

Starting Days

Ressources informatiques pour les études

Gérald Collaud, Hubert Clément, Jacques Monnard, Simon Ruffieux, Nicole Schärer Rieder

Septembre 2025

Plan

- Se connecter aux services
- Stocker ses données
- Moodle
- MyUnifr
- Service Desk
- Bonnes pratiques en matière d'IA
- Formations

SE CONNECTER

Gérald Collaud
DIT - Enseignement et Recherche

DEUX comptes informatiques

▪ Compte **UniFR** aussi appelé *e-account*

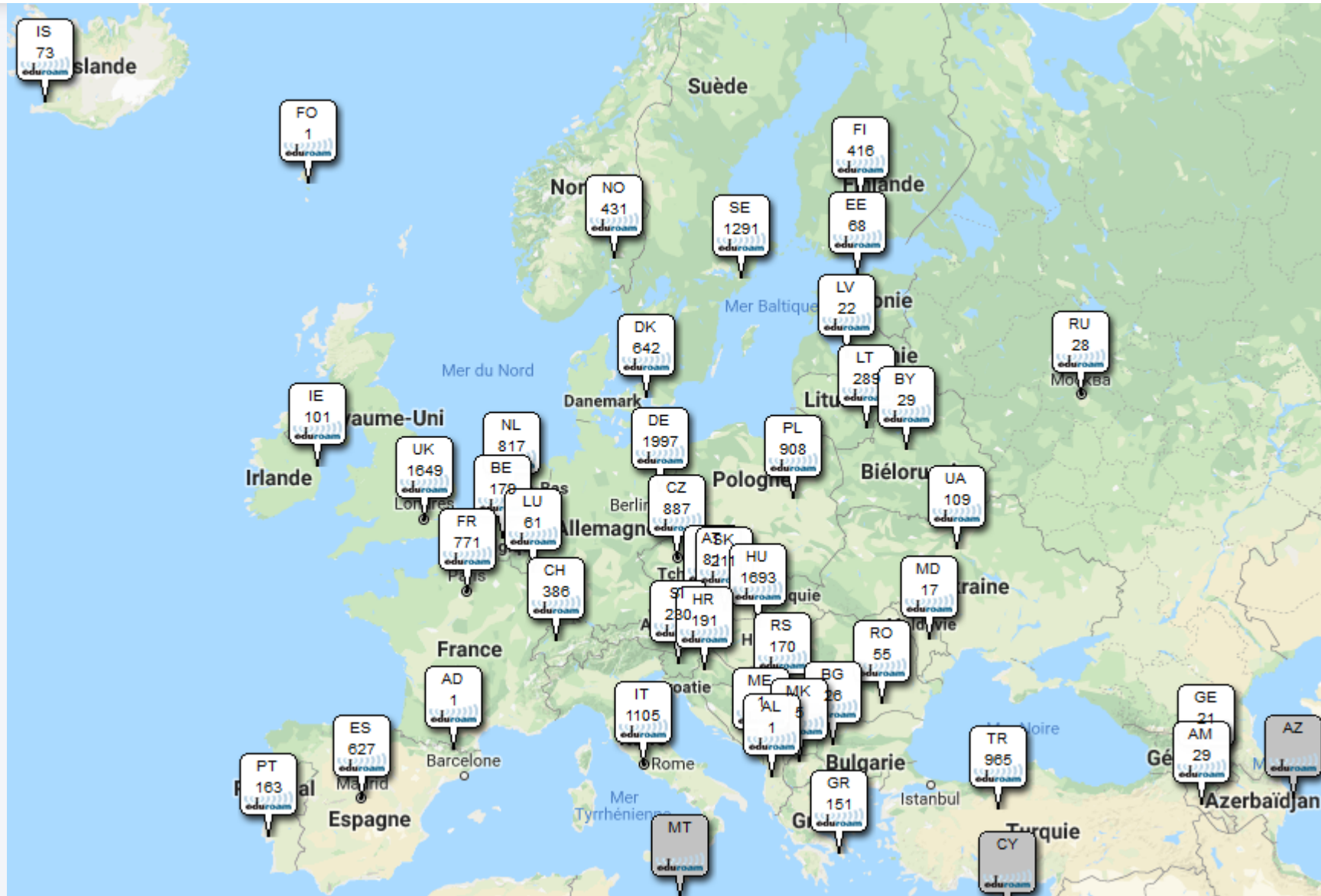
- Courriel
outlook.office.com
- Réalisation de questionnaires
survey.unifr.ch
- ...

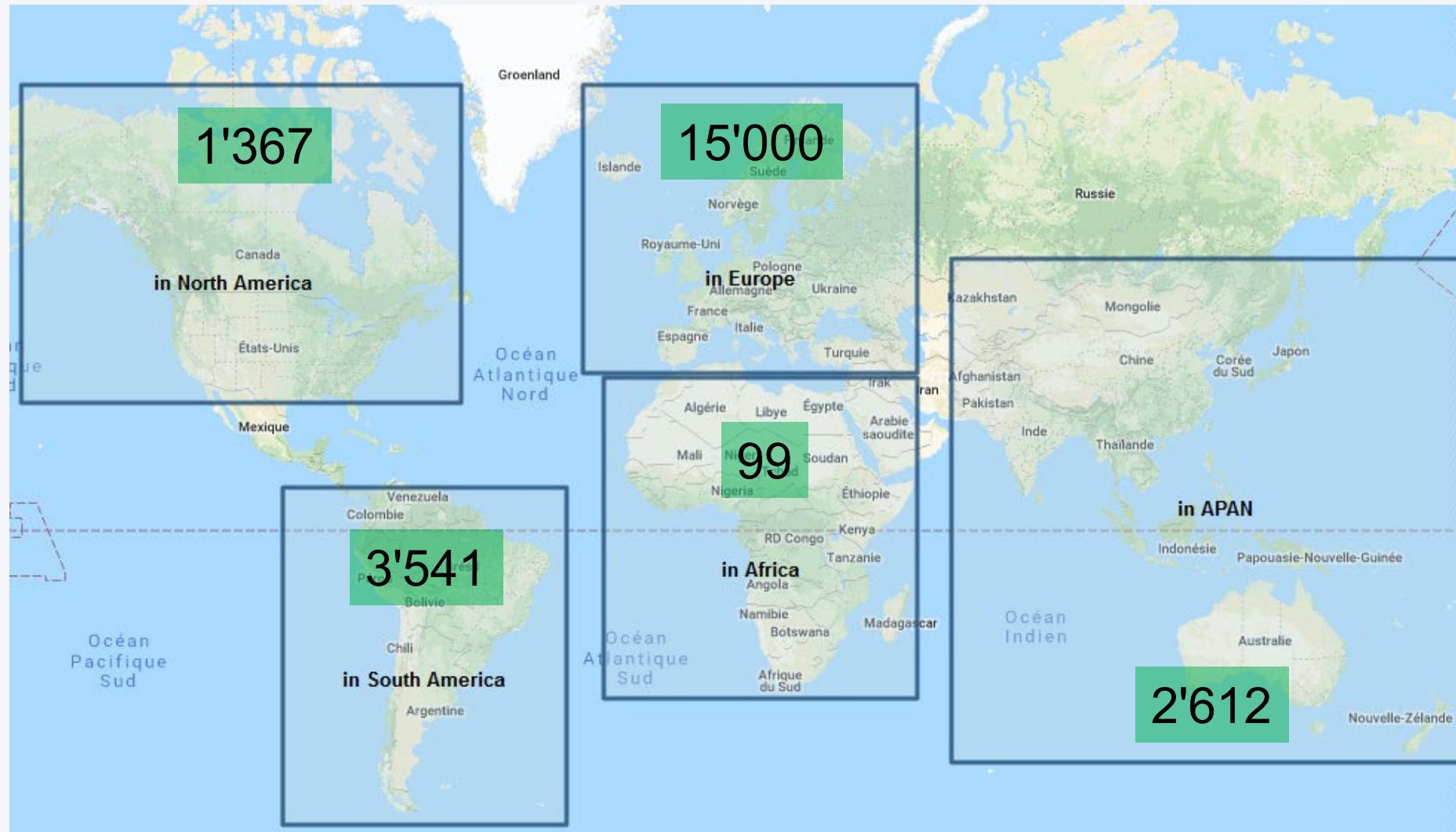
▪ Compte **SWITCHedu-ID**

- Cours en ligne
moodle.unifr.ch
- Portail institutionnel
my.unifr.ch
- Espace de stockage en ligne
drive.switch.ch
- ...
- Ressources externes
 - ilias.unibe.ch
Cours en ligne à l'Université de Berne
 - ...

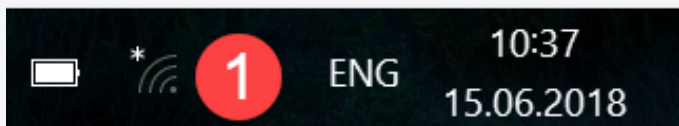


- **Eduroam** est un projet international qui regroupe des hautes écoles du monde entier.
- **Eduroam** => accès Wifi sur une multitude de sites en Suisse et dans le monde.

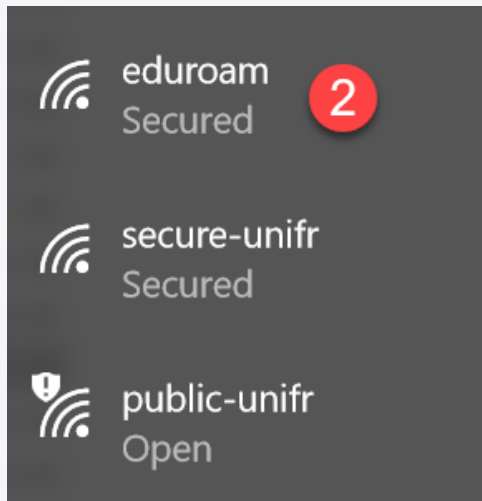




Se connecter au Wifi de l'UniFR

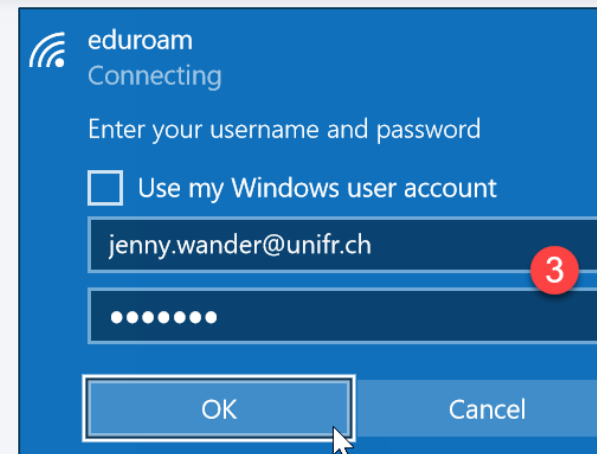


1. Cliquer sur l'icone du réseau

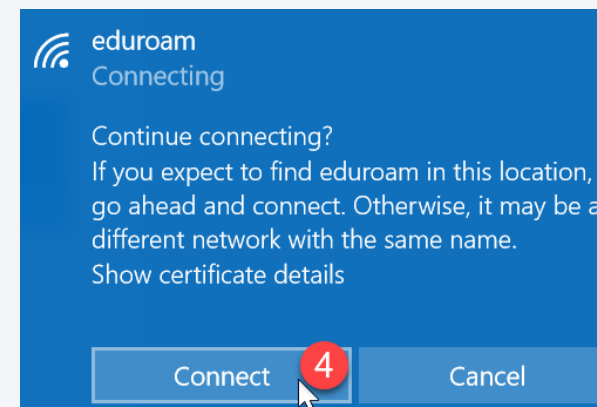


2. Choisir le réseau «**eduroam**»

Note : public-unifr est réservé aux personnes qui sont en visite à l'UniFR



3. Saisir votre adresse courriel **@unifr.ch** et votre mot de passe



4. **Accepter** le certificat de sécurité

Mot de passe perdu

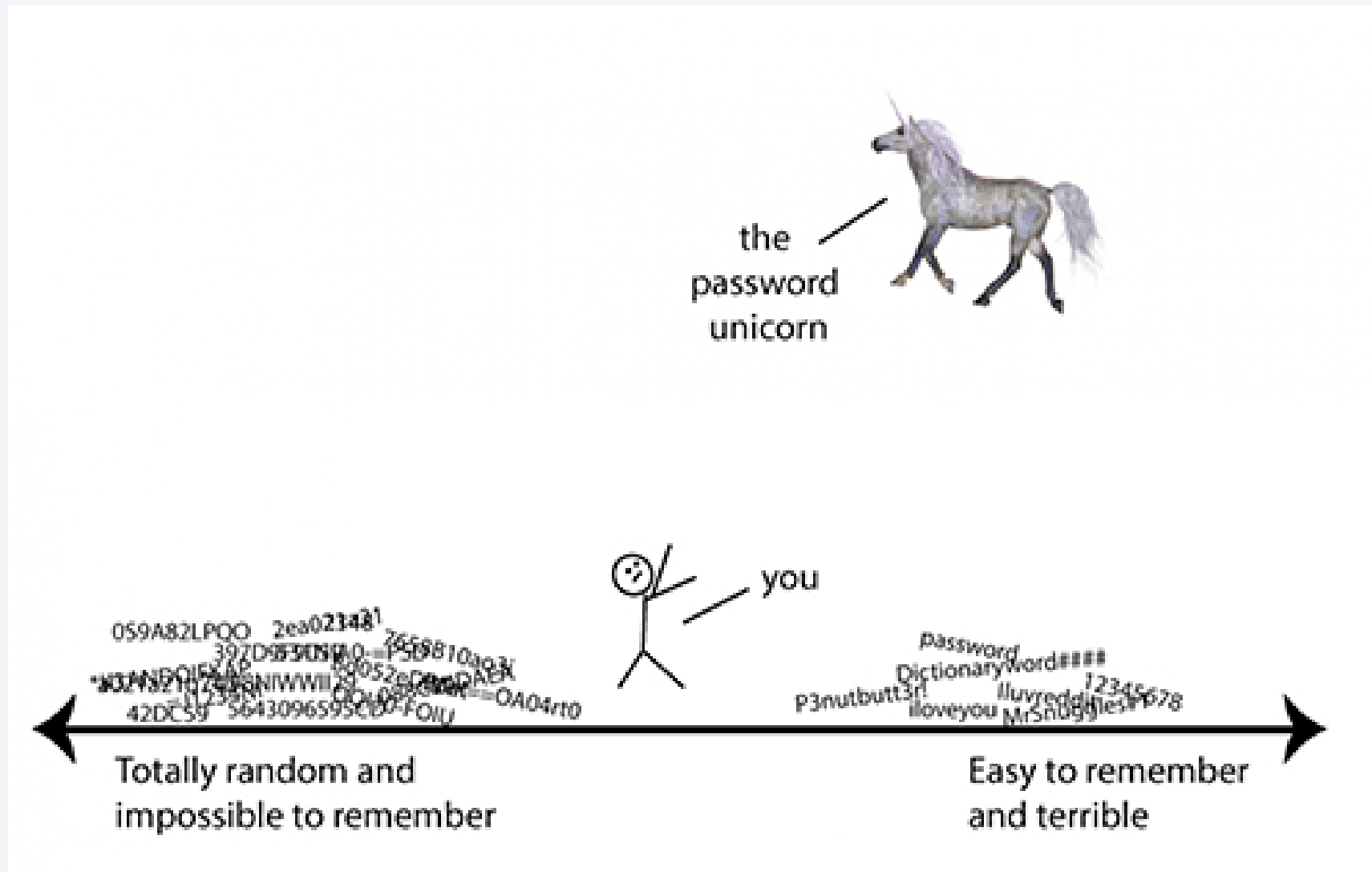


- Compte **UniFR**

unifr.ch/go/initpassword

- Compte **SWITCHedu-ID**

eduid.ch/web/reset-password



Source : blog.londondrugs.com/researchers-have-discovered-the-perfect-password-thats-also-easy-to-remember



Les mots de passe les plus piratés en France, 2024

	Mot de passe	Nombre de fois où une violation de données a été constatée
1	123456	42 542 807
2	123456789	18 313 580
3	password	10 382 543
4	12345678	6 901 438
5	12345	3 508 324
6	000000	3 166 772
7	admin	1 786 404
8	Password	701 413
9	azerty	404 585
10	1234561	330 859

Preply

Source : cnetfrance.fr/news/journee-mondiale-mot-de-passe-39903395.htm



- Long et difficile à découvrir !
- Long :
 - Plus de 11 caractères
- Difficile :
 - Pas de chaînes de caractères de mots du dictionnaire
 - Pas de dates de naissance
 - Pas déjà utilisé pour un autre site
 - Pas écrit sur un post-it
- ! Règles changent selon les sites web



TIME IT TAKES A HACKER TO BRUTE FORCE YOUR PASSWORD IN 2023

Number of Characters	Numbers Only	Lowercase Letters	Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters, Symbols
4	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
5	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
6	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
7	Instantly	Instantly	1 sec	2 secs	4 secs
8	Instantly	Instantly	28 secs	2 mins	5 mins
9	Instantly	3 secs	24 mins	2 hours	6 hours
10	Instantly	1 min	21 hours	5 days	2 weeks
11	Instantly	32 mins	1 month	10 months	3 years
12	1 sec	14 hours	6 years	53 years	226 years
13	5 secs	2 weeks	332 years	3k years	15k years
14	52 secs	1 year	17k years	202k years	1m years
15	9 mins	27 years	898k years	12m years	77m years
16	1 hour	713 years	46m years	779m years	5bn years
17	14 hours	18k years	2bn years	48bn years	380bn years
18	6 days	481k years	126bn years	2tn years	26tn years

Source : hivesystems.io/password



2019

Length of Password (Chars)	Only Numbers	Mixed Lower and Upper case alphabets	Mixed numbers, Lower and Upper case alphabets	Mixed numbers, Lower and Upper case alphabets , symbols
3	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
4	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
5	Instantly	Instantly	3 secs	10 secs
6	Instantly	8 secs	3 mins	13 mins
7	Instantly	5 mins	3 hours	17 hours
8	Instantly	3 hours	10 days	57 days
9	4 secs	4 days	153 days	12 years
10	40 secs	169 days	1 year	928 years
11	6 mins	16 years	106 years	71k years
12	1 hour	600 years	6k years	5m years
13	11 hours	21k years	108k years	423m years
14	4 days	778k years	25m years	5bn years
15	46 days	28m years	1bn years	2tn years
16	1 year	1bn years	97bn years	193tn years
17	12 years	36bn years	6tn years	14qd years
18	126 years	1tn years	374tn years	1qt years

2023

Number of Characters	Numbers Only	Lowercase Letters	Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters	Numbers, Upper and Lowercase Letters, Symbols
4	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
5	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
6	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly	Instantly
7	Instantly	Instantly	1 sec	2 secs	4 secs
8	Instantly	Instantly	28 secs	2 mins	5 mins
9	Instantly	3 secs	24 mins	2 hours	6 hours
10	Instantly	1 min	21 hours	5 days	2 weeks
11	Instantly	32 mins	1 month	10 months	3 years
12	1 sec	14 hours	6 years	53 years	226 years
13	5 secs	2 weeks	332 years	3k years	15k years
14	52 secs	1 year	17k years	202k years	1m years
15	9 mins	27 years	898k years	12m years	77m years
16	1 hour	713 years	46m years	779m years	5bn years
17	14 hours	18k years	2bn years	48bn years	380bn years
18	6 days	481k years	126bn years	2tn years	26tn years

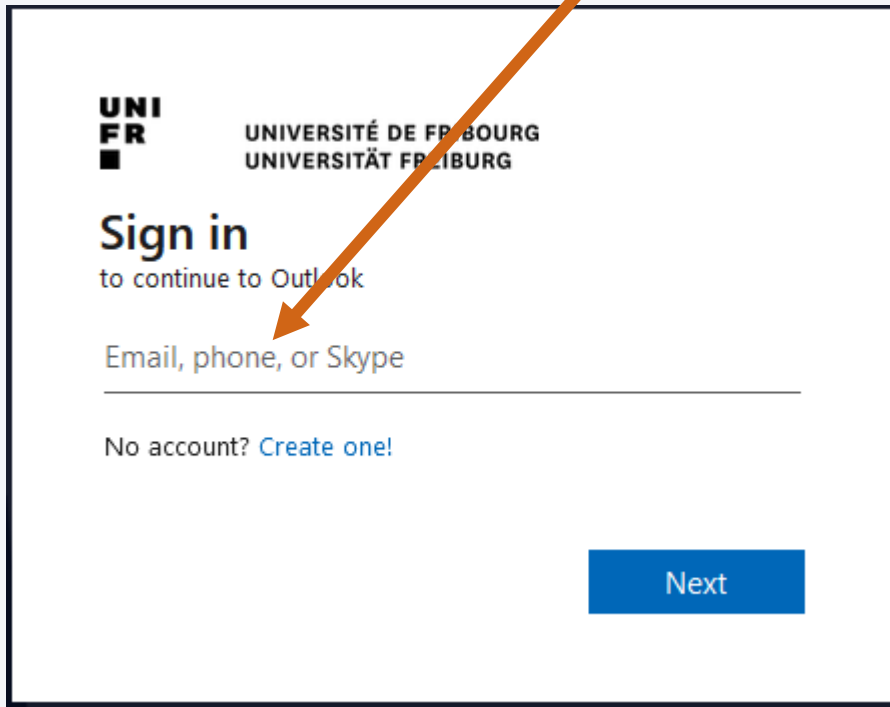


- Programme qui stocke vos mots de passe
- Mac, PC, Smartphone, Tablette, ...
- Accès par **un mot de passe unique** (*master password*)
- Important : +long et +compliqué
- Exemples :
 - PasswordSafe
 - KeePass
 - bitwarden

Accéder au courriel

outlook.office.com

Votre adresse courriel (*prenom.nom@unifr.ch*)



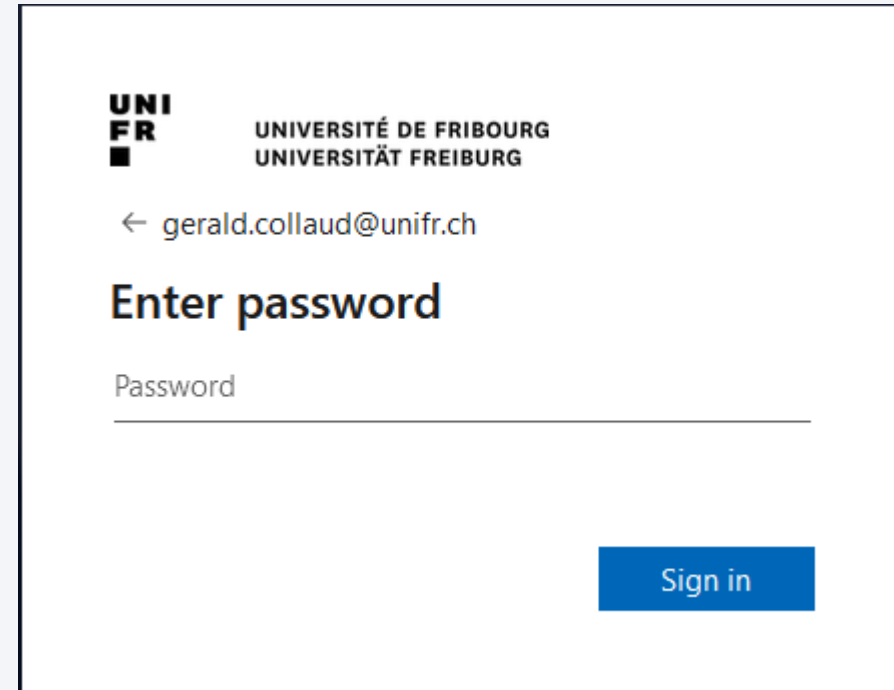
**UNI
FR** ■ UNIVERSITÉ DE FRIBOURG
UNIVERSITÄT FREIBURG

Sign in
to continue to Outlook

Email, phone, or Skype

No account? [Create one!](#)

Next



**UNI
FR** ■ UNIVERSITÉ DE FRIBOURG
UNIVERSITÄT FREIBURG

← gerald.collaud@unifr.ch

Enter password

Password

Sign in

DEUX comptes informatiques

■ Compte **UniFR** aussi appelé *e-account*

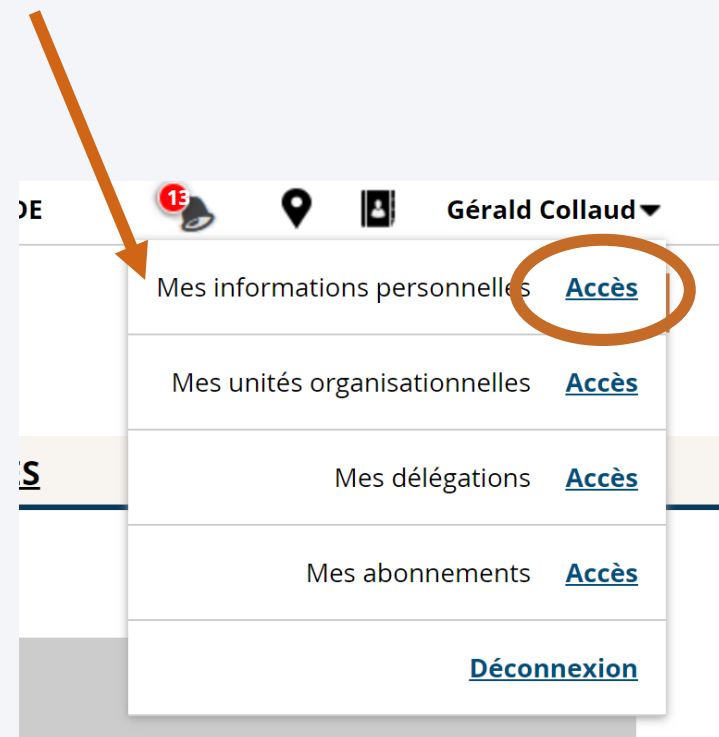
- Courriel
outlook.office.com
- Réalisation de questionnaires
survey.unifr.ch
- ...

■ Compte **SWITCHedu-ID**

- Cours en ligne
moodle.unifr.ch
- Portail institutionnel
my.unifr.ch
- Espace de stockage en ligne
drive.switch.ch
- ...
- Ressources externes
 - ilias.unibe.ch
Cours en ligne à l'Université de Berne
 - ...



- Allez sur my.unifr.ch
- Faites un login avec votre compte UniFR
- Accédez à vos informations personnelles (en haut à droite, sous votre nom)
- ...





- Vous avez une des deux options suivantes :

SWITCH edu-ID

Afin d'accéder à certains services, vous devez lier votre compte SWITCH edu-ID à votre compte Unifr. En cliquant sur 'Continuer' vous serez invité à vous connecter à votre compte SWITCH edu-ID, ce qui vous permettra de valider votre affiliation à l'université de Fribourg. Si vous ne possédez pas de compte SWITCH edu-ID, vous aurez la possibilité d'en créer directement un.

Continuer



Une opération est nécessaire,
allez à l'étape suivante

SWITCH edu-ID

Votre compte SWITCH edu-ID est déjà lié à votre compte Unifr. Aucune action n'est nécessaire.



Tout est en ordre, votre compte est lié.
Aucune opération n'est nécessaire.

Attendez la partie de la présentation
sur la double authentification



Deux possibilités :

1. Vous n'avez **pas** de compte SWITCHedu-ID
2. Vous **avez** déjà un compte SWITCHedu-ID



Vous n'avez **pas** de compte SWITCHedu-ID

A. Créez un compte SWITCHedu-ID

B. Associez "Université de Fribourg" à ce compte SWITCHedu-ID

Source :

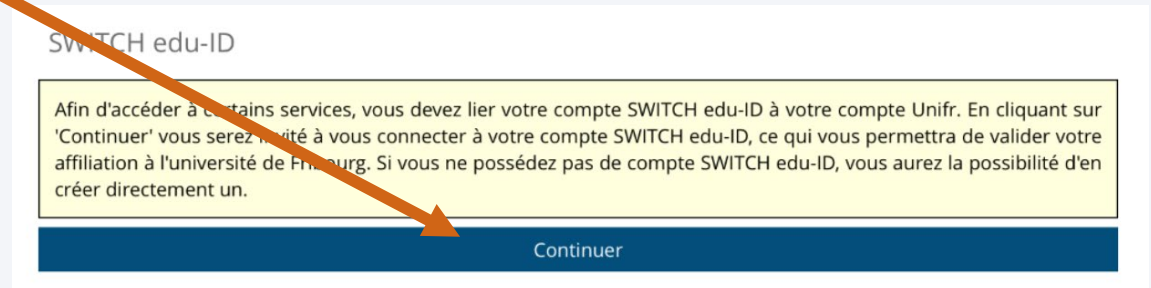
unifr.ch/go/faq et chercher «eduid» ou unifr.ch/go/faq/?s=eduid

www2.unifr.ch/dit/faq/article/etudiant-e-s-employe-e-s-creation-dun-compte-switch-edu-id/



Vous n'avez **pas** de compte SWITCHedu-ID

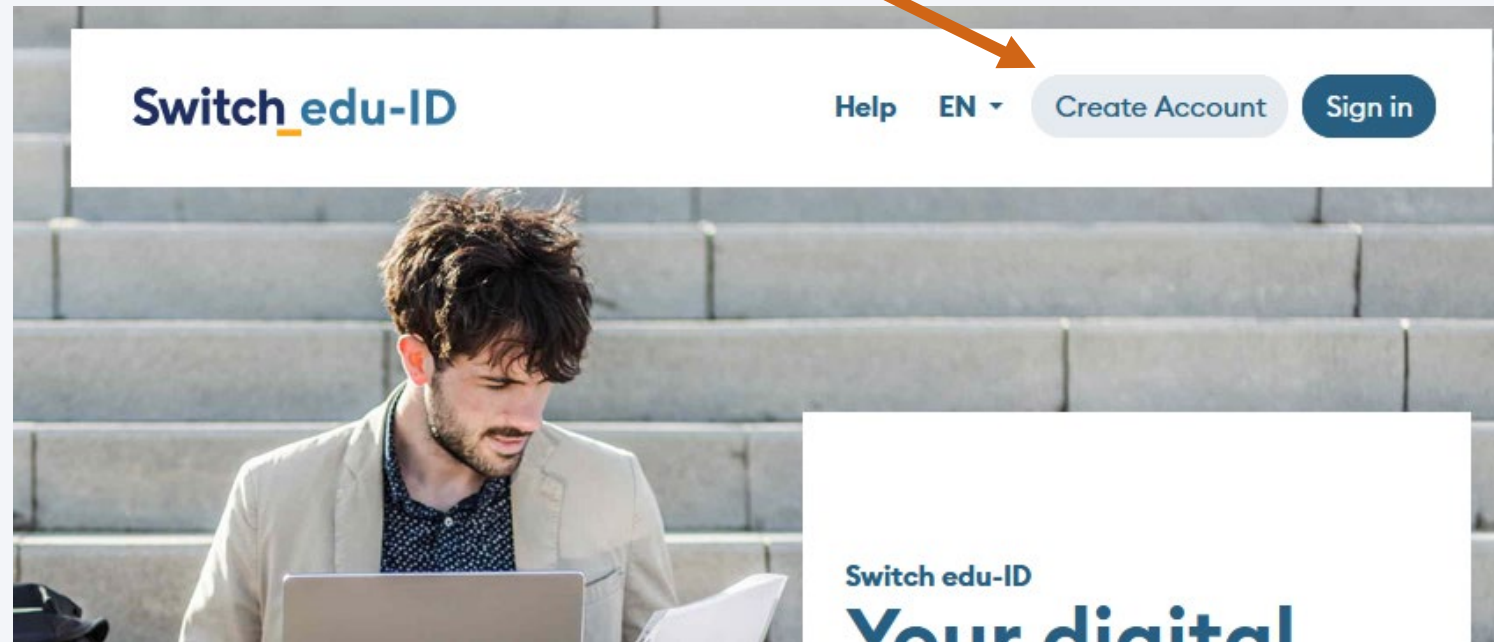
- Sous la rubrique "SWITCH edu-ID", cliquez sur "Continuer"



A. Créer un compte SWITCHedu-ID



- Cliquez sur "Create account"



A. Créer un compte SWITCHedu-ID (détails)



■ Introduisez vos données

Switchedu-ID

Help EN ▾

Create Account

First name

Alex

Last name

Taylor

Date of birth

mm/dd/yyyy

📅

E-mail

alex.taylor@example.org

Preferred language

English ▾

Matriculation number(optional)

00 - 099 - 999

Password

👁

Confirm password

👁

☐ I agree to the [Terms and Conditions](#)

Cancel

Register

A. Créer un compte SWITCHedu-ID (détails)



- Introduisez votre code de vérification reçu sur votre adresse courriel



Switchedu-ID Help EN ▾

Enter Verification Code

A message with a verification code was sent to

Please enter the verification code.

Verification code

123456

Cancel Submit

A. Créer un compte SWITCHedu-ID (détails)



- Introduisez un numéro de téléphone mobile
Vous pouvez le faire plus tard

Switch edu-ID Help EN ▾

Add mobile phone number

Please add a mobile number to your account. It can be used to recover your account if you lose access to it.

Mobile phone number

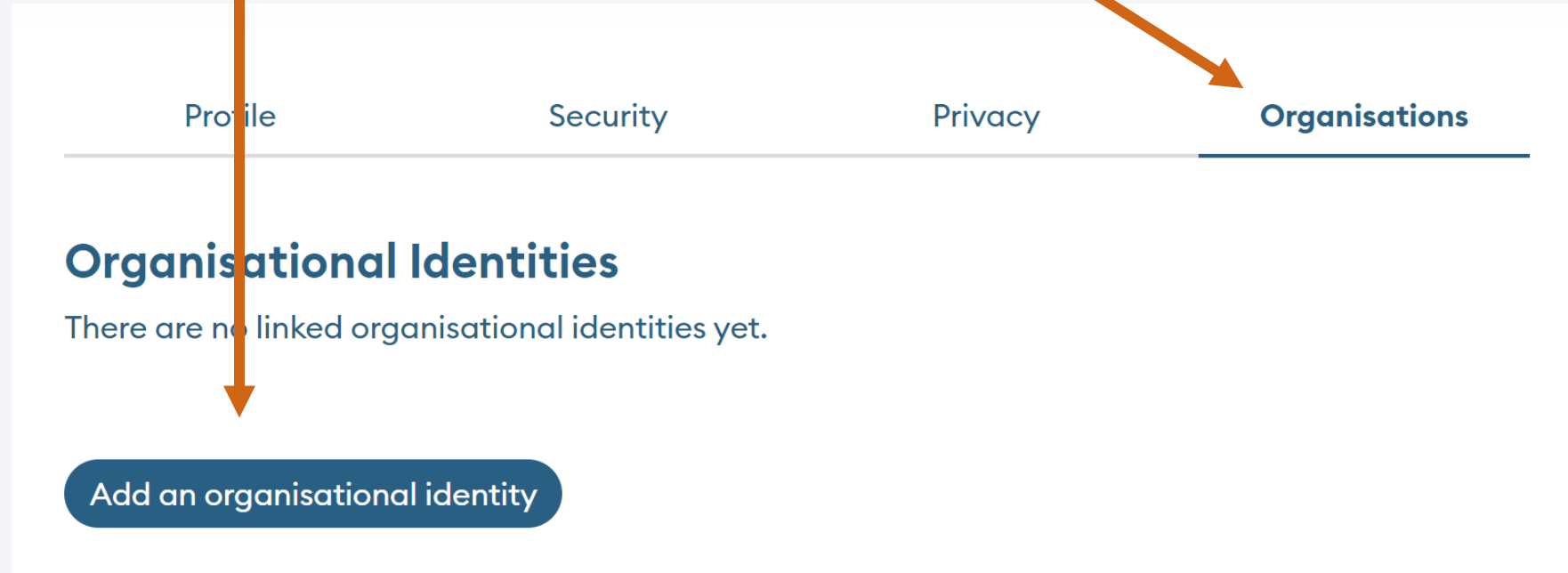
+41 79 234 56 78

[Skip](#) [Continue](#)

B. Associer SWITCHedu-ID et Université de Fribourg



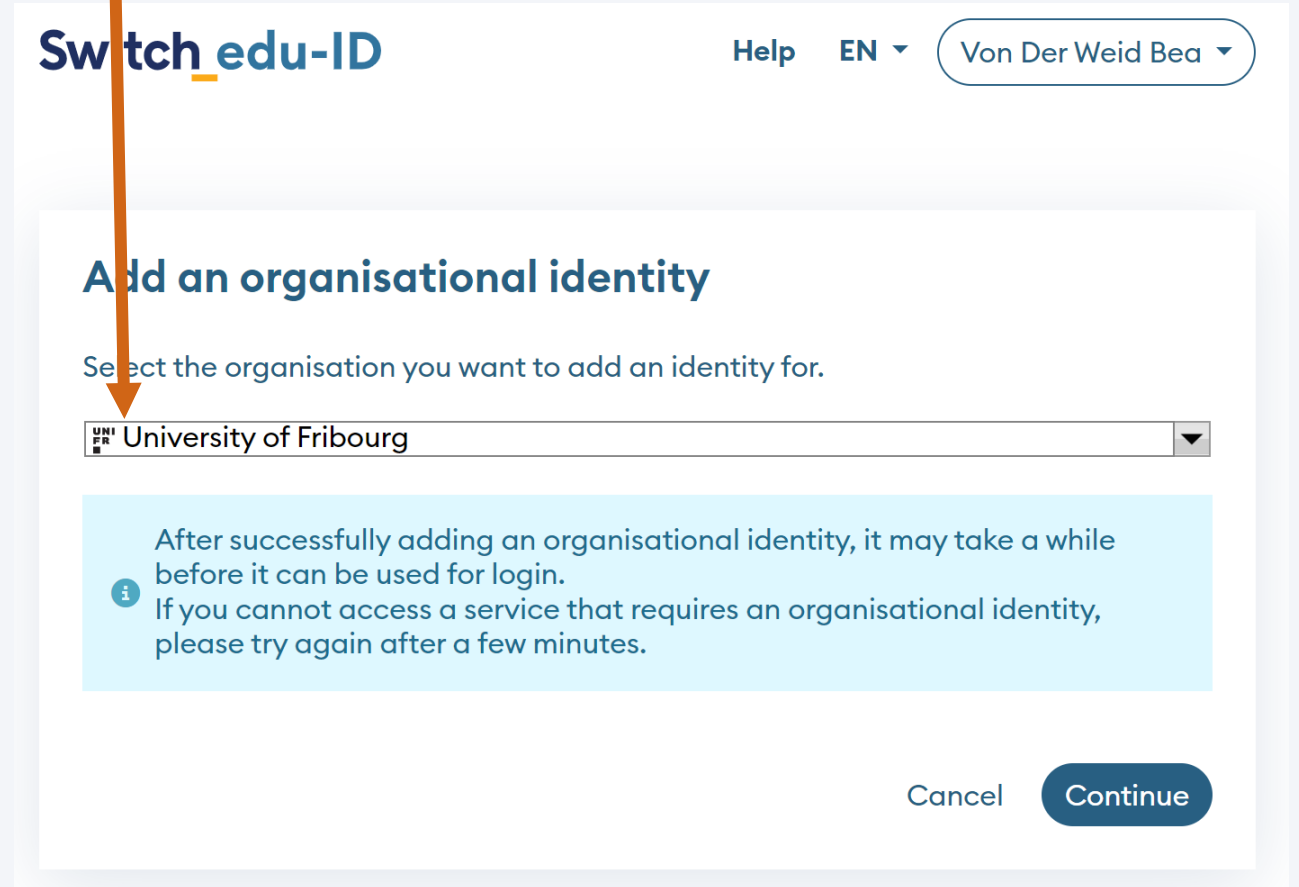
- Une fois que le compte est créé, allez dans la partie "Organisations", et ajoutez «Université de Fribourg»



B. Associer SWITCHedu-ID et Université de Fribourg (détails)



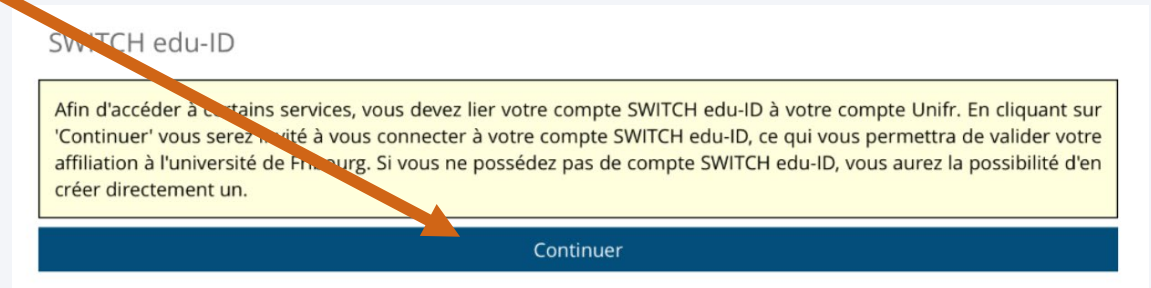
- Sélectionnez "Université de Fribourg" et cliquez sur "Continue"

The screenshot shows the 'Add an organisational identity' page on the Switch edu-ID portal. At the top, the 'Switch edu-ID' logo is on the left, and 'Help', 'EN', and a user profile 'Von Der Weid Bea' are on the right. The main heading is 'Add an organisational identity'. Below it, the instruction 'Select the organisation you want to add an identity for.' is followed by a dropdown menu. An orange arrow points from the text in the list above to this dropdown menu, which currently shows 'University of Fribourg' with a small 'UNI FR' icon on the left and a downward arrow on the right. Below the dropdown is a light blue information box with an 'i' icon, containing the text: 'After successfully adding an organisational identity, it may take a while before it can be used for login. If you cannot access a service that requires an organisational identity, please try again after a few minutes.' At the bottom right, there are 'Cancel' and 'Continue' buttons, with 'Continue' being a dark blue button.



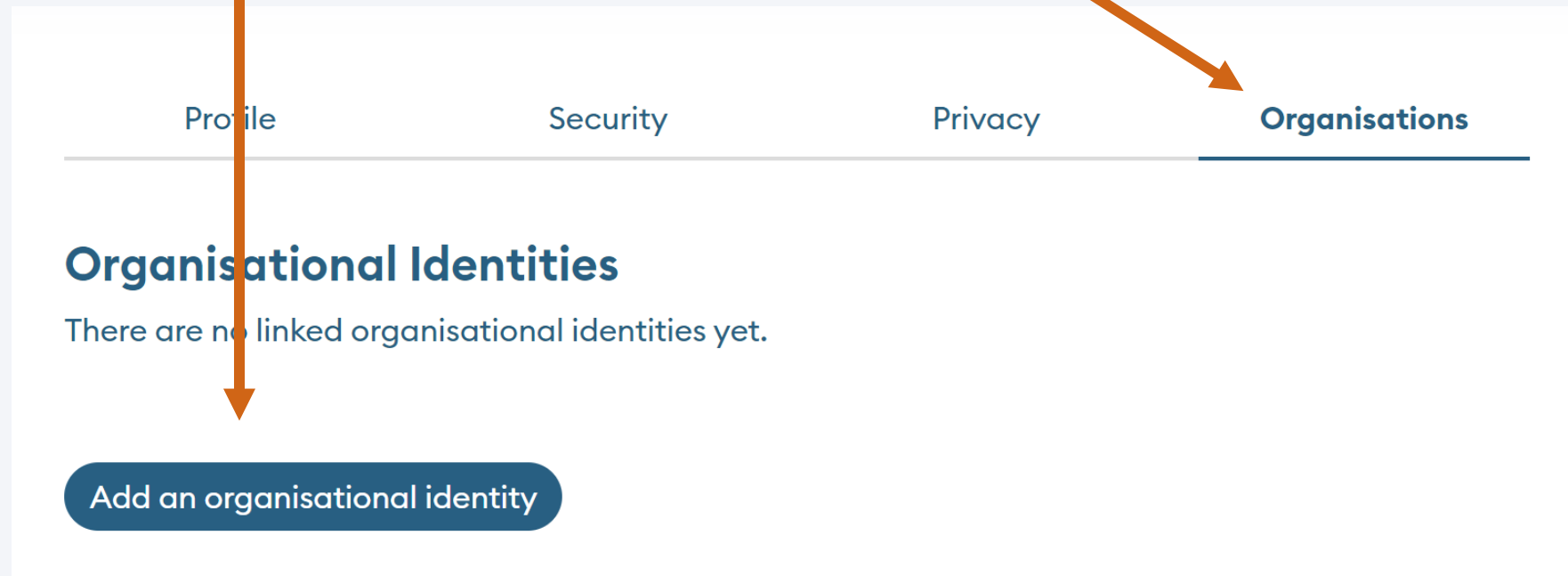
Vous avez un compte SWITCHedu-ID

- Sous la rubrique "SWITCH edu-ID", cliquez sur "Continuer"





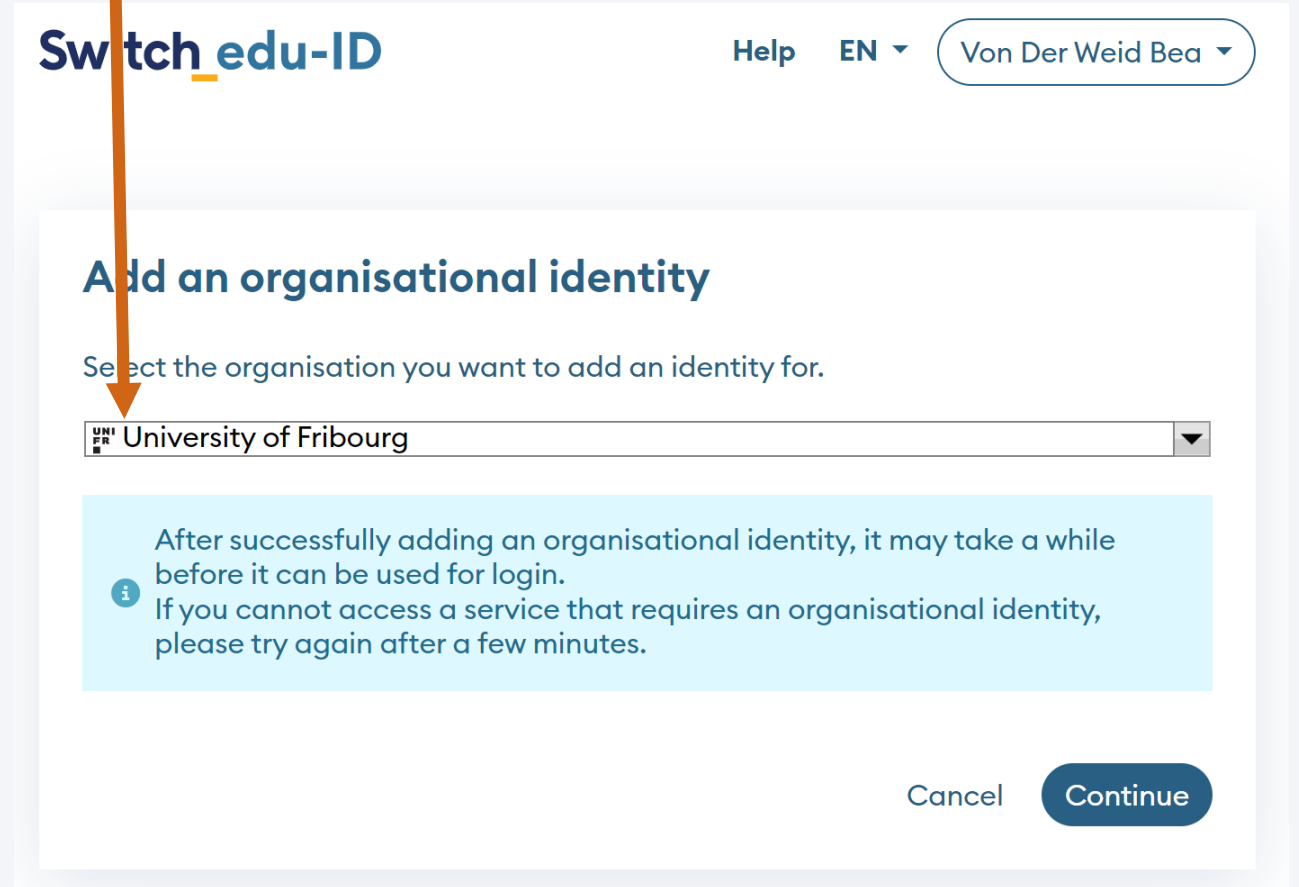
- Une fois le login effectué, allez dans la partie "Organisations", et ajoutez "Université de Fribourg"



B. Associer SWITCHedu-ID et Université de Fribourg (détails)



- Sélectionnez "Université de Fribourg" et cliquez sur "Continue"

The screenshot shows the 'Add an organisational identity' page on the Switch edu-ID portal. At the top, the 'Switch edu-ID' logo is on the left, and 'Help', 'EN', and a user profile 'Von Der Weid Bea' are on the right. The main heading is 'Add an organisational identity'. Below it, the instruction 'Select the organisation you want to add an identity for.' is followed by a dropdown menu. An orange arrow points from the text in the list above to this dropdown menu, which currently shows 'University of Fribourg' with a small 'UNI FR' icon on the left and a downward arrow on the right. Below the dropdown is a light blue information box with an 'i' icon, containing the text: 'After successfully adding an organisational identity, it may take a while before it can be used for login. If you cannot access a service that requires an organisational identity, please try again after a few minutes.' At the bottom right, there are 'Cancel' and 'Continue' buttons, with 'Continue' being a dark blue button.

Double authentication avec SWITCHedu-ID



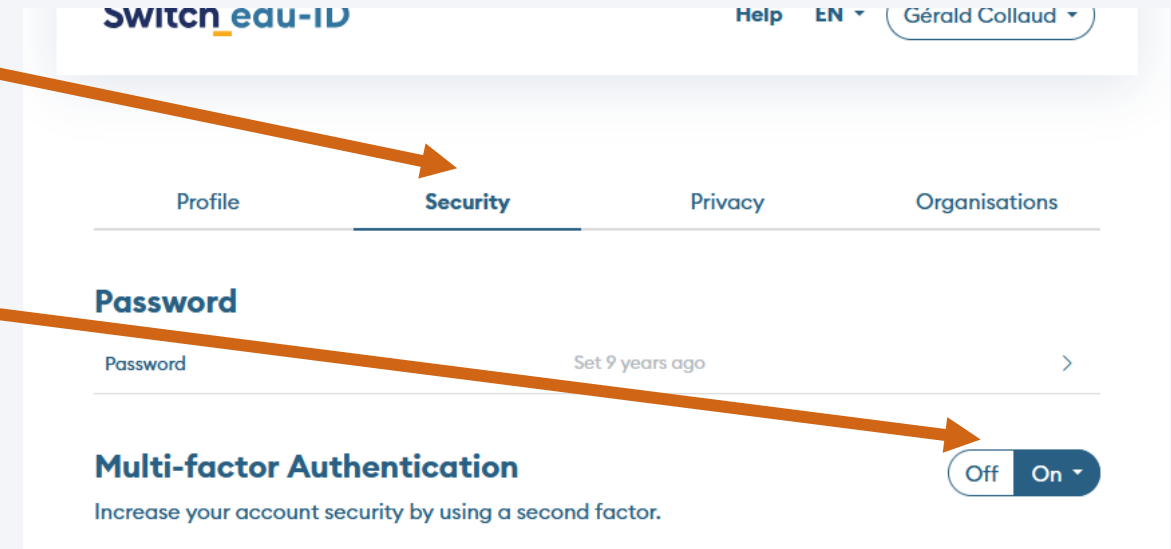
1. Activer la double authentication sur eduid.ch
2. Utiliser une application d'authentification

eduid.ch/help

1. Activer la double authentification sur eduid.ch



- Faites un login sur eduid.ch
- Cliquez sur l'onglet "Security"
- Cliquez sur "On"
- ...



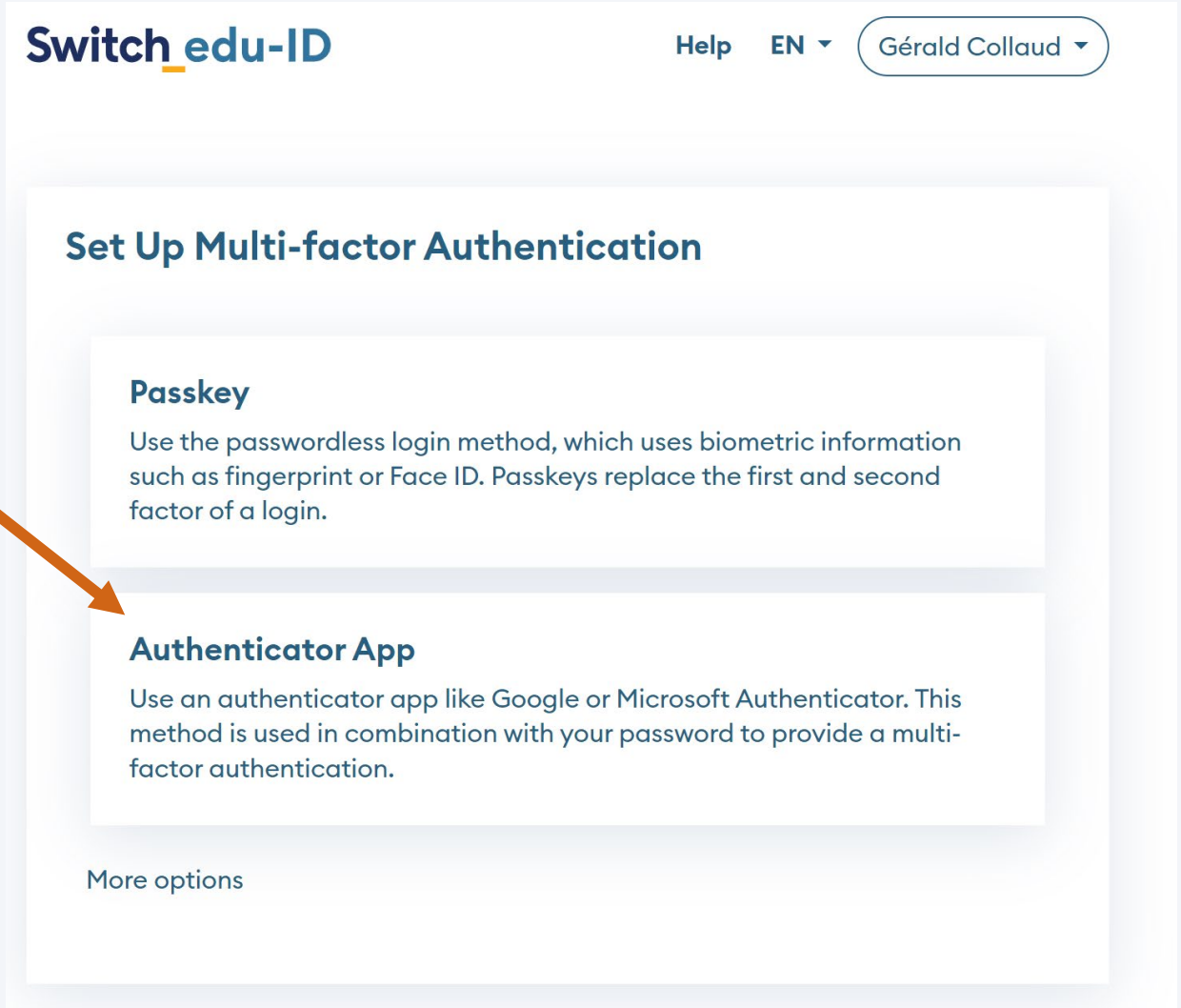
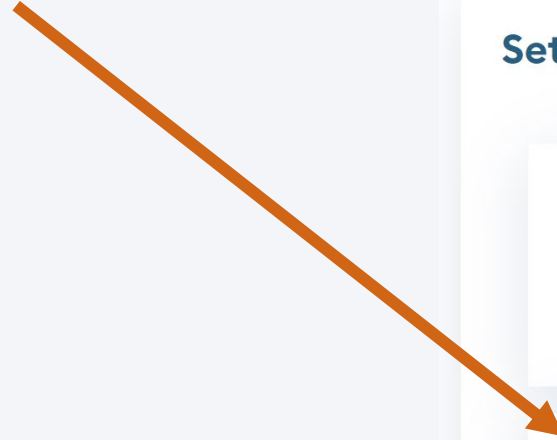
eduid.ch/help

2. Utiliser une application d'authentification



- Cliquez sur "Authenticator App"

- ...



eduid.ch/help

2. Utiliser une application d'authentification



1. Téléchargez une application d'authentification
2. Avec cette application, ajoutez une entrée et scannez le code QR
3. Introduisez le code donné par votre app

Switch edu-ID Help EN ▼ Gérald Collaud ▼

Register your Authenticator App

1. Open your authenticator app
Frequently used applications:
 - Google Authenticator ([iOS](#), [Android](#))
 - Microsoft Authenticator ([iOS](#), [Android](#))
 - Password manager
2. Add a new item
3. Scan the QR code
4. Enter the 6 digits below



Secret key
UVG4I YJI '6XDR 'M

Verification code
| 23456

Cancel Submit

eduid.ch: Switch edu-ID

574 473



eduid.ch/help



- N'oubliez pas conserver dans un lieu sûr votre code de récupération

Switch edu-ID Help EN Gérald Collaud

Your New Recovery Code

Keep the recovery code in a **safe but retrievable place** (e.g., password manager or safety box).

Copied

4629 1234 5678 9012

☐ I have stored it

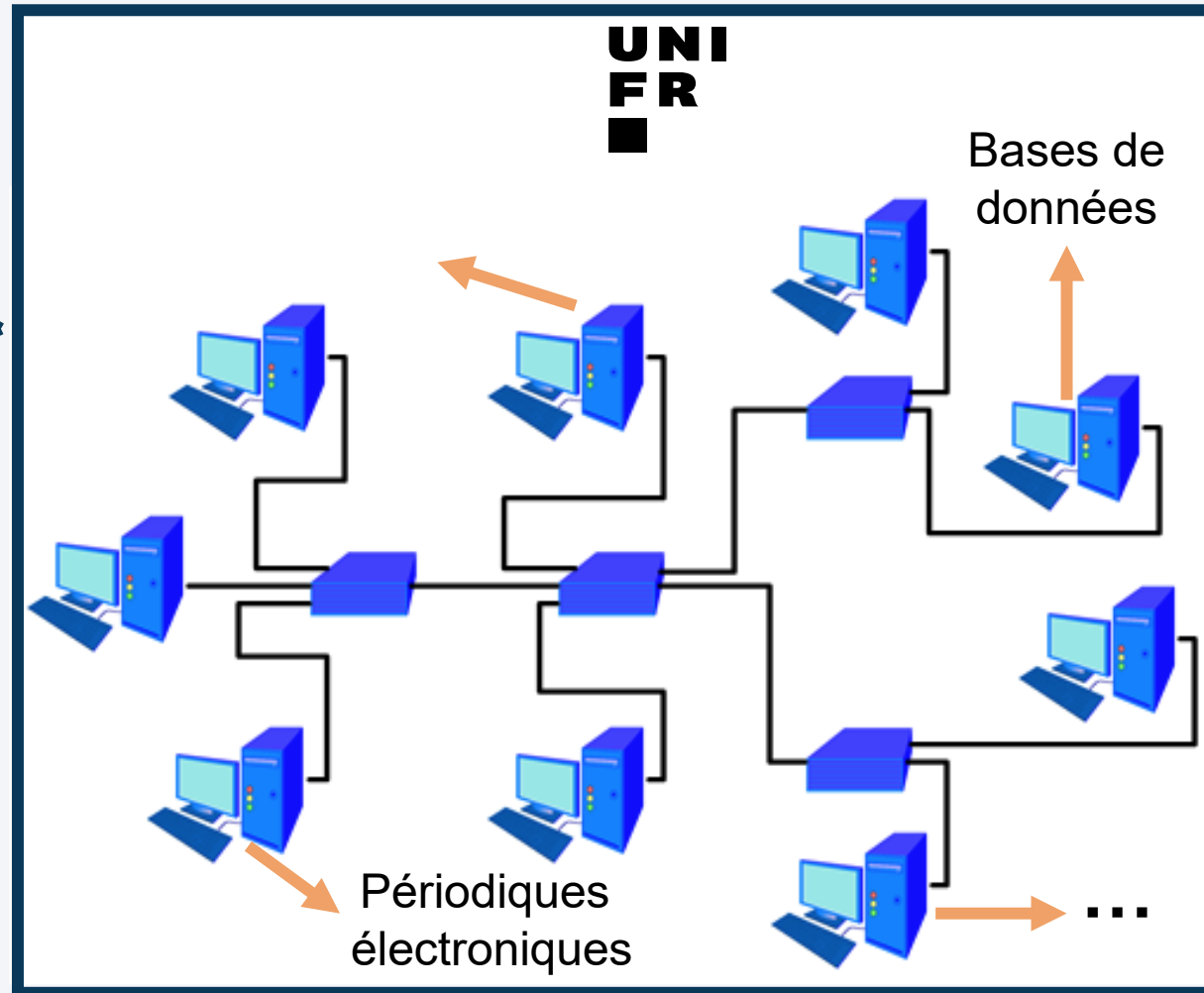
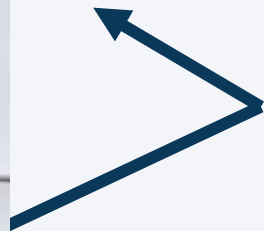
Continue

eduid.ch/help

VPN (*Virtual Private Network*)



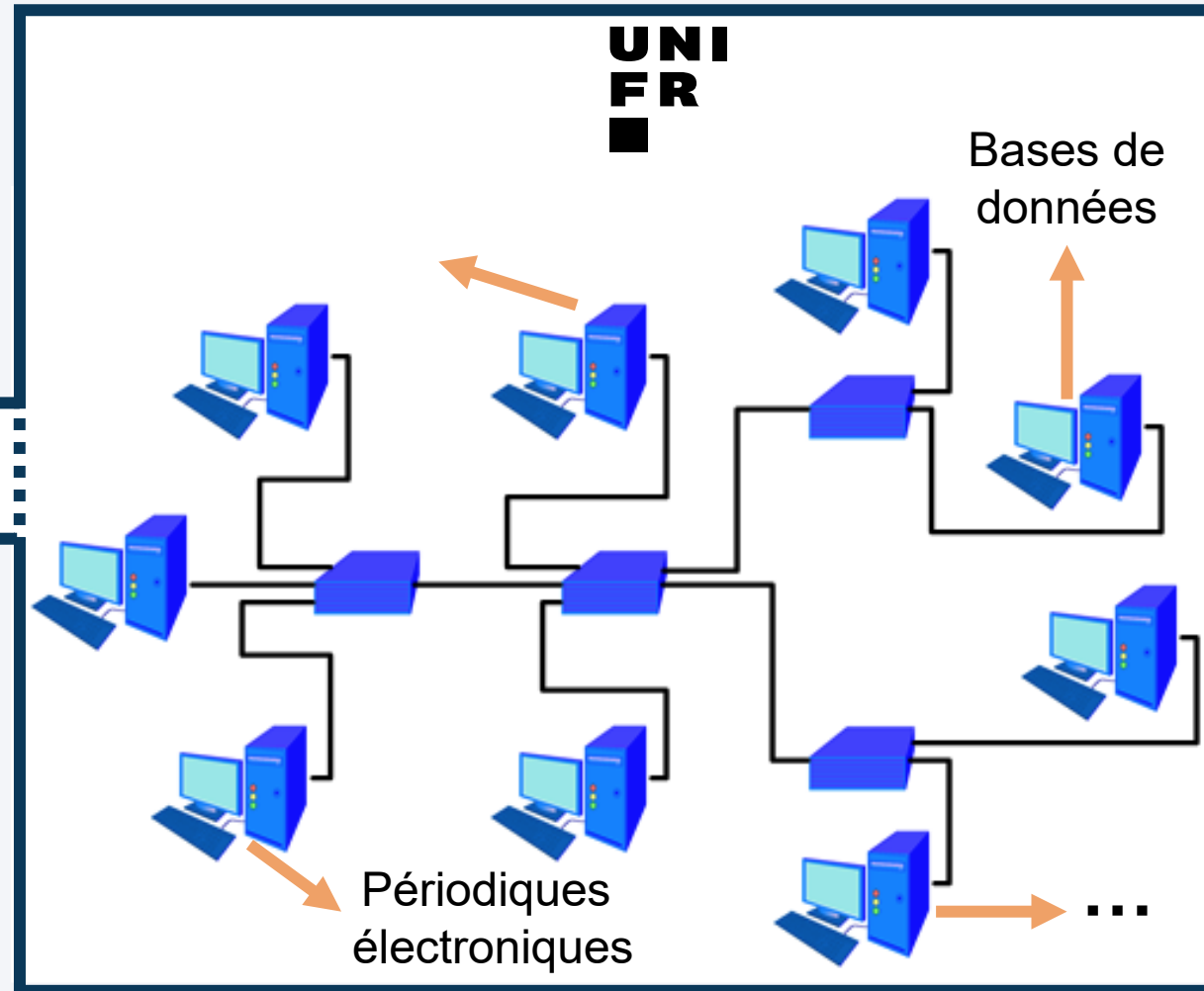
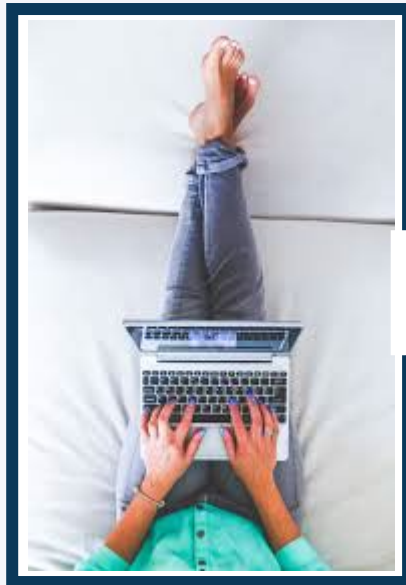
Sans VPN : accès aux ressources internes UniFR



VPN (*Virtual Private Network*)



Avec VPN : accès aux ressources internes UniFR



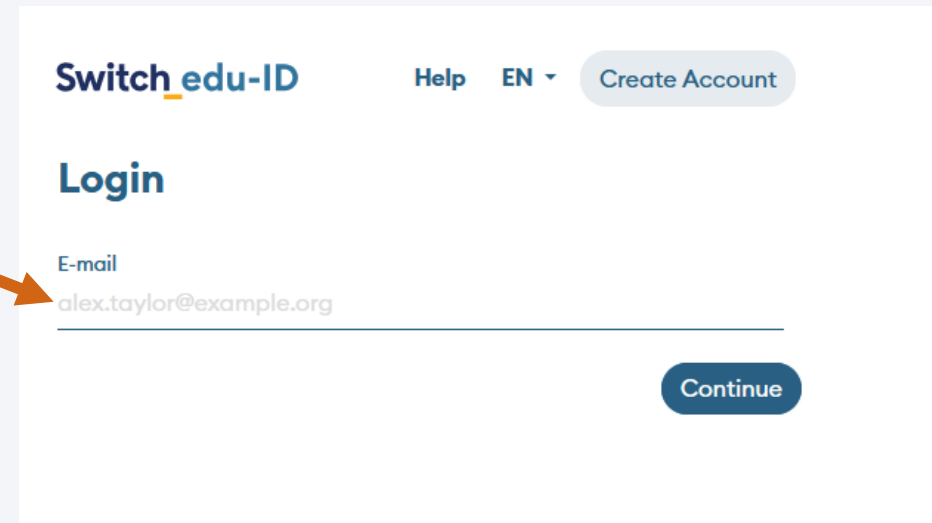
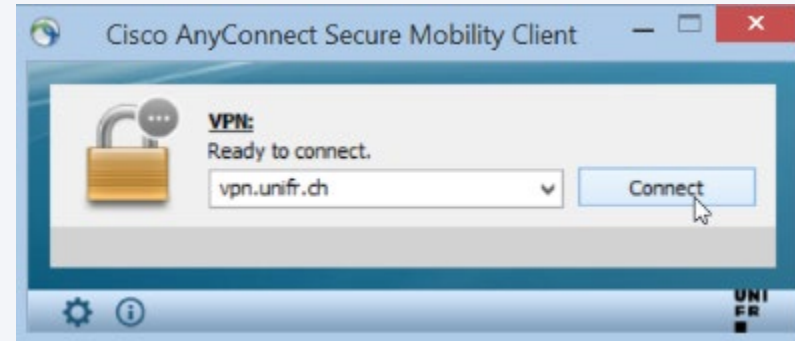
VPN : procédure d'installation



- Allez sur unifr.ch/go/vpn
- Cliquez sur **Installer VPN →**
- Identifiez-vous avec votre compte SWITCHedu-ID
- Téléchargez et installez selon votre système
 - Windows
 - Mac
 - Linux
 - iOS
 - ...

Système	Versions	Fichier	Documentations et remarques
WINDOWS	Windows 7 / 8 / 10 32 bits et 64 bits	4.6.04056	Documentation (Français / Deutsch)
	Windows Phone 8.1 / 10		Uniquement disponible pour les versions 8.1 et supérieures sur le Microsoft Store
APPLE	Mac OSX 10.9 - 10.14	4.6.04056	Attention!!! Lire la documentation (Français / Deutsch) avant installation du client VPN
	iOS 4.1 or later (iPhone/iPod/iPad)		Le client VPN "Anyconnect" est disponible sur l' Apple Store . Documentation (Français)

- Démarrez le programme
- Utilisez l'adresse : vpn.unifr.ch
- Identifiez-vous avec votre compte SWITCHedu-ID



STOCKER SES DONNÉES

Gérald Collaud

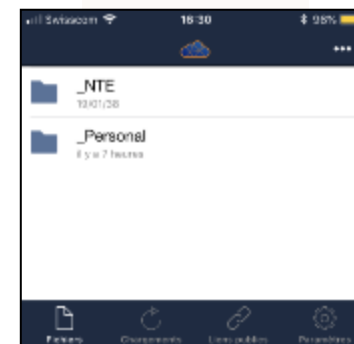
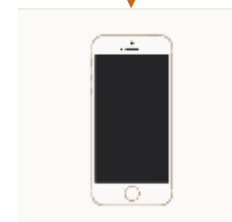
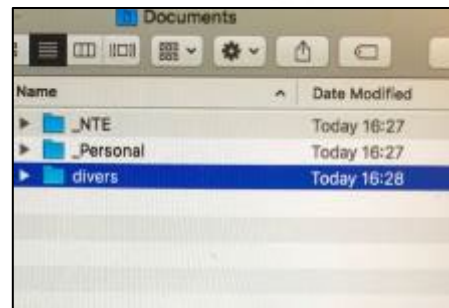
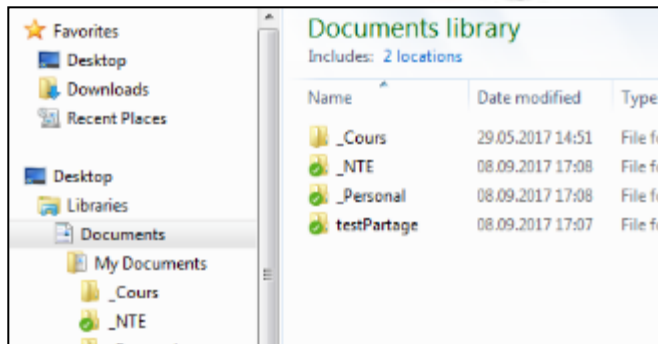
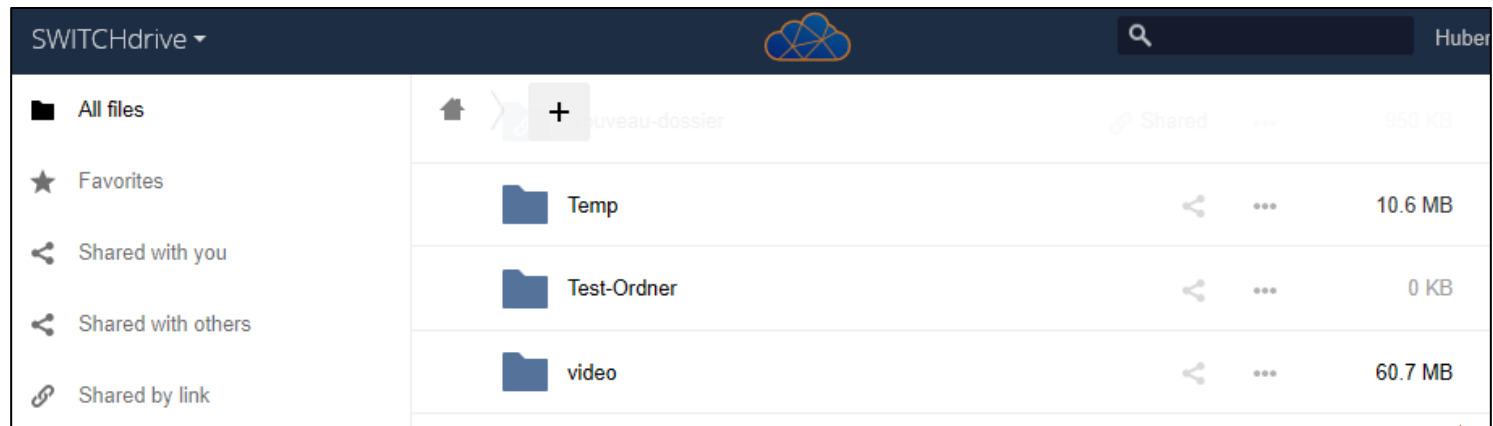
DIT - Centre Nouvelles Technologies et enseignement

Stocker ses données

- Alternatives à DropBox :



- Home





- Stockage qui respecte la loi sur la protection des données CH
- 100+ GB/pers
- Usage :
 - Stockage
 - Partage
 - Edition collaborative
 - Synchronisation multi-appareils
- Accès :
 - Web
 - Desktop / smartphone / tablette

A screenshot of the SWITCHdrive website. At the top left is the 'Switch' logo in blue with an orange underline. Below it is a grey box containing the text 'SWITCHdrive'. To the left is a vertical menu with links: 'FAQ', 'Installation Instructions', 'Downloads' (highlighted in blue), 'How to register SWITCHdrive', 'What's new in SWITCHdrive', 'Contact & Support', and 'Current Status'. To the right of the menu is the heading 'SWITCHdrive clients' followed by a list of operating systems: 'For Windows', 'For Mac', 'For Linux', 'For iOS devices', and 'For Android devices', each in its own grey box.

help.switch.ch/drive/downloads/index.html



- Stockage en Suisse ou en Europe
- 1TB/pers
- Usage :
 - Stockage
 - Partage
 - Edition collaborative
 - Synchronisation multi-appareils
- Accès :
 - Web
 - Desktop / smartphone / tablette

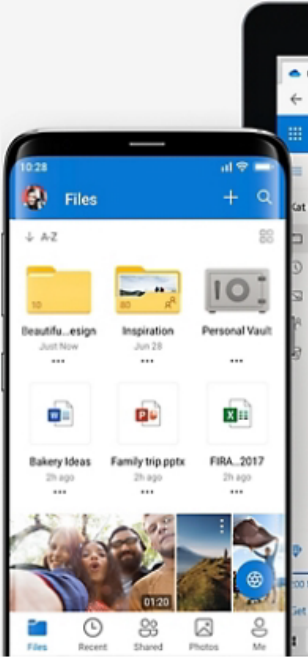


 Microsoft | Microsoft 365 OneDrive Business Plans and pricing ▾ Features ▾ Resources ▾ Download OneDrive

Download OneDrive

If you have Windows 11, OneDrive is already installed on your PC. If you're using another version of Windows, install OneDrive to get started.

[Start OneDrive](#)[Download](#)

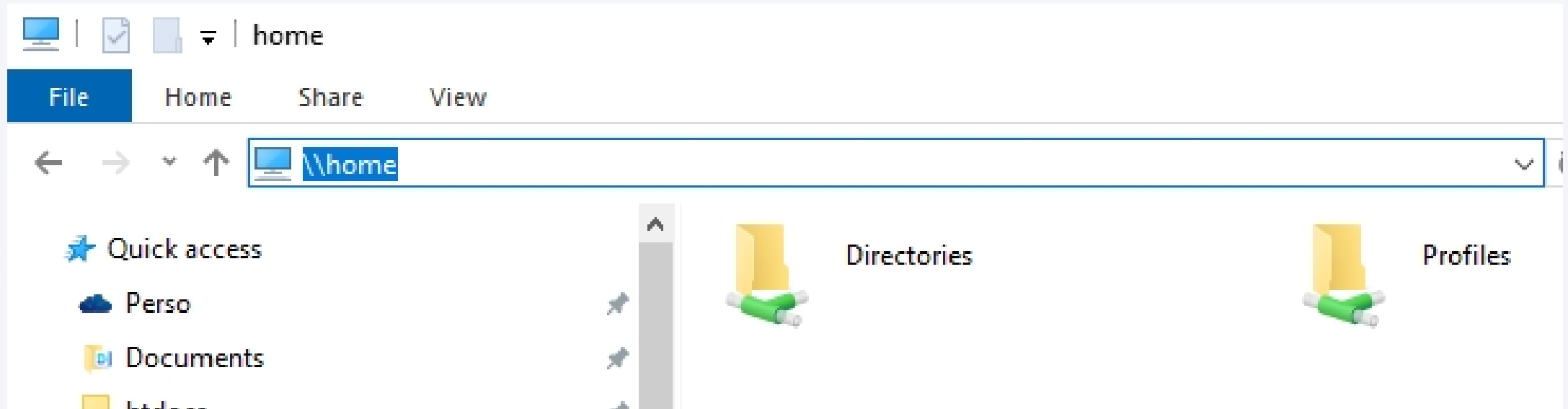


microsoft.com/en-us/microsoft-365/onedrive/download

Home

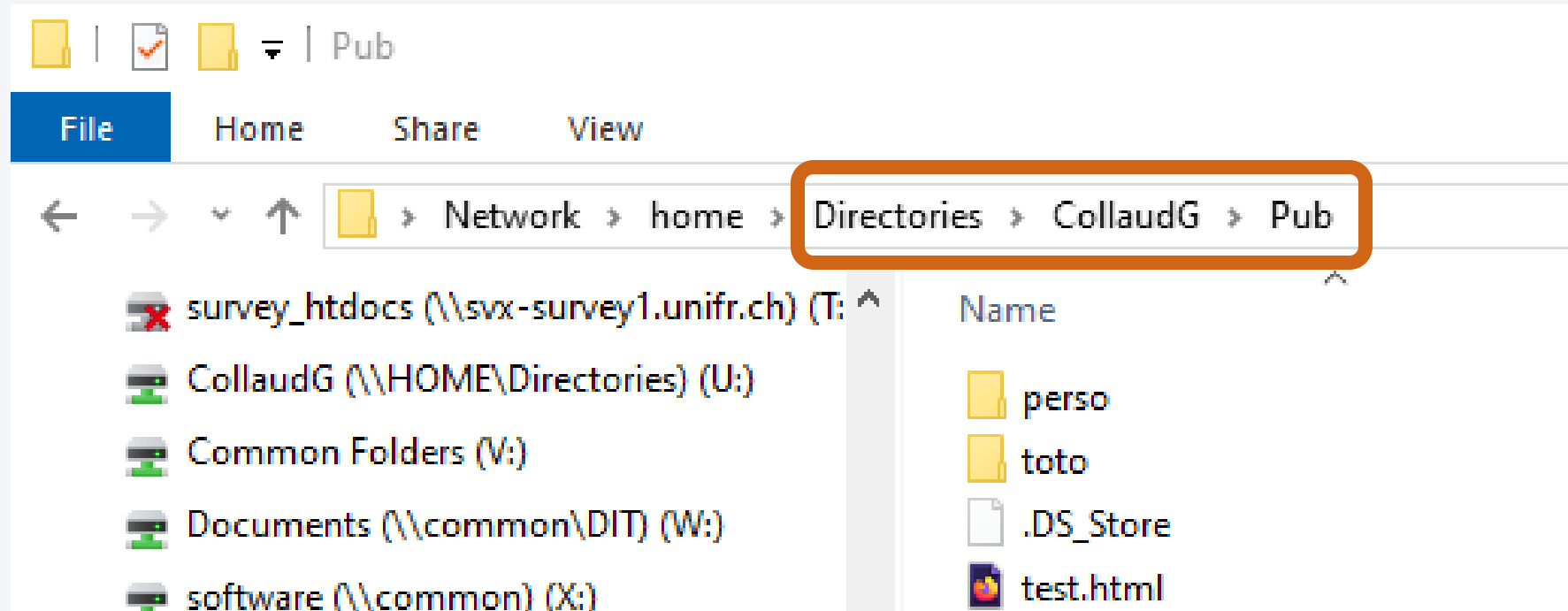
- 25GB/pers
- Hébergé à l'Unifr
- VPN si accès depuis l'extérieur

Home : accès



homedav.unifr.ch/

Home : site web



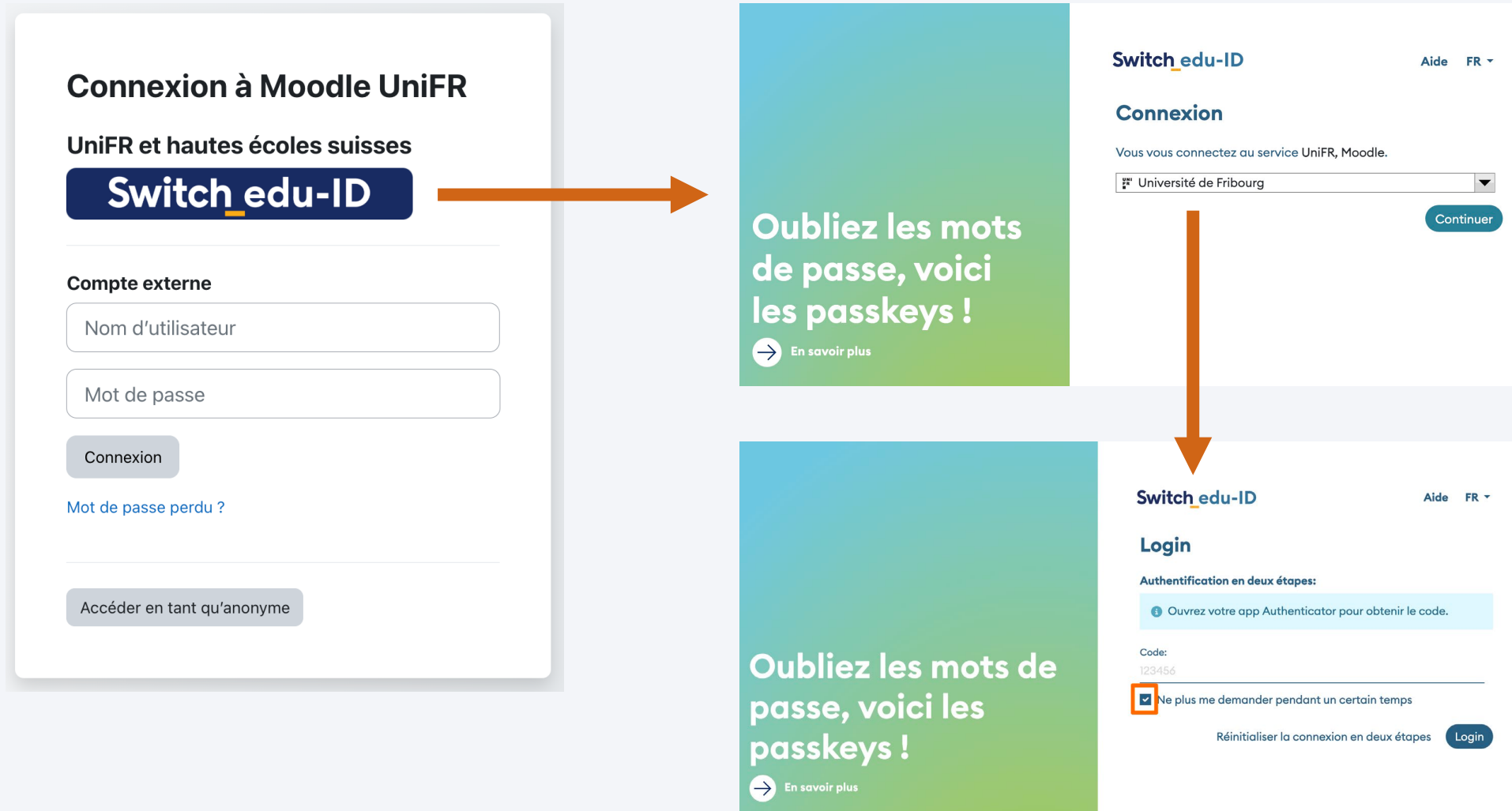
homeweb.unifr.ch/CollaudG/Pub/test.html

MOODLE

Jacques Monnard
DIT - Enseignement et Recherche

- Moodle est la plateforme de cours de l'Université de Fribourg :
 - accéder aux supports de cours
 - rendre des travaux
 - communiquer avec les enseignant·es et les autres étudiant·es
 - faire des QCM et d'autres activités interactives
 - ...

moodle.unifr.ch : Connexion



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

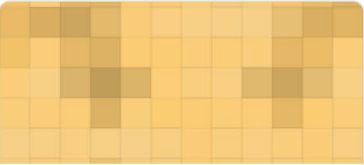
Aides



Cours test ' JM [HS 13]22dd

Test

14 % terminé



Cours de test [23-24]

Moodle : cours de test



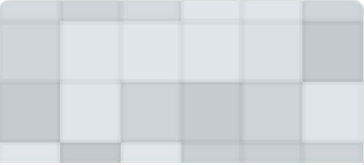
Exemple d'examen -
Prüfungbeispiel

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

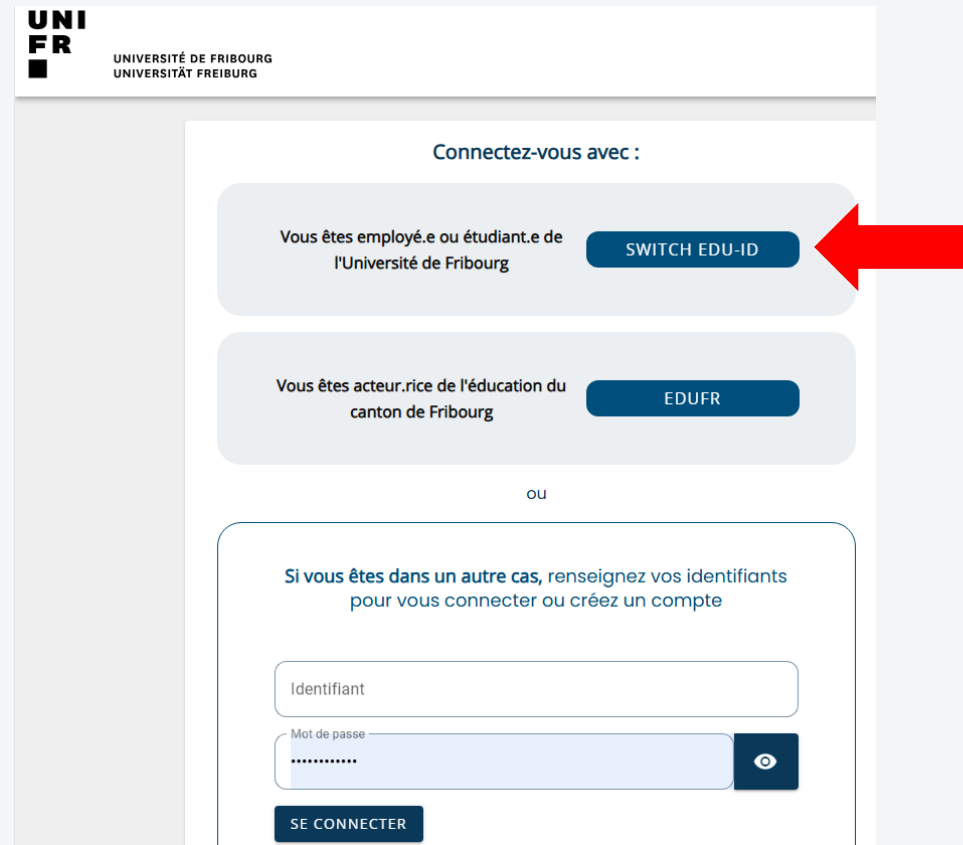
Page de cours

MyUniFR

Nicole Schaerer Rieder
Data scientist

- Gestion des études
(cours, examens,...)
- Données et documents personnels
(factures, attestations, ...)
- Informations utiles
(campus card, casier, sports,...)

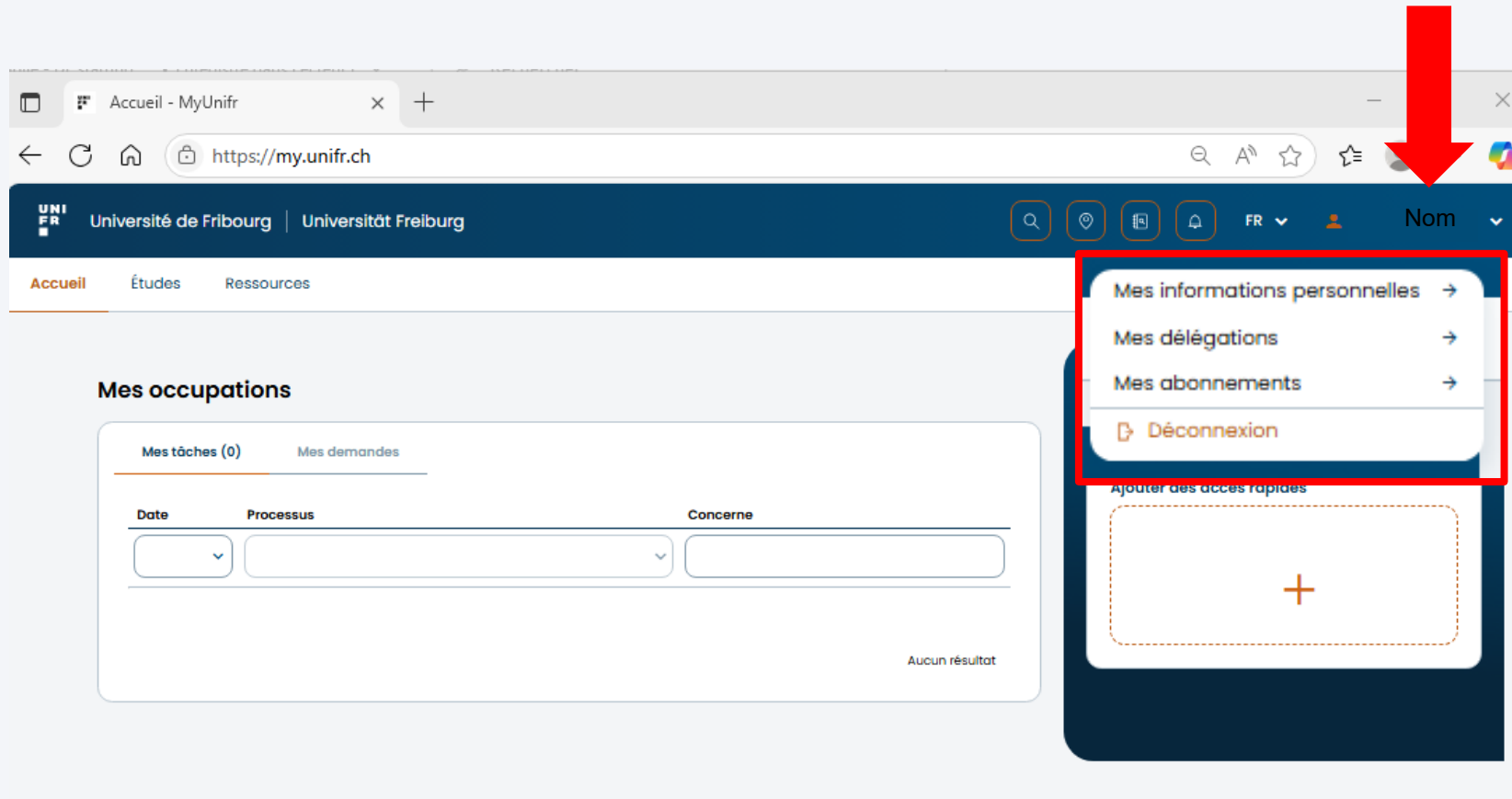
https://my.unifr.ch



The screenshot shows the login interface of the MyUniFR portal. At the top left is the UNI FR logo and the text 'UNIVERSITÉ DE FRIBOURG' and 'UNIVERSITÄT FREIBURG'. The main heading is 'Connectez-vous avec :'. Below this are two options for login:

- Option 1:** 'Vous êtes employé.e ou étudiant.e de l'Université de Fribourg' with a button labeled 'SWITCH EDU-ID'. A red arrow points to this button.
- Option 2:** 'Vous êtes acteur.rice de l'éducation du canton de Fribourg' with a button labeled 'EDUFR'.

Below these options is the word 'ou' (or). Underneath is a section for manual login with the text: 'Si vous êtes dans un autre cas, renseignez vos identifiants pour vous connecter ou créez un compte'. This section contains two input fields: 'Identifiant' and 'Mot de passe' (password), followed by a 'SE CONNECTER' button. There is also an eye icon to toggle password visibility.





Mes cours

Filtres

Voie d'études * Bachelor of Science en pédagogie spécialisée (Diplôme en éducation spécialisée) ✓

Semestre Tous les semestres

Afficher / Masquer

- ☒ Etudes optionnelles
- ☒ Cours libres hors plan d'études
- ☒ Centre de langues
- ☐ Cours acquis et non acquis définitivement

Voie(s) d'études

Sonderpädagogik und Sozialpädagogik 180

Total requis : 180 ECTS

S'inscrire aux cours

Cours libres hors plan d'études

Compétences numériques

S'inscrire aux cours

Enseignement complémentaire en sciences de l'éducation et de la formation

S'inscrire aux cours

Enseignement complémentaire interdisciplinaire

S'inscrire aux cours

Enseignement complémentaire en Lettres

S'inscrire aux cours

Enseignement complémentaire en Sciences

S'inscrire aux cours

Centre de langues

Cours de langues

S'inscrire aux cours

Horaire de mes cours

SA-2025 Semestre d'automne

Télécharger l'horaire

Périodes d'inscriptions aux cours

- Faculté de théologie
- Faculté de droit
- Faculté des sciences économiques et sociales et du management
- Faculté des lettres et des sciences humaines
- Faculté des sciences de l'éducation et de la formation
- Faculté des sciences et de médecine
- Interfacultaire

Mes documents d'études

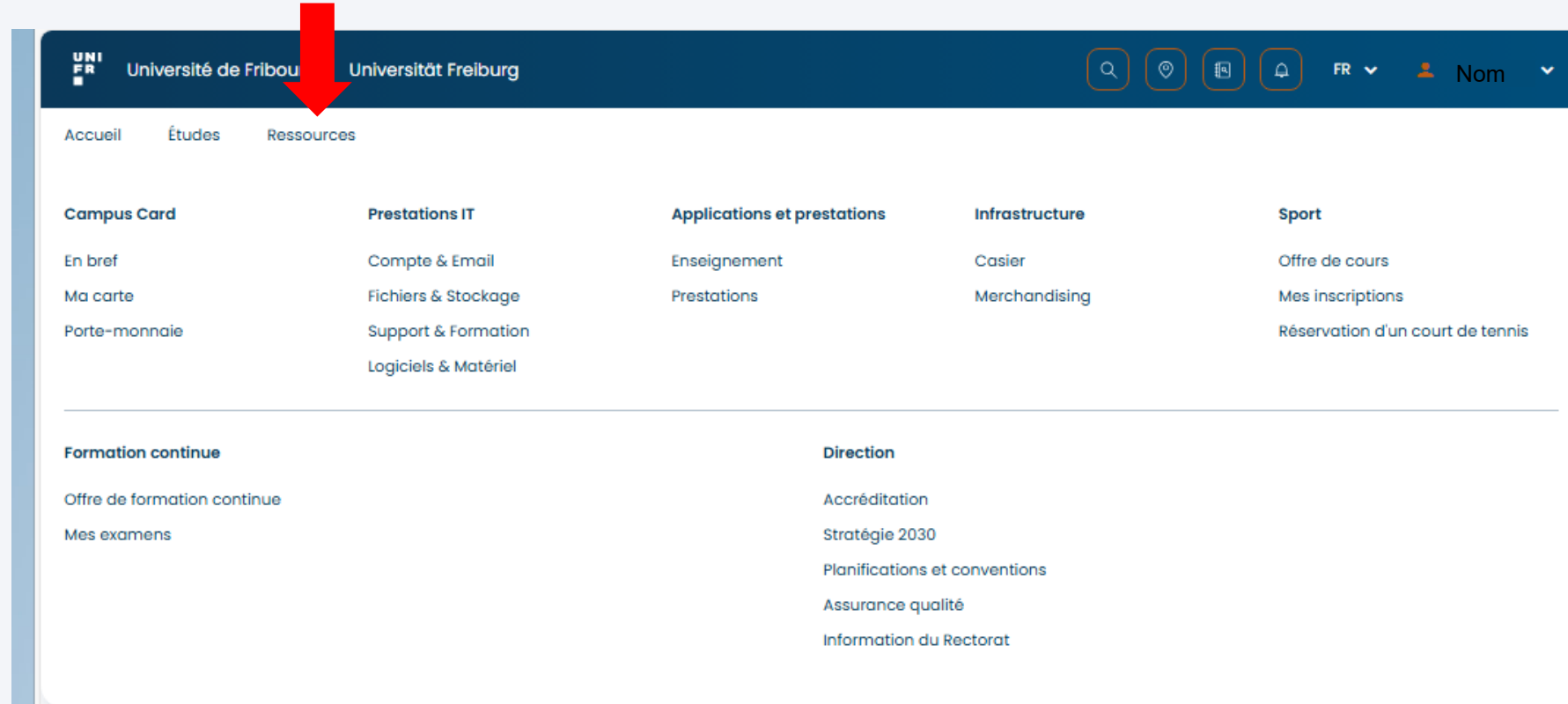
- Bachelor of Science en pédagogie spécialisée (Diplôme en éducation spécialisée)
- Cours libres hors plan d'études
- Centre de langues

Règles d'inscriptions aux cours

Règles transverses

- L'inscription aux cours d'un semestre est possible uniquement durant la période d'inscription (relative au semestre) définie par la Faculté.
- La désinscription aux cours d'un semestre est possible uniquement durant la période de désinscription (relative au semestre) définie par la Faculté.

Règles spécifiques facultaires



UNIFR MOBILE

Votre vie sur le campus simplifiée à portée de main



Votre agenda



Vos notes

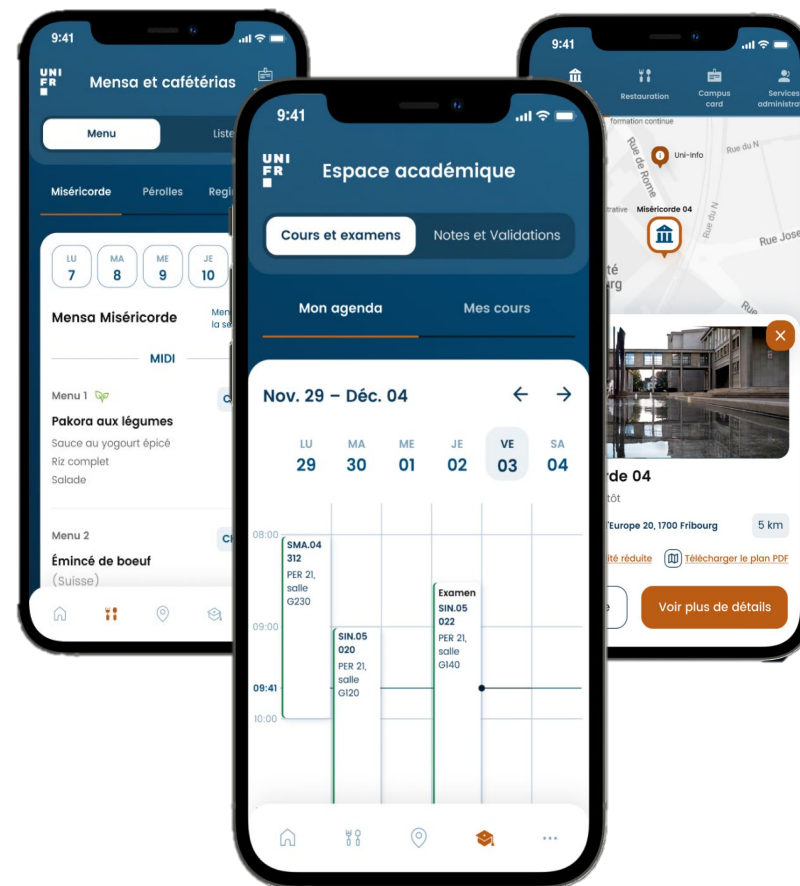


Menus des restaurants



Plans du campus

... Et bien d'autres fonctionnalités !

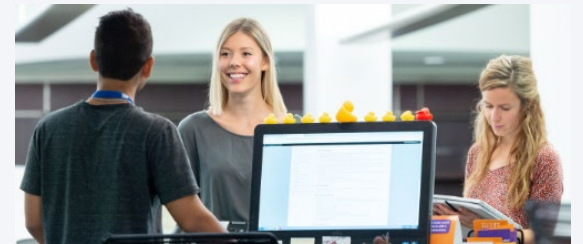


Service Desk

Hubert Clément
DIT - Service Desk

Support informatique pour les étudiant·es

Le Service Desk aide les étudiant·es, ainsi que les employé·es, dans le domaine de l'informatique. Son support gratuit se limite aux solutions disponibles dans la FAQ (unifr.ch/go/faq), lesquelles sont accessibles à toutes et à tous.



Alle Infos | Toutes les infos : unifr.ch/go/support

Der Services Desk hilft die Studierenden, sowie auch die Mitarbeitenden, im Bereich der Informatik. Seine kostenlose Supportleistung beschränkt sich jedoch auf die in den FAQ (unifr.ch/go/faq) verfügbaren Lösungen, die für alle zugänglich sind.

Programmes informatiques pour les étudiant·es

Le Service Desk met à disposition des étudiant·es, en plus de Microsoft 365 qui est disponible gratuitement pour toutes et tous, des programmes payants (SPSS, EndNote) et des programmes gratuits (Mathematica, MatLab, Labview).

La page unifr.ch/go/edu-software affiche l'offre complète des programmes informatique pour étudiant·es.



Der Service Desk stellt den Studierenden neben Microsoft 365, welches für alle kostenlos verfügbar ist, auch kostenpflichtige (SPSS, EndNote) und kostenlose Programme (Mathematica, MatLab, Labview) zur Verfügung.

Die Seite unifr.ch/go/edu-software zeigt das komplette Angebot von Computerprogrammen für Studierenden an.

Matériel IT pour les étudiant·es

Le Service Desk n'offre pas de matériel IT d'occasion pour les étudiant·es.

Deux fois par année, le « Projet Neptun» organise dans les locaux de l'Université de Fribourg un «Demo Day», montrant le matériel IT que les étudiant·es peuvent acheter à prix préférentiel.

Mehr Infos | Plus d'infos : projektneptun.ch



Der Service Desk bietet kein Occasion-IT-Material für Studierenden an.

Zweimal im Jahr organisiert das „Projekt Neptun“ in den Räumlichkeiten der Universität Freiburg einen „Demo Day“, bei dem IT-Material gezeigt wird, welches die Studierenden zu einem Vorzugspreis kaufen können.

Good Practices – Learning with GenAI

Simon Ruffieux
Departement of Computer Science

Attention !

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.

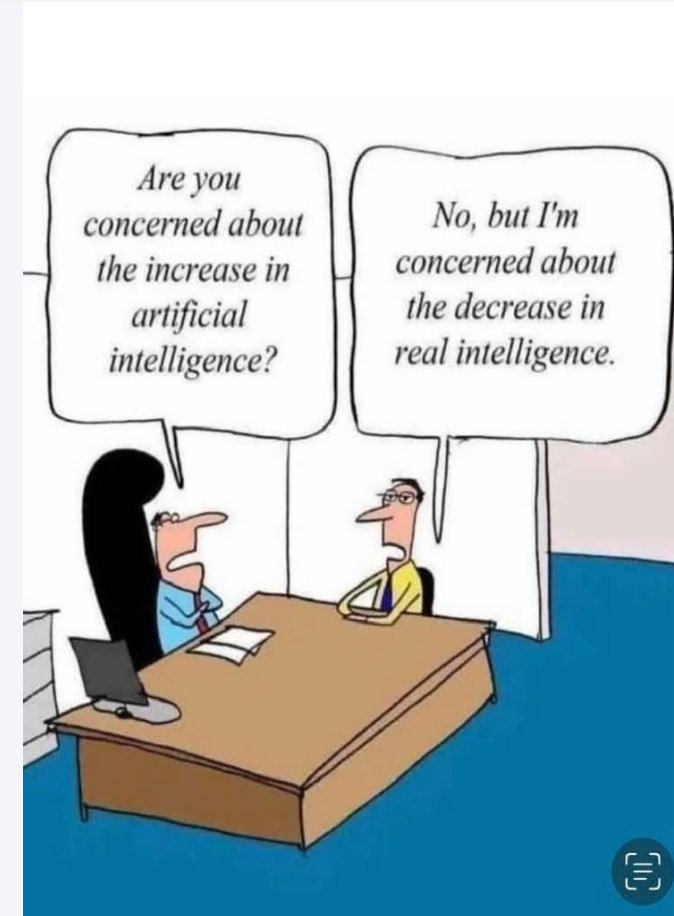
Principes généraux et recommandations de l'utilisation des IA génératives dans l'enseignement

Evidence FROM literature

Frequent use of GenAI tools (for learning) **reduces critical thinking skills and retention** due to cognitive offloading [1]

When writing an essay using GenAI tools, a **reduction of brain activity** is observed (compared without using AI tools) [2]

Well designed and used GenAI tools can foster knowledge acquisition by offering students 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] Kosmyrna, 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

Start by yourself !

- Think for yourself
- Try hard to solve your exercises, problems or home-works

After trying yourself

- Ask GenAI tools to comment, discuss your solution
- Ask for step-by-step explanations

When interacting with GenAI tools

- Reflect and exchange with it iteratively (or “him/her”)
- Consider it as a “tutor” or “colleague”

Recommended practices - Concrete examples

For text generation

1. Create your own text, structure it and make a good draft
2. Ask GenAI to identify weak points and provide suggestions to clarify your text
3. Read the answer, think about it and potentially correct your text yourself

For coding tasks

1. Disable AI code completion when learning
2. Code your own solution, test it and try to find bugs / errors
3. Ask GenAI to reflect on your solution and highlight potential ways of improvements
4. Reflect on the answer and potentially updated your code

Ask for advices not for solutions

Practices to Avoid

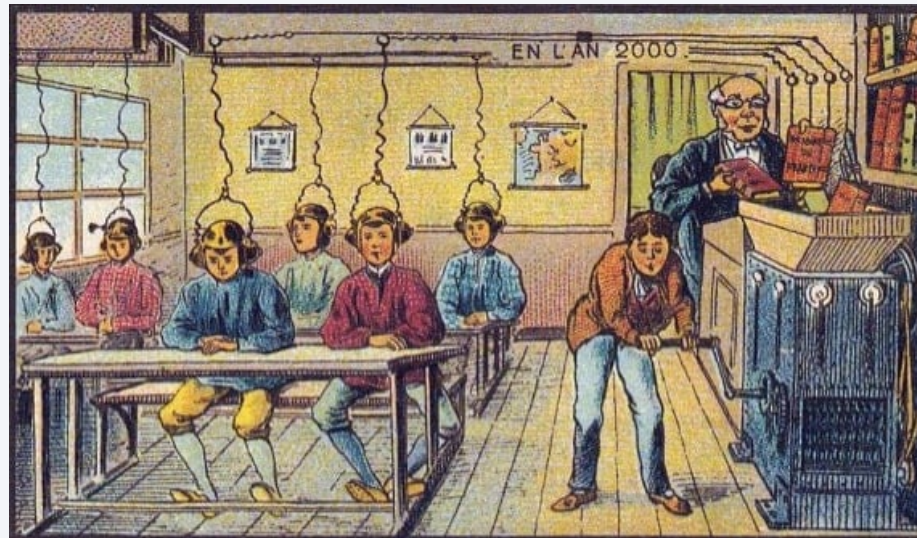
Do not start your exercise using GenAI tools

Avoid asking for the answer / solution

Avoid copy-pasting as much as possible

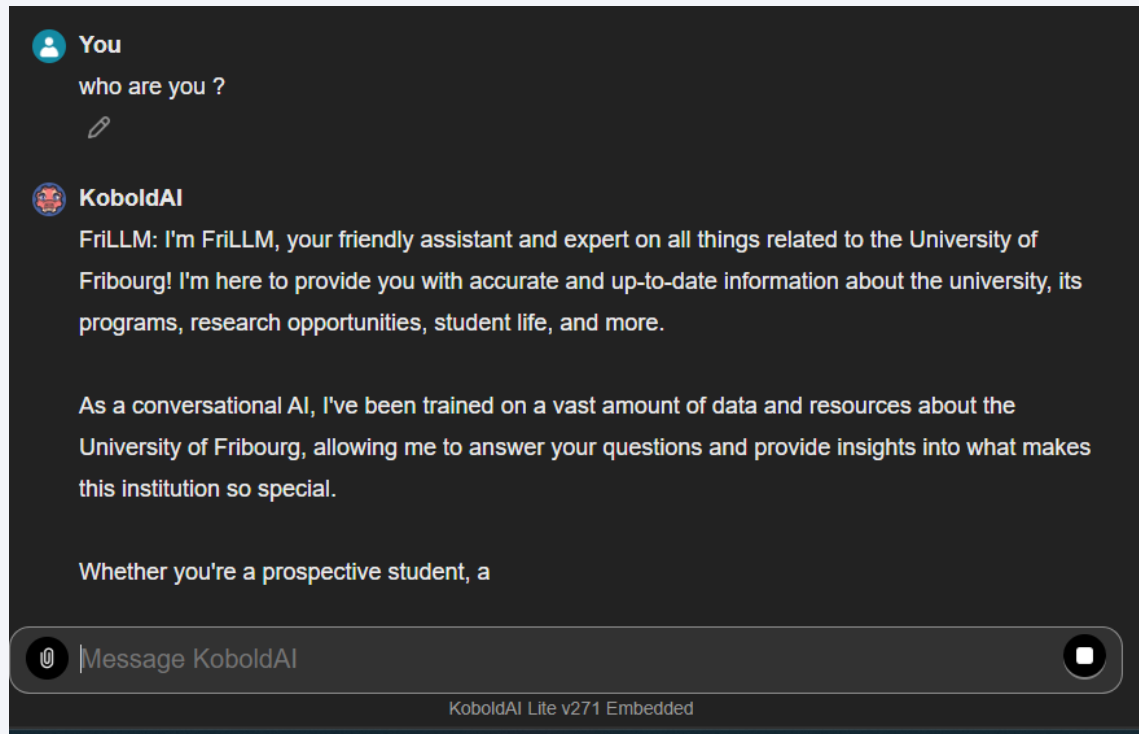
Do not trust blindly the answers from GenAI, double check and criticize !

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



- You can find more information here
- <https://www.unifr.ch/it/fr/ia-generative.html>

La DIT-ER vous propose ainsi :

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.

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 3 LLaMA de Meta](#).
- Modèle de génération d'images basé sur Stable Diffusion (SD) accessible à : frillm.unifr.ch/sd
- 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.

Formations

Simon Ruffieux
Departement of Computer Science

Projet EduKIA

- Formations gratuites pour développer vos compétences numériques
- Possibilité de recevoir des ECTS et des attestations de compétences

Contact

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

Offre de cours et ateliers

Résultats: 12 trouvés

Recherche par texte

Public-cible

Etudiant·e·s X

Langue

Filtrer par langue

Période de cours

du dd.mm.yyyy

au dd.mm.yyyy

Format

Filtrer par format

☐ Afficher uniquement les inscriptions ouvertes

Chercher

Réinitialiser

Data Analytics in Python

Séminaire / Cours 5 ECTS

16.09.2025 - 16.12.2025

Anglais

Inscription ouverte

C'est plus facile avec le numérique

Séminaire / Cours 3 ECTS

17.09.2025 - 17.12.2025

Français, Allemand

Inscription ouverte

Digital geht's einfacher

Séminaire / Cours

17.09.2025 - 17.12.2025

Allemand

Inscription ouverte

Python Programming

Séminaire / Cours 3 ECTS

19.09.2025 - 19.12.2025

Anglais

Inscription ouverte

Exploiter l'IA générative pour la rédaction scientifique - Cours débutant avec l'IA

Séminaire / Cours

01.10.2025

Français

Inscription externe

Inside the Mind of a Language Model: Exploring the Capabilities and Applications of Conversational Agents (ChatGPT, Bard, Watson, etc.)

Séminaire / Cours

29.10.2025

Anglais

Inscription externe

Exploiter l'IA générative pour la rédaction scientifique : prise en main de NotebookLM et Elicit (cours intermédiaire)

Séminaire / Cours

04.11.2025

Inscription externe

C'est plus facile avec le numérique (auto-apprentissage)

Séminaire / Cours

Français, Allemand

Inscription externe

Les Learning Analytics pour enseigner et apprendre

Séminaire / Cours

Français

Inscription externe

Python Programming On-line (self-learning)

Séminaire / Cours

Anglais

Inscription externe

Teach & Learn Together Days

Séminaire / Cours

Du 20 au 25 octobre 2025

Anglais, Français, Allemand

Inscription externe

Technologies numériques dans le contexte professionnel

Séminaire / Cours

Français

Inscription externe

Semaine TLTD : des ateliers sur l'utilisation de l'IA pour les études, donnés par des étudiant·es

C'est plus facile avec le numérique : cours semestriel pour apprendre à utiliser le numérique pour les tâches principales des étudiant·es

... et bien d'autres encore.

Questions ?