

Catalogue de formation

Développer vos connaissances pratiques des usages numériques



HYPRA
GÉNÉRATEUR DE PUISSANCE D'AGIR



Les seniors et le numérique :

seuls 54 % savent regarder des vidéos sur Internet, seuls 43 % utilisent les réseaux sociaux et uniquement 35 % utilisent leur smartphone pour aller sur Internet.

Étude sur l'exclusion numérique des personnes âgées- Institut CSA

Hypra SAS ESUS - 28, rue de la Chapelle 75018 Paris
Enregistré comme organisme de formation auprès de la préfecture de
la région Ile-de-France sous le numéro 11756870275

Contact

@ administration@hypra.fr

📞 01 84 73 06 61

HYPra est une entreprise solidaire d'utilité sociale qui propose plusieurs formats d'accompagnements numériques à destinations du publics.

Nos web-conférences...



- augmentent vos connaissances pratiques
- améliorent votre compréhension du monde numérique
- élargissent votre culture numérique



Le format de nos web-conférences



Des médiateurs.trices numériques certifié.es vous accompagnent





24 web-conférences réparties en 5 catégories



LE NUMÉRIQUE AU QUOTIDIEN



Mieux naviguer sur internet



Gérer sa boîte mail



Connaître les meilleures astuces sur ordinateur



Équipement : comment choisir ?

CULTURE, DIVERTISSEMENT ET SOCIALISATION NUMÉRIQUE



Se divertir en ligne



Visionner et partager ses photos en ligne



Accéder à la culture en ligne



Créer du lien social avec les réseaux sociaux



Facebook de A à Z



Maîtriser les enjeux des réseaux sociaux



Sélection d'outils : accès à la culture en ligne



Découvrez l'IA et ses enjeux

SÉCURITÉ ET VIE PRIVÉE EN LIGNE



Se prémunir des arnaques et piratages



Protéger sa vie privée et ses données personnelles



Gérer ses mots de passe



Assurer la maintenance de ses appareils

CITOYENNETÉ NUMÉRIQUE



Accéder aux services publics en ligne



Décrypter les fausses informations en ligne



Apprendre les règles du vivre-ensemble en ligne



Participer au débat public en ligne



Accéder aux services de santé en ligne



Connaître ses droits dans la sphère numérique

VOYAGES ET EXPLORATION NUMÉRIQUE



Préparer ses voyages avec le numérique



Acheter en ligne en toute sérénité



Voyager depuis chez soi



Le numérique au quotidien

1- Apprendre à mieux naviguer sur internet



Découvrez comment naviguer en sécurité et efficacement sur Internet, protéger vos données personnelles, et partager des contenus avec astuce.

2- 15 astuces sur votre ordinateur qui vont vous changer la vie



Maîtrisez votre ordinateur avec 15 astuces incontournables pour sécuriser vos données, affiner vos recherches et partager efficacement.

16- Gérer sa boîte mail à 360°



Apprenez à organiser votre boîte mail, éviter les spams et sécuriser vos messages facilement.

18- Équipement : comment choisir ?



Tablette, smartphone, ordinateur : choisissez l'équipement numérique adapté à vos besoins et à vos usages et découvrez les meilleurs critères de choix.



Culture, divertissement et socialisation numérique

6- Se divertir grâce au numérique



Apprenez à exploiter le web pour cultiver vos passions, des jeux à la cuisine, en passant par la musique et les films et plus si affinités !

17- Facebook de A à Z



Maîtrisez Facebook de fond en comble : de ses outils essentiels à ses secrets, tout en sécurisant votre espace personnel.

14- Visionner et partager ses photos via le numérique



Maîtrisez l'art de gérer vos souvenirs numériques, de l'organisation au partage et à l'impression, grâce à des outils et techniques adaptés.

8- Créer ou maintenir du lien social avec les réseaux sociaux



Explorez des outils sociaux innovants pour tisser et renforcer vos liens, en transformant la manière dont vous communiquez et partagez avec autrui.

11- Réseaux sociaux - comprendre leurs enjeux



Maîtrisez l'art des réseaux sociaux : naviguez avec assurance, déjouez désinformation et cyberharcèlement, pour une expérience connectée sûre et enrichissante.

3 - Accéder à la culture en ligne



Découvrez la richesse culturelle en ligne, des musées virtuels aux spectacles en ligne, et accédez facilement à l'art sous toutes ses formes depuis chez vous.

12 - Sélection d'outils pour accéder à la culture en ligne



Découvrez la richesse culturelle en ligne, des musées virtuels aux spectacles en ligne, et accédez facilement à l'art sous toutes ses formes depuis chez vous.

23- Les IA, intelligences au service de l'humain ?



Apprenez en plus sur l'IA et les enjeux liés à son usage pour accroître votre culture numérique.



7- Sécurité : arnaque, piratage, comment se prémunir ?



Renforcez votre sécurité en ligne avec des stratégies simples et pratiques pour vous protéger des arnaques et du piratage.

20- Mots de passe : les créer, les stocker et les réinitialiser



Apprenez à créer, gérer et récupérer des mots de passe forts pour sécuriser efficacement votre vie numérique.

19- Souveraineté numérique, vie privée, données personnelles.



Apprenez à discerner, protéger et agir pour préserver votre vie privée et vos données personnelles en ligne avec sens critique et conviction.

15- Apprendre à assurer la maintenance de ses outils



Éviter les virus, faire des mises jour, installer de nouvelles applications, assurer la plus grande durabilité possible des équipements, tout pour assurer sa maintenance en autonomie.



5- Comment utiliser sereinement les services publics sur internet ?



Maîtrisez les services publics en ligne : découvrez des astuces pour naviguer et effectuer vos démarches avec confiance et sérénité.

9- Le numérique pour accéder aux services de santé



Du dossier médical partagé aux rendez-vous médicaux en ligne, venez découvrir comment utiliser le numérique pour prendre soin de vous et de votre santé.

13- Info ou intox : comment vérifier son information en ligne ?



Aigüisez votre esprit critique pour distinguer le vrai du faux et apprenez à utiliser les outils disponibles pour vérifier les faits et éviter désinformation et malinformation.



Voyage et exploration numérique

22- Le numérique pour se déplacer et organiser ses voyages



Utilisez le numérique pour voyager plus facilement : planifiez et explorez le monde avec des outils en ligne.

10- Evadez-vous gratuitement sans bouger de chez vous



Explorez le monde gratuitement, depuis chez vous, avec Google Street View et d'autres outils : une fenêtre ouverte sur les merveilles du globe !

21- Faites vos achats en ligne en toute sécurité



Apprenez à vous rassurer pour effectuer des achats en ligne en toute confiance et en toute sérénité, et ainsi bénéficier d'un large choix et d'un gain en pouvoir d'achat !