



Une tablette, c'est quoi ?



Comment communiquer avec mes proches ?



Comment écrire et envoyer un email ?



A quoi servent les applications ?



Comment faire mes démarches administratives ?



Comment prendre des photos ?



Renseignement  
et inscription  
Fédération ADMR du Jura :



Laure GIRARD (Animatrice)



03 84 47 26 31



lgirard@fede39.admr.org



pour tous, toute la vie, partout



ABM Graphic - Lons-le-Saunier • 40810



LA POSTE



pour tous, toute la vie, partout

ardoiz

## AU PROGRAMME



Effectuer des démarches en ligne



Se divertir (jeux...)



Prendre et regarder des photos



Communiquer (envoyer des emails...)



S'informer (internet, recherches...)



## ORGANISATION DES SÉANCES



### POUR QUI ?

Les personnes de 60 ans et plus



### COMMENT



### COMMENT ÇA MARCHE ?

- ▶ 6 séances collectives de 2 h 00 à 2 h 30, encadrées par une animatrice.
- ▶ 10 participants par atelier.
- ▶ Gratuit.

## LES PETITS PLUS



+ Un temps convivial autour d'un goûter.

+ La tablette sera fournie et prêtée tout au long de l'atelier, pendant et entre les séances (connexion internet comprise).

Ayez le déclic avec  
*Les Cafés numériques* A.D.M.R.

