



Programme de formation

Mac OS X Débutant - Présentiel

Version : 5.5 - Juin 2025

Objectifs :

Découvrir l'environnement MAC, le personnaliser, l'utiliser efficacement. Créer et modifier des documents, naviguer sur Internet.

Public concerné et prérequis :

Salariés, Demandeurs d'emploi, Particuliers, Entreprises : Utilisateur débutant d'un ordinateur équipé de Mac OS X.

Prérequis :

Format : Présentiel Individuel

Prérequis : Notions informatiques.

Procédure d'admission : Test de positionnement, Audit des besoins,

Modalités d'évaluation : Positionnement, Évaluation initiale/ diagnostique, Évaluation intermédiaire, Évaluation finale.

Rythme : Sur mesure.

Niveau de Formation : D – Autres formations professionnelles

Qualification des intervenants :

- Monsieur Benoit Laval, formateur et gérant depuis avril 2013
- Attaché de direction pendant 15 ans, Professionnel de la bureautique.
- Pour toutes informations sur votre formateur, veuillez contacter votre référent pédagogique Benoit au 07 77 68 30 42 ou par mail : contact@monformateur.fr

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Programme de formation

Mac OS X Débutant - Présentiel

Version : 5.5 - Juin 2025

Moyens pédagogiques et techniques :

Moyens pédagogiques :

- Formation présentielle
- Présentation – Analyse – Restitution – Échange.
- Apports théoriques et expérientiel
- Exercices pratiques réalisés en continu durant la formation
- Accompagnement constant du formateur tout au long de la formation
- Documents visuels analysés et exercices écrits
- Étude de cas concrète en lien avec le projet de formation
- Évaluation initiale, intermédiaire et finale.
- Pédagogie ludique basée sur de la réflexion, des ateliers et des apports du formateur
- Les participants auront accès à un support de formation

Moyens techniques :

- Séances de formation sur le poste de travail de l'apprenant
- Mac
- Connexion internet

Moyens d'encadrement : formateur expérimenté dans son domaine de compétences.

Durée, effectifs :

21 heures sur 7 jours.

1 stagiaire(s).

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Programme :

La connexion :

- panneau de connexion
- auto-connexion

Découvrir Mac OS :

- prendre ses repères : Dock, menus
- régler les préférences système
- utiliser le Finder pour organiser vos dossiers et fichiers
- naviguer sur le web avec Safari

Sublimer vos documents : pages

- créer facilement des documents bien présentés grâce aux modèles
- classer vos idées : le mode Structure
- exploiter les styles : polices, interlignage, alignement, listes à puces ou numérotées
- insérer une photo, un tableau
- ajouter un en-tête, un pied de page et le sommaire
- échanger des fichiers avec Word

Présentation du Finder (bureau) :

- manipulation des volumes, dossiers et fichiers (choix de présentation, copie ou déplacement, choix de l'application associée, informations détaillées, droits d'accès)
- menus et modificateurs claviers (shift, option et control)
- création d'alias pour accéder plus rapidement aux documents
- suppression de documents et Corbeille
- personnalisation des fenêtres
- connexion à un dossier partagé sur le réseau
- outils spécifiques : Dashboard, Exposé

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Programme de formation

Mac OS X Débutant - Présentiel

Version : 5.5 - Juin 2025

Utilisation de la souris :

- affichage du menu contextuel avec un seul bouton
- sélections multiples disjointes

Le menu Pomme :

- mise en veille ou arrêt de l'ordinateur
- redémarrer l'ordinateur
- fermeture de session

Au sein des applications du Mac OS:

- lancement (Dock ou dossiers Applications)
- manipulation des fenêtres
- enregistrement d'un document dans un dossier
- impression et envoi de télécopie
- basculement d'une application à l'autre

Recherche d'informations :

- présentation de Spotlight
- programmes utilisateur "standard"
- navigateur Web
- gestionnaire de courrier électronique
- éditeur de texte
- visionneuse PDF et formats graphiques

Personnalisation de l'interface Mac OS :

- programme Préférences Système : apparence, affichage, date et heure, clavier et souris, localisation, etc...

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Programme de formation

Mac OS X Débutant - Présentiel

Version : 5.5 - Juin 2025

Modalités d'évaluation des acquis :

- En amont de la formation, entretien de positionnement individuel et d'analyse des besoins pour adapter la formation aux attentes du client bénéficiaire
- Convocation envoyée en amont de la formation précisant les modalités de déroulement et de suivi de la formation
- Suivi de l'exécution : feuille de présence signée par le stagiaire à chaque séance
- Un certificat de réalisation et une attestation de formation seront remis au stagiaire à l'issue de la formation
- Appréciation des résultats : A la fin de la formation, un questionnaire de satisfaction est adressé à chaque stagiaire
- Un certificat de réalisation est adressé sur demande au commanditaire / financeur (Caisse des Dépôts et Consignations, FAF, OPCO).

Sanction visée :

Attestation de fin de formation suite à contrôle continu sur vos acquis par rapport à l'évaluation initiale.

Matériel nécessaire pour suivre la formation :

- 1 ordinateur équipé de Mac OS X
- 1 connexion Internet

Délais moyens pour accéder à la formation :

Délais d'accès : 20 jours et/ou selon planning.

Modalités d'accès : Définition des besoins et test de positionnement, devis, convention.

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Programme de formation

Mac OS X Débutant - Présentiel

Version : 5.5 - Juin 2025

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Notre organisme peut vous offrir des possibilités d'adaptation et/ou de compensation spécifiques si elles sont nécessaires à l'amélioration de vos apprentissages sur cette formation. Aussi, si vous avez besoin d'aménagement spécifique, nous vous remercions de contacter directement le référent handicap Benoit au 07 77 68 30 42.

Taux de réussite à la formation :

100 %

Taux de satisfaction de la formation :

100 %

Tarif :

1 200,00 €

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Documents contractuels fournis :

Documents contractuels fournis :

Toutes les actions de formation dispensées par Mon Formateur font l'objet d'une convention de formation.

Tout document contractuel est accompagné du programme descriptif de l'action de formation et du règlement intérieur.

Application du RGPD par Mon Formateur :

Les informations fournies et saisies dans les documents contractuels de formation qui sont échangés entre nos deux structures sont utilisés uniquement dans le cadre de notre relation commerciale.

Par votre retour de documents, vous acceptez l'utilisation de vos informations exclusivement par Mon Formateur le temps de la formation et de son traitement amont et aval.

Vous pouvez à tous moments exercer vos droits en lien avec la réglementation RGPD en m'adressant un mail individualisé me précisant vos attentes : contact@monformateur.fr.

Engagement qualité :

Engagement de la qualité Mon Formateur :

L'organisme prestataire d'actions de développement des compétences satisfait aux exigences du Décret n°2019-564 du 6 juin 2019 relatif à la qualité des actions de la formation professionnelle. Les formateurs Mon Formateur appliquent la charte qualité définie par Mon Formateur. L'intervenant est spécialisé en Formation des Adultes (copie des diplômes et références clients sur simple demande).

Parcours concourant au développement des compétences.

Parcours concourant au développement des compétences.

Action de formation réalisée selon les articles L.633-1 et 6313-2 du Code du Travail.

Tarifs indiqués nets de TVA - TVA non applicable selon l'article 261-4-4 du Code Général des Impôts.

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A



Programme de formation

Mac OS X Débutant - Présentiel

Version : 5.5 - Juin 2025

Support technique et pédagogique :

Respect des normes sanitaires et d'hygiène en vigueur liées au Covid 19 :

Compte tenu du respect des conditions sanitaires en vigueur, nous vous demandons de venir en formation exceptionnellement avec deux masques, votre bouteille d'eau et vos propres documents de prise de notes.

Mon Formateur

140 rue Antoine Parmentier 44600 Saint-Nazaire

Tél. 02 44 07 60 07 – contact@monformateur.fr

EURL au capital de 500 € – RCS Saint-Nazaire – SIRET 93942323200015 – NAF 8559A