

Starting Days

IT-Ressourcen für das Studium

Fabio Fasel, Champak Beeravolu Reddy, Sandra Mooser

September 2026

WILLKOMMEN!



Übersicht

- Ihr IT-Konto
- Moodle
- MyUnifr
- IT-Support
- Good Practices – Learning with GenAI
- Training & Courses

Bevor wir beginnen



Computer/Telefon griffbereit

Sie können die Schritte live mitmachen – genau das ist das Ziel!



Interagieren Sie, wann immer Sie möchten

Frage, Anmerkung, Problem – Heben Sie ruhig die Hand



Lesen Sie bis zum Ende

Jeder Schritt ist wichtig (besonders die kleinen)



Kein Stress

Nehmen Sie sich Zeit, wir können jederzeit zurückgehen

«Irgendwo weint ein IT-Support-Mitarbeiter. Sie können das ändern.»

Eine interaktive Präsentation

Während der gesamten Präsentation ist der Inhalt interaktiv – erkunden Sie ihn auf drei Arten:



Anklickbare Links

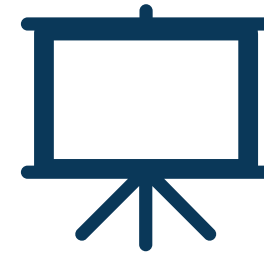
[Beispiel ansehen](#)

Immer unterstrichen und anklickbar.



QR-Codes

Mit dem Telefon scannen oder direkt anklicken.



Live-Demo

Interaktive Präsentation mit Vorführung und Verfolgung in Echtzeit.

IHR IT-KONTO

Fabio Fasel
DIT – Service Desk



UniFR-Konto



UNIVERSITÉ DE FRIBOURG
UNIVERSITÄT FREIBURG

- **E-Mail**
outlook.com/unifr.ch
- **OneDrive**
1 TB Speicher
- **M365**
Outlook, Word, Excel,...
- **WiFi**
Eduroam

SWITCHedu-ID-Konto



- **Institutionelles Portal**
my.unifr.ch
- **Online-Kurse**
moodle.unifr.ch
- **VPN**
Cisco Anyconnect
- **SwitchDrive**
drive.switch.ch
- ...



4 Schritte

1

Passwort initialisieren

Link per private E-Mail + SMS-Code

2

Konto mit SWITCH edu-ID verknüpfen

MyUnifr → «Verknüpfen» (private E-Mail für Switch)

3

MFA bei SWITCH aktivieren

eduid.ch → Sicherheit → MFA aktivieren

4

UNIFR-Webmail + UniFR-MFA

outlook.com/unifr.ch, dann MFA seitens UniFR

Hilfeartikel



Scannen für die Schritt-für-Schritt-Anleitung

[FAQ-Artikel: UNIFR-Konto aktivieren](#)

GUT ZU WISSEN

- 15–20 Min. einplanen, Schritte der Reihe nach
- MFA-Wiederherstellungscode aufbewahren



Allgemeine Informationen

Alles über Ihre Zugänge und Passwörter.



UNIFR-Passwort zurücksetzen

Setzen Sie Ihr UNIFR-Passwort zurück.



SWITCH-Passwort zurücksetzen

Setzen Sie Ihr SWITCH edu-ID-Passwort zurück.



Geben Sie **NIEMALS** Ihr Passwort weiter!

Die DIT fragt Sie **NIEMALS** nach Ihrem Passwort!

SWITCHedu-ID mit der Universität Freiburg verknüpfen



Konten verknüpfen

UNIFR-Konto



SWITCH-Konto

WICHTIG: beim ERSTEN Login zu erledigen



[Hilfeartikel](#)

Zwei-Faktor-Authentifizierung

Im SWITCH-Konto zu aktivieren

ab dem ersten Login — nicht im UNIFR-Konto

Passkey

ODER

App-Code

~~**SMS-Code**~~

Nicht als MFA-Methode verfügbar

Erste Anmeldung



Webmail



<https://outlook.com/unifr.ch>

Benutzername : vorname.name@unifr.ch

Passwort: das des UNIFR-Kontos

MyUNIFR



<https://my.unifr.ch/>

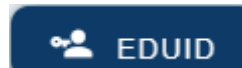
Nur beim ersten Login:

Username : vorname.nachname@unifr.ch

Passwort: Das Ihres UNIFR-Kontos

Ab dem zweiten Login:

Anmeldung über





Anmeldedaten

Benutzername:

1. Standard-Benutzername, ODER
2. UNIFR-E-Mail-Adresse, ODER
3. Benutzername gefolgt von @unifr.ch

Passwort:

Das Ihres UNIFR-Kontos

Beispiele

Beispiele für « Jerry Cane »:

1. CaneJ
2. jerry.cane@unifr.ch
3. canej@unifr.ch



**Akzeptieren Sie das Zertifikat,
falls gefragt**



[Ausführlicher FAQ-Artikel](#)

Wozu dient das?

- Zugriff auf interne Ressourcen (Dateien, Intranet, Bibliotheksressourcen) von außerhalb
- Verschlüsselte Verbindung: Ihr Gerät wird Teil des internen Universitätsnetzwerks
- Verfügbar für Windows, macOS und Linux
- Client herunterladen unter vpn.unifr.ch

Verbindung

- Anmeldung über Ihr SWITCH edu-ID-Konto
- Zwei-Faktor-Authentifizierung erforderlich (Passwort + Code)
- Standardprofil: « Default_all_traffic »



[Ausführlicher FAQ-Artikel](#)

Daten speichern

Bewährte Praktiken

- Sie sind selbst für die Sicherung Ihrer eigenen Daten verantwortlich
- Bewahren Sie eine wichtige Datei nie an nur einem Ort auf: nutzen Sie mehrere Speichermedien
- Sichern Sie regelmäßig in den bereitgestellten Speicherbereichen
- Die DIT sichert HOME und COMMON jede Nacht (Versionen werden 30 Tage aufbewahrt)

Wo speichern?

Speicherort	Kapazität	Speicherung
HOME	25 GB	An der UNIFR
COMMON	Variabel	An der UNIFR
OneDrive	1 TB	Server in der Schweiz
SwitchDrive	200 GB	Server in der Schweiz



[Ausführlicher FAQ-Artikel](#)

MOODLE

Champak Beeravolu Reddy
DIT - Lehre und Forschung

- Moodle ist die Kursplattform der Universität Freiburg:
 - auf Kursunterlagen zugreifen
 - Arbeiten einreichen
 - mit Lehrenden und anderen Studierenden kommunizieren
 - Multiple-Choice-Tests und andere interaktive Aktivitäten durchführen
 - ...

moodle.unifr.ch: Anmeldung

Connexion à Moodle UniFR

UniFR et hautes écoles suisses

Switch_educ-ID

Compte externe

Nom d'utilisateur

Mot de passe

Connexion

[Mot de passe perdu ?](#)

Accéder en tant qu'anonyme

Switch_educ-ID

[À propos](#) | [FAQ](#) | [Aide](#) | [Protection des données](#)

Sélectionnez votre établissement

Pour accéder au service **UniFR, Moodle** sélectionnez ou cherchez l'établissement auquel vous appartenez.

 Université de Fribourg ▼ Sélection

☒ Se souvenir de mon choix pour cette session.

[Switch](#) fournit des prestations innovantes et uniques pour les hautes écoles suisses et les utilisateurs d'Internet.

Oubliez les mots de passe, voici les passkeys !

→ En savoir plus

Switch_educ-ID Aide FR ▼

Login

Authentification en deux étapes:

 Ouvrez votre app Authenticator pour obtenir le code.

Code:
123456

☒ Ne plus me demander pendant un certain temps

Réinitialiser la connexion en deux étapes Login

UNI
FR

Accueil

Tableau de bord

Mes cours

Aide Moodle

Contact

Mes cours

Vue d'ensemble des cours

Tout

Rechercher

Trier par dernier accès

Carte



Aide Moodle - Moodle Hilfe

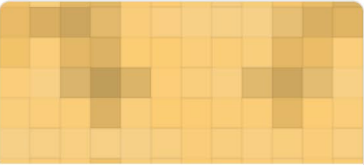
Aides



Cours test ' JM [HS 13]22dd

Test

14 % terminé



Cours de test [23-24]

Moodle : cours de test



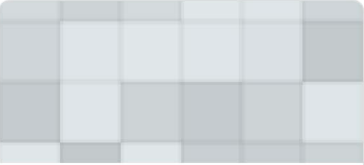
Exemple d'examen -
Prüfungbeispiel

Aides



PharmaOnline [2023-2024]

Bachelor of Medicine et BSc en ...



Utiliser les IA génératives dans
Moodle - Generative ...

Autres

UNIVERSITÉ DE FRIBOURG / UNIVERSITÄT FREIBURG | DIRECTION DES SERVICES IT / DIREKTION DER IT DIENSTE
STARTING DAYS

UNI
FR

UNI
FR

Accueil

Tableau de bord

Mes cours

Aide Moodle

Contact

🔔

💬

★

uD ▾

×

⋮

> Généralités

▼ HTML et CSS

Ressources

HTML

codes HTML

CSS

codes CSS

Travaux Pratiques

Semaine 1

Séance d'exercices 1

Série 0 - Installation

Série 1 - HTML & CSS

Rendre la série 1 (27.02.23...

Corrigé de la série 1 (sol...

Corrigé de la série 1 (co...

Compléments

Traitement de données et visualisation [SP 23]

Cours

Participant-es

Notes

Téléchargement

Plus ▾

> Généralités

Tout replier

▼ HTML et CSS

Ressources

📄

HTML

424.1 Ko

📁

codes HTML

📄

CSS

261.4 Ko

📁

codes CSS

Kursseite

MYUNIFR

Fabio Fasel
DIT – Service Desk

Ihr Studierendenportal vereint:



Verwaltung Ihres Studiums (Fakultät)



Verwaltung der Prüfungen (Fakultät)



Dokumente und persönliche Daten



Informationen zu Ihrer Campus Card



Verwaltung Ihrer Sportaktivitäten



→ **my.unifr.ch**

MyUNIFR in Kürze

Wichtigste Registerkarten:

Ihr Name

Verwaltung Ihrer persönlichen Daten (oben rechts)

Studium

Studiengang, Prüfungen, Verwaltung und Finanzen

Ressourcen

Campus Card, IT-Dienste, Schließfachreservierung, Sportangebote

Erkunden Sie MyUNIFR frei, um sich damit vertraut zu machen!

App UNIFR Mobile

UNIFR MOBILE

Ihr Campus-Leben – vereinfacht
und immer griffbereit



Ihr Kalender



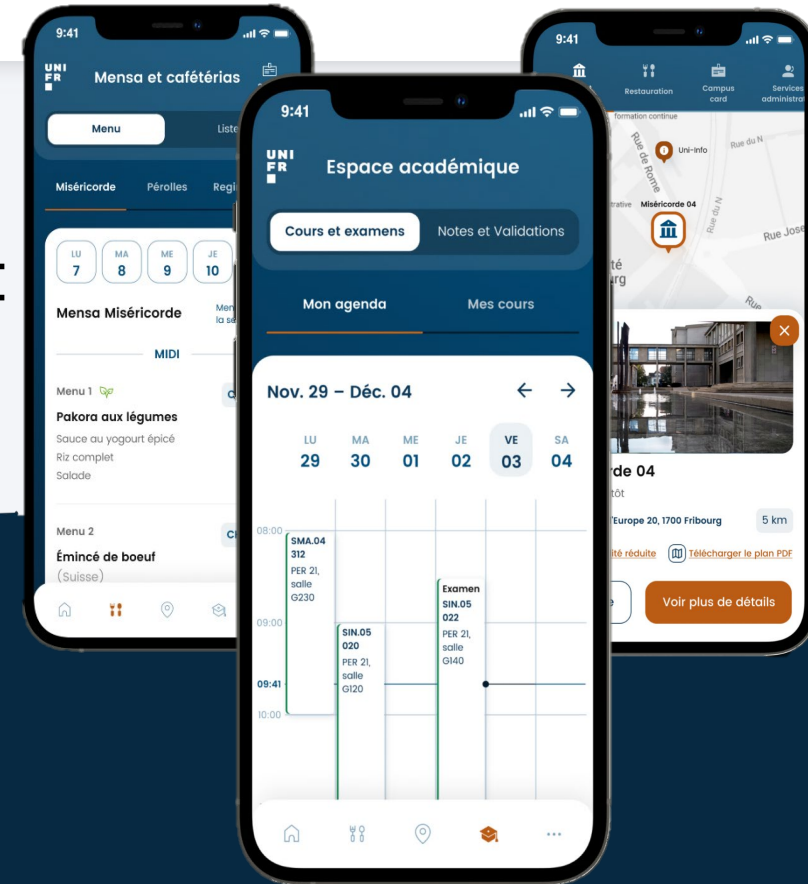
Ihre Noten



Restaurant-Menüs



Campus-Pläne



IT-Support

Fabio Fasel
DIT - Service Desk

Worauf Sie Anspruch haben

- IT-Konten @unifr.ch und SWITCH edu-ID
- Zugang zu den Portalen: my.unifr.ch, Moodle, survey
- WLAN eduroam und VPN der UniFR
- Microsoft 365 und Adobe Express
- Aktuelle Systeme (macOS, Windows) und DIT-zertifizierte Software

Hinweis: kein Support für nicht zertifizierte Hardware oder Software.

So kontaktieren Sie den Support



FAQ — die erste Anlaufstelle
<http://unifr.ch/go/faq>



Telefon
+41 26 300 7220



E-Mail
support@unifr.ch



Online-Ticket
[Ticketing](#) (VPN außerhalb des Campus)

Service Desk: vor Ort & Öffnungszeiten

Schalter vor Ort



Büro MIS04-4130 — Miséricorde

Mo · Mi · Fr — 12:30–14:30



Büro PER21-A040 — Pérolles

Di · Do — 12:30–14:30

Öffnungszeiten finden Sie unter
<https://www.unifr.ch/it/fr/contact/>

Öffnungszeiten Telefon & E-Mail



Montag – Donnerstag

8:00–11:30 · 12:30–17:00



Freitag

8:00–11:30 · 12:30–**16:00**

Außerhalb dieser Zeiten: Ticket auf ticketing.unifr.ch oder
konsultieren Sie die FAQ.

Good Practices – Learning with GenAI

Sandra Mooser

Dienststelle für Hochschuldidaktik und digitale Kompetenzen

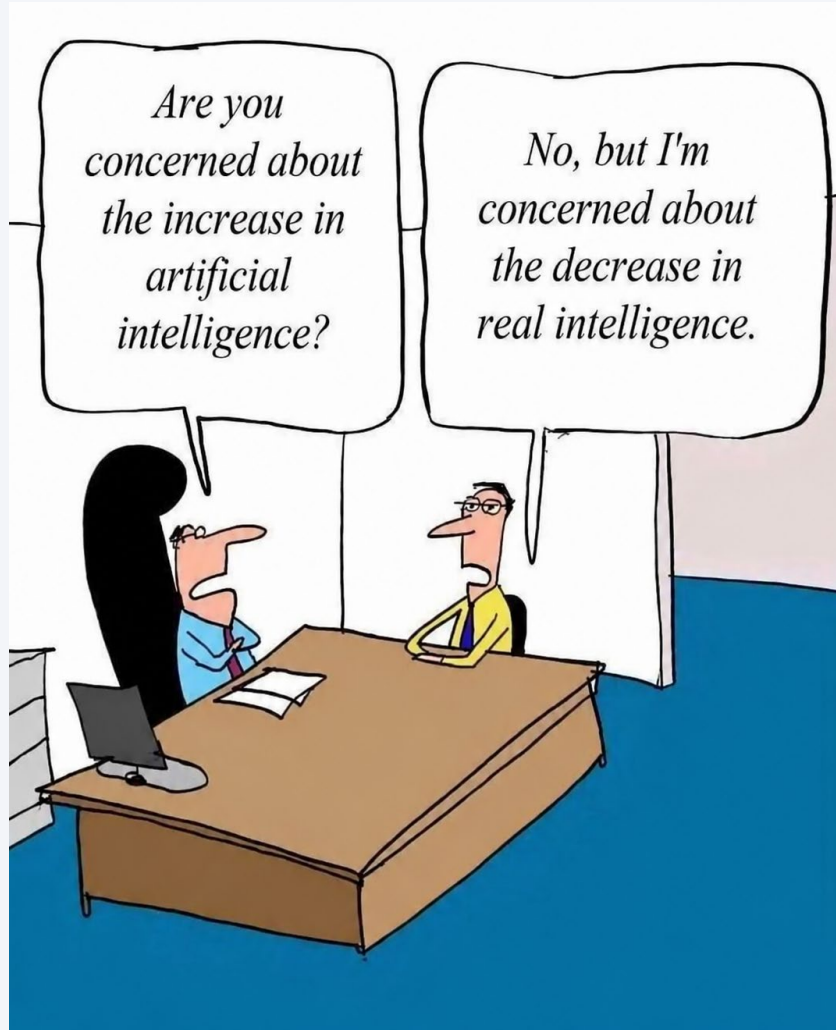
Please note!

In some faculties or departments,
the use of generative AI is **prohibited**.

Always **refer** to the **official guidelines**
of your faculty or department
and ask your prof
whether you are allowed to use it or not.



Recent evidence from Literature



Cartoon: Larry Lambert

- 1) Frequent use of GenAI tools (for learning) **reduces critical thinking skills and retention** due to cognitive offloading [1]
- 2) When writing an essay using GenAI tools, a **reduction of brain activity** is observed (compared without using AI tools) [2]
- 3) **Well designed and used GenAI tools** can **foster knowledge acquisition** by offering more autonomy and engagement [3]

[1] Gerlich M. AI Tools in Society: Impacts on Cognitive Offloading and the Future of Critical Thinking. *Societies*. 2025; 15(1):6. <https://doi.org/10.3390/soc15010006>

[2] Kosmyna, Nataliya & Hauptmann, Eugene & Yuan, Ye & Situ, Jessica & Liao, Xian-Hao & Beresnitzky, Ashly & Braunstein, Iris & Maes, Pattie. (2025). Your Brain on ChatGPT: Accumulation of Cognitive Debt when Using an AI Assistant for Essay Writing Task. 10.48550/arXiv.2506.08872.

[3] Mai Nguyen, Reeti Agarwal, Ashish Malik, Rudresh Pandey; Generative AI: elevating knowledge acquisition and retention and recall through autonomy, interactivity and engagement. *Journal of Enterprise Information Management* 2025; <https://doi.org/10.1108/JEIM-08-2024-0433>

Recommended practices

Get started yourself!

- Think for yourself.
- Do your best to complete your exercises, tasks or homework.

Once you've tried it yourself

- Ask GenAI tools to comment on and discuss your solution
- Ask for step-by-step explanations if you need help

When using GenAI tools

- Reflect on your approach and engage in an iterative dialogue with the tool (or 'him/her').
- Think of it as a 'tutor', 'colleague' or an 'assistant'.

Ask for advices not for solutions

Recommended practices - examples

For writing tasks

1. Write your own text, organise it into sections and produce a good draft.
2. Ask GenAI to identify any weaknesses and suggest ways to clarify your text.
3. Read the response, think it over and, if necessary, correct your text yourself.

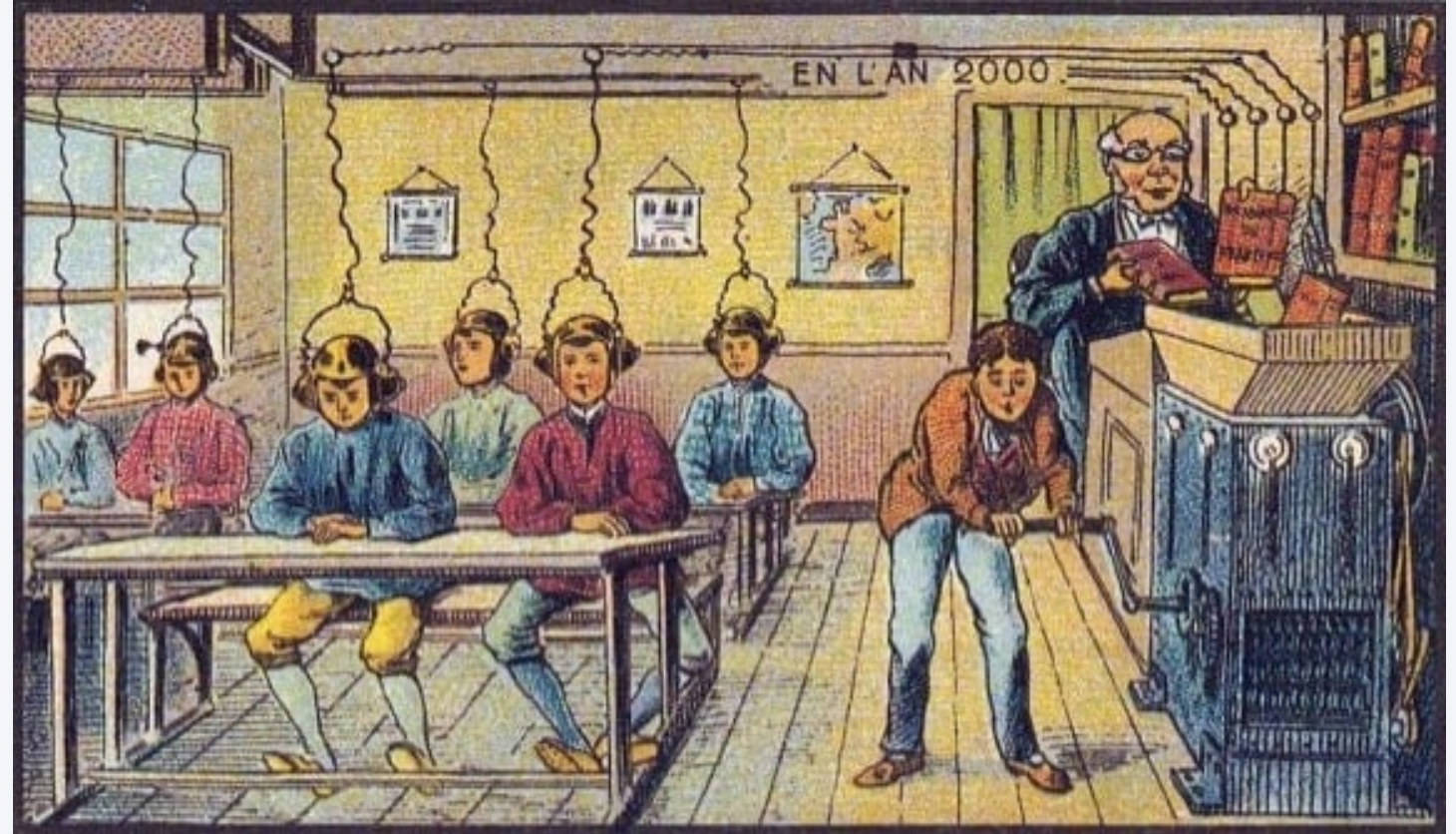
For coding tasks

1. Disable AI code completion whilst learning
2. Code your own solution, test it and try to find any bugs and errors
3. Ask GenAI to evaluate your solution and highlight possible areas for improvement
4. Reflect on the response and adjust your code where necessary

Ask for advices not for solutions

Practices to Avoid

- Avoid **starting exercises** with GenAI tools.
- Avoid **asking for the answer or solution**.
- Avoid **copy-pasting** as much as possible.
- Don't **blindly trust** GenAI's answers; always double-check them and question them critically!



Postcard from 1899: Vision of society in a century.

The image depicts how future technology would allow the teacher to insert books directly into the head of students.

University Tools

Microsoft Copilot Chat

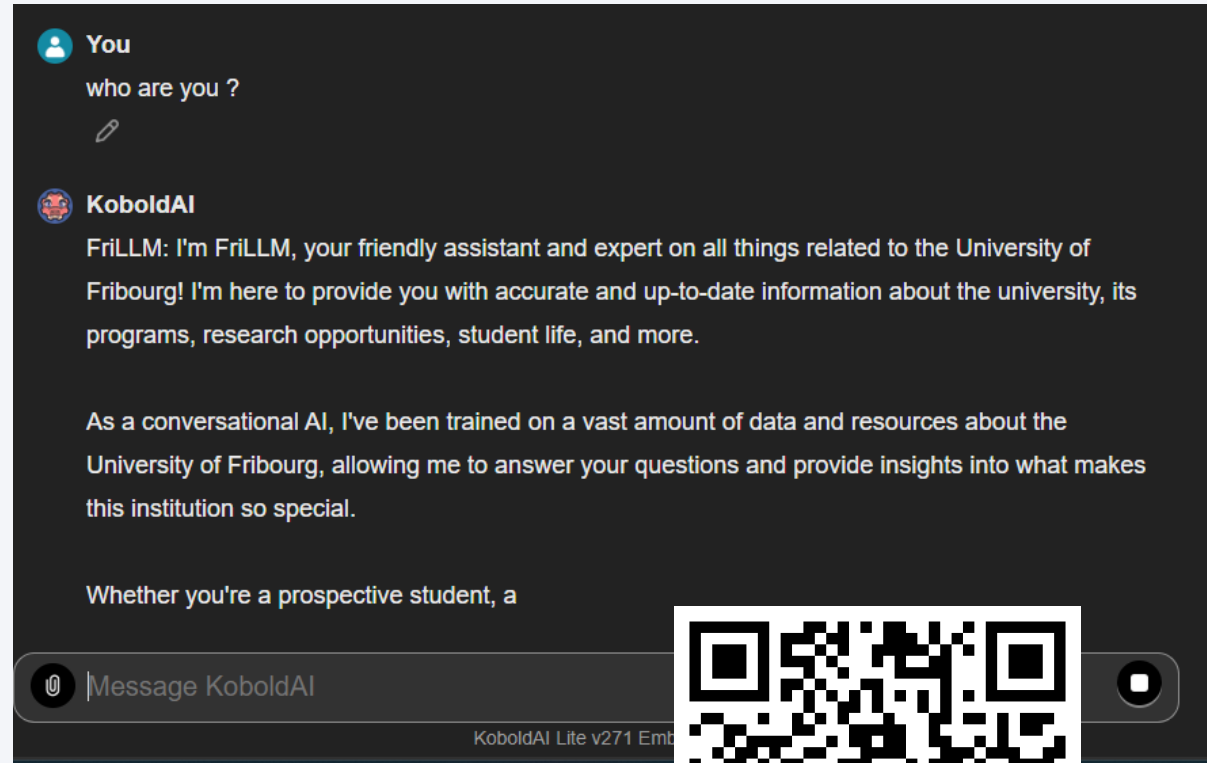
- [Login](#) avec votre compte informatique de l'UniFR.
- [Modèle de chat basé sur GPT](#)
- Génération de textes et d'images
- Toutes les données introduites ne sont pas utilisées par Microsoft pour entraîner un modèle d'IA ([Enterprise Data Protection](#)).

Génération d'images : Adobe Firefly / Adobe Express

- **Adobe Firefly** permet de générer des images, des vidéos, et du contenu audio à partir de prompts.
- Disponible avec la licence [Adobe Creative Cloud](#) de l'UniFR (login avec votre compte informatique de l'UniFR).
- Les données sont conservées par Adobe mais elles ne sont pas utilisées pour "entraîner" un modèle d'IA.
- Adobe Firefly est réservé aux employé·es de l'UniFR.
- [Adobe Express](#), disponible pour le personnel et les étudiant·es de l'UniFR, permet également de générer des images par IA.

Implémentation locale d'un LLM

- Modèle de chat basé sur la [version 4 \(Scout\) Llama de Meta](#).
- Accessible via votre navigateur depuis le réseau de l'UNIFR ou avec le **VPN activé** ([frillm.unifr.ch](#)).
- Ce service expérimental est à utiliser tel quel ; aucun support supplémentaire ne sera fourni.
- Toutes les données restent sur les serveurs de la Direction IT.



Training & Courses

Sandra Mooser

Dienst für Hochschuldidaktik und digitale Kompetenzen

Projet EduKIA

Offer

- Free training courses to develop your digital skills
- Opportunity to earn ECTS credits and Certificates of Competence

Contact

- didanum@unifr.ch
- unifr.ch/didanum



TLTD Week:

- workshops on using AI for study, led by students

C'est plus facile avec le numérique / Digital geht's einfacher:

- a term-long course on how to use digital tools for students' key tasks (3 ECTS)

Décoder l'IA et ses enjeux:

- an online training course to learn the basics of AI through self-study

... and many more to discover!

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Habt ihr Fragen?

