



# COURS 1<sup>re</sup> SESSION 2025-2026 (SEPT-OCT)

## Association IRIS informatique

2 rue d'Espagne 91300 Massy - 01 60 11 75 69 - [info@irismassy.asso.fr](mailto:info@irismassy.asso.fr)

Site : <http://www.irismassy.asso.fr>

 [irismassyasso](https://www.facebook.com/irismassyasso)

**Adhésion annuelle 2025-26** à l'association : 10 €

**Tarif forfaitaire des cours** : 6 séances : 35€ / 5 séances : 30€ / 4 séances : 25€ / 2 ou 3 séances : 20€

Groupe limité à 5 stagiaires – L'association se réserve le droit d'annuler un cours si le nb de stagiaires est insuffisant

### Initiation à l'ordinateur

6 séances avec Jean-Michel

**Jeudi et vendredi de 14h à 15h30**

11 et 12 sept, 2, 3, 9, 10 oct

Maîtriser le vocabulaire. Être à l'aise dans la manipulation de la souris et du clavier. Utiliser le copier-coller. Personnaliser Windows. Gérer les fenêtres. S'initier à la gestion des dossiers, des fichiers.

### Gérer ses dossiers

3 séances avec Francis

**Niv 1 Lundi de 15h à 16h30**

8, 15, 22 sept

**Niv 2 Lundi de 17h à 18h30**

8, 15, 22 sept

#### Niveau 1

Rappels notions Windows 10/11.

Manipuler l'explorateur : transférer, copier un fichier, créer un dossier. Classer ses photos, une pièce jointe de la messagerie. Faire des sauvegardes.

#### Niveau 2

Organiser ses dossiers. Sauvegarder système, données.

Localiser les fichiers en plusieurs exemplaires Partager sur le Cloud ou échanger avec une tablette ou un smartphone.

### Gestion des mails

3 séances avec Baccar

**Mercredi de 18h à 19h30** 10, 17, 24 sept

Ou

**Mercredi de 18h à 19h30** 1, 8, 15 oct

Messageries en ligne des opérateurs de téléphonie, Gmail, Outlook. Création d'une adresse mail. Envoi/Réception de messages avec pièces jointes. Gestion des messages et des adresses, ...

### Internet

3 séances avec Alain

**Mardi de 10h à 11h30**

30 sept, 7, 14 oct

Naviguer aisément sur Internet, optimiser ses recherches, gérer les paramètres essentiels de sécurité, mémoriser ses sites favoris

### Démarches administratives / Mes droits sociaux

2 séances avec Odile

**Mardi de 14h30 à 16h**

30 sept et 7 oct

Accès au portail Mes droits sociaux. Sites Santé, Famille, Logement, Retraite, Emploi, pour consulter ses droits et simuler ses prestations.

Créer une identité numérique pour faciliter la consultation de ses informations personnelles sur les sites administratifs.



## Association IRIS informatique

2 rue d'Espagne 91300 Massy - 01 60 11 75 69 - [info@irismassy.asso.fr](mailto:info@irismassy.asso.fr)

Site : <http://www.irismassy.asso.fr>

 [irismassyasso](https://www.facebook.com/irismassyasso)

### Smartphone / Améliorer son usage

3 séances avec Odile

**Mercredi de 10h à 11h30**

17, 24 sept et 1er oct

Découvrir des trucs simples pour rendre son utilisation plus aisée, découvrir des fonctions inconnues (ranger ses applis, scanner un code QR, limiter les notifications ...)

L'atelier s'adresse à un public qui utilise les fonctions de base du smartphone. Il n'est pas adapté aux possesseurs d'un Iphone.

### Excel Niv 1

3 séances avec Jean-Michel

**Mercredi de 20h à 21h30**

17 sept, 1<sup>er</sup> et 8 oct

Pré requis : connaître les bases de l'utilisation d'un PC  
Apprentissage des bases du tableur Excel.

Tableaux avec calculs. Gestion des feuilles, des classeurs, Formats

### Excel

3 séances personnalisées avec Eric

**Vendredi de 19h à 20h30**

12, 19, 26 sept et/ou 3, 10, 17 oct

Vous avez un besoin particulier ? Le cours peut être adapté à ce besoin, à votre niveau.

### Word

3 séances avec Alain

**Vendredi de 10h à 11h30**

3, 10, 17 oct

Apprendre les bases du traitement de texte Word, être capable de rédiger une lettre.

**NOUVEAU**

### Ma première application mobile / Puzzle Manga

5 séances avec Sawssen

**Samedi de 14h à 17h**

(en présentiel et à distance)

20, 27 sept, 4, 11, 18 oct

L'objectif est de créer un jeu mobile où l'utilisateur réordonne des tuiles d'une image manga mélangée via glisser-déposer.

Avec React Native et Expo

Il s'agit d'une initiation ludique au développement mobile.

**L'atelier s'adresse à un public de jeunes de 12 à 16 ans.**



## ATELIERS 1<sup>re</sup> SESSION 2025-2026 (SEPT-OCT)

### Association IRIS informatique

2 rue d'Espagne 91300 Massy - 01 60 11 75 69 - [info@irismassy.asso.fr](mailto:info@irismassy.asso.fr)

Site : <http://www.irismassy.asso.fr>

 [irismassyasso](https://www.facebook.com/irismassyasso)

**Ateliers payants** (10€ la séance), **Conférences gratuites**. Inscription obligatoire.

#### **Atelier Se déplacer** avec Francis

A pied, en voiture, en transport en commun à l'aide d'un GPS. Exercice pratique dans la rue.

**Samedi 13 septembre de 14h30 à 17h**

#### **Atelier Gestion des mails** avec Lahcen

Gérer sa boîte mail, classer, récupérer les pièces jointes, créer une nouvelle adresse...

**Samedi 4 octobre de 14h30 à 17h**

#### **Atelier Créer un album photo** avec Claude

Composer un album photo avec le logiciel CEWE pour le faire éditer ensuite sur papier

**Jeudi 18 septembre de 17h à 19h30**

#### **Atelier Intelligence Artificielle niv2**

avec Ahmed

Pratiquer les outils d'IA sur différents domaines

**Samedi 11 octobre de 10h à 12h30**

#### **Atelier Achats en ligne** avec Lahcen

Découvrir des sites d'achat et le processus sécurisé d'achat

Attention : aucun achat finalisé lors de l'atelier

**Samedi 27 septembre de 14h30 à 17h**

#### **Atelier La Poste** avec Odile

Envoyer un colis, une lettre recommandée, acheter des timbres, utiliser le coffre-fort numérique Digiposte,...

**Jeudi 16 octobre de 10h à 12h30**

#### **Atelier Intelligence Artificielle niv1**

avec Ahmed

Découvrir l'IA et ses outils

**Samedi 27 septembre de 10h à 12h30**

#### **Permanences gratuites au local : Questions/réponses, conseils, petits dépannages**

**Mardi 9 septembre de 17h à 18h, Jeudi 25 septembre de 16h30 à 17h30**

**Jeudi 16 octobre de 18h à 19h**

**Inscriptions et renseignements** sur place les jours de permanence ou par tél. (01 60 11 75 69) ou mail