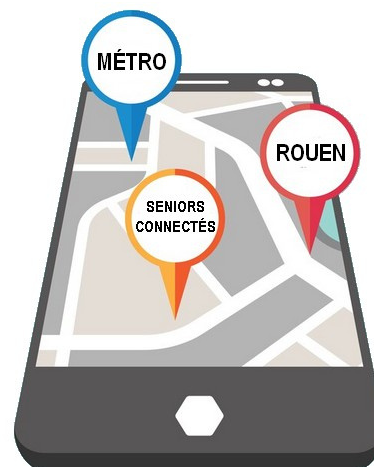
**Place de Hanovre, 76100 Rouen**  
**02 32 81 53 60**

Métro : arrêt Saint Sever  
F1 et F9 : arrêt Place Saint Sever

### Maison des Aînés

**24 rue des Arsins, 76000 Rouen**  
**02 32 08 60 80**

F1, Bus 11, 15, 22 : arrêt Hôtel de Ville  
F2, F7 et Bus 20 : arrêt Beaux Arts



Gordoba / freepik.com



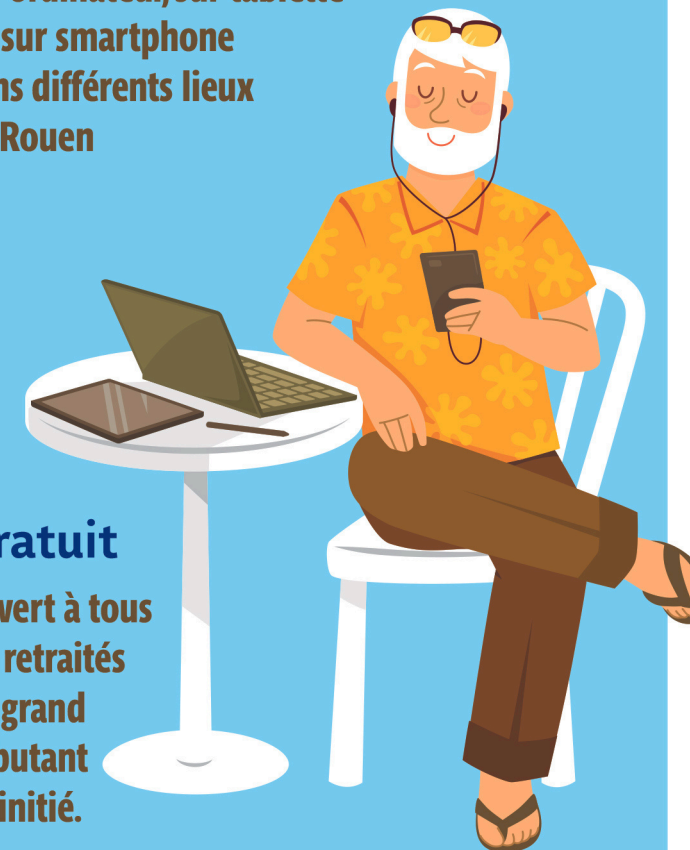
Designed by catalyststuff / Freepik.com



# Séniors connectés

## Ateliers numériques

**sur ordinateur, sur tablette  
ou sur smartphone  
dans différents lieux  
de Rouen**



## Gratuit

**Ouvert à tous  
les retraités  
du grand  
débutant  
à l'initié.**

# NOVEMBRE 2025

**Renseignements  
et inscriptions**

**par téléphone/SMS au 07 44 71 10 24**



## Pour débutants et intermédiaires

Jeudi 6 novembre, 14h-16h

- **Comment envoyer et lire des SMS et MMS avec son smartphone et sa tablette.**

**C'est quoi le RCS ?**

à la MJC Rive Gauche

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel (Android)**

**Nouveau!**

Vendredi 7 novembre, 10h-12h

- **Savoir reconnaître et éviter les escroqueries sur internet**

à la MJC Grieu

*Temps d'informations et d'échanges autour d'un thème*

**Ne pas apporter de matériel, mais de quoi noter**

Vendredi 7 novembre, 14h-16h

- **Les services de Google et ses logiciels : Maps, Agenda, Photos...**

à la Maison des Aînés

Atelier sur smartphone, tablette ou ordinateur

**Apportez votre matériel (Android, Windows)**

## Pour débutants et intermédiaires

Jeudi 13 novembre, 14h-16h

- **Envoyer des messages, appels, vidéos avec l'application WhatsApp et ses nouvelles fonctions**

à la MJC Rive Gauche

Atelier sur smartphone et ordinateur

**Apportez votre matériel (Android, Windows)**

Vendredi 14 novembre, 10h-12h

- **Réglages de base smartphone et tablette**

à la MJC Grieu

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel (Android)**

## Pour débutants et intermédiaires

Vendredi 14 novembre, 14h-16h

- **Comment faire de la place sur son smartphone ou sa tablette (Android)**

à la Maison des Aînés

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel (Android)**

## Pour débutants et intermédiaires

Jeudi 20 novembre, 14h-16h

- **Comment lire un code barres, un QR code avec son smartphone ou sa tablette**

à la MJC Rive Gauche

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel (Android)**

Vendredi 21 novembre, 10h-12h

- **Gérer sa boîte mails, organiser ses dossiers**

à la MJC Grieu

Atelier sur smartphone, tablette ou ordinateur

**Apportez votre matériel (Android, Windows)**

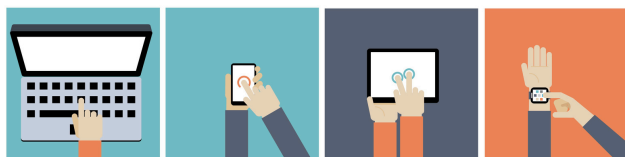
Vendredi 21 novembre, 14h-16h

- **Comment scanner/photocopier un document avec son smartphone/sa tablette (Android)**

à la Maison des Aînés

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel**



Designed by Freepik.com

## Pour débutants et intermédiaires

Jeudi 27 novembre, 14h-16h

- **Comment gérer et retrouver ses dossiers, ses fichiers, photos, documents, téléchargements dans son smartphone ou sa tablette (Android)**

à la MJC Rive Gauche

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel (Android)**

Vendredi 28 novembre, 10h-12h

- **Manger plus sain avec son smartphone et l'application Yuka**

à la MJC Grieu

Atelier sur smartphone et tablette (Android)

**Apportez votre matériel (Android)**

Vendredi 28 novembre, 14h-16h

- **Comment envoyer gratuitement des fichiers volumineux par internet**

à la Maison des Aînés

Atelier sur smartphone, tablette ou ordinateur

**Apportez votre matériel (Android, Windows)**