Voir la version en ligne

Modules Seniors

Le numérique à portée de main :

Nouvelles dates & 6 thématiques inédites pour simplifier votre usage quotidien !

Envie d'être plus à l'aise avec votre smartphone ou votre ordinateur ?

Vous avez déjà participé à un atelier et souhaitez aller plus loin ?

Grâce à votre enthousiasme et à la réussite des sessions précédentes, l'équipe d'**Interface3.Namur et ses bénévoles** sont ravis de vous proposer la suite de leur catalogue de formations !



Au programme :

- **Vos thématiques préférées de retour** : pour consolider vos acquis sur smartphone et ordinateur à votre rythme.
- **6 nouveaux thèmes** : focus sur la sécurité de vos données, les services en ligne (Itsme, Mygov, Masanté, etc.) et l'IA.
- **Un accompagnement bienveillant** : des ateliers pratiques en demi-journée (matin ou après-midi) en petit groupe.

Je m'inscris

👉 Des thématiques pratiques



Se familiariser avec l'ordinateur

- Souris (clics gauche, droit, molette) et raccourcis clavier
- Navigation sur le bureau
- Gestion et redimensionnement des fenêtres
- Travail en vue scindée : fenêtres et barre des tâches

Je réserve le 06/11



Apprivoiser son smartphone et ses fonctionnalités de base

- Gestes tactiles et actions de base
- Rangement des écrans et des applications
- Différence entre supprimer et désinstaller
- Verrouillage et sécurisation de l'appareil

Je réserve le 09/11



Sauvegarder et organiser ses documents en lignes

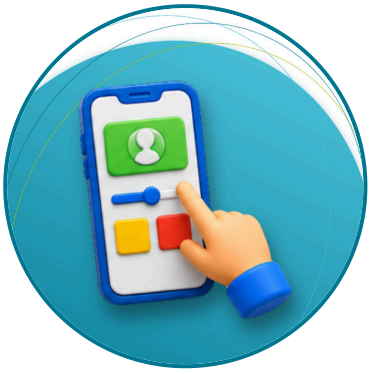
- Comparatif stockage local vs cloud
- Prise en main des outils (Drive, OneDrive, Dropbox)
- Transfert, classement et partage de fichiers
- Accès aux outils via un lanceur d'applications

Je réserve le 13/11



Organiser et manipuler son ordinateur au quotidien

- Régler l'affichage pour un meilleur confort visuel
- Retrouver et ranger facilement ses fichiers
- Maîtriser le copier/coller



Configurer et personnaliser son smartphone

- Régler l'écran et utiliser le clavier tactile
- Trier ses applications dans des dossiers
- Gérer les connexions (Wi-Fi,



Communiquer et interagir avec son smartphone

- Gérer les appels et les SMS
- Utiliser la messagerie WhatsApp
- Partager des photos et des captures d'écran

- Transférer les photos du smartphone vers le PC

Je réserve le 20/11

4G/5G)
- Télécharger des applications utiles via le Play Store

Je réserve le 16/11

- Scanner et utiliser des codes QR

Je réserve le 17/11



Comprendre et utiliser les Intelligences artificielles

- Principes, fonctionnement et apprentissage
- Prise en main des IA génératives
- Usage éthique et responsable
- Protection des données personnelles

COMPLET le 12/11

Je réserve le 24/11



Sécuriser son smartphone Android, les bonnes pratiques

- Créer des mots de passe solides et les retenir
- Sécuriser vos comptes avec la double authentification
- Récupérer un compte en cas d'oubli
- Mettre à jour votre smartphone

Je réserve le 23/11



Services en ligne : itsme, My e-Box, Masanté.be…

- Comprendre les connexions sécurisées : Itsme, MyGov.be, eID
- Découvrir les services en ligne utiles
- Se repérer sur MyPension, Izimi, MyMinfin, MaSanté.be...
- Consulter et télécharger vos documents

Je réserve le 24/11



e-Mails - Mieux organiser et sécuriser sa boite mail

- Classer vos mails avec dossiers et libellés
- Trier automatiquement vos messages
- Organiser vos contacts et écrire à plusieurs personnes
- Repérer les mails frauduleux et gérer les spams

Je réserve le 01/12



Sécuriser son PC, les bonnes pratiques

- Créer des mots de passe sécurisés sans les mémoriser
- Enregistrer et retrouver vos mots de passe
- Protéger vos comptes avec la



Mieux s'informer et préserver sa vie privée sur Internet

- Vérifier les infos vues en ligne avec des outils simples
- Repérer les messages frauduleux et les signaler



Créer cartes de vœux ou montages photos avec Canva

- Créer un compte gratuit et découvrir Canva
- Choisir un modèle ou un format adapté
- Ajouter photos, texte et éléments

- double authentification
- Retrouver un mot de passe oublié et modifier vos infos de connexion
- Mettre à jour votre ordinateur en sécurité

- Comprendre les cookies
- Régler la confidentialité de vos comptes et réseaux sociaux
- Choisir ce que vous partagez et protéger votre identité

- décoratifs
- Personnaliser les couleurs et la présentation
- Enregistrer pour imprimer, envoyer ou partager

Je réserve le 01/12 | **Je réserve le 08/12** | **Je réserve le 08/12**

📌 Infos Pratiques

Pour qui ?

- Toute personne qui souhaite se former et se familiariser avec les outils numériques, plus particulièrement aux seniors et débutants
- Groupes de min 4 personnes jusqu'à 10 personnes max

Quand ?

- Cet automne : retrouvez toutes les dates sur notre site web
- Sessions de 3h, organisées durant la semaine, en matinée ou après-midi

Où ? Dans les locaux d'Interface3.Namur, av. Sergent Vrithoff 2, 5000 Namur

Prix ? Participation de 30€/module de 3h

Matériel ?

- **Smartphone :** ⚠️veillez à vous munir de votre propre téléphone chargé et son chargeur.
- **Ordinateur :** nous mettons des PC à votre disposition, inutile d'apporter le vôtre

📝 Modalités d'inscription

Comment s'inscrire et payer ?

- **100 % en ligne :** inscrivez-vous et payez en toute sécurité par virement bancaire sur notre site
- **Inscription en ligne + paiement sur place :** réservez votre place sur le site et payez par carte bancaire (Bancontact) le jour de la formation
- **Par téléphone :** réservez votre place au 081 63 34 90
  - **Avec paiement sur place :** payez par carte bancaire (Bancontact) le jour de la formation
  - **Avec virement bancaire :** nous vous envoyons les informations pour effectuer votre virement

Je m'inscris

Vous ne savez pas vers quel module vous diriger ?
Nous vous aidons à trouver l'atelier adapté à vos besoins !
Contactez-nous au **081/63 34 90** !

> Vous connaissez des personnes qui pourraient être intéressées par ces formations ?
Merci de partager l'information !

Interface3.Namur
avenue Sergent Vrithoff 2, 5000 Namur
081/63 34 90
contact@interface3namur.be

Vous avez reçu cet e-mail car vous vous êtes abonné.e à la newsletter d'Interface3.Namur

Vous ne souhaitez plus recevoir notre newsletter ? Cliquez ici.

Envoyé avec Brevo

© 2026 Interface3.Namur

Afficher dans le navigateur

Animations

Interface 3 namur
Se connecter pour plus d'égalité

🎙️ C'est dans la boîte : *Créez votre podcast et faites entendre votre voix !*

Transmettre un souvenir précieux, partager une recette familiale, faire découvrir votre passion, interviewer un proche ou enregistrer une histoire pour vos petits-enfants… Les possibilités sont nombreuses !

« Et si vous donniez vie à vos récits sous la forme d'un podcast audio ? »

Un podcast, c'est un enregistrement audio que l'on peut écouter à tout moment, sur son smartphone ou son ordinateur.



Découvrez comment enregistrer votre voix, créer votre propre podcast et le partager avec vos proches.

Une manière originale et conviviale de développer vos compétences numériques tout en donnant vie à vos histoires !

De l'idée à l'enregistrement, en 10 demi-journées

Etape par étape, apprenez à utiliser des outils numériques, dans une ambiance conviviale et en petit groupe :

- Choisir un sujet et préparer votre récit
- Enregistrer votre voix
- Réaliser un montage audio sur ordinateur
- Partager votre podcast avec vos proches



Infos & Inscription : 081/63 34 90

Envie de partager vos histoires tout en apprenant à utiliser de nouveaux outils numériques ?

Participez à la **séance d'information du vendredi 13 novembre** pour découvrir le projet et poser vos questions.

Infos pratiques

Pour qui ? Toute personne qui souhaite se former et se familiariser avec les outils numériques, plus particulièrement aux seniors et débutants.
Groupe composé entre 4 et 10 personnes max

Quand ? Les vendredis matin, de 9h à 12h

- Dates : 27/11, 04/12, 11/12, 18/12, 15/01, 22/01, 29/01, 05/02, 12/02, 19/02
  ⚠️ Il est impératif de participer à la totalité des ateliers

Où ? Dans les locaux d'Interface3.Namur, av. Sergent Vrithoff 2, 5000 Namur

Prérequis ? Utiliser le clavier, souris, la recherche internet

Prix ? Participation libre à partir de 60 € pour les 10 ateliers
Nous souhaitons rendre ce parcours accessible au plus grand nombre, tout en contribuant aux frais d'organisation et d'animation.
Chacun·e choisit librement le montant de sa participation, selon ses moyens et ses possibilités, avec un minimum de 60 €.

Infos & Inscription ?

- Séance d'information obligatoire : le vendredi 13 novembre à 9h30
- Contactez-nous par téléphone : 081/63 34 90

Des questions ?

Vous connaissez des personnes qui pourraient être intéressées par cet atelier ?
Merci de partager l'information !

---

epn Espaces publics numériques de Wallonie

Interface3.Namur
avenue Sergent Vrithoff 2, 5000, Namur

Vous ne souhaitez plus recevoir cette newsletter ? Vous pouvez vous désinscrire.

Je souhaite me désinscrire

Envoyé avec Brevo