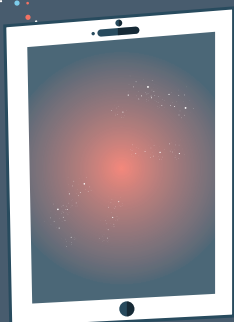
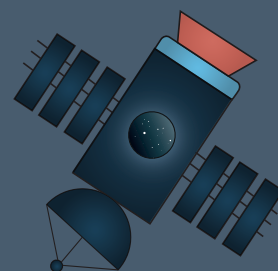
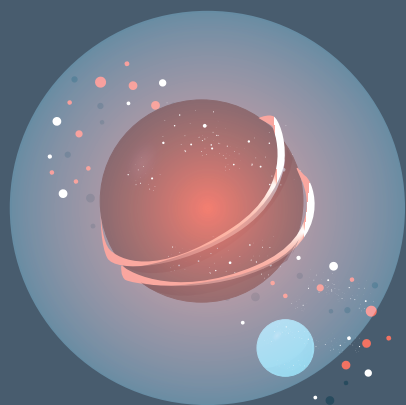


# PETIT GUIDE INTERGALACTIQUE DU NUMÉRIQUE

Édition 2021





# SOMMAIRE

<b>Note de l'auteur</b>	<b>4</b>
<b>Remerciements</b>	<b>4</b>
<b>A qui s'adresse ce livret ?</b>	<b>5</b>
<b>Comment lire ce livret ?</b>	<b>5</b>
<b>C'est quoi La Fibre64 ?</b>	<b>6</b>
<b>C'est quoi le numérique ?</b>	<b>7</b>

## **PARTIE 1 : DÉCOUVRIR LE NUMÉRIQUE**

<b>Quels sont les différents équipements numériques ?</b>	<b>12</b>
<b>Quels sont les critères techniques importants ?</b>	<b>12</b>
<b>Quels sont les périphériques ?</b>	<b>13</b>
<b>C'est quoi un objet connecté ?</b>	<b>14</b>
<b>Comment prendre soin de ses équipements ?</b>	<b>14</b>
<b>Comment utiliser la souris ?</b>	<b>15</b>
<b>Comment sélectionner une partie de texte ?</b>	<b>16</b>
<b>Comment faire un copier-coller ?</b>	<b>16</b>
<b>Comment utiliser le clavier ?</b>	<b>17</b>
<b>Quelles sont les principales icônes ?</b>	<b>18</b>
<b>C'est quoi le bureau, la corbeille, les fichiers et les dossiers ?</b>	<b>19</b>
<b>C'est quoi la taille et le poids d'un fichier ?</b>	<b>20</b>
<b>C'est quoi un logiciel ou une application ?</b>	<b>21</b>
<b>Comment télécharger et installer une application ?</b>	<b>22</b>
<b>Comment désinstaller un logiciel ou une application ?</b>	<b>23</b>

## **PARTIE 2 : PROTÉGER SES ÉQUIPEMENTS NUMÉRIQUES**

<b>Quelles sont les menaces ?</b>	<b>26</b>
<b>Comment se protéger ?</b>	<b>26</b>
<b>Comment acheter et vendre en toute sécurité sur internet ?</b>	<b>29</b>
<b>Comment réagir en cas de piratage ou de menace ?</b>	<b>31</b>

## **PARTIE 3 : NAVIGUER SUR INTERNET**

<b>Comment se connecter à internet ?</b>	<b>34</b>
<b>C'est quoi la 4G-5G ?</b>	<b>35</b>



<b>Comment naviguer sur le web ?</b>	<b>35</b>
<b>C'est quoi les cookies ?</b>	<b>36</b>
<b>Est-ce qu'ils sont dangereux ?</b>	<b>36</b>
<b>Comment les refuser ?</b>	<b>36</b>
<b>C'est quoi la différence entre le moteur de recherche et le navigateur ?</b>	<b>37</b>
<b>Comment faire une recherche sur le web ?</b>	<b>38</b>
<b>Comment choisir un résultat ?</b>	<b>39</b>
<b>Comment s'informer sur le web ?</b>	<b>41</b>
<b>C'est quoi le web 3.0 ?</b>	<b>41</b>
<b>Questions-réponses sur la fibre optique</b>	<b>42</b>

## **PARTIE 4 : COLLABORER GRÂCE AU NUMÉRIQUE**

<b>Comment créer une adresse mail ?</b>	<b>46</b>
<b>Comment écrire et envoyer des mails ?</b>	<b>47</b>
<b>Ça veut dire quoi « CC » ?</b>	<b>48</b>
<b>Comment ajouter une pièce jointe ?</b>	<b>48</b>
<b>C'est quoi le cloud ?</b>	<b>48</b>
<b>Quels sont les autres outils de collaboration ?</b>	<b>49</b>

## **PARTIE 5 : SE RÉALISER GRÂCE AU NUMÉRIQUE**

<b>A quoi peut servir le numérique ?</b>	<b>54</b>
<b>C'est quoi un espace personnel en ligne ?</b>	<b>56</b>
<b>Comment créer son espace personnel ?</b>	<b>56</b>
<b>Comment se connecter à son espace personnel ?</b>	<b>57</b>
<b>Comment changer son mot de passe ?</b>	<b>57</b>
<b>Comment scanner/numériser un document ?</b>	<b>58</b>
<b>C'est quoi «France connect» ?</b>	<b>58</b>
<b>C'est quoi «Aidants connect» ?</b>	<b>58</b>
<b>Où trouver de l'aide ?</b>	<b>58</b>
<b>Comment devenir éco-responsable ?</b>	<b>60</b>
<b>Comment apprendre encore plus ?</b>	<b>61</b>





## **NOTE DE L'AUTEUR**

Les explications et conseils qui suivent sont le fruit de mon expérience personnelle en tant que médiateur numérique. En ceci, ils ne peuvent être représentatifs de l'ensemble des usages du numérique.

Toutes les informations présentes dans ce livret, sont sujettes à des évolutions, et ne peuvent systématiquement tenir compte des éventuelles modifications de tarification, de fonctionnalités, etc.

Les services commerciaux cités dans ce livret, sont donnés à titre d'exemple sans vocation publicitaire ou promotionnelle.

La Fibre64 ne peut être tenue responsable des manipulations effectuées sur vos équipements numériques et de leurs éventuelles conséquences.

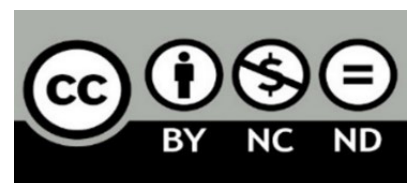
## **REMERCIEMENTS**

Je remercie l'ensemble des participants aux ateliers pour leur bienveillance et leurs nombreuses questions. Sans eux ce livret n'existerait pas.

Un grand merci également à mes collègues et proches pour leur relecture et compléments.

**Fabien Devilliers - janvier 2021**

Ce support est mis à disposition par le **Syndicat Mixte La Fibre64** selon les termes de la Licence Creative Commons BY NC SA : Attribution / Pas d'Utilisation Commerciale / Pas de modification.



Conception : Fabien Devilliers - La Fibre64

Illustrations : Aurélie Salin - La Fibre64

Impression : imprimerie départementale

Janvier 2021





## A QUI S'ADRESSE CE LIVRET ?

Ce livret s'adresse aux personnes ayant participé aux ateliers numériques organisés par La Fibre64 dans le cadre de la politique départementale d'inclusion numérique.

Il s'adresse plus précisément aux :

- **Personnes qui découvrent le monde numérique**, qui voudraient se lancer dans cet univers, peut-être même acheter leur premier ordinateur ou tablette, qui veulent créer une adresse mail, se connecter à internet, écrire leurs mémoires, etc.
- **Personnes qui ont déjà un équipement** et ont donc déjà un pied dans le monde virtuel, mais qui veulent en apprendre davantage et se perfectionner pour devenir des capitaines du numérique.

## COMMENT LIRE CE LIVRET ?

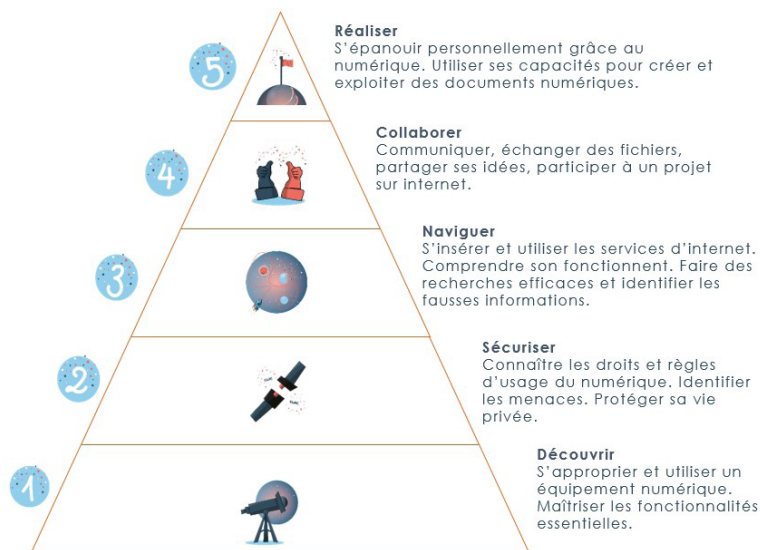
Ce livret est divisé en **cinq parties**.

D'abord, il se propose de vous faire découvrir le monde numérique, ses équipements et leurs fonctionnalités.

Ensuite, d'apprendre à se protéger pour les utiliser en toute sécurité.

Les parties 3 et 4 sont centrées autour d'Internet et de ses usages : la navigation web et le mail.

Enfin, la dernière partie aborde les nombreuses possibilités qu'offre le numérique.



### **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

Cette icône vous indiquera les conseils et informations à retenir.





## C'EST QUOI LA FIBRE64 ?

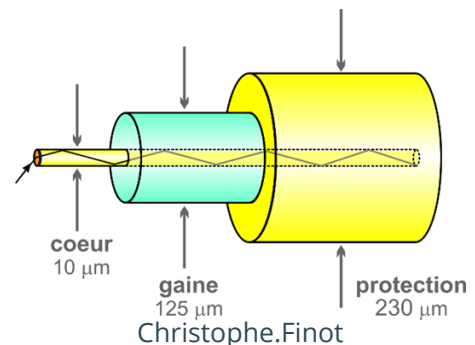
Le 30 mai 2018, le Département des Pyrénées-Atlantiques et les dix intercommunalités du territoire ont créé le Syndicat Mixte Ouvert La Fibre64.



La **mission** de La Fibre64 est d'apporter le Très Haut Débit à l'ensemble des communes des Pyrénées-Atlantiques.

La fibre est un **fil de verre ou de plastique** transparent qui a pour propriété d'être conducteur de lumière.

Ce fil permet d'échanger de grandes quantités d'informations très rapidement, c'est pourquoi on parle de **très-haut débit**.



Le Syndicat La Fibre64 dispose de la compétence en matière d'aménagement numérique. A ce titre, **il accompagne** le déploiement de la fibre optique jusqu'à l'abonné (FTTH) ou de solutions d'attente comme la 4G ou l'ADSL.

Il participe également au **développement des usages et des services numériques** dédiés aussi bien aux particuliers qu'au secteur économique.

Il contribue enfin au **développement des emplois** liés à la fibre.

Pour plus de renseignements rendez-vous sur  
<https://lafibre64.fr/>



## C'EST QUOI LE NUMÉRIQUE ?

Un ordinateur est une **machine à calculer** qui utilise un langage numérique fait de 0 et de 1. On parle de **langage binaire**. Toutes les lettres de l'alphabet et tous les chiffres ont une traduction en langage binaire. Par exemple, le chiffre 9 = 1001.



Pixabay

C'est grâce à ce système que l'information circule d'un ordinateur à un autre. Le numérique désigne donc toutes les machines utilisant ce langage.

On parle aujourd'hui de **révolution numérique** ou de **transformation digitale**, car le développement et la commercialisation des équipements numériques a pris et continue de prendre une place toujours plus importante dans notre quotidien.

Le monde numérique est dominé par les **GAFAM**, acronyme de Google, Apple, Facebook, Amazon et Microsoft. Ce sont les grandes entreprises américaines du numérique.



Google, Apple, Facebook, Amazon et Microsoft

Elles sont de plus en plus concurrencées par les **BATX**, les entreprises chinoises (Baidu, Alibaba, Tencent, Xiaomi).



## QUELQUES CHIFFRES<sup>1</sup> :

- Par heure et dans le monde, 8 à 10 milliards de mails échangés et 180 millions de recherches Google
- 800 millions d'équipements réseaux (routeurs, box ADSL...)
- 15 milliards d'objets connectés en 2018 et 46 milliards attendus en 2030
- 10 milliards de téléphones portables vendus dans le monde depuis 2007
- 3 Français sur 4 ont un smartphone
- 15% de la population française n'a pas accès à internet
- 18% n'utilisent jamais d'outils numériques

1 <https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-face-cachee-numerique.pdf> et <https://www.arcep.fr/cartes-et-donnees/nos-publications-chiffrees/numerique/le-barometre-du-numerique.html>







## QUELQUES DATES :



**1689**

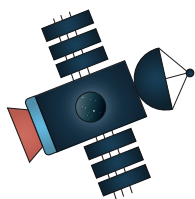
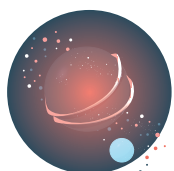
**Gottfried Leibniz**  
invente le système  
d'énumération  
binaire moderne

**1834**

**Charles Babbage**  
invente une  
machine à  
calculer

**1842**

**Ada Lovelace**  
invente le premier  
programme  
informatique



**1989**

Tim Berners-Lee,  
invente le **Web**, un  
système de liens et  
de pages accessibles  
grâce à Internet

**1986**

La société  
Microsoft  
commercialise  
**Windows 1.0**

**1998**

Larry Page et  
Sergey Brin créent  
« **Google** »

**2005**

Google achète  
« **Android** »

**2007**

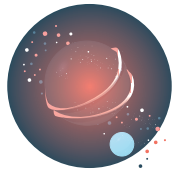
Apple commercialise  
« **l'iPhone** » le  
premier smartphone

**2004**

Mark Zuckerberg crée  
« **The Facebook** »





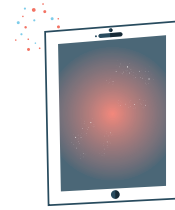


**1936**

**Alan Turing** invente la machine de Turing une procédure mécanique de calcul utilisée en informatique

**1955**

IBM popularise le terme « **ordinateur** » en s'inspirant de la machine à mettre en ordre de Babbage : « l'ordinateur »



**1965**

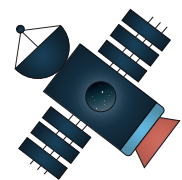
**Pier Giorgio Perotto** invente la Programma 101, premier ordinateur personnel

**1976**

Steve Jobs et Steve Wozniak créent la société « **Apple** computer »

**1966**

Les Etats-Unis lancent le programme de recherche **ARPANET** qui rendra possible la création d'internet (1983)



**2012**

Facebook achète « **Instagram** » puis « **whats app** » en 2014

**2013**

**Edward Snowden** révèle l'existence d'un programme de surveillance massif utilisé par les Etats-Unis

**MES NOTES**

Five horizontal lines for taking notes.





# PARTIE 1 : DÉCOUVRIR LE NUMÉRIQUE





## QUELS SONT LES DIFFÉRENTS ÉQUIPEMENTS NUMÉRIQUES ?



Ordinateur fixe



Ordinateur Portable



Tablette PC hybride



Tablette



Smartphone

## QUELS SONT LES CRITÈRES TECHNIQUES IMPORTANTS ?

**La marque :** notoriété (avis, évaluation), qualité du matériel (résistance aux chocs, durabilité dans le temps), qualité du service après-vente.

**L'ergonomie :** la taille de l'écran qui est exprimée en pouce, le poids, la qualité d'image, l'autonomie de la batterie.

**Le système d'exploitation :** c'est ce qui permet de traduire le langage de l'ordinateur en langage « humain ».



Windows (Microsoft)



Android (Google)



iOS et Mac (Apple)



Linux (Libre)

**La mémoire vive (RAM) :** elle a pour fonction de stocker temporairement les données à traiter par le processeur. Plus elle est élevée plus votre équipement sera performant.



**Le disque dur :** c'est la mémoire de masse ou de long terme de votre équipement. Il existe deux types de disque dur :



### **HDD**

Moins cher  
Moins rapide  
Moins fiable



### **SSD**

Plus cher  
Plus rapide  
Plus fiable

**Le processeur :** c'est le cœur et le cerveau de votre équipement. Un processeur peut avoir plusieurs « coeurs » et sera alors plus puissant. Les plus courants sur le marché sont :



Intel



AMD





**La connectique** : ports **USB** 2.0 (7) ou 3.0 (3), **HDMI** (4) ou **VGA** (6) pour le son et l'image, lecteur de **carte SD** (2), **RJ45** (5) pour vous connecter à internet, prise casque/micro (1), lecteur/graveur de DVD.



**La connectivité (sans fil) :**



le **Bluetooth** pour transférer des données ou vous connecter à un autre appareil à proximité



**Wifi et 4G** pour vous connecter à internet



**NFC** pour payer vos achats sans contact

## QUELS SONT LES PÉRIPHÉRIQUES ?

Un périphérique est un objet qui se relie à votre équipement afin de lui ajouter une ou plusieurs fonctions.



Souris



Clavier



Ecran



Webcam



Imprimante/scanner



Clé USB



Disque dur externe

## MES NOTES

---



---



---



---



---





## C'EST QUOI UN OBJET CONNECTÉ ?

Un objet connecté est une enceinte, une montre, un matelas, une caméra, un frigo, un robot aspirateur, etc. qui est **connecté à internet**.



Pixabay

Les objets connectés permettent de collecter et d'analyser des informations sur ceux qui les utilisent, mais aussi de les **commander ou de les réparer à distance**. Ils font de plus en plus débat, car si d'un côté, ils promettent de nous **simplifier la vie**, de l'autre, ils **collectent beaucoup d'informations personnelles** sur leurs utilisateurs (habitudes alimentaires, données médicales, localisation, etc.). Leur vie privée peut donc être menacée si le fabricant du produit ne les protège pas suffisamment ou en fait un usage abusif.

## COMMENT PRENDRE SOIN DE SES ÉQUIPEMENTS ?

### **I. Faites attention au matériel**

- Respectez la procédure d'arrêt,
- Retirez correctement les périphériques amovibles (clé USB, disque dur...),
- Vérifiez la compatibilité et le sens de branchement entre le câble et le port,
- Évitez les chocs,
- Ne couvrez pas les aérations,
- Respectez les cycles de chargement de la batterie.

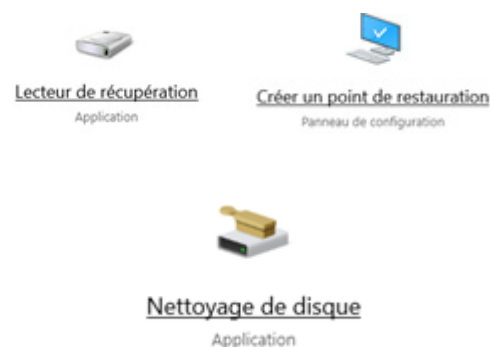
### **II. Faites des copies de vos fichiers**

Un ordinateur, une tablette ou smartphone peut tomber en panne, il est donc important de faire des copies sur un support de stockage externe : clé USB, disque dur ou sur le cloud.



**Disk Drill** est un logiciel gratuit de récupération de fichiers effacés ou perdus.

Vous pouvez également créer des points de restauration lorsque vous installez ou supprimez un nouveau logiciel et un lecteur de récupération afin de réinstaller votre équipement en cas de problème.



### **III. Faites le « ménage »**

Dans vos applications, vos comptes en ligne et vos fichiers. Supprimez et désinstallez ce qui n'est plus utile.

Vous pouvez installer des « logiciels de nettoyage », mais attention aux publicités.

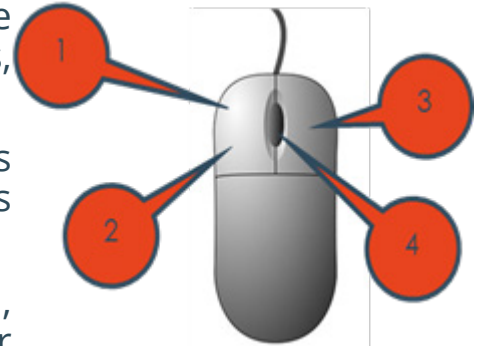




## COMMENT UTILISER LA SOURIS ?

Une **souris** sert à **indiquer** à l'ordinateur ce que l'on veut faire, comme on indiquerait une direction avec notre doigt. Elle a plusieurs fonctionnalités :

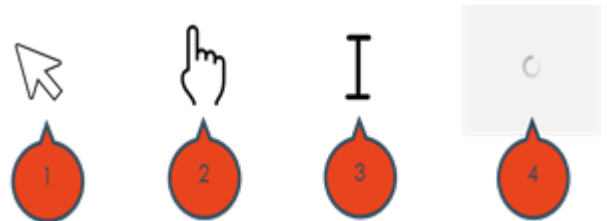
1. Le clic gauche est le plus utilisé. Il permet de sélectionner, ouvrir, déplacer des fichiers, dossiers, ou logiciels ;
2. Le double clic, lorsqu'on appuie deux fois rapidement sur le bouton gauche pour ouvrir des fichiers, dossiers, ou logiciels ;
3. Le clic droit, permet d'afficher le menu contextuel, c'est-à-dire des propositions d'actions (copier/coller par exemple) ;
4. La molette, comme un ascenseur, elle permet de faire monter et descendre la page en la faisant rouler d'avant en arrière. Attention de ne pas faire un « clic-molette ».



Les bons clics

L'icône ou le **curseur** de la souris peut changer de forme afin de vous donner une information :

1. Indique où est la souris ;
2. Indique que vous pouvez cliquer (spécifique à la navigation sur internet et aux liens) ;
3. Indique que vous pouvez écrire ;
4. Indique que vous devez patienter ou que votre ordinateur a rencontré une erreur (bug).



Les bons clics



### **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

Il est possible de régler la souris pour les gauchers. Dans ce cas les boutons sont inversés.

### **MES NOTES**

---

---

---

---

---

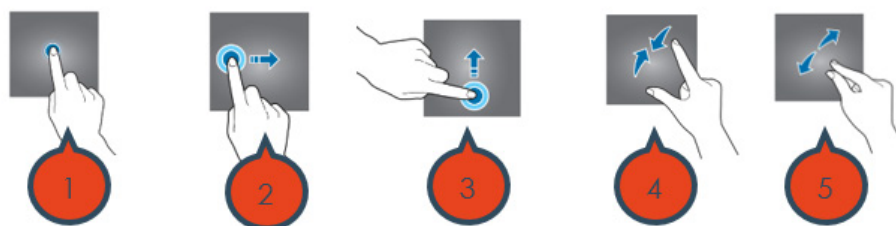
---







Sur tablette et smartphone, il n'y a pas besoin de souris c'est avec vos doigts que vous indiquez à votre équipement ce que vous voulez faire.



1. Courte pression : sélectionner, ouvrir une application
2. Glisser horizontalement : déverrouiller l'écran
3. Glisser verticalement : monter et descendre la page (scroller)
4. Joindre le pouce et l'index : grossir (dézoomer)
5. Ecarter le pouce et l'index : dégrossir (zoomer)



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Pour être plus précis, vous pouvez utiliser un « stylet ». Il s'agit d'un stylo fabriqué pour les écrans tactiles.



### COMMENT SÉLECTIONNER UNE PARTIE DE TEXTE ?

1. Positionnez votre curseur de souris à la fin de la phrase que vous voulez sélectionner
2. Cliquez à gauche et restez appuyé
3. Faites glisser votre curseur de souris vers la gauche
4. Relâchez le clic



*Tout glisse et tout s'émousse au granit de sa peau.  
Elle rit à la mort et nargue la Débauche,*

Les bons clics

### COMMENT FAIRE UN COPIER-COLLER ?

Le copier/coller permet de gagner du temps et de faire des copies de partie de texte ou de fichier (photos, documents, vidéos).

1. Sélectionnez la partie de texte ou le fichier que vous voulez copier
2. Faites un clic droit
3. Faites un clic gauche sur «copier»
4. Faites un clic droit où vous voulez coller le texte ou fichier
5. Faites un clic droit
6. Faites un clic gauche sur «coller»



Les bons clics

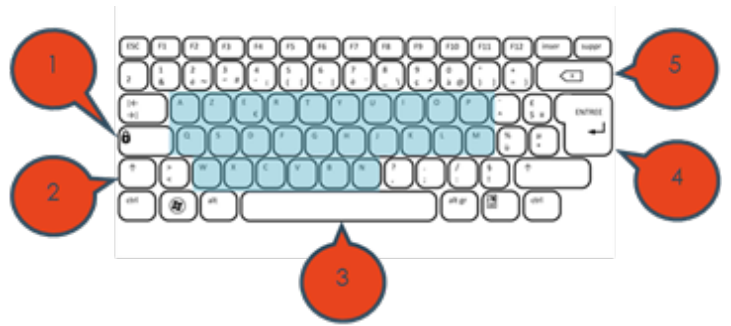




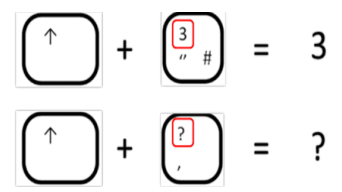
## COMMENT UTILISER LE CLAVIER ?

Le **clavier** permet d'écrire des lettres, des chiffres, la ponctuation et des symboles. Il est composé de touches qui permettent de taper des **caractères**.

1. Permet d'écrire en majuscules;
2. Permet d'écrire en majuscule (en restant appuyé);
3. Permet de faire un espace entre deux mots;
4. Permet de supprimer le caractère précédent;
5. Permet de valider et de revenir à la ligne.



Une touche peut permettre de faire plusieurs caractères différents. Pour dire à l'ordinateur quel caractère vous voulez taper, il faut alors faire une addition de touches : appuyer simultanément sur plusieurs touches à la fois.



Pour faire un **arobase** « @ » vous devez appuyer sur les touches :



Les bons clics



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Pour aller plus vite et ne pas utiliser la souris, il existe des « raccourcis clavier », c'est-à-dire des combinaisons de touches qui permettent d'exécuter directement une action, comme ci-dessous

Appuyez sur	Pour faire
ctrl+x	Couper
ctrl+c	Copier
ctrl+v	Coller
ctrl+f	Rechercher un mot
ctrl+s	Sauvegarder
ctrl+z	Annuler
Echap	Interrompre une action

### MES NOTES

---



---



---



---



---





Sur une tablette ou un smartphone, le clavier apparait automatiquement en bas de l'écran lorsqu'il est possible d'écrire.

Vous pouvez également acheter un clavier sans fil comme sur l'image ci-contre :



Pixabay

## QUELLES SONT LES PRINCIPALES ICÔNES ?

Les icônes symbolisent des informations ou des ordres que vous pouvez donner à votre équipement. Voici une sélection :

 Pour zoomer ou dézoomer	 Pour allumer ou couper le son	 Pour allumer ou couper le Wifi	 Pour allumer ou couper les données mobiles
 Pour aller à l'accueil	 Indique le niveau de la batterie	 Pour allumer ou couper le Bluetooth	 Indique la qualité du signal réseau
 Pour allumer ou couper votre équipement	 Pour actualiser/mettre à jour	 Pour télécharger	 Pour rendre visible ou masquer
 Pour activer ou désactiver la géolocalisation	 Pour activer ou désactiver le NFC	 Pour activer ou désactiver le mode avion	 Pour accéder aux paramètres de votre équipement
 Indique que l'antivirus est activé	 Indique que vous êtes connecté à internet par câble	 Indique que vous n'êtes pas connecté à internet	 Pour accéder au menu de votre ordinateur
 Pour réduire la fenêtre	 Pour agrandir ou réduire la fenêtre	 Pour fermer la fenêtre	 Pour partager





## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Les notifications sont des interpellations virtuelles, elles servent à vous signaler un événement, une mise à jour, une action à effectuer. Elles sont souvent symbolisées par une cloche. Le chiffre indique le nombre de notifications en attente d'être consultées.



## C'EST QUOI LE BUREAU, LA CORBEILLE, LES FICHIERS ET LES DOSSIERS ?

Votre équipement est organisé comme un bureau. Les «fichiers» c'est le nom donné aux documents numériques. Il y a différents types de fichiers ou extensions liés à chaque logiciel :



Les textes qui peuvent être au format : open document .odt ; Texte Brut .txt ou encore Word Document .docx



Les images qui peuvent être au format : .jpeg ou .png (image vectorielle) ou .gif (image animée)



Les vidéos qui peuvent être au format : .mpeg ou .avi ou encore .flv et mp4



Les sons qui peuvent être au format : .mp3 ou .wav ou encore .wma



Les dossiers compressés qui permettent d'envoyer plusieurs fichiers dans un seul dossier : .zip ou .rar



Les fichiers exécutables qui contiennent des programmes qui vont modifier le fonctionnement de votre ordinateur : .exe



Les PDF qui peuvent être ouverts sur n'importe quel équipement sans modifier la mise en page.

## MES NOTES

---

---

---

---

---

---





Les dossiers c'est l'endroit où sont rangés les fichiers.



La corbeille c'est l'endroit où vont tous les fichiers supprimés. Il est possible de les restaurer tant que la corbeille n'a pas été vidée.



L'explorateur de fichiers est l'outil qui permet de chercher et d'organiser vos fichiers et vos dossiers.



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Les documents PDF ont l'avantage de pouvoir être ouverts sur n'importe quel équipement numérique sans modifier la mise en page. L'inconvénient est que vous ne pourrez pas les modifier directement. Pour contourner ce problème, vous pouvez convertir des fichiers PDF dans un autre format sur des sites internet comme :

<https://www.ilovepdf.com/fr>  
<https://www.cleverpdf.com/fr>  
Ou des logiciels comme :



### C'EST QUOI LA TAILLE ET LE POIDS D'UN FICHIER ?

Un fichier a un poids qui se mesure en octets:  
**1 Octet = 1 Byte = 8 bits.**

Il s'agit de paquets de données virtuelles. Le mot « bit » est la contraction des mots anglais binary digit, c'est l'unité de mesure en informatique.



Cyber Base CCLO

1 kilo-octet (ko) = 1024 octets

1 méga-octet (Mo) = 1024 ko = 1 048 576 octets

1 giga-octet (Go) = 1024 Mo = 1,073 milliard d'octets

1 téra-octet (To) = 1024 Go = 1 099,512 milliards d'octets





## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Il est possible de créer, renommer, copier, compresser ou supprimer les dossiers et les fichiers à volonté. En faisant un clic droit sur le fichier avec la souris, ou en restant appuyé avec le doigt sur la tablette ou le smartphone. Dans certain cas il est aussi possible de convertir un fichier dans un format différent (un document texte en PDF par exemple).

## C'EST QUOI UN LOGICIEL OU UNE APPLICATION ?

Les logiciels et applications sont des **outils virtuels** qui ajoutent de nouvelles fonctions à votre équipement. Voici quelques exemples non exhaustifs de logiciels et applications. D'autres logiciels sont à découvrir tout au long de votre lecture.

• **Bureautique** : pour créer des documents numériques : tableaux, textes, diaporamas.



• **Lecteurs multimédias** : pour regarder des films et des photos ou écouter de la musique.



Windows Media Player



VLC

### Un logiciel ou une application peut-être :

- **Libre** = vous pouvez l'utiliser, l'étudier, le modifier, le dupliquer. Le prix est aussi libre et s'apparente à un don. Exemples : Wikipédia, LibreOffice, VLC.
- **Propriétaire et gratuit** = vous pouvez seulement l'utiliser. Dans ce cas, il y a souvent beaucoup de publicités ou alors des offres commerciales pour souscrire un service « premium » payant. Exemple : Avast.
- **Propriétaire et payant** = vous pouvez l'utiliser à condition de l'acheter. Exemple : Microsoft Word.

Pour une utilisation responsable, il est fortement recommandé de toujours prendre le temps de lire les **Conditions Générales de Ventes ou d'Utilisations (CGV et CGU)**. C'est là qu'est précisé ce que vous pouvez ou ne pouvez pas faire et surtout ce que le logiciel ou l'application peut faire de vos données personnelles.

## MES NOTES

---



---



---



---



---



---





## COMMENT TÉLÉCHARGER ET INSTALLER UNE APPLICATION ?

L'installation de logiciels ou d'applications se fait de plus en plus souvent par internet. Il faut les **télécharger** (download en anglais), c'est-à-dire importer le logiciel ou l'application depuis internet sur votre équipement.



Pixabay

Il existe 3 possibilités:

1. Le plus fiable, **allez directement sur le site internet du créateur** du logiciel.  
Exemples : [www.adobe.com](http://www.adobe.com) ou [www.avast.com](http://www.avast.com)
2. Le plus facile, **utilisez un « magasin d'applications »** :



App store



Play Store



Microsoft Store

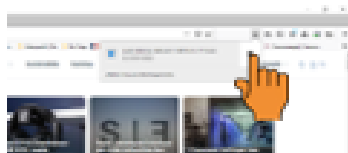
3. Utilisez une **plateforme de téléchargement légale** :



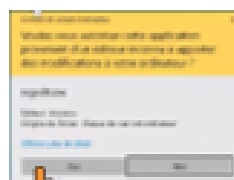
Framalibre

Une fois téléchargé, il faut lancer l'installation. Sur téléphone et tablette cela se fait automatiquement.

Sur ordinateur:



Cliquez sur le fichier qui vient d'être téléchargé



Cliquez sur « oui »



Cliquez sur « installer » et suivez les instructions



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Pensez également à décocher les cases générant l'installation de programmes complémentaires et à ne pas tout autoriser ou tout accepter sans prendre le temps de lire et de comprendre.







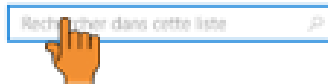
## COMMENT DÉSINSTALLER UN LOGICIEL OU UNE APPLICATION ?

Sur tablette et smartphone : restez appuyé sur l'icône de l'application, puis relâchez. Ensuite, appuyez sur désinstaller ou supprimer l'application.

Sur ordinateur :



Effectuez des opérations de recherche, de tri et de filtrage par lecteur. Si vous voulez désinstaller ou déplacer une application, sélectionnez-la dans la liste.



Tapez le nom du logiciel à désinstaller



Cliquez sur le logiciel et ensuite sur « Désinstaller »



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

En informatique il faut faire la différence entre le matériel (hardware) et le virtuel (software). Un fabricant d'ordinateur ou de smartphone n'est pas forcément un fabricant de logiciel ou de système d'exploitation. Exemple : Acer et Asus sont des fabricants de hardware, tandis que Microsoft et Google sont plutôt des fabricants de software (Windows, android).

### MES NOTES

---

---

---

---

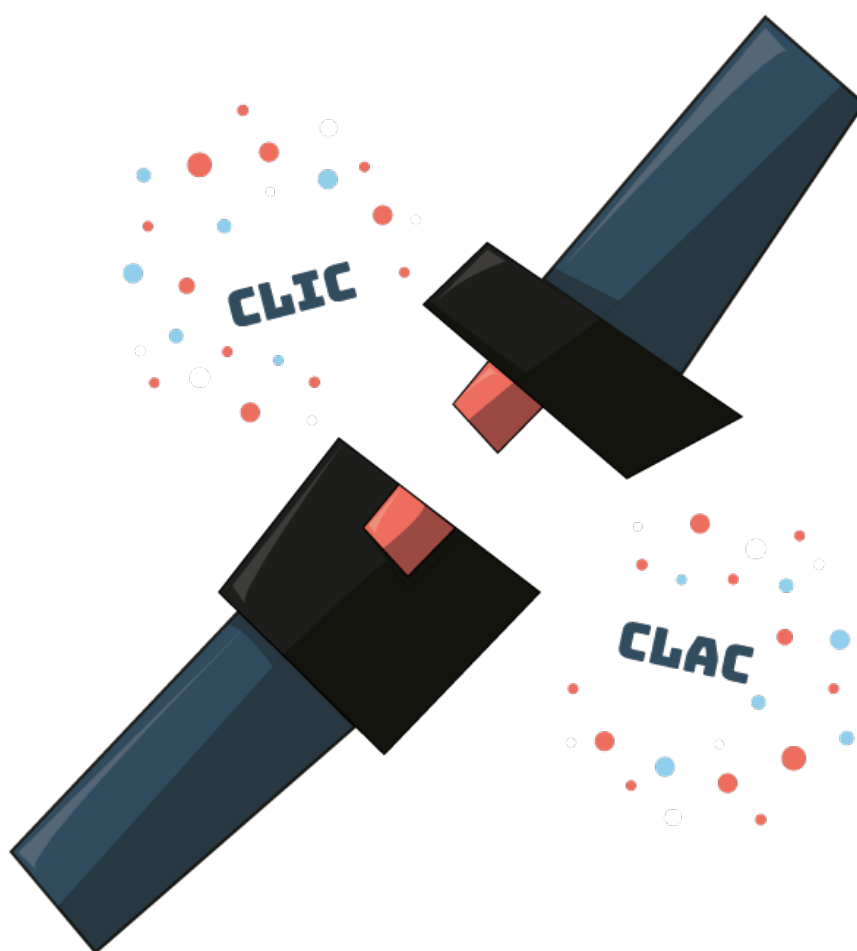
---







# PARTIE 2 : PROTÉGER SES ÉQUIPEMENTS NUMÉRIQUES





## QUELLES SONT LES MENACES ?

Il y a les logiciels malveillants appelés « malware » : les virus, les logiciels espions (spyware), les logiciels de rançon (ransomware), les courriers indésirables (spams) ou encore les fausses annonces et les tentatives d'hameçonnage (phishing) : technique qui consiste à faire croire à la victime qu'elle s'adresse à un tiers de confiance — banque, administration, etc. — afin de lui soutirer des renseignements personnels, comme dans cet exemple:

Nous avons essayé de livrer votre colis [LP995215701FR](#), mais il n'y a aucun affranchissement. Suivez les instructions ici: [x42d.com/PjiFh](#)



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Les équipements numériques sont aussi très sensibles aux surtensions. Pensez à les débrancher en cas d'orage !

## COMMENT SE PROTÉGER ?

La majorité des menaces viennent des mails et des téléchargements. C'est donc souvent un manque de vigilance qui rend possible l'escroquerie.

### I. Prenez le temps de lire et de comprendre

Trop souvent nous cliquons par réflexe, peur ou curiosité, c'est là que les problèmes arrivent.

- **Méfiez-vous des promotions**, nouvelles alarmantes, sensationnelles ou invraisemblables.
- **Avant d'ouvrir un mail ou d'y répondre, demandez-vous** : c'est qui ? Pourquoi il/elle m'écrit? Si le mail contient une pièce-jointe ou lien, redoublez de vigilance. Si vous avez le moindre doute ne répondez pas, n'ouvrez pas les pièces jointes et les liens contenus dans le mail.
- **Ne relayez pas des messages, demandes ou informations suspects.**
- **Vérifiez et signalez les sites web malveillants** :  
[www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr)  
[www.signal-arnaques.com](http://www.signal-arnaques.com)  
[www.afnic.fr](http://www.afnic.fr)  
[www.signal.conso.gouv.fr](http://www.signal.conso.gouv.fr)

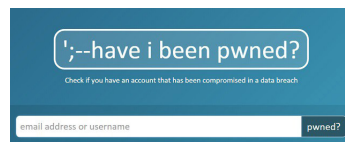
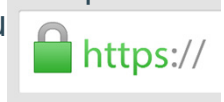




## II. Laissez le moins de «traces» possible

En navigant sur le web, sur les réseaux sociaux, nous laissons s'échapper, volontairement et involontairement, des informations sur notre vie qui peuvent se retourner contre nous.

- **Evitez de partager un ordinateur avec d'autres personnes** et d'utiliser un ordinateur en libre accès, dans le cas contraire pensez à vous déconnecter.
- **Restez discret** sur votre vie privée sur les réseaux sociaux et vérifiez vos paramètres de confidentialité. Lorsque c'est possible, utilisez un pseudonyme et ne dévoilez pas toutes vos informations personnelles.
- **Utilisez la navigation privée** et effacez les données de navigation (cache, cookies, téléchargements, données formulaires, mots de passe, favoris) dans les paramètres de l'ordinateur.
- **Utilisez un VPN** (réseau privé virtuel) : il permet de masquer votre adresse IP, c'est-à-dire, votre identité. La plupart des antivirus payants et certains fournisseurs d'accès à internet en proposent.
- **N'envoyez jamais de documents** (photocopies de passeport, bulletin de paie, etc.) ou d'informations confidentielles (coordonnées bancaires, mots de passe, etc.) **par e-mail**.
- **Privilégiez les sites en HTTPS** : le petit «S» généralement accompagné d'un cadenas dans la barre d'adresse, signifie que votre connexion au site en question est chiffrée. Attention, ça ne garantit pas que le propriétaire du site web est fiable.
- **Surveillez votre identité numérique** : certains sites web vous permettent de voir les « traces » que vous avez laissées sur internet.  
<https://monitor.firefox.com/>  
<https://haveibeenpwned.com/>  
<https://webmii.com/>



### MES NOTES

Large light blue circular area containing several horizontal lines for taking notes.





### III. Protéger votre environnement numérique

Il est toujours possible de renforcer la sécurité de nos équipements numériques avec l'aide d'outils de protection.

- Créez au moins deux adresses mail : une « privée » (achats, proches, administrations) et une « publique » (compte fidélité, forums en ligne, wifi public).
- Faites les mises à jour de vos équipements.
- Activez le pare-feu : permet de contrôler les données échangées entre votre ordinateur et Internet, afin de ne laisser passer que ce que vous autorisez.
- Installez un antivirus : permet d'identifier, neutraliser et éliminer des logiciels malveillants.



#### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Aujourd'hui les ordinateurs, tablettes et smartphones sont vendus avec des systèmes de sécurité (antivirus, pare-feu...) comme «Defender» sur Windows. Toutefois, vous pouvez souscrire un abonnement auprès de services spécialisés qui offrent des garanties de sécurité supplémentaires.

#### • Créer des mots de passe sécurisés :

1. Lorsque c'est possible : utilisez 12 caractères minimum et variez : chiffres, lettres, majuscules, minuscules, caractères spéciaux.  
Exemple: F ; a ! c ? e ; b ! o ? o ; k 4
2. Evitez les mots du dictionnaire, citations ou proverbes, suite de chiffres/lettres, mot à l'envers, nom, prénom, date de naissance;
3. Evitez d'utiliser plusieurs fois le même mot de passe;
4. Ne jamais communiquer son mot de passe et ne jamais l'écrire à proximité de votre équipement, ou sur un papier volant.



#### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Pour ne pas oublier vos mots de passe, vous pouvez utiliser un gestionnaire de mots de passe qui fonctionne comme un carnet virtuel protégé par un mot de passe maître.



KeePass




Avec un smartphone, **vous pouvez aussi utiliser votre empreinte, votre voix, ou votre visage pour protéger votre identité numérique.** Pour cela, il faut aller dans les paramètres de votre équipement, puis accès biométrique et déverrouillage, enfin sélectionnez reconnaissance vocale ou faciale ou identification via empreinte digitale.



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Dans certains cas vous pouvez utiliser la double authentification : permet de contrôler votre identité par 2 moyens différents : votre mot de passe + un code à usage unique envoyé sur votre téléphone.

## COMMENT ACHETER ET VENDRE EN TOUTE SÉCURITÉ SUR INTERNET ?

Avec internet, vous pouvez faire des achats, des dons et aussi vendre vos objets depuis votre canapé. Par exemple grâce à :  Pour autant, il faut **rester vigilant.**

- Prférez les sites internet qui ont une bonne réputation. Ceux que vous connaissez, ou dont vous avez déjà entendu parler. Sinon renseignez-vous en faisant des recherches.
- Vérifiez les commentaires clients et les notations.
- Méfiez-vous des offres trop belles pour être vraies.
- Prenez le temps de regarder les mentions légales et conditions générales de vente : numéro Siret, adresse postale, délais de livraison, service après-vente, garanties, droit de rétraction etc.
- Faites attention aux frais supplémentaires : frais de port, frais de dossier, frais bancaires, frais de douane.
- Utilisez dès que c'est possible la double authentification ou 3D secure sur des sites internet HTTPS.
- N'enregistrez pas votre solution de paiement sur le site web.
- Faites attention aux \* et petites cases ou services supplémentaires. Après l'achat vérifiez régulièrement vos comptes en banque pour détecter toute opération suspecte.

### MES NOTES

---

---

---

---

---

---





## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE



**Responsabilité du vendeur particulier** : si vous vendez des biens que vous ne souhaitez plus conserver et que ces ventes ont un caractère occasionnel et sont réalisées dans le cadre de la gestion de votre patrimoine privé, il ne s'agit pas d'une activité professionnelle. Par conséquent, les revenus de ces ventes ne sont pas imposables à l'exception des biens dont le prix de cession est supérieur à 5 000 € (hors meubles électroménagers ou automobiles qui sont exonérés).

**Responsabilité des banques** : lorsque vous signalez une opération de paiement non autorisée votre banque doit vous rembourser le montant de l'opération non autorisée. Attention, en cas de fraude ou de négligence grave de votre part la banque peut refuser de vous rembourser.

De plus en plus de banques mettent en place des solutions de paiement pour internet. Rapprochez-vous de votre conseiller bancaire afin de découvrir ces solutions.





## COMMENT RÉAGIR EN CAS DE PIRATAGE OU DE MENACE ?

Parfois il est déjà trop tard. Dans ce cas, il faut agir avec **calme et méthode**.

- Si on vous demande de payer : **ne payez pas**
- Si on vous demande d'appeler : **n'appellez pas**
- Allez sur ce site internet : <https://www.cybermalveillance.gouv.fr/>
- Faites une analyse **antivirus**.
- **Débranchez votre équipement du réseau** ou coupez votre box internet
- Le cas échéant, **prévenez vos contacts** et votre banque du piratage
- En cas de menaces : contactez le **116 006** : (appel et service gratuits), numéro d'aide aux victimes du ministère de la Justice. Service ouvert 7 jours sur 7 de 9h à 19h
- En cas d'escroquerie : contactez la plateforme Info Escroqueries du ministère de l'Intérieur au **0 805 805 817** (numéro gratuit). Le service est ouvert de 9h à 18h30 du lundi au vendredi
- **Déposez plainte** au commissariat de police ou à la brigade de gendarmerie dont vous dépendez et **conservez toutes les preuves** (mails, photos, dates, heures...)



### MES NOTES

---

---

---

---

---

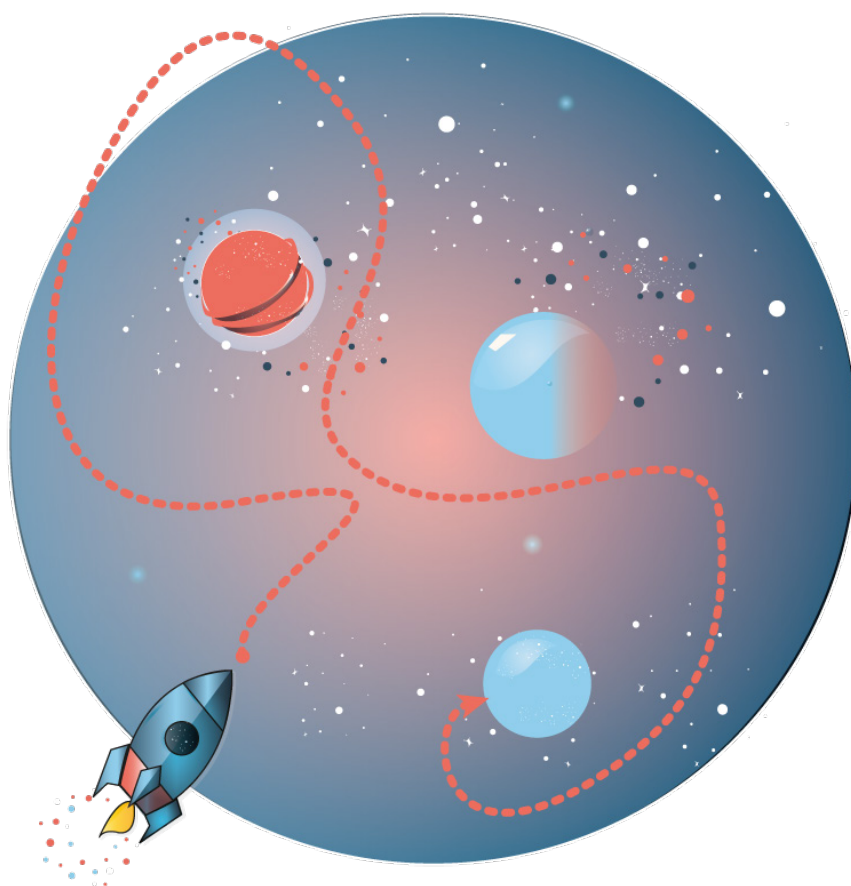
---







# PARTIE 3 : NAVIGUER SUR INTERNET

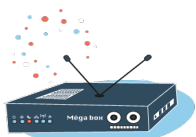




## COMMENT SE CONNECTER À INTERNET ?

Internet est un réseau international (**International-Network**) d'échange d'informations.

Pour accéder à ce réseau il faut souscrire un abonnement auprès d'un **Fournisseur d'Accès à Internet** (FAI). Voici les quatre principaux en 2020 :



Il vous fournira une « box » qui servira de relais entre vos équipements et internet.

Pour connecter vos équipements à votre box il y a deux possibilités:

**Wifi** = sans fil = pour votre tablette, smartphone, ou ordinateur portable. Dans ce cas, il faudra rentrer la clé de sécurité qui est inscrite sur votre box (souvent sur une étiquette à l'arrière de cette dernière), dans les paramètres de votre équipement.



Orange

Il est possible de modifier le nom de votre box et de votre clé de sécurité. Référez vous à la notice d'utilisation de votre box.



### **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

Il faut privilégier les connexions wifi sécurisées et privées, c'est-à-dire avec un mot de passe et utilisées par des personnes que vous connaissez. Attention, **il est interdit de louer ou prêter sa connexion wifi à des personnes extérieures à votre foyer.**



Les bons clics

**Ethernet** = avec fil = pour ordinateur fixe, imprimante, télévision. Il faut relier votre équipement à la box grâce à un câble Ethernet.

Ce type de connexion ne nécessite pas de rentrer de clé de sécurité.



Pixabay

Pour une meilleure qualité de connexion, privilégiez les câbles Ethernet de catégorie 6.





## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

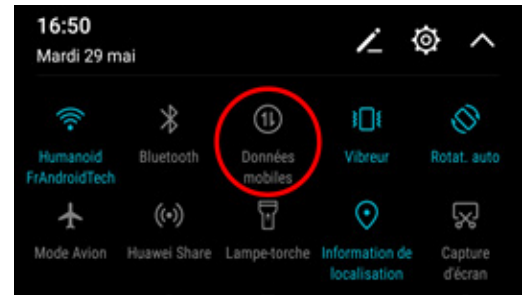
Le débit, c'est la vitesse d'internet. Elle peut varier selon la technologie utilisée. Une connexion filaire assure un meilleur débit.

## C'EST QUOI LA 4G-5G ?

Il s'agit d'une technologie qui permet d'accéder à internet grâce à des **ondes**. La connexion à internet se fait en utilisant les antennes du réseau mobile. Le débit dépendra donc de la qualité du réseau mobile.

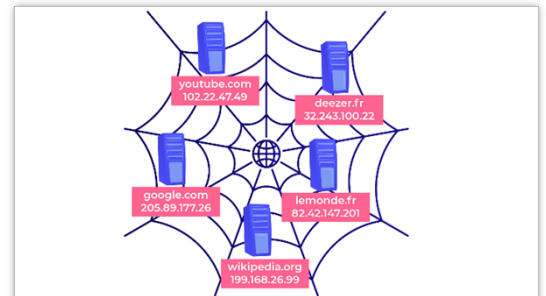
Il est nécessaire d'avoir un **forfait de données mobiles**, aussi appelé forfait 4G-5G. Le prix de ce dernier déterminera le temps que vous pourrez passer sur internet.

Avec cette technologie, vous n'avez pas besoin de box, mais seulement d'activer les données mobiles sur votre smartphone ou votre tablette.



## COMMENT NAVIGUER SUR LE WEB ?

On ne navigue pas sur internet, mais sur le web. Internet n'est que le moyen de transport. Le web, c'est un ensemble de sites web reliés par des liens virtuels qui s'appellent : **liens hypertextes**. En cliquant sur ces liens nous pouvons passer d'un site à un autre.



OpenClassroom

Chaque site web est identifié par une **adresse URL** (Uniform Resource Locator = localisateur uniforme de ressources) qui se présente sous cette forme :

`https://www.exemple.org./blog/avat.png`

Protocole      Domaine      Extension      Chemin

## MES NOTES

---

---

---

---

---

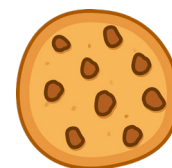
---





## C'EST QUOI LES COOKIES ?

Les cookies sont des fichiers informatiques qui viennent se déposer sur votre ordinateur, tablette, smartphone, etc. lorsque vous visitez un site web.



Pixabay

Dans ces fichiers il y a des informations sur vous : les sites que vous avez visités, les articles que vous avez consultés etc. Les cookies permettent donc aux sites web de mieux vous connaître.

## EST-CE QU'ILS SONT DANGEREUX ?

Les cookies ne sont pas des virus. Ils ont deux grandes fonctions : faciliter votre recherche internet et personnaliser les publicités que vous allez rencontrer sur le web en fonction de vos habitudes de navigation.

Le problème des cookies est qu'ils peuvent suivre vos faits et gestes sur internet et donc menacer votre vie privée.

## COMMENT LES REFUSER ?

Depuis **2017**, les sites web doivent vous demander votre accord avant d'utiliser des cookies. C'est pour cela que dès que vous entrez sur un site web il vous demande :

Avec votre accord, nos partenaires et nous utilisons des cookies ou technologies similaires pour stocker et accéder à des informations personnelles comme votre visite sur ce site. Vous pouvez retirer votre consentement ou vous opposer aux traitements basés sur l'intérêt légitime à tout moment en cliquant sur "En savoir plus" ou dans notre politique de confidentialité sur ce site.

Avec nos partenaires, nous traitons les données suivantes en nous basant sur votre consentement et/ou notre intérêt légitime : Données de géolocalisation précises et identification par analyse du terminal, Publicités et contenu personnalisés, mesure de performance des publicités et du contenu, données d'audience et développement de produit, Stocker et/ou accéder à des informations sur un terminal

En savoir plus →

Accepter & Fermer

Il est donc **possible de refuser** les cookies à chaque fois que vous visitez un site internet en cliquant sur « refuser » ou « en savoir plus » ou « paramétrer les cookies ».

Il est possible de **bloquer les cookies de manière automatique** à l'aide de votre navigateur. Soit en utilisant la navigation privée, soit en choisissant une confidentialité stricte :

- Dans votre navigateur, en haut à droite cliquez sur les trois petits points ou les trois petites barres horizontales.
- Ensuite, cherchez et cliquez sur « paramètres » ou « options »
- Sur la gauche, cherchez et cliquez sur : « confidentialité et sécurité »
- Ensuite sur : « cookies » et choisissez votre niveau de blocage.



## **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

Il est aussi possible de supprimer les cookies en supprimant les « données de navigation ».

Pour en savoir plus sur les cookies :

<https://bit.ly/2Lpb8bu>







## C'EST QUOI LA DIFFÉRENCE ENTRE LE MOTEUR DE RECHERCHE ET LE NAVIGATEUR ?

Un **navigateur** permet de traduire le langage des sites web en langage humain. Il facilite et sécurise votre navigation.



Safari



Chrome



Edge



Firefox







Brave



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Il est possible de personnaliser certains navigateurs avec des extensions, plugins ou modules complémentaires. Ce sont des outils supplémentaires. Voici une sélection :

 Privacy Badger	Protège votre vie privée et désactive les traceurs
 Decentraleyes Local CDN Emulation	Protège du pistage lié aux diffuseurs de contenus «gratuits». Accélère de nombreuses requêtes.
 uBlock Origin	Bloqueur de nuisances, qui ménagera votre processeur et votre mémoire vive.
 HTTPS:// EVERYWHERE	Active automatiquement le chiffrement HTTPS sur les sites web le prenant en charge.

Un **moteur de recherche** est un « annuaire » de tous les sites web. Sans lui, il serait impossible de trouver une information dans l'océan qu'est le web.



Chaque moteur de recherche a des avantages et des inconvénients, à vous de les essayer pour savoir lequel est fait pour vous.

### MES NOTES

Handwritten notes area with horizontal lines.





## COMMENT FAIRE UNE RECHERCHE SUR LE WEB ?

1. Double-cliquez sur un de ces icônes :



Safari



Chrome



Edge

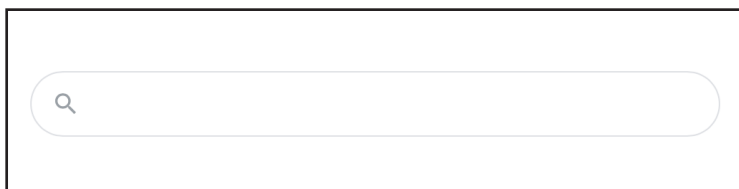


Firefox



Brave

2. Cliquez sur la barre de recherche



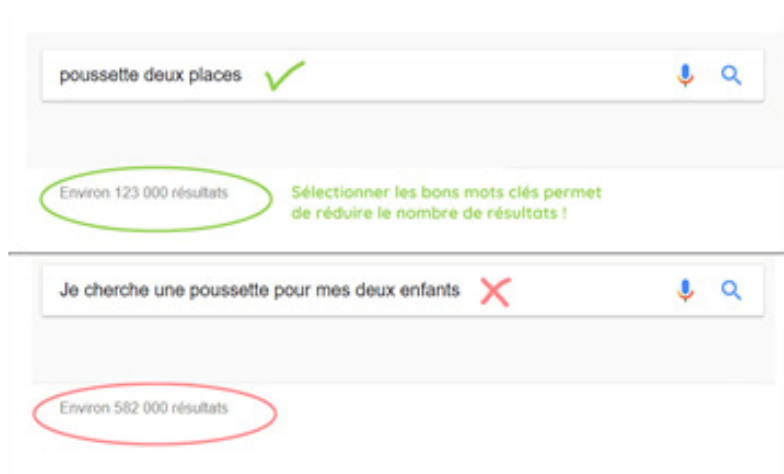
3. Lorsque votre curseur de souris clignote, tapez des mots clés.  
Exemple : « restaurant italien Paris »

4. Appuyez sur la touche « entrée » de votre clavier



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Plus les mots choisis seront pertinents, plus vite vous trouverez ce que vous cherchez. Dans le cas contraire il y aura trop de résultats. Comme dans cet exemple :



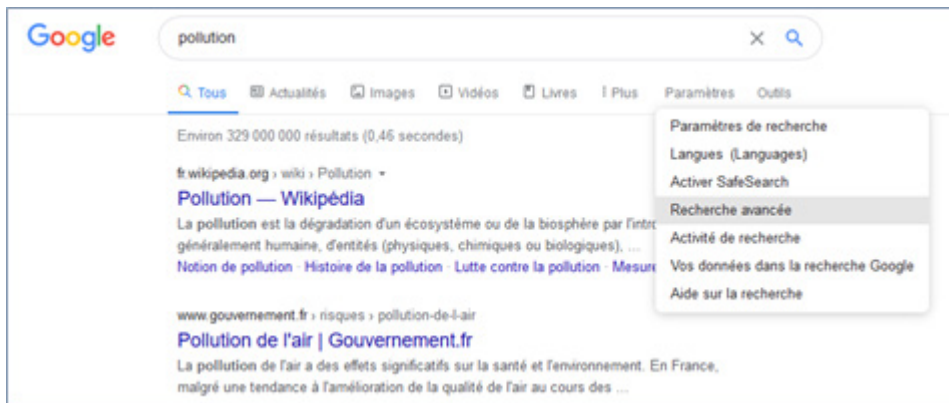
Les bons clics





## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Vous pouvez chercher une information de manière très précise en utilisant les options de votre moteur de recherche comme la recherche avancée :



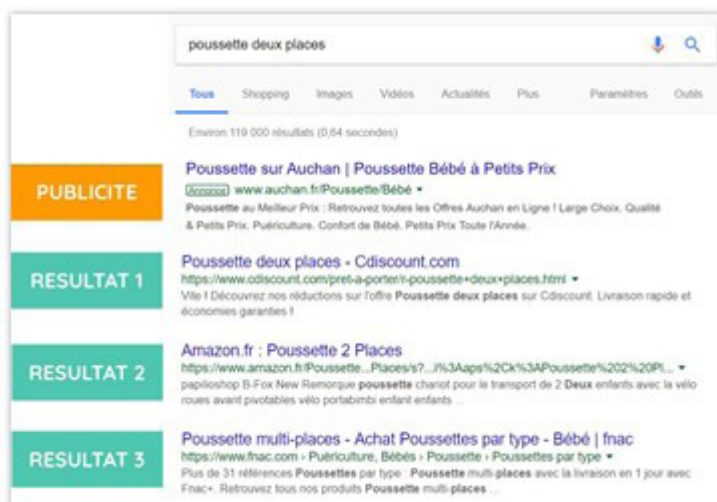
## COMMENT CHOISIR UN RÉSULTAT ?

Même avec les bons mots clés, il y aura toujours beaucoup de résultats.

Les premiers résultats sont souvent ceux qui correspondent le mieux à votre recherche. Mais les premiers résultats peuvent aussi être des « **annonces** ». Il s'agit de sites web qui ont payé pour figurer dans les premiers résultats.

Un résultat de recherche est composé de trois parties : le nom du site, son adresse URL et le résumé de son contenu.

Pour choisir le meilleur résultat, il faut prendre le temps de lire.



Les bons clics

## MES NOTES

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_





## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

À force de faire des recherches vous finirez par connaître les sites web les plus pertinents. Peut-être en connaissez-vous déjà. Voici une petite sélection de sites utiles :

### Démarches administratives :

- <https://www.oups.gouv.fr>
- <https://www.service-public.fr>
- <https://www.justice.fr>
- <https://ants.gouv.fr>

### Aides sociales :

- <http://www.caf.fr>
- <https://mes-aides.gouv.fr>
- <https://www.mesdroitssociaux.gouv.fr>
- <https://soliguide.fr>

### Santé et retraite :

- <https://www.ameli.fr>
- <https://sante.fr>
- <https://www.info-retraite.fr>
- <https://trajectoire.sante-ra.fr>
- <https://www.lassuranceretraite.fr>
- <https://www.pour-les-personnes-agees.gouv.fr>

### Emploi :

- <https://www.pole-emploi.fr>
- <https://clara.pole-emploi.fr>
- <https://www.moncompteformation.gouv.fr>





## COMMENT S'INFORMER SUR LE WEB ?

Il existe beaucoup de sites web dédiés à l'information. Mais ils ne sont pas tous fiables. On parle alors de « fake news », ou d'« hoax », c'est-à-dire des fausses informations ou des canulars.

- **Privilégiez les sites web des journaux reconnus** : Le Monde, Le Figaro, France Info, Sud-Ouest, La République des Pyrénées, etc.
- **Vérifiez la source** des articles, l'auteur, les références bibliographiques, la date, les intentions de l'article, la nature du site internet (journal, blog, réseau social...)
- **Méfiez-vous** des informations sensationnelles ou choquantes
- **Vérifiez l'information** à l'aide de site web dédiés :  
<http://www.hoaxbuster.com>  
<https://www.conspiracywatch.info>  
<https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/>



**LES DÉCODEURS**



### **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

Grâce à Google image ou TinEye vous pouvez vérifier si une image a été modifiée.

## C'EST QUOI LE WEB 3.0 ?

On distingue 3 générations de web :

1. Le **web 1.0** jusqu'aux années 2000. L'utilisateur ne pouvait que consulter les sites web.
2. Le **web 2.0** ensuite. L'utilisateur peut interagir avec le site web. C'est le début des sites web collaboratifs comme « Wikipédia ».
3. Enfin depuis 2010 est apparu le web **3.0**. Les sites web s'adaptent à leur utilisateur.

### **MES NOTES**

---



---



---



---



---





## **QUESTIONS-RÉPONSES SUR LA FIBRE OPTIQUE**

### Fonctionnement

#### **C'est quoi la fibre optique ?**

La fibre optique est un fil de verre très fin qui transporte des informations à une vitesse largement supérieure à celle des fils de cuivre utilisés avec l'ADSL.

#### **Comment ça fonctionne ?**

La fibre optique est un réseau de câbles qui repose sur les mêmes principes de fonctionnement que le réseau téléphonique : des câbles qui relient un point A à un point B afin d'échanger des informations. La différence, c'est qu'on ne fait pas passer un courant électrique mais de la lumière.

#### **Quel est l'intérêt de la fibre optique ?**

La fibre offre une très grande performance (très haut débit) et la possibilité d'utiliser plusieurs appareils connectés à internet en même temps. Plus on a d'appareils connectés à internet à la maison plus il est recommandé de passer à la fibre optique.

### Abonnement

#### **Est-ce que je dois obligatoirement passer à la fibre optique ?**

Vous n'êtes pas obligé de vous raccorder au réseau de fibre optique. Ce dernier s'ajoute au réseau ADSL existant. Toutefois, le changement est inéluctable, car l'extinction du réseau téléphonique qui utilise l'ADSL est annoncée.

#### **Est-ce que c'est plus cher que l'ADSL ?**

Les abonnements internet fibre sont sensiblement au même prix que les abonnements internet ADSL. Ils sont en moyenne quelques euros plus cher.

#### **Est-ce que je peux choisir mon fournisseur d'accès à internet ?**

C'est vous qui choisissez votre fournisseur d'accès à internet. À terme, tous les fournisseurs d'accès à internet proposeront des offres d'abonnement internet fibre, mais il est possible que votre fournisseur d'accès internet n'en propose pas encore.

#### **Comment savoir si je peux bénéficier de la fibre optique ?**

Pour savoir si vous pouvez bénéficier de la fibre optique, il est nécessaire de vérifier votre éligibilité sur le site de notre délégataire : <http://www.thd64.fr> ou en contactant votre fournisseur d'accès à internet.





## **Est-ce que c'est à moi de demander le raccordement à la fibre optique ?**

Les fournisseurs d'accès à internet peuvent vous démarcher, mais c'est toujours le client qui décide en dernier ressort

### Raccordement

## **Est-ce que le raccordement à la fibre optique est payant ?**

Le raccordement de votre logement au réseau de fibre optique est payant. Les tarifs sont fixés par les fournisseurs d'accès à internet. Dans les faits, il y a régulièrement des opérations promotionnelles qui permettent de s'en dispenser.

**Comment se passe l'installation jusqu'à mon logement ?** L'opérateur que vous aurez choisi va envoyer un technicien. Ce dernier va tirer un câble de fibre optique entre votre logement et le boîtier de raccordement le plus proche situé sur le domaine public. Le technicien va ensuite installer une prise optique dans votre logement, puis brancher votre box sur cette prise. Vous serez ainsi relié au réseau fibre et donc vous pourrez accéder à internet.

## **Combien de temps prend le raccordement ?**

Le temps de raccordement au réseau de fibre optique varie selon les caractéristiques de votre logement. Il prend au maximum une demi-journée.

Retrouvez plus d'informations sur le site internet de notre délégataire :

**<https://www.thd64.fr>**

## **MES NOTES**

---

---

---

---

---









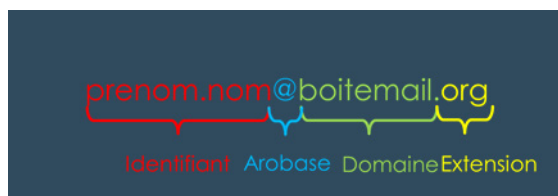
# PARTIE 4 : COLLABORER GRÂCE AU NUMÉRIQUE
















## COMMENT CRÉER UNE ADRESSE MAIL ?

Une adresse mail est une adresse électronique qui permet de recevoir et d'envoyer des courriers électroniques (courriels ou mails).

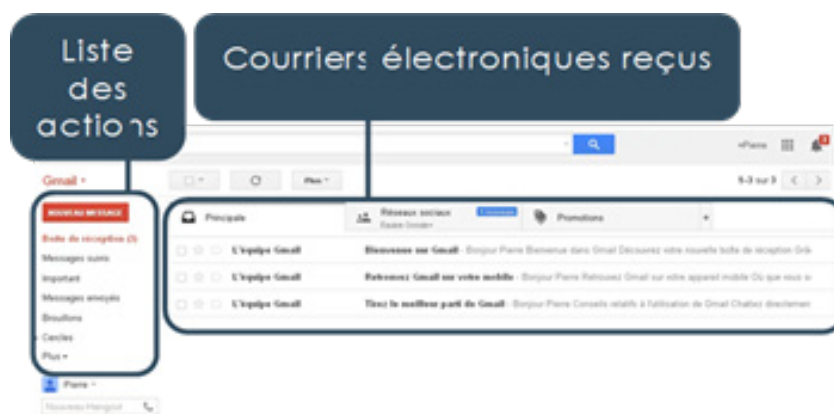


Pour créer votre adresse mail vous pouvez :

1. Utiliser celle que vous fournira gratuitement votre FAI. L'inconvénient est que si vous changez de FAI vous risquez de perdre votre adresse mail et donc toutes vos correspondances.
2. Utiliser un service de webmail :

	Nationalité	Prix	Propriétaire
 Gmail		Gratuit	
 Outlook		Gratuit	
 Laposte.net		Gratuit	 LA POSTE
 Mailo		Gratuit OU 1€/mois	 MAIL OBJECT

Une fois votre adresse mail créée vous aurez accès à une boîte mail qui servira à organiser, consulter, recevoir et envoyer tous vos mails.





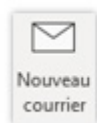
## L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Comme dans la vie réelle, il ne faut pas donner son adresse à n'importe qui. Il faut également faire attention aux arnaques, aux promotions séduisantes, aux messages alarmants ou menaçants. Lorsque vous avez un doute, n'ouvrez pas le mail et ne répondez pas. Contactez directement la personne ou l'organisme concerné soit par téléphone, soit en allant à sa rencontre.

**Vous avez le droit de créer plusieurs adresses mails.**

## COMMENT ÉCRIRE ET ENVOYER DES MAILS ?

Pour écrire un nouveau message, il faut cliquer sur :



NOUVEAU MESSAGE

Nouveau message

Ensuite, il faut préciser différentes informations :

1. Mettez l'adresse du destinataire
2. Indiquez la raison pour laquelle vous lui écrivez
3. Rédigez votre message
4. Envoyez votre message

The screenshot shows an email composition interface with four numbered steps:

1. The 'À' (To) field.
2. The 'Objet' (Subject) field.
3. The main text area labeled 'Écrire...'.
4. The 'Envoyer' (Send) button at the bottom left.

## MES NOTES

A large light blue circular area containing five horizontal lines for taking notes.





## ÇA VEUT DIRE QUOI « CC » ?

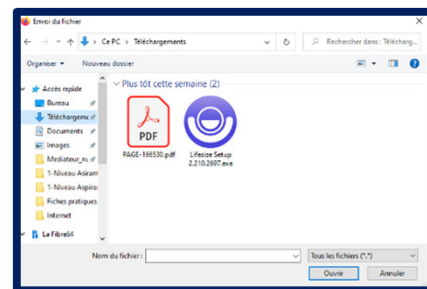
- À = quand vous voulez envoyer un message à une ou deux personnes.
- CC = Copie Carbone = quand vous voulez informer une personne sans attendre de réponse de sa part.
- Cci = Copie Carbonne Invisible = quand vous voulez envoyer le même message à plusieurs destinataires ou que vous ne souhaitez pas que les adresses des destinataires soient visibles des autres. (ex : invitation à un évènement associatif).

## COMMENT AJOUTER UNE PIÈCE JOINTE ?

Vous pouvez également ajouter des pièces jointes à votre mail, c'est-à-dire des fichiers stockés sur votre ordinateur : textes, photos, vidéos. Pour cela vous devez cliquer sur le trombone.



Une fenêtre s'ouvre et il faut aller chercher et sélectionner le fichier à envoyer. Cliquez sur « ouvrir » et votre fichier s'ajoutera automatiquement à votre mail.



## **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

La majorité des messageries ne permettent pas d'envoyer des fichiers d'une taille supérieure à 25 Mo. Pour envoyer des fichiers de plus grosse taille, il est possible d'utiliser le site web «We Transfer».



## C'EST QUOI LE CLOUD ?

Le cloud, ou drive, ou «nuage» en français est un espace virtuel pour stocker des fichiers : photos, factures, vidéos, fiches de paie ou encore des contrats, etc. Il est relié à internet. Cet espace de stockage se trouve dans des grands bâtiments qu'on appelle des « datacenter ». Voir l'image ci-contre.

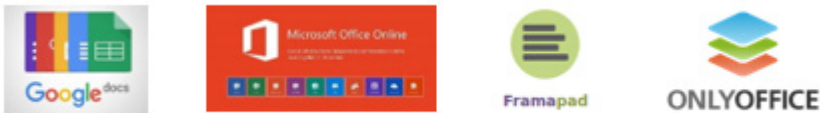




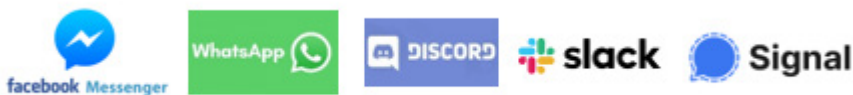
## QUELS SONT LES AUTRES OUTILS DE COLLABORATION ?

Grâce au développement d'internet, il est désormais possible de communiquer et de s'organiser autrement que par mail.

**Les outils d'éditations en ligne** : grâce à internet il est possible de travailler sur un même document à plusieurs.



**Les messageries instantanées** : elles permettent d'échanger des messages ou des appels en passant par internet et de manière instantanée.



**La visiophonie ou vidéoconférence ou encore webinaire** : cela permet de communiquer en vidéo.



**Organiser une réunion ou un événement** : des outils numériques permettent de voter, proposer des idées ou plus simplement de consulter la population.



**Faire un formulaire en ligne** : pour faire une enquête statistique, un questionnaire de satisfaction ou d'inscription.



## MES NOTES

---

---

---

---

---

---





**Les cagnottes en ligne** : si vous avez un projet à financer ou que vous voulez soutenir des initiatives vous pouvez utiliser le « crowdfunding », c'est à dire le financement participatif.



**Les pétitions en ligne** : plus besoin d'aller dans la rue ou de faire du porte à porte, en quelques clics vous pouvez créer et signer une pétition.

**change.org**

**Le débat démocratique en ligne** : des outils numériques permettent de voter, proposer des idées ou plus simplement de consulter la population.

**decidim**

**Réseaux sociaux** : grâce à internet vous pouvez rester en contact avec votre famille et des amis grâce à Facebook ou Snapchat. Vous pouvez également faire de nouvelles connaissances à partir de centres d'intérêts : l'art avec Pinterest, la musique avec TikTok, les jeux vidéo avec Twitch, la photographie avec Instagram, l'actualité avec Twitter.



Facebook Snapchat Pinterest TikTok Twitch Instagram Twitter

**Petit lexique des réseaux sociaux :**

- **Post, publication** : article, photo, vidéo, musique, que l'on partage avec son réseau d'amis.
- **Liker** : cliquer sur le bouton «j'aime» afin d'indiquer que l'on est d'accord avec une publication.
- **Tweet** : petit message publié sur le réseau social Twitter.
- **Follower** : personnes qui suivent vos publications sur Twitter.
- **Hashtag** : mot-clé précédé du signe #, permettant de retrouver tous les messages qui le contiennent.





- **Tagger, identifier, mentionner** : permet d'indiquer le lieu ou les personnes qui sont sur une publication.
- **Influenceur** : personne rémunérée par des entreprises pour faire la promotion d'un produit ou d'un service.
- **Story** : publication qui n'est accessible que pendant un temps limité.
- **Buzz** : publication qui est reprise dans les médias et beaucoup partagée sur les réseaux sociaux.
- **Statut** : publication qui fait état de notre humeur.
- **Snap** : photos ou vidéos envoyées depuis l'application Snapchat.
- **Screen** : faire une photo / une copie d'écran de son smartphone pour la conserver.



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Les réseaux sociaux sont aussi utilisés par des personnalités politiques, des entreprises, associations ou des particuliers pour partager leurs idées, actions ou passions. Grâce à Facebook il est possible d'organiser des événements ou de créer «une page», une sorte de vitrine de votre activité sans rien payer et assez facilement. C'est un moyen d'être visible sur internet sans devoir créer un site web.

### MES NOTES

---

---

---

---

---

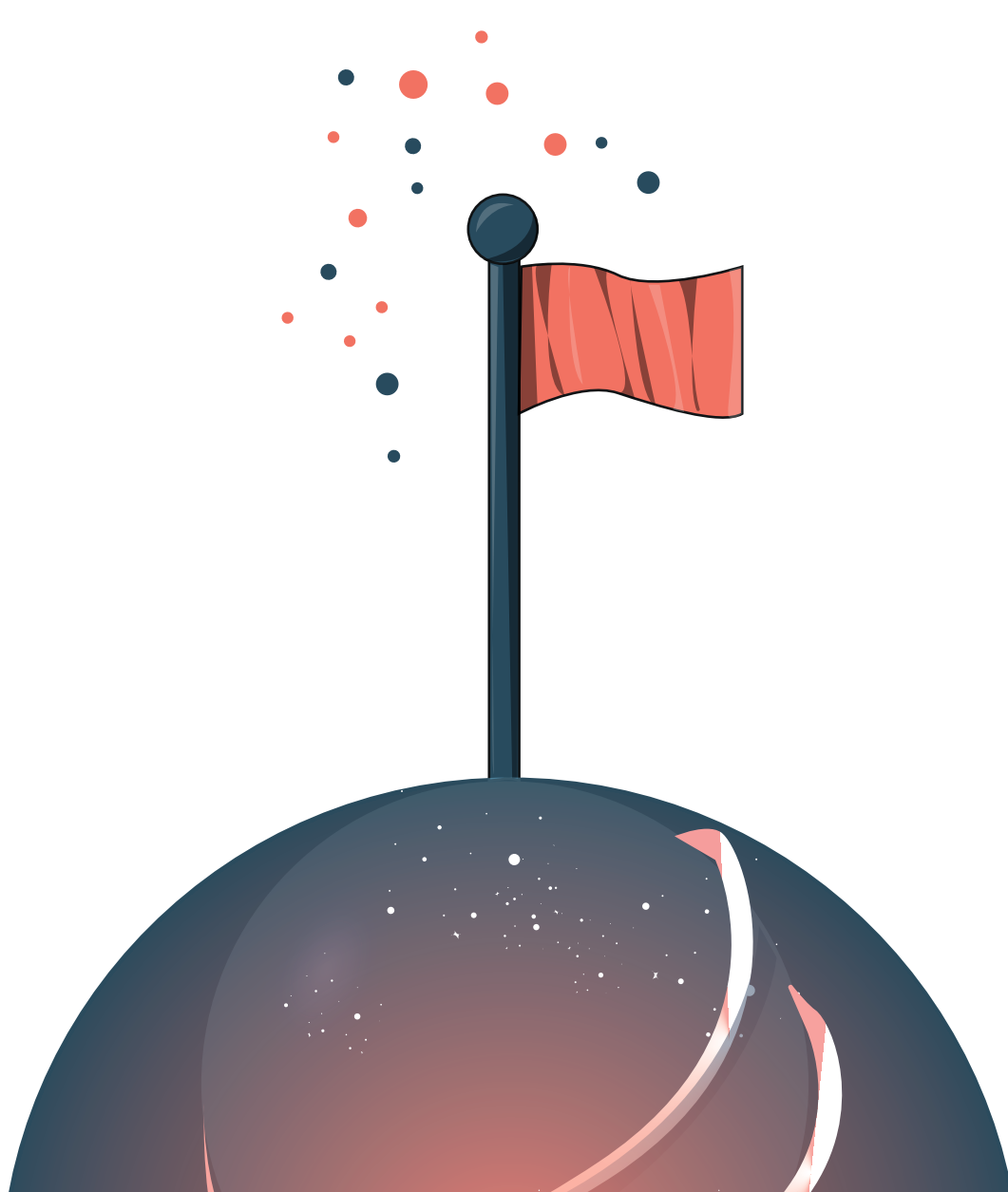








# PARTIE 5 : SE RÉALISER GRÂCE AU NUMÉRIQUE





## A QUOI PEUT SERVIR LE NUMÉRIQUE ?

Aujourd'hui le numérique est un outil de création qui peut accompagner chaque moment de notre vie.

**Travailler** : les suites bureautiques comme « Libre Office », « Google suite », ou « Microsoft Office 365 » sont de véritables « trousseaux numériques » qui permettent de créer des documents numériques.

- **Les traitements de texte** : ils remplacent les machines à écrire. Ils permettent de rédiger, corriger et imprimer des documents écrits tels que des lettres, des CV, des articles de presse, des factures, des contrats, affiches, etc.
- **Les diaporamas** : ils remplacent les projecteurs de diapositives. Ils permettent de faire des diapositives virtuelles pour animer une réunion ou un cours d'histoire par exemple.
- **Les tableurs** : ils permettent de faire des tableaux virtuels afin de classer et calculer des données. Il est possible de faire des emplois du temps, des budgets ou encore des graphiques.



Google Docs



Google Slides



Google Sheets

**Chercher un travail** : de plus en plus d'annonces d'emplois sont désormais publiées sur internet. Il existe de nombreux sites internet pour pouvoir les consulter.

- LinkedIn est un réseau social professionnel. Il permet de publier votre CV pour être visible des recruteurs, mais aussi de suivre les entreprises et secteurs d'activités qui vous intéressent afin de postuler à des offres d'emplois.
- Indeed est un site web qui répertorie les offres d'emplois publiées sur internet. Il vous permet également d'y répondre.



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Attention aux fausses annonces. Ne répondez pas trop vite. Faites des recherches sur internet et demandez des précisions sur l'entreprise (création, statut juridique...), et sur le type de contrat.





**Créer un site web ou un blog** : en tant que particulier, artisan, commerçant, association, vous avez la possibilité de créer un site internet pour partager vos photos, vos écrits, vendre vos produits ou présenter votre entreprise.

La façon la plus simple de créer votre site, est d'utiliser un Content Management System (CMS), c'est-à-dire un site internet clé en main où vous avez juste à ajouter vos photos et vos articles. Voici des sociétés qui proposent ce type de service :



**Jouer** : le numérique permet de jouer à des jeux-vidéos, seul ou avec d'autres joueurs du monde entier (multijoueurs).



Pixabay

**Retoucher des photos** : si vous êtes passionné par la photographie, vous pouvez, grâce à des logiciels et applications spécialisés, modifier vos photos et les partager sur internet.



**Monter et partager des vidéos** : vous pouvez également faire des films de vos voyages et de votre famille ou pourquoi pas faire des vidéos sur votre passion pour la partager avec d'autres.



**Faire ou écouter de la musique** ou des podcasts (émissions audio) :



**Créer et réparer des objets** : grâce à des logiciels et applications de modélisation en trois dimensions et des imprimantes spécialisées, il est désormais possible d'imprimer des objets.



## MES NOTES

---



---



---



---



---





## C'EST QUOI UN ESPACE PERSONNEL EN LIGNE ?

Aujourd'hui, la plupart des sites web vous proposent de créer un « compte en ligne » ou « espace client ». Il ne s'agit pas d'un compte bancaire, mais d'un moyen de communiquer de manière personnalisée avec le site web ou service public concerné et d'effectuer des démarches sans se déplacer grâce à internet : s'abonner à un magazine, acheter des vêtements, ou encore déclarer ses impôts.

## COMMENT CRÉER SON ESPACE PERSONNEL ?

Il faut cliquer sur: [Je crée mon compte](#)

Afin de créer cet espace, on dit aussi « s'inscrire », le site web a besoin de plusieurs informations sur vous : nom, prénom, date de naissance, adresse postale, etc. Mais il a surtout besoin d'une adresse mail pour vous identifier et d'un mot de passe afin protéger votre espace personnel.

Exemple :

Mon nom : *	<input type="text"/>	?
Mon n° de sécurité sociale : *	<input type="text"/>	?
Ma date de naissance : *	<input type="text" value="jj/mm/aaaa"/>	📅
Mon code postal : *	<input type="text"/>	?



### L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE

Les informations obligatoires à renseigner sont signalées par une «\*», lorsqu'il n'y en a pas, vous n'êtes pas obligé de répondre. Faites attention aux sites web qui demandent beaucoup d'informations personnelles.

Si vous avez un doute sur la fiabilité d'un site web ne communiquez aucune information. Privilégiez les sites web que vous (ou vos proches) connaissez, c'est-à-dire les sites qui sont bien connus.





## COMMENT SE CONNECTER À SON ESPACE PERSONNEL ?

D'abord, il faut se rendre sur le site web dans lequel se trouve votre espace personnel à l'aide de votre navigateur internet. Exemple : [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr) si vous voulez accéder à votre espace personnel d'assurance maladie. L'intérêt est de pouvoir faire des demandes sans sortir de chez vous.

Ensuite, il faut cliquer sur : 

Enfin, il faut rentrer son identifiant et son mot de passe dans les cases correspondantes et cliquer sur « connexion », comme ci-contre :

## COMMENT CHANGER SON MOT DE PASSE ?

Il faut régulièrement changer ses mots de passe. Chaque site web est différent, mais dans la majorité des cas il faut :

1. Se connecter à votre espace personnel en ligne
2. Cliquer sur « paramètres » ou « profil » ou encore « sécurité »
3. Sélectionner « mot de passe »
4. Taper l'ancien, puis le nouveau mot de passe
5. Cliquer sur « confirmer » ou « enregistrer les modifications »

## MES NOTES

---

---

---

---

---

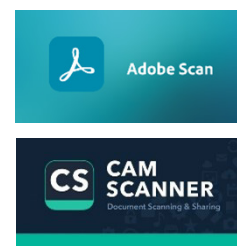
---





## **COMMENT SCANNER/NUMÉRISER UN DOCUMENT ?**

Il est possible qu'une administration vous demande de scanner (ou de numériser) un document afin de leur envoyer par mail ou de le téléverser dans votre espace personnel en ligne. Pour cela, il faut disposer d'un scanner ou d'un smartphone équipé d'une application telle que :



## **C'EST QUOI «FRANCE CONNECT» ?**

« France Connect », c'est la solution proposée par l'État pour sécuriser et simplifier la connexion à plus de 700 services en ligne. FranceConnect permet de se connecter à un ensemble de sites administratifs en utilisant un seul identifiant / mot de passe, c'est-à-dire sans avoir besoin de s'inscrire et de créer un nouveau mot de passe pour chaque espace personnel en ligne.



## **C'EST QUOI «AIDANTS CONNECT» ?**

« Aidants Connect » permet à des aidants professionnels habilités de réaliser des démarches administratives en ligne de manière légale et sécurisée pour le compte de personnes en difficulté avec les outils numériques. L'ensemble des connexions effectuées sont tracées et stockées.

## **OÙ TROUVER DE L'AIDE ?**

Solidarité numérique : pour vous aider dans toutes vos démarches administratives en ligne vous pouvez aller sur le site : <https://solidarite-numerique.fr>



Ou contacter le : **01 70 772 372** (appel non surtaxé)



### **L'ASTUCE DE CAPITAINE FIBRE**

Vous pouvez également vous rendre dans une Maison de services au public, ou Espace France services, ainsi que dans les espaces publics numériques (EPN).





**La Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés (CNIL)** est le régulateur des données personnelles. Elle accompagne les professionnels dans leur mise en conformité et aide les particuliers à maîtriser leurs données personnelles et exercer leurs droits.

<https://www.cnil.fr>



**Le Règlement Général de Protection des Données (RGPD)** : il encadre le traitement des données personnelles sur le territoire de l'Union européenne. Vous avez le droit :

- D'avoir des informations sur la collecte des informations vous concernant,
- Vous opposer à cette collecte,
- Vérifier, récupérer, rectifier et effacer les données collectées,
- Déréférencer un contenu
- Demander une intervention humaine.

**L'agence nationale de la sécurité des systèmes d'information (ANSSI)** est l'autorité nationale en matière de sécurité et de défense des systèmes d'information. Elle s'occupe de la prévention, protection, réaction, formation et labellisation de l'espace numérique.

<https://www.ssi.gouv.fr>



**L'Autorité de régulation des communications électroniques, des postes et de la distribution de la presse (ARCEP)** est une autorité administrative indépendante (AAI). Chargée d'assurer la régulation des secteurs des communications électroniques, des postes et de la distribution de la presse, l'Arcep est indépendante des acteurs économiques et du pouvoir politique.

<https://www.arcep.fr>



## MES NOTES

---

---

---

---

---





## **COMMENT DEVENIR ÉCO-RESPONSABLE ?**

Le numérique c'est : **4% des émissions de gaz à effets de serre**. 8% d'ici 2025 (équivalent des émissions du secteur automobile).

Voici **10 gestes** pour protéger la planète :

1. **Désabonnez-vous des newsletters** quand vous ne les lisez pas ou plus (lettres d'informations) : vous avez la possibilité de vous désinscrire à tout moment en cliquant sur le lien en bas du mail : « unsubscribe » ou « se désinscrire » Vous pouvez aussi utiliser : **<https://cleanfox.io>** pour vous désabonner de toutes les newsletters en un seul clic.
2. **Enregistrez vos sites internet favoris** dans votre navigateur pour ne pas avoir à utiliser le moteur de recherche.
3. **Limitez les impressions** et régler les paramètres de votre imprimante en mode « économie ».
4. **Activez le mode « économie d'énergie »** sur vos équipements.
5. **Eteignez vos équipements** lorsque vous ne les utilisez pas.
6. **Triez et supprimez régulièrement vos mails.**
7. Essayez des **équipements reconditionnés** et faites-les durer le plus longtemps possible.
8. **Evitez de stocker vos photos et vidéos sur le cloud.**
9. **Supprimez votre historique de navigation.**
10. Utilisez un **moteur de recherche écoresponsable.**

Pour en apprendre davantage sur l'impact écologique du numérique:

Rapport iNUM : impacts environnementaux du numérique en France  
**<https://bit.ly/39ruBAe>**

Rapport de l'agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie :  
**<https://bit.ly/35POwYT>**







## COMMENT APPRENDRE ENCORE PLUS ?

Grâce à internet vous pouvez **continuer d'apprendre** et de vous former. Voici une sélection de sites web qui proposent des leçons, vidéos et tutoriels sur le numérique.



**Pix** est un service en ligne pour évaluer, développer et certifier ses compétences numériques.  
<https://pix.fr/>



**Les bons clics** est un service en ligne pour se former au numérique. <https://www.lesbonsclics.fr/fr/>



**Culture numérique**, propose des contenus qui permettent de comprendre et d'analyser les défis et les enjeux liés au monde numérique dans lequel nous vivons.  
<https://culturenumerique.univ-lille.fr/>



**OpenClassrooms** est une école en ligne.  
<https://openclassrooms.com/fr/>

### Pour découvrir le numérique autrement:

Voici 3 films qui parlent du numérique : « **Imitation Game** sur l'invention d'un des premiers ordinateurs, « **Citizenfour** » sur les révélations d'Edward Snowden et « **The social network** » sur l'invention de « Facebook ».



### Conclusion

A première vue, le numérique peut paraître compliqué, voire dangereux. Maintenant vous savez qu'il est aussi un outil formidable de création et d'épanouissement. C'est à nous de l'utiliser avec vigilance pour en garder le contrôle. C'est ce que nous en ferons qui déterminera son sens et sa portée.

**Prenez le contrôle du numérique !**





## CONTACT

**Courriel :** Fabien.devilliers@lafibre64.fr

**Tél :** 06-23-22-97-38

**Site internet :**  
<https://www.capitainefibre64.fr>

