



12 rue Frédéric Mistral  
83670 Barjols  
06.60.16.94.01

Nathalie.callenaere@gmail.com  
[www.nathaliecallenaere.com](http://www.nathaliecallenaere.com)

SIRET : 753 414 705 00016  
SIREN : 753 414 705  
APE : 8559A

---

Le centre de formation adapte ses plans de formation en fonction des besoins du stagiaire, de son profil et de la durée du contrat.  
La liste ci-dessous reprend les modules susceptibles d'être abordés pendant la formation

## PLAN DE FORMATION

### Avant De Commencer

#### Création De Document

- Création D'un Nouveau Document
- Détail Du Paramètre Prédéfini

#### Présentation De L'espace De Travail

- La Barre D'outils
- Le Menu
- La Barre De Contrôle
- Les Palettes

#### Espace De Travail

- Les Espaces De Travail Prédéfinis
- Créer Un Ou Plusieurs Espaces De Travail
- Nouvel Espace De Travail
- Gérer Les Espaces De Travail

#### Bases et raccourcis essentiels

- Le Zoom Et Son Raccourci
- La Main Et Son Raccourci
- La Flèche Noire
- La Flèche Blanche
- La Palette Pages
- Couleur De Fond Et Couleur De Contour

Le Plan De Travail Et La Zone D'édition  
Le Travail En Dehors De La Zone De Travail  
Annuler, Rétablir Et Raccourcis

#### Enregistrer Et Nommer Le Document

Enregistrer Sous  
Mise À Jour Du Nom De Fichier  
L'astérisque Et Sa Signification  
Enregistrer Le Travail En Cours

#### La Palette Calque

Organisation Des Calques Et Des Sous-calques  
Création D'un Objet Et Sa Position Dans Le Calque  
Créer  
Nommer  
Verrouiller  
Dupliquer  
Supprimer  
Déplacer  
Cibler  
Grouper

#### Modules Abordés Au Travers Des Exercices

#### Menu Fichier

**Nouveau**  
Document...  
Livre...  
Bibliothèque...  
**Ouvrir ...**  
**Parcourir Dans Bridge...**  
**Fermer**  
**Enregistrer**  
**Enregistrer Sous...**  
**Archiver**  
**Enregistrer Une Copie...**  
**Version Précédente**  
**Chercher Dans Adobe Stock...**  
**Importer...**  
**Importer Depuis Les Bibliothèques CC...**  
**Importer Xml...**  
**Importer Les Commentaires PDF...**  
**Paramètres Prédéfinis Adobe PDF**  
Définir...  
[Pdf/X-1a:2001]...  
[Pdf/X-3:2002]...  
[Pdf/X-4:2008]...  
[Qualité Optimale]...  
[Qualité Supérieure]...  
[Taille De Fichier Minimale]...  
**Exporter...**

**Partager Pour Révision...**

**Publish Online...**

**Tableau De Bord Publish Online...**

**Paramètres Prédéfinis Du Document**

Définir...

[Par Défaut]...

**Format De Document...**

**Ajuster La Mise En Page...**

**Utilisateur...**

**Informations...**

**Assemblage...**

**Impressions Prédéfinies**

Définir...

[Par Défaut]...

**Imprimer...**

**Imprimer Le Cahier...**

**Quitter**

## Menu Edition

**Annuler Permuter Contour Et Fond**

**Rétablir**

**Couper**

**Copier**

**Coller**

**Coller Sans Mise En Forme**

**Coller Dedans**

**Coller Sur Place**

**Effacer**

**Dupliquer**

**Exécuter Et Répéter...**

**Importer Et Lier**

**Tout Sélectionner**

**Tout Désélectionner**

**In Copy**

Ajouter La Sélection À L'affectation

Ajouter Le Calque À L'affectation

Ajouter Tous Les Articles À L'affectation

Ajouter Tous Les Graphique À L'affectation

Exportation

Enregistrer Le Contenu

Extraire

Archiver

Tout Archiver

Annuler Extraire

Mettre À Jour Le Contenu

**Modifier L'original**

**Modifier Avec**

Autre...

**Accéder À La Source**

**Modifier En Mode Éditeur**

**Rechercher Des Images Similaires**

Application Rapide...

Rechercher/ Remplacer...

Suivant

**Orthographe**

Orthographe

Vérification Orthographique Dynamique

Correction Automatique

Dictionnaire Utilisateur...

**Espace De Fusion Des Transparences**

Espace RVB Du Document

Espace CMJN Du Document

**Aplatissements Prédéfinis Des Transparences...**

Importer Les Paramètres Locaux Précédents...

Couleurs...

Attribuer Des Profils...

Convertir En Profil...

Raccourcis Clavier...

Menus...

**Préférences**

Général...

Interface...

Mise À L'échelle De L'interface Utilisateur...

Texte...

Texte Avancé...

Composition...

Unités Et Incréments...

Grilles...

Repères Et Table De Montage ...

Dictionnaire...

Orthographe...

Correction Automatique...

Notes...

Suivi Des Modifications...

Affichage En Mode Éditeur...

Performance D'affichage...

Aspect Du Noir...

Gestion Des Fichiers...

Gestion Du Presse-papier...

**Menu Page**

**Pages**

Ajouter Une Page

Insérer Des Pages...

Déplacer Des Pages...

Imprimer La Planche...

Appliquer Un Gabarit Aux Pages ...

Transitions De Page

**Marges Et Colonnes...**

**Repères De Règle...**

Créer Des Repères...  
Créer Une Variante De Mise En Page...  
Mise En Page Liquide  
Première Page  
Page Précédente  
Page Suivante  
Dernière Page  
Planche Suivante  
Planche Précédente  
Atteindre La Page  
Précédent  
Suivant  
Options De Numérotation Et De Section...  
Table Des Matières...  
Mettre À Jour La Table Des Matières  
Styles De Table Des Matières...

## Menu Texte

Police  
Taille  
Caractère  
Paragraphe  
Tabulations  
Glyphes  
Article  
Styles De Caractère  
Styles De Paragraphe  
Vectoriser  
Trouver/Remplacer La Police...  
Modifier La Casse  
    Capitales  
    Base De Casse  
    Première Lettre Des Mots En Capitale  
    Casse De La Phrase  
Texte Curviligne  
    Options...  
    Supprimer Texte Curviligne  
Notes  
    Mode De Notes  
    Nouvelle Note  
    Ouvrir La Note  
    Supprimer La Note  
    Note Précédente  
    Note Suivante  
    Convertir En Note  
    Convertir En Texte  
    Scinder La Note  
    Développer/Réduire Les Notes De L'article  
    Supprimer Les Notes De L'article  
    Supprimer Toutes Les Notes

### **Suivi Des Modifications**

- Suivi Des Modifications Dans L'article Actif
- Activer Le Suivi Dans Tous Les Articles
- Désactiver Le Suivi Dans Tous Les Articles
- Modification Précédente
- Modifications Suivantes
- Accepter La Modification
- Ignorer La Modification
- Accepter La Modification, Rechercher La Suivante
- Ignorer La Modification, Rechercher La Suivante
- Accepter Toutes Les Modifications
- Ignorer Toutes Les Modifications
- Accepter Toutes Les Modifications De Cet Utilisateur
- Ignorer Toutes Les Modifications De Cet Utilisateur

### **Insérer Une Note De Bas De Page**

#### **Options De Notes De Bas De Page Du Document...**

#### **Insérer Une Note De Fin**

#### **Options De Notes De Fin De Document...**

#### **Convertir Notes De Bas De Page Et Notes De Fin...**

### **Hyperliens Et Références Croisées**

- Nouvel Hyperlien...
- Nouvel Hyperlien À Partir De L' Url
- Convertir Les Url En Hyperliens...
- Modifier L'hyperlien...
- Insérer La Référence Croisée...
- Option De Référence Croisée...
- Mettre À Jour La Référence Croisée

### **Variables De Texte**

- Définir...
- Insérer Une Variable
- Convertir Une Variable En Texte

### **Listes À Puces Et Numérotées**

- Appliquer Puces
- Appliquer Numéros
- Numérotation Recommencer/ Continuer
- Convertir Puce Et Numérotation En Texte
- Définir Des Listes

### **Insérer Un Caractère Spécial**

- Symboles
- Marques
- Césures Et Tirets
- Guillemets
- Autre

### **Insérer Une Espace**

- Espace Cadratin
- Espace Demi-cadratin
- Espace Insécable
- Espace Insécable ( Chasse Fine)
- Espace Ultrafine

Sixième D'espace  
Espace Fine  
Quart D'espace  
Tiers Espace  
Espace De Ponctuation  
Espace Tabulaire  
Espace Sans Alinéa

#### **Insérer Un Caractère De Saut**

Saut De Colonne  
Saut De Bloc  
Saut De Page  
Saut De Page Impaire  
Saut De Page Paire  
Saut De Paragraphe  
Saut De Ligne Forcé  
Saut De Ligne Conditionnel

#### **Remplir Avec Le Texte De Substitution**

#### **Afficher Les Caractères Masqués**

### **Menu Objet**

#### **Transformation**

Déplacement...  
Mise À L'échelle...  
Rotation...  
Déformation...  
Rotation 90° Horaire  
Rotation 90° Antihoraire  
Rotation 180°  
Symétrie Axe Vertical  
Symétrie Axe Horizontal  
Effacer Les Transformations

#### **Répéter La Transformation**

Répéter La Transformation  
Répéter La Transformation Individuellement  
Répéter La Transformation En Séquence  
Répéter La Transformation En Séquence Individuellement

#### **Disposition**

Premier Plan  
En Avant  
En Arrière  
Arrière Plan

#### **Sélectionner**

Premier Objet Supérieur  
Objet Précédent  
Objet Suivant  
Dernier Objet Inférieur  
Conteneur  
Contenu  
Objet Précédent  
Objet Suivant

**Associer**

**Dissocier**

**Verrouiller**

**Tout Déverrouiller Sur La Planche**

**Masquer**

**Tout Afficher Sur La Planche**

**Insérer Du Code Html...**

**Générer Un Code Qr...**

**Options De Bloc Texte**

**Objet Ancré**

Options (Par Défaut)...

Insérer ( Options Par Défaut)...

Annuler

**Ajustement**

Remplir Le Bloc Proportionnellement

Ajuster Le Contenu Proportionnellement

Ajustement Au Contenu

Ajuster Le Bloc Au Contenu

Ajuster Est Le Contenu Au Bloc

Centrer Le Contenu

Effacer Des Options D'ajustement De Bloc

Options D'ajustement De Bloc...

**Contenu**

Image

Texte

Non Attribué

**Effets**

Transparence...

Ombre Portée...

Ombre Interne...

Lueur Externe...

Lueur Interne...

Biseau Et Estampage...

Satin...

Contour Progressif Simple...

Contour Progressif Directionnel...

Contour Progressif Dégradé...

Effacer Les Effets

Effacer Toute Transparence

Éclairage Global...

**Options D'arrondis...**

**Options De Calque D'objet...**

**Options D'exportation D'objet ...**

**Légendes**

Format Des Légendes...

Générer Une Légende Dynamique

Générer Une Légende Statique

Convertir En Légende De Statique

**Masque**

Options...

Convertir Le Masque En Bloc

### **Couleurs De L'image**

#### **Objet Interactif**

Convertir En Bouton

Convertir En Case À Cocher

Convertir En Liste Déroulante

Convertir En Zone De Liste

Convertir En Case Adoption

Convertir En Champ De Signature

Convertir En Champ De Texte

Convertir En Objet

Convertir En Trajectoire

Définir L'ordre Des Tabulations...

#### **Tracés**

Joindre

Ouvrir Le Tracé

Fermer Le Tracé

Inverser Le Tracé

Créer Un Tracé Transparent

Annuler Le Tracé Transparent

#### **Pathfinder**

Addition

Soustraction

Intersection

Exclusion Du Chevauchement

Soustraction (Avant- Arrière)

#### **Convertir La Forme**

Rectangle

Rectangle Arrondi

Rectangle En Biseau

Rectangle Arrondi Inversé

Ellipse

Triangle

Polygone

Ligne

Ligne Orthogonale

#### **Convertir Le Point**

Normal

Sommet

Inflexion

Symétrique

#### **Performances D'affichage**

Affichage Rapide

Affichage Standard

Affichage De Qualité Supérieure

Utiliser Le Paramètre D'affichage

### **Menu Tableau**

Créer Un Tableau...

**Convertir Le Texte En Tableau...**

**Convertir Le Tableau En Texte...**

**Options De Tableau**

Format De Tableaux...

Contours De Lignes En Alternance...

Contours De Colonne En Alternance...

Fonds En Alternance...

En-têtes Et Pieds De Tableau ...

**Options De Cellule**

Texte...

Images

Contours Et Fonds...

Lignes Et Colonnes...

Traits Diagonaux...

**Insérer**

Ligne

Colonne

**Supprimer**

Ligne

Colonne

Tableau

**Sélectionner**

Cellule

Ligne

Colonne

Tableau

Lignes D'en-tête

Lignes De Corps

Lignes De Pied De Tableau

**Fusionner Les Cellules**

**Annuler La Fusion Des Cellules**

**Scinder La Cellule Dans Le Sens Horizontal**

**Scinder La Cellule Dans Le Sens Vertical**

**Coller Avant**

**Coller Après**

**Convertir La Cellule En Cellule Graphique**

**Convertir La Cellule En Cellule De Texte**

**Convertir Les Lignes**

En Ligne D'en-tête

En Ligne De Corps

En Ligne De Pied De Tableau

**Répartir Les Lignes Uniformément**

**Répartir Les Colonnes Uniformément**

**Atteindre La Ligne...**

**Modifier L'en-tête**

**Modifier Le Pied De Tableau**

**Menu Affichage**

Aperçu De La Surimpression

Format D'épreuve

Personnaliser...

Espace Au Cmjn Du Document - Coated Fogra39 (Iso 12 647-2-2004)

Espace De Travail Cmjn - Coated Fogra39 (Iso 12 647-2-2004)

#### **Couleurs D'épreuve**

**Zoom Avant**

**Zoom Arrière**

**Ajuster La Page À La Fenêtre**

**Ajuster La Planche À La Fenêtre**

**Taille Réelle**

**Table De Montage**

**Faire Correspondre La Table De Montage À La Couleur Du Thème**

**Faire Pivoter La Planche**

90° Horaire

90° Antihoraire

180°

Annuler La Rotation

**Mode De L'écran**

Normal

Aperçu

Fond Perdu

Ligne-bloc

Présentation

**Performances D'affichage**

Affichage Rapide

Affichage Standard

Affichage De Qualité Supérieure

Afficher Les Paramètres D'affichage De Niveau Objet

Supprimer Les Paramètres D'affichage De Niveau Objet

**Masquer Les Règles**

**Extras**

Masquer Le Contour De Bloc

Afficher Le Chaînage Du Texte

Afficher Les Blocs Affectés

Masquer Les Hyperliens

Masquer Les Notes

Masquer Le Badge De Lien

Masquer La Saisie Du Contenu

Masquer Les Angles Dynamique

Masquer Le Contrôle De L'objet Ancré

Masquer Le Transporteur

Masquer Le Badge D'achat De Stock

**Grilles Et Repères**

Masquer Les Repères

Verrouiller Les Repères

Verrouiller Les Repères De Colonne

Magnétisme Des Repères

Repères Commentés

Supprimer Tous Les Repères Sur La Planche

Afficher La Grille De Ligne De Base

Afficher La Grille Du Document

Magnétisme De La Grille

#### **Structure**

Afficher La Structure

Masquer Les Marques De Balises

Afficher Les Blocs Balisés

#### **Mode Éditeur**

Masquer Les Modifications

Masquer La Colonne Nom De Style

Masquer La Règle De Profondeur

Afficher Les Marges De Saut De Paragraphe

Développer Toutes Les Notes De Bas De Page

### **Menu Fenêtre**

#### **Disposition**

Tout Disposer En Mosaïque Au Verticale

Tout Disposer En Mosaïque Horizontale

2 Vignettes Horizontales

2 Vignettes Verticales

3 Vignettes Horizontales

3 Vignettes Verticales

3 Vignettes Empilées

4 Vignettes

4 Vignettes Horizontales

4 Vignettes Verticales

4 Vignettes Empilées

5 Vignettes Empilées

6 Vignettes

6 Vignettes Empilées

Cascade

Mosaïque

Faire Flotter Dans La Fenêtre

Tout Faire Flotter Dans Les Fenêtres

Regrouper Toutes Les Fenêtres

Nouvelle Fenêtre Pour

Fractionner La Fenêtre

Réduire

#### **Espace De Travail**

[Avancé]

[Impression Et Épreuve]

[Les Indispensables]

[Les Indispensables - Classique]

[Livre]

[Objet Interactif Pour Pdf]

[Publication Numérique]

[Typographie]

[Vérifier]

Réinitialiser

Nouvel Espace De Travail...

Supprimer Les Espaces De Travail...

Afficher Les Menus Entiers

**Rechercher Des Extensions Dans Exchange...**

**Articles**

**Bibliothèques CC**

**Calques**

**Commentaires**

Commentaires Pdf

Commenter

**Contour**

**Contrôle**

**Couleur**

Couleur

Dégradé

Nuancier

Thèmes Adobe Color

**Editorial**

Affectations

Notes

Suivi Des Modifications

**Effets**

**Habillage De Texte**

**Incrustations**

**Informations**

**Liens**

**Objet Mise En Page**

Alignement

Pathfinder

Transformation

**Objet Interactif**

Animation

Aperçu De L'interactivité Epub

Boutons Et Formulaires

États D'objet

Hyperliens

Minutage

Mise En Page Liquide

Multimédia

Signets

Transitions De Page

**Pages**

**Propriétés**

**Sortie**

Aperçu De L'aplatissement

Aperçu Des Séparations

Contrôle En Amont

Options D'objet

Recouvrements Prédéfinis

**Styles**

Styles D'objet

Styles De Caractère  
Styles De Cellule  
Styles De Paragraphe  
Styles De Tableau

#### **Texte Et Tableaux**

Article  
Caractère  
Glyphes  
Index  
Paragraphe  
Références Croisées  
Texte Au Conditionnel

#### **Utilitaires**

Balises  
Fusion Des Données  
Infobulle Des Outils  
Intitulé De Script  
Scripts  
Tâches En Arrière-plan

#### **Menu Aide**

Aide D'indesign...  
Tutoriels Indesign...  
Soumettre Un Bogue Ou Une Demande De Fonctionnalité...  
À Propos D'indesign..  
Gérer Mon Compte...  
Se Déconnecter...  
Mises À Jour  
Indesign En Ligne....

#### **Barre d'Outils**

Outil Sélection  
Outil Sélection directe  
Outil Page  
Outil Espace  
Outil Récupérateur de contenu  
Outil Importation De Contenu  
Outil Texte  
Outil Texte Curviligne  
Outil Trait  
Outil Plume  
Outil Ajout De Point D'ancrage  
Outil Suppression De Point D'ancrage  
Outil Conversion De Point Directeur  
Outil Crayon  
Outil Crayon Arrondi  
Outil Gomme  
Outil Bloc Rectangulaire  
Outil Bloc Elliptique  
Outil Bloc Polygonal

Outil Rectangle  
Outil Ellipse  
Outil Polygone  
Outil Ciseaux  
Outil Transformation Manuelle  
Outil Rotation  
Outil Mise À L'échelle  
Outil Déformation  
Outil Nuance De Dégradé  
Outil Contour Progressif Dégradé  
Outil Note  
Outil Thème De Couleur  
Outil Main  
Outil Zoom  
Fond  
Contour  
La Mise En Forme Agit Sur Le Conteneur  
La Mise En Forme Agit Sur Le Texte  
Appliquer La Couleur  
Appliquer Le Dégradé  
Appliquer Sans  
Contours Du Bloc  
Règles  
Repères  
Repères Commentés  
Grille De Ligne De Base  
Caractères Masqués  
Affichage Normal  
Affichage Aperçu  
Affichage Fond Perdu  
Affichage Ligne De Bloc  
Affichage Présentation