



PROGRAMME DE FORMATION

Maîtriser l'Intelligence Artificielle dans son quotidien professionnel

Gagner en efficacité sur toutes ses tâches grâce aux outils d'IA générative

Claude (Anthropic) · ChatGPT · Gemini · Perplexity · Make · Notion IA · Copilot · Tous les outils phares 2026

14h

Durée

Blended

Format

Tous publics

Profil

1 200 € HT

Tarif / personne

E-learning 6h · Classes virtuelles 8h · Évaluation 1h

ORGANISME DE FORMATION CERTIFIÉ QUALIOPi · AIYANNA PARTNERS

NDA : 11923064892 · SIRET : 944 624 162 00029 · 4 rue Sarah Bernhardt, 92600 Asnières-sur-Seine



01 · INFORMATIONS GÉNÉRALES

Informations générales

Intitulé	Maîtriser l'Intelligence Artificielle dans son quotidien professionnel
Sous-titre	Claude (Anthropic), ChatGPT, Gemini, Perplexity, Make, Notion IA : tous les outils phares 2026
Organisme	AIYANNA PARTNERS · Certifié Qualiopi
Référence	AYAP-IAGEN-002
Durée totale	14 heures (2 jours équivalent)
Format	Blended Learning : 6h e-learning asynchrone + 8h classes virtuelles live
Effectif	6 à 12 apprenants par session
Tarif inter	1 200 € HT / personne
Tarif intra	Sur devis : à partir de 4 500 € HT / groupe
Financement	OPCO (tous secteurs) · Plan de Développement des Compétences · Auto-financement
Langue	Français
Adresse	4 rue Sarah Bernhardt, 92600 Asnières-sur-Seine

02 · PUBLIC & PRÉREQUIS

Public visé et prérequis

Public visé

- Étudiants (Bac+2 et au-delà, formation initiale ou continue)
- Salariés de tout service : RH, Marketing, Finance, Juridique, Opérations
- Managers et responsables d'équipe
- Entrepreneurs, dirigeants de TPE/PME, indépendants et consultants
- Personnes en reconversion professionnelle
- Demandeurs d'emploi souhaitant renforcer leur employabilité
- Toute personne voulant gagner en efficacité grâce à l'IA

Aucun profil technique requis.

Prérequis

- Utiliser un ordinateur et internet dans un cadre professionnel ou personnel
- Avoir déjà entendu parler de Claude, ChatGPT ou d'un autre outil IA : aucune expertise requise
- Disposer d'un compte Claude ou ChatGPT actif (version gratuite suffisante) au démarrage
- Aucune compétence en programmation ou data science requise

Cette formation est conçue pour des profils business, créatifs, académiques ou en transition, pas pour des développeurs.

Deux niveaux disponibles

Niveau Intermédiaire

Aisance numérique de base, peu ou pas d'expérience avec les outils IA. Découverte progressive, prise en main guidée, cas pratiques immédiats.

Niveau Avancé (sur demande)

Utilisation régulière d'outils IA. Programme enrichi avec modules d'automatisation avancée et workflows IA agentiques.

03 · OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Objectifs pédagogiques

À l'issue de cette formation, l'apprenant sera capable de :

01	COMPRENDRE	Le fonctionnement des LLMs, l'écosystème IA 2026 et ses enjeux dans la vie professionnelle quotidienne
02	DISTINGUER	Claude, ChatGPT, Gemini, Perplexity et sélectionner le bon outil selon la tâche, le contexte et les contraintes RGPD
03	RÉDIGER	Des prompts efficaces et structurés pour n'importe quelle situation : email, rapport, analyse, présentation, veille
04	AUTOMATISER	Des tâches répétitives grâce aux outils IA (Notion IA, Make, Zapier, Microsoft Copilot) sans aucun code
05	CONSTRUIRE	Ses propres workflows IA personnalisés adaptés à son profil, sa fonction et ses tâches récurrentes
06	ÉVALUER	Les risques, limites éthiques et enjeux de l'IA : RGPD, hallucinations, biais, propriété intellectuelle
07	DÉPLOYER	Un plan d'action 90 jours avec les outils priorisés, les routines IA hebdomadaires et les KPI de suivi
08	REPARTIR	Avec une boîte à outils opérationnelle (prompts, workflows, templates) utilisable dès le lendemain

04 · PROGRAMME · PARTIE 1

E-learning (6h)

Modules à suivre en autonomie avant les sessions live. Rythme libre, accessible sur toutes les plateformes (Digiforma, Teachizy, LMS propre).

MODULE 0 · Avant la formation : mise en route

30 min

Contenus	- Autodiagnostic de niveau IA : positionnement sans seuil, sans jugement - Vidéo d'introduction à la formation et aux formatrices - Configuration guidée des comptes Claude et ChatGPT - Quiz de positionnement diagnostique (10 questions) - Checklist de préparation pour les sessions live
Évaluation	Quiz positionnement · 10 questions · Diagnostic uniquement, aucun seuil requis
Livable	Checklist de configuration + fiche de positionnement

MODULE 1 · Comprendre l'Intelligence Artificielle générative

1h30

Contenus	- Contexte et émergence de l'IA générative : pourquoi ces dernières années marquent une rupture et non une évolution - Définir l'IA générative : LLMs, tokens, probabilités, expliqués sans jargon technique - Panorama des grandes familles d'outils : Claude, ChatGPT, Gemini, Perplexity, Copilot, Mistral - Les 5 cas d'usage IA les plus impactants dans la vie professionnelle quotidienne - Ce que l'IA peut faire aujourd'hui, et ce qu'elle ne remplacera jamais chez un humain - Introduction au prompt engineering : pourquoi c'est la compétence clé de la décennie - Enjeux éthiques, RGPD et propriété intellectuelle : ce que tout professionnel doit savoir
Évaluation	Quiz · 10 questions · Seuil 70 % · 3 tentatives · Exercice : rédiger 3 prompts efficaces
Livable	Fiche aide-mémoire prompt engineering

MODULE 2 · Business, études & vie pro : le quotidien a changé

1h30

Contenus	- Les nouvelles attentes du marché du travail vis-à-vis de l'IA : ce que les recruteurs regardent - Comment l'IA redéfinit la productivité dans chaque métier : exemples par secteur et par profil - Le professionnel augmenté par l'IA : un nouveau modèle de performance accessible à tous - Ce que l'IA transforme dans les pratiques quotidiennes, et ce qu'elle ne remplace pas - Intelligence humaine et IA : une complémentarité, pas une compétition - RGPD & IA : cadre légal, données personnelles, bonnes pratiques au quotidien - Les pièges à éviter : hallucinations, dépendance excessive, qualité des outputs
Évaluation	Quiz · 10 questions · Seuil 70 % · 3 tentatives

MODULE 3 · L'art du Prompt Engineering

2h30

Contenus	• La méthode RCTFC : Rôle / Contexte / Tâche / Format / Contrainte, le framework universel • Techniques avancées : chain-of-thought, few-shot, prompt système, pour des résultats précis • Rédiger des prompts pour chaque situation : email, rapport, analyse, présentation, script, résumé • Créer ses assistants personnalisés et ses instructions permanentes (Projets Claude, GPTs personnalisés) • Vision, génération d'images, analyse de données : les fonctionnalités avancées accessibles à tous • Utiliser Claude (Anthropic) pour l'analyse de documents longs, le raisonnement et la rédaction formelle • Exercice guidé : 10 livrables professionnels générés et optimisés en 20 minutes
Évaluation	Quiz · 10 questions · Seuil 70 % · 3 tentatives · Autodiagnostic niveau prompting
Livable	Grille personnelle de prompts par situation

MODULE 4 · Ancrage & optimisation (J+15)

1h

Contenus	• Bilan terrain : ce qui a fonctionné, les freins rencontrés, les outils adoptés • 4 problèmes fréquents après une première semaine avec l'IA + solutions concrètes • 5 nouveaux prompts avancés pour approfondir la pratique • Évolutions récentes des outils IA (mises à jour, nouvelles fonctionnalités) • Questionnaire d'impact J+30 sur les pratiques professionnelles réelles
Évaluation	Questionnaire de satisfaction J+30 (6 questions, envoi automatique)

Sessions live (8h)

2 sessions de 4h en classe virtuelle ou présentiel. Format atelier, 6 à 12 participants. Journée entièrement pratique : chaque participant construit ses livrables personnels en séance. Fil rouge : construire ses workflows IA personnalisés, tous profils.

ATELIER 1 · Cartographier ses usages IA quotidiens

1h30

Travaux pratiques

- Identifier les étapes clés de sa journée professionnelle où l'IA peut créer de la valeur immédiate
- Classer ses tâches : automatisables par l'IA / assistées par l'IA / irremplaçablement humaines
- Repérer les zones de vigilance RGPD et confidentialité dans ses usages personnels et professionnels
- Construction de sa carte d'usage IA personnalisée selon son profil (salarié, étudiant, entrepreneur...)
- Définition de ses 3 priorités IA pour la suite de la journée

Livrable

Canvas personnel : carte d'usage IA annotée avec priorités et gains de temps estimés

ATELIER 2 · Démonstration live & choix des outils

1h

Travaux pratiques

- Démonstration live : Claude, ChatGPT, Perplexity, Notion IA, Make, Microsoft Copilot
- Manipulation en direct : chaque participant teste sur son propre cas concret
- Analyse comparative : forces, limites, coût, conformité RGPD, complexité d'usage
- Construction de sa matrice de décision personnelle : quel outil pour quelle situation

Livrable

Matrice de choix d'outils IA personnalisée, avec critères et décisions documentées

ATELIER 3 · Maîtriser ses outils phares en conditions réelles

2h

Travaux pratiques

- Session Claude (Anthropic) : analyse de documents longs, raisonnement structuré, rédaction formelle
- Session ChatGPT avancée : rédaction, résumé, analyse, génération d'idées, cas réels apportés
- Session Make / Zapier : construire un premier workflow automatisé sans code en 15 minutes
- Cas d'usage par profil : Salarié (RH, Marketing, Finance), Étudiant, Entrepreneur, Reconversion
- Peer review : correction croisée des prompts et workflows entre participants
- Évaluation formative : grille d'auto-évaluation + feedback personnalisé formatrice

Livrable

Bibliothèque de prompts personnelle (15 prompts minimum testés et validés en séance)

ATELIER 4 · Construire ses workflows IA & plan d'action 90 jours

2h30

Travaux pratiques

- Construire son propre système IA complet : préparation / rédaction / révision / automatisation
- Structurer ses routines IA hebdomadaires : quoi faire avec l'IA chaque jour, sans y passer plus de temps
- Formaliser ses routines IA quotidiennes (matin, avant RDV, après RDV, fin de journée)
- Démo collective : chaque participant présente son workflow, feedback et optimisation en groupe
- QCM final (20 questions · seuil requis 70 %) + présentation individuelle du plan d'action
- Remise des livrables complets + accès communauté AIYANNA Partners (30 jours inclus)

Livrable

Workflow IA personnel complet + Plan d'action 90 jours + Scorecard KPI, opérationnel dès J+1

06 · ÉVALUATION

Évaluation finale (1h)

Évaluation à chaud (J0)

- Quiz final · 20 questions couvrant l'ensemble des modules (seuil : 70 %)
- Présentation orale de son workflow et plan d'action personnels (5 min par participant)
- Validation des livrables construits sur grille critériée par la formatrice

Évaluation à froid (J+30)

- Envoi d'un livrable terrain réel : workflow déployé ou séquence de prompts documentée
- Auto-évaluation sur la grille de transfert en pratique construite en atelier
- Retour formatrice personnalisé transmis sous 5 jours ouvrés

Modalités d'évaluation · Qualiopi

Moment	Type	Outil	Seuil
En amont	Positionnement	Quiz 10 questions + autodiagnostic	·
Fin J1	Formative	Grille d'auto-évaluation prompt + feedback formatrice	·
Fin J2	Sommative	QCM 20 questions + présentation individuelle	70 % requis
J+1	Satisfaction à chaud	Questionnaire en ligne · NPS + retour qualitatif	cible 85 %
J+30	Satisfaction à froid	Questionnaire d'impact sur les pratiques professionnelles	cible 70 %

07 · INDICATEURS

Indicateurs de résultats · Indicateur 2 Qualiopi

Indicateur	Cible
Taux de satisfaction globale (à chaud)	supérieur ou égal à 85 %
Taux de complétion du parcours	supérieur ou égal à 90 %
Taux de réussite à l'évaluation finale	supérieur ou égal à 80 %
Taux de recommandation (NPS)	supérieur ou égal à 50
Taux de transfert en pratique (J+30)	supérieur ou égal à 70 % déclarent avoir intégré au moins 1 outil IA dans leur quotidien

08 · LIVRABLES

Livrables remis aux participants

Chaque participant repart avec l'ensemble des livrables construits en formation :

- Canvas d'usage IA personnel : priorités et gains de temps estimés
- Fiche prompt engineering : méthode RCTFC + techniques avancées
- Bibliothèque de 80 prompts professionnels classifiés par profil
- Matrice de choix d'outils IA comparative
- Workflows IA clé en main (3 templates : réunion, veille, rédaction)
- Son propre workflow IA personnel construit en séance
- Charte personnelle d'usage responsable (RGPD, confidentialité)
- Plan d'action 90 jours personnalisé, opérationnel dès J+1
- Scorecard KPI (suivi sur 30, 60 et 90 jours)
- Accès communauté AIYANNA Partners : 30 jours inclus

09 · PÉDAGOGIE

Modalités pédagogiques

E-learning asynchrone	Modules vidéo + ressources téléchargeables, à compléter à son rythme avant les sessions live
Ateliers pratiques	6 à 12 participants, format restreint pour garantir l'accompagnement individuel
Démonstrations live	Manipulation réelle des outils en direct, pas de slides théoriques : chaque outil est ouvert et utilisé
Cas réels	Chaque exercice porte sur un cas apporté par le participant lui-même : zéro contenu générique
Peer learning	Corrections croisées, partages d'expériences et retours collectifs : l'intelligence du groupe est une ressource
Ressources	Prompts, comparatifs, templates, guides : tout est fourni et réutilisable immédiatement après

Accessibilité handicap

Pour toute situation de handicap nécessitant une adaptation pédagogique, matérielle ou d'organisation, merci de nous contacter avant l'inscription. Référente handicap : Aiché YIMGA.N · contact@leadflowpartenaires.com

10 · ACCÈS

Accessibilité & modalités d'accès

Inscription	Par email ou formulaire en ligne · contact@leadflowpartenaires.com
Délai d'accès	5 jours ouvrés minimum avant le démarrage de la session
Dossier OPCO	AIYANNA PARTNERS accompagne la constitution du dossier OPCO · délai moyen 15 jours
Prochaines dates	Consultez le calendrier sur www.leadflowpartenaires.com

11 · FINANCEMENT

Guide OPCO

Cette formation est éligible au financement par les OPCO dans le cadre du Plan de Développement des Compétences (PDC). AIYANNA PARTNERS accompagne les entreprises dans la constitution de leur dossier.

- 1 Contact · L'entreprise contacte AIYANNA PARTNERS : devis + programme transmis sous 48h
- 2 Dossier OPCO · Le dossier est monté avec l'entreprise et transmis à son OPCO selon le secteur d'activité
- 3 Validation · L'OPCO valide la prise en charge, totale ou partielle, sous 15 jours en moyenne
- 4 Formation · La formation se déroule : AIYANNA PARTNERS facture directement l'OPCO si accord obtenu

OPCO compatibles : OPCO EP · ATLAS · AKTO · AFDAS · OCAPAT · Constructys · OPCO Mobilités · Uniformation · OPCO Santé · 2i

AIYANNA PARTNERS

contact@leadflowpartenaires.com · 01 85 39 03 05 · www.leadflowpartenaires.com

[Réservez votre session ou demandez un devis intra](#)

Formation certifiée Qualiopi · Réf. AYAP-IAGEN-002 · NDA : 11923064892 · SIRET : 944 624 162 00029 · Mise à jour : Août 2026