

Les objets connectés dédiés à la santé et au sport

6 juillet 2026

Atelier

Numérique

CCAS

Comment suivre son activité physique au quotidien : nombre de pas, calories brûlées, rythme cardiaque...Choisir plutôt une montre, un bracelet ou une bague ? Avec quelles fonctionnalités ?

Venez échanger sur les bonnes pratiques et les limites de ces technologies. Découvrez des montres qui font bien plus que donner l'heure et des conseils pour bien débuter.

Tous les ateliers numériques sont GRATUITS.

Réservés aux habitants de Saint-Sébastien-sur-Loire, dans la limite des places disponibles (4 à 10 places maximum par atelier).

Pour contacter le conseiller numérique :

- par mail : conseillernumerique@saintsebastien.fr
- par téléphone : 06 08 41 57 05

