



L'INFORMATIQUE A SAINT-JEAN BIEN-ETRE

Saison 2023-2024

Pratiquant une activité sportive à Saint-Jean Bien-Être, vous pouvez vous initier à l'informatique à raison de 2 heures par semaine par groupes de 10 personnes dans **la salle informatique au 154 rue des Varennes à Saint-Jean-le-Blanc**. cette salle est accessible aux personnes à mobilité réduite.

(Pour débiter cette saison nous devons nous conformer aux décisions gouvernementales et de l'ARS concernant la sécurité sanitaire et appliquer les gestes barrières. Selon la situation sanitaire du moment les effectifs autorisés par séance pourraient être revus.)

Trois niveaux d'initiation possibles :

Si vous n'avez pas encore pratiqué l'informatique, vous irez le **jeudi** après-midi dans un groupe de **Niveau A** (G6) et si vous avez déjà quelques notions d'informatique, vous irez dans l'un des groupes de **Niveau B** le **mercredi** après-midi (G4 et G5) ou le **jeudi** après-midi (G7). Pour des activités plus approfondies 3 groupes de **Niveau C** sont à votre disposition le **mercredi matin** (G3), le **vendredi** (G8, G9). Les cours débuteront le mercredi 4 octobre (semaine 40) et se termineront à la fin du mois d'avril. *Consultez la fiche d'inscription à l'informatique pour connaître les horaires des différents groupes.*

Au programme, c'est une formation généraliste pour tous qui est proposée et qui s'intensifie et se complexifie avec les niveaux. Ces formations vous apprendront à connaître le contenu des dossiers de l'ordinateur, à utiliser quelques programmes de base, à utiliser Internet (recherche de documents, mais aussi courrier électronique) et donc bien sûr à classer vos documents.

Niveau A :

- Apprendre à **démarrer un ordinateur et l'arrêter**, s'accoutumer aux différentes touches du clavier (**minuscules, majuscules, chiffres, barre d'espace**, etc)
- Dompter la **souris** (un clic, deux clics gauche...droite)
- Maîtriser **Windows** (et notamment Windows 10) : distinguer un **fichier** d'un **dossier**, **créer un dossier** pour y rassembler des fichiers, **rechercher un fichier** ou un dossier, **nommer** ce dossier voir le **renommer**, le **supprimer** et bien sûr apprendre à **enregistrer un fichier dans le dossier déjà établi et avec l'extension qui convient**. Tels sont les premiers pas indispensables qu'il faut acquérir en débutant et qui sont utilisés en permanence en informatique, et ceci à tous les niveaux. Bref savoir bien ranger, savoir tout retrouver.

Vous vous initiez :

- à la **bureautique** avec un **traitement de texte** pour rédiger une lettre (ou plus tard écrire vos mémoires, pourquoi pas ?), recopier une recette, etc, apprendre à corriger un mot, mais aussi à utiliser les styles (gras, italique, couleur, taille des caractères, etc...), faire un tableau ;
- au **courrier électronique** : création d'une **adresse mail** utilisable sur n'importe quel ordinateur, **envoyer un mail**, et éventuellement y **ajouter une pièce jointe** (ou des photos), la **lecture des mails** et l'**enregistrement des pièces jointes** ;
- à **Internet** pour y rechercher des documents divers (avec Google) ou pour chercher des horaires de train et le coût du billet (et même acheter le billet).

Niveau B :

Reprise de tous éléments de base en les enrichissant :

- Avec le **traitement de texte** la présentation d'un document sera améliorée, et l'utilisation des automatismes renforcée (comme la recherche de fautes d'orthographe et leur correction, le remplacement d'un mot par un autre et de toutes ses occurrences). Alignement vertical de mots ou de nombres par insertion de puces et mise en colonnes, création de tableaux, création d'en-tête et de pied de page, insertion d'une image dans le texte etc... ;
- Initiation au **tableur** pour effectuer vos comptes personnels et les mettre sous forme de diagrammes ou pour créer un répertoire téléphonique ;
- **Reconnaître les extensions des fichiers et les logiciels qui permettent l'ouverture de ces fichiers.**
- **Courrier électronique** : envoi de pièces jointes et aussi de gros fichiers, comment récupérer les pièces jointes pour les lire à la réception ;
- Quelques notions élémentaires sur les **photos numériques** et notamment comment les réduire, les **fichiers zippés**, comment **rechercher sur internet de nouveaux programmes, les enregistrer, les installer ou les supprimer** .
- Il faut y ajouter la **protection contre les virus** et autres objets malveillants ou encore savoir **reconnaître les arnaques informatiques** pour ne pas tomber dans les pièges.

Niveau C :

- Reprise de tous les éléments précédents en les enrichissant encore : quelques exemples : insertion d'une image en filigrane ou en transparence dans un document **odt**, création d'un livret, création d'étiquettes, fichiers zippés, amélioration et modification des diagrammes avec **calc** ;
- Maîtrise des manipulations de fichiers et dossiers, vous pourrez vous intéresser également à la photo numérique (sélection de photos, retouches élémentaires, envoi de photos etc, etc), création d'un diaporama, d'une présentation, en y insérant un commentaire et (ou) un fond musical (quelques notions de traitement de fichier musical pourront être envisagées) ;
- Utilisation de **VLC** pour écouter de la musique ou lire des diaporamas ou des vidéos ;
- Gravure de fichiers sur un CD ou un DVD ;
- **Maîtrise du téléchargement de logiciels, de leur installation ou désinstallation** (avec une attention particulière portée sur les sites de téléchargement et sur les erreurs à éviter.

La liste est longue et ne s'arrête pas là d'autant plus que chaque mois apporte son lot de nouveautés.

Quelques exemples de logiciels utilisés dans nos cours :

Outre Windows les principaux logiciels utilisés pour cette initiation peuvent être téléchargés sur internet. Ces derniers sont **gratuits** et de grande qualité :

- **Libre office** : **Writer**, **Calc**, notamment pour la bureautique, mais aussi **Impress** (pour des présentations), **Draw** (pour le dessin vectoriel) ;
- Pour le courrier électronique : les webmails tels que **Gmail** ou **Yahoo mail** etc... ;
- Pour internet : **Firefox** , **chrome** ou **edge** ;
- **Xnview**, **Photofiltre**, (**Picasa**), **Gimp** pour la photo numérique, **Audacity** pour les fichiers

musicaux, **Shotcut** pour des diaporamas (liste qui peut vite s'allonger) ;

- Enfin citons quelques utilitaires très utilisés comme **Adobe Reader** ou **Foxit Reader** pour lire les fichiers **PDF**, **7-ZIP** ou **Izarc** pour lire ou créer des fichiers zippés etc...;

Cette initiation est facile et demande seulement un peu de persévérance, d'attention mais surtout une **assiduité réelle**. Elle demande également que les **exercices proposés soient refaits sur votre ordinateur personnel**.

***Pour s'inscrire** : formulaire d'inscription à Saint-Jean Bien-Etre complété par le formulaire d'inscription à l'informatique que vous trouverez sur le site de SAINT-JEAN BIEN-ETRE.*

Ateliers à thèmes : nouveauté depuis la saison 2013-2014 :

Les cours d'initiation à l'informatique de SJBE sont assurés chaque année d'octobre à avril à raison de 2 heures par semaine. Ces cours sont généralistes, de nombreux thèmes et logiciels sont abordés pour initiation sans nécessairement être approfondis. Une nouvelle offre ajoutée aux cours d'initiation à l'informatique de SJBE permettra l'approfondissement d'un certain nombre de thèmes.

Quelques exemples possibles de stage: Systèmes d'exploitation Windows (10), Gimp, Writer, Draw, Impress, Calc, Sketchup, SweetHome, tablette numérique, smartphone...etc.

Chaque atelier concerne un thème précis. Durée d'un atelier, 2 heures par semaine (sur 2 ou 3 semaines environ).

Nombre de participants : 5 à 8.

Niveau : **participants confirmés et motivés**

L'ouverture de chaque nouvel atelier fait l'objet d'une annonce à tous les membres de SJBE.

Sont précisés: animateur, thème, dates, horaires, durée, niveau, coût, inscription.

Ces ateliers seront encadrés par des animateurs actuels et d'éventuels nouveaux intervenants.

Les personnes inscrites à l'initiation peuvent s'inscrire à un ou plusieurs ateliers.

Le coût d'une séquence de 3 semaines est de 5€ à payer lors du premier cours de la séquence.

Document mis à jour le 26 juin 2023