

**la cité**  
des Métiers

Saint-Quentin-  
en-Yvelines



**#Besoin d'un coup de  
pouce ?**

# **LA CITE DES METIERS PRÉSENTE SON OFFRE DE SERVICE NUMERIQUE**

en présentiel et/ou distanciel

Consultez notre site web pour plus d'informations

[WWW.CITEDESMETIERS-SQY.FR](http://WWW.CITEDESMETIERS-SQY.FR)

# **Pour lutter contre "l'illectronisme", la Cité des Métiers met à la disposition des habitants de Saint-Quentin-en-Yvelines, des CONSEILLERS NUMERIQUES et un programme d'ateliers adaptés à vos besoins.**



**Découvrir**  
l'ordinateur



**Naviguer**  
sur Internet



**Créer et utiliser**  
votre boîte mail



**S'initier à**  
Word et Excel



**Faire vos démarches**  
CAF, CPAM, Impôts, Job 78,  
Pôle Emploi, [squeemploi.fr](http://squeemploi.fr)...



**Gérer votre image** sur  
les réseaux sociaux

# VISIOCONFERENCE

**Un module adapté au télétravail  
et à la situation sanitaire actuelle.**

Appréhender les outils numériques pour le télétravail  
et la communication à distance

**Quels matériels se procurer et comment  
les installer ?**



**Quels logiciels utiliser et comment les  
manipuler ?**

zoom



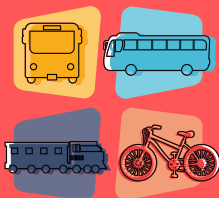
# MOBILITE

## Un atelier pour lever les freins à la mobilité.

Apprenez à vous déplacer dans les transports en commun, en préparant votre itinéraire pour être à l'heure à vos rendez-vous



## Comment préparer son itinéraire et se déplacer dans les transports ?



**La Cité des Métiers propose un  
Espace Multimédia ouvert à tous pour vous  
permettre d'effectuer vos démarches en ligne,  
de rédiger un CV, de candidater à des offres  
d'emploi... en toute autonomie.**



**En cas de difficulté,  
des Conseillers Numériques sont à votre  
disposition pour répondre à vos questions  
et vous accompagner lors de la prise en  
main de ces outils numériques.**

**Nos partenaires se mobilisent afin de répondre à tous les problèmes que vous rencontrez avec les outils informatiques dans le cadre de votre insertion sociale et professionnelle.**



**FTC-Digital-ITM**

Et le soutien financier de



**AGENCE NATIONALE DE LA COHÉSION DES TERRITOIRES**