GUIDE DE PRISE EN MAIN

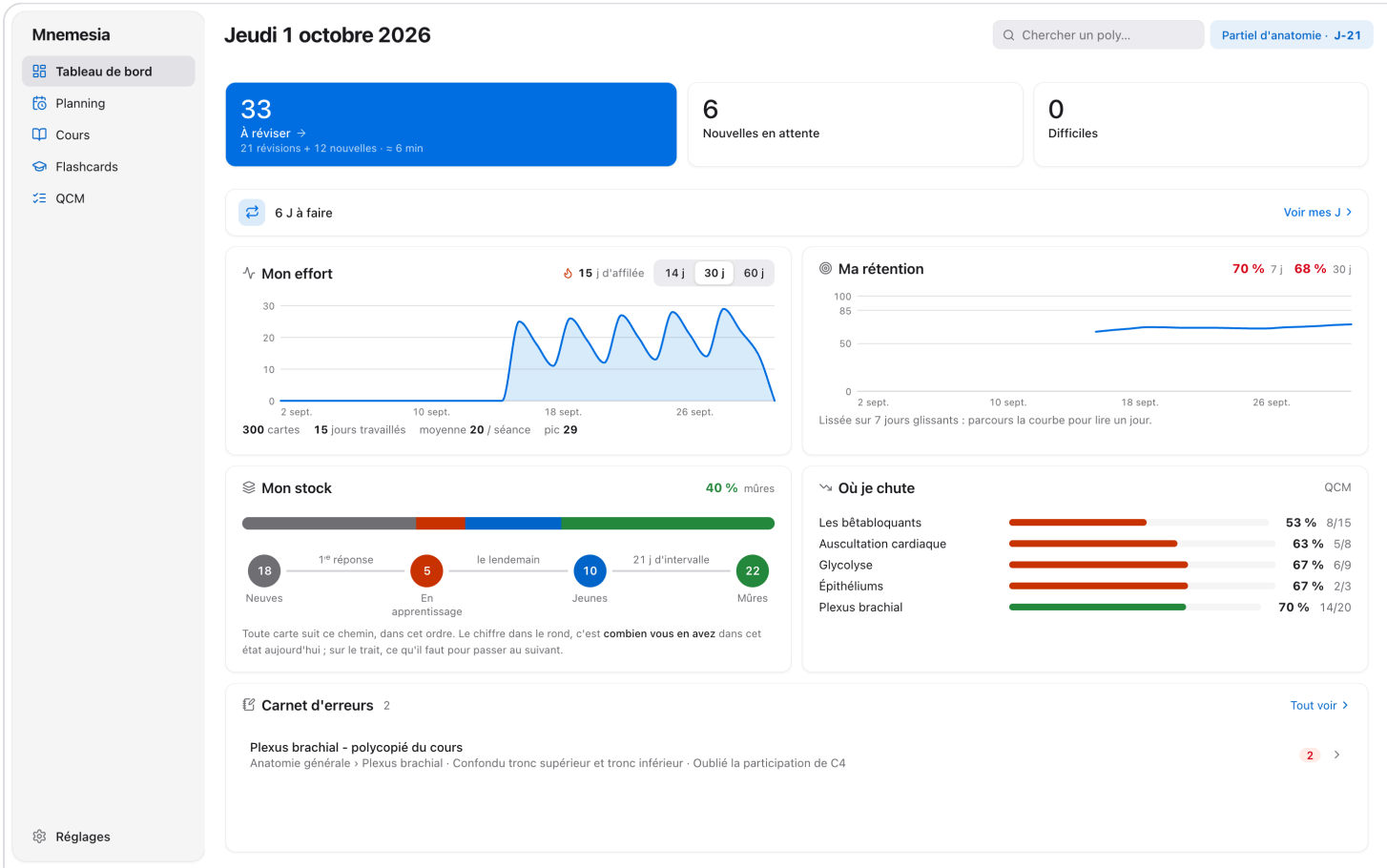
Mnemesia

L'outil qui guide vos révisions, de la PASS aux EDN. Vos polys, vos flashcards, vos QCM et votre planning dans une seule application.

Version **1.0.17** · 25 octobre 2026

Conçu par Raphaël, ingénieur et étudiant en médecine · mnemesia.com

contact@mnemesia.com



Présentation

Mnemesia réunit les outils de révision d'un étudiant en médecine. Ce guide en présente les écrans dans l'ordre où vous les rencontrerez.

Vos données restent sur l'appareil

L'application fonctionne hors connexion et ne demande aucun compte. Vos polys, vos cartes et vos copies ne quittent pas votre appareil.

Un dossier lisible

Tout est enregistré dans un dossier ordinaire, sous des noms clairs. Sur Mac, iPad et iPhone, iCloud peut le partager entre vos appareils.

Des cartes de toutes provenances

Vous écrivez vos cartes à partir du poly, ou vous les importez depuis Anki, un fichier CSV ou TSV, ou un fichier reçu d'un camarade.

Sommaire

Installer Mac, iPad, iPhone, Windows, Android 3

Installer sur Linux AppImage, .deb, .rpm 4

Le dossier de cours emplacement, iCloud, sauvegarde 5

Le tableau de bord la journée et les semaines passées 6

Ranger ses cours année, semestre, matière, groupe 7

L'écran d'un cours le poly et le travail associé 8

L'atelier annoter, se tester, noter ses erreurs 9

Les paquets de cartes types de carte, import, partage 10

Créer des cartes à partir du poly 11

Réviser les notes et les raccourcis 12

Les QCM épreuves, annales, entraînement 13

La copie et l'historique corriger, reprendre, progresser 14

Le planning cours, examens, disponibilités 15

La méthode des J revoir chaque cours aux bons jours 16

Bonnes pratiques et aide sauvegarder, chercher, signaler 17

Une application en développement actif. De nouvelles versions paraissent régulièrement. Vos remarques sont les bienvenues ; la dernière page indique comment nous les transmettre.

Installer

Mnemesia s'installe depuis le magasin d'applications de votre appareil. Linux fait exception et dispose de sa propre page.

Mac, iPad et iPhone

1. **Ouvrez l'App Store**
   Recherchez « Mnemesia », ou suivez le badge App Store de mnemesia.com. Une même fiche couvre le Mac, l'iPad et l'iPhone.
2. **Installez, puis ouvrez l'application**
   Les mises à jour s'installent automatiquement.

Windows

1. **Ouvrez le Microsoft Store**
   Recherchez « Mnemesia », ou suivez le badge Microsoft Store de mnemesia.com, puis cliquez sur **Obtenir**.
2. **Ouvrez Mnemesia**
   Depuis le Store ou depuis le menu Démarrer. Les mises à jour sont automatiques.

Tablette et téléphone Android

1. **Ouvrez Google Play**
   Recherchez « Mnemesia », ou suivez le badge Google Play de mnemesia.com.
2. **Installez l'application**
   Google Play la met ensuite à jour de lui-même.

Sur iPad, iPhone et Android

Le système choisit lui-même l'emplacement du dossier de cours. Il reste visible dans l'app Fichiers, mais il est supprimé avec l'application. Sur iPad et iPhone, activez iCloud (page 5) pour le conserver.

Mises à jour. Vos cours et vos cartes sont enregistrés dans votre dossier, et non dans l'application. Une mise à jour ne les modifie pas.

Installer sur Linux

Trois formats de la même application, pour processeurs x86_64 : Ubuntu 22.04, Debian 12, Fedora 36 ou versions plus récentes. Ils se téléchargent sur mnemesia.com.

AppImage (recommandé)

Un fichier unique qui contient l'application et ses dépendances. Il ne demande aucun droit d'administrateur et se supprime comme un fichier ordinaire.

Paquet .deb

Pour Debian, Ubuntu et Mint. Mnemesia apparaît dans le menu des applications.

Paquet .rpm

Pour Fedora et openSUSE, avec le gestionnaire de paquets de ces distributions.

Installation de l'AppImage

1. **Téléchargez le fichier**

   Le bouton de la page dépose un fichier .AppImage dans votre dossier de téléchargements.

2. **Autorisez son exécution**

   Dans les propriétés du fichier, onglet Permissions, cochez « Autoriser l'exécution du fichier comme un programme ». Vous pouvez aussi saisir dans un terminal ouvert dans ce dossier :

   ```
   chmod +x Mnemesia_1.0.17_amd64.AppImage
   ```

3. **Ouvrez Mnemesia**

   Double-cliquez sur le fichier. Vous pouvez le ranger où vous le souhaitez ; il n'apparaît pas dans le menu des applications.

4. **Ou installez le paquet de votre distribution**

   Dans le dossier des téléchargements :

   ```
   sudo apt install ./Mnemesia_1.0.17_amd64.deb
   ```

   Sur Fedora ou openSUSE : `sudo dnf install ./Mnemesia-1.0.17-1.x86_64.rpm`. Conservez le `./` initial, sans lequel la commande cherche le paquet dans les dépôts.

Si l'application ne s'ouvre pas. Lancez l'AppImage depuis un terminal (`./Mnemesia_1.0.17_amd64.AppImage`) pour lire le message d'erreur. En cas d'erreur « libfuse.so.2 », installez `libfuse2` (`libfuse2t64` sur les Ubuntu récentes) ou ajoutez `--appimage-extract-and-run` à la commande. Si la fenêtre reste blanche (carte NVIDIA, Wayland), placez `WEBKIT_DISABLE_DMABUF_RENDERER=1` devant la commande.

Le dossier de cours

Au premier lancement sur ordinateur, Mnemesia vous demande où enregistrer votre travail. Ce choix n'est demandé qu'une fois.

L'écran « Où ranger vos cours ? » propose de **créer le dossier Mnemesia** ou d'ouvrir un dossier Mnemesia existant, par exemple celui d'un autre ordinateur.

Le contenu du dossier est visible dans le Finder ou l'Explorateur. Chaque poly dispose de son propre dossier, avec une copie annotée en PDF, lisible sans l'application, et un fichier de notes et d'erreurs.

Si vous désinstallez l'application d'un ordinateur, le dossier reste en place.

```
Mnemesia/
├── mnemesia.db    la base de révision
├── Cours/         les polys
│   └── 2026 - 2027/Semestre 1/
│       └── Anatomie générale/
│           └── Plexus brachial/
├── Decks/         les paquets de cartes
└── QCM/           les épreuves
```

Réglages, rubrique Dossier

Synchroniser	Relit le dossier et intègre les fichiers ajoutés ou déplacés depuis le Finder ou l'Explorateur. Aucune suppression n'a lieu sans confirmation.
Gérer le dossier	Renomme ou déplace le dossier. L'application suit son nouvel emplacement.
Changer de dossier	Copie l'ensemble vers une nouvelle destination et conserve l'ancien dossier intact.

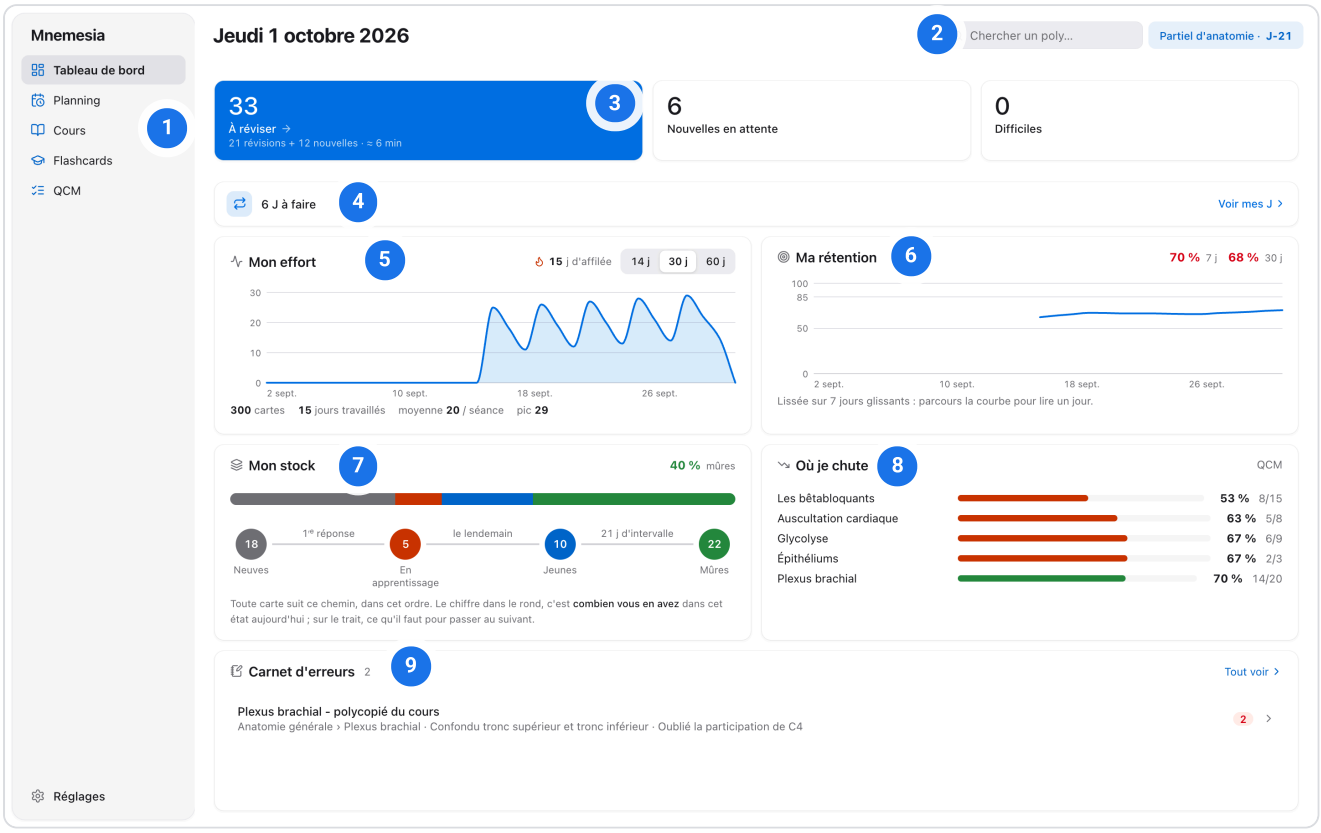
iCloud sur Mac, iPad et iPhone

Dans la rubrique Dossier, choisissez **Activer**, ou **Relier** si iCloud contient déjà vos cours. Les cours sont alors partagés entre vos appareils Apple. Windows, Linux et Android ne sont pas synchronisés.

Ne placez pas le dossier vous-même dans OneDrive, Google Drive ou iCloud Drive. Ces services peuvent réécrire des fichiers pendant leur utilisation et endommager la base de révision. Sur les appareils Apple, utilisez le réglage iCloud ; ailleurs, sauvegardez le dossier sur un disque externe ou avec Time Machine.

Le tableau de bord

Le tableau de bord présente le travail du jour et le bilan des semaines passées.

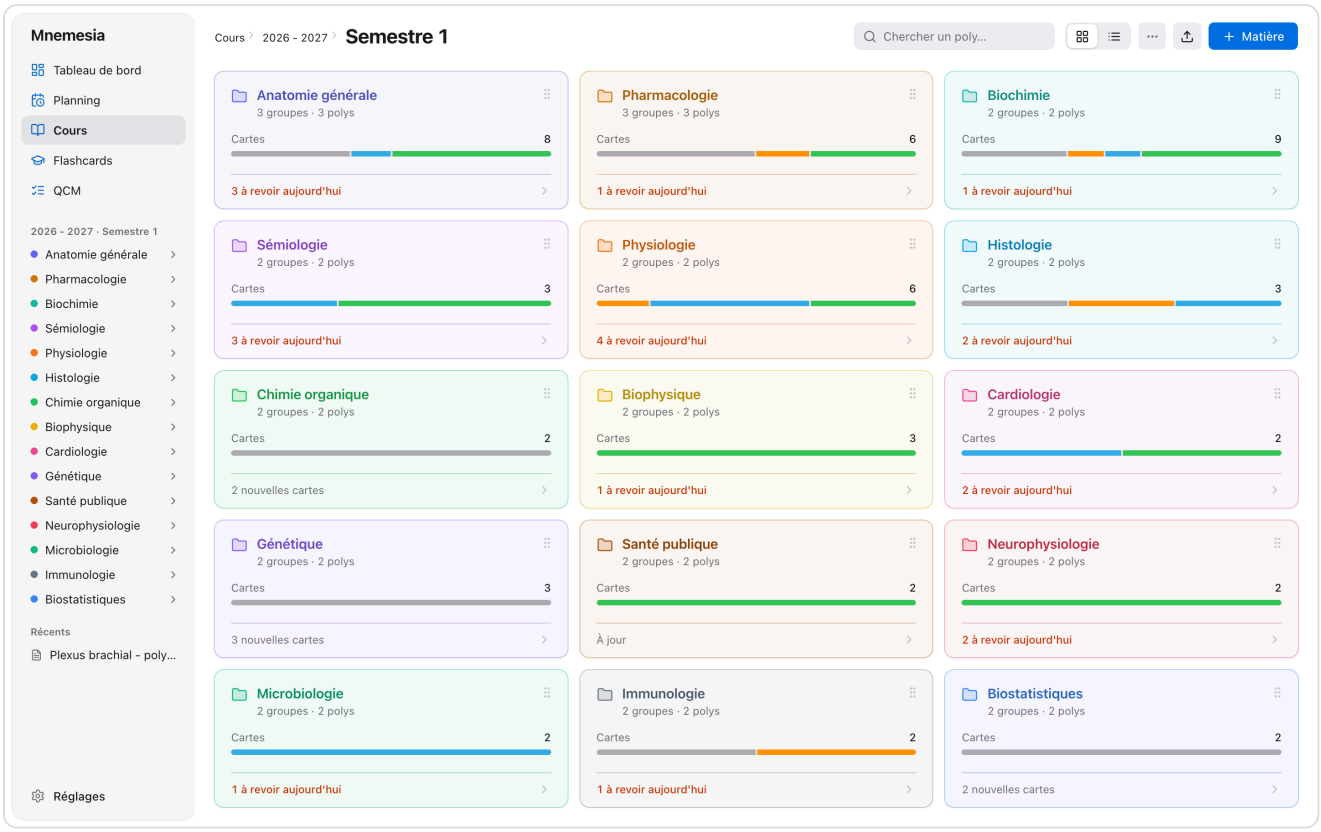


1. Les écrans principaux : tableau de bord, planning, cours, flashcards et QCM. Les réglages se trouvent en bas.
2. La recherche (⌘K ou Ctrl+K) et le compte à rebours jusqu'au prochain examen inscrit au planning.
3. Les cartes à réviser aujourd'hui, réparties entre révisions et nouvelles cartes, avec la durée estimée.
4. Les J à faire aujourd'hui (méthode des J, page 16).
5. Mon effort : le nombre de cartes révisées chaque jour et la série de jours consécutifs.
6. Ma rétention : la proportion de cartes retrouvées sur 7 et 30 jours.
7. Mon stock : vos cartes neuves, en apprentissage, jeunes et mûres.
8. Où je chute : vos résultats aux QCM par chapitre, du plus fragile au plus solide.
9. Le carnet d'erreurs : les erreurs relevées dans vos polys et vos QCM.

Au premier lancement, l'écran « Qu'est-ce que vous venez faire ici ? » vous demande votre année d'études et les modules à afficher. Un module désactivé peut être réactivé à tout moment dans les réglages.

Ranger ses cours

Les cours sont classés par année, semestre, matière et groupe. Ce classement sert ensuite aux cartes, aux QCM, au planning et aux statistiques.



Les matières d'un semestre, avec l'état de leurs cartes et le nombre de cartes à revoir aujourd'hui.

Le groupe

Un groupe correspond à un chapitre, par exemple « Plexus brachial ». Les polys, les paquets de cartes, les épreuves et la progression s'y rattachent.

Organiser

Les éléments se sélectionnent à plusieurs pour être déplacés ou supprimés, et se réordonnent par glisser-déposer. Un élément supprimé est placé dans le dossier Archives.

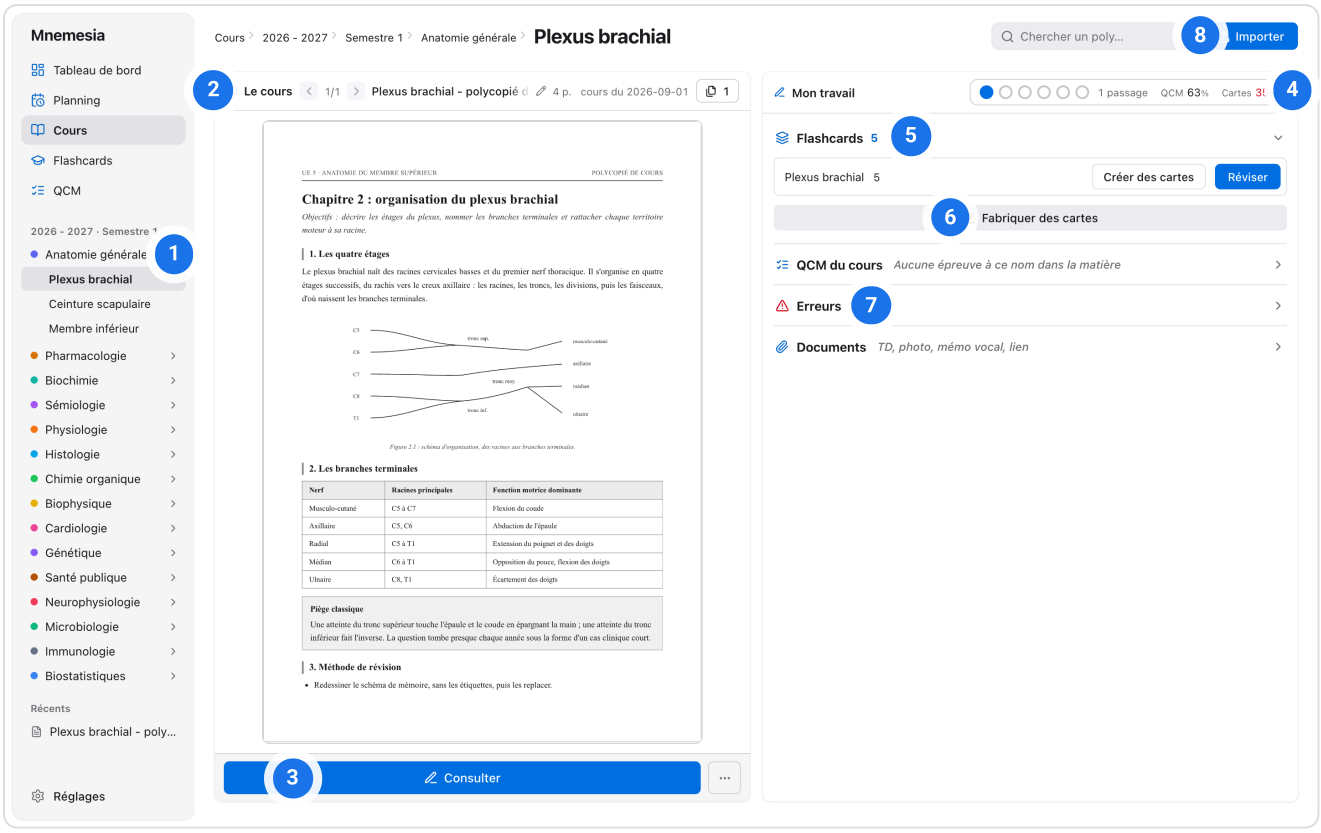
Importer

Le bouton **Importer** accepte les PDF, les documents Word, les images et le texte. Un dossier complet, ou son archive `.zip`, est importé avec toute son arborescence, sans créer de doublon.

Vous pouvez aussi déposer des fichiers directement dans le dossier `Cours/`, puis choisir **Synchroniser**.

L'écran d'un cours

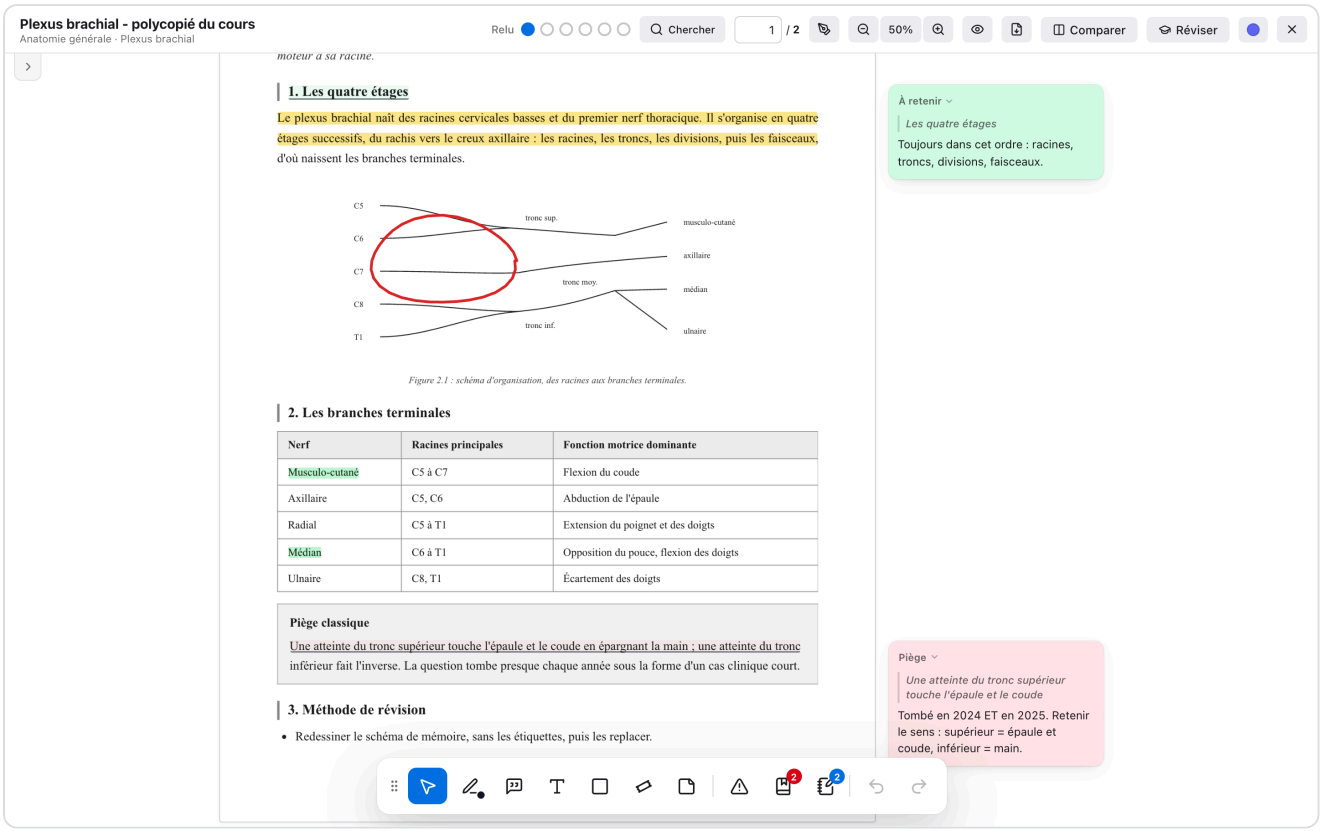
Le poly s'affiche à gauche, et le travail qui s'y rapporte à droite.



1. Les matières du semestre et les groupes de la matière ouverte.
2. Le poly, consultable sur place. Les flèches permettent de passer d'un document du groupe à l'autre.
3. **Consulter** ouvre le poly dans l'atelier pour l'annoter (page suivante).
4. Les six ronds comptent vos lectures du poly. À côté figurent vos résultats aux QCM et aux cartes de ce cours.
5. Les paquets de cartes du cours, chacun avec ses boutons **Créer des cartes** et **Réviser**.
6. **Fabriquer des cartes** ouvre l'écran de création sur ce poly.
7. Les QCM du cours, les erreurs relevées et les documents joints (TD, photo, mémo vocal, lien).
8. **Importer** ajoute un document à ce groupe.

L'atelier

L'atelier sert à travailler sur le poly : surligner, annoter, se tester et relever ses erreurs.



Un poly surligné, un schéma entouré et deux remarques dans la marge. La barre d'outils se trouve en bas de la page.

Les outils, de gauche à droite

- **Lire** : sélectionner le texte.
- **Stylo** : stylo, feutre, crayon, surligneur et gomme, à la souris, au doigt ou à l'Apple Pencil.
- **Remarque** : une note rattachée à un passage, écrite dans la marge.
- **Texte** et **Formes** : écrire sur la page, entourer, encadrer, flécher.
- **Ruban** : masquer un passage pour le réciter, puis le soulever.
- **Post-it** : une note posée sur la page.
- **Noter une erreur** : le passage est ajouté au carnet d'erreurs avec sa page.

En haut de l'écran

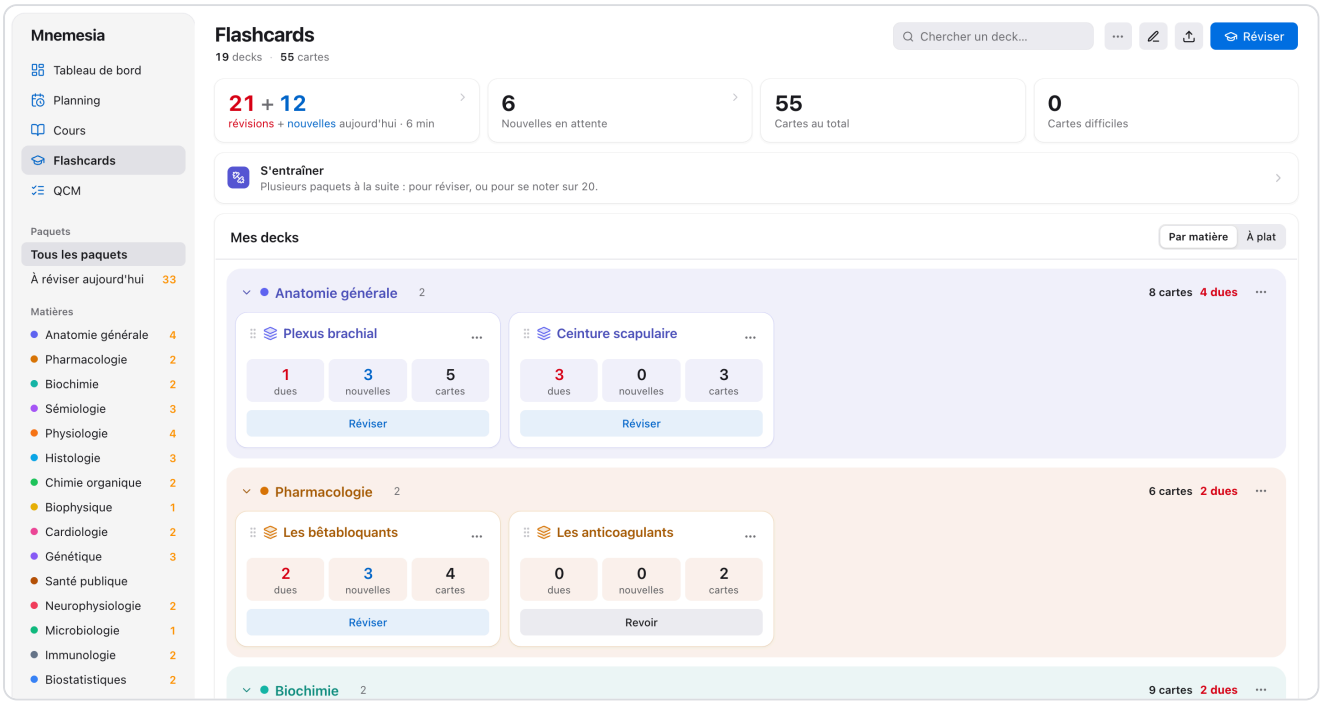
Les ronds **Relu** enregistrent vos lectures. **Comparer** ouvre un second document à côté du premier ; l'écran peut être partagé en plusieurs volets. **Réviser** lance les cartes de ce cours.

Pendant le travail

Une copie annotée du poly est enregistrée à côté de l'original, qui n'est jamais modifié. Les pages scannées sont reconnues sur votre appareil, et leur texte devient sélectionnable.

Les paquets de cartes

Les paquets sont classés par matière. Chacun indique les cartes dues, les nouvelles cartes et le total.



En haut, la séance du jour pour l'ensemble des paquets, avec sa durée estimée.

Les cinq types de carte

Cloze	Un texte à trous, rédigé à partir d'une phrase du cours.
Basique	Une question et sa réponse.
Inversée	Une question posée dans les deux sens.
Saisie	Une réponse à taper, pour les termes exacts.
Occlusion	Un schéma dont les légendes sont masquées.

Le menu d'un paquet

Le menu « ··· » donne accès aux cartes, aux réglages d'étude, à la date d'examen, au partage et à l'export de la progression.

S'entraîner

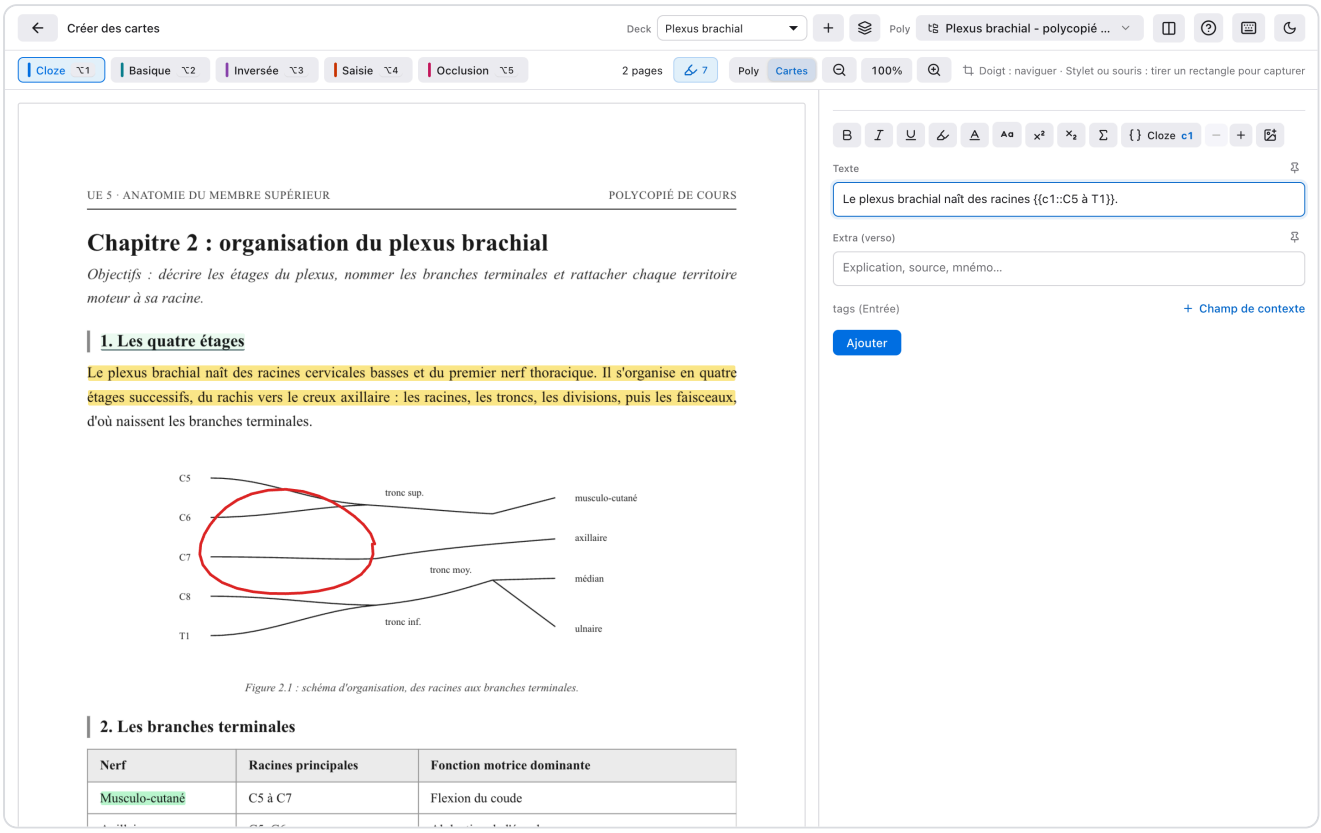
Enchaîne plusieurs paquets en une séance, pour réviser ou pour obtenir une note sur 20.

Importer et partager

Les paquets Anki (`.apkg`) s'importent avec leur historique de révision. Les listes CSV et TSV, par exemple copiées de Quizlet, sont également acceptées. **Partager le deck** produit un fichier unique, images comprises.

Créer des cartes

Le poly s'affiche à gauche et la carte à droite, ce qui permet de rédiger sans changer d'écran.



Un texte à trous en cours de rédaction. Vos annotations restent visibles sur le poly.

Étapes

1. **Choisir le paquet et le poly**
   En haut de l'écran. Un paquet peut être créé à cette étape.
2. **Rédiger la carte**
   Choisissez le type avec ⌥ ou Alt et un chiffre de 1 à 5, puis ajoutez la carte avec `⌘ Entrée`.
3. **Utiliser une image**
   Tracez un cadre sur le poly pour en faire l'image de la carte ou le fond d'une occlusion. Une image peut aussi être collée.

Raccourcis du texte à trous

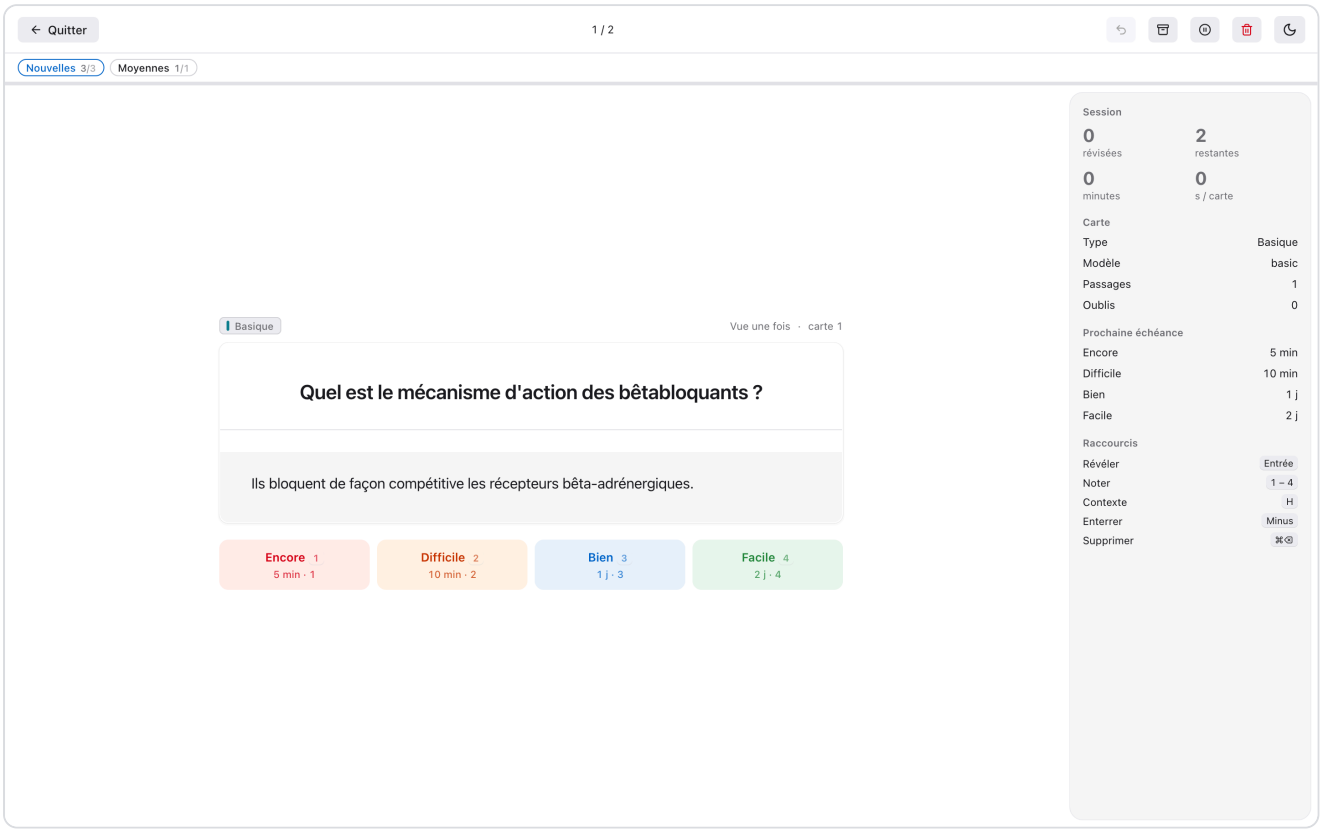
⌘⇧C	Crée un trou autour de la sélection. Deux fois de suite : numéro suivant.
⌘⇧B	Passe au numéro suivant (c2, c3…).
⌘⇧V	Revient au numéro précédent.

Sous Windows et Linux, Ctrl remplace ⌘. Tous les raccourcis se modifient dans les réglages.

Le poly d'origine n'est jamais modifié. Les images découpées et les zones masquées sont enregistrées avec la carte.

Réviser

Après chaque carte, vous indiquez si vous l'avez retrouvée. L'application en déduit la date de son prochain passage.



La réponse est affichée. Sous chaque bouton figure le délai avant le prochain passage de la carte.

Les quatre réponses

1 Encore	Carte non retrouvée. Elle revient pendant la séance.
2 Difficile	Carte retrouvée avec difficulté.
3 Bien	Carte retrouvée. C'est la réponse la plus courante.
4 Facile	Carte évidente. Le délai s'allonge nettement.

Les délais sont calculés par l'algorithme FSRS, également utilisé par Anki.

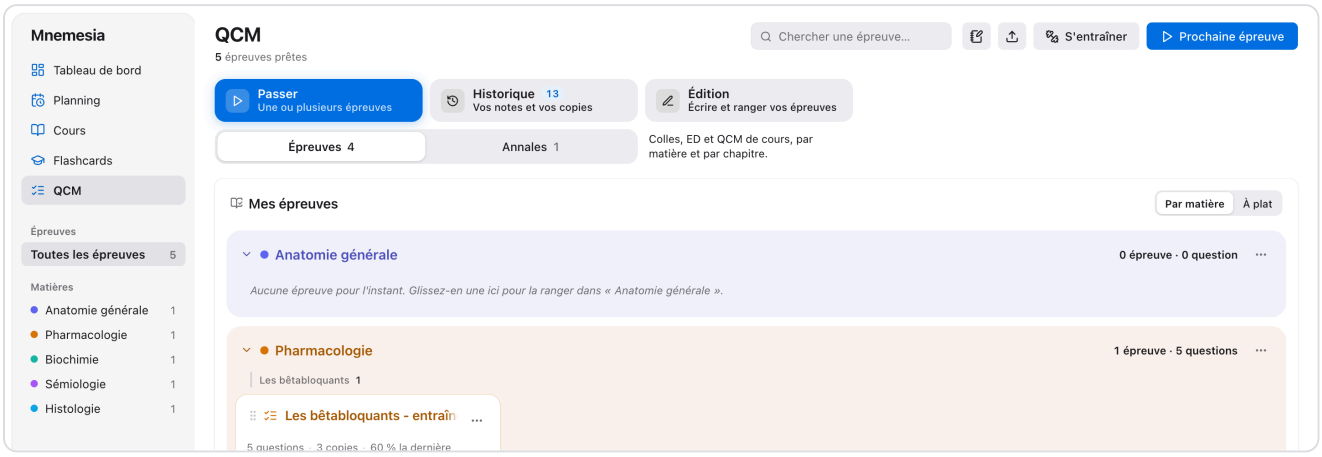
Raccourcis

`Entrée`	Afficher la réponse (Espace fonctionne aussi).
`1` à `4`	Répondre.
`⌘Z`	Annuler la dernière réponse.
`S`	Mettre la carte de côté.
`-`	Reporter la notion au lendemain.
`H`	Afficher le contexte de la carte.
`⌘⌫`	Supprimer la carte, après confirmation.

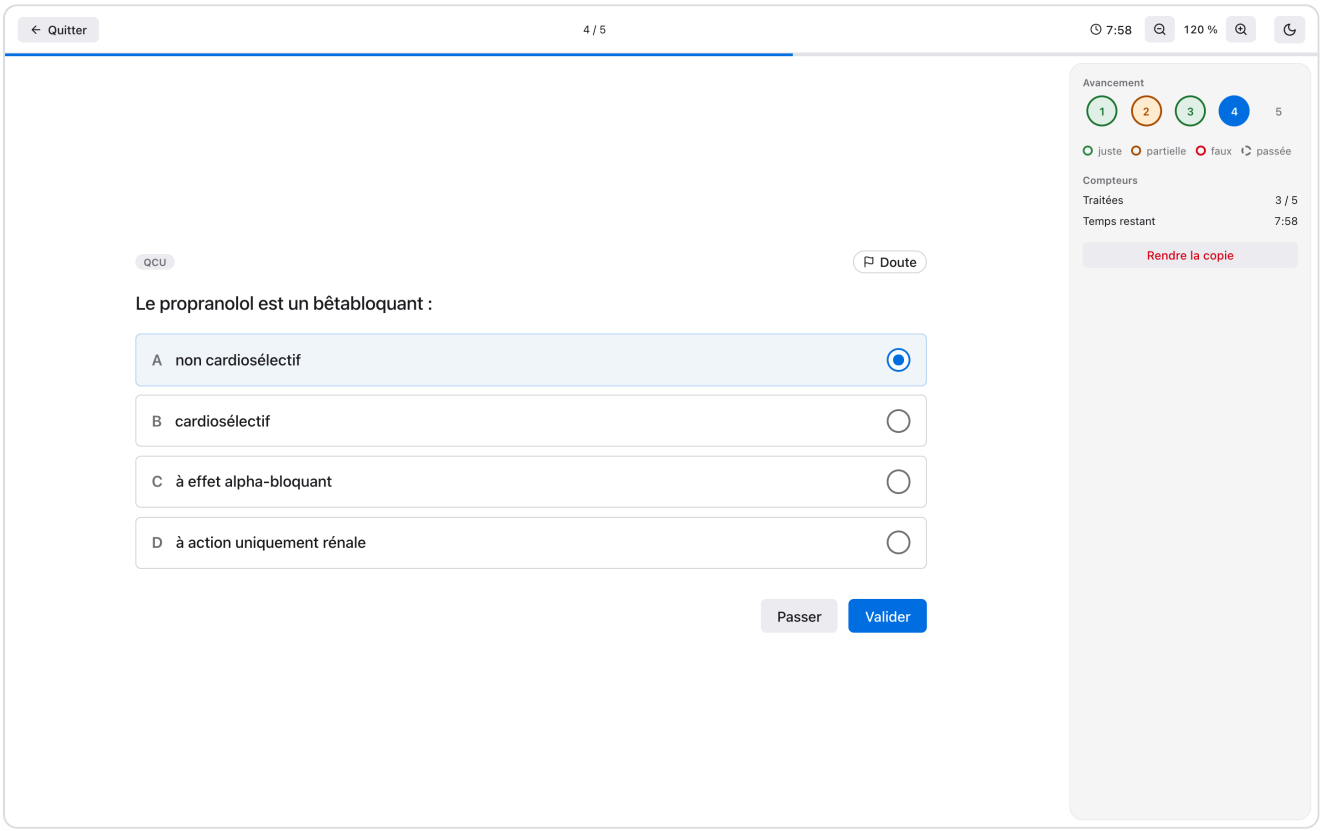
La séance s'arrête alors que des cartes restent dues ? Le nombre de nouvelles cartes et de révisions par jour est plafonné. Ces limites se règlent pour l'ensemble des paquets ou pour un seul.

Les QCM

Une épreuve se rédige une fois et se passe autant de fois que nécessaire. Chaque passage produit une copie.



Onglet Passer : les épreuves par matière et par chapitre, avec le nombre de copies et le résultat de la dernière.



Une épreuve en cours, avec le minuteur et l'avancement question par question.

Passer

Composer ouvre les réglages du passage : correction, retour en arrière, minuteur, notation classique ou EDN. Ils restent valables pour toutes vos épreuves.

Annales et entraînement

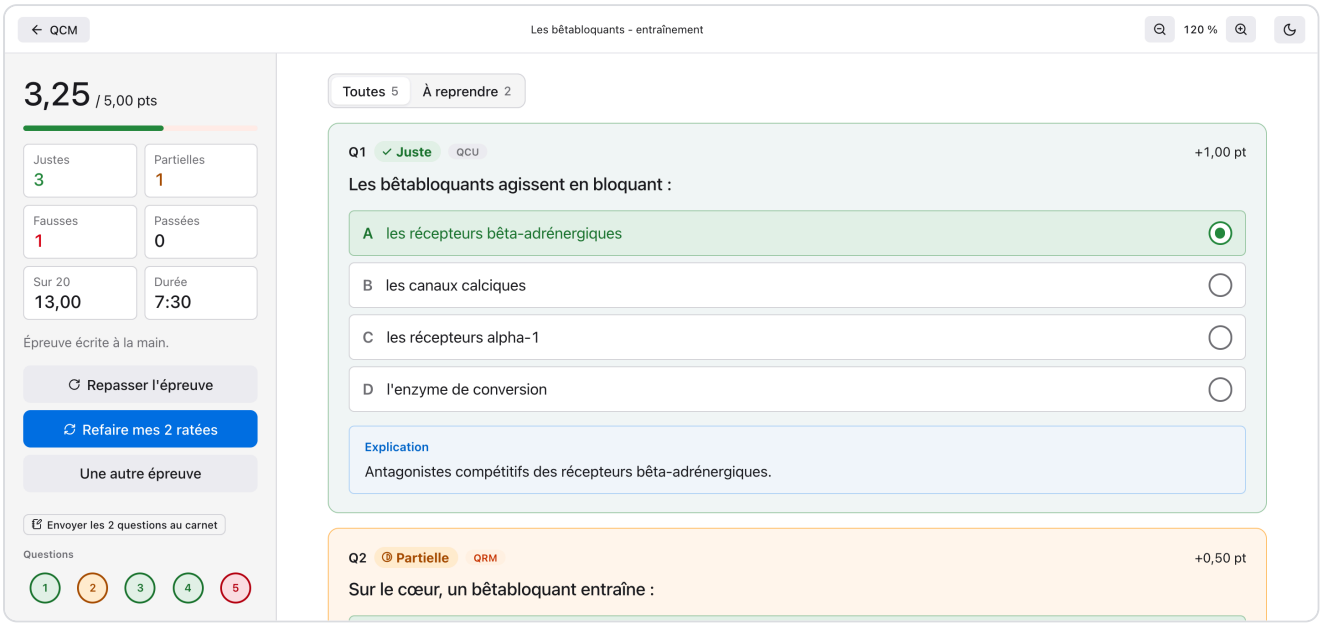
Une épreuve dont le titre contient « annale » est classée dans Annales. **S'entraîner** pose des questions tirées de plusieurs épreuves ou annales.

Rédiger et partager

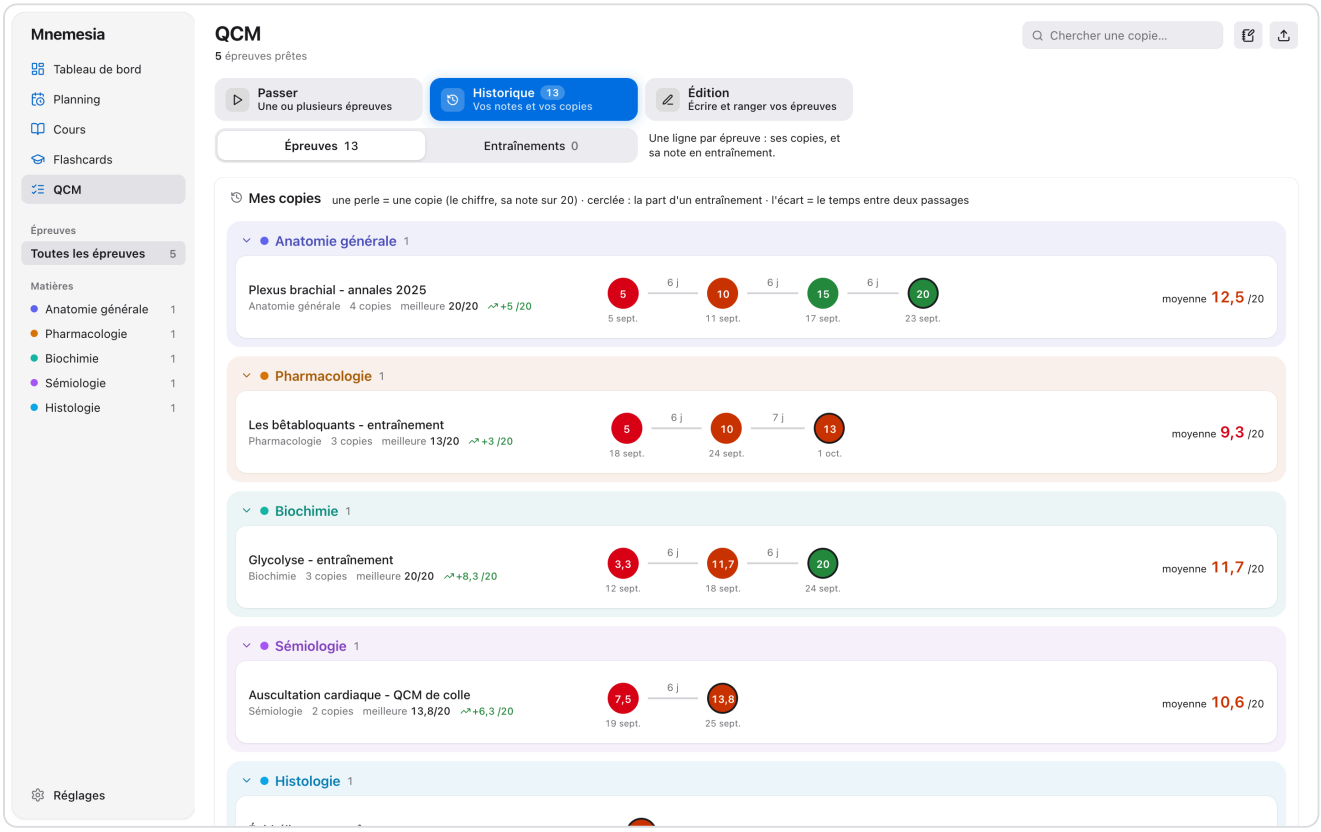
L'onglet **Édition** sert à rédiger énoncés, propositions et explications. **Partager l'épreuve** produit un fichier unique, images comprises.

La copie et l'historique

La copie détaille chaque réponse. L'historique suit vos notes d'un passage à l'autre.



La copie : note, réponses justes, partielles et fausses, propositions oubliées et explications. **Refaire mes ratées** reprend les seules questions manquées ; **Repasser l'épreuve** la recommence entièrement.

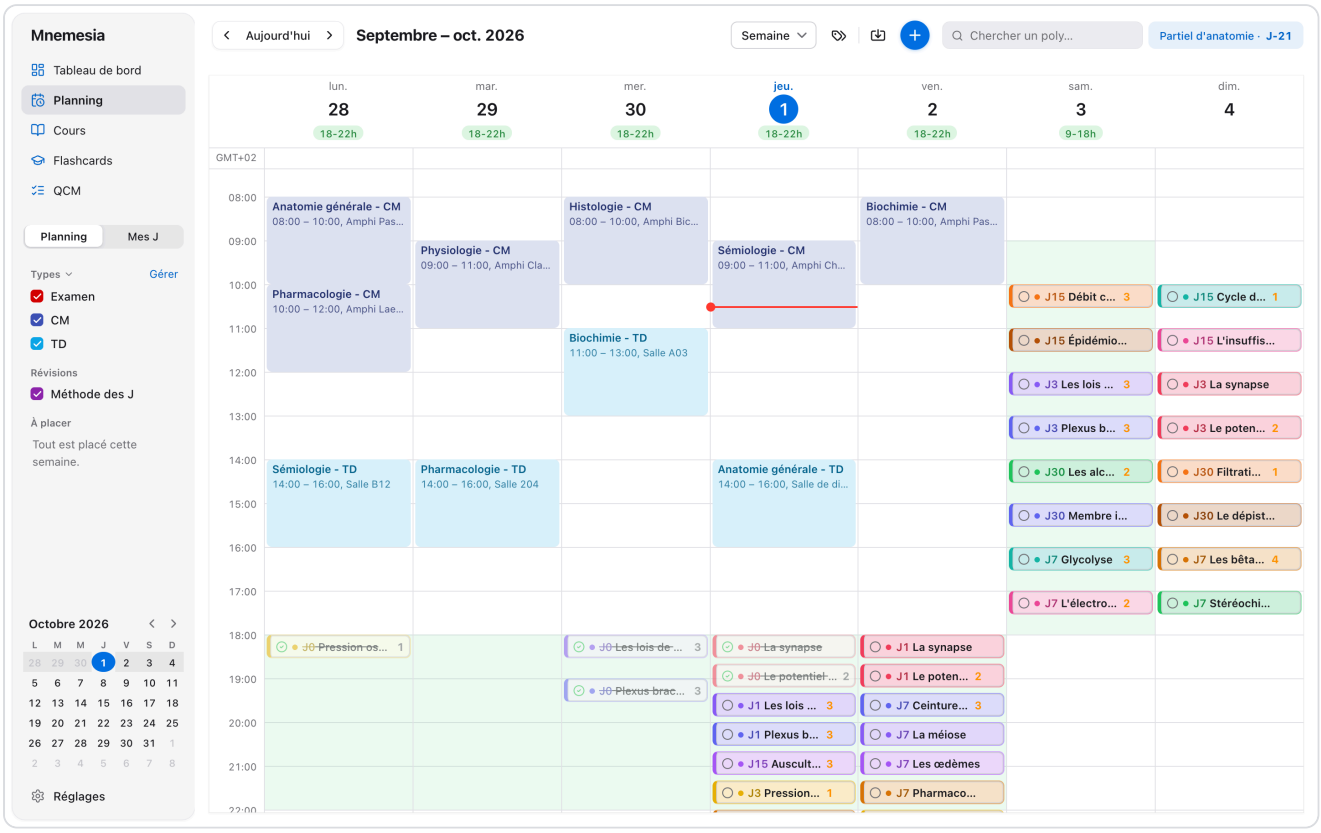


Onglet Historique : une pastille par copie avec sa note sur 20, l'intervalle entre deux passages et la moyenne de l'épreuve.

> **Les questions manquées peuvent être envoyées au carnet d'erreurs.** Elles apparaissent alors sur le tableau de bord, avec les erreurs relevées dans vos polys.

Le planning

Le planning rassemble vos cours, vos examens, vos disponibilités et les J de la méthode des J.



Une semaine : les cours, les disponibilités en vert (indiquées sous chaque date) et les J placés dans ces créneaux.

Remplir le planning

- Affichage par jour, semaine, mois ou année.
- Import d'un emploi du temps au format `.ics`.
- Types d'événement (CM, TD, Examen…) nommés et colorés dans **Gérer**.
- Un événement de type Examen alimente le compte à rebours.
- Sur Mac, iPad et iPhone, le Calendrier d'Apple s'affiche dans le planning, et vos séances peuvent y être inscrites.

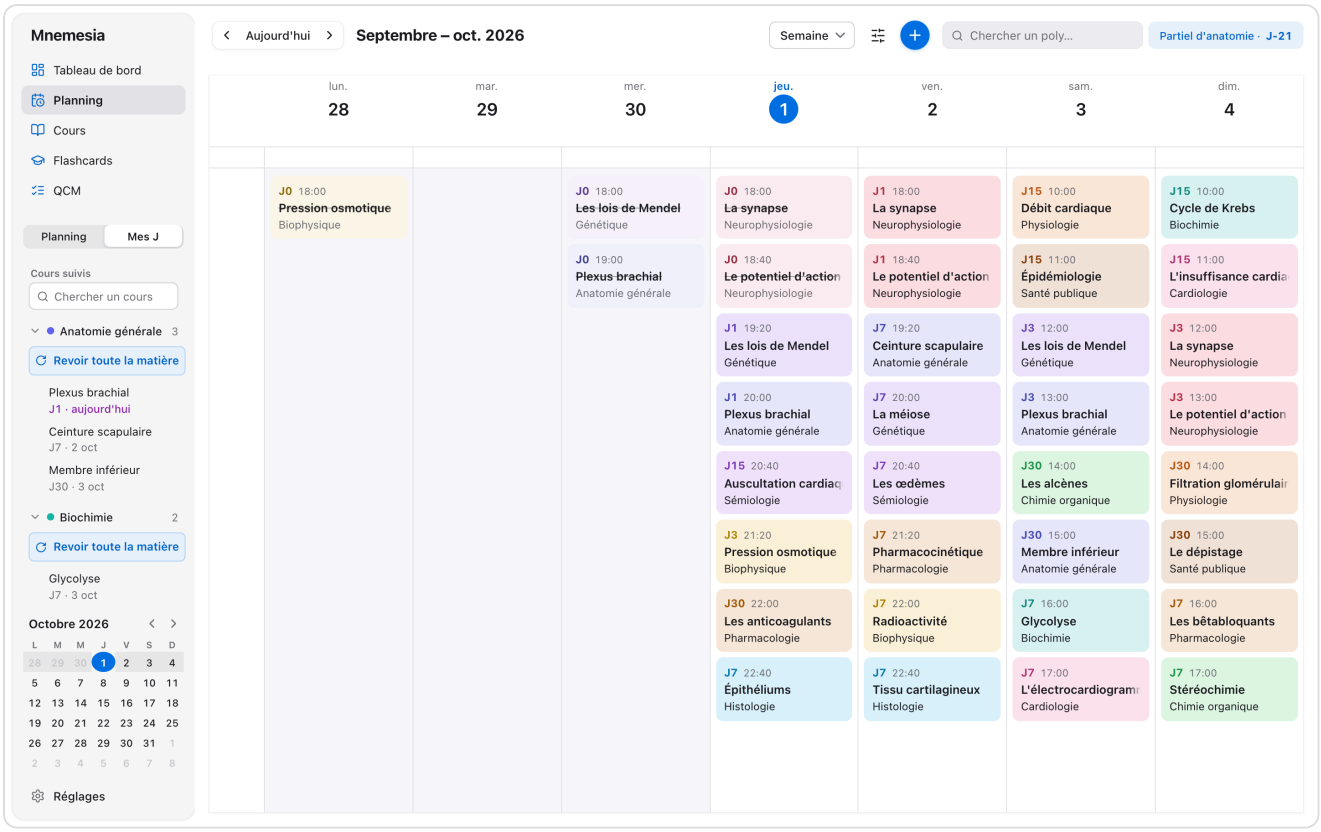
Vos disponibilités

Les créneaux verts indiquent quand vous pouvez réviser. Ils se règlent jour par jour, et les J s'y placent automatiquement.

Dans la colonne de gauche, les cases filtrent l'affichage par type d'événement. La rubrique **À placer** signale les J qui n'ont pas encore trouvé de créneau.

La méthode des J

Le jour où vous apprenez un cours est son J0. Vous le revoyez ensuite à intervalles croissants : J1, J3, J7, J15, J30.



Planning, onglet Mes J : à gauche, les cours suivis et leur prochain J ; dans la grille, les J de la semaine. Les J0 déjà faits sont barrés.

Suivre un cours

Dans Mes J, choisissez un poly ou un chapitre, indiquez le jour où vous l'avez appris, puis cliquez sur **Suivre**. Les J suivants sont placés dans le planning. **Revoir toute la matière** suit tous les cours d'une matière à la fois.

La séquence se choisit dans **Séquence et options** : Classique, Serrée, Longue, Légère ou personnalisée.

Après chaque J

Cochez le J et indiquez comment il s'est passé. **Difficile** rapproche le suivant ; **Facile** l'éloigne.

Un J se déplace à un autre jour ou à une autre heure comme tout événement du planning.

Les J et les flashcards se complètent. Les J vous font revoir un cours entier, tandis que chaque carte suit son propre rythme. En externat, l'onglet Items suit en plus les étapes de chaque item des EDN.

Bonnes pratiques et aide

1. **Sauvegardez le dossier Mnemesia**
   Avec Time Machine, sur un disque externe ou par une copie régulière. Sur les appareils Apple, le réglage iCloud protège aussi vos cours.

2. **Relevez vos erreurs au fil du travail**
   Dans un poly comme dans un QCM. Le tableau de bord vous les présente ensuite pour les reprendre.

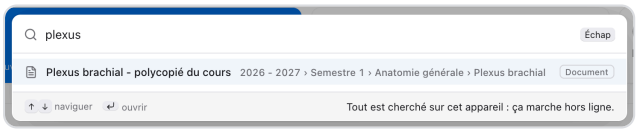
3. **Rédigez des cartes courtes**
   Une seule information par carte, de préférence sous forme de texte à trous.

4. **Répondez « Bien » dans la plupart des cas**
   « Facile » et « Encore » restent des exceptions. Un usage systématique de « Difficile » augmente fortement la charge quotidienne.

5. **Inscrivez vos examens au planning**
   Le compte à rebours et la répartition des révisions en dépendent.

Rechercher

`⌘K` ou `Ctrl+K` depuis n'importe quel écran : matières, groupes, polys, paquets et cartes. La recherche fonctionne hors connexion.



Signaler un problème

Merci de préciser :

- votre appareil (Mac, iPad, iPhone, Windows, Linux, Android) ;
- la version de l'application (1.0.17 pour ce guide) ;
- l'action en cours au moment du problème.

Écrivez à **contact@mnemesia.com**, ou rejoignez la communauté WhatsApp depuis Réglages, rubrique Communauté. Les nouveautés sont publiées sur Instagram et TikTok (@mnemesia.fr) et sur LinkedIn.