

20, rue Leconte de Lisle  
38029 Grenoble Cedex  
Tél. : 04 58 55 21 70  
Courriel : [emploicompetences@afiph.org](mailto:emploicompetences@afiph.org)  
[www.afiph-emploi-competences.org](http://www.afiph-emploi-competences.org)

## Module 1:

### Me familiariser aux outils numériques pour suivre une formation à distance

3 Lieux de formation :  
Grenoble / Voiron / Grésivaudan

Durée : 9 Heures soit 3 séquences  
de 3 Heures

Prérequis : avoir contractualisé les  
composantes de son parcours Inclu  
Pro Formation

#### OBJECTIFS DE L'ACTION :

##### Objectifs de formation :

- Savoir utiliser les fonctions de base des outils informatiques et numériques (ordinateur, téléphone, tablette,) nécessaires pour suivre ma formation.
  - Développer sa communication via les réseaux : mail, plateforme intranet et extranet, réseaux sociaux...
- Identifier et prévenir les risques liés à l'utilisation des outils connectés (virus, piratage, perte de données, e-identité...)

##### Objectifs Pédagogiques :

- Développer des connaissances indispensables pour être autonome lors des séances et pouvoir suivre une formation à distance
- Identifier le matériel adapté à l'utilisation qu'on en aura par la suite

#### DESCRIPTIF DE L'ACTION :

##### Maîtriser le vocabulaire, les fonctions de base

- Allumer, éteindre, connecter les différents matériels
- Utiliser une souris, utiliser les différentes fonctionnalités d'un clavier
- Repérer les icônes des différents périphériques, savoir les utiliser pour activer ou désactiver
- Identifier les différents outils de connexion (portable, clé USB...)

##### Etre en capacité d'utiliser sa boîte mail et ses fonctionnalités

- Utiliser et gérer la boîte de réception
- Ouvrir et fermer un courriel
- Insérer et ouvrir une pièce jointe
- Ecrire un mail : les 10 règles fondamentales
- Identifier un mail frauduleux

##### Se repérer dans l'univers internet et effectuer une recherche sur le web

- Utiliser un navigateur pour accéder à internet
- Utiliser un moteur de recherche
- Analyser la nature des sites proposés par le moteur de recherche

## Prendre en main les outils de communication

- Utiliser une plateforme (identifiant -mot de passe, exercices en ligne, restitution des activités)
- Utiliser les applications visio
- Télécharger les applications ou passer par le navigateur

## Maitriser vos droits en matière informatique

- Récupérer ses données
- Accéder à la lisibilité
- Protéger les mineurs
- Identifier les interlocuteurs « Protection des données »
- Connaître les sanctions appliquées

---

## MODALITES :

- Nécessité de réaliser ce module en présentiel afin de poursuivre la suite du parcours en distanciel le cas échéant et/ou en multimodale.
- Ce module sera réalisé de manière interactive et individualisée en fonction des besoins, des capacités et du rythme du stagiaire.

---

## INTERVENANTS :

- Des professionnels de la formation ayant une grande expérience de l'accompagnement des personnes en situation de handicap.