



**BUROSCOPE**  
BOOSTEZ VOS COMPÉTENCES !

# INTERNET : UTILISER EFFICACEMENT ET EN TOUT SECURITE

## Public

Tout public souhaitant utiliser efficacement Internet et optimiser son temps tout en anticipant les dangers d'Internet.

## Pré-requis

Utilisation du clavier et de la souris, connaissance de l'environnement Windows.

## Durée

1 journée – 7 heures

## Organisation

Diagnostic / positionnement avant la formation.

Pédagogie en face à face : alternance entre les connaissances "terrain" et les apports théoriques.

Écoute active des besoins, réponse aux attentes tout en respectant les objectifs pédagogiques fixés.

Échange avec le groupe afin de faire ressortir les notions-clés de la formation.

Mise en pratique à travers des exercices issus du vécu professionnel des participants.

Remise de fiches techniques ou support de cours.

Remise d'une attestation de formation.

## Évaluation

Évaluation sommative à travers un cas pratique à chaque fin de module.

## Objectifs de formation

Etre capable de :

- Bien débiter avec Internet et savoir organiser ses recherches, optimiser la communication
- Exploiter les nouvelles technologies et éviter les dangers, acquérir de l'assurance.

### Généralités

- Vocabulaire
- Historique
- Acteurs du Web - Fournisseurs d'accès

### Navigation sur Internet

- Principes de base de navigation
- Organisation des favoris
- Supprimer les fichiers temporaires, l'historique, les Cookies et les données enregistrées
- La navigation privée

### Téléchargements

- Principes des différents téléchargements
- Organiser ses téléchargements

### Arnaques et pièges à éviter

- Les modes de paiement en ligne
- Le spam
- Le Hameçonnage (filoutage)
- Les publicités mensongères
- Les fausses annonces
- Le téléchargement illégal

### Messagerie électronique en ligne

- Principes de base
- Description de l'écran - La barre d'outils
- Disposition des objets : Dossiers – Messages – Volet de visualisation
- Agenda, Drive, Contacts
- Messagerie instantanée

### Protection de son ordinateur des virus et autres risques

- Se prémunir des virus
- Les risques d'intrusion « firewall »
- Comment réagir



4 rue de Bray – ZI Sud-Est – 35510 Cesson-Sévigné - Tél. : 02.99.22.84.84 – Fax : 02.99.22.84.80  
e-mail : rennes@buroscope.fr – www.buroscope.fr – S.A.S au capital de 83 200 € - RCS Rennes B331 267 765  
SIRET 331 267 765 000 47 – Code NAF 8559A - N° déclaration d'activité : 533 501 708 35