


FICHE MÉMO : Booster le confort et l'accessibilité de votre PC

Des outils simples et gratuits pour adapter l'ordinateur à vos besoins

 **Le raccourci magique (Windows 11) :** Appuyez simultanément sur **Prw Windows** + **U** pour ouvrir instantanément tous les réglages d'accessibilité.

1. CONFORT VISUEL & LECTURE

Agrandir tout l'écran (La Loupe)

Permet de zoomer instantanément sur une zone précise de l'écran.

Raccourcis : **Touche Windows** + **+** (Activer/Zoomer) | **Touche Windows** + **Échap** (Quitter)

Grossir le texte ou l'interface

Sur Windows 11 : Paramètres > Accessibilité > Taille du texte (ou Mise à l'échelle dans Affichage).

Sur Windows 10 : Paramètres > Options d'ergonomie > Taille du texte (ou Système > Écran > Mise à l'échelle).

Pointeur de souris géant

Augmentez la taille de votre curseur et changez sa couleur (jaune vif, rose fluo) pour ne plus jamais le perdre de vue.

Chemin : Paramètres > [Menu]* > Souris / Pointeur de souris.

Améliorer les contrastes & filtres de couleurs

Contraste élevé : Bascule l'affichage sur un thème sombre adapté (ex : "Désert") pour reposer les yeux. Paramètres > [Menu]* > Contraste élevé.

Filtres de couleur : Adapte l'écran au daltonisme (rouge-vert, bleu-jaune ou niveaux de gris). Paramètres > [Menu]* > Filtres de couleur.

2. VOIX, DICTÉE & AUDIO

La Saisie Vocale (Dictée)

Dictée votre texte à haute voix dans n'importe quel champ (Word, e-mail, barre de recherche), votre PC écrit pour vous sans fatiguer vos mains.

Raccourci : **Touche Windows** + **H**

Sous-titres automatiques (Live Captions)

Génère des sous-titres textuels en temps réel au bas de l'écran pour toutes les vidéos ou sons diffusés par l'ordinateur.

Raccourci : **Touche Windows** + **Ctrl** + **L**

Synthèse vocale (Le Narrateur)

Lit à voix haute l'intégralité du texte affiché à l'écran pour les personnes malvoyantes.

Raccourci : **Touche Windows** + **Ctrl** + **Entrée**

Alertes visuelles (Flash écran)

Fait clignoter l'écran ou la fenêtre active lors d'une notification au lieu d'émettre un simple bip sonore.

Chemin : Paramètres > [Menu]* > Audio > Alerte visuelle pour les notifications sonores.

3. LE MODE LECTURE ÉPURÉ (BRAVE & FIREFOX)

Nettoyer une page web sans pollution visuelle

Supprime instantanément les publicités, menus parasites et fenêtres pop-up pour ne garder que l'article propre.

 **Sur Firefox** : Appuyez sur **F9** ou cliquez sur le petit livre dans la barre d'adresse.

 **Sur Brave** : Cliquez sur l'icône de Mode Lecture (lignes horizontales) à droite dans la barre d'adresse.

Confort sur mesure : Possibilité d'agrandir la police, modifier l'interligne et passer en mode sombre ou sépia.

Lecture audio locale (Firefox) : Cliquez sur le bouton de haut-parleur à gauche pour écouter l'article. Le traitement est 100% local sur votre machine pour respecter totalement votre vie privée.

4. SOURIS, CLAVIER & MOTRICITÉ

Clavier visuel à l'écran & Contrôle de souris

Clavier visuel : Affiche un clavier virtuel cliquable à la souris. *Paramètres > [Menu]* > Clavier > Clavier visuel.*

Souris au pavé numérique : Permet de déplacer le pointeur avec les touches fléchées du pavé numérique. *Paramètres > [Menu]* > Souris.*

Désactiver les animations : Réduit les effets de transition visuelle pour limiter la fatigue cérébrale ou la désorientation. *Paramètres > [Menu]* > Effets visuels > Effets d'animation.*

* [Menu] : Quel est le nom de votre panneau de réglages ?

Le chemin d'accès varie légèrement selon la version de votre système d'exploitation :

- **Si vous êtes sur Windows 11** : Rendez-vous dans **Paramètres > Accessibilité.**
- **Si vous êtes sur Windows 10** : Rendez-vous dans **Paramètres > Options d'ergonomie.**