

♦ FORMATION PRATIQUE

Découverte IA

*Comprendre, prompter,
gagner du temps.*

Une formation pratique d'environ **3h** pour apprendre à utiliser les outils IA comme ChatGPT, Claude ou une autre IA de votre choix, avec méthode, clarté et bon sens.

L'objectif n'est pas de faire une formation théorique sur l'intelligence artificielle, mais de vous aider à l'utiliser concrètement dans votre quotidien professionnel : rédaction, organisation, analyse de documents, idées, emails, contenus, préparation de réunions ou structuration d'offres.

POUR QUI ?

Indépendants, dirigeants de TPE, salariés, petites équipes ou utilisateurs débutants qui veulent comprendre les bases de l'IA et gagner du temps sans se noyer dans la technique.

PRÉREQUIS

Aucun.

On part de zéro, à votre rythme.

À la fin, vous saurez

- | | |
|---|--|
| 01 Comprendre les différences entre les principaux outils IA | 02 Formuler des demandes plus précises et efficaces |
| 03 Créer des prompts adaptés à votre activité | 04 Identifier les bons cas d'usage dans votre quotidien |
| 05 Éviter les erreurs fréquentes : réponses inventées, données sensibles, prompts trop vagues | 06 Repartir avec une mini boîte à outils IA réutilisable |

Le programme

1 Comprendre les bases de l'IA

Ce qu'est un LLM, ce que l'IA fait bien, ce qu'elle fait mal, et les différences entre les principaux outils : ChatGPT, Claude ou autres.

2 Créer votre profil & mémoire IA

Mettre en place votre profil et la mémoire de l'outil pour des réponses plus justes, personnalisées et adaptées à votre contexte.

3 Bien formuler ses demandes

Une méthode simple pour structurer ses prompts : contexte, objectif, contraintes et format attendu.

4 Cas pratiques du quotidien

Emails, reformulation, résumé de document, idées de contenus, préparation de réunion, checklists, offres et messages clients.

5 Les pièges à éviter

Hallucinations, confidentialité, copier-coller sans vérification, biais, réponses trop génériques et limites des outils.

6 Mini boîte à outils IA

Création de prompts réutilisables et identification des cas d'usage adaptés à votre activité.

FORMAT

Modalité **En visio**

Durée **≈ 3h**

Groupe **Solo ou ≤ 4 pers.**

TARIFS

SOLO

300€

ÉQUIPE · JUSQU'À 4

600€

Envie d'organiser une session ?

Contactez-moi pour échanger sur votre besoin et adapter les exemples à votre activité.

→ En savoir plus

gillianlevert.fr ↗