

Prérequis et bonnes pratiques

Installer SuperWhisper pour parler à l'IA, et adopter le réflexe de toujours débbugger avec l'IA.

Source : <https://prisme.one/plateforme/ia-juillet-2026/semaine-1-prerequis-bonnes-pratiques>

Objectif

Avoir SuperWhisper installé et comprendre les deux réflexes fondamentaux : parler à l'IA et débbugger avec l'IA.

Output attendu

SuperWhisper fonctionnel, raccourci configuré, réflexe voix + debug ancré.

Avant de commencer : deux réflexes qui changent tout

Cette leçon est courte mais **essentielle**. Elle pose deux habitudes qui vont déterminer ta vitesse de progression pendant tout le bootcamp, et après.

Réflexe 1 : Parler à l'IA (pas taper)

Installe SuperWhisper

La manière la plus rapide de communiquer avec l'IA, c'est **la voix**. C'est 5 fois plus rapide que le clavier, et ça change complètement la relation que tu as avec l'outil.

1. Va sur superwhisper.com
2. Télécharge l'app (Mac, Windows, iOS)
3. Choisis ton plan : **Pro à 8,49 \$/mois** pour tester sans t'engager, ou **Lifetime à 249,99 \$ une fois** (le meilleur deal si tu comptes l'utiliser sur la durée : tu paies une fois et c'est réglé)

Code promo Prisme One

Utilise le code REYSU30 au moment du paiement pour avoir **30 % de réduction** sur n'importe quel plan SuperWhisper (Lifetime inclus).

Alternatives gratuites ou freemium

SuperWhisper reste notre reco pour la qualité et l'intégration. Mais soyons clairs : **si tu ne veux pas payer, un outil gratuit comme Murmure fait très bien le job**. L'essentiel, c'est d'avoir *un* moyen de parler à l'IA, peu importe lequel. Voici les meilleures options gratuites remontées par la communauté :

Meilleure alternative gratuite

Murmure

Gratuit, open source, desktop. Dictée locale via Whisper et politique **ZDR** (zéro rétention de données) : rien n'est stocké côté serveur. C'est le meilleur remplaçant gratuit de SuperWhisper si tu ne veux pas payer.

Handy

100 % gratuit, open source, tourne en local (Mac, Windows, Linux). Aucune donnée n'est envoyée à un serveur tiers. Très bon choix si tu veux la confidentialité maximale sans payer.

Wispr Flow

Cross-platform (Mac + Windows), **plan gratuit** pour démarrer, moins bon que SuperWhisper côté qualité et intégration mais correct pour tester.

Sur mobile : la dictée est souvent déjà intégrée et gratuite. Sur Android, active la **dictée vocale de Gboard** (l'icône micro du clavier). Sur iPhone, la **dictée iOS** fonctionne dans n'importe quel champ texte. Largement suffisant pour parler à l'IA depuis ton téléphone.

Pour un usage quotidien intensif, SuperWhisper reste notre reco (qualité + intégration). Mais commence par Murmure ou une autre option gratuite si tu veux d'abord valider l'usage avant d'investir. Le plus important, c'est d'avoir un outil et de prendre l'habitude de parler à l'IA.

Tuto vidéo

LOOM

Découvrez SuperWhisper : L'outil révolutionnaire de transcription vocale

<https://www.loom.com/share/bd29a4ef180d4fab95322451cba06742>

Comment ça marche

SuperWhisper tourne en arrière-plan. Tu appuies sur un raccourci clavier, tu parles, et le texte apparaît là où ton curseur est posé. Partout : dans OpenCode, dans Obsidian, dans ton navigateur, dans un email.

Concrètement dans le bootcamp :

- Tu ouvres OpenCode dans le terminal
- Tu appuies sur ton raccourci SuperWhisper
- Tu **parles** ta demande au lieu de la taper
- Le texte s'insère directement dans OpenCode

C'est tout. Pas de copier-coller, pas de friction.

Pourquoi c'est important

La plupart des gens sous-utilisent l'IA parce qu'ils n'arrivent pas à formuler ce qu'ils veulent en tapant. À l'oral, c'est naturel : tu expliques comme à un collègue. Tu donnes plus de contexte, tu es plus précis, et tu vas beaucoup plus vite.

Prends l'habitude dès maintenant de TOUJOURS parler à l'IA. Que ce soit pour lui demander quelque chose, lui expliquer un problème, ou réfléchir à voix haute. La voix, c'est ton interface principale avec l'IA.

Réflexe 2 : Toujours débbugger avec l'IA

Le principe

Pendant le bootcamp, tu vas rencontrer des problèmes. C'est normal et c'est même souhaitable : chaque problème résolu est une compétence acquise.

La règle d'or : ne reste jamais bloqué seul. Demande à ton IA.

Quand quelque chose ne marche pas :

Étape 1

Copie-colle l'erreur dans OpenCode

Étape 2

Explique ce que tu essayais de faire

En parlant avec SuperWhisper, c'est plus rapide

Étape 3

Laisse l'IA te guider vers la solution

95% des problèmes résolus automatiquement

1. **Copie-colle l'erreur** directement dans OpenCode
2. **Explique ce que tu essayais de faire** (en parlant, c'est plus rapide)
3. **Laisse l'IA te guider** vers la solution

C'est tout. Pas besoin de comprendre l'erreur toi-même. Pas besoin de chercher sur Google. Pas besoin de paniquer. OpenCode a accès à tes fichiers, il voit le contexte, et il sait résoudre 95% des problèmes que tu vas rencontrer.

Exemples concrets

Tu as une erreur dans le terminal :

```
Error: ENOENT: no such file or directory
```

→ Copie-colle l'erreur dans OpenCode, il va comprendre quel fichier manque et le créer ou te dire quoi faire.

Une commande ne marche pas comme prévu : → Dis à ton IA "j'ai lancé /init mais ça m'a donné ça : [colle le résultat]", elle va diagnostiquer et corriger.

Tu ne comprends pas une étape du bootcamp : → Copie-colle le passage de la leçon dans OpenCode et dis "explique-moi ça comme si j'avais 10 ans" ou "c'est quoi concrètement ce que je dois faire ici ?"

Pourquoi c'est le super-pouvoir des non-tech

Les développeurs ont passé des années à apprendre à débbugger. Toi, tu n'as pas besoin : tu as un développeur senior disponible 24h/24 dans ton terminal. La seule compétence à développer, c'est le réflexe de **toujours lui demander** au lieu de galérer seul.

Pendant tout le bootcamp :

- Un truc plante → OpenCode
- Tu comprends pas un concept → OpenCode
- Tu veux aller plus loin sur un sujet → OpenCode
- Tu veux adapter un exercice à ton cas → OpenCode

C'est littéralement la raison pour laquelle on utilise cet outil. Ne te prive pas de sa puissance.

Checklist

- ☐ SuperWhisper installé et fonctionnel
- ☐ Raccourci clavier configuré pour dicter
- ☐ J'ai testé de parler à OpenCode via SuperWhisper

Je comprends le réflexe : erreur → copier-coller dans OpenCode

Output attendu : SuperWhisper installé, raccourci configuré, et le réflexe "je parle à l'IA, je débbugge avec l'IA" ancré avant de commencer les vraies leçons.

Vidéos

LOOM

Découvrez SuperWhisper : L'outil révolutionnaire de transcription vocale

<https://www.loom.com/share/bd29a4ef180d4fab95322451cba06742>

Extraction verbatim depuis Prisme One · <https://prisme.one/plateforme/ia-juillet-2026/semaine-1-prerequis-bonnes-pratiques>