



INSERTECH

TECHNOS ET ENGAGÉS

L'INFORMATIQUE AU SERVICE DES AÎNÉS

GUIDE D'UTILISATION DE L'ESPACE AÎNÉS



À propos d'Insertech

Insertech Angus, c'est une combinaison innovatrice unique en informatique, un exemple de développement durable vécu au quotidien ! Notre entreprise d'insertion, à but non lucratif, offre des produits et services de qualité, tout en conciliant une mission d'insertion sociale et l'atteinte des plus hautes certifications environnementales.

Nos activités diminuent les impacts environnementaux négatifs des ordinateurs et créent des impacts sociaux positifs pour la communauté et l'intégration des jeunes.

Insertech est un organisme agréé par la Commission des partenaires du marché du travail aux fins de la Loi favorisant le développement des compétences de la main-d'œuvre.

Numéro d'agrément : 0054589

Pour contacter Insertech

4820, rue Molson,
Montréal (Québec),
H1Y 3J8
514 596-2842
formation@insertech.ca
www.insertech.ca

TABLE DES MATIERES

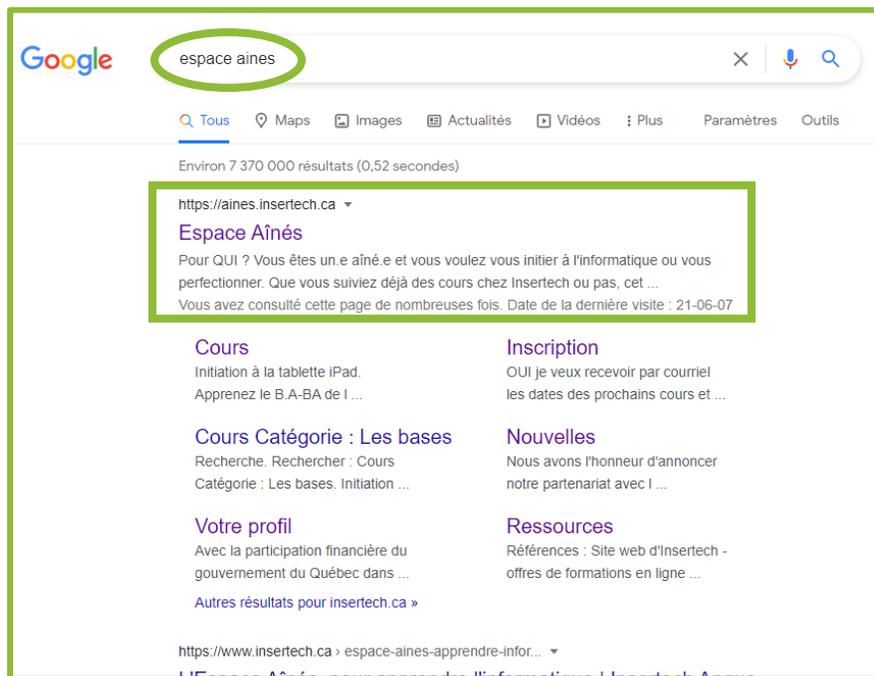
1.	Accéder à l'Espace Aînés	4
1.1.	Découvrir le menu	4
1.1.1.	Accéder au site web d'Espace Aînés	4
1.1.2.	Découvrez les différents boutons (onglets, pages) du menu	5
1.2.	Mon profil.....	7
1.2.1.	Se connecter	7
1.2.2.	Nouvel utilisateur : Comment m'inscrire?	8
2.	Services offerts	11
2.1.	Se former - Les cours d'initiation	11
2.1.1.	Suivre un cours	11
2.1.2.	Retour en image : Captation des ateliers thématiques.....	14
2.2.	les ateliers gratuits	16
2.2.1.	Comment m'inscrire à un atelier thématique de discussion?	17
2.2.2.	Modifier mon inscription à un atelier.....	19
3.	Mot de passe oublié ?	20

1. ACCÉDER À L'ESPACE ÂÎNÉS

1.1. DÉCOUVRIR LE MENU

1.1.1. ACCÉDER AU SITE WEB D'ESPACE ÂÎNÉS

À l'aide de votre navigateur préféré (Chrome, Safari, Brave etc.), recherchez les mots suivants dans votre moteur de recherche (ex : Google) : « **espace aînés** » ou « **espace aînés Insertech** » afin de trouver le site web d'Espace Aînés.



Vous pouvez également y accéder via le site web d'Insertech ou directement avec l'adresse web : <https://aines.insertech.ca/>

1.1.2. DÉCOUVREZ LES DIFFÉRENTS BOUTONS (ONGLETS, PAGES) DU MENU

Petit rappel : **Menu du site** ou **menu de navigation** vous permet de naviguer plus facilement sur un site web et d'accéder plus rapidement aux contenus (et aux pages) qui vous intéressent, comme le ferait un sommaire.



- 1) **Accueil** : vous reconduira à la page principale du site de l'Espace Aînés.
- 2) **Se former** (ancien Cours) : vous dirigera vers la page des différents cours proposés ainsi que les captations vidéos des ateliers thématiques des dernières sessions.
- 3) **Ateliers gratuits** : vous pourrez découvrir les différents ateliers gratuits auxquels vous aurez accès en étant membre de l'Espace Aînés.
- 4) **Ressources** : quelques références d'autres sites web qui pourraient vous être utiles.

- 5) **Nouvelles** : pour demeurer informé des dernières nouvelles de l'Espace Âînés et d'Insertech.
- 6) **Votre profil** : Créer gratuitement votre profil Espace Âînés et accéder à tous vos contenus gratuits (cours, ateliers etc.).
- 7) :  Barre de recherche du site *Espace Âînés*



Petite astuce

Si vous cliquez (*clique gauche de votre souris*) sur le logo d'Espace Âînés, quelle que soit la page dans laquelle vous vous trouvez, celui-ci vous permettra de revenir en un clic à la page d'accueil.

1.2. MON PROFIL

1.2.1. SE CONNECTER



Dans le menu, dirigez-vous sur « Votre profil » puis cliquez sur « Connexion ».

La fenêtre ci-dessous apparaîtra.





Si vous êtes déjà inscrit, veuillez indiquer votre nom d'utilisateur ou adresse courriel ainsi que votre mot de passe puis cliquer sur « Se connecter ».



Vous avez oublié votre mot de passe ?

Rendez vous au point 3. de ce guide d'utilisation.

1.2.2. NOUVEL UTILISATEUR : COMMENT M'INSCRIRE?



Vous souhaitez vous inscrire à l'Espace Aînés ? Cliquez sur « Créez un compte ».

Ce formulaire apparaîtra.

INSCRIPTION

Courriel *

Comment vous appelez-vous ? *

<input type="text"/>	<input type="text"/>
Prénom	Nom

Quel nom d'utilisateur (pseudonyme) voulez-vous ? *

Mot de passe *

<input type="password"/>	<input type="password"/>
Saisir le mot de passe	Confirmer le mot de passe

Infolettre d'Insertech

OUI je veux recevoir par courriel les dates des prochains cours et nos offres spéciales.

Complétez les informations demandées et cliquez sur « Envoyer ». Si vous ne souhaitez pas recevoir d'infolettre, décocher la case « OUI, je veux recevoir [...] »



Petite astuce : Choisissez un pseudonyme court, facile à mémoriser (lettre + chiffre idéalement) et qui vous ressemble, mais attention, votre pseudonyme sera visible par tous (les membres d'*Espace Aînés*), choisissez-le bien et évitez d'écrire votre nom au complet ou un surnom trop personnel.

INSCRIPTION

MERCI DE VOTRE INSCRIPTION À L'ESPACE ÂÎNÉS !

Svp veuillez ouvrir une session en cliquant sur le bouton ci-dessous :

 Connexion

Vous pouvez aussi utiliser le menu en haut de page pour vous connecter : mettez la souris sur **Votre profil** puis cliquez sur **Connexion**.

Nous vous souhaitons une bonne navigation sur notre site, et surtout de bons apprentissages !

L'équipe de formation d'Insertech
formation@insertech.ca

Après avoir cliqué sur « Envoyer » votre inscription sera directement confirmée.

(vous ne recevrez pas de courriel de confirmation)

2. SERVICES OFFERTS

2.1. SE FORMER - LES COURS D'INITIATION

2.1.1. SUIVRE UN COURS

COURS

Voici tous les cours disponibles en ce moment. Les autres seront ajoutés et fur et à mesure, et seront annoncés dans les nouvelles

1 Ouvert



INITIATION À L'INFORMATIQUE

Découvrez l'ordinateur (PC) et les rudiments de son utilisation. Cours ouvert, pas besoin de s'enregistrer.

Suivre le cours

14% TERMINÉ

2 Inscrit



INITIATION À LA TABLETTE IPAD

Apprenez le B.A-BA de l'utilisation des tablettes iPad.

Suivre le cours

20% TERMINÉ

← Progression en cours →

3 Gratuit



INITIATION À INTERNET

Apprenez à visiter des sites web, à naviguer à travers les pages, à faire des recherches etc...

Suivre ce cours

20% TERMINÉ

- 1) **Ouvert** : cours ouvert à tous, sans être membre de l'Espace Aînés.
- 2) **Inscrit** : cours complémentaires, accessibles aux membres de l'Espace Aînés inscrits aux ateliers.
- 3) **Gratuit** : Cours exclusifs pour les membres et groupes (*membres d'organismes partenaires*) de l'Espace Aînés.
- 4) **Barre de progression** (apparaît seulement si vous êtes connecté à votre Espace Aînés).
- 5) Choisissez le cours que vous souhaitez suivre et cliquez sur « **Suivre ce cours** ».

Si vous cliquez sur « Suivre un cours », par exemple pour « Initiation à l'informatique », cette page apparaîtra.

The screenshot shows a course interface for 'INITIATION À L'INFORMATIQUE'. At the top, a progress bar indicates '14% TERMINÉ' and 'Dernière activité le 20 avril 2021 9 h 52 min'. Below this are tabs for 'Cours' and 'Documents de cours'. A dark grey bar labeled 'CONTENU DU COURS' contains a 'TOUT AFFICHER' button. The course content is listed as follows:

- Leçon 1 - Découvrir l'ordinateur** (highlighted with callout 1)
- Leçon 1 - Découvrir l'ordinateur (3 CHAPITRES) (highlighted with callout 4)
- Leçon 2 - Le système d'exploitation Windows 10** (highlighted with callout 3)
- Leçon 2 - Découvrir le système d'exploitation Windows 10 (2 CHAPITRES | 2 QUIZ)

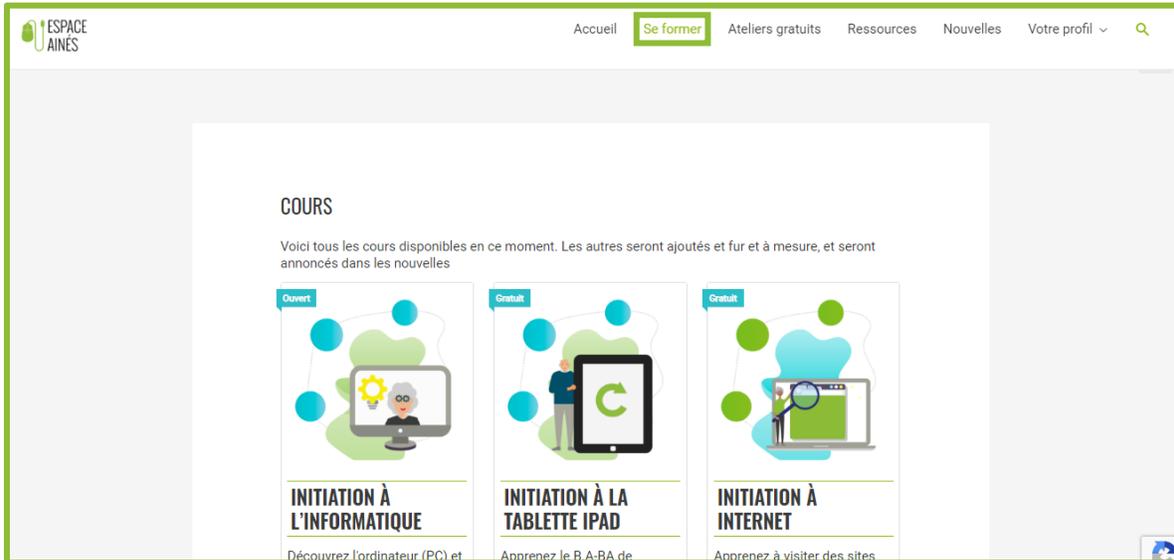
- 1) Titre du cours et barre de progression
- 2) Afficher toutes les leçons
- 3) Titre des leçons
- 4) Contenus des leçons : chapitres, quiz, (cliquez sur le lien afin d'accéder aux différents chapitres)
- 5) Documents (en format .pdf) associés au cours

En cliquant sur la leçon qui vous intéresse, cette fenêtre apparaîtra.

- 1) Progression du cours complété
- 2) Leçon abordée (*la leçon en cours apparaîtra en gras et vert dans le menu de gauche*)
- 3) Chapitre : cliquez pour accéder au contenu (*le chapitre en cours apparaîtra en gras et bleu dans le menu de gauche*)

- 1) « J'ai terminé », vous venez de compléter le chapitre ou vous souhaitez vous arrêter ici pour aujourd'hui (*vous pouvez compléter le chapitre en plusieurs fois, en vous connectant de nouveau à votre Espace Âînés*)
- 2) Se rendre au chapitre suivant
- 3) Retour à la leçon en cours

2.1.2. RETOUR EN IMAGE : CAPTATION DES ATELIERS THÉMATIQUES



Dirigez-vous sur l'onglet « Se former » ou sur la page d'accueil de l'Espace Aînés. Les captations sont regroupées par session : automne, hiver, printemps. Choisissez les captations que vous souhaitez revoir en cliquant sur « Voir plus... ».



CAPTATIONS DES ATELIERS THÉMATIQUES DE DISCUSSION – HIVER 2021

0% TERMINÉ Dernière activité le 14 avril 2021 14 h 46 min ▶

CONTENU DU COURS

- Ateliers thématiques de discussion sur Windows 10 -H21
- Ateliers thématiques de discussion sur iPad – H21
- Ateliers thématiques de discussion sur Android – H21

Sélectionnez l'un des thèmes suivants :
Windows, iPad,

ATELIERS THÉMATIQUES DE DISCUSSION SUR ANDROID – H21

Captations des ateliers thématiques de discussion – Hiver 2021 > Ateliers thématiques de di... EN COURS

Atelier thématique de discussion H21, Android : Sujet I...
Regarder p... Partage

1/9

Lecture/Play

Regarder sur YouTube

Leçon précédente

J'ai terminé ✓
Retour au Cours

Playlist : accédez aux autres vidéos enregistrées dans les précédents ateliers de discussion, ici sur Android.

2.2. LES ATELIERS GRATUITS

En devenant membre Espace Âînés, une multitude de ressources, de cours, d'ateliers s'offrent à vous dont les « Ateliers Gratuits ».



Les ateliers gratuits vous donnent accès à : un atelier d'accompagnement pratique individuel de 30 minutes avec l'un de nos formateurs, des ateliers thématiques de discussion (en groupe) de deux heures abordant les différentes fonctionnalités de Windows (ordinateur), des tablettes iPad ou encore des tablettes sous Android.

ATELIERS GRATUITS

ATELIERS D'ACCOMPAGNEMENT PRATIQUE (INDIVIDUELS)

Prenez un rendez-vous de 30 minutes gratuit en privé avec un technicien formateur pour répondre à vos questions et vous faire pratiquer sur tout sujet de votre choix, que ce soit pour ordinateur Windows 10, ordinateur Apple, tablette / téléphone Android ou iPad / iPhone. Ces rencontres se feront en utilisant la plateforme de vidéoconférence Zoom.

[CLIQUEZ ICI POUR PRENDRE RENDEZ-VOUS](#)

ATELIERS THÉMATIQUES DE DISCUSSION GRATUITS (EN GROUPE)

En ce temps de distanciation sociale, le service de formation d'Insertech vous offre ces ateliers thématiques de discussion en ligne. Trois séries d'ateliers gratuits en vidéoconférence selon l'appareil et le système d'exploitation utilisé : iPad, tablette Android (Google), Windows 10. Dans ces ateliers de discussion, vous pourrez poser vos questions sur le sujet de la semaine qui seront ensuite répondues avec des démonstrations par le formateur-animateur de la rencontre.

Attention, lorsque vous cliquez sur un lien ci-dessous, cela mène vers le site principal d'Insertech. Svp veuillez fermer la fenêtre lorsque vous aurez terminé.

Inscription à la carte : vous devez compléter une inscription

WINDOWS 10
Aucun événement
IPAD
Aucun événement
ANDROID
Aucun événement

Quand une nouvelle session commencera, les différents ateliers auxquels vous souhaitez vous inscrire seront répertoriés par sujet (exemple : gestion des fichiers et des photos) en dessous

2.2.1. COMMENT M'INSCRIRE À UN ATELIER THÉMATIQUE DE DISCUSSION?

(Exemple avec les ateliers proposés la session dernière pour Windows).

ATELIERS THÉMATIQUES DE DISCUSSION GRATUITS (EN GROUPE)

En ce temps de distanciation sociale, le service de formation d'Insertech vous offre ces ateliers thématiques de discussion en ligne. Trois séries d'ateliers gratuits en vidéoconférence selon l'appareil et le système d'exploitation utilisé: iPad, tablette Android (Google), Windows 10. Dans ces ateliers de discussion, vous pourrez poser vos questions sur le sujet de la semaine qui seront ensuite répondues avec des démonstrations par le formateur-animateur de la rencontre.

Attention, lorsque vous cliquez sur un lien ci-dessous, cela mène vers le site principal d'Insertech. Svp veuillez fermer la fenêtre lorsque vous aurez terminé pour retrouver votre Espace Aîné.

Inscription à la carte : vous devez compléter une inscription pour chaque sujet qui vous intéresse

WINDOWS 10

LUN 26 AVR	WINDOWS 10 : SÉCURITÉ ET PROTECTION ATELIER DE DISCUSSIONS THÉMATIQUES POUR WINDOWS 10 <small>10 h 00 min - 12 h 00 min EDT</small>
LUN 03 MAI	WINDOWS10 : UTILISER INTERNET EN TOUTE SÉCURITÉ ATELIER DE DISCUSSIONS THÉMATIQUES POUR WINDOWS 10 <small>10 h 00 min - 12 h 00 min EDT</small>
LUN 10 MAI	WINDOWS10 : FACEBOOK ET LES RÉSEAUX SOCIAUX ATELIER DE DISCUSSIONS THÉMATIQUES POUR WINDOWS 10 <small>10 h 00 min - 12 h 00 min EDT</small>
LUN 17 MAI	WINDOWS10 : FACEBOOK ET LES RÉSEAUX SOCIAUX ATELIER DE DISCUSSIONS THÉMATIQUES POUR WINDOWS 10 <small>10 h 00 min - 12 h 00 min EDT</small>

Pour vous inscrire à un atelier vous devez cliquer sur l'activité qui vous intéresse, exemple : *Windows 10 : Sécurité et protection*. Vous pourrez accéder aux détails de l'atelier (nom, date, description etc.).



- 1) Date et nom de l'atelier
- 2) Description de l'atelier
- 3) Horaire
- 4) Réservez votre place
- 5) Sélectionner « OUI » pour sélectionner votre place

Une fois avoir cliqué sur « OUI », ce formulaire apparaîtra ; vous devez le compléter et cliquer sur « Envoyer ».

Un courriel de rappel vous sera envoyé quelques jours avant l'atelier auquel vous êtes inscrit.

2.2.2. MODIFIER MON INSCRIPTION À UN ATELIER

Après réflexion ou à cause d'un empêchement de dernière minute vous souhaitez annuler ou modifier votre inscription à l'atelier, comment faire ?

Retournez à l'accueil du site Espace Aînés, puis « Ateliers gratuits » dans le menu (voir p. 17). Cliquez ensuite sur l'atelier pour lequel vous étiez inscrit, puis sur « Modifier mon RSVP ».

3. MOT DE PASSE OUBLIÉ ?

Vous souhaitez vous connecter à votre Espace Aînés et vous avez oublié votre mot de passe ? Cliquez sur « Profil » puis « Connexion ».



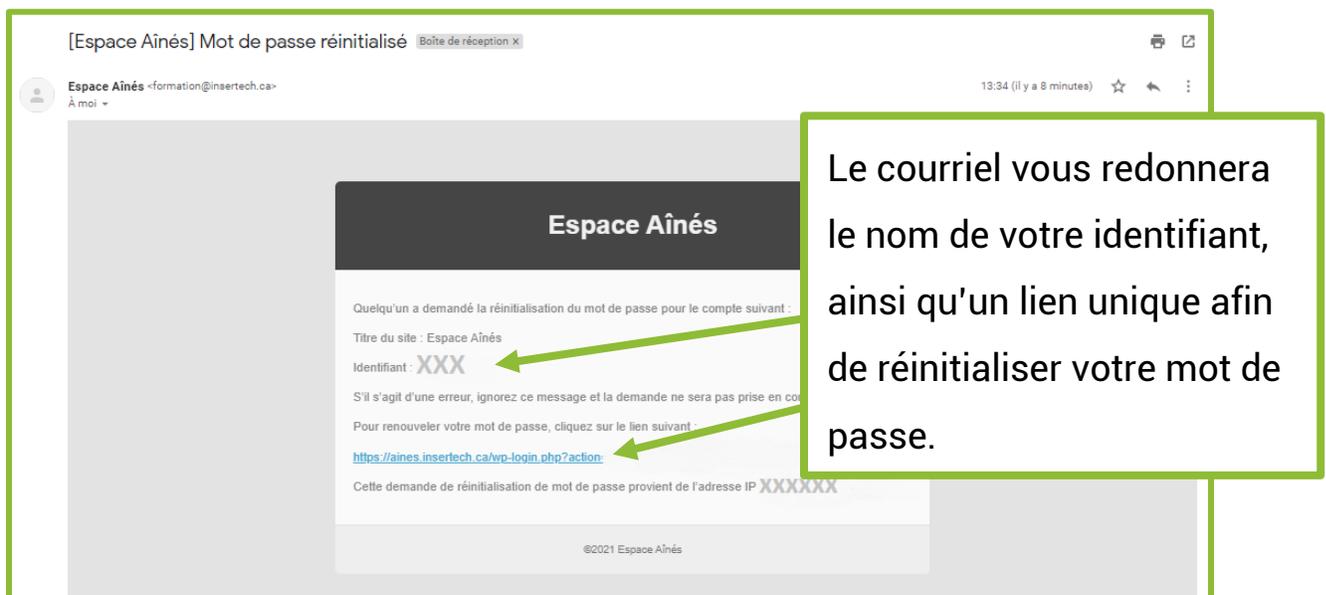
Cette fenêtre apparaîtra. Cliquez sur « Mot de passe oublié ».



Cette fenêtre apparaîtra pour générer un mot de passe. Vous devez indiquer votre nom d'utilisateur ou votre courriel (utilisé lors de votre inscription à l'Espace Aînés) puis cliquez sur « Générer un mot de passe ».

The screenshot shows a web form for generating a password. At the top, the logo for 'INSERTECH' is displayed in green, with the tagline 'TECHNOS ET ENGAGÉS' below it. The main form area contains a text input field labeled 'Nom d'utilisateur ou adresse courriel'. Below the input field is a blue button labeled 'Générer un mot de passe'. At the bottom of the form, there are two links: 'Connexion | Inscription' and '— Aller à Espace Aînés'.

Vous recevrez un courriel « Espace Aînés, mot de passe réinitialisé » dans votre boîte de réception. Pour renouveler votre mot de passe, cliquez sur le lien présent dans le courriel.



Une fois que vous aurez cliqué sur le lien, cette fenêtre apparaîtra avec le mot de passe temporaire qui vous a été attribué.

The screenshot shows the 'Nouveau mot de passe' (New password) section of the INSERTECH website. The interface includes a password input field with a strength indicator 'Forte' (Strong) in green, a 'Générer un mot de passe' (Generate password) button, and an 'Enregistrer le mot de passe' (Save password) button. A tip explains that the password should be at least 12 characters long and contain uppercase and lowercase letters, numbers, and symbols. A navigation bar at the bottom contains 'Connexion | Inscription' and '→ Aller à Espace Aînés'.

Mot de passe temporaire

Indique que le mot de passe actuel est très sécuritaire (vert et écrit «Forte»). Lire les astuces pour créer un mot de passe fort.

Appuyez sur « l'œil » pour voir le mot de passe, appuyez de nouveau pour masquer le mot de passe.

Vous souhaitez (re)générer un nouveau mot de passe.

Satisfait du mot de passe proposé? Cliquez sur «Enregistrer le mot de passe».

Une fois que vous aurez cliqué sur « Enregistrer le mot de passe », cette fenêtre apparaîtra.



Puis retournez sur l'Espace Aînés pour vous connecter de nouveau.

Bonne visite !