

# IA-001 – IA au quotidien

Une formation complète de **14 heures** pour maîtriser l'intelligence artificielle générative dans votre environnement professionnel – de la compréhension des LLM à la gouvernance éthique, en passant par le prompting avancé et l'automatisation no-code.

<b>14 heures</b> 2 jours de formation intensive	<b>5 modules</b> Du fondamental à l'opérationnel
<b>6 à 12</b> Participants par session	<b>70%</b> Du temps en ateliers pratiques

# Fiche Programme

<b>Code</b>	IA-001
<b>Durée</b>	14 heures (2 jours)
<b>Modalité</b>	Présentiel ou distanciel
<b>Public</b>	Tous collaborateurs utilisant ou susceptibles d'utiliser l'IA générative
<b>Prérequis</b>	Aucun prérequis technique – utilisation courante d'un poste de travail
<b>Effectif</b>	6 à 12 participants
<b>Référentiel</b>	AI Act (UE) 2024/1689 – art. 4

## Financement

Plan de Développement des Compétences (PDC)

- OPCO 2i
- Atlas
- OPCO Santé
- Opcommerce
- Constructys
- Afdas
- AKTO

Accompagnement dans la constitution du dossier OPCO/PDC inclus.

# Ce que vous saurez faire à l'issue de la formation

À l'issue des deux journées, chaque participant aura acquis des compétences concrètes et immédiatement applicables dans son quotidien professionnel.

<b>1</b>	<b>Comprendre les LLM</b> Expliquer le fonctionnement des modèles de langage et identifier leurs limites intrinsèques.
<b>2</b>	<b>Prompts efficaces</b> Rédiger des prompts performants en appliquant la structure rôle / contexte / tâche / format.
<b>3</b>	<b>Cas d'usage métier</b> Identifier et exploiter les opportunités IA dans son métier : rédaction, synthèse, analyse.
<b>4</b>	<b>Automatisation no-code</b> Créer un workflow d'automatisation simple sans code avec Make.com, Zapier ou n8n.
<b>5</b>	<b>Risques et éthique</b> Identifier et éviter les risques : hallucinations, données confidentielles, droits d'auteur.

# Comprendre l'IA générative

## Contenu du module

- Comment fonctionnent les LLM (ChatGPT, Copilot, Gemini, Claude)
- Entraînement, tokenisation, hallucinations : les limites à connaître
- Panorama des outils disponibles et critères de choix
- Cadre réglementaire : AI Act art. 4, obligation de littératie IA, calendrier 2026
- Quiz de positionnement : où en est mon équipe ?

## Pourquoi ce module est essentiel

Avant d'utiliser l'IA efficacement, il faut comprendre ce qu'elle est – et ce qu'elle n'est pas. Ce module démystifie les LLM et pose les bases d'une utilisation éclairée.

- 📄 **L'AI Act européen** (art. 4) impose une obligation de littératie IA à toutes les organisations utilisant des systèmes d'IA. Ce module couvre cette exigence réglementaire dès 2026.

# Prompting efficace

Le prompting est la compétence clé de l'ère IA. Maîtriser la structure d'un prompt performant, c'est multiplier par 10 la qualité des résultats obtenus.



## Few-shot


Fournir des exemples concrets pour guider le modèle vers le résultat attendu.

## Chain-of-thought

Demander au modèle de raisonner étape par étape pour des tâches complexes.

## Persona

Attribuer une identité précise à l'IA pour adapter son registre et son expertise.

 **Atelier pratique** : Réécrire 5 prompts courants de son métier en appliquant la méthode d'affinement itératif.

# Cas d'usage métier

Le module le plus dense de la formation – 4 heures dédiées à l'application concrète de l'IA dans les tâches professionnelles quotidiennes, avec construction d'une bibliothèque de prompts personnalisée.



## Rédaction et reformulation

Emails professionnels, comptes-rendus, synthèses, rapports. Gagner du temps sur la production écrite tout en améliorant la qualité.



## Analyse de documents

Extraction d'information, résumé automatique, comparaison de documents. Traiter de grands volumes d'information en quelques secondes.



## Préparation de réunions

Génération d'agendas structurés, questions pertinentes, matrices RACI. Arriver préparé à chaque réunion sans effort supplémentaire.



## Recherche d'information

Requêtes complexes, vérification des sources, synthèse de veille. Exploiter l'IA comme un assistant de recherche avancé.

**Livrable du module :** Chaque participant repart avec sa bibliothèque de prompts métier personnelle, construite en direct pendant la formation.

# Automatisation et workflows no-code

## Les trois piliers de l'automatisation

### Trigger

L'événement déclencheur du workflow

### Action

Ce qui se passe en réponse au trigger

### Condition

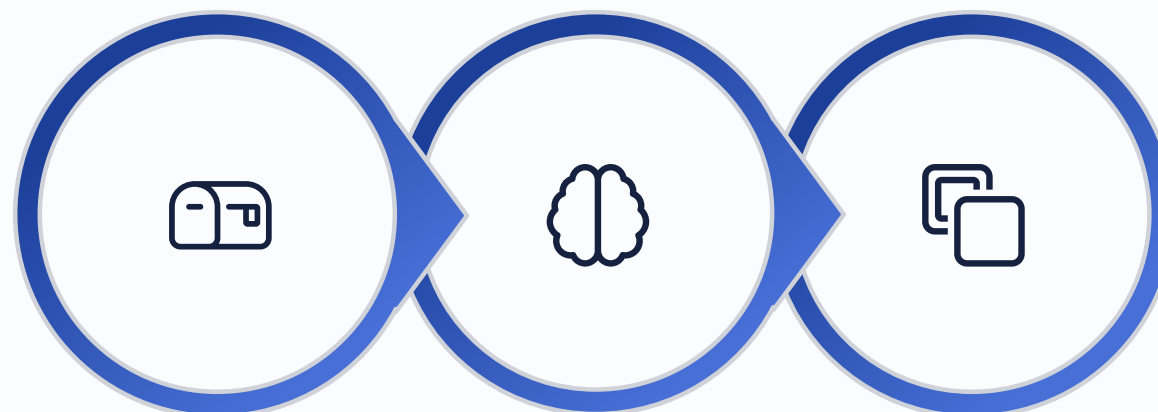
La logique qui oriente le flux

## Outils connectés

Apprenez à connecter vos outils du quotidien via **Make.com** :

- Google Workspace (Docs, Sheets, Gmail, Drive)
- Notion – base de connaissances et gestion de projet
- Slack – communication d'équipe automatisée
- CRM – synchronisation et enrichissement de données

📄 **Démonstration live** : Automatisation d'un workflow répétitif réel, suivi d'un atelier pour concevoir votre premier workflow automatisé.



Déclencheur

Traitement IA

Action  
automatique

# Éthique, risques et gouvernance IA

Utiliser l'IA de manière responsable est une compétence à part entière. Ce module final donne les clés pour protéger son organisation et ses données.

## Risques à maîtriser

- Hallucinations : quand l'IA invente des faits plausibles mais faux
- Biais algorithmiques et discrimination involontaire
- Confidentialité des données et RGPD
- Droits d'auteur et propriété intellectuelle

## Données à ne jamais confier à un LLM commercial

- Données personnelles de clients ou collaborateurs
- Informations financières confidentielles
- Secrets industriels et propriété intellectuelle
- Données de santé ou sensibles au sens RGPD

## Classification AI Act

- Systèmes à **haut risque** : recrutement, crédit, justice, santé
- Systèmes à **risque minimal** : assistants rédactionnels, chatbots
- Obligations de transparence et de documentation

## Politique d'utilisation IA en entreprise

- Rédiger ses règles d'usage internes
- Définir les cas d'usage autorisés et interdits
- Former et sensibiliser les équipes en continu

**Livrable final** : Guide de bonnes pratiques IA + bibliothèque de prompts personnalisée remis à chaque participant à l'issue de la formation.

# Pédagogie et modalités d'évaluation

## Approche pédagogique

- **70% du temps en ateliers pratiques** – apprendre en faisant sur des cas réels
- **Démonstrations live** sur ChatGPT, Claude, Copilot – outils réels, résultats concrets
- **Apports théoriques courts** – concepts essentiels sans surcharge cognitive
- **Bibliothèque de prompts** construite en direct avec les participants

## Parcours d'évaluation

01

**Quiz de positionnement** – J1 matin, mesure le niveau initial

02

**QCM de validation** – fin de J2, score minimum requis : 70%

03

**Attestation individuelle** – remise à l'issue de la formation

## Votre formateur

### Alexandre BOIGUES

Formateur indépendant spécialisé en IA et numérique – **NDA 11 92 27843 92**


- Praticien IA générative
- CTO ayant piloté des projets d'automatisation à grande échelle
- Veille active AI Act / Bureau européen de l'IA

# Nous contacter

## Telemach Learning

24 Rue Chanzy, 92600 Asnières-sur-Seine

 alexandre@telemach-learning.fr

 +33 6 66 88 75 63

 www.telemach-learning.fr

## Tarifs


**Intra-entreprise** : sur devis selon effectif et modalité (présentiel / distanciel)

**Financement OPCO/PDC** : accompagnement complet dans la constitution du dossier de prise en charge.

## OPCO partenaires

La formation IA-001 est éligible au financement via les OPCO suivants :

-  OPCO 2i
-  Atlas
-  OPCO Santé
-  Opcommerce
-  Constructys
-  Afdas
-  AKTO

 Référentiel réglementaire : **AI Act (UE) 2024/1689 – art. 4** – Obligation de littératie IA applicable dès 2026.