

L'Intelligence Artificielle au service de votre productivité : exploitez tout son potentiel au quotidien

« Blended »

Objectifs

- comprendre les capacités et les limites des IA génératives
- rédiger des prompts professionnels performants
- produire rapidement des contenus de qualité
- automatiser plusieurs tâches quotidiennes
- créer leurs propres assistants IA
- construire une méthodologie d'intégration de l'IA dans leur métier

Les participants repartent avec :

- sa bibliothèque de prompts
- son assistant IA personnalisé
- un workflow automatisé
- une dizaine de prompts prêts à l'emploi

Prérequis : Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Public concerné : Toute personne souhaitant améliorer son efficacité professionnelle en intégrant les outils d'IA dans ses missions quotidiennes (cadres, managers, indépendants, fonctions support, marketing, communication, RH, etc.).

THEMES TRAITES

1. Comprendre l'IA et bien démarrer (45 min)

- IA générative : fonctionnement simple
- Les principaux modèles
- Les bons usages
- Les erreurs à éviter

Atelier

Premier prompt

Comparer les réponses des IA.

2. Maîtriser le Prompt Engineering (1h15)

- structure d'un prompt performant
- rôle
- contexte
- objectif
- contraintes
- ton
- format attendu

Méthodes :

- Zero Shot
- Few Shot
- Chain of Thought
- Persona

Atelier

Chaque participant construit sa propre bibliothèque de prompts.

3. Produire tous ses contenus professionnels (1h30)

Ateliers :

- emails
- rapports
- comptes-rendus

- synthèses
- présentations
- tableaux
- procédures
- FAQ

Introduction des IA spécialisées :

- ChatGPT
- Claude
- Perplexity
- Gamma
- Napkin
- NotebookLM

Chaque participant repart avec plusieurs documents finalisés.

4. Automatiser son quotidien (1h15)

Cas pratiques :

- analyse de fichiers Excel
- synthèse PDF
- extraction d'informations
- création de tableaux
- reporting automatique
- création de procédures

Découverte des GPT personnalisés.

5. IA multimodale (45 min)

Pratique sur :

- création d'images
- création de présentations
- transcription audio
- génération vidéo

Chaque stagiaire produit un contenu.

6. Atelier fil rouge (1h15)



L'Intelligence Artificielle au service de votre productivité : exploitez tout son potentiel au quotidien

« Blended »

Chaque participant choisit une tâche réelle de son quotidien.

Objectif :

la faire gagner au minimum 50 % de temps grâce à l'IA.

Présentation collective.

Moyens et méthodes pédagogiques

En Présentiel :

Salle de formation, vidéo projection, un support de formation sera communiqué à l'ensemble des participants résumant les aspects théoriques, les astuces et les points clés.

Les techniques d'animation seront actives et se baseront sur des cas concrets apportés par le formateur et/ou les participants. Elles alterneront les apports de connaissances, des exemples réels (situations rencontrées par les participants ou le formateur). Les participants travailleront sur des études de cas pratiques et des mises en situation.

En Distanciel :

Les sessions en distanciel se déroulent sur le logiciel Teams. Les classes virtuelles sont supervisées par notre équipe digitale, pour accompagner les participants.

Via le potentiel des outils du logiciel, la pédagogie sera active et ludique. Les participants pourront travailler par groupe ou sous-groupe dans des salles séparées. Les documents peuvent être partagés et interactifs pour une animation vivante et stimulante.

En Live :

Formation se déroulant dans nos locaux en présentiel, sur un écran Multifonctions de communications (MFC). Cette modalité est proposée afin de garder les bénéfices de la formation présentielle, tout en ayant un formateur à distance. Cela offre la possibilité également d'intégrer des participants à distance dans une formation en présentiel. La borne interactive permet un affichage dynamique et une meilleure fluidité et cohérence dans les échanges. C'est un outil complet qui permet au formateur d'offrir une formation présentielle enrichie d'interactivités digitales.

Blended :

Le Blended propose un approfondissement des objectifs de stage, d'une durée variable de 3 à 5 heures, selon la formation choisie. Il est accessible durant 30 jours. Des vidéos de mise en situation, de mise en pratique assurent la pérennité de ces acquis dans votre quotidien professionnel.

La formation en ligne est dispensée à travers une plateforme e-Learning, un espace numérique de travail et de suivi. Une équipe digitale assure le suivi des participants tout au long de la formation.

Un espace d'échange via le forum permet aux participants de garder le lien avec leur groupe et leur formateur.

Evaluations

Un questionnaire de préformation est transmis aux participants avant le démarrage de la formation. Il permet au formateur d'évaluer les besoins des participants et peut ainsi calibrer au mieux son intervention.

Des évaluations formatives jalonnent le parcours afin de mettre en évidence les points forts des apprenants et leurs axes d'amélioration. Ces évaluations permettent aux formateurs d'identifier les problématiques et d'affiner leurs approches pédagogiques.

Une évaluation de satisfaction à « chaud » évalue les différents axes « qualité » de la formation, puis une à « froid » 2 mois après la fin du parcours pour prendre en considération le retour d'expérience, l'adaptation au poste de travail, l'évolution et les besoins des participants.

Toutes nos évaluations seront transmises à travers un lien ou un QR code qui redirigera vers la plateforme « Drag'n Survey ». Celle-ci centralise les retours et nous permet une analyse opérationnelle des résultats et de nos axes d'amélioration à mettre en place. La qualité et la pertinence de nos formations reste notre priorité.

Intervenant : Chargé de projet digital. Formateur de modules digitaux à distance. Diplômé d'un bachelor « Chef de projet digital ».

L'Intelligence Artificielle au service de votre productivité : exploitez tout son potentiel au quotidien

« Blended »

Modalités et délai d'accès :

Pour toute inscription, contactez nos conseillers qui vous accompagneront (conseil@sesame-formation.re) /02.62.22.02.02

Aucun délai n'est requis.

Durée : 7h, soit 1 jour

Lieu et date(s) actualisé(s) : cf site web : www.sesame-formation.re

Coût HT : Nous consulter

Accessibilité : Nos salles, ainsi que celles de nos partenaires sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Nos logiciels distanciels offrent également des outils qui permettent de répondre à vos besoins. Pour toute demande, nous vous invitons à contacter notre référent Handicap

Programme mis à jour en juillet 2026.