

# Inscrivez-vous vite !

Renseignements et inscriptions  
à l'accueil de votre espace  
France services ou par téléphone  
au **05 63 26 09 40**  
ou auprès de Margot Boulanger  
au **06 21 59 30 01**



## Ateliers gratuits

Ne pas jeter sur la voie publique.



# France services



## France services

du Quercy Caussadais  
1 place de la Gare  
82300 Caussade

05 63 26 09 40 / 06 21 59 30 01

conseiller-numerique@quercycaussadais.fr

<https://www.quercycaussadais.fr>  
f Franceservices.Quercycaussadais

Opération soutenue par l'Etat dans le cadre  
du dispositif Conseiller numérique France services  
[www.conseiller-numerique.gouv.fr](http://www.conseiller-numerique.gouv.fr)



# Les ateliers numériques

## SEPTEMBRE/NOVEMBRE 2025

# SEPTEMBRE - NOVEMBRE 2025

## Traitement de textes/ tableur

**Les mercredis du 3 septembre au 24 septembre de 14h00 à 16h00**

4 séances pour apprendre à éditer et mettre en page vos documents textuels, tableurs et graphiques.

## Cybersécurité : les derniers pièges à éviter

**Le mardi 9 septembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour vous informer ou mettre à jour vos connaissances sur les derniers dangers d'internet.

## Smartphone/ tablette débutant :

**Les jeudis du 11 septembre au 16 octobre de 9h30 à 11h30**

5 séances pour vous initier à l'utilisation d'un smartphone ou d'une tablette dans les usages numériques du quotidien.

## Ordinateur débutant

**Les jeudis du 11 septembre au 16 octobre de 14h00 à 16h00**

5 séances pour apprendre à utiliser un ordinateur dans les usages du quotidien.

## Traduction

**Le vendredi 12 septembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour découvrir des outils permettant de traduire des textes et des images.

## Retouche photo

**Le vendredi 12 septembre de 14h00 à 16h00**

1 séance pour apprendre à retoucher des photos.

## Scanner/flasher avec votre smartphone

**Le mardi 16 septembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour apprendre à scanner en PDF avec son smartphone et à flasher des QR codes.

## Googles maps

**Les vendredis 19 et 26 septembre de 9h30 à 11h30**

2 séances pour découvrir comment utiliser ce service de cartographie en ligne.

## Canva: infographie

**Le mardi 23 septembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour s'initier à l'utilisation de Canva, un site internet gratuit qui vous permet de réaliser facilement des documents visuels.

## France connect et France connect+

**Le mardi 7 octobre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour tout savoir sur France connect, France connect +.

## Les outils Google

**Les mercredis du 8 octobre au 29 octobre de 14h00 à 16h00**

4 séances pour découvrir et apprendre à utiliser les nombreux outils gratuits associés à votre adresse Gmail (agenda, drive, docs, sheets, photos, traduction...).

## Whatsapp

**Le vendredi 10 octobre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour s'initier à cette application de messagerie pour communiquer avec vos proches.

## Mes démarches en ligne

**Le mardi 14 octobre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour comprendre comment faire ses démarches administratives en ligne et connaître les principaux sites administratifs.

## Les gigas et moi

**Le vendredi 17 octobre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour tout comprendre sur les gigas : le stockage de mon téléphone, les gigas de mon forfait, les gigas de mon espace de stockage en ligne.

## Ma santé en ligne

**Le mardi 21 octobre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour faire le point sur les services de santé en ligne (Doctolib, Clickdoc, Mon espace santé) et découvrir le principe de la téléconsultation.

## Canva vidéo

**Le mardi 28 octobre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour s'initier à l'utilisation du site internet Canva qui permet de réaliser de courtes vidéos.

## Cybersécurité : mots de passe

**Le mardi 18 novembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour tout comprendre sur les mots de passe et les gestionnaires de mots de passe afin de renforcer la sécurité de nos espaces numériques.

## Intelligence artificielle

**Les mercredis 19 et 26 novembre de 14h00 à 16h00**

2 séances pour découvrir des outils d'intelligence artificielle.

## Je gère les copier/coller

**Le jeudi 20 novembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour maîtriser les copier/coller sur l'ordinateur et sur le smartphone.

## Ordinateur/ smartphone perfectionnement

**Les jeudis du 20 novembre au 18 décembre de 14h00 à 16h00**

5 séances pour vous perfectionner sur l'ordinateur et le smartphone dans les usages du quotidien.

## Je gère mes fichiers

**Les vendredis du 21 novembre au 12 décembre de 9h30 à 11h30**

4 séances pour apprendre à gérer vos fichiers sur ordinateur (ranger, renommer, supprimer, classer, transférer, enregistrer, envoyer...).

## Clavier/ souris

**Les mardis 25 novembre et 2 décembre de 9h30 à 11h30**

2 séances pour découvrir des outils qui vous feront progresser dans l'utilisation du clavier et de la souris.

## Je gère mes mails sur mon smartphone

**Le jeudi 27 novembre de 9h30 à 11h30**

1 séance pour maîtriser les principales fonctions de votre messagerie web et apprendre à la ranger.