

# ACCOMPAGNEMENT, ACCÈS AUX DROITS SOCIAUX

Besoin d'une aide gratuite pour une démarche administrative sociale en ligne

## CCAS DE COUËRON (CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE)

02 40 38 51 35 - 9, place Charles-de-Gaulle  
Accès : bus ligne E1 et 91, arrêt Mairie de Couëron

🕒 Lundi, mardi, mercredi et vendredi sur rendez-vous : 8h30-12h30/13h30-17h,  
jeudi : 8h30-12h30/14h-17h.



## SERVICE JEUNESSE DE COUËRON

06 07 65 99 50 - jeunesse@mairie-coueron.fr - 2, quai Jean-Pierre Fougerat

Accompagnement des jeunes dans la rédaction d'un CV ou d'une lettre de motivation et autres démarches de recherche d'emploi.

## UNION DES ASSOCIATIONS SOCIOCULTURELLES DE COUËRON

07 49 58 20 56

Accompagnement aux démarches administratives, communication en ligne, aide à l'envoi d'e-mail... grâce à un réseau de bénévoles.

## ESPACE DÉPARTEMENTAL DES SOLIDARITÉS (EDS) COUËRON - SAINT HERBLAIN

02 40 86 10 77 - 76, bd de l'Europe

🕒 Du lundi au vendredi dans le cadre d'un accompagnement social et sur rendez-vous.

## MSA LOIRE-ATLANTIQUE VENDÉE

Assistance informatique MSA : 03 20 90 05 00  
Soutien informatique : assistanceinternet.blf@msa44-85.msa.fr

Offre pour les ressortissants de la MSA : salariés agricoles, non-salariés agricoles, ayants droit, retraités agricoles.

🕒 Lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi : 8h30-12h15 et 13h30-16h30.



Ce document a été réalisé avec plusieurs partenaires associatifs et institutionnels de Couëron (centres socioculturels, Union des centres, CCAS, Ville, MSA, CLRPAC, Amicale laïque, CFDT retraités...)

# L'informatique et moi...



Le numérique est incontournable pour communiquer et accomplir les démarches administratives. Les lieux ressources pouvant apporter une aide aux Couëronnais ont été recensés dans ce guide, avec l'aide des partenaires de l'action sociale de Couëron.

## GUIDE DES POINTS D'ACCUEIL NUMÉRIQUES COUËRONNAIS

- Ordinateurs en libre-service
- Initiation à l'informatique
- Accompagnement pour l'accès aux droits sociaux

## ORDINATEURS EN LIBRE-SERVICE

Besoin d'accéder à un ordinateur et/ou une imprimante en sachant les utiliser

### CCAS DE COUËRON (CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE)

02 40 38 51 35 - 9, place Charles-de-Gaulle  
Accès : bus ligne E1 et 91, arrêt Mairie de Couëron

2 ordinateurs et une imprimante.

Tout public, gratuit, accès après signature d'un règlement intérieur.

🕒 Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 8h30-12h30/13h30-17h, jeudi : 8h30-12h30/14h-17h.

### SERVICE JEUNESSE DE COUËRON

06 07 65 99 50 - jeunesse@mairie-coueron.fr - 2, quai Jean-Pierre Fougerat  
Accès : bus ligne E1 et 91, à 15 minutes à pied de l'arrêt Mairie de Couëron

1 ordinateur mis à disposition pour les jeunes, pour des démarches administratives liées à l'insertion sociale et professionnelle. Gratuit.

### CENTRE SOCIOCULTUREL HENRI NORMAND

02 40 38 31 99 - Place des Cités  
Accès : bus ligne E1 et 91, arrêt Chabossière

1 ordinateur avec Internet en accès libre, impressions sur demande.

Tout public, gratuit avec participation demandée pour impressions.

🕒 Tous les jours : 9h-12h30/13h30-18h, samedi : 9h-12h.

### CENTRE SOCIOCULTUREL PIERRE LEGENDRE

02 40 86 13 42 - 7, bd François-Blanchon  
Accès : bus ligne E1 - Arrêt Mairie de Couëron ou ligne 91, arrêt Moïnard

2 ordinateurs avec Internet, impressions possibles, Wifi.

Tout public (- de 14 ans avec autorisation parentale), gratuit - participation demandée pour les impressions, identifiant/mot de passe à retirer à l'accueil.

🕒 Lundi, mardi, mercredi et vendredi : 9h-12h/13h30-18h30 (18h lors des vacances scolaires), vendredi : 9h-12h/13h30-18h, samedi : 10h-12h.



### MÉDIATHÈQUE VICTOR JARA

02 40 38 38 38 - 95, quai Jean-Pierre-Fougerat

8 ordinateurs, Internet et WIFI gratuits, prêt de clé USB possible auprès de l'accueil (nécessite une inscription gratuite). Pas de possibilité d'impression. Tout public, gratuit.

🕒 Mardi, jeudi et vendredi : 13h-19h, mercredi : 10h-19h et samedi : 10h-17h.

## INITIATIONS À L'INFORMATIQUE

Besoin de se perfectionner ou d'apprendre à utiliser des supports numériques

### CLRPAC

02 40 85 01 65 - clrpac44@gmail.com - 7, bd François Blanchon  
Accès : bus ligne E1 et 91 - Arrêt Mairie de Couëron / ou ligne 91, arrêt Moïnard

Modules en initiation informatique - modules bureautiques : Word, Excel, PowerPoint - initiation tablette informatique - atelier image numérique (2 niveaux). Ateliers pour les retraités, hors vacances scolaires. Adhésion à l'année, inscriptions en juin, cotisation par activité. Nécessité de posséder un ordinateur.

🕒 En fonction des ateliers.

### CENTRE SOCIOCULTUREL HENRI NORMAND

02 40 38 31 99 - Place des Cités  
Accès : bus ligne E1 et 91, arrêt Chabossière

Ateliers informatiques sur différentes thématiques, possibilité de s'inscrire. Tout public, adhésion commune aux deux centres socioculturels. Participation demandée selon le quotient familial.

🕒 Mardi de 18h à 20h.

### MÉDIATHÈQUE VICTOR JARA

02 40 38 38 38 - 95, quai Jean-Pierre Fougerat

Livres d'initiation ou de perfectionnement à l'informatique, aux matériels et aux logiciels les plus courants.

Tout public, inscription gratuite à la médiathèque.

🕒 Mardi, jeudi et vendredi : 13h-19h, mercredi : 10h-19h, samedi : 10h-17h.

### AMICALES LAÏQUES

02 40 86 18 72 - 1, quai Commandant Lucas  
Accès : bus ligne E1 et 91, à 15 minutes à pied de l'arrêt Mairie de Couëron

Ateliers appropriation de l'outil informatique - Premiers pas avec un ordinateur, prise en main, paramétrages de base - Initiation au traitement de texte, au tableur, à la publication assistée (affiches, cartes d'invitation...), au courrier électronique, à la navigation sur Internet - Prise de photos numériques et traitement - Réalisation de diaporamas (présentation de photos).

Tout public, sur inscription, adhésion annuelle. Cotisation par activité selon le quotient familial.

🕒 Variables en fonction des ateliers.

