

Bases bureautiques et utilisation d'internet**Le 23/09/2026****OBJECTIFS DE LA FORMATION**

- Découvrir et manipuler un ordinateur de manière autonome.
- Organiser et gérer des fichiers et dossiers sur un ordinateur.
- Naviguer sur internet en toute sécurité et rechercher des informations efficacement.
- Utiliser une messagerie électronique pour communiquer en ligne.
- Développer des compétences pratiques grâce à des ateliers concrets.

CONTENU**AVANT LA FORMATION**

- Entretien téléphonique avec le formateur afin de personnaliser votre formation.
- Le programme de formation ci-dessous pourra donc être modifié gratuitement en fonction de vos attentes.

Jour 1 : Prendre en main l'ordinateur et ses fonctionnalités de base**Matin : Découverte de l'ordinateur et de son environnement**

- Comprendre les composants de base d'un ordinateur : écran, clavier, souris, unité centrale.
- Allumer, éteindre et redémarrer correctement un ordinateur.
- Comprendre et utiliser le bureau :
 - Les icônes, la barre des tâches, le menu démarrer.
- Atelier pratique :
 - Manipuler la souris (clic gauche, clic droit, double clic, glisser-déposer).
 - Naviguer dans les dossiers et explorer les fichiers.

Après-midi : Organisation et gestion des fichiers

- Créer, renommer, déplacer et supprimer des fichiers et dossiers.
- Comprendre les extensions de fichiers (PDF, JPG, DOC, etc.).
- Utiliser une clé USB pour sauvegarder ou transférer des fichiers.
- Atelier pratique :
 - Organiser des fichiers dans une arborescence de dossiers.
 - Sauvegarder des fichiers sur un support externe.

Jour 2 : Naviguer sur internet et utiliser les outils en ligne**Matin : Premiers pas sur internet**

- Comprendre le rôle des navigateurs web (Chrome, Firefox, Edge).
- Se connecter à un réseau Wi-Fi et vérifier la connexion internet.
- Effectuer des recherches efficaces :
 - Utilisation des moteurs de recherche (Google, Bing).

**CONTACTEZ
NOUS**

Du Lundi au Vendredi
de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00
Par téléphone au **05 31 60 07 07**
Par email : serviceclient@formasuite.fr
Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE
12 rue Courbet 82000 Montauban
SIRET : 842 016 594 00017
N° de déclaration d'activité :
76820087382

- Saisir des mots-clés pertinents pour trouver des informations.
- Sensibilisation aux bases de la sécurité en ligne :
 - Identifier les sites fiables et sécurisés (HTTPS, mentions légales).
 - Reconnaître et éviter les arnaques en ligne (phishing, publicités trompeuses).
- Atelier pratique :
 - Rechercher une information spécifique et en analyser les résultats.
 - Naviguer sur différents sites web et utiliser des liens hypertextes.

Après-midi : Utilisation des outils de communication en ligne

- Découvrir les bases de la messagerie électronique :
 - Créer une adresse e-mail (Gmail, Outlook).
 - Envoyer, recevoir et répondre à des e-mails.
 - Joindre des fichiers à un e-mail.
- Introduction à l'utilisation des outils en ligne :
 - Télécharger un fichier depuis internet.
 - Remplir un formulaire en ligne.
- Atelier pratique :
 - Rédiger et envoyer un e-mail avec une pièce jointe.
 - Télécharger et organiser un fichier depuis un site internet.

FIN DE LA FORMATION

- Débrief de la formation avec le formateur pour consolider vos connaissances.

PREREQUIS

Aucun

PUBLIC VISE

- Formation individuelle ou collective (garantie à partir du premier inscrit)
- Formation assurée au sein de vos locaux ou dans une salle de formation dans la ville de votre choix
- Dates de votre choix sans surcoût
- Entretien téléphonique préalable avec notre formateur afin de personnaliser votre formation
- Inscription à réaliser 15 jours avant le démarrage de la formation
- Horaires : de 9h à 12h00 et de 13h00 à 17h
- Nombre de participants : de 1 à 20 participants (au delà nous consulter)
- **Formation accessible à toutes personnes porteuses de handicap. Locaux adaptés.**

DUREE

14 heures

PEDAGOGIE

Montée en compétence assurée par l'association d'un contenu théorique et pratique. Etude de cas concrets en rapport avec votre quotidien professionnel.

Suivi de l'exécution :

- Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.



**CONTACTEZ
NOUS**

Du Lundi au Vendredi

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : serviceclient@formasuite.fr

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382

Appréciation des résultats :

- Recueil individuel des attentes du stagiaire
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation continue durant la session
- Remise d'une attestation de fin de formation
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

Moyens et supports pédagogiques :

- Evaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et séquences pédagogiques regroupées en différents modules
- Cas pratiques
- Questionnaire et exercices
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Retours d'expériences
- Séquences pédagogiques regroupées en différents modules,
- Remise d'un support pédagogique
- Echanges interactifs
- Intervention d'un formateur expert dans son domaine

Modalités d'évaluation et de suivi :

- Grille d'évaluation (test de positionnement)
- Entretien téléphonique avec le formateur avant la formation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle de connaissances et validation des acquis à chaque étape
- Echange avec le formateur par visioconférence (webinar), téléphone et mail
- Exercices corrigés, études de cas réels, mise en application concrète et utile
- Évaluation pour valider vos acquis en fin de formation

Profil du formateur :

- Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation.
- Le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.
- Formateur référent : M.Lacave Téléphone : 05 31 60 07 07

Une attestation de formation sera délivrée au stagiaire.



**CONTACTEZ
NOUS**

Du Lundi au Vendredi

de 9h00 à 12h30 et de 13h30 à 17h00

Par téléphone au **05 31 60 07 07**

Par email : serviceclient@formasuite.fr

Responsable Pédagogique : Yannick Lacave

FORMASUITE

12 rue Courbet 82000 Montauban

SIRET : 842 016 594 00017

N° de déclaration d'activité :

76820087382