



MODULE 0 - Installation [voir fin de document]

MODULE 1 - Prise en main du bureau et des fenêtres

Session a (1h52)

- ☐ **Repères visuels du bureau**
 - ☐ **Identifier les zones principales du bureau**
 - ☐ **Reconnaître une icône de lancement**
 - ☐ **Lire la barre des tâches**
 - ☐ **Lire la zone de notification**
 - ☐ **Repères visuels du bureau**
- ☐ **Démarrer et fermer une application**
 - ☐ **Ouvrir une application depuis le bureau**
 - ☐ **Ouvrir une application depuis la barre des tâches**
 - ☐ **Ouvrir une application depuis le menu des applications**
 - ☐ **Fermer une application proprement**
 - ☐ **Forcer la fermeture d'une application qui ne répond plus**
 - ☐ **Démarrer et fermer une application**
- ☐ **Manipuler les fenêtres**
 - ☐ **Déplacer une fenêtre**
 - ☐ **Redimensionner une fenêtre**
 - ☐ **Réduire, agrandir et restaurer une fenêtre**
 - ☐ **Passer d'une fenêtre à l'autre avec le clavier**
 - ☐ **Utiliser le clic droit sur une fenêtre**
 - ☐ **Manipuler les fenêtres**
- ☐ **Organiser plusieurs fenêtres à l'écran**
 - ☐ **Placer deux fenêtres côte à côte manuellement**
 - ☐ **Utiliser l'accrochage automatique des fenêtres**
 - ☐ **Utiliser la barre des tâches pour jongler entre fenêtres**
 - ☐ **Utiliser les bureaux virtuels**
 - ☐ **Organiser plusieurs fenêtres à l'écran**

Session b (1h53)

- ☐ **Rechercher une application ou un réglage**
 - ☐ **Utiliser la recherche intégrée du menu**
 - ☐ **Rechercher un réglage système**
 - ☐ **Utiliser un lanceur rapide**



- ☐ **Rechercher une application ou un réglage**
- ☐ **Adapter l'affichage à ses besoins immédiats**
 - ☐ Accéder aux paramètres d'affichage
 - ☐ Modifier la résolution de l'écran
 - ☐ Modifier la taille du texte et des éléments
 - ☐ Adapter l'affichage à ses besoins immédiats
- ☐ **Raccourcis et réflexes de survie**
 - ☐ Sélectionner du texte ou un élément
 - ☐ Copier, couper et coller
 - ☐ Annuler et rétablir une action
 - ☐ Basculer entre fenêtres et applications
 - ☐ Ouvrir un menu contextuel
 - ☐ Utiliser la touche Échap comme réflexe de sortie
 - ☐ Raccourcis et réflexes de survie
- ☐ **Verrouiller, déconnecter, éteindre la machine**
 - ☐ Verrouiller la session
 - ☐ Se déconnecter de la session
 - ☐ Éteindre la machine proprement
 - ☐ Redémarrer la machine
 - ☐ Mettre en veille ou en hibernation
 - ☐ Verrouiller, se déconnecter, éteindre proprement
- ☐ **Prise en main du bureau et des fenêtres**

MODULE 2 - Comprendre les fichiers et dossiers

Session a (1h38)

- ☐ **Arborescence et repères**
 - ☐ Identifier la racine du système de fichiers
 - ☐ Reconnaître les dossiers système principaux
 - ☐ Localiser et ouvrir son dossier personnel
 - ☐ Reconnaître les dossiers standards du dossier personnel
 - ☐ Lire un chemin de fichier
 - ☐ Arborescence et repères
- ☐ **Naviguer dans les dossiers**
 - ☐ Ouvrir un dossier
 - ☐ Revenir au dossier précédent
 - ☐ Naviguer via le panneau latéral



- ☐ Utiliser la barre d'adresse pour naviguer directement
- ☐ Ouvrir un dossier dans un nouvel onglet ou une nouvelle fenêtre
- ☐ Naviguer dans les dossiers
- ☐ **Gérer les dossiers et les fichiers**
 - ☐ Créer un dossier
 - ☐ Renommer un fichier ou un dossier
 - ☐ Déplacer un fichier ou un dossier
 - ☐ Copier un fichier ou un dossier
 - ☐ Sélectionner plusieurs fichiers
 - ☐ Supprimer un fichier ou un dossier
 - ☐ Créer, renommer, déplacer, copier, supprimer

Session b (1h22)

- ☐ **Corbeille et suppression définitive**
 - ☐ Ouvrir la corbeille et récupérer un fichier
 - ☐ Vider la corbeille
 - ☐ Supprimer un fichier sans passer par la corbeille
 - ☐ Comprendre ce que "définitif" veut dire en pratique
 - ☐ Corbeille et suppression définitive
- ☐ **Types de fichiers et extensions**
 - ☐ Comprendre ce qu'est une extension de fichier
 - ☐ Afficher les extensions dans le gestionnaire de fichiers
 - ☐ Reconnaître les formats courants et leur application associée
 - ☐ Ouvrir un fichier avec une application spécifique
 - ☐ Identifier un fichier sans extension ou avec une extension inconnue
 - ☐ Types de fichiers et extensions
- ☐ **Fichiers et dossiers cachés**
 - ☐ Comprendre pourquoi des fichiers sont cachés
 - ☐ Afficher les fichiers et dossiers cachés
 - ☐ Identifier les dossiers de configuration cachés courants
 - ☐ Créer un fichier ou dossier caché
 - ☐ Fichiers et dossiers cachés

Session c (1h40)

- ☐ **Permissions de base sur un fichier**
 - ☐ Comprendre le principe des permissions
 - ☐ Lire les permissions d'un fichier dans le gestionnaire de fichiers



- ☐ Comprendre pourquoi un fichier refuse d'être modifié ou ouvert
- ☐ Modifier les permissions d'un fichier dans le gestionnaire de fichiers
- ☐ Permissions de base sur un fichier
- ☐ **Utiliser une clé USB ou un disque externe**
 - ☐ Brancher un support externe et vérifier sa reconnaissance
 - ☐ Naviguer dans le contenu d'un support externe
 - ☐ Copier des fichiers depuis ou vers un support externe
 - ☐ Éjecter proprement un support externe
 - ☐ Comprendre le point de montage
 - ☐ Utiliser une clé USB ou un disque externe
- ☐ **Compresser et décompresser**
 - ☐ Comprendre la différence entre une archive et un fichier compressé
 - ☐ Décompresser une archive depuis le gestionnaire de fichiers
 - ☐ Ouvrir une archive sans l'extraire
 - ☐ Créer une archive depuis le gestionnaire de fichiers
 - ☐ Compresser et décompresser
- ☐ **Recherche de fichiers**
 - ☐ Utiliser la recherche intégrée du gestionnaire de fichiers
 - ☐ Affiner la recherche par type ou par date
 - ☐ Utiliser un outil de recherche dédié
 - ☐ Rechercher un fichier récent depuis le gestionnaire de fichiers
 - ☐ Comprendre les limites de la recherche graphique
 - ☐ Recherche de fichiers
- ☐ **Comprendre les fichiers et dossiers**

MODULE 3 - Installer et gérer des applications

Session a (1h45)

- ☐ **Comprendre la logique des mises à jour sous Linux**
 - ☐ Distinguer paquet, dépôt et gestionnaire de paquets
 - ☐ Comprendre pourquoi Linux installe autrement que Windows
 - ☐ Comprendre ce que "mettre à jour" veut dire sous Linux
 - ☐ Comprendre pourquoi les mises à jour Linux couvrent tout le système
 - ☐ Comprendre la logique des mises à jour sous Linux
- ☐ **Le gestionnaire de paquets graphique**
 - ☐ Ouvrir le gestionnaire de paquets graphique
 - ☐ Rechercher une application dans le gestionnaire



- ☐ Lire la fiche d'un paquet avant d'installer
- ☐ Installer une application depuis le gestionnaire
- ☐ Supprimer une application depuis le gestionnaire
- ☐ Le gestionnaire de paquets graphique
- ☐ **Les dépôts des applications**
 - ☐ Comprendre ce qu'est un dépôt officiel
 - ☐ Comprendre ce qu'est un dépôt tiers
 - ☐ Vérifier les dépôts actifs sur sa machine
 - ☐ Ajouter un dépôt tiers
 - ☐ Comprendre la notion de clé de signature
 - ☐ Les dépôts (officiels vs tiers)
- ☐ **Installer via un paquet téléchargé**
 - ☐ Comprendre ce qu'est un paquet téléchargé et quand y recourir
 - ☐ Télécharger un paquet depuis le site officiel de l'éditeur
 - ☐ Installer un paquet téléchargé via le gestionnaire de fichiers
 - ☐ Installer un paquet téléchargé via le terminal
 - ☐ Vérifier qu'un paquet téléchargé est bien installé
 - ☐ Installer via un paquet téléchargé (.deb ou équivalent)

Session b (1h57)

- ☐ **Premiers pas en ligne de commande**
 - ☐ Ouvrir le terminal et comprendre l'invite
 - ☐ Comprendre le rôle de sudo dans une commande d'installation
 - ☐ Mettre à jour la liste des paquets disponibles
 - ☐ Installer un paquet avec apt install
 - ☐ Supprimer un paquet avec apt remove
 - ☐ Nettoyer les paquets inutiles après une suppression
 - ☐ Premiers pas en ligne de commande (apt install, apt remove)
- ☐ **Mettre à jour les applications et le système**
 - ☐ Comprendre ce que met à jour une mise à jour système
 - ☐ Mettre à jour via le gestionnaire graphique
 - ☐ Mettre à jour via le terminal
 - ☐ Comprendre les notifications de mise à jour
 - ☐ Adopter un rythme de mise à jour régulier
 - ☐ Mettre à jour les applications et le système
- ☐ **Applications manquantes ou équivalents Windows**
 - ☐ Comprendre pourquoi une application Windows n'existe pas sous Linux
 - ☐ Chercher un équivalent Linux à une application Windows



- ☐ **Connaître les équivalents Linux des applications Windows courantes**
- ☐ **Identifier les applications sans équivalent direct**
- ☐ **Applications manquantes ou équivalents Windows**
- ☐ **Applications en dehors des dépôts**
 - ☐ **Comprendre pourquoi ces formats existent**
 - ☐ **Comprendre les différences entre Flatpak, Snap et AppImage**
 - ☐ **Installer une application via Flatpak**
 - ☐ **Mettre à jour les applications Flatpak**
 - ☐ **Utiliser une AppImage**
 - ☐ **Comprendre les limites de ces formats en matière de sécurité**
 - ☐ **Applications en dehors des dépôts (Flatpak, Snap, AppImage)**
- ☐ **Installer et gérer des applications**

MODULE 4 - Gestion des utilisateurs et des droits

Session a (1h48)

- ☐ **Qui suis-je sur le système**
 - ☐ **Identifier son nom d'utilisateur**
 - ☐ **Lire les informations complètes de son compte**
 - ☐ **Comprendre la différence entre utilisateur standard et administrateur**
 - ☐ **Repérer les autres utilisateurs présents sur la machine**
 - ☐ **Qui suis-je sur le système**
- ☐ **sudo en profondeur**
 - ☐ **Comprendre ce que sudo fait réellement**
 - ☐ **Utiliser sudo pour la première fois**
 - ☐ **Lire le retour d'une commande sudo**
 - ☐ **Vérifier si son compte a les droits sudo**
 - ☐ **Comprendre pourquoi sudo laisse une trace**
 - ☐ **sudo en profondeur**
- ☐ **Comptes utilisateurs**
 - ☐ **Créer un nouveau compte utilisateur**
 - ☐ **Créer un compte utilisateur en ligne de commande**
 - ☐ **Modifier un compte utilisateur existant**
 - ☐ **Supprimer un compte utilisateur**
 - ☐ **Lister les comptes utilisateurs humains**
 - ☐ **Comptes utilisateurs**
- ☐ **Mots de passe**



- ☐ **Changer son propre mot de passe**
- ☐ **Changer le mot de passe d'un autre compte**
- ☐ **Comprendre les règles de robustesse d'un mot de passe**
- ☐ **Verrouiller et déverrouiller un compte utilisateur**
- ☐ **Mots de passe**

Session b (1h51)

- ☐ **Groupes**
 - ☐ **Comprendre à quoi servent les groupes**
 - ☐ **Lister les groupes auxquels on appartient**
 - ☐ **Ajouter un utilisateur à un groupe**
 - ☐ **Retirer un utilisateur d'un groupe**
 - ☐ **Lister tous les groupes du système**
 - ☐ **Groupes**
- ☐ **Permissions fichiers approfondies**
 - ☐ **Lire les permissions d'un fichier ou d'un dossier**
 - ☐ **Modifier les permissions avec chmod en mode symbolique**
 - ☐ **Modifier les permissions avec chmod en mode octal**
 - ☐ **Appliquer des permissions récursivement à un dossier**
 - ☐ **Permissions fichiers approfondies**
- ☐ **Propriétaire et groupe d'un fichier**
 - ☐ **Identifier le propriétaire et le groupe d'un fichier**
 - ☐ **Changer le propriétaire d'un fichier**
 - ☐ **Changer le groupe d'un fichier**
 - ☐ **Changer propriétaire et groupe en une seule commande**
 - ☐ **Propriétaire et groupe d'un fichier**
- ☐ **root , l'administrateur**
 - ☐ **Comprendre ce qu'est le compte root**
 - ☐ **Identifier quand root est réellement nécessaire**
 - ☐ **Ouvrir une session root temporaire avec sudo**
 - ☐ **Reconnaître les signes qu'on est en session root**
 - ☐ **root : ce que c'est, pourquoi on l'évite, quand y recourir**
- ☐ **Gestion des utilisateurs et des droits**

MODULE 5 - Réseau, connectivité et périphériques

Session a (2h07)



- ☐ **Se connecter au Wifi et au filaire**
 - ☐ Identifier l'état de la connexion réseau
 - ☐ Se connecter à un réseau Wifi
 - ☐ Se connecter à un réseau filaire (Ethernet)
 - ☐ Se connecter à un réseau Wifi masqué
 - ☐ Oublier un réseau Wifi enregistré
 - ☐ Activer et désactiver le Wifi ou le filaire
 - ☐ Se connecter au Wifi et au filaire
- ☐ **Comprendre son adresse IP et connexion**
 - ☐ Lire son adresse IP depuis l'interface graphique
 - ☐ Lire son adresse IP depuis le terminal
 - ☐ Vérifier qu'une machine distante répond (ping)
 - ☐ Vérifier la résolution DNS
 - ☐ Comprendre son adresse IP et vérifier sa connexion
- ☐ **Installer et configurer une imprimante**
 - ☐ Ajouter une imprimante USB
 - ☐ Ajouter une imprimante réseau
 - ☐ Installer un pilote d'imprimante manquant
 - ☐ Imprimer une page de test
 - ☐ Gérer la file d'attente d'impression
 - ☐ Installer et configurer une imprimante
- ☐ **clé USB, périphérique externe**
 - ☐ Brancher une clé USB et vérifier qu'elle est reconnue
 - ☐ Naviguer dans le contenu d'une clé USB
 - ☐ Copier des fichiers depuis ou vers une clé USB
 - ☐ Éjecter proprement une clé USB
 - ☐ Reconnaître et utiliser un disque dur externe
 - ☐ Reconnaître et utiliser une clé USB ou un périphérique externe

Session b (1h37)

- ☐ **Connecter un écran externe**
 - ☐ Brancher un écran externe et vérifier qu'il est détecté
 - ☐ Choisir entre mode étendu et mode dupliqué
 - ☐ Positionner les écrans en mode étendu
 - ☐ Définir l'écran principal
 - ☐ Déconnecter un écran externe proprement
 - ☐ Connecter un écran externe
- ☐ **Bluetooth et périphériques sans fil**



- ☐ **Activer et désactiver le Bluetooth**
- ☐ **Associer un périphérique Bluetooth pour la première fois**
- ☐ **Reconnecter un périphérique Bluetooth déjà appairé**
- ☐ **Supprimer un périphérique Bluetooth appairé**
- ☐ **Diagnostiquer un périphérique Bluetooth qui ne se connecte pas**
- ☐ **Bluetooth et périphériques sans fil**

- ☐ **Gérer les périphériques audio**
 - ☐ **Vérifier et changer le périphérique de sortie audio**
 - ☐ **Régler le volume et couper le son**
 - ☐ **Gérer le volume par application avec le mixeur audio**
 - ☐ **Vérifier et changer le périphérique d'entrée (microphone)**
 - ☐ **Tester le microphone**
 - ☐ **Gérer les périphériques audio**

 Session c (1h30)

- ☐ **Pilotes et matériel non reconnu**
 - ☐ **Identifier un périphérique non reconnu**
 - ☐ **Chercher un pilote dans les dépôts officiels**
 - ☐ **Utiliser le gestionnaire de pilotes additionnels**
 - ☐ **Chercher un pilote sur le site du fabricant**
 - ☐ **Vérifier qu'un pilote est bien chargé**
 - ☐ **Pilotes et matériel non reconnu**

- ☐ **Partage réseau simple**
 - ☐ **Accéder à un dossier partagé sur le réseau local**
 - ☐ **Partager un dossier depuis Linux vers le réseau local**
 - ☐ **Accéder à un partage réseau par adresse directe**
 - ☐ **Monter un partage réseau de façon permanente**
 - ☐ **Partage réseau simple**

- ☐ **VPN**
 - ☐ **Comprendre ce qu'est un VPN et à quoi il sert**
 - ☐ **Importer un fichier de configuration VPN**
 - ☐ **Activer et désactiver une connexion VPN**
 - ☐ **Vérifier que le VPN est bien actif**
 - ☐ **Diagnostiquer une connexion VPN qui échoue**
 - ☐ **VPN**

- ☐ **Réseau, connectivité et périphériques**

MODULE 6 - Applications du quotidien



Session a (2h09)

- ☐ **Suite bureautique**
 - ☐ Identifier les composants de la suite bureautique installée
 - ☐ Ouvrir et enregistrer un document
 - ☐ Ouvrir un fichier existant
 - ☐ Enregistrer dans un format compatible Windows (.docx, .xlsx, .pptx)
 - ☐ Imprimer un document
 - ☐ Suite bureautique
- ☐ **Navigateur web, mots de passe**
 - ☐ Identifier et ouvrir le navigateur installé
 - ☐ Naviguer et gérer les onglets
 - ☐ Ajouter et organiser des favoris
 - ☐ Installer et gérer une extension
 - ☐ Utiliser le gestionnaire de mots de passe intégré au navigateur
 - ☐ Navigateur web, favoris, extensions, gestionnaire de mots de passe intégré
- ☐ **Messagerie et agenda**
 - ☐ Identifier le client de messagerie disponible
 - ☐ Configurer un compte de messagerie
 - ☐ Lire, répondre et envoyer un message
 - ☐ Joindre un fichier à un message
 - ☐ Utiliser l'agenda intégré
 - ☐ Messagerie et agenda
- ☐ **Lecture et gestion de PDF**
 - ☐ Ouvrir un fichier PDF
 - ☐ Naviguer dans un document PDF
 - ☐ Rechercher du texte dans un PDF
 - ☐ Imprimer un PDF
 - ☐ Annoter ou remplir un formulaire PDF
 - ☐ Lecture et gestion de PDF

Session b (2h12)

- ☐ **Photos et multimédia**
 - ☐ Ouvrir et visualiser une photo
 - ☐ Faire une rotation ou un recadrage simple
 - ☐ Lire une vidéo ou un fichier audio
 - ☐ Transférer des photos depuis un appareil photo ou un smartphone



- ☐ **Gérer et organiser ses photos en dossiers**
- ☐ **Photos et multimédia**
- ☐ **Scanner et numériser un document**
 - ☐ **Vérifier que le scanner est reconnu**
 - ☐ **Numériser un document en image ou en PDF**
 - ☐ **Numériser plusieurs pages en un seul PDF**
 - ☐ **Scanner et numériser un document**
- ☐ **Compatibilité de fichiers bureautiques**
 - ☐ **Comprendre les enjeux de la compatibilité de formats**
 - ☐ **Identifier les écarts de rendu courants**
 - ☐ **Envoyer un document non modifiable : exporter en PDF**
 - ☐ **Ouvrir un fichier Windows sans application dédiée**
 - ☐ **Compatibilité de fichiers avec Windows et formats bureautiques**
- ☐ **Captures d'écran**
 - ☐ **Faire une capture de l'écran entier**
 - ☐ **Faire une capture d'une fenêtre ou d'une zone**
 - ☐ **Utiliser l'outil de capture pour annoter avant d'enregistrer**
 - ☐ **Faire une capture différée**
 - ☐ **Captures d'écran**
- ☐ **Prise de notes rapide**
 - ☐ **Identifier l'éditeur de texte simple disponible**
 - ☐ **Créer et enregistrer une note rapide**
 - ☐ **Retrouver une note par la recherche de fichiers**
 - ☐ **Prise de notes rapide**
- ☐ **Applications du quotidien**

MODULE 7 - Terminal (consolidation et automatisation)

Session a (1h45)

- ☐ **Ouvrir le terminal et comprendre l'invite**
 - ☐ **Ouvrir le terminal depuis le bureau ou le menu**
 - ☐ **Ouvrir le terminal depuis le gestionnaire de fichiers**
 - ☐ **Lire l'invite de commande**
 - ☐ **Distinguer \$ et # dans l'invite**
 - ☐ **Taper une première commande et lire sa réponse**
 - ☐ **Ouvrir le terminal et comprendre l'invite**
- ☐ **Astuces de base à maîtriser avant tout**



- ☐ Utiliser l'autocomplétion avec Tab
- ☐ Naviguer dans l'historique des commandes
- ☐ Interrompre une commande avec Ctrl+C
- ☐ Effacer la ligne en cours et vider l'écran
- ☐ Astuces de base à maîtriser avant tout
- ☐ **Pourquoi utiliser le terminal**
 - ☐ Comprendre ce que le terminal peut faire que le graphique ne fait pas
 - ☐ Identifier quand utiliser le terminal au quotidien
 - ☐ Pourquoi le terminal, ce qu'il apporte par rapport au graphique
- ☐ **Navigation et manipulation revisitées**
 - ☐ Se repérer dans l'arborescence avec pwd et ls
 - ☐ Se déplacer dans l'arborescence avec cd
 - ☐ Créer et supprimer un dossier en ligne de commande
 - ☐ Copier et déplacer ou renommer des fichiers en ligne de commande
 - ☐ Supprimer un fichier en ligne de commande
 - ☐ Navigation et manipulation revisitées

 Session b (1h46)

- ☐ **Rechercher et filtrer**
 - ☐ Afficher un fichier page par page avec less
 - ☐ Rechercher un mot dans un fichier avec grep
 - ☐ Rechercher un fichier dans l'arborescence avec find
 - ☐ Filtrer la sortie d'une commande avec grep
 - ☐ Rechercher et filtrer
- ☐ **Combiner des commandes**
 - ☐ Comprendre le pipe : envoyer la sortie d'une commande dans une autre
 - ☐ Chaîner plusieurs commandes avec le pipe
 - ☐ Rediriger la sortie d'une commande vers un fichier
 - ☐ Rediriger les erreurs séparément
 - ☐ Combiner des commandes
- ☐ **Gérer les processus**
 - ☐ Lister les processus en cours avec ps
 - ☐ Surveiller les processus en temps réel avec top
 - ☐ Identifier le PID d'un processus
 - ☐ Arrêter un processus avec kill
 - ☐ Arrêter un processus par son nom avec killall
 - ☐ Gérer les processus



- ☐ **Éditer un fichier en ligne de commande**
 - ☐ Ouvrir et lire un fichier avec nano
 - ☐ Modifier et enregistrer un fichier avec nano
 - ☐ Rechercher et remplacer dans nano
 - ☐ Éditer un fichier en ligne de commande

Session c (2h03)

- ☐ **Variables d'environnement et PATH**
 - ☐ Comprendre ce qu'est une variable d'environnement
 - ☐ Lire et afficher une variable d'environnement
 - ☐ Comprendre la variable PATH
 - ☐ Définir une variable temporaire dans le terminal
 - ☐ Variables d'environnement et PATH
- ☐ **Scripts shell simples**
 - ☐ Comprendre ce qu'est un script shell
 - ☐ Créer un script shell minimal
 - ☐ Rendre un script exécutable et le lancer
 - ☐ Utiliser une variable dans un script
 - ☐ Passer un argument à un script
 - ☐ Scripts shell simples
- ☐ **Alias et personnalisation du shell**
 - ☐ Comprendre ce qu'est un alias
 - ☐ Créer un alias temporaire
 - ☐ Rendre un alias permanent dans .bashrc
 - ☐ Supprimer un alias
 - ☐ Personnaliser l'invite de commande
 - ☐ Alias et personnalisation du shell
- ☐ **Cas d'urgence**
 - ☐ Sortir d'un éditeur en ligne de commande quand on est bloqué
 - ☐ Reprendre la main quand une commande tourne sans fin
 - ☐ Reprendre la main quand le terminal est figé
 - ☐ Identifier et tuer un processus bloqué depuis un autre terminal
 - ☐ Cas d'urgence
- ☐ **Terminal (consolidation et automatisation)**

MODULE 8 - Sécurité et bonnes pratiques

Session a (1h48)



- ☐ **Mots de passe solides et gestionnaire de mots de passe**
 - ☐ Évaluer la solidité d'un mot de passe
 - ☐ Construire un mot de passe solide sans le noter en clair
 - ☐ Installer et ouvrir un gestionnaire de mots de passe
 - ☐ Enregistrer et retrouver un mot de passe dans le gestionnaire
 - ☐ Comprendre la différence entre gestionnaire local et gestionnaire
 - ☐ Mots de passe solides et gestionnaire de mots de passe
- ☐ **Sources de confiance et hygiène numérique**
 - ☐ Identifier une source de téléchargement fiable
 - ☐ Vérifier une URL avant de cliquer
 - ☐ Vérifier l'empreinte d'un fichier téléchargé
 - ☐ Reconnaître un site sécurisé (HTTPS) et ses limites
 - ☐ Sources de confiance et hygiène numérique
- ☐ **Mises à jour et sécurité**
 - ☐ Comprendre pourquoi une mise à jour est un acte de sécurité
 - ☐ Vérifier et appliquer les mises à jour depuis le terminal
 - ☐ Identifier les mises à jour de sécurité uniquement
 - ☐ Configurer les mises à jour automatiques de sécurité
 - ☐ Mises à jour et sécurité
- ☐ **Sauvegardes : stratégie et mise en œuvre**
 - ☐ Identifier ce qui mérite d'être sauvegardé
 - ☐ Copier manuellement ses données sur un support externe
 - ☐ Automatiser une sauvegarde avec rsync
 - ☐ Planifier une sauvegarde automatique avec cron
 - ☐ Vérifier qu'une sauvegarde est exploitable
 - ☐ Sauvegardes : stratégie et mise en œuvre

Session b (1h12)

- ☐ **Chiffrement de base**
 - ☐ Comprendre ce que chiffrer veut dire concrètement
 - ☐ Chiffrer une clé USB avec LUKS
 - ☐ Ouvrir et refermer un volume LUKS
 - ☐ Chiffrer un fichier avec GPG
 - ☐ Chiffrement de base
- ☐ **Reconnaître les menaces courantes**
 - ☐ Reconnaître un mail de phishing
 - ☐ Reconnaître un faux logiciel ou une fausse mise à jour



- ☐ Identifier un script malveillant avant de l'exécuter
- ☐ Réagir après un clic suspect
- ☐ Reconnaître les menaces courantes
- ☐ **Pare-feu : comprendre et activer ufw**
 - ☐ Vérifier l'état du pare-feu
 - ☐ Activer ufw avec la politique par défaut
 - ☐ Ajouter et supprimer une règle ufw
 - ☐ Consulter les logs du pare-feu
 - ☐ Pare-feu : comprendre et activer ufw
- ☐ **Permissions et sécurité des fichiers**
 - ☐ Vérifier les permissions d'un fichier téléchargé
 - ☐ Retirer le bit d'exécution d'un fichier suspect
 - ☐ Vérifier le propriétaire d'un fichier système
 - ☐ Trouver les fichiers avec le bit SUID actif
 - ☐ Permissions et sécurité des fichiers
- ☐ **Bonnes pratiques au quotidien (résumé et ancrage)**
 - ☐ Établir une routine de vérification hebdomadaire
 - ☐ Vérifier les connexions réseau actives
 - ☐ Contrôler les services actifs au démarrage
 - ☐ Adopter le principe du moindre privilège
 - ☐ Faire le point sur ses pratiques de sécurité
 - ☐ Bonnes pratiques au quotidien
- ☐ **Sécurité et bonnes pratiques**

MODULE 9 - Personnalisation et appropriation

Session a (1h40)

- ☐ **Changer le fond d'écran et le thème visuel**
 - ☐ Changer le fond d'écran
 - ☐ Utiliser une image personnelle comme fond d'écran
 - ☐ Changer le thème visuel
 - ☐ Installer un thème supplémentaire
 - ☐ Changer le fond d'écran et le thème visuel
- ☐ **Personnaliser la barre des tâches**
 - ☐ Modifier la position de la barre des tâches
 - ☐ Modifier la taille et l'épaisseur de la barre
 - ☐ Ajouter ou retirer un lanceur dans la barre



- ☐ Ajouter un widget ou une applet à la barre
- ☐ Personnaliser la barre des tâches
- ☐ **Gérer les applications au démarrage**
 - ☐ Identifier les applications qui démarrent automatiquement
 - ☐ Désactiver une application au démarrage
 - ☐ Ajouter une application au démarrage
 - ☐ Gérer les applications au démarrage
- ☐ **Raccourcis clavier personnalisés**
 - ☐ Consulter les raccourcis clavier existants
 - ☐ Modifier un raccourci existant
 - ☐ Créer un raccourci pour lancer une application
 - ☐ Supprimer un raccourci personnalisé
 - ☐ Raccourcis clavier personnalisés

 Session b (1h52)

- ☐ **Polices : installer et utiliser**
 - ☐ Identifier les polices installées sur le système
 - ☐ Installer une police depuis les dépôts
 - ☐ Installer une police téléchargée manuellement
 - ☐ Changer la police système
 - ☐ Polices : installer et utiliser
- ☐ **Accessibilité (contraste, taille, lecteur d'écran)**
 - ☐ Activer un thème à fort contraste
 - ☐ Aggrandir le curseur de la souris
 - ☐ Activer les touches rémanentes et les touches lentes
 - ☐ Activer et configurer un lecteur d'écran
 - ☐ Accessibilité (contraste, taille, lecteur d'écran)
- ☐ **Bureaux virtuels : organisation avancée**
 - ☐ Créer et supprimer des bureaux virtuels
 - ☐ Nommer les bureaux virtuels
 - ☐ Déplacer une fenêtre vers un autre bureau virtuel
 - ☐ Naviguer entre les bureaux virtuels au clavier
 - ☐ Bureaux virtuels : organisation avancée
- ☐ **Gestionnaire de fichiers : personnalisation et marque-pages**
 - ☐ Modifier l'affichage du gestionnaire de fichiers
 - ☐ Afficher ou masquer les colonnes en vue liste
 - ☐ Ajouter un marque-page vers un dossier fréquent



- ☐ **Supprimer ou réorganiser les marque-pages**
- ☐ **Configurer le comportement à l'ouverture**
- ☐ **Gestionnaire de fichiers : personnalisation et marque-pages**

 Session c (2h03)

- ☐ **Configuration avancée de l'affichage**
 - ☐ **Configurer un second écran**
 - ☐ **Définir l'écran principal**
 - ☐ **Régler le taux de rafraîchissement**
 - ☐ **Régler la mise à l'échelle par écran**
 - ☐ **Configuration avancée de l'affichage**
- ☐ **Accessibilité complète**
 - ☐ **Activer et configurer le zoom système**
 - ☐ **Configurer Orca : voix et vitesse**
 - ☐ **Configurer Orca : verbosité et éléments vocalisés**
 - ☐ **Activer l'affichage braille**
 - ☐ **Activer la navigation au clavier complète**
 - ☐ **Accessibilité complète**
- ☐ **Notifications : gérer et filtrer**
 - ☐ **Identifier la zone de notifications et son comportement par défaut**
 - ☐ **Modifier la durée et la position des notifications**
 - ☐ **Activer le mode "Ne pas déranger"**
 - ☐ **Désactiver les notifications d'une application spécifique**
 - ☐ **Notifications : gérer et filtrer**
- ☐ **Gestionnaire d'énergie**
 - ☐ **Accéder aux paramètres d'énergie**
 - ☐ **Régler la mise en veille de l'écran**
 - ☐ **Régler la mise en veille du système**
 - ☐ **Configurer les actions sur batterie faible**
 - ☐ **Configurer l'action à la fermeture du capot**
 - ☐ **Gestionnaire d'énergie**
- ☐ **Personnalisation et appropriation**

MODULE 10 - Dépannage et situations de blocage

 Session a (1h43)

- ☐ **Méthode de diagnostic : du symptôme à la cause**



- ☐ **Identifier le symptôme avant de chercher la cause**
- ☐ **Relier le symptôme à un événement récent**
- ☐ **Reproduire le problème**
- ☐ **Lire les messages d'erreur**
- ☐ **Consulter les journaux système**
- ☐ **Méthode de diagnostic : du symptôme à la cause**

- ☐ **Application qui ne répond plus**
 - ☐ **Identifier qu'une application est bloquée**
 - ☐ **Fermer une application bloquée depuis la barre des tâches**
 - ☐ **Tuer un processus depuis le gestionnaire de tâches graphique**
 - ☐ **Tuer un processus depuis le terminal**
 - ☐ **Utiliser xkill pour tuer une fenêtre au clic**
 - ☐ **Application qui ne répond plus**

- ☐ **Le bureau ne démarre plus**
 - ☐ **Distinguer un bureau qui rame d'un bureau qui ne démarre pas**
 - ☐ **Accéder à une session en mode console**
 - ☐ **Relancer le gestionnaire de bureau depuis la console**
 - ☐ **Lire les journaux de session pour identifier la cause**
 - ☐ **Réparer un paquet cassé après une mise à jour interrompue**
 - ☐ **Créer un nouveau profil utilisateur pour isoler un problème**
 - ☐ **Le bureau ne démarre plus**

Session b (1h43)

- ☐ **Mise à jour interrompue ou système cassé**
 - ☐ **Reconnaître une mise à jour interrompue**
 - ☐ **Réparer le gestionnaire de paquets bloqué**
 - ☐ **Terminer une mise à jour interrompue**
 - ☐ **Identifier et retirer un paquet cassé**
 - ☐ **Vérifier l'intégrité du système après réparation**
 - ☐ **Mise à jour interrompue ou système cassé**

- ☐ **Réseau absent ou instable**
 - ☐ **Vérifier l'état de la connexion réseau**
 - ☐ **Relancer la connexion réseau depuis l'interface graphique**
 - ☐ **Redémarrer le service réseau en ligne de commande**
 - ☐ **Diagnostiquer un problème DNS**
 - ☐ **Vérifier si ufw bloque la connexion**
 - ☐ **Identifier un pilote Wifi manquant ou défaillant**
 - ☐ **Réseau absent ou instable**



- ☐ **Son absent ou périphérique audio non reconnu**
 - ☐ Vérifier les réglages audio de base avant tout diagnostic
 - ☐ Vérifier l'état du service audio
 - ☐ Identifier le périphérique audio reconnu par le système
 - ☐ Débloquer un canal audio muté dans alsamixer
 - ☐ Réinstaller les paquets audio en cas de panne persistante
 - ☐ Son absent ou périphérique audio non reconnu

 Session c (2h19)

- ☐ **Espace disque plein**
 - ☐ Vérifier l'espace disque disponible
 - ☐ Vider la corbeille et les fichiers temporaires
 - ☐ Nettoyer les paquets et noyaux inutiles
 - ☐ Identifier les fichiers volumineux à déplacer ou supprimer
 - ☐ Nettoyer les journaux système trop volumineux
 - ☐ Espace disque plein
- ☐ **Mot de passe oublié**
 - ☐ Distinguer les différents mots de passe du système
 - ☐ Réinitialiser le mot de passe depuis un compte administrateur
 - ☐ Réinitialiser le mot de passe depuis le mode de récupération
 - ☐ Réinitialiser le mot de passe depuis un support live
 - ☐ Accepter la perte des données chiffrées si LUKS est en cause
 - ☐ Mot de passe oublié
- ☐ **Fichiers corrompus ou supprimés par erreur**
 - ☐ Vérifier la corbeille avant toute autre action
 - ☐ Identifier si une sauvegarde récente existe
 - ☐ Tenter une récupération avec testdisk ou photorec
 - ☐ Vérifier et réparer un système de fichiers corrompu
 - ☐ Vérifier la santé du disque dur
 - ☐ Fichiers corrompus ou supprimés par erreur
- ☐ **Quand rien ne marche : réinstaller proprement**
 - ☐ Décider si la réinstallation est vraiment nécessaire
 - ☐ Sauvegarder ce qui peut encore l'être avant de réinstaller
 - ☐ Préparer le support d'installation
 - ☐ Choisir entre réinstallation par-dessus et repartitionnement
 - ☐ Réinstaller et restaurer l'environnement de travail
 - ☐ Quand rien ne marche : réinstaller proprement
- ☐ **Dépannage et situations de blocage**



MODULE 11 - IA comme outil d'autonomie

Session a (2h18)

- ☐ **Ce que l'IA peut faire et ne pas faire dans un contexte Linux**
 - ☐ Identifier ce qu'on peut demander à une IA en contexte Linux
 - ☐ Identifier ce qu'on ne peut pas confier à une IA sans vérification
 - ☐ Comprendre pourquoi l'IA peut donner une réponse fausse avec assurance
 - ☐ Accéder à un service IA depuis son navigateur
 - ☐ Ce que l'IA peut faire et ne pas faire dans un contexte Linux
- ☐ **Formuler un prompt technique utile**
 - ☐ Donner le contexte système dans sa question
 - ☐ Décrire le symptôme, pas l'hypothèse
 - ☐ Demander une explication, pas seulement une solution
 - ☐ Relancer l'IA quand la réponse ne correspond pas
 - ☐ Formuler un prompt technique utile
- ☐ **Utiliser l'IA pour décoder un message d'erreur**
 - ☐ Copier un message d'erreur tel quel dans sa question
 - ☐ Distinguer l'erreur fatale de l'avertissement
 - ☐ Demander à l'IA ce que le message signifie avant de corriger
 - ☐ Vérifier que la solution proposée correspond à ta version de distro
 - ☐ Utiliser l'IA pour décoder un message d'erreur
- ☐ **Croiser la réponse IA avec les sources officielles**
 - ☐ Identifier les sources officielles de sa distro
 - ☐ Vérifier une commande sur la documentation officielle
 - ☐ Distinguer une source communautaire d'une source officielle
 - ☐ Croiser la réponse IA avec les sources officielles
- ☐ **Ne jamais exécuter une commande qu'on ne comprend pas**
 - ☐ Demander à l'IA d'expliquer une commande mot par mot
 - ☐ Identifier les commandes à risque élevé avant de les exécuter
 - ☐ Tester une commande inconnue sur un fichier ou dossier de test
 - ☐ Ne jamais exécuter une commande qu'on ne comprend pas

Session b (2h16)

- ☐ **Construire un contexte utile pour l'IA**
 - ☐ Rassembler les informations système à fournir en contexte



- ☐ Décrire ce qu'on a déjà essayé
- ☐ Maintenir le contexte sur plusieurs échanges
- ☐ Construire un contexte utile pour l'IA
- ☐ Utiliser l'IA pour apprendre, pas seulement pour résoudre
 - ☐ Demander une explication après avoir obtenu une solution
 - ☐ Utiliser l'IA pour explorer un concept qu'on ne maîtrise pas
 - ☐ Demander un exercice pratique pour ancrer un concept
 - ☐ Utiliser l'IA pour apprendre, pas seulement pour résoudre
- ☐ Reconnaître une réponse incorrecte ou une hallucination
 - ☐ Identifier les signaux d'une réponse douteuse
 - ☐ Tester l'existence d'une commande ou d'un paquet avant de l'utiliser
 - ☐ Confronter deux sources quand une réponse semble suspecte
 - ☐ Signaler une erreur à l'IA et observer sa réaction
 - ☐ Reconnaître une réponse incorrecte ou une hallucination
- ☐ Garder une trace de ses échanges utiles
 - ☐ Identifier les échanges qui méritent d'être conservés
 - ☐ Copier et sauvegarder une procédure utile dans un fichier texte
 - ☐ Organiser ses notes pour les retrouver rapidement
 - ☐ Garder une trace de ses échanges utiles
- ☐ Ce qu'on ne confie pas à une IA : données et confidentialité
 - ☐ Identifier les données à ne jamais coller dans une conversation IA
 - ☐ Anonymiser un fichier de configuration avant de le soumettre à une IA
 - ☐ Comprendre ce que le service IA fait de la conversation
 - ☐ Ce qu'on ne confie pas à une IA : données et confidentialité
- ☐ **IA comme outil d'autonomie**

MODULE 12 - IA et intégration Linux

Session a (1h34)

- ☐ **Panorama : l'IA dans l'écosystème Linux aujourd'hui**
 - ☐ Comprendre ce que "IA" recouvre concrètement sous Linux
 - ☐ Situer Linux dans le paysage IA actuel
 - ☐ Identifier ce qui dépend du matériel
 - ☐ Panorama : l'IA dans l'écosystème Linux aujourd'hui
- ☐ **Interfaces web (Claude, ChatGPT, Mistral, Gemini) depuis Linux**
 - ☐ Accéder aux services IA depuis le navigateur
 - ☐ Créer un raccourci bureau vers un service IA



- ☐ Comparer les capacités et les limites des services en version gratuite
- ☐ Gérer ses sessions et sa confidentialité sur les services web
- ☐ Interfaces web depuis Linux
- ☐ **Intégration bureau : Gnome AI, KDE AI, état du terrain**
 - ☐ Comprendre ce qu'est une intégration bureau IA
 - ☐ État du terrain sur Gnome AI
 - ☐ État du terrain sur KDE AI
 - ☐ Tester une intégration bureau disponible
 - ☐ Intégration bureau : état du terrain
- ☐ **Outils terminal : aichat, shell-gpt, llm**
 - ☐ Comprendre l'intérêt d'un outil IA en ligne de commande
 - ☐ Installer llm
 - ☐ Configurer llm avec une clé API
 - ☐ Envoyer une première requête avec llm
 - ☐ Utiliser llm pour analyser la sortie d'une commande
 - ☐ Outils terminal : aichat, shell-gpt, llm

 Session b (1h37)

- ☐ **IA locale : installer et utiliser Ollama**
 - ☐ Comprendre ce qu'est une IA locale et pourquoi c'est différent
 - ☐ Installer Ollama
 - ☐ Télécharger un modèle
 - ☐ Lancer une conversation avec Ollama
 - ☐ Mettre à jour Ollama
 - ☐ Utiliser Ollama avec une interface graphique
 - ☐ IA locale : installer et utiliser Ollama
- ☐ **Choisir son modèle selon son matériel et ses besoins**
 - ☐ Comprendre ce qu'est un modèle et ce qui le différencie d'un autre
 - ☐ Évaluer ce que sa machine peut faire tourner
 - ☐ Explorer le catalogue Ollama
 - ☐ Gérer les modèles installés
 - ☐ Comparer un modèle local et un service en ligne sur la même tâche
 - ☐ Choisir son modèle selon son matériel et ses besoins
- ☐ **Bonnes pratiques : données personnelles, confidentialité, limites**
 - ☐ Identifier ce qu'on ne confie pas à une IA en ligne
 - ☐ Comprendre ce que le service conserve et pendant combien de temps
 - ☐ Sécuriser ses clés API
 - ☐ Utiliser Ollama comme alternative par défaut pour les données sensibles



- ☐ **Reconnaître les limites éthiques et légales de l'usage de l'IA**
- ☐ **Bonnes pratiques : données personnelles, confidentialité, limites**
- ☐ **IA et intégration Linux**

MODULE 13 - Autonomie après la formation

Session a (1h25)

- ☐ **Où chercher de l'aide en ligne (forums, wiki, documentation officielle)**
 - ☐ **Identifier les sources d'aide officielles de sa distribution**
 - ☐ **Utiliser le wiki de sa distribution**
 - ☐ **Chercher sur le forum de sa distribution**
 - ☐ **Connaître Ask Ubuntu, les forums Ubuntu et les ressources transverses**
 - ☐ **Évaluer la fiabilité d'une source trouvée via un moteur de recherche**
 - ☐ **Où chercher de l'aide en ligne**
- ☐ **Comment poser une bonne question technique**
 - ☐ **Décrire son environnement avant de décrire son problème**
 - ☐ **Décrire le problème avec précision**
 - ☐ **Inclure les messages d'erreur complets**
 - ☐ **Annoncer la résolution quand le problème est réglé**
 - ☐ **Comment poser une bonne question technique**
- ☐ **Lire un message d'erreur sans paniquer**
 - ☐ **Identifier la structure d'un message d'erreur**
 - ☐ **Distinguer une erreur fatale d'un avertissement**
 - ☐ **Utiliser le message d'erreur comme terme de recherche**
 - ☐ **Lire les logs quand le message d'erreur est absent ou incomplet**
 - ☐ **Lire un message d'erreur sans paniquer**

Session b (1h19)

- ☐ **Suivre les actualités de sa distro**
 - ☐ **Identifier les canaux d'information officiels de sa distribution**
 - ☐ **Comprendre ce qu'est un avis de sécurité et pourquoi le lire**
 - ☐ **Utiliser un agrégateur ou un flux RSS pour centraliser sa veille**
 - ☐ **Suivre les actualités de sa distro**
- ☐ **Contribuer à la communauté Linux (retour d'expérience, signalement de bugs)**
 - ☐ **Répondre à une question sur un forum quand on connaît la réponse**
 - ☐ **Signaler un bug à la bonne adresse**
 - ☐ **Partager une solution trouvée sur son blog ou dans un fil de forum**



- ☐ Contribuer à la communauté Linux
- ☐ Garder son système en forme dans la durée
 - ☐ Mettre à jour régulièrement
 - ☐ Surveiller l'espace disque
 - ☐ Vérifier l'état du disque dur périodiquement
 - ☐ Maintenir ses sauvegardes actives
 - ☐ Nettoyer les applications inutilisées
 - ☐ Garder son système en forme dans la durée

☐ Autonomie après la formation

MODULE 0 - Installation

Session a (1h46)

- ☐ Choisir sa version/distro
 - ☐ Comprendre ce qu'est une distribution Linux
 - ☐ Identifier les critères de choix d'une distribution
 - ☐ Lire le tableau de correspondance des distributions
 - ☐ Vérifier la configuration minimale requise pour la distribution choisie
 - ☐ Choisir sa version/distro
- ☐ Préparer le support d'installation
 - ☐ Télécharger l'image ISO de la distribution choisie
 - ☐ Vérifier l'intégrité du fichier ISO
 - ☐ Créer une clé USB amorçable
 - ☐ Vérifier que la clé USB démarre correctement (live test)
 - ☐ Préparer le support d'installation
- ☐ Sauvegarder ses données avant installation
 - ☐ Identifier ce qui doit être sauvegardé
 - ☐ Copier les données sur un support externe
 - ☐ Exporter les favoris et paramètres du navigateur
 - ☐ Vérifier que la sauvegarde est complète avant de continuer
 - ☐ Sauvegarder ses données avant installation
- ☐ Partitionnement et cohabitation éventuelle avec un autre OS
 - ☐ Régler l'ordre de démarrage dans le BIOS/UEFI
 - ☐ Choisir entre installation seule et cohabitation avec un OS existant
 - ☐ Préparer l'espace disque pour un dual boot
 - ☐ Comprendre les options de partitionnement proposées par l'installateur
 - ☐ Partitionnement et cohabitation éventuelle avec un autre OS



Session b (1h55)

- ☐ **Installation proprement dite**
 - ☐ Lancer l'installateur et suivre les premières étapes
 - ☐ Valider le partitionnement et lancer l'écriture
 - ☐ Créer le compte utilisateur principal pendant l'installation
 - ☐ Redémarrer après installation et retirer la clé USB
 - ☐ Installation proprement dite
- ☐ **Premiers réglages post-installation**
 - ☐ Se connecter pour la première fois et reconnaître l'écran de connexion
 - ☐ Lancer la mise à jour initiale du système
 - ☐ Vérifier la langue et la disposition du clavier dans le système installé
 - ☐ Configurer la connexion réseau
 - ☐ Installer les codecs et formats multimédia de base
 - ☐ Premiers réglages post-installation
- ☐ **Vérifications après installation**
 - ☐ Vérifier l'espace disque disponible
 - ☐ Vérifier que le son fonctionne
 - ☐ Vérifier la version du système installé
 - ☐ Vérifier l'état du disque dur
 - ☐ Vérifications après installation
- ☐ **Cas particulier : machine recyclée (BIOS/UEFI ancien, pilotes datés)**
 - ☐ Identifier les spécificités d'une machine recyclée
 - ☐ Gérer le Secure Boot et le mode UEFI/Legacy
 - ☐ Identifier un pilote manquant après installation
 - ☐ Installer un pilote manquant via la logithèque ou en ligne de commande
 - ☐ Cas particulier : machine recyclée
- ☐ **Installation**