

Mulhouse actus *Seniors*

ÉDITION

LE
NUMÉRIQUE

DÉCEMBRE 2023



Des difficultés dans l'utilisation des outils numériques (réalisation des démarches en ligne, utilisation d'un ordinateur ou d'un téléphone portable, création d'une adresse e-mail...) ? Mulhouse Aînés vous a compilé tous les dispositifs pour vous accompagner et vous former !



numérique

>>> Les espaces France services : vous accompagner et faire vos démarches en ligne !

La ville de Mulhouse est dotée de 5 espaces France services sur son territoire. Dans ces espaces, des agents vous accueillent et vous accompagnent dans la réalisation de vos démarches en ligne du quotidien (impôts, santé, emploi...) de manière confidentielle.

Vous pouvez vous rendre dans ces espaces quand vous le souhaitez, selon les horaires d'ouverture :

• Espace France services Coteaux

25 rue Mathias Grunenwald à Mulhouse

Téléphone : 03 68 32 11 52

E-mail : franceservices-mulhouse-coteaux@face-alsace.org

Horaires d'ouverture :

- En accès libre du mardi au vendredi de 8h30 à 12h et samedi de 9h à 12h
- Sur rendez-vous du mardi au vendredi de 13h30 à 17h

• Espace France services Drouot

67 rue de Sausheim à Mulhouse

Téléphone : 03 69 77 77 24

E-mail : cscdrouotbarbanegre@mulhouse-alsace.fr

Horaires d'ouverture :

- En accès libre lundi de 13h30 à 17h, et du mardi au vendredi de 9h à 12h
- Sur rendez-vous du mardi au jeudi de 13h30 à 17h





numérique



• Espace France services Lavoisier Brustlein

59 allée Gluck à Mulhouse

Téléphone : 03 89 45 90 02

E-mail : lavoisier-brustlein@france-services.gouv.fr

Horaires d'ouverture :

- En accès libre lundi de 8h30 à 11h30 et de 13h45 à 16h30 et du mardi au vendredi de 8h30 à 11h30
- Sur rendez-vous jeudi de 13h45 à 17h00 et vendredi de 13h45 à 16h45

• Espace France services Mulhouse Centre

Sous-Préfecture - 2 place du Général de Gaulle à Mulhouse

Téléphone : 03 89 33 45 40 ou 03 89 33 45 49

E-mail : sp-mulhouse-france-services@haut-rhin.gouv.fr

Horaires d'ouverture :

- En accès libre lundi, mardi et jeudi de 13h15 à 15h30
- Sur rendez-vous lundi, mardi, mercredi et jeudi de 8h30 à 11h30 et vendredi de 8h30 à 11h30 et de 13h15 à 15h30





➤➤ Bus France Services

Un bus sillonne le territoire de Mulhouse.

Vous pouvez vous renseigner sur les horaires d'ouverture à ce numéro de téléphone : 07 71 83 37 25



➤➤ Des permanences France services à la Clé des Aînés

Depuis cet été, Malaury Tocco, Agent France services, vous propose deux permanences par semaine à la Clé des Aînés.

RENSEIGNEMENTS

Permanences les lundis de 13h30 à 16h et les jeudis de 8h30 à 11h30 à la Clé des Aînés

Informations et prise de rendez-vous :

Auprès de la Clé des Aînés au 41 avenue Kennedy à Mulhouse

Téléphone : 03 89 33 79 29





**CONSEILLER
NUMÉRIQUE**
France
services



»»» Les conseillères numériques France services : vous former aux outils numériques

Jade et Zineb, conseillères numériques France services, vous accompagnent et vous forment aux usages quotidiens du numérique (prendre en main les équipements informatiques, naviguer sur internet, créer une adresse e-mail...)

Les conseillères numériques vous proposent des entretiens individuels de 45 minutes, avec la possibilité de bénéficier de plusieurs rendez-vous. Des ateliers collectifs thématiques de 2 heures sont également proposés.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

A l'accueil de la bibliothèque Grand'rue : 03 69 77 67 17

Auprès des conseillers numériques :

Téléphone : 06 72 83 38 ou 06 72 83 05 77

E-mail : conseillernumerique@mulhouse.fr

Deux bénéficiaires de ces ateliers collectifs ont partagé leurs retours :

“ Je n’y connaissais rien et aujourd’hui je sais me servir de mon ordinateur pour les démarches courantes, j’aime apprendre. ”

“ C’est un besoin qui devient plaisir. ”



>>> SEMAPHORE : initiation et accès libre aux équipements informatiques

Une **initiation individuelle gratuite** à l'informatique est assurée spécialement pour les seniors.

Ces cours, d'une durée d'une heure ont lieu **les mardis de 10 à 12h et de 14 à 17h et les jeudis de 14 à 17h.**

SEMAPHORE vous accompagne aussi pour vos démarches en ligne et propose un accès libre aux ordinateurs.

INFORMATIONS

9 rue du Moulin à Mulhouse

Réservations obligatoires pour les initiations individuelles et l'accès aux équipements informatiques au 03 89 33 55 00





Uniscité : ateliers numériques intergénérationnels

Des volontaires « Solidarité Seniors », âgés de 16 à 25 ans, s'engagent sur un programme dédié exclusivement aux plus de 60 ans. Leur objectif est de développer les liens entre les générations, de partager des expériences de vie et d'offrir des moments de convivialité.

- **Initiation au numérique et aux jeux vidéo** : Dès janvier 2024, des ateliers seront animés chaque semaine dans différents lieux facilement accessibles : Maison du Temps Libre (Amaelles), Résidence Le Jardin d'Edo (Domitys) et d'autres à venir...
- **Des visites à domicile et/ou des sorties** : Dès maintenant et jusqu'à juin 2024, un binôme de volontaires pourra venir vous rendre visite chaque semaine pour un temps de convivialité et d'activité selon vos préférences (informatique, peinture, lecture, cuisine, jeux, balades, etc.)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Julie CUNA-GENERAUX

Téléphone : 06 28 57 82 42

E-mail : jcunageneraux@uniscite.fr



>>> Amaelles : formations personnalisables à domicile

« Contact et + » est un dispositif de formation numérique intégralement personnalisable et dédié aux seniors. Les séances de formation sont réalisées gratuitement par un bénévole Amaelles à votre domicile, où ce dernier s'adapte à vos besoins et à vos demandes.

Plusieurs thématiques liées à l'utilisation des outils numériques peuvent être abordées : utilisation d'un smartphone ou d'une tablette, installation et utilisation d'applications de loisirs (presse, jeux de mémoire...), de communication (logiciels de visioconférence de type Skype...) ou encore effectuer une recherche sur internet.

Pour les personnes qui ne possèdent pas d'outils informatiques mais qui souhaitent les découvrir, il est possible d'emprunter une tablette tactile directement auprès d'Amaelles le temps des formations avec une connexion internet.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Marie MEYER au 06 37 45 90 27





centre
socio culturel
JEAN WAGNER

>>> Ateliers Repair'PC : Ateliers de réparation des outils numériques et conseils

Les bénévoles des ateliers repair'pc vous proposent leur savoir-faire dans la résolution de problème informatique (installation d'un logiciel) ainsi leur aide dans l'utilisation du numérique (utilisation d'une tablette etc...).

Les ateliers ont lieu **tous les 1^{ers} samedis du mois** de 14h à 18h au Centre Socio-Culturel Jean Wagner.

RENSEIGNEMENTS

Centre Socio-Culturel Jean Wagner
43 rue d'Agen à Mulhouse.

Téléphone : 03 89 46 25 16





santé

>>> Résidence Domitys : Téléconsultation avec un médecin



Votre médecin traitant n'est pas disponible ou vous n'en avez pas ?

Domitys vous propose un **nouveau service de consultation à distance, sans surcoût**. Vous pouvez vous rendre directement à l'accueil de la résidence Domitys Le Jardin d'Edo. Un membre de l'équipe vous accompagnera jusqu'à une borne de téléconsultation. Un médecin généraliste se rendra disponible dans un délai de 15 minutes.

La borne de téléconsultation dispose de technologies permettant au médecin d'effectuer les examens nécessaires à distance. Si le médecin le juge nécessaire, une ordonnance est délivrée à l'issue de la téléconsultation (disponible immédiatement en format print et digital). Vous réglez avec votre carte vitale et carte bancaire selon les règles en vigueur de l'Assurance Maladie.

La borne de téléconsultation répond aux exigences de sécurité et de confidentialité inhérentes à la relation que chacun entretient avec son médecin. Les médecins font partie du réseau de Domitys.

TÉLÉCONSULTATION

*Se présenter à l'accueil de
la Résidence Domitys
Le Jardin d'Edo
160 avenue Robert Schuman
à Mulhouse.
Service disponible du lundi
au dimanche de 8h à 20h.*



➤➤➤ **Icope68 : Test de dépistage précoce de la perte d'autonomie**

La Communauté professionnelle territoriale de santé et la Ville de Mulhouse proposent de vous faire bénéficier du programme de prévention primaire ICOPE68. Il permet de repérer précocement les risques de fragilité liés à l'âge **chez les personnes de 60 ans ou plus.**



Si vous le souhaitez, un professionnel peut vous accompagner dans la réalisation d'**un test gratuit et rapide**. Il s'agit d'un petit bilan composé de questions et d'exercices d'une durée de 10 minutes.

Des tests se dérouleront à la Clé des Aînés de 13h30 à 16h les **mardis 16 janvier 2024, 23 janvier 2024, 30 janvier 2024 et 6 février 2024.**

Les thèmes abordés seront les suivants : mémoire, nutrition, vision, audition, mobilité, psychologie (humeur).

INFORMATIONS

Site internet : www.icope68.fr

Au CTPS Mulhouse Agglomération par téléphone au 06 51 36 19 91

**Ou à la Clé des Aînés, 41 avenue Kennedy à Mulhouse
et au 03 89 33 79 29.**



Mulhouse **actus** *Seniors*

**Retrouvez le prochain numéro de cette gazette au mois de mars
sur la thématique de l'intergénérationnel !**

Si vous souhaitez réagir et nous aider à améliorer la gazette,
écrivez-nous à : mulhouseaines@mulhouse.fr