

### COMPETENCES DIGITALES



Formation sur mesure



Programme personnalisé



Attestation des compétences acquises  
Certification TOSA®

#### OBJECTIFS

Permettre aux personnes d'acquérir ou de renforcer leurs compétences numériques en vue d'un accès direct à un emploi qualifié.

Apporter les connaissances et les compétences fondamentales pour utiliser les outils numériques de façon efficace et professionnelle.

Valider les acquis et la progression dans le domaine de la culture numérique.

#### PUBLIC CONCERNÉ

Demandeurs d'emploi inscrit à Pôle emploi, toute catégorie possédant un projet de formation ou d'insertion professionnelle défini qui nécessite un complément de formation.

N'ayant pas suivi de formation qualifiante dans les 12 derniers mois.

#### PRÉ-REQUIS

Pas de niveau minimal requis.

Maîtrise écrite et orale de la langue.

Motivation réelle et autonomie minimale nécessaire à l'autoformation guidée.

Fiche de prescription obligatoire : le document de prescription doit être obligatoirement accompagné d'un CV.

#### DURÉE DE LA FORMATION

- En fonction des tests de positionnement
- Durée des parcours : de 70 h à 200h
- Formation à temps partiel discontinu sans dépasser plus de 3 mois.
- Formation n'ouvrant pas droit à rémunération

#### MODALITÉS D'ORGANISATION

Dispositif en entrées et sorties permanentes basé sur les principes de la formation individualisée.

Information collective hebdomadaire

Positionnement - Séances de formation (modules) - Bilan final.

#### PROGRAMME DE FORMATION

Programme de formation modulaire en vue d'adapter les parcours de formation aux profils des apprenants et aux besoins du milieu professionnel.

##### Matériel et système d'exploitation

- Découvrir les différents équipements numériques, les reconnaître et les manipuler
- Découvrir les interfaces utilisées
- Savoir utiliser Windows en environnement professionnel
- Office 365

##### Logiciels et fichiers

- Connaître les principaux logiciels
- Utiliser les principales applications en environnement professionnel pour des documents simples
- Comprendre la notion de licence logicielle
- Maîtriser les applications bureautiques les plus utilisées
- Gérer les fichiers multimédias, les manipuler, les exécuter

##### Réseaux et communication

- Posséder quelques notions de certains termes relatifs au réseau
- Connaître et utiliser les principaux moyens de communications (emails simples, sms)
- Connaître la notion de réseaux sociaux
- Comprendre les connexions internet et savoir se connecter en mobilité - Savoir configurer son compte de messagerie

##### Navigation et recherches internet

- Connaître et comprendre le concept d'un moteur de recherche
- Naviguer sur internet de manière opérationnelle
- Créer et gérer ses favoris
- Maîtriser les principaux moteurs de recherche

##### Sécurité

- Être conscient des dangers d'internet
- Connaître ses droits concernant la communication de données personnelles
- Mettre en place une protection
- Gérer ses identifiants et ses mots de passe.

#### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Formation 100% présentiel
- Un poste informatique par personne relié à Internet haut débit.
- Mise en œuvre de pratiques pédagogiques différenciées et innovantes (durées, rythme, de formation, profil des équipes pédagogiques, supports numérique...),
- Formation organisée en modules indépendants avec alternance des temps individuels et des temps collectifs en tenant compte des acquis de chacun.
- Mise en pratique des connaissances au travers d'exercices de niveau et de difficultés croissants.

#### LIEU RESSOURCE FORMATION

Organisme de formation depuis 1985

52 rue Jacques Babinet 31100 Toulouse - 05.62.48.53.20

[contact@lrf.asso.fr](mailto:contact@lrf.asso.fr) - [www.lrf.asso.fr](http://www.lrf.asso.fr)

Siret : 33398516600029 - APE 8559A - OF déclaré n° 73310064131



## CONTACT

**LRF – Lieu Ressource Formation (siège)**

52 Rue Jacques Babinet

31100 TOULOUSE CEDEX

Tél : 05 62 48 53 20 – Fax : 05 62 48 53 21

[contact@lrf.asso.fr](mailto:contact@lrf.asso.fr) - [www.lrf.asso.fr](http://www.lrf.asso.fr)



Accueil téléphonique et physique  
du lundi au vendredi  
de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h

## LES + DE LA FORMATION

Accompagnement sous forme de suivi individuel par un référent unique. Evaluations régulières tout au long de la formation pour réajuster le parcours. Mise en œuvre de pratiques pédagogiques différenciées et innovantes.

## RESEAU DES PRESCRIPTEURS HABILITES PAR LA REGION

- les agences Pôle Emploi
- les Missions Locales ;
- les conseillers d'insertion des Conseils Départementaux pour les bénéficiaires du RSA en contrat d'insertion, ainsi que leurs prestataires ;
- les CAP EMPLOI ;
- les Centres d'Information sur le Droit des Femmes et des Familles (CIDFF) ;
- l'Association pour l'Emploi des Cadres (APEC) ;
- les 9 OPACIF (Organismes Paritaires Collecteurs Agréés pour le financement du CIF

## FINANCEMENT

Région Occitanie Pyrénées Méditerranée



## MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Evaluation initiale - Positionnement pédagogique :
  - Questionnaire d'autoévaluation permettant, en amont de la formation, de vérifier les prérequis et d'ajuster le contenu de la formation aux besoins réels du participant.
  - Définition des objectifs de la formation
  - Élaboration d'un programme de formation personnalisée

### Reconnaissance en fin de formation :

- Evaluation finale dont les résultats sont présentés dans un livret de compétences.
- Une attestation de fin de formation
- Certification TOSA DIGITAL en fonction des parcours

## MOYENS TECHNIQUES ET HUMAINS

- Des salles de formation adaptées au travail individuel ou en groupe suivant les besoins
- Bureaux pour les entretiens individuels
- Plateforme pédagogique en ligne, avec cours, exercices d'application, QCM d'évaluation...
- Pour les activités numériques : 1 poste informatique par personne.
- **Centre ressources :**
  - supports d'auto-formation adaptés au public ciblé
  - multi supports : supports classiques et numériques téléchargeables et imprimables
- Une salle de restauration équipée de micro-ondes, frigo,...
- **Formateurs-trices :** expérimentés-ées 3 à 5 ans d'expérience

## RECRUTEMENTS DES CANDIDATS

- Organisation d'informations collectives hebdomadaires tout au long de l'année pour donner les informations sur la formation (critères et procédure de recrutement, formation, protection sociale) ;
- Dès **réception de la prescription**, le candidat est convoqué à une information collective ;
- Vérification de l'éligibilité du candidat à la formation notamment en vérifiant le projet professionnel ;
- Pièces à amener : copie de la pièce d'identité, attestation de droit de la sécurité sociale et CV du candidat ;
- Demandeurs d'emploi : un avis de situation Pôle Emploi
- Si adhésion : entretien individuel et contractualisation.



***Fiche de prescription obligatoire***  
***Demande d'information et envoi***  
***des prescriptions à l'adresse mail suivante :***

**[contact@lrf.asso.fr](mailto:contact@lrf.asso.fr)**

**Tél. : 05.62.48.53.20**

**Fax : 05.62.48.53.21**



PROJET COFINANCÉ PAR LE FONDS SOCIAL EUROPÉEN

## LIEU RESSOURCE FORMATION

Organisme de formation depuis 1985

52 rue Jacques Babinet 31100 Toulouse - 05.62.48.53.20

[contact@lrf.asso.fr](mailto:contact@lrf.asso.fr) – [www.lrf.asso.fr](http://www.lrf.asso.fr)

Siret : 33398516600029 – APE 8559A - OF déclaré n° 73310064131

