

IA ET USAGES NUMÉRIQUES

Utiliser l'IA pour gagner du temps dans son activité

Référence : independants-ia · Programme proposé · ouverture des sessions à confirmer

Pourquoi cette formation ?

Vous souhaitez préparer des messages, synthétiser des documents et organiser votre travail sans utiliser des réponses non vérifiées.

Résultat professionnel visé

Produire un courriel et une synthèse avec l'IA, puis vérifier les informations avant de les réutiliser.

Compétences travaillées

- Choisir deux tâches adaptées à un usage de l'IA.
- Écrire une consigne avec contexte, contraintes et format.
- Vérifier le résultat avant de le réutiliser.

Programme pédagogique

Matin · 3 h 30

- Comparer une tâche manuelle et une production assistée.
- Construire et tester une consigne sur des données fictives.
- Repérer erreurs, informations sensibles et contrôles nécessaires.

Après-midi · 3 h 30

- Préparer une séquence de travail réutilisable.
- Tester plusieurs réponses et documenter les vérifications.
- Organiser une routine avec critères de qualité et décision humaine.

Mise en pratique

Créer un courriel et une synthèse à partir d'un dossier fictif contenant une information incohérente.

Production attendue

routine de travail et bibliothèque de consignes.

Dates et programmation

Aucune date annoncée pour cette déclinaison. En intra, organisation à convenir avec votre entreprise.

[Consulter le calendrier actualisé](#)

[Demander une programmation](#)

[Programme en ligne](#)

Participer à la formation

Public et prérequis

Personnes exerçant une activité indépendante, dirigeant une petite structure ou développant un projet professionnel. Aucun prérequis technique spécifique. Apporter une situation professionnelle à travailler ; un cas fictif est fourni si nécessaire.

Durée, formats et participation

1 journée · 7 h. Présentiel ou Distanciel en direct. Inter : jusqu'à 10 personnes ; ouverture soumise à confirmation. Intra : groupe dédié jusqu'à 10 personnes. Atelier collectif ciblé de 3 h 30 sur demande, avec objectifs et devis propres.

Méthodes et évaluation

Positionnement, apports courts, exercices guidés, mises en situation et retours du formateur. Situations fictives ou anonymisées. Satisfaction recueillie séparément des acquis. Vérifier la pertinence des consignes, le repérage des erreurs et la protection des informations.

Supports et suivi

Supports, exercices, outils réutilisables, évaluation des acquis, attestation et plan d'action à 30 jours avec grille d'autoévaluation. Inter : Un retour d'expérience collectif de 1 h à 30 jours, à distance, en complément de la journée. Ressources et quiz à J+30 avec corrigé ; questions de reprise par écrit jusqu'à J+60. Intra : Un cadrage de 1 h et un suivi de 1 h à 30 jours avec le commanditaire, à distance. Ces rendez-vous s'ajoutent aux heures pédagogiques ; leurs dates sont convenues avant inscription.

Prix et conditions

Inter · 7 h : 399 € par personne · sans TVA

Intra · 7 h : 1 990 € jusqu'à 6 personnes, puis 140 € par personne supplémentaire ; maximum 10 · sans TVA

Atelier collectif ciblé · 3 h 30 : Sur devis, selon l'objectif retenu

Déjeuner facultatif : 25 à 30 € par personne et par jour, confirmé avant accord. Transport et hébergement des participants non inclus. En intra, salle équipée fournie par le client ; location, création de contenu, coanimation et frais hors villes proposées chiffrés séparément.

Intervenant, accès et adaptation

Patrick. Dates, horaires, lieu, intervenant et conditions d'ouverture confirmés avant inscription. Besoins d'accessibilité : contactez-nous en amont pour étudier les adaptations. L'attestation de participation n'est ni un diplôme ni une certification professionnelle. Aucun financement automatique n'est annoncé.

Un besoin complémentaire ou une situation particulière à travailler ? Écrivez-nous pour étudier l'adaptation de cette formation.

[Nous écrire pour adapter cette formation](#)

L'adaptation légère des exemples est comprise dans le forfait intra. Un complément pédagogique, une création de contenu ou un accompagnement supplémentaire fait l'objet d'une proposition distincte, acceptée avant intervention.