

## INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

*Les bases à utiliser dans son activité professionnelle*

Programme de formation — Formezvoo · 2026

|                  |                                                                                                                                                              |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Intitulé         | Intelligence Artificielle : les bases à utiliser dans son activité professionnelle                                                                           |
| Durée            | 1 journée (7 heures)                                                                                                                                         |
| Modalités        | Présentiel ou distanciel                                                                                                                                     |
| Effectif maximal | Jusqu'à 12 participants                                                                                                                                      |
| Public cible     | Salariés, managers, indépendants et dirigeants souhaitant intégrer l'IA générative dans leur quotidien professionnel, quel que soit leur secteur d'activité. |
| Prérequis        | Aucun prérequis technique ou de diplôme n'est exigé.                                                                                                         |
| Délai d'accès    | Inscription possible jusqu'à 15 jours ouvrés avant le début de la session                                                                                    |
| Accessibilité    | Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Notre référent handicap est à disposition pour étudier les adaptations nécessaires.             |

### Objectif général

Comprendre le fonctionnement de l'IA générative, maîtriser l'art du prompt et identifier les outils adaptés à son métier pour gagner du temps au quotidien — sans barrière technique.

### 1 Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Expliquer le fonctionnement d'un LLM (Grand Modèle de Langage) et distinguer les principaux outils du marché (ChatGPT, Claude, Copilot, Gemini).
- Identifier les limites critiques de l'IA : hallucinations, confidentialité des données et conformité RGPD.
- Rédiger des prompts structurés et efficaces en appliquant le cadre Rôle – Contexte – Objectif – Contraintes – Format.
- Utiliser l'IA pour des tâches professionnelles concrètes : rédaction, synthèse, analyse de données, création de contenus visuels.
- Construire sa propre bibliothèque de prompts personnalisés et définir un plan d'action de mise en œuvre sur 30 jours.

## 2 Programme de la formation

### MATIN (9h00 – 12h30) — Démystifier l'IA et maîtriser le prompting

*Accueil et positionnement initial (30 min)*

*Tour de table : attentes des participants, niveau de familiarité avec l'IA et identification des tâches chronophages de chacun.*

#### Module 1 Comprendre l'IA générative (1h00)

- Qu'est-ce qu'un LLM (Grand Modèle de Langage) ? La logique prédictive expliquée simplement.
- Panorama des outils : ChatGPT, Claude, Microsoft Copilot, Gemini — lequel choisir selon la tâche ?
- Les limites à connaître : hallucinations, confidentialité des données, conformité RGPD.

#### Module 2 L'art du prompting — Parler la langue de l'IA (2h00)

- La structure d'un prompt efficace : Rôle — Contexte — Objectif — Contraintes — Format de sortie..
- Techniques avancées : chaîner les prompts, itérer, demander à l'IA de corriger ses propres réponses.

**Atelier pratique :** Exercices progressifs : reformuler un texte, synthétiser un document de 10 pages, générer des idées de projets.

### APRÈS-MIDI (14h00 – 17h30) — Cas pratiques métiers et boîte à outils personnelle

#### Module 3 L'IA appliquée au quotidien professionnel (2h00)

- Rédaction & Communication : emails complexes, comptes-rendus de réunion, posts réseaux sociaux.
- Analyse de données & Organisation : nettoyer un tableau Excel en langage naturel, analyser un rapport PDF ou financier.
- Création de contenus visuels : introduction à la génération d'images (présentations, newsletters).

#### Module 4 Construire sa boîte à outils IA personnalisée (1h00)

- Atelier individualisé : chaque participant travaille sur une tâche réelle de son quotidien.
- Création de sa bibliothèque de prompts personnalisés, réutilisables et partageables.

*Bilan et clôture (30 min)*

*Plan d'action individuel 30 jours — questions - réponses — évaluation de la formation.*

## 3 Méthodes et supports pédagogiques

- Le principe de la journée : 30 % de théorie, 70 % de pratique. L'IA s'apprend en manipulant — chaque participant teste sur son propre ordinateur, avec ses propres sujets professionnels.
- Chaque atelier porte sur les problématiques réelles des participants, pour lever immédiatement la barrière de la peur technique.
- Supports remis : guide du prompting, bibliothèque de prompts de référence et plan d'action 30 jours.

#### 4 Modalités d'évaluation

- Suivi de l'exécution : feuilles d'émargement signées par demi-journée.
- Évaluation de positionnement (amont) : tour de table initial pour identifier le niveau et les besoins de chaque participant.
- Évaluation formative continue : observation lors des ateliers pratiques et feedback immédiat du formateur.
- Évaluation des acquis (fin de formation) : restitution du plan d'action 30 jours et questionnaire de validation. Délivrance d'une Attestation de fin de formation.
- Évaluation de la satisfaction : questionnaire à chaud en fin de journée.

**Modalités d'inscription** Inscription par email : **contact@formezvoo.com** · Tél. : **09 70 70 01 03**  
*Convocation et informations pratiques transmises avant le démarrage de la formation.*