

# # LES ACTIVITÉS DU CANTOU

JANVIER FÉVRIER MARS 2022

*Les diverses animations  
seront proposées dans le  
cadre du respect des règles  
sanitaires en vigueur.*



MÉDIATHEQUE \* CYBER-BASE \* MAISON FRANCE SERVICES  
ACTION CULTURELLE \* ESPACE IMPRESSION

**Pôle culturel et numérique « Le Cantou »**

**Place de l'église 12120 ARVIEU**

Email : [cantou.arvieu@gmail.com](mailto:cantou.arvieu@gmail.com)

Tél : 05.65.46.06.06

INFOS : [www.arvieu.fr](http://www.arvieu.fr) ou



**LeCantou**  
PÔLE CULTUREL ARVIEU PARELOUP

Pour les ADULTES

## **BIEN NAVIGUER SUR INTERNET SUR SON ORDINATEUR, SMARTPHONE OU TABLETTE**

Bien choisir son navigateur, gérer ses favoris, paramétrer sa page d'accueil, bloquer les publicités...

**Mardi 1<sup>er</sup> février de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

## **UTILISATION D'UNE ADRESSE E-MAIL DEPUIS UN ORDINATEUR, UN SMARTPHONE OU UNE TABLETTE :**

Envoyer, répondre, transférer un message, y joindre un document ou une photo... tout en passant de l'un de vos appareils à un autre.

Création d'une adresse « gmail » - si nécessaire

**Mardi 8 février de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

## **NETTOYER SON ORDINATEUR**

Installer et utiliser des outils simples et gratuits pour un nettoyage de votre ordinateur au quotidien.

**Mardi 15 février de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**



## **TRUCS ET ASTUCES SMARTPHONE**

Manipulation des fonctions de bases, économie de la batterie, activation / désactivation des fonctionnalités, installation d'une application, connexion à un réseau Wifi...

**Mardi 8 mars de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

## **RETOUCHES PHOTOS DE BASES**

Découvrez comment effectuer des retouches de bases avec un logiciel en ligne : recadrage, correction yeux rouges, amélioration des couleurs, détourages...

**Samedi 12 mars de 10h à 11h30 (Tarif : 7,50€)**

## **UTILISER L'APPLICATION WAZE**

Découvrez comment utiliser la célèbre application GPS sur smartphone.

**Vendredi 18 mars de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

## **CRÉATION DE MARQUES PAGES :**

Réalisez un marque page personnalisé avec vos photos, images, textes grâce à un logiciel gratuit de mise en page.

**Samedi 26 mars de 10 à 11h30 (Tarif : 7,50€)**



## **LES BASES EN 5 SÉANCES**

Les bases de l'informatique en 5 séances.

Prise en main de l'ordinateur, traitement de texte et mise en page simple, recherches internet, et utilisation d'une adresse email. **(7,50€ par séance)**

**Vendredis 14/01 - 28/01 - 04 /02 - 11/02 - 18/02 de 14h30 à 16h**

Des ateliers numériques ou animations délocalisés sont régulièrement mis en place sur le territoire de la com. de com. Lévézou-Pareloup, ainsi que des formations plus spécifiques en lien avec des partenaires (Office de Tourisme, FDSEA, ...) .  
Pour plus d'informations les concernant, contactez nous !



## FRANCE SERVICES

### - **UNE PRÉSENCE HUMAINE ET DES OUTILS NUMÉRIQUES**

*Pour un accompagnement gratuit dans les démarches administratives en ligne de premier niveau auprès des organismes partenaires :*

***Pôle emploi**, la Caisse assurance retraite (**CARSAT**), la Caisse des Allocations Familiales (**CAF**), la Mutualité Sociale Agricole (**MSA**), la Direction Générale des Finances Publiques (**DGFIP**), ...*

*- **MAIS AUSSI LE POINT INFOS SENIORS** tous les 4èmes jeudis du mois de **10h30 à 12h** (sur rdv uniquement). C'est un guichet unique dédié aux personnes de +60 ans mis en place par le Conseil Départemental et la Communauté de Communes Lévézou-Pareloup sur l'ensemble du territoire.*

***Pour plus d'infos contactez nous au 05 65 46 06 06.***

## Pour les ENFANTS

**BRICOS NUMÉRIQUES** : un moment ludique et éducatif de création sur ordinateur et tablette, allié à du bricolage manuel.

*(Pour les 6-10 ans – Gratuit- sur inscription).*

***Certains samedis matins. Renseignez-vous.***



**CLAP VACANCES** : Projection ciné pour les enfants pendant les vacances de Février « Le rêve de Galiléo » (38 min - à partir de 3 ans) - 5 courts métrages

***La date sera précisée ultérieurement.  
Gratuit sur inscription.***



## CRÉAMALINE

Des ateliers créatifs animés par Aline Vayssettes .  
de 14h à 15h30 pour les 8-10 ans /de 15h30 à 17h pour les 6-8 ans  
**Gratuit sur inscription. Un mercredi durant les vacances scolaires.**

## EXPOSITIONS

**COMMENT ON FAIT LES BD ?**

Tout savoir sur la fabrication d'une Bande Dessinée.  
**Jusqu'au 20 février**

**AQUARELLES**

Aquarelles de Bernard Ingels  
**Du 20 février au 30 mars**

## RENDEZ-VOUS DES PTIT LOUPS : Histoires pour les tout petits (0-6 ans)

Des lectures /animations partagées avec le RAM (relais d'assistants maternels)  
A la maison petite enfance d'Arvieu ou au Cantou.  
**Au vu des conditions sanitaires, date et lieu seront précisés ultérieurement.**

## AGENDA CULTUREL SALLE DES TILLEULS

**DEMANDEZ LE PROGRAMME !**

**CINEMA, SPECTACLES, CONFERENCES,  
PROPOSÉS PAR LE CANTOU, ET AUTRES...**

**SI DES ÉVÉNEMENTS SONT PROGRAMMÉS,  
ILS SERONT POUR L'INSTANT COMMUNIQUÉS  
INDEPENDAMMENT DE CE SUPPORT.**

**HORAIRES D'OUVERTURE DU CANTOU (SEPTEMBRE A JUIN) :**

**MARDI : 10h - 12h30 / 16h - 18h    MERCREDI : 10h - 12h30 / 14h - 18h    JEUDI : 10h - 12h30**  
**VENDREDI : 10h - 12h30 / 16h - 18h    SAMEDI : 10h - 12h30**