

Janvier 2026



# La Lettre de Microtel

## La Recette de Microtel



### Des jeux éducatifs

Page 6



### Pointeur de souris

Page 7



Page 2



### Noël à l'école

Page 8



# Courriel avant de cliquer sur envoyer...



# L'actualité de Microtel Gagny



**Le mot du Président**



Bonjour à tous,

Je tiens à vous souhaiter une excellente année, ainsi qu'à votre famille. N'oublions pas notre association **Microtel**, qui poursuit sa dynamique positive et confirme sa voie ascendante, comme l'année précédente. L'arrivée de nouvelles activités et de nouveaux animateurs y contribue largement : Montassar est déjà à l'œuvre avec Scratch, Lilya s'attaque à l'IA, en compagnie de Fabien, tandis qu'Ulysse renforce l'équipe technique. Très prochainement, Zewei, Alexis et Régis viendront également enrichir l'aventure. **2026 s'annonce comme un excellent cru, à déguster sans modération.**

Amitiés

JAC

## Contact adhérents



**Jacques GOLDSCHNEIDER**  
Votre Président  
est joignable à l'adresse :  
[info@microtel-gagny.com](mailto:info@microtel-gagny.com)  
ou au **07 83 82 17 61**  
**Pour tous problèmes ou remarques...**

## À vos agendas



- ✓ **Lundi 19 janvier**  
Soirée à theme (*Jac*)  
Logiciels de traduction
- ✓ **Samedi 24 janvier**  
Galette Microtel
- ✓ **Lundi 26 janvier**  
Soirée à theme (*Fabien*)  
Introduction aux sauvegardes
- ✓ **Lundi 2 février**  
Soirée à théme (*Jac*)  
Transférer ses photos
- ✓ **Lundi 9 février**  
Soirée à théme (*Fabien*)  
Les arnaques en ligne
- ✓ **Lundi 16 février**  
Soirée à théme (*Jac*)  
Les Messageries instantannées

Les informations contenues dans cette publication sont fournies "telles quelles", sans garantie d'aucune sorte, et ne sauraient engager la responsabilité du Club Microtel de Gagny ou des auteurs en cas d'erreur, d'omission ou d'utilisation desdites informations.



Que 2026 vous offre des connexions sincères, des mises à jour bienveillantes, et des projets qui ne plantent jamais. Que chaque bug se transforme en apprentissage, chaque écran noir en nouvelle lumière.

**Ensemble, codons une année pleine de sens, de solidarité et de joie partagée.**

## Et pour démarrer 2026...

L'année 2026 démarre très bien, principalement avec l'arrivée de **Régis** qui va prendre en main une activité qui malheureusement avait dû s'arrêter en juin 2025 faute d'animateur...

Il va pouvoir relancer cette activité à partir de début février, nous allons essayer de trouver de nouveaux adhérents et de dire aux anciens que nous comptons sur eux.

En plus, nous annonçons l'arrivée d'**Alexis** qui vient renforcer l'équipe technique dès maintenant ainsi que **Zewei** qui s'intéresse à Linux...

En même temps que notre animation à l'**école Lavoisier** nous allons en commencer une autre à l'**école Pasteur**.

Et pour terminer, fin décembre 2025 nous étions le même nombre (164) que fin juin 2025... C'est de bon augure pour 2025/2026...

## Bienvenue à Microtel

### Pour vous inscrire ou vous réinscrire

Se connecter à notre site ([www.microtel-gagny.com](http://www.microtel-gagny.com)), puis s'identifier ou S'inscrire maintenant pour les nouveaux adhérents.

Les inscriptions et le choix des activités sont dissociés, ne pas hésiter à aller voir avant si il y a des places disponibles dans les **activités** qui vous intéressent.

Vous trouverez les coordonnées de vos animateur une fois connecté, dans la rubrique **Notre équipe**, tout en bas de la page.

Pour réserver des **Ateliers** ou des **conférences** et même une **activité**, rendez-vous à l'adresse : [www.microtel-gagny.com](http://www.microtel-gagny.com)

Vous connecter, puis **Calendrier** (Et cliquer sur la date qu'il faut).

Visitez régulièrement la page des **Actualités**, toutes les nouveautés du club y sont regroupées.





# Courriel : Avant de cliquer sur Envoyer...



Le courriel reste un outil incontournable même à l'heure des messageries instantanées. Mais plus on en envoie, moins on y fait attention. Et c'est ainsi que naissent les malentendus, les boîtes saturées et les fils de discussion interminables.

Quelques bonnes pratiques suffisent pourtant à rendre le courriel simple, clair et respectueux de communiquer.

## 1. Choisir ses destinataires, un acte de politesse numérique

Avant de cliquer sur *Envoyer*, demandez-vous : « Qui a vraiment besoin de lire ça ? »

- **A** : pour ceux qui doivent agir ou répondre.
- **Cc** : pour ceux qu'on veut simplement informer.

**Cci** : à manier avec prudence. Utile pour des diffusions de masse (*ex. : info club à plusieurs dizaines de membres*), mais à éviter dans les échanges internes. Personne n'aime découvrir qu'un destinataire « caché » suivait la conversation.

Un courriel bien adressé, c'est du temps gagné pour tout le monde et un signe de respect.

## 2. Le sujet : la clé de lecture... et de recherche

Le champ « Sujet » n'est pas une formalité. C'est la première chose que votre correspondant voit et souvent la seule qu'il retienne.

Un bon sujet doit **résumer le contenu et indiquer l'objectif** du message :

« Réunion du 15 mars, validation du compte rendu », plutôt que « Urgent », « Du nouveau », « Info intéressante » ou « Question ».

Et ce n'est pas qu'une question de courtoisie : un sujet précis permet **de retrouver facilement le message plus tard**. Quand votre boîte contient plusieurs centaines de mails, vous bénissez ceux qui ont pris la peine d'écrire un sujet clair.

Changer le sujet quand la discussion dérive, c'est aussi un bon réflexe : cela évite que les informations importantes se perdent dans un fil de discussion sans rapport.

## 3. Le message : clair, concis et courtois

Commencez toujours par rappeler le contexte en une phrase. Ensuite, allez droit au but.

Une idée par paragraphe, des phrases courtes et un ton simple : le destinataire vous lira plus volontiers.

Les majuscules ? À proscrire, elles donnent l'impression qu'on crie.

Les formules de politesse ? Ni trop sèches, ni grandiloquentes : un « Merci d'avance » ou « Bien cordialement » suffit largement.

Et surtout : **relisez votre message avant de l'envoyer**. Orthographe, ton et pièces jointes. Ces détails font toute la différence.

## 4. Répondre ou transmettre : faire le ménage avant d'envoyer

Le bouton *Répondre à tous* mérite réflexion. Ne le gardez que si tout le monde est concerné par votre réponse.

Même principe pour l'historique (*la partie du courriel original qu'on reprend*) : inutile de citer dix pages de messages quand deux lignes suffisent à rappeler le contexte.

Et si vous transmettez un courriel, ajoutez toujours une phrase d'introduction. Sans cela, votre correspondant risque de se demander pourquoi vous lui envoyez ce message brut. Vérifiez aussi que vous souhaitez transmettre l'intégralité du contenu. L'expéditeur du message original ne le souhaite peut-être pas.

Certaines adresses sont des listes de diffusion. Évitez de répondre à ces listes si vous n'en connaissez pas les destinataires.

## 5. Les petits gestes qui changent tout

Quelques attentions simples améliorent la qualité de nos échanges :

- Joindre des fichiers légers et bien nommés.
- Vérifier qu'on a bien mis la bonne pièce jointe (*classique mais essentiel*).
- Envoyer à des heures raisonnables : tout n'est pas urgent à 23 h.

Mettre à jour sa signature : c'est aussi un gage de sérieux.

## 6. En conclusion

Le courriel est le miroir de notre attention envers les autres.

Un message clair, ciblé et bienveillant, c'est moins de confusion, plus d'efficacité et souvent, moins de mails à envoyer ensuite.

Bref : un courriel bien écrit fait gagner du temps à tout le monde... y compris à vous.



Fabien



## On a testé, on a aimé

love

### Utilisez vos appareils Apple à partir d'un PC



Après avoir évolué dans des galaxies distinctes, Windows et MacOS opèrent un rapprochement remarqué avec la disponibilité des outils de Microsoft sur les Mac et les iPhones, mais aussi l'arrivée des applications d'Apple sur les PC.

Vous pouvez ainsi installer Apple TV et Apple Musique pour profiter des services de streaming sur un portable ou un PC de bureau : Il est également possible de nouer le dialogue entre votre ordinateur et un iPhone via l'application **Mobile connecté de Microsoft** ou avec **Appareils Apple**, un outil développé par Apple et disponible sur le Microsoft Store.

Ce dernier remplace iTunes et sert à la synchronisation des fichiers enregistrés sur le téléphone connecté en USB au PC.



### Achetez vos timbres fiscaux en ligne

#### 1. Accédez au service

Consultez les différents types de timbres fiscaux disponibles en ligne sur le site officiel :

☞ [economie.gouv.fr/particuliers/timbre-fiscal](http://economie.gouv.fr/particuliers/timbre-fiscal)

Si votre demande est compatible avec l'achat d'un **timbre électronique**, rendez-vous sur le site de paiement sécurisé :

☞ [timbres.impots.gouv.fr](http://timbres.impots.gouv.fr)



#### 2. Sélectionnez le timbre adapté

Sur le site [timbres.impots.gouv.fr](http://timbres.impots.gouv.fr), cliquez sur « Débuter l'achat », puis choisissez le type de timbre dont vous avez besoin parmi les options proposées.

Vous serez invité à remplir un court questionnaire (QCM) en cochant les cases correspondant à votre demande.



#### 3. Payez en ligne

Une fois le timbre sélectionné, cliquez sur « Ajouter au panier ».

Pour acheter un autre timbre, cliquez sur « Ajouter un autre timbre ».

Choisissez ensuite votre mode de réception (*par e-mail ou SMS*), cliquez sur « Valider le panier », puis procédez au paiement en ligne.

### Comment calculer un âge sur Excel



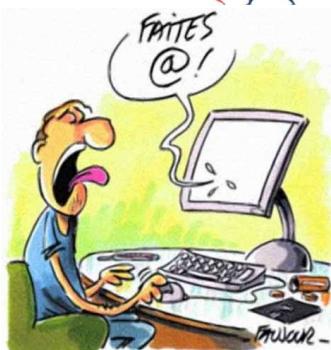
1 – Date de naissance dans la **cellule A1**

2- Taper la formule dans la **cellule B1**

=DATEDIF(A1;AUJOURDHUI();"y")&" ans"

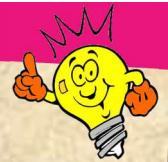


	A	B
1	01/05/1949	76 ans





# Des conseils simples pour débutants



## Redémarrer son ordinateur : un geste simple mais important

- ✓ Quand un ordinateur devient lent ou ne réagit plus normalement, on pense souvent à une panne grave.
- ✓ Pourtant, bien souvent, le problème est temporaire.
- ✓ Un redémarrage permet de fermer correctement les programmes et de repartir sur une base propre.
- ✓ Éteindre l'ordinateur ne fait pas toujours la même chose, surtout avec les versions récentes de Windows.
- ✓ La mise en veille est utile pour une courte pause, mais pas sur plusieurs jours.
- ✓ Un ordinateur laissé trop longtemps sans redémarrage peut accumuler de petits dysfonctionnements.
- ✓ Redémarrer permet aussi d'appliquer certaines mises à jour.

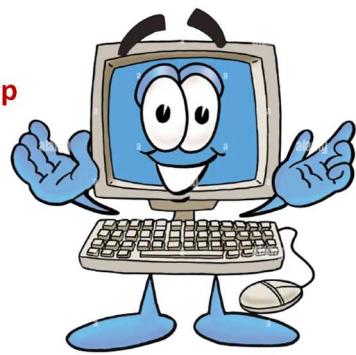
*☞ Bon réflexe : redémarrer son PC au moins une fois par semaine.*

C'est simple, rapide et souvent très efficace.

## Les raccourcis clavier : des petits gestes qui aident beaucoup

- ✓ Le clavier sert à bien plus qu'écrire des textes.
- ✓ Il permet aussi de gagner du temps avec des combinaisons simples.
- ✓ Par exemple, **Ctrl + C** sert à copier un texte ou un fichier.
- ✓ **Ctrl + V** permet de le coller ailleurs.
- ✓ **Ctrl + Z** est très utile pour annuler une erreur.
- ✓ Ces raccourcis fonctionnent dans presque tous les programmes.
- ✓ Ils évitent de nombreuses manipulations à la souris.
- ✓ Il n'est pas nécessaire de tous les connaître.

*☞ En apprendre un de temps en temps suffit largement. Attention sur MacOs il faut utiliser Command*



## Bien ranger ses fichiers pour s'y retrouver facilement

- ✓ Avec le temps, les fichiers s'accumulent sur l'ordinateur.
- ✓ Sans organisation, il devient difficile de retrouver un document précis.
- ✓ Créer quelques dossiers clairs est une bonne solution.
- ✓ Par exemple : "Factures", "Photos", "Courriers", "Santé".
- ✓ Il vaut mieux éviter de tout enregistrer sur le Bureau.
- ✓ Donner un nom explicite aux fichiers aide beaucoup.
- ✓ Un bon nom doit être compréhensible même après plusieurs mois.

*☞ Un peu de rangement évite bien du stress plus tard.*



## Utiliser Internet sans se sentir perdu

- ✓ Internet est devenu indispensable pour de nombreuses démarches.
- ✓ Chaque page ouverte apparaît sous forme d'onglet.
- ✓ Quand il y en a trop, on peut vite se sentir débordé.
- ✓ Fermer les onglets inutiles rend la navigation plus agréable.
- ✓ Les sites que l'on consulte souvent peuvent être enregistrés en favoris.
- ✓ Cela évite de les rechercher à chaque fois.
- ✓ Prendre son temps est important.

*☞ Internet doit rester un outil pratique, pas une source de confusion.*



## Les mots de passe : protéger ses informations personnelles

- ✓ Les mots de passe servent à protéger vos comptes.
- ✓ Ils sont souvent demandés pour les mails, les achats ou les démarches en ligne.
- ✓ Utiliser le même mot de passe partout est risqué.
- ✓ Un mot de passe doit être assez long et difficile à deviner.
- ✓ Évitez les prénoms, dates de naissance ou mots trop simples.
- ✓ Il est possible de les noter sur papier, rangé dans un endroit sûr.
- ✓ Ne les partagez jamais avec quelqu'un.

*☞ Une bonne habitude protège vos données.*



# Éducation & loisirs



## Un mini quiz pour débutants

**1 - Quel est le rôle principal d'un "système d'exploitation" (Windows, macOS, Linux) ?**

- A. Créer des sites web
- B. Gérer le matériel et permettre l'exécution des logiciels
- C. Naviguer sur Internet
- D. Stocker uniquement des fichiers

**2 - Lequel de ces éléments est un "périphérique d'entrée" ?**

- A. L'écran
- B. L'imprimante
- C. Le clavier
- D. Les haut-parleurs

**3 - À quoi sert la "mémoire vive" (RAM) ?**

- A. Stocker les fichiers définitivement
- B. Exécuter rapidement les programmes en cours
- C. Afficher les images
- D. Se connecter à Internet

**4 - Quelle est l'extension d'un "fichier texte" ?**

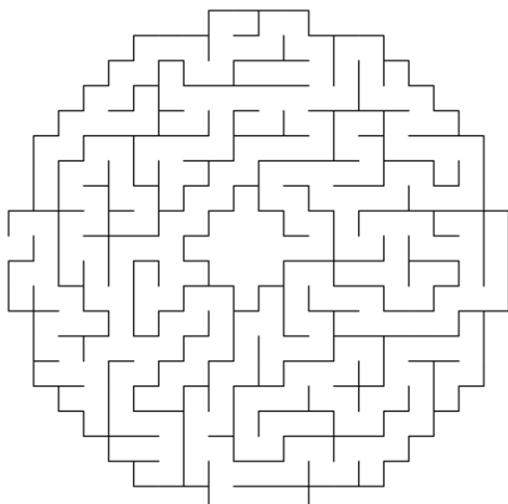
- A. .jpg
- B. .mp3
- C. .txt
- D. .exe

**5 - Qu'est-ce qu'un "logiciel antivirus" ?**

- A. Un programme qui accélère Internet
- B. Un composant matériel
- C. Un logiciel qui protège contre les programmes malveillants
- D. Un navigateur web



## Trouvez la sortie du labyrinthe



## Mots mêlés

Galette des rois

A	N	F	S	U	C	R	E	V	M	M
G	A	L	E	T	T	E	N	K	S	V
W	B	E	T	Q	R	M	H	M	X	C
R	R	I	R	P	V	C	K	C	Y	O
W	Z	D	A	A	R	O	I	A	N	U
M	C	E	D	R	C	J	N	X	F	R
C	B	S	I	T	P	M	X	O	È	O
O	L	S	T	A	Â	G	V	C	V	N
A	E	E	I	G	T	I	Z	F	E	N
K	H	R	O	E	E	C	R	È	M	E
S	S	T	N	R	F	S	R	L	L	G

Les mots peuvent être cachés horizontalement ou verticalement.

Réponses en page 7...

Couronne  
Dessert  
Galette  
Pâte  
Sucre  
Crème  
Fève  
Partager  
Roi  
Tradition





# Et toujours plus d'astuces



## Je ne vois plus le pointeur de la souris à l'écran... Donc avant...

*Windows 10 et Windows 11 : la méthode est la même, seuls les menus diffèrent légèrement.*

### 1 - Rendre le pointeur bien visible

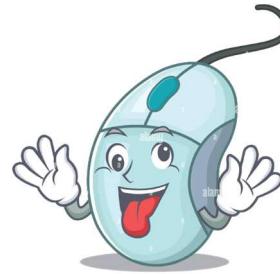
#### Paramètres

→ Accessibilité / Options d'ergonomie

#### → Pointeur de souris

Augmenter la taille (3 ou 4), choisir une couleur vive (Vert c'est sympa...)

**Le pointeur devient gros et visible partout**



### 2 - Retrouver la souris avec la touche Ctrl

#### Paramètres

→ Souris

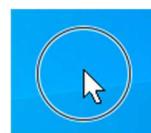
→ Paramètres / Options supplémentaires de la souris

Onglet **Options du pointeur**

Cocher : **Afficher l'emplacement du pointeur lorsque j'appuie sur la touche Ctrl**

#### GESTE À RETENIR

Appuyez sur la touche Ctrl, un cercle apparaît autour du pointeur, impossible de le perdre...



#### BON À SAVOIR

Fonctionne sur **Windows 10 et Windows 11**, même résultat, seuls les menus changent

Aucun risque pour l'ordinateur

Astuce simple à mémoriser : “**Je ne vois plus la souris → j'appuie sur Ctrl.**”



## C'est quoi un PDF ?

Le format PDF est très courant. Il est utilisé pour les documents officiels et administratifs.

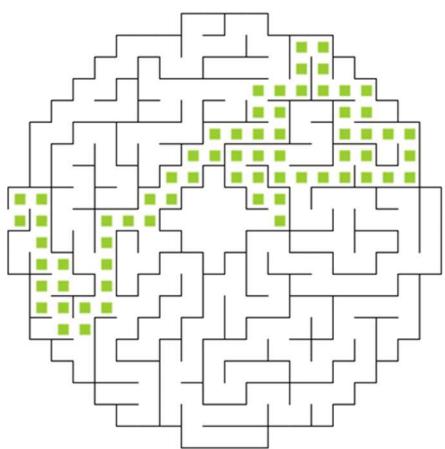
Il permet de conserver la mise en page d'origine. On peut lire un PDF gratuitement sur tous les ordinateurs.

Certains outils permettent aussi de le remplir ou de le signer. Le PDF est pratique pour l'archivage.

☞ C'est un format fiable et universel.

## Corrections des jeux de la page 6

- 1 - **B.** Gérer le matériel et permettre l'exécution des logiciels
- 2 - **C.** Le clavier
- 3 - **B.** Exécuter rapidement les programmes en cours
- 4 - **C.** .txt
- 5 - **C.** Un logiciel qui protège contre les programmes malveillants



A	N	F	S	U	C	R	E	V	M	M
G	A	L	E	T	T	E	N	K	S	V
W	B	E	T	Q	R	M	H	M	X	C
R	R	I	R	P	V	C	K	C	Y	O
W	Z	D	A	A	R	O	I	A	N	U
M	C	E	D	R	C	J	N	X	F	R
C	B	S	I	T	P	M	X	O	È	O
O	L	S	T	A	À	G	V	C	V	N
A	E	E	I	G	T	I	Z	F	E	N
K	H	R	O	E	E	C	R	È	M	E
S	S	T	N	R	F	S	R	L	L	G





## En direct de l'école



### Noël à Lavoisier

Depuis de nombreuses années, nous organisons un marché de Noël à l'école avant les vacances de Noël.

Il s'agit d'une chorale qui compile les chants de Noël appris par les différentes classes de l'école pour l'occasion. La plupart du temps, les Cm1 et Cm2 en chantent une en anglais.

Cela se passe au gymnase.

L'école ayant gagné 3 classes ces dernières années, nous sommes obligés de couper le spectacle en 2 parties !

Ensuite, la fête continue sous le préau avec une buvette, une brocante de jouets alimentée par les dons des familles.

Ces jouets d'occasion sont à 1, 2 ou 3 €. Il y a souvent une vente de livres à 1 € et surtout un stand de vente d'objets fabriqués en classe par les élèves !



Cela demande un bon mois de préparation et un grand investissement de la part des adultes de l'école mais chaque année, c'est un vrai moment de partage dans la joie et la bonne humeur.

Chacun met la main à la pâte, même les enfants, parfois aussi les stagiaires, les anciens élèves et cette année, nous avons eu la visite de nos animateurs Microtel !

Merci Nadine pour toutes ces photos et ce petit montage vidéo ! [Cliquez ICI](#)

Encore un bon souvenir à se remémorer plus tard quel que soit notre âge !

Bonne année à tous et à très bientôt pour de nouvelles aventures !!

Toute l'école Lavoisier.

Stéphanie Popineau (Directrice)



<https://microtel-gagny.com/alaffiche/#lavoisier>



## On a testé, on a aimé



### Free Mobile permet de changer de numéro immédiatement, sans modifier son forfait.

free

Free Mobile propose à ses abonnés une solution simple, rapide et entièrement en ligne pour changer de numéro de téléphone, sans toucher au forfait ni à la carte SIM. Ce service est facturé 5 €.

La démarche se fait depuis l'Espace Abonné (site ou application Free) en quelques clics :

Rubrique **Mon compte > Mon offre > Changer de numéro de ligne**.

L'abonné choisit alors l'un des dix numéros proposés et valide le paiement par carte bancaire.

Le changement est **immédiat** : le nouveau numéro est activé dès le règlement, tandis que l'ancien devient injoignable.

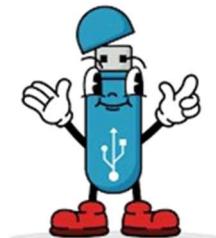
Aucune manipulation matérielle n'est requise et aucun remplacement de carte SIM n'est nécessaire.

À noter qu'un nouveau changement ne peut être effectué avant **30 jours**, et que tout code RIO précédemment obtenu devient invalide.



### Clé USB : erreurs fréquentes à éviter

- ✗ Retirer la clé sans l'éjecter
- ✓ Toujours utiliser "Retirer le périphérique en toute sécurité"
- ✗ Utiliser la clé sur des ordinateurs inconnus
- ✓ Risque de virus
- ✗ Ne pas s'en servir pour faire des sauvegardes
- ✓ Une clé est un objet fragile, on peut la perdre, la casser ou elle peut tomber en panne
- ✗ Forcer la clé dans le port USB
- ✓ Vérifier le sens, ne jamais forcer
- ✗ Supprimer des fichiers sans vérifier
- ✓ Faire une copie avant
- ✗ Donner sa clé avec des documents personnels
- ✓ Supprimer les fichiers privés



### Prenoms.com

Ce site est intéressant pour savoir dans quelle période ce prénom a été le plus utilisé... et beaucoup plus...

#### 1. Accéder au site

Ouvre ton navigateur et va sur [prenoms.com](http://prenoms.com) — c'est un site qui propose une base de données de prénoms : significations, origines, tendances et classements populaires. [Prenoms.com](http://prenoms.com)

#### 2. Chercher un prénom

Tu peux rechercher un prénom de plusieurs façons :

- Barre de recherche : tape directement le prénom que tu veux étudier.

Filtres : sélectionne selon le **sexe** (*fille ou garçon*), la **lettre de départ**, l'**origine linguistique** (*basque, biblique, arabe, etc.*), la **popularité**, la **longueur**, etc.

#### 3. Explorer la signification et l'origine

Une fois que tu cliques sur un prénom, tu peux généralement voir :

Sa **signification**,

- Son **origine culturelle ou linguistique**,

Parfois des informations sur sa **popularité** ou des variantes.



**Lorsqu'une femme te dit "QUOI" ? Ce n'est pas qu'elle n'a pas entendu, mais qu'elle te donne une seconde chance de modifier ce que tu as dit :)**





## On a testé, on a aimé

love

### Capturez facilement l'écran



Certes, il suffit d'appuyer sur la touche **Impr. écran** pour capturer votre bureau sous Windows. Alors pourquoi installer un logiciel tiers pour une tâche aussi simple ?

Parce que **LightShot** va bien au-delà de l'outil intégré de Windows.

**Il permet de capturer précisément une zone définie de l'écran, puis d'éditer directement l'image avant de la sauvegarder ou de la partager sur les réseaux sociaux.**

Son outil de sélection est précis et intuitif, et son éditeur intégré vous offre de nombreuses possibilités : optimisation des couleurs, ajout de filtres, de texte, de symboles, redimensionnement ou encore découpe de l'image.

Un petit outil léger, mais redoutablement efficace pour tous vos besoins de captures d'écran.

<https://app.prntscr.com/en/index.html>



### Impression écolo : éviter le gaspillage

- Relire et sélectionner uniquement les pages nécessaires
- Aperçu avant impression pour éviter les erreurs
- Recto-verso pour économiser du papier
- Mode brouillon / économie d'encre
- Plusieurs pages par feuille pour les documents de lecture
- Réutiliser le papier pour brouillons et recycler



### Effectuez vos démarches

**Simplifiez vos démarches avec le site de l'Assurance Maladie <https://www.ameli.fr/>**

Le site de l'Assurance Maladie vous permet d'effectuer plus de 20 démarches en ligne, évitant ainsi les déplacements et les prises de rendez-vous dans un centre administratif.

Voici quelques-unes des principales fonctionnalités disponibles :

#### 1. Téléchargez vos relevés

Vous pouvez récupérer vos relevés pour une période donnée en toute simplicité :

- Rendez-vous dans l'onglet **Mes paiements**, puis sélectionnez **Mes relevés mensuels**.
- Les relevés sont conservés pendant six mois.

Choisissez un mois spécifique et cliquez sur la flèche à droite pour lancer le téléchargement.

#### 2. Demandez une prise en charge à l'étranger

Si vous avez engagé des frais médicaux à l'étranger, vous pouvez demander un remboursement en ligne :

- Accédez à l'onglet **Mes démarches** et cliquez sur **Demander un remboursement de soins à l'étranger**.
- Sélectionnez **Je démarre ma demande**, puis remplissez le questionnaire.

Joignez les justificatifs nécessaires et validez votre demande.

#### 3. Déclarez une naissance

L'arrivée d'un bébé doit être signalée à l'Assurance Maladie. Voici comment faire :

- Rendez-vous dans **Mes démarches**, puis cliquez sur **Déclaration du nouveau-né**.
- Notez que l'enfant doit être né en France et déclaré préalablement en mairie.
- Une fois en possession de l'acte de naissance, sélectionnez **Tout est bon !** et remplissez les champs requis pour finaliser la déclaration.

#### 4. Activer son Espace Santé <https://www.monespacesante.fr/>

