



## IA : S'initier à l'Intelligence Artificielle pour optimiser son temps et gagner en productivité.

### Contexte

Dans un contexte professionnel où l'intelligence artificielle sort de l'expérimentation pour devenir un levier clé de performance, savoir l'intégrer à son quotidien est un atout stratégique. D'après une étude mondiale, 78 % des entreprises ont adopté l'IA en 2025, avec une progression rapide de son usage au cœur des activités professionnelles. (fullview.io)

Les usages d'IA ne cessent de croître : entre 40 % et 60 % des travailleurs déclarent utiliser l'IA régulièrement dans leurs tâches quotidiennes, notamment pour la recherche d'information, la rédaction, l'analyse ou l'automatisation de processus répétitifs. (BCG Global)

Selon une enquête spécialisée, les personnes qui utilisent l'IA quotidiennement rapportent une productivité supérieure de 64 % et une capacité de concentration accrue de 58 % par rapport à celles qui ne l'utilisent pas.

Mais l'IA ne se limite pas à une amélioration subjective : une étude du London School of Economics montre que les utilisateurs d'IA économisent en moyenne l'équivalent d'un jour de travail complet par semaine, soit environ 7,5 heures de gain de temps productif. (protiviti.com)

Cette formation est pensée pour vous donner les bases solides afin d'exploiter ces possibilités au quotidien. Elle vous permettra de comprendre les différents types d'outils (assistants génératifs, automatisateurs de tâches, IA intégrée aux applications), leurs bénéfices et leurs limites, tout en apprenant à les utiliser de manière efficace et éthique.

Vous apprendrez à automatiser les tâches chronophages (synthèse de documents, planification), à générer des contenus structurés (rapports, présentations, messages), et à organiser votre travail pour libérer du temps pour les activités à forte valeur ajoutée.

Au-delà des gains de temps, la maîtrise de l'IA est aussi un atout professionnel : de plus en plus de compétences en IA sont recherchées par les employeurs, et l'adoption réfléchie de ces technologies devient un marqueur de performance et d'innovation.



## Objectifs et finalités de la formation

L'objectif de cette formation est d'identifier les outils et les solutions adaptés à ses besoins et à son activité.

Les finalités de cette formation sont de :

- Comprendre les principes fondamentaux de l'Intelligence Artificielle (IA),
- Identifier les applications concrètes dans son activité professionnelle,
- Gagner du temps et réduire les tâches répétitives grâce à des outils basés sur l'IA.

<b>Durée</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 7 heures</li></ul>	<b>IA : S'initier à l'Intelligence Artificielle pour optimiser son temps et gagner en productivité.</b>
<b>Public</b> <p>Toute personne souhaitant découvrir et approfondir ses connaissances de l'IA et mettre en place des actions concrètes pour gagner du temps au quotidien dans son activité professionnelle..</p>	<b>Introduction à l'Intelligence Artificielle</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Définition de l'IA,</li><li>• L'IA générative, qu'est-ce que c'est ?</li><li>• Présentation de différentes IA.</li></ul>
<b>Prérequis</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Avoir un ordinateur lors de la formation.</li></ul>	<b>Limites actuelles de l'IA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les différents biais,</li><li>• La confidentialité des données,</li><li>• L'empreinte environnementale.</li></ul>
<b>Objectifs opérationnels</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Comprendre les principes de base de l'IA et ses différents domaines d'application,</li><li>• Identifier les outils et solutions d'IA adaptés à son métier ou ses besoins,</li><li>• Automatiser les tâches répétitives,</li><li>• Appréhender les risques et limites de l'IA (éthique, confidentialité, fiabilité des résultats).</li></ul>	<b>Atelier pratique : utilisation de ChatGPT</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Création d'un compte,</li><li>• Présentation des différentes fonctionnalités (requêtes, créer et renommer un chat, historique des conversations, personnalisation de l'interface),</li><li>• Générer un prompt de qualité.</li></ul>
<b>Méthodes mobilisées</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Apports théoriques,</li><li>• Cas pratiques,</li><li>• Mises en situation,</li><li>• Échanges et partages d'expériences</li></ul>	<b>Panorama des domaines d'intervention possibles</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Se rendre visible,</li><li>• S'organiser,</li><li>• Gérer la relation client,</li><li>• Gérer son entreprise,</li><li>• Cas d'usages pertinents pour l'entreprise.</li></ul>
<b>Evaluations</b>	<b>Exemples pour intégrer l'Intelligence Artificielle à votre activité</b> <b>Ressources humaines,</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Marketing / Communication,</li><li>• Comptabilité,</li><li>• Logistique,</li><li>• Administration,</li><li>• Juridique.</li></ul>



<ul style="list-style-type: none"><li>• Apports théoriques,</li><li>• Cas pratiques,</li><li>• Mises en situation,</li><li>• Échanges et partages d'expériences.</li></ul>	<p><b>Pour aller plus loin</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les plugins,</li><li>• Analyse de données (analyses financières, marketing, communication, etc.),</li><li>• Zoom sur la création d'images,</li><li>• Présentation des différents outils qui utilisent l'IA.</li></ul>
<p><b>Intervenant</b></p> <p>Formateur en communication, spécialisé dans le digital.</p>	
<p><b>Formation en présentiel au choix</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Locaux situés à Evreux (CCI / CAPEB / Espace de coworking) – cf. livret</li><li>• Dans vos locaux</li></ul>	
<p><b>Délai d'accès</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 2 mois</li></ul>	
<p><b>Prix</b></p> <p><b>Formation INTRA</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1500€ Net de Taxes</li></ul> <p><b>Formation INTER</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 450€ Net de taxes par personne</li></ul>	
<p><b>Nombre de participants</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• 5 à 8 personnes</li></ul>	