FORMASUITE

PROGRAMME DE LA FORMATION

Bases bureautiques et utilisation d'internet

Le 07/11/2026

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.