

Fiche-conseil : Supprimer des applications

Module : Afficher le stockage et désinstaller les applications

Consignes : Utilisez la fiche-conseil pour répondre aux questions qu'il vous reste au sujet de la suppression d'applications sur votre téléphone intelligent. Vous n'avez pas besoin de lire toute la fiche-conseil. Trouvez plutôt le titre qui se rapporte à votre question. Lisez l'information sous ce titre.

Comment puis-je savoir si j'ai un téléphone Apple ou Android?



iPhone

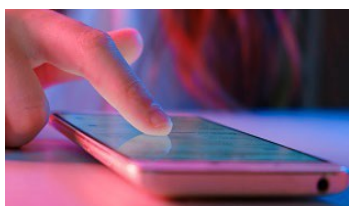


Android

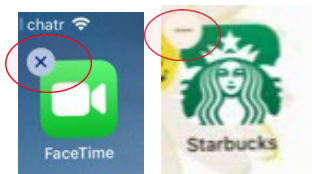
- Si vous avez un iPhone, il y aura l'image d'une pomme à l'arrière.
- S'il n'y a pas l'image d'une pomme, vous avez fort probablement un téléphone Android.

J'essaie de supprimer une application en la touchant sur l'écran d'accueil. Ça ne marche pas. Que devrais-je faire?

- Assurez-vous de toucher l'application avec le coussinet de votre doigt.
- Touchez l'application et gardez votre doigt dessus. Comptez lentement jusqu'à 5.



- Après avoir gardé votre doigt sur l'application pendant 5 secondes, si vous utilisez un iPhone, vous devriez voir les applications se mettre à trembler. Un petit « x » ou une ligne horizontale s'affichera dans le coin des applications. Touchez le « x » ou la ligne horizontale pour supprimer l'application que vous voulez. Quand vous avez fini, appuyez sur le bouton d'accueil ou touchez l'écran.



Projet de MTML sur les téléphones intelligents et les compétences liées à l'emploi

- Après avoir gardé votre doigt sur l'application pendant 5 secondes, si vous utilisez un téléphone Android, vous verrez probablement apparaître une poubelle. Touchez la poubelle pour supprimer l'application.



**Je suis sur un iPhone et je vois l'option de « télécharger » des applications.
Qu'est-ce que ça veut dire?**

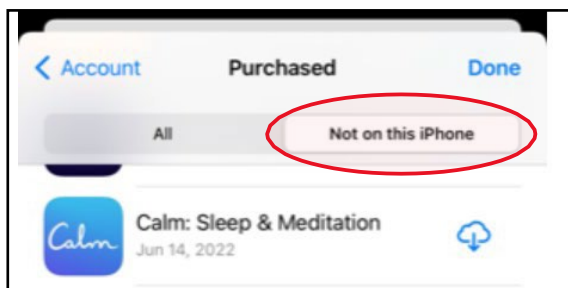
- Pour en savoir plus sur le téléchargement d'applications, cliquez ici : [Libérer de l'espace sur votre iPhone - Assistance Apple - YouTube](#).

Que se passe-t-il si je supprime la mauvaise application sur un iPhone?

- Tant que vous êtes connecté avec votre identifiant Apple, vous verrez la liste des applications supprimées dans l'App Store.
L'App Store ressemble à ceci :

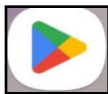


- Ouvrez l'App Store. Touchez l'icône de votre profil dans le coin en haut à droite de l'écran. Touchez ensuite « Achats ».
- Touchez « Pas sur cet iPhone » en haut de l'écran. Cette liste vous montrera toutes les applications que vous avez supprimées sur votre iPhone. Elle vous montrera aussi les applications que vous avez téléchargées sur d'autres appareils Apple. Pour réinstaller l'application, touchez l'icône de nuage avec une flèche vers le bas. Réinstaller l'application ne veut pas dire que vous récupérerez l'information qu'elle contenait.

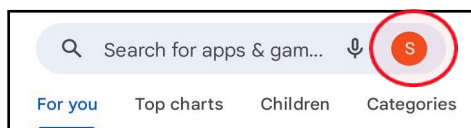


Que se passe-t-il si je supprime la mauvaise application sur un téléphone Android?

- Vous pouvez voir une liste des applications supprimées dans la boutique Google Play une fois que vous ouvrez une session avec vos identifiants Gmail. La boutique Google Play ressemble à ceci :



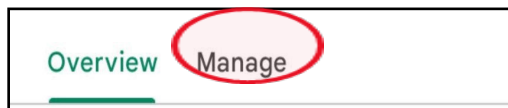
- Touchez l'icône de votre profil.



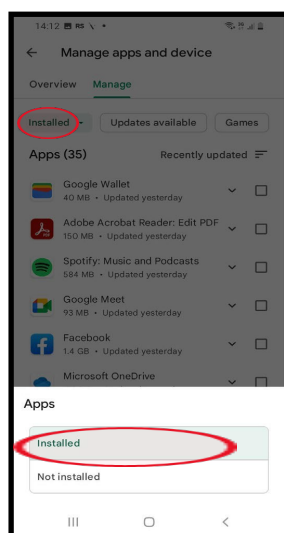
- Touchez « Gérer les applications et l'appareil ».



- Touchez « Gérer ».

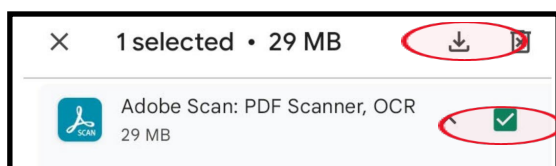



- Touchez la flèche à côté de « Installée ». Dans le menu qui s'affiche, touchez « Non installée ».



Projet de MTML sur les téléphones intelligents et les compétences liées à l'emploi

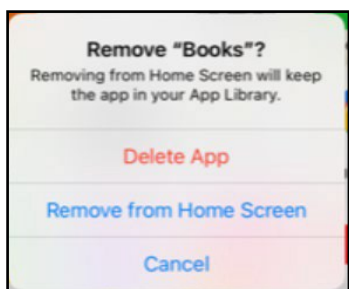
- Une liste d'applications s'affichera. Cette liste vous montrera toutes les applications que vous avez supprimées de votre téléphone Android. Cette liste peut aussi inclure des applications que vous avez téléchargées à partir de la boutique Google Play sur d'autres appareils. Cochez la case à côté de l'application que vous voulez réinstaller. Appuyez ensuite sur le bouton de téléchargement. Réinstaller l'application ne veut pas dire que vous récupérerez l'information qu'elle contenait.



- (Sur des appareils plus anciens, les étapes pour trouver les applications désinstallées seront différentes. Après avoir ouvert une session dans la boutique Google Play, touchez les 3 lignes qui ressemble à ceci . Puis, touchez « Mes jeux et applications ». Touchez ensuite « Bibliothèque ».)

J'ai peur de supprimer la mauvaise chose.

- Votre téléphone vous demandera si vous voulez vraiment supprimer l'application.



- Vous contrôlez les applications que vous supprimez. Avant de confirmer que vous voulez supprimer une application, posez-vous quelques questions : Quand avez-vous utilisé l'application pour la dernière fois? L'application contient-elle des renseignements importants? Est-il probable que vous aurez encore besoin de cette application?

Je me sens nerveux juste à l'idée d'essayer cette nouvelle compétence. Que puis-je faire?

- La nervosité peut être signe que vous avez besoin de pratique pour vous sentir à l'aise.
- N'ayez pas peur de vous tromper. C'est en faisant des erreurs qu'on apprend.

Ce processus est frustrant. Comment puis-je gérer la frustration?

La frustration rendra la résolution de problèmes plus difficile. Pour réduire la frustration et améliorer la résolution de problèmes, suivez les étapes ci-dessous.

- Étape 1 : Arrêtez ce que vous faites.
- Étape 2 : Nommez ce que vous ressentez sans porter de jugement. Écrivez la phrase « Je me sens _____ ».
- Étape 3 : Prenez une pause de 5 minutes. Vous pouvez faire quelque chose pour vous aider à vous calmer, comme vous étirer doucement, écouter de la musique ou prendre de grandes respirations jusqu'à ce que vous vous sentiez calme.
- Vous pouvez aussi jeter un coup d'œil aux documents : « Vidéos pour vous aider à vous sentir calme et concentré » ou « Changer les pensées négatives pour réussir dans son apprentissage ». Vous les trouverez ici : <https://www.coalition.ca/wp-content/uploads/2023/03/GUIDE-changer-les-pensees-negatives-VIDEO.pdf> .



La traduction et l'adaptation en français de ce document ont été effectuées par la Coalition ontarienne de formation des adultes (COFA) et financées en partie par le gouvernement du Canada et le gouvernement de l'Ontario.