



L'ATELIER BIEN SUR INTERNET

1. Un atelier pour « avoir le déclic »

L'atelier « Bien sur internet » du Prif fait suite à l'animation du réseau d'Inclusion Numérique initié par la Cnav Ile-de-France en septembre 2018. Il a été créé par un groupe de travail lancé par le Prif en 2019.

A. Le contenu de l'atelier

L'atelier « Bien sur internet » a pour objectifs de rendre les seniors acteurs de leur bien vieillir en les rendant le plus autonomes possible sur la pratique de base du numérique. Pour ce faire, il s'agit de :

- sensibiliser et informer les retraités sur les opportunités du numérique pour leur quotidien (ex. services de la vie pratique, sites favorisant le bien vieillir, sites administratifs, sites de mobilité, communication en ligne)
- former les retraités et leur donner la confiance en soi et les repères pour s'informer *via* internet, communiquer en ligne et réaliser des démarches en ligne en sécurité
- favoriser la convivialité et le lien social.

B. Un contenu adapté et adaptable à tous types de publics

Il est attendu des partenaires opérateurs du réseau du Prif qu'ils soient en mesure d'adapter le format et le contenu des ateliers à toutes les situations rencontrées. Ainsi, l'atelier peut être déployé en présentiel, en visioconférence ou en audio. Le contenu et la durée de l'action doivent être adaptés en fonction du format selon les préconisations formulées ci-dessous.

Format de l'atelier :

- Une réunion d'information
- Déploiement en présentiel et distanciel possible :
 - 9 séances hebdomadaires et une à + 3 mois en présentiel – 7 à 10 participants
 - 8 séances hebdomadaires en distanciel – 6 à 8 participants

Au moment du parcours qui lui semblera opportun et de manière régulière, le formateur présentera des structures-ressources de proximité et incitera les participants à identifier une personne ressource de leur entourage afin que chacun puisse se tourner vers une solution en cas de blocage une fois le parcours terminé. Le partenaire local pourra intervenir lors de ces échanges.



Le Prif, partenaire des jeunes de plus de 60 ans



Réunion d'information (1h)	OBJECTIF Présenter le Parcours prévention du Prif et sensibiliser un large public à sa dimension multifactorielle.
-----------------------------------	--

<u>Découverte et réassurance</u> 2 à 3 séances de 2h à 2h30 en présentiel 2 séances de 2h en distanciel	OBJECTIFS <ul style="list-style-type: none"> • Faire découvrir et rassurer les personnes qui n'ont jamais ou peu touché à l'équipement informatique proposé dans le cadre de l'atelier (ordinateur ou tablette). • En fonction du niveau du groupe, l'opérateur peut ajuster le nombre de séances, dans la fourchette indiquée, en fonction des besoins. Une attention particulière sera apportée aux personnes fragiles. MISE EN APPLICATION <ul style="list-style-type: none"> • Identifier les différentes parties de l'ordinateur/la tablette et du bureau et désacraliser la « machine » • Allumer, éteindre, charger l'ordinateur/la tablette • Se connecter au réseau, régler la luminosité et le son • Savoir choisir un équipement numérique et une connexion qui correspondent à ses besoins • Manipuler les fenêtres (fermer, agrandir, réduire, rouvrir à partir de la barre des tâches) • Sélectionner/se déplacer : Utiliser la souris (molette, clic gauche) OU Toucher, appuyer, glisser (tablette) • Taper un texte : taper en minuscule et en majuscule, des chiffres et manipuler les touches Entrée, Espace, Effacer
---	--

<u>Découverte des usages</u> 6 à 7 séances de 2h à 2h30 en présentiel 6 séances de 2h en distanciel	OBJECTIFS <ul style="list-style-type: none"> • Accompagner les participants dans les usages commun d'internet et des outils informatiques : • Communiquer • S'informer • Naviguer en toute sécurité • Effectuer des démarches administratives MISE EN APPLICATION <ul style="list-style-type: none"> • Maîtriser l'équipement • Tablette : identifier les applications, les mettre en veille ; télécharger et installer une application de son choix, comprendre les notifications ; utiliser l'appareil photo, retrouver les photos et les partager ; présenter des applications utiles. <i>Il est conseillé de</i>
---	--



Le Prif, partenaire des jeunes de plus de 60 ans



présenter : des applications santé, des applications de mobilité, des applications de communication et des applications ludiques.

- **Ordinateur** : Identifier les fichiers et les dossiers, créer un fichier, enregistrer un fichier sous ; Créer un dossier, le nommer, déplacer des fichiers (clic droit, glisser-déposer et copier-coller) ; Utiliser l'explorateur de fichiers et la clé USB
- **S'informer sur Internet**
 - Ouvrir un navigateur, rechercher avec mots clés, choisir le résultat
 - Naviguer (utiliser les boutons précédent, suivant, actualiser, utiliser la barre d'adresse, manipuler les onglets)

L'apprentissage de la navigation doit se faire en priorité en lien avec ce que chacun a envie de découvrir et sur le site pourbienvieillir.fr

- **Utiliser internet en toute sécurité**
 - Connaître les intérêts d'avoir un antivirus et savoir réagir à une demande de mise à jour, à l'irruption de cookies ou de pop-up
 - Repérer les garanties de sécurité en ligne
 - Rechercher une solution à un problème numérique sur Internet
- **Communiquer via mail**
 - Utiliser sa boîte mail (ouvrir, créer, déchiffrer et répondre à un e-mail, identifier un mail à risque)
 - Joindre un fichier dans un mail et télécharger un document
 - Comprendre la notion de mot de passe et savoir composer un mot de passe sécurisé
 - Connaître des méthodes de conservation et de récupération de mot de passe
 - Utiliser France Connect
- **En + Tablette :**
 - Configurer l'appli mail
- **En + Ordinateur :**
 - Créer une boîte mail
 - Se connecter/déconnecter de sa boîte mail
- **Utiliser les sites administratifs et du bien vieillir**
 - Présenter les démarches et espaces en ligne suivants : Ameli (dont le dossier médical partagé), Impôts, Assurance Retraite (MSA ou Cnav), Prif, sites ou applications de mobilité (ex. SNCF, RATP, GPS) et de communication
 - Scanner un document
 - Déposer un fichier dans un espace en ligne
 - Remplir un formulaire en ligne (reconnaître et appliquer les contraintes de contenu et de formats (champs obligatoires, types de réponses, CAPTCHA...)) ;



Le Prif, partenaire des jeunes de plus de 60 ans



	<ul style="list-style-type: none"> ○ S'interroger sur la pertinence de donner des informations personnelles <p><i>L'apprentissage de l'espace en ligne et du formulaire en ligne doivent se faire sur un des sites de la liste ci-dessus.</i></p>
--	--

<p>Mesurer les impacts</p> <p>1 séance de 2h à 2h30 à + 3 mois en présentiel</p> <p>Envoi du questionnaire en distanciel</p>	<p>OBJECTIFS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Une séance est organisée à + 3 mois après la dernière séance tenue en présentiel, afin de faire un retour d'expérience avec les participants et évaluer les changements de comportements de participants à la suite des 2 premiers cycles de l'atelier. • Pour le format distanciel, le recueil des données d'évaluation ne fait pas l'objet d'une séance. Ce mail est transmis par la plateforme sphinx et par l'opérateur si nécessaire à l'ensemble des personnes qui ont renseigné une adresse mail dans le questionnaire de début d'atelier.
---	--



Le Prif, partenaire des jeunes de plus de 60 ans



2. Modalités d'évaluation de l'atelier

Le recueil et la conservation des données d'évaluation se font via une plateforme dédiée, conçue par le prestataire sphinx. Chaque opérateur dispose d'un accès personnalisé.

En 1 ^{ère} séance	<p>Mode de diffusion du questionnaire initial :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Par mail, la veille de l'atelier pour les participants ayant été renseigné sur la plateforme sphinx avec leur adresse mail ○ Via smartphone ou tablette directement lors de la première séance avec un QR Code générique qui permettra de créer un questionnaire prêt à l'emploi pour la dernière séance – LE QR CODE DOIT UNIQUEMENT ETRE UTILISE POUR LE QUESTIONNAIRE INITIAL ○ Au format papier, disponible sur la plateforme sphinx et saisi ensuite par l'opérateur
En dernière séance	<p>Mode de diffusion du questionnaire final :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Si l'adresse e-mail du participant est renseigné, le questionnaire leur sera envoyé de manière automatique le jour de l'atelier. Les opérateurs pourront faire des relances avec l'URL personnalisée disponible via Sphinx pour chaque participant. ○ Si l'adresse mail n'est pas renseigné, les opérateurs pourront diffuser les url personnalisées pour une saisie en direct sur tablette. ○ Si le recueil se fait par papier, il faudra veiller à saisir le questionnaire en complétant le profil du participant déjà créé pour le questionnaire initial.
À + 3 mois	<p>Mode de diffusion du questionnaire final :</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Si l'adresse e-mail du participant est renseigné, le questionnaire leur sera envoyé de manière automatique + 3 mois après la date de la dernière séance de l'atelier. Les opérateurs pourront faire des relances avec l'URL personnalisée disponible via Sphinx pour chaque participant. ○ Si l'adresse mail n'est pas renseigné, les opérateurs pourront diffuser les url personnalisées pour une saisie en direct sur tablette. ○ Si le recueil se fait par papier, il faudra veiller à saisir le questionnaire en complétant le profil du participant déjà créé pour le questionnaire initial.

3. Modalités de programmation de l'atelier

Le formulaire de candidature joint (Annexe) comporte le tableau permettant à chaque structure d'indiquer combien d'ateliers elle s'engage à mettre en place, animer et évaluer en Île-de-France en répondant au cahier des charges et notamment à la vision départementalisée de la programmation qu'il prévoit.



Le Prif, partenaire des jeunes de plus de 60 ans



4. Formation préconisée pour les animateurs de l'atelier Bien sur internet

En complément des précisions du Cahier des charges, et selon les termes du [référentiel national inter-régime des actions collectives de prévention de la thématique « Autonomie Numérique »](#), il convient de s'assurer de la qualification ou de l'aptitude de l'animateur pour intervenir auprès d'un public senior. L'animateur devra notamment :

- posséder des aptitudes à animer des groupes (pratiques pédagogiques, mises en situation),
- avoir une connaissance de la spécificité du public senior,
- être en capacité de recueillir les éléments permettant de réaliser une évaluation de l'action.

Par ailleurs, la structure devra garantir qu'elle est en capacité d'appuyer et de cadrer les intervenants des ateliers via un processus de recrutement clair ainsi qu'un dispositif de suivi, de formation continue et d'outillage des formateurs.



Le Prif, partenaire des jeunes de plus de 60 ans

