

# SÉANCE 9

Ateliers Numériques 2026

Livret 9

## Entretien informatique

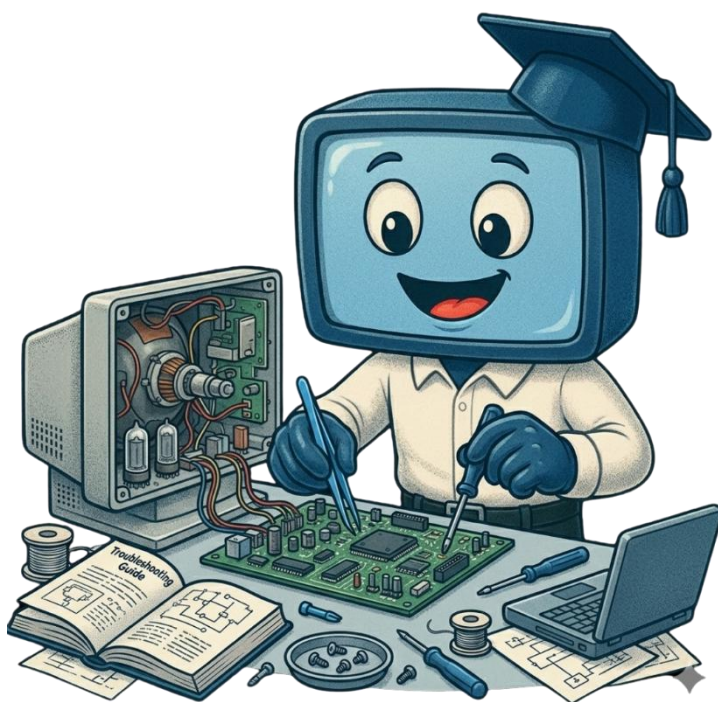
Samedi 20 juin 2026 | 10h30 – 12h30

📍 Bibliothèque de Basècles — 5 Place de Basècles, 7971 Basècles

👤 Formateur : Aurélien Lucas

🆓 Gratuit — Sur inscription

*Ce livret vous appartient. Vous pouvez le conserver, le noter, le relire chez vous.*



Simple  
Clic 

## À propos de SimpleClic

*Rendre l'informatique accessible à tous, sans jargon, sans stress, pas à pas.*

### Les 10 ateliers de la série 2026

| Date           | Thème                     | Contenu                                      |
|----------------|---------------------------|----------------------------------------------|
| 4 avr.         | Prise en main             | Configurer un ordinateur, gérer les fichiers |
| 11 avr.        | Internet                  | Web, mails, Google Maps                      |
| 18 avr.        | Sécurité                  | Confidentialité, démarches administratives   |
| 25 avr.        | Intelligence artificielle | IA, fake news, ChatGPT                       |
| 16 mai         | Création de contenu       | Texte, CV, PowerPoint, cloud                 |
| 30 mai         | E-commerce                | Achats en ligne, éviter les arnaques         |
| 6 juin         | Loisirs                   | Musique, vidéos, photos, blog                |
| 13 juin        | Smartphones & tablettes   | Questions pratiques sur vos appareils        |
| <b>20 juin</b> | <b>Entretien ★</b>        | Mises à jour, antivirus, sauvegardes         |
| 27 juin        | Communication             | Réseaux sociaux, profils, partages           |

☎ 069 / 56 26 86 ✉ [bibliotheque@beloeil.be](mailto:bibliotheque@beloeil.be) 🌐 [www.simpleclic.be](http://www.simpleclic.be)

## Séance 9 — Entretien informatique

Samedi 20 juin 2026 | 10h30 – 12h30 | Durée : 2 heures

### Au programme aujourd'hui :

- Faire les mises à jour Windows
- Utiliser un antivirus
- Installer et désinstaller un programme
- Sauvegarder sur une clé USB ou un disque dur externe
- Optimiser et accélérer son ordinateur

## Partie 1 — Faire les mises à jour

### 1.1 — Pourquoi les mises à jour sont-elles importantes ?

Une mise à jour, c'est une amélioration envoyée par le fabricant du logiciel ou du système. Elle peut corriger des bugs, ajouter des fonctionnalités... mais surtout boucher des failles de sécurité.

#### Une analogie simple

Imaginez une serrure sur votre porte d'entrée. Un cambrioleur découvre comment la crocheter. Le fabricant vous envoie une nouvelle serrure plus solide. Si vous ne la posez pas, la porte reste vulnérable. Les mises à jour, c'est exactement ça.

### 1.2 — Mettre à jour Windows

#### Comment faire une mise à jour Windows ?

1. Cliquez sur le bouton Démarrer (logo Windows en bas à gauche).
2. Cliquez sur l'icône Paramètres .
3. Cliquez sur « Windows Update » (ou « Mise à jour et sécurité »).
4. Cliquez sur « Rechercher des mises à jour ».
5. Si des mises à jour sont disponibles, cliquez sur « Télécharger et installer ».
6. Attendez la fin du téléchargement. Votre ordinateur peut redémarrer automatiquement.

 *Conseil : faites vos mises à jour le soir avant d'éteindre l'ordinateur. Il s'installera pendant que vous dormez.*

## 1.3 — Mettre à jour ses applications

Les programmes installés sur votre ordinateur (navigateur, suite bureautique, lecteur PDF...) ont aussi besoin de mises à jour régulières.

| Application                                                                                                   | Comment mettre à jour                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>Google Chrome</b>        | Menu : (en haut à droite) → Aide → À propos de Google Chrome → met à jour automatiquement |
|  <b>Firefox</b>              | Menu ☰ → Aide → À propos de Firefox → vérifie et installe                                 |
|  <b>Adobe Acrobat Reader</b> | Aide → Rechercher des mises à jour                                                        |
|  <b>Autres logiciels</b>     | Ouvrez le logiciel → menu Aide ou À propos → cherchez « Mises à jour »                    |

## Partie 2 — Utiliser un antivirus

### 2.1 — À quoi sert un antivirus ?

Un antivirus est un programme qui surveille en permanence votre ordinateur pour détecter et éliminer les logiciels malveillants (virus, spywares, ransomwares...) avant qu'ils ne causent des dégâts.

#### Les types de menaces que l'antivirus détecte

- Virus : programme malveillant qui s'installe sans votre accord et endommage vos fichiers.
- Spyware (logiciel espion) : surveille ce que vous faites et vole vos mots de passe.
- Ransomware : bloque votre ordinateur et exige une rançon pour le débloquer.
- Adware : affiche des publicités envahissantes partout sur votre écran.
- Cheval de Troie : se fait passer pour un programme utile, mais agit en secret.

### 2.2 — Windows Defender : l'antivirus gratuit inclus dans Windows

Bonne nouvelle : si vous utilisez Windows 10 ou Windows 11, un antivirus est déjà installé et actif sur votre ordinateur. Il s'appelle Windows Defender (ou Sécurité Windows).

#### Comment vérifier que Windows Defender est actif ?

1. Cliquez sur Démarrer → Paramètres .
2. Cliquez sur « Confidentialité et sécurité » (ou « Mise à jour et sécurité »).
3. Cliquez sur « Sécurité Windows » → « Protection contre les virus et menaces ».
4. Vérifiez que la protection en temps réel est bien activée (interrupteur bleu).
5. Cliquez sur « Analyse rapide » pour lancer une vérification immédiate.

## 2.3 — Faut-il installer un autre antivirus en plus ?

### ☑ Windows Defender suffit si...

- Vous faites vos mises à jour régulièrement
- Vous ne cliquez pas sur des liens suspects
- Vous ne téléchargez que depuis des sites officiels
- Vous avez un usage normal d'internet

### 💡 Options gratuites supplémentaires

- Malwarebytes ([www.malwarebytes.com](http://www.malwarebytes.com)) — excellent pour un scan ponctuel
- Avast Free — antivirus complet gratuit
- AVG Free — simple et efficace

⚠ **N'installez qu'UN SEUL antivirus actif à la fois.**

## Partie 3 — Installer et désinstaller un programme

### 3.1 — Installer un programme

Installer un programme, c'est ajouter un nouveau logiciel sur votre ordinateur. Voici la marche à suivre pour le faire en toute sécurité.

#### ► Installer un logiciel en toute sécurité

6. Téléchargez le programme uniquement depuis le site officiel du développeur (jamais depuis un site inconnu).
7. Dans votre dossier Téléchargements, double-cliquez sur le fichier .exe (ou .msi) téléchargé.
8. Lisez les étapes de l'assistant d'installation. Cliquez sur « Suivant » jusqu'à « Terminer ».
9. Décochez les cases qui proposent d'installer des logiciels supplémentaires non désirés.
10. Attendez la fin de l'installation. Le programme est prêt à être utilisé.

#### ⚠ **Méfiez-vous des faux boutons « Télécharger » !**

Sur de nombreux sites, de faux boutons « TÉLÉCHARGER » en grand s'affichent. Ce sont des publicités qui vous font installer des logiciels indésirables. Repérez le vrai lien de téléchargement, généralement plus petit ou dans le texte de la page.

### 3.2 — Désinstaller un programme

Supprimer un programme que vous n'utilisez plus libère de l'espace sur votre disque dur et peut accélérer votre ordinateur.

#### 🗑 **Comment désinstaller un logiciel ?**

11. Cliquez sur Démarrer → Paramètres ⚙.
12. Cliquez sur « Applications » (ou « Applications et fonctionnalités »).
13. Faites défiler la liste pour trouver le programme à supprimer.

14. Cliquez dessus → cliquez sur « Désinstaller ».

15. Confirmez si une fenêtre vous le demande.

 *Ne supprimez pas un programme dont vous ne connaissez pas le nom. En cas de doute, recherchez son nom sur internet avant d'agir.*

### 3.3 — Programmes utiles à avoir sur son ordinateur

| Programme               | Utilité                              | Où le télécharger                                                                                      |
|-------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Adobe Acrobat Reader    | Lire les fichiers PDF                | <a href="http://get.adobe.com/fr/reader">get.adobe.com/fr/reader</a>                                   |
| VLC Media Player        | Lire vidéos et musique               | <a href="http://www.videolan.org">www.videolan.org</a>                                                 |
| LibreOffice             | Suite bureautique gratuite           | <a href="http://www.libreoffice.org">www.libreoffice.org</a>                                           |
| 7-Zip                   | Compresser/décompresser des fichiers | <a href="http://www.7-zip.org">www.7-zip.org</a>                                                       |
| Google Chrome / Firefox | Navigateur internet                  | <a href="http://google.fr/chrome">google.fr/chrome</a> ou <a href="http://mozilla.org">mozilla.org</a> |

## Partie 4 — Sauvegarder ses données

### 4.1 — Pourquoi sauvegarder ?

Imaginez que votre ordinateur tombe en panne demain. Vos photos de famille, vos documents importants, vos courriers... tout pourrait disparaître définitivement. Une sauvegarde régulière vous protège de cette catastrophe.

#### La règle des 3-2-1

Les professionnels de l'informatique recommandent la règle 3-2-1 :

- 3 copies de vos données (l'original + 2 sauvegardes)
- Sur 2 supports différents (ex : ordinateur + clé USB)
- Dont 1 copie dans un endroit différent (ex : cloud ou chez un proche)

### 4.2 — Sauvegarder sur une clé USB

Une clé USB est un petit appareil qui se branche dans un port USB de votre ordinateur. Elle peut stocker des fichiers comme un mini-disque dur de poche.

#### Copier des fichiers sur une clé USB

16. Branchez la clé USB dans un port USB de votre ordinateur (petit trou rectangulaire sur le côté).
17. Un message peut apparaître : cliquez sur « Ouvrir le dossier pour afficher les fichiers ».
18. Ouvrez l'Explorateur de fichiers (icône dossier dans la barre des tâches).
19. Naviguez jusqu'aux fichiers à sauvegarder (Documents, Photos...).

20. Sélectionnez les fichiers : cliquez sur l'un, puis Ctrl + A pour tout sélectionner, ou Ctrl + clic pour en sélectionner plusieurs.
21. Faites un clic droit → « Copier » (ou Ctrl + C).
22. Cliquez sur votre clé USB dans le panneau gauche, puis Ctrl + V pour coller.
23. Attendez la fin de la copie avant de retirer la clé.

### ⚠ Retirer la clé USB en toute sécurité

Ne retirez JAMAIS une clé USB sans l'éjecter d'abord, vous risquez d'endommager vos fichiers. Cherchez l'icône de clé USB  dans la barre des tâches en bas à droite → clic droit → « Éjecter ». Vous pouvez alors retirer la clé sans risque.

## 4.3 — Sauvegarder sur un disque dur externe

Un disque dur externe fonctionne comme une clé USB, mais avec beaucoup plus de capacité (500 Go, 1 To ou plus). C'est idéal pour sauvegarder toutes vos photos et documents.

- Il se branche par câble USB sur votre ordinateur.
- Procédez exactement comme pour une clé USB pour copier vos fichiers.
- Rangez-le dans un endroit sûr, à l'abri des chocs et de l'humidité.

| Support                                                                                                            | Capacité typique    | Idéal pour                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------|
|  <b>Clé USB</b>                 | 8 Go à 256 Go       | Documents, quelques photos            |
|  <b>Disque dur externe</b>      | 500 Go à 4 To       | Toutes les photos, vidéos, documents  |
|  <b>Cloud (Google Drive...)</b> | 15 Go gratuits et + | Sauvegarde automatique, accès partout |

## Partie 5 — Optimiser et accélérer son ordinateur

### 5.1 — Pourquoi mon ordinateur est-il lent ?

Un ordinateur peut ralentir pour plusieurs raisons. Voici les causes les plus courantes et leurs solutions :

| Cause fréquente                        | Solution                                                                               |
|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Disque dur presque plein</b>        | Supprimez les fichiers inutiles et videz la corbeille. Libérez au moins 15 % d'espace. |
| <b>Trop de programmes au démarrage</b> | Désactivez les programmes inutiles au démarrage (voir ci-dessous).                     |
| <b>Mises à jour en attente</b>         | Installez les mises à jour Windows et redémarrez l'ordinateur.                         |
| <b>Virus ou logiciel malveillant</b>   | Lancez une analyse antivirus complète.                                                 |

|                                                  |                                                                          |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>Pas de redémarrage depuis longtemps</b>       | Redémarrez votre ordinateur régulièrement (au moins 1 fois par semaine). |
| <b>Trop d'onglets ouverts dans le navigateur</b> | Fermez les onglets inutiles. Chaque onglet consomme de la mémoire.       |

## 5.2 — Gérer les programmes au démarrage

Certains programmes se lancent automatiquement quand vous allumez votre ordinateur, le ralentissant inutilement. Vous pouvez les désactiver.

### Désactiver les programmes au démarrage

24. Appuyez simultanément sur les touches Ctrl + Maj + Échap pour ouvrir le Gestionnaire des tâches.
25. Cliquez sur l'onglet « Démarrage ».
26. Vous voyez la liste des programmes qui démarrent avec Windows.
27. Clic droit sur un programme inutile (ex : Spotify, Discord...) → « Désactiver ».

 **Ne désactivez pas les programmes que vous ne reconnaissez pas. En cas de doute, laissez-les activés.**

### Vider la corbeille et le cache

- Corbeille : clic droit sur l'icône Corbeille sur le bureau → « Vider la corbeille ».
- Cache navigateur (Chrome) : menu : → Paramètres → Confidentialité → Effacer les données de navigation → cocher « Fichiers en cache » → Effacer.
- Nettoyage de disque Windows : tapez « Nettoyage de disque » dans la barre de recherche → sélectionnez le disque C → cochez les éléments → OK.

## Exercices pratiques

Aujourd'hui on met les mains dans le moteur ! Ces exercices vont rendre votre ordinateur plus sûr et plus rapide.

### Exercice 1

#### Vérifier et lancer les mises à jour Windows

1. Cliquez sur Démarrer → Paramètres  → Windows Update.
2. Cliquez sur « Rechercher des mises à jour ».
3. Notez combien de mises à jour sont disponibles.
4. Si des mises à jour non critiques sont prêtes, lancez l'installation.
5. Discutez avec le formateur : que se passe-t-il si on ne fait jamais les mises à jour ?

### Exercice 2

#### Lancer une analyse antivirus

6. Cliquez sur Démarrer → tapez « Sécurité Windows » → ouvrez l'application.
7. Cliquez sur « Protection contre les virus et menaces ».
8. Vérifiez que la protection en temps réel est bien activée.
9. Cliquez sur « Analyse rapide » et attendez le résultat.
10. Lisez le rapport : aucune menace détectée ?

### Exercice 3

#### Sauvegarder des fichiers sur une clé USB

11. Branchez la clé USB fournie par le formateur dans un port USB.
12. Ouvrez l'Explorateur de fichiers et naviguez dans « Documents ».
13. Sélectionnez 2 ou 3 fichiers (ou créez un fichier texte test).
14. Copiez-les (Ctrl + C) et collez-les sur la clé USB (Ctrl + V).
15. Vérifiez que les fichiers sont bien sur la clé, puis éjectez-la proprement.

### Exercice 4

#### Nettoyer les programmes au démarrage

16. Appuyez sur Ctrl + Maj + Échap pour ouvrir le Gestionnaire des tâches.
17. Cliquez sur l'onglet « Démarrage ».
18. Regardez la liste : quels programmes démarrent avec Windows ?
19. Repérez un programme que vous ne connaissez pas : cherchez son nom sur Google.
20. Discutez avec le formateur avant de désactiver quoi que ce soit.

## Mes notes

Utilisez cet espace pour noter ce que vous retenez, vos questions, ou les actions à faire chez vous.

## Mes questions pour le formateur

## Mémo — Ce que j'ai appris aujourd'hui

Gardez ce mémo avec vous ! Ces actions régulières garderont votre ordinateur en bonne santé.

### Mises à jour

- Windows : Démarrer → Paramètres → Windows Update → Rechercher des mises à jour
- Fréquence recommandée : au moins 1 fois par mois
- Conseil : programmer les mises à jour le soir avant d'éteindre

### Antivirus

- Windows Defender est déjà actif sur Windows 10/11 : vérifiez qu'il est à jour
- Analyse rapide : Sécurité Windows → Protection contre les virus → Analyse rapide
- N'installez qu'UN SEUL antivirus actif à la fois

### Sauvegardes

- Règle 3-2-1 : 3 copies, 2 supports, 1 hors site
- Copier sur clé USB : Ctrl + C sur les fichiers → brancher la clé → Ctrl + V
- Toujours éjecter la clé proprement avant de la retirer
- Fréquence recommandée : 1 fois par semaine pour les documents importants

### Pour accélérer l'ordinateur

- Redémarrer régulièrement (au moins 1 fois/semaine)
- Vider la corbeille : clic droit → Vider la corbeille
- Nettoyage de disque : taper « Nettoyage de disque » dans la recherche Windows
- Désactiver les programmes au démarrage inutiles : Ctrl + Maj + Échap → Démarrage

### Dernière séance : Samedi 27 juin 2026

Thème : Communication — Les réseaux sociaux, créer un profil, publier et partager.

 069 / 56 26 86  [bibliotheque@beloeil.be](mailto:bibliotheque@beloeil.be)  [www.simpleclic.be](http://www.simpleclic.be)