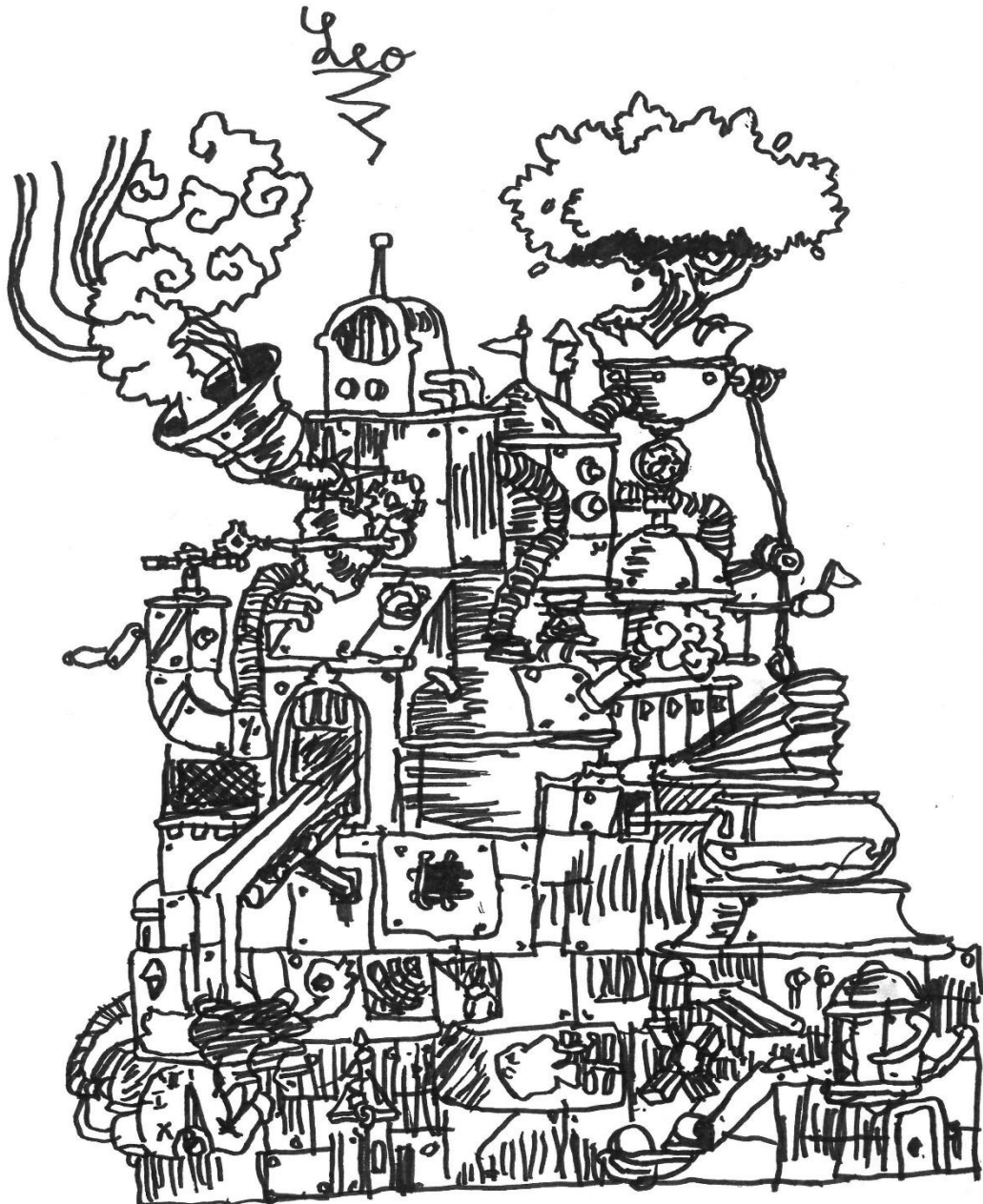


# # LES ACTIVITÉS DU CANTOU

JANVIER FÉVRIER MARS  
2023



Pôle culturel et numérique « Le Cantou »

Place de l'église 12120 ARVIEU

Email : [cantou.arvieu@gmail.com](mailto:cantou.arvieu@gmail.com)

Tél : 05.65.46.06.06

INFOS : [www.arvieu.fr](http://www.arvieu.fr) ou



**LeCantou**  
POLE CULTUREL ARVIEU PARELOUP

**BIEN NAVIGUER SUR INTERNET SUR SON ORDINATEUR, SMARTPHONE OU TABLETTE**

Bien choisir son navigateur, gérer ses favoris, paramétrer sa page d'accueil, bloquer les publicités...

**Vendredi 27 janvier de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

**UTILISATION D'UNE ADRESSE E-MAIL DEPUIS UN ORDINATEUR, UN SMARTPHONE OU UNE TABLETTE**

Envoyer, répondre, transférer un message, y joindre un document ou une photo... tout en passant de l'un de vos appareils à un autre.

Création d'une adresse « gmail » - si nécessaire

**Vendredi 10 février de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

**TRUCS ET ASTUCES SMARTPHONE**

Manipulation des fonctions de base, économie de la batterie, activation /désactivation des fonctionnalités, installation d'une application, connexion à un réseau Wifi...

**Mardi 14 février de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

**NETTOYER SON ORDINATEUR**

Installez et utilisez des outils simples et gratuits pour un nettoyage de votre ordinateur au quotidien.

**Vendredi 10 mars de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

**TRANSFERT DE VOS PHOTOS/DOCUMENTS SUR ORDINATEUR**

Transférez vos photos sur ordinateur à partir d'un appareil photo, d'une clé USB ou d'un smartphone, utilisez le copier/coller, les organiser et les classer dans des dossiers nommés faciles à retrouver.

**Mardi 14 mars de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

**UTILISER DOCTOLIB**

Découvrez comment via l'application : accédez aux disponibilités de dizaines de milliers de professionnels de santé, prendre rendez-vous en ligne, 24h/24 et 7j/7, archiver vos documents médicaux...

**Vendredi 24 mars de 14h30 à 16h (Tarif : 7,50€)**

**STAGE PHOTO AVEC LE PHOTOGRAPHE R. STORCHI**

Découvrez les réglages et techniques de photos avec un professionnel passionné et passionnant !

Prévoir pique-nique tiré du sac pour le repas de midi.

**Samedi 15 avril de 9h30 à 16h (Tarif : 16€)**



Des ateliers numériques ou animations délocalisés sont régulièrement mis en place sur les communes du territoire de la com. de com. Lévézou-Pareloup, ainsi que des formations plus spécifiques en lien avec des partenaires (Office de Tourisme, FDSEA, ...).

Pour plus d'informations les concernant, contactez nous !



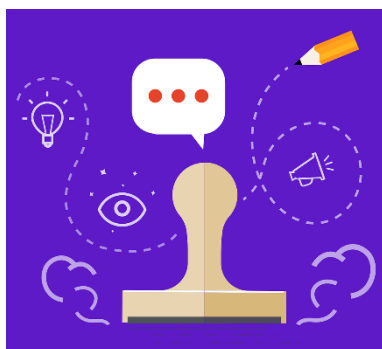
## FRANCE SERVICES

### - UNE PRÉSENCE HUMAINE ET DES OUTILS NUMÉRIQUES

Pour un accompagnement gratuit dans les démarches administratives en ligne de premier niveau auprès des organismes partenaires : **Pôle emploi**, la Caisse assurance retraite (**CARSAT**), la Caisse des Allocations Familiales (**CAF**), la Mutualité Sociale Agricole (**MSA**), la Direction Générale des Finances Publiques (**DGFIP**), ...

- **MAIS AUSSI LE POINT INFOS SENIORS** tous les 4èmes jeudis du mois de **10h30 à 12h** (sur rdv uniquement). C'est un guichet unique dédié aux personnes de +60 ans mis en place par le Conseil Départemental et la Communauté de Communes Lévézou-Pareloup sur l'ensemble du territoire.

## ATELIERS Pour les ENFANTS



### APRES MIDI JEUX DE SOCIÉTÉ

Découvre de nouveaux jeux, innovants, coopératifs et apprends à jouer avec les conseils avisés d'une intervenante

**Le mardi 21 février de 14h à 18h**  
**(Venez quand vous voulez !) – Gratuit.**

**BRICOS NUMÉRIQUES** : un moment ludique et éducatif de création sur ordinateur et tablette, allié à du bricolage manuel.

**Un samedi matin. Date et thème précisés ultérieurement.**  
**(Pour les 6-10 ans – Gratuit- sur inscription).**



**CLAP VACANCES** : Mini projection pour les enfants pendant les vacances d'hiver.

**La date et le film seront précisés ultérieurement. Gratuit sur inscription.**



## EXPOSITIONS

**L'ENVERS DU DECOR - Créations et métiers du spectacle**

Découvrez accessoires, costumes, ouvrages, photos et maquettes autour du Théâtre et ses métiers - artistiques et artisanaux.

**Du 13 décembre au 10 mars 2023 au horaires d'ouverture du Cantou**

Mise à disposition par la Direction de la Culture, des Arts et des Musées de l'Aveyron

RENDEZ-VOUS DES PTIT LOUPS - *Histoires pour les tout petits***POP UP et LEPORELLO (livres - accordéon)**

Livres à déployer, caresser, déplier, écouter, fouiller, recomposer, jouer...

Le Cantou invite les enfants (dès la naissance) accompagnés de leurs parents, nounous, grands-parents, à venir découvrir ces drôles de livres !

**Mercredi 1er et mercredi 8 mars à 10h30 au Cantou**

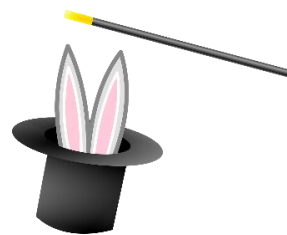
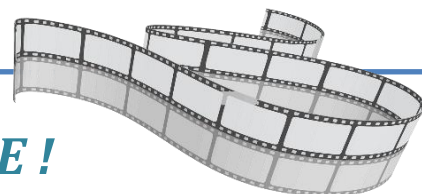
Mis à disposition par la Médiathèque départementale d'Aveyron

## AGENDA CULTUREL SALLE DES TILLEULS

**DEMANDEZ LE PROGRAMME !**

**CINÉMA, SPECTACLES, CONFÉRENCES,  
PROPOSÉS PAR LE CANTOU, ET AUTRES...**

**RETROUVEZ LES ÉVÉNEMENTS PROGRAMMÉS,  
DANS L'AGENDA DE LA SALLE DES TILLEULS**

**HORAIRES D'OUVERTURE DU CANTOU (SEPTEMBRE A JUIN) :**

**MARDI : 10h - 12h30 / 16h - 18h    MERCREDI : 10h - 12h30 / 14h - 18h    JEUDI : 10h - 12h30**  
**VENDREDI : 10h - 12h30 / 16h - 18h    SAMEDI : 10h - 12h30**