

# Mieux utiliser Internet



C'est important de savoir utiliser internet dans la vie de tous les jours.

Par exemple, internet permet :

- > de s'informer,
- > faire ses courses,
- > discuter avec des amis,
- > regarder des vidéos...

C'est aussi important :

- > quand on ne peut pas sortir de chez soi,
- > quand on ne peut pas se déplacer facilement,
- > quand on est loin de ses amis ou de sa famille

Internet peut rendre la vie plus facile, mais attention, sur Internet il y a aussi des dangers.

Cette formation va vous aider à bien vous servir d'internet sur un téléphone, une tablette ou un ordinateur.

## POURQUOI ?

Cette formation sert à :

- > savoir utiliser internet
- > connaître ce que vous pouvez faire sur internet
- > connaître ce qu'il vaut mieux ne pas faire sur internet
- > se protéger des dangers d'Internet

## L'ORGANISATION DE LA FORMATION

- > La formation dure 2 ou 3 jours
- > Les formateurs s'appellent Marielle BOSSU ou Pauline PAYRASTRE
- > Pour s'inscrire à la formation vous pouvez demander de l'aide aux professionnels qui vous accompagnent
- > Pour vous, la formation est gratuite
- > Elle est payée par votre établissement ou par un organisme qui paye des formations
- > Les prix sont à la page 63

## DE QUOI VA-T-ON PARLER ?

- > Les différentes choses que vous pouvez faire sur internet : par exemple, aller sur facebook ou instagram, s'informer, écouter de la musique, jouer, acheter, faire des dossiers administratifs
- > Les sites internet utiles pour la vie de tous les jours
- > Comment utiliser internet en protégeant sa vie personnelle ?
- > Comment choisir un mot de passe ?
- > Comment ne pas se faire avoir sur internet ? par exemple : arnaques ou menaces
- > Qu'est-ce que vous n'avez pas le droit de faire sur internet ?
- > Comment vous faire aider si vous avez un problème sur internet ?

## POUR QUI ?

- > Adolescents ou adultes accompagnés par un établissement ou un service social ou médico-social
- > Groupe de 8 à 10 personnes maximum
- > Un groupe de personnes qui utilisent déjà internet ou un groupe de personnes qui n'utilisent pas internet
- > Des professionnels peuvent aussi participer à cette formation comme stagiaire ou comme personne de soutien

## COMMENT ?

- > Le formateur donne des explications
- > Le formateur utilise des documents en facile à lire et à comprendre
- > Le formateur utilise des vidéos, des jeux...
- > Il y a des discussions avec les autres personnes du groupe
- > Vous utiliserez un ordinateur ou un téléphone
- > Un professionnel de votre structure est présent