

Déplacer n'importe quelle IA vers un autre PC

Et vers un autre compte, ou un autre assistant — ce qui suit vraiment, et
ce qui reste

Version 1.2 · 27 octobre 2026

Hans Tandt

Table des matières

1. À quoi sert ce guide	3
2. Votre déménagement est-il difficile ?	4
3. Pourquoi c'est difficile, même avec le même assistant	4
4. Un export est une porte à sens unique	5
4.1 Ce qu'un export vous donne, et ce qu'il laisse	6
4.2 La mémoire : la partie sans bouton d'export	6
4.3 Les outils et les modules : ce qui casse vraiment	7
5. La seule chose qui suit toujours	7
5.1 Qu'est-ce qu'un fichier .md, et dois-je m'en soucier ?	7
5.2 Les six fichiers	8
6. Deux consignes font le travail	9
6.1 Les six questions de la consigne d'export	10
6.2 Les quatre questions de la consigne d'import	10
7. La question que personne ne pose	10
8. Vérifier que cela a marché	11
9. Si cela ne marche pas	11
10. Liste de contrôle	12
11. Glossaire	12

1. À quoi sert ce guide

Vous travaillez depuis des mois avec un assistant IA. Il a appris votre façon de travailler, ce qu'est votre projet, et quelles erreurs éviter. Vous en avez maintenant besoin ailleurs : sur un autre ordinateur, dans un autre compte, ou avec un autre assistant.

La plupart des gens croient que c'est facile. Parfois ça l'est. Le plus souvent non, et plus vous avez construit, plus c'est difficile. Ce guide vous dit à quel point votre cas est difficile, et quoi faire.

REMARQUE — Peu importe l'assistant que vous utilisez

ChatGPT, Claude, Gemini, Copilot, ou le suivant. Les questions de ce guide sont les mêmes pour tous. Seuls les noms des boutons changent.

PIÈGE — La nouvelle session a vraiment tout oublié

Quand une nouvelle conversation semble avoir perdu tout ce que vous aviez construit, ce n'est pas une impression. C'est exactement ce qui s'est passé. Rien n'a suivi, parce que rien n'avait été écrit.

REMARQUE — D'où vient ce guide

Il s'appuie sur une expérience réelle de déménagements entre ordinateurs et entre assistants. Il essaie de couvrir tout ce qui s'est mal passé en pratique. Il ne couvrira pas tout ce qui peut mal se passer : les outils changent tous les mois, et chaque projet est différent. Prenez-le comme un bon point de départ, pas comme une garantie.

PIÈGE — N'effacez jamais l'ancien côté en premier

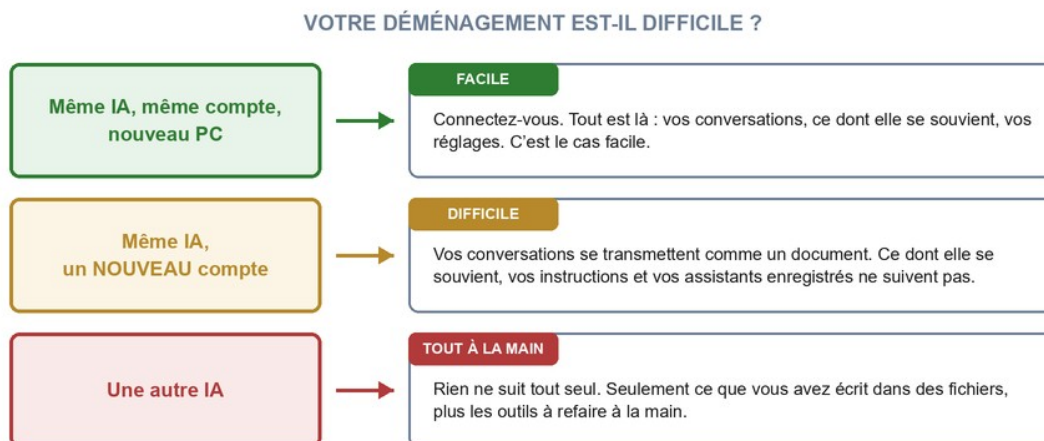
N'effacez ni l'ancienne conversation, ni l'ancien compte, ni l'ancien ordinateur avant que le travail tourne vraiment au nouvel endroit. Testez d'abord, effacez ensuite. S'il manque quelque chose, l'ancien côté est le seul endroit où aller le chercher.

REMARQUE — Qui l'a créé

Ces prompts et ce manuel ont été créés par Hans Tandt (hanstandt.be). Ils sont gratuits sous licence MIT : vous pouvez les utiliser, les copier et les adapter, à condition de garder cette ligne.

2. Votre déménagement est-il difficile ?

Il y a trois cas. Ils ne sont pas aussi difficiles les uns que les autres. La plupart des gens n'ont jamais fait que le cas facile, et supposent ensuite que les deux autres fonctionnent pareil.



Seul le premier cas est simple. Les deux autres se font à la main, ou pas du tout.

Votre cas	Ce qui se passe vraiment	Ce que vous devez faire
Même assistant, même compte, nouvel ordinateur	Tout vous attend dès que vous vous connectez : vos conversations, ce dont il se souvient, vos réglages.	Presque rien. Installez le programme et connectez-vous.
Même assistant, un NOUVEAU compte	Vos conversations peuvent être transmises comme un document. Ce dont il se souvient, vos instructions et vos assistants enregistrés ne suivent pas du tout.	Écrivez tout avant de partir. Rien ne suit tout seul.
Un autre assistant	Rien ne suit tout seul. Le nouveau ne vous a jamais rencontré.	Tout à la main, à partir de fichiers que vous avez écrits.

REMARQUE — Pourquoi le premier cas paraît si simple

Chez la plupart des assistants, votre travail n'est pas sur votre ordinateur. Il est sur les ordinateurs de l'entreprise, lié à votre compte. Vous connecter sur une autre machine vous remontre simplement la même chose. Rien n'a été déplacé, donc rien n'a pu être perdu.

3. Pourquoi c'est difficile, même avec le même assistant

Rester chez le même assistant ne vous met pas à l'abri. Déplacer un vrai travail d'un ordinateur à un autre est un travail en soi, même quand le programme est identique des deux côtés.

Voici pourquoi cela tourne mal :

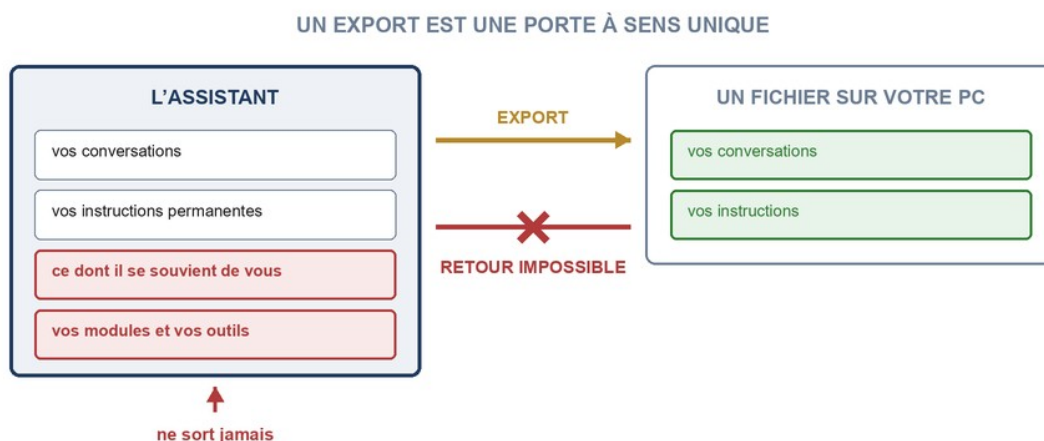
1. Ce que l'assistant sait est rangé à plusieurs endroits, et une partie seulement se trouve dans le dossier de votre projet.
2. Vos règles, vos réglages et vos méthodes enregistrées vivent souvent dans votre dossier personnel. Copier le projet ne les emporte pas.
3. Les modules et les outils doivent être réinstallés. Ils n'arrivent jamais avec une copie de vos fichiers.
4. Une partie de ce qu'il sait n'a jamais été écrite. C'était dans la conversation, et les conversations finissent par être supprimées.
5. Les noms de dossiers et les lettres de lecteur changent. Une liste de fichiers juste sur l'ancien ordinateur est fausse sur le nouveau.

PIÈGE — Un vrai projet, c'est le cas difficile

Une courte conversation se laisse facilement derrière soi, et la perdre ne coûte rien. Un vrai travail, c'est autre chose. Une application, un ensemble de documents, une base de données : cela porte des mois de décisions, plus chaque outil et chaque module ajouté en chemin. C'est ça qui casse, et ça casse en silence.

4. Un export est une porte à sens unique

Presque tous les assistants permettent d'exporter vos données. Cela ressemble à la solution. Ce n'en est pas une.



Une partie sort. Rien ne rentre. Le plus précieux ne sort jamais.

Vous pouvez faire sortir un fichier. Il n'existe nulle part un bouton pour le remettre. Ni dans un autre compte du même assistant, ni chez un autre assistant.

PIÈGE — Un export n'est pas une sauvegarde

Une sauvegarde, c'est quelque chose que vous pouvez remettre en place. Un export que vous ne pouvez pas remettre est un souvenir. Utile à lire, inutile à restaurer.

4.1 Ce qu'un export vous donne, et ce qu'il laisse

Prenons ChatGPT comme exemple, parce que c'est celui que la plupart des gens ont. Vous demandez l'export dans les réglages, et un lien arrive par courriel. Cela peut prendre du temps, et le lien cesse de fonctionner après un court délai : téléchargez-le dès qu'il arrive.

Vous recevez	Vous ne recevez pas
Vos conversations, dans un fichier de données	Ce dont il se souvient de vous
Vos instructions permanentes	Vos modules, outils et connecteurs
Les informations de votre compte	Vos assistants et projets enregistrés
Vos pouces levés et baissés	Les images qui ont été créées pour vous

REMARQUE — Vérifié le 26 octobre 2026

Les menus, les noms de fichiers et les règles changent souvent. Tout ce chapitre a été vérifié à cette date dans les pages d'aide des fabricants eux-mêmes. Si votre écran ne ressemble pas à cette page, croyez l'écran.

Les fabricants le disent eux-mêmes clairement : charger ce fichier dans un autre compte n'y apporte ni vos réglages, ni ce dont l'assistant se souvient, ni vos assistants enregistrés, ni votre abonnement. On peut le donner au nouvel assistant comme un document à lire. C'est tout.

4.2 La mémoire : la partie sans bouton d'export

Ce qui donne à un assistant l'air de vous connaître est justement la seule chose que vous ne pouvez pas exporter. Il n'y a pas de fichier pour cela.

Le seul moyen de la sortir est d'ouvrir la mémoire dans les réglages, de la lire à l'écran et de la recopier à la main.

PIÈGE — Et la liste que vous lisez n'est pas toute la liste

L'aide du fabricant précise que la mémoire que vous pouvez lire ne contient pas tout ce que l'assistant a retenu de vos conversations. Même recopiée à la main, elle est donc incomplète. C'est la meilleure raison qui soit d'écrire au fur et à mesure, au lieu de compter sur la mémoire de l'assistant.

4.3 Les outils et les modules : ce qui casse vraiment

Une connaissance peut s'écrire dans un fichier. Un établi, non.

Si votre travail utilisait un module, un connecteur, un exécuteur de code, un disque partagé ou un programme installé sur votre ordinateur, rien de tout cela n'arrive avec les fichiers. Le nouvel assistant essaiera quand même et échouera — et cela aura l'air d'un assistant devenu bête, alors qu'il manque simplement un outil.

Ce qui manque	À quoi cela ressemble
Un module ou un connecteur	Il dit qu'il n'arrive pas à atteindre quelque chose, ou il donne discrètement une réponse plus faible sans le dire
Un programme sur l'ordinateur	Une étape échoue, ou ne produit rien du tout
Un assistant ou un projet enregistré	Les règles que vous aviez mises en place ne s'appliquent plus
Une instruction permanente	Le ton et la longueur des réponses changent, sans que vous sachiez dire pourquoi

ASTUCE — Écrivez la liste avant de partir

La consigne d'export demande cette liste à l'assistant, point par point. C'est la chose à laquelle personne ne pense avant que le travail s'arrête.

5. La seule chose qui suit toujours

Quel que soit l'endroit où vous allez, une chose marche partout : un simple fichier que vous avez écrit vous-même. Aucune entreprise ne le possède, aucun compte ne le retient, et tous les assistants savent le lire.

C'est toute l'astuce. Si quelque chose compte, cela doit sortir de la conversation et entrer dans un fichier pendant que vous avez encore la conversation sous les yeux.

5.1 Qu'est-ce qu'un fichier .md, et dois-je m'en soucier ?

Les six fichiers plus bas se terminent tous par `.md`. Si vous n'avez jamais vu cela, voici tout ce qu'il faut en savoir.

Un fichier `.md` est un simple fichier texte. Rien de plus. Vous pouvez l'ouvrir avec le Bloc-notes, le lire et y écrire. Les lettres veulent dire Markdown, qui n'est qu'une façon d'écrire : une ligne qui commence par `#` est un titre, une ligne qui commence par `-` est un point de liste. C'est tout.

REMARQUE — Vous n'avez pas à créer ces fichiers vous-même

Si vous n'en avez jamais fait un de votre vie, ce n'est pas un problème. La consigne d'export les crée pour vous et les remplit. Vous n'avez qu'à enregistrer ce qu'elle vous donne, puis le relire pour vérifier que c'est juste.

PIÈGE — Windows cache la terminaison, et cela piège tout le monde

Si vous en créez un à la main dans le Bloc-notes, choisissez « Tous les fichiers » dans la fenêtre d'enregistrement avant de taper le nom. Sinon Windows enregistre discrètement `Session_Notes.md.txt`, et ce ne sera pas le fichier que vous croyez. Dans l'Explorateur, activez « Extensions de noms de fichiers » dans le menu Affichage pour voir ce que vous avez vraiment.

Maintenant ce qui compte vraiment. Si vous ne faites que discuter avec un assistant — vous demandez, il répond, vous fermez la fenêtre — rien de tout cela n'a d'importance, et vous pouvez cesser de vous soucier des fichiers.

Mais se servir d'un assistant, c'est bien plus que discuter. Dès que vous construisez quelque chose, que vous menez un projet sur plusieurs semaines, ou que vous travaillez sur plus d'un ordinateur, ces fichiers deviennent ce que vous avez de plus précieux. Ce sont eux, la mémoire. Tout le reste appartient à l'entreprise dont vous utilisez l'assistant, et reste chez elle.

ASTUCE — Commencez le premier jour, pas le jour du déménagement

Le meilleur moment pour commencer un `Session_Notes.md` est le jour où le projet commence. Le deuxième meilleur moment, c'est aujourd'hui. Écrire trois lignes à la fin de chaque séance est facile. Reconstituer six mois de décisions le jour du départ ne l'est pas, et l'essentiel aura simplement disparu.

5.2 Les six fichiers

Fichier	Ce qu'on y met
<code>HANDOVER.md</code>	Celui que le prochain assistant lit en premier : ce que c'est, ce qu'il ne faut pas défaire, et pourquoi
<code>PROJECT.md</code>	Ce qu'est ce travail, écrit pour quelqu'un qui n'était pas là
<code>RULES.md</code>	Comment travailler : vos règles, vos chemins, vos habitudes
<code>FACTS.md</code>	Les faits, chacun avec sa source et une date
<code>TOOLS.md</code>	L'établi : modules, outils, réglages et programmes, et comment les remettre
<code>Session_Notes.md</code>	Le journal : ce qui a été fait, ce qui a été décidé, et pourquoi

REMARQUE — Gardez-les en fichiers séparés, pas en zip

Enregistrez les six comme des fichiers ordinaires dans un seul dossier. Beaucoup d'assistants lisent les fichiers `.md` que vous déposez dans une conversation, mais ne regardent pas dans un zip — et avec un assistant web, déposer les fichiers dans la conversation est justement la façon de les transmettre. Si vous les envoyez par le réseau, compressez-les pour le trajet et décompressez-les avant de vous en servir.

ASTUCE — La raison compte plus que la décision

« Nous utilisons cet outil » ne vaut presque rien tout seul. « Nous utilisons cet outil parce que l'autre se bloquait quand personne ne regardait » empêche le suivant de défaire le choix.

PIÈGE — Une conversation n'est pas un endroit sûr

Les conversations finissent par être supprimées, et la mémoire de l'assistant ne s'exporte pas. Un fichier que vous avez écrit est la seule chose encore là dans un an. C'est pourquoi il faut écrire pendant que la conversation est encore ouverte devant vous.

6. Deux consignes font le travail

Deux simples fichiers texte font tout le travail. Vous en collez un dans l'ancien assistant et un dans le nouveau, en un seul message.

Fichier	À coller dans	Ce qu'il fait
1_EXPORT_PROMPT.txt	L'ANCIEN assistant	Pose six questions, puis exécute sept étapes : ce qu'il sait, les outils, les fichiers qui doivent exister, leur remplissage, le fichier de reprise, ce qui ne suivra pas, et une vérification finale
2_IMPORT_PROMPT.txt	Le NOUVEL assistant	Pose quatre questions, puis six étapes : lire et redire, remonter l'établi, ce qui est devenu faux, ce qu'il peut garder, tout mettre en place, et le prouver

Ce sont des fichiers texte exprès. Un fichier texte s'ouvre sur n'importe quel ordinateur, sans rien installer et sans rien choisir.

REMARQUE — Elles demandent. Elles ne partent pas toutes seules

Les deux consignes s'arrêtent et vous demandent avant de toucher à quoi que ce soit, et elles vous attendent à chaque étape. Vous restez aux commandes du début à la fin. Si l'assistant ne peut pas faire quelque chose, il a pour consigne de le dire au lieu de faire semblant.

ASTUCE — Vous n'avez pas besoin d'avoir été ordonné

Si les fichiers n'existent pas encore, la consigne d'export les crée et les remplit à partir de la conversation en cours. Partir de rien, c'est très bien.

6.1 Les six questions de la consigne d'export

1. Quel est ce travail ? Il en donne sa propre description, et vous la corrigez.
2. Où cela continue-t-il — le même assistant sur un nouvel ordinateur, un nouveau compte, ou un autre assistant ?
3. Peut-il écrire des fichiers sur votre ordinateur, ou doit-il les afficher dans la conversation pour que vous les enregistriez ?
4. Existe-t-il déjà un dossier avec des fichiers pour ce travail ?
5. Jusqu'où doit-il remonter — cette conversation seulement, ou tout ce dont il se souvient de vous ?
6. Y a-t-il quelque chose que vous ne voulez pas voir écrit ?

6.2 Les quatre questions de la consigne d'import

1. Où sont les fichiers ? Un dossier, ou collés dans la conversation.
2. Où ce travail doit-il vivre sur cet ordinateur ?
3. A-t-il déjà des notes sur vous — les garder, ou repartir de zéro ?
4. Peut-il écrire des fichiers ici, ou devez-vous enregistrer ce qu'il affiche ?

7. La question que personne ne pose

Quand le nouvel assistant a tout lu et répond bien, il est facile de croire que c'est fini. Ce n'est pas fini. Il reste une question, et c'est elle qui décide si tout cela durera.

Demandez-lui : que sauras-tu encore demain ?

Certains assistants gardent une mémoire entre les conversations. D'autres ne gardent rien du tout. Beaucoup gardent moins que vous ne le croyez, et aucun ne vous le dit spontanément. Si vous ne demandez pas maintenant, vous l'apprendrez dans trois semaines, quand il aura oublié.

PIÈGE — Voilà pourquoi une nouvelle séance semble oublier

Si l'assistant n'a aucune mémoire durable, chaque nouvelle conversation repart de rien du tout.

Alors ce sont vos fichiers qui sont la mémoire, et il faut les relire au début de chaque séance. Pas une fois après le déménagement. À chaque fois.

La consigne d'import pose cette question pour vous, puis vous donne le message exact à coller au début de votre prochaine séance, pour ne pas avoir à réexpliquer le travail.

La durée qu'une séance doit avoir avant d'en ouvrir une nouvelle est encore un autre sujet, avec son propre guide et ses propres outils. Cela compte pour la même raison : ce qui ne vit que dans la conversation n'est pas en sécurité.

8. Vérifier que cela a marché

Ne supposez rien. Posez ces quatre questions au nouvel assistant et comparez avec ce que l'ancien vous avait dit.

Demandez-lui	Vous devez obtenir
« Quel est ce projet ? »	La même réponse que celle de l'ancien assistant
« Qu'avons-nous décidé, et pourquoi ? »	Les raisons, pas seulement les décisions
« Qu'est-ce qui reste ouvert ? »	Les vrais points ouverts, pas un résumé vague
« De quoi n'es-tu pas sûr ? »	Une liste honnête. Le silence ici est mauvais signe

ASTUCE — Gardez l'ancien côté jusqu'à ce que les quatre soient justes

N'effacez ni l'ancien compte, ni l'ancienne conversation, ni l'ancien ordinateur tant que chaque réponse ci-dessus n'est pas correcte. D'ici là, c'est votre seule copie.

9. Si cela ne marche pas

Parfois le nouvel assistant a tout lu et n'arrive quand même pas à faire le travail. Il manque quelque chose et vous ne voyez pas quoi. Il y a une sortie, et elle est plus simple qu'il n'y paraît : demandez-lui. Vous pouvez refaire ce tour autant de fois qu'il le faut — à chaque fois la question devient plus précise, parce que le nouvel assistant sait mieux ce qui lui manque.

1. Demandez franchement au nouvel assistant : qu'est-ce qui manque ? De quoi aurais-tu besoin pour faire cela correctement ?
2. Dites-lui de quel assistant vous venez, par son nom. Cela change sa réponse, parce qu'il sait à peu près ce que l'autre sait faire et comment il range les choses.
3. Demandez-lui d'écrire une consigne — que vous collerez dans l'ANCIEN assistant — pour réclamer exactement ce qui lui manque encore.
4. Collez cette consigne dans l'ancien assistant, rapportez la réponse, et donnez-la au nouveau.

ASTUCE — Dites quel assistant était en face

« Je viens de <nom> » vaut beaucoup. Un assistant qui sait lequel était de l'autre côté peut souvent proposer un contournement, ou vous dire où celui-là range ce qui vous manque.

PIÈGE — Cela ne marche que si l'ancien côté existe encore

Toute cette boucle dépend de l'ancien assistant, encore là pour répondre. C'est la vraie raison de ne rien effacer avant que le nouveau côté fonctionne.

10. Liste de contrôle

- Les six fichiers, écrits pendant que l'ancienne conversation était encore ouverte
- `TOOLS.md`, avec chaque module, connecteur et programme dont le travail a besoin
- La raison derrière chaque décision, pas seulement la décision
- Ce qui a été essayé puis écarté, pour que personne ne recommence
- Ce qu'on vous a dit de vive voix et qui n'a jamais été écrit
- Une note de ce dont l'assistant a dit ne pas être sûr
- La mémoire relevée à l'écran des réglages et recopiée à la main, s'il y en a une
- Le message exact à coller au début de la prochaine séance
- Jamais : un mot de passe, une clé, ou un fichier de connexion
- Rien d'effacé du côté ancien tant que le travail ne tourne pas vraiment au nouvel endroit

11. Glossaire

Mot	Ce que cela veut dire
Markdown (<code>.md</code>)	Un simple fichier texte avec une façon simple de marquer les titres et les listes. Il s'ouvre dans le Bloc-notes. Rien de particulier n'est nécessaire.
Mémoire	Ce que l'assistant a compris de vous et garde entre les conversations. En général non exportable.
Instruction permanente	Une règle que vous donnez une fois et que l'assistant applique à chaque fois.
Export	Une copie d'une partie de vos données, remise sous forme de fichier. Pas une sauvegarde : rien ne la relit.
Module	Un complément qui permet à l'assistant d'atteindre quelque chose d'extérieur. Il s'installe, il ne se copie pas.
Connecteur	Un lien entre l'assistant et un autre système, comme un disque ou une boîte aux lettres.
Note de séance	Un fichier où vous écrivez ce qui a été fait et pourquoi. C'est vous qui l'écrivez, et il suit votre dossier.
Compte	Là où l'entreprise garde vos conversations et votre mémoire. Changez de compte et vous les laissez derrière.

Historique des versions : Version 1.0 — 26 octobre 2026 — Première version. Écrite comme compagnon du guide de reprise propre à Claude, pour qui déménage vers ou depuis n'importe quel assistant. Les détails produits ont été vérifiés à cette date dans les pages d'aide des fabricants. Version 1.1 — 26 octobre 2026 — Précise en 5.2 de garder les six fichiers séparés plutôt que compressés, parce qu'un assistant web lit les fichiers déposés mais pas l'intérieur d'un zip. Version 1.2 — 27 octobre 2026 — L'auteur et la licence MIT (chapitre 1). Versions néerlandaise et allemande.