



contournement

Programme de formation

En autonomie : Claude de A à Z

Passez de la conversation avec Claude à la construction et au déploiement d'une application, en maîtrisant tour à tour le mode conversationnel, le mode agentique avec Cowork et le développement avec Claude Code.

Mis à jour le 11/09/2026



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

Claude Chat répond. Cowork agit. Claude Code construit. Trois modes, trois façons complètement différentes de travailler avec la même IA, et la plupart des utilisateurs n'en connaissent qu'un seul : ils posent des questions, ils obtiennent des réponses, et ils s'arrêtent là. Ils passent à côté de ce que Claude peut vraiment faire pour eux.

Avec le mode conversationnel, on apprend d'abord à formuler des demandes qui produisent de vrais livrables : documents, présentations, pages web, recherches approfondies, pas juste du texte à recopier ailleurs. Puis on change de registre. Cowork ne produit plus un texte qu'on copie-colle : il ouvre les dossiers, range les fichiers, prend des décisions intermédiaires, et dépose les livrables là où ils doivent aller. Un CSV devient un dashboard interactif, une page Notion devient un PowerPoint, une boîte Gmail devient un rapport structuré, sans export manuel, sans jongler entre les outils. Enfin, Claude Code va plus loin encore : développer une application reste, pour beaucoup, l'affaire de spécialistes, un écran sombre, des lignes de code, quelqu'un d'autre que vous au clavier. Claude Code change ça. C'est le même Claude, mais équipé pour agir au lieu de simplement répondre : il écrit le code, le teste, le corrige, recommence jusqu'à ce que ça marche, pendant que vous dialoguez en langage naturel, fixez le cap, validez, tranchez.

La formation traverse ces trois modes dans l'ordre, chacun avec sa propre mise en situation. En mode conversationnel, un fil rouge associatif : préparer des statuts, une présentation pour la mairie, une page web, un formulaire connecté. Avec Cowork, des cas réels de bureau : un dossier en vrac à ranger, une participation électorale à visualiser, un bilan mensuel à produire depuis Gmail. Avec Claude Code, un projet fil rouge complet, Share App, une application pour partager des activités et des sorties avec ses proches : on part d'une idée encore floue, on la structure avec une documentation professionnelle (brief, PRD, user stories), on développe dans les vrais outils des pros (terminal, GitHub, Supabase, Vercel), on déploie. À la fin, elle est en

ligne, utilisable par de vraies personnes.

Aucun bagage technique n'est nécessaire à aucune étape. Ce que la formation demande vraiment, c'est de la curiosité : lire ce que Claude produit, vérifier que ça correspond à l'intention, ajuster. On ne délègue jamais la réflexion, on la garde, du premier prompt jusqu'au dernier déploiement.

À l'issue de la formation, vous saurez formuler une demande qui produit un vrai livrable, reconnaître quand une tâche mérite d'être confiée à un agent plutôt qu'à un chat, et transformer une idée encore floue en application déployée et utilisable par de vraies personnes. Trois modes, une seule montée en compétence continue.

PUBLICS-CIBLES

Tous types de publics, et en particulier :

- salarié-e-s en poste qui utilisent des outils informatiques, et cherchent à améliorer leur productivité ainsi que leurs compétences numériques
- demandeur-se-s d'emploi en recherche d'un enrichissement de leurs compétences numériques
- indépendant-e-s et porteur-se-s de projets entrepreneuriaux - traditionnels ou innovants -, qui utilisent les outils informatiques dans leur gestion et leur organisation

PRÉREQUIS

Il n'y a pas de pré-requis de diplôme ou de qualification technique particuliers.

Les stagiaires doivent seulement maîtriser des compétences numériques de base, notamment :

- saisie au clavier
- navigation sur Internet
- utilisation basique de services professionnels et grand public sur le web (création de compte, publication de contenus, de posts, d'annonces, de commentaires, de messages, etc.)
- visioconférence (partage d'écran notamment)

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Au terme de la formation, les stagiaires doivent être en mesure de mettre en application les compétences suivantes :

- Formuler des demandes efficaces et structurées pour obtenir des résultats exploitables avec Claude
- Produire des livrables professionnels concrets (documents, présentations, recherches) avec Claude
- Distinguer le mode agentique du mode conversationnel et identifier les cas d'usage adaptés à Claude Cowork
- Connecter Claude Cowork à des outils externes (Notion, Gmail) pour produire des documents et rapports depuis ses données
- Cadrer un projet et produire sa documentation professionnelle (brief, PRD, user stories) à l'aide des skills Claude Code
- Développer et déployer une application complète avec Claude Code depuis un IDE professionnelle, jusqu'à sa mise en ligne avec Supabase et Vercel



CONTENU

Partie 1 : Claude les fondamentaux

Chapitre 1 : Bienvenue

- Présentation de la formation
- Créer son compte et choisir son forfait

Chapitre 2 : Découvrir Claude

- C'est quoi, Claude ?
- Utiliser Claude en version web ou App
- Formuler des demandes efficaces à Claude

Chapitre 3 : Lire, créer, chercher

- Exploiter ses documents avec Claude
- Générer un Word, un Excel ou un PowerPoint
- Créer une page web ou une mini-application avec les Artefacts
- Chercher des informations à jour et approfondies sur le web
- Mise en pratique n°1 et correction

Chapitre 4 : Personnaliser Claude

- Activer et gérer la mémoire de Claude
- Organiser son travail dans un projet dédié
- Mise en pratique n°2

Chapitre 5 : Étendre Claude

- Connecter ses outils du quotidien
- Ajouter des compétences (Skills) sur mesure
- Mise en pratique n°3 et correction

Chapitre 6 : Mise en pratique globale

- Le brief pour cette mise en pratique finale
- Préparer le dépôt des statuts de l'association
- Créer la présentation pour la mairie
- Concevoir la page web du site
- Construire le formulaire connecté à une base

Chapitre 7 : Pour conclure

- Découvrir l'écosystème de Claude et ses limites
- Quelques mises en garde

Partie 2 : Claude Cowork

Chapitre 1 : Embarquement

- Présentation du mode agentique
- Préparer son poste pour suivre la formation

Chapitre 2 : Comprendre le mode agentique

- Le mode agentique, c'est quoi ?
- Repérer les éléments de l'interface agentique
- Organiser son travail avec les projets et la mémoire

Chapitre 3 : Travailler sur ses fichiers et produire des livrables

- Ranger un dossier en vrac
- Transformer un CSV en dashboard interactif
- Mise en pratique : visualisation de la participation électorale, et correction

Chapitre 4 : Connecter ses outils et produire depuis ses données

- Créer et centraliser des bases Notion à partir de fichiers
- Générer un PowerPoint à partir d'une page Notion
- Produire un rapport commercial à partir de Gmail
- Mise en pratique : bilan mensuel d'activité d'un cabinet, et correction

Chapitre 5 : Ce que Cowork peut faire en autonomie

- Programmer une tâche avec Scheduled tasks
- Lancer une tâche depuis le mobile avec Dispatch
- Découvrir Computer Use et ses limites
- Créer une interface connectée avec Live Artifacts

Chapitre 6 : Et maintenant ?

- Choisir entre Claude Chat et Claude Cowork
- Transition vers Claude Code

Partie 3 : Claude Code

Chapitre 1 : Introduction

- C'est quoi Claude Code
- Ce qu'il faut savoir avant de démarrer

Chapitre 2 : Environnement de travail et prise en main

- Installer son environnement
- Découvrir son espace de travail
- Se connecter à Claude Code
- Utiliser les commandes de base

Chapitre 3 : Gérer le contexte

- Choisir un modèle adapté à sa demande
- Gérer le contexte pour exécuter une tâche
- Donner une mémoire long terme avec [claude.md](#)

Chapitre 4 : Planification du projet

- Découvrir le projet fil rouge de la formation (Share App)
- Comprendre les skills et préparer la documentation d'un projet
- Orchestrer son projet avec les user stories
- Préparer GitHub, Supabase et Vercel avant de développer

Chapitre 5 : Implémentation progressive

- Développer une User Story et la sauvegarder sur GitHub
- Préparer sa base de données avec Supabase
- Tester son application en local
- Déployer son application avec Vercel

Chapitre 6 : Conclusion

- Poursuivre son apprentissage avec Claude Code



DURÉE

9.5 heures soit jour(s)

👉 dont 7 heures de théorie ou démonstration

👉 2.5 heures de mise en pratique



MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Un test de positionnement est réalisé en amont de la formation afin de s'assurer que les objectifs pédagogiques de la formation correspondent au besoin du stagiaire et que le niveau des prérequis est suffisant.

La formation est dispensée en **e-learning**, selon un principe **d'entrées et de sorties permanentes**, permettant aux participant-e-s de démarrer la formation à tout moment, après validation de l'inscription, dans le respect des délais de rétractation applicables (14 jours en cas de financement individuel).



MOYENS TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT

Les stagiaires disposent d'un accès à une **plateforme de formation en ligne** dédiée, leur permettant :

- de lire et naviguer entre les contenus pédagogiques textuels ;
- de consulter des vidéos pédagogiques et des présentations ;
- d'accéder à des **exercices de mise en pratique**, ainsi qu'à leurs corrections ;
- de compléter des **quiz d'évaluation** permettant de suivre l'avancée de l'acquisition des compétences ;
- d'accéder à des liens vers des ressources externes complémentaires.

La plateforme intègre plusieurs dispositifs d'accompagnement assurés par un **formateur dédié** :

- les stagiaires peuvent poser des **questions écrites directement sous chaque vidéo** de formation. Le formateur dédié y répond dans un délai maximum de **48 heures** ;
- les stagiaires peuvent également poser des questions via un outil de **questions-réponses asynchrones par vidéo (VideoAsk)**.
- Cet outil permet aux stagiaires de formuler leurs questions sous forme **textuelle, audio ou vidéo**, et de réaliser des **partages d'écran** afin de présenter leurs manipulations ou problématiques.
- Le formateur dédié peut répondre à son tour sous forme **écrite ou vidéo**, avec possibilité de **partage d'écran**, afin d'illustrer les réponses et démonstrations techniques.

En complément de l'accompagnement asynchrone, les stagiaires ont accès à des **sessions de mentorat collectif** organisées **chaque semaine**.

Les formateurs se tiennent à disposition dans une **salle de classe virtuelle ouverte**, permettant aux stagiaires de se connecter librement pour poser leurs questions relatives à la formation.

Un **courriel hebdomadaire** est adressé aux stagiaires afin de leur rappeler les créneaux horaires de ces sessions de mentorat collectif.



MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA FORMATION

Le dispositif d'évaluation est composé d'un questionnaire, proposé en fin de session pour s'assurer de la bonne rétention des messages principaux de la formation. Il contiendra 10 questions, et les modalités de réussite en seront les suivantes : un score de 60% devra être atteint pour valider la formation.

Une attestation de réalisation est remise à chaque participant-e à l'issue de la formation.

Une attestation de réussite est remise aux participant-e-s satisfaisant les critères de réussite de la formation.



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les modalités pédagogiques consistent en une alternance de phases de pédagogie :

- magistrale et par la démonstration, où les formateurs expliquent des éléments techniques et méthodologiques
- par la pratique, avec la réalisation d'exercices aboutissant à la production technique de livrables, produits avec les outils no-code
- active, avec des phases d'auto-apprentissage accompagné, suivis de correctifs, afin que les stagiaires soient acteurs de leur montée en compétence

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Cette formation est ouverte au plus grand nombre, et notamment aux personnes en situation de handicap. Une attention particulière sera portée, dans le cadre du processus d'organisation des sessions, pour comprendre la nature de la situation de handicap et envisager les modalités d'adaptation ou de compensation les plus adéquates.

N'hésitez pas à nous indiquer les éventuelles situations de handicap de vos collaborateurs pour que nous en discussions, avec [notre référent handicap](#), en toute confidentialité.

CONTACT

 **email : formationpro@contournement.io**

Les Participants devront respecter les dispositions du règlement intérieur de Contournement, accessible sur notre site internet : <https://www.contournement.io/details/reglement-interieur>