

# 2026 CATALOGUE

# SOMMAIRE

## NOS ALUMNI

PAGE - 3 À 4

## COPILOT

PAGE - 31 À 35

NOS COMMENTAIRES CLIENTS.....

PAGE 3

MICROSOFT COPILOT : UTILISER L'IA POUR OPTIMISER LA PRODUCTIVITÉ ET LA COLLABORATION SUR BING ET MICROSOFT 365.....

PAGE 32

LES ENTREPRISES ALUMNI.....

PAGE 4

MICROSOFT COPILOT : FORMATION POUR OPTIMISER LA PRODUCTIVITÉ ET LA COLLABORATION SUR BING ET MICROSOFT 365 - 2 JOURS .....

PAGE 33

## IA GÉNÉRATIVE

PAGE - 5 À 9

## MISTRAL

PAGE - 35 À 37

FORMATION INDIVIDUELLE IA GÉNÉRATIVE PERSONNALISÉE.....

PAGE 6

MISTRAL POUR LA GESTION DE PROJET.....

PAGE 36

DEEPSEEK, QWEN, GEMINI - S'Y RETROUVER AU MILIEU DES IA GÉNÉRATIVES DE TEXTE.....

PAGE 7

MISTRAL AU SERVICE DES ENTREPRISES .....

PAGE 37

CRÉER DES IMAGES AVEC L'IA GÉNÉRATIVE : CHATGPT, MIDJOURNEY ET KREA.....

PAGE 9

## CHATGPT

PAGE - 10 À 16

## FLUX

PAGE - 38 À 39

CHATGPT NIVEAU 1.....

PAGE 11

ALLER AU-DELÀ DE MIDJOURNEY AVEC FLUX SUR KREA.AI.....

PAGE 39

CHATGPT NIVEAU 2.....

PAGE 12

FORMATION CHATGPT INDIVIDUELLE ACCÉLÉRÉE... MAÎTRISER L'IA POUR L'EXCELLENCE MANAGÉRIALE.....

PAGE 13

## SEO, GSO & GEO

PAGE - 40 À 42

FORMATION CHATGPT POUR DIRIGEANTS : MAÎTRISER L'IA POUR L'EXCELLENCE MANAGÉRIALE.....

PAGE 14

PROGRAMME IA ET RÉFÉRENCIEMENT (SEO, GSO ET GEO) - 1 JOUR.....

PAGE 41

FORMATION CHATGPT - TOUT APPRENDRE SUR L'IA EN 2 JOURS !.....

PAGE 15

PROGRAMME IA ET RÉFÉRENCIEMENT (SEO, GSO ET GEO) - 2 JOURS.....

PAGE 42

## MIDJOURNEY

PAGE - 17 À 21

## LES AGENTS IA

PAGE - 43 À 45

CRÉER DES IMAGES AVEC MIDJOURNEY.....

PAGE 18

FORMATION MIDJOURNEY INDIVIDUELLE ACCÉLÉRÉE - 3H CHRONO POUR SAVOIR UTILISER L'OUTIL.....

PAGE 19

NOS COMMENTAIRES CLIENTS.....

PAGE 44

DE DÉBUTANT À EXPERT SUR MIDJOURNEY.....

PAGE 20

LES ENTREPRISES ALUMNI.....

PAGE 45

FORMATION MIDJOURNEY INDIVIDUELLE - TOUT SAVOIR POUR FAIRE DES IMAGES PROFESSIONNELLES.....

PAGE 21

## IA POUR LES PROFESSIONNELS

PAGE - 22 À 30

L'IA AU SERVICE DES RH.....

PAGE 23

L'IA AU SERVICE DES COMMERCIAUX .....

PAGE 24

L'IA AU SERVICE DES FORMATEURS.....

PAGE 25

L'IA AU SERVICE DU MARKETING DIGITAL .....

PAGE 26

L'IA AU SERVICE DU JURIDIQUE.....

PAGE 28

L'IA POUR LES MANAGERS : MIEUX DÉCIDER, MIEUX AUTOMATISER.....

PAGE 29

DÉVELOPPER SA RECHERCHE D'EMPLOI AVEC L'IA GÉNÉRATIVE.....

PAGE 30

# NOS ALUMNI

**NOS COMMENTAIRES CLIENTS**

**LES ENTREPRISES ALUMNI**



4,9/5 sur Google



### Résumé Basé sur avis Google

- Enseignements clairs et pratiques
- Adaptabilité aux différents niveaux
- Professionnalisme et bienveillance appréciés

## NOS COMMENTAIRES CLIENTS :

**Sylvie B.**



"Un contenu dense, avec soutien adapté, individualisé, et interactif : mises en pratiques, réponses efficaces à mes besoins.... Merci à vous :)"

**Alice D.**



"Formation très utile et adaptée à la demande. Contact facile et grande réactivité. Je recommande."

**Nathan D.**



Almera est un super organisme de formation. La différence avec les autres est qu'ils sont vraiment à l'écoute des besoins, avec des tarifs juste, basés sur l'expérience des formateurs et le service fourni. Ils proposent de nombreuses formations assez novatrices, alliant théorie et pratique, pour une meilleure assimilation des compétences.

**Marianne G.**



"Formation sur l'IA et Midjourney au top ! Mickaël est un super prof, des astuces en passant par la pratique tout était très clair et enrichissant ! Merci à toi 😊"

**Vincent M.**



"Très bonne formation avec Mickael qui a su s'adapter et nous faire partager son savoir et son expérience ... Nous recommandons vivement."

**Cecile C.**



"Excellent formation sur les différentes utilisations de l'IA et les outils les mieux appropriés. Merci au formateur Mickaël qui a su être à l'écoute des apprenants et s'adapter aux demandes spécifiques."

**Christelle C.**



"Très bonne formation, Mickaël a su s'adapter à mon niveau et à mes besoins. Merci !"

**Estrella B.**



"J'ai été formé par Mickael sur Chat GPT niveau 2 et Midjourney. La procédure du paiement par CPF a été très bien géré par l'équipe d'Almera. J'ai eu Mickael comme formateur et j'ai été très satisfaite. Il s'adapte à votre niveau et mets en place beaucoup d'exercice pratique pour être sûr que vous ayez bien compris ses explications. Je recommande fortement!"

**Loïck**



"Merci à Mickaël pour sa formation de qualité, je recommande ! Une ouverture sur ces nouvelles technologies est plus que nécessaire dans ce monde en changement constant."

### Eux aussi nous font confiance :



# IA GÉNÉRATIVE


**FORMATION INDIVIDUELLE IA GÉNÉRATIVE  
PERSONNALISÉE**


**DEEPSEEK, QWEN, GEMINI - S'Y  
RETROUVER AU MILIEU DES IA  
GÉNÉRATIVES DE TEXTE**


**CRÉER DES IMAGES AVEC L'IA GÉNÉRATIVE  
CHATGPT, MIDJOURNEY ET KREA**

# FORMATION INDIVIDUELLE IA GÉNÉRATIVE PERSONNALISÉE

Cette formation sur l'IA générative s'adresse à un public diversifié, incluant les professionnels souhaitant intégrer les technologies d'IA générative dans leurs activités, tels que les entrepreneurs, les experts en référencement, les administrateurs, et les professionnels du marketing.

 **7 heures ou 2 demies journées de 3h30**

- 
- Comprendre les principes de base et le fonctionnement de l'IA générative.
  - Utiliser l'IA générative pour créer du contenu (texte, image, audio, vidéo).
  - Apprendre à formuler des consignes efficaces pour obtenir des résultats de qualité.
  - Évaluer l'adéquation et la pertinence des créations générées par l'IA.
  - Intégrer l'IA générative dans les processus de travail des entreprises.
  - Gagner du temps dans toutes les tâches : envoi de mail, création de slides, transcription de réunions...

- 
- 75 % de pratique dans chaque formation
  - +40 % de productivité après la formation
  - 5 à 10 h gagnées par semaine sur les tâches répétitives grâce à l'IA

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à l'IA Générative (1 heure)

Exploration des différentes branches de l'IA générative : texte, image, audio et vidéo.

Analyse de cas d'utilisation inédits pour booster la productivité et présentation des implications de l'IA générative.

### 2. IA Générative de Texte (4 heures)

Présentation de ChatGPT, Mistral, Gemini, Perplexity, Claude, Groq, avec démonstrations en direct.

**Cas pratique :** les participants créent leurs propres textes, expérimentant avec les différents

modèles, apprennent à prompter efficacement.

Prompt Engineering, Création de GPTs, Confidentialité et RGPD.

### 3. IA Générative d'Image (30 minutes)

Exploration des outils tels que Midjourney, Dall-E, Stable Diffusion, Leonardo, avec des exemples visuels.

Atelier pratique : les apprenants conçoivent des images, découvrant l'impact des différents styles et techniques de prompting.

### 4. IA Générative d'Audio (30 minutes)

Présentation des outils d'IA pour la création audio, avec des échantillons sonores.

Atelier pratique : création de clips audio par les participants, en expérimentant avec les outils présentés.

### 5. IA Générative de Vidéo (30 minutes)

Introduction aux outils d'IA en vidéo, illustrée par des exemples concrets.

Atelier pratique : réalisation de courtes vidéos, comparaison des outils.

### 6. Conclusion et Évaluation des Acquis (30 minutes)

Synthèse des thèmes et outils abordés et évaluation des acquis par un questionnaire interactif et collecte de feedback.

**Inclus :** Un document avec 250 prompts pour l'IA Générative de texte et une feuille d'aide pour être complètement autonome sur Midjourney



# DEEPSEEK, QWEN, GEMINI - S'Y RETROUVER AU MILIEU DES IA GÉNÉRATIVES DE TEXTE

Cette formation sur l'IA générative s'adresse aux professionnels, développeurs, data analysts, chefs de projet, consultants en IA, ou toute personne souhaitant comprendre et comparer les IA génératives de texte.

**Pré-requis :** Connaissance de base des IA génératives. Une familiarité avec les API et l'automatisation est un plus.



7 heures



- Comprendre les différences entre Deepseek, Qwen, Gemini et d'autres modèles.
- Apprendre à utiliser OpenRouter pour tester et comparer les modèles en appelant les APIs.
- Explorer les possibilités d'automatisation via Make.
- Découvrir comment exécuter des modèles localement avec LM Studio et Ollama.
- Comprendre les enjeux de confidentialité et sécurité des données.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 3x plus de précision dans le choix des IA adaptées aux besoins métiers
- +35 % de qualité perçue dans les textes produits grâce au bon usage des modèles IA

## PROGRAMME :

### 1. Introduction aux modèles Deepseek, Qwen et Gemini (1h)

Présentation des trois modèles : origines, forces, faiblesses, cas d'usage.

Comparaison avec GPT-4, Mistral, Claude et d'autres modèles open-source.

IA open-source vs. IA propriétaire : quels critères pour choisir son modèle ?

### 2. Expérimentation des modèles via OpenRouter et API (1h30)

Introduction à OpenRouter : qu'est-ce que c'est et pourquoi l'utiliser ?

Comparer les performances des modèles en faisant des requêtes API.

**Cas pratique :** envoi d'une même requête à différents modèles et comparaison des réponses.

Présentation des outils pour tester les appels API: Postman, Python (requests), OpenRouter Playground.

### 3. Confidentialité et gestion des données (1h)

Quelles données sont enregistrées par ces modèles ?

Modèles hébergés dans le cloud vs exécution en local : quels enjeux ?

Chiffrement, anonymisation et bonnes pratiques de protection des données.

Cas d'usage où éviter les IA SaaS et privilégier des solutions locales.

### 4. Automatisation avec Make : quand et comment intégrer les modèles IA ? (1h)

Présentation de Make pour automatiser les workflows IA.

Exemples d'automatisations :

- Génération automatique de résumés via OpenRouter.
- Envoi de réponses AI dans un CRM ou un document partagé.
- Connexion de Make avec Notion, Google Docs, Slack.

**Cas pratique :** création d'un scénario automatisé avec un modèle IA.

### 5. Faire tourner ses propres IA en local : LM Studio et Ollama (1h30)

Pourquoi exécuter un modèle en local ?

- Confidentialité maximale.
- Performances : éviter la latence d'une API distante.
- Coût zéro après installation.
- Présentation des outils :
- LM Studio : interface simple pour exécuter des modèles open-source.
- Ollama : gestion et exécution simplifiée de modèles IA en local.

**Cas pratique :** tester un modèle open-source en local et l'interfacer avec un script Python.

### 6. Comparatif final et recommandations d'usage (1h)

Synthèse des performances et avantages de Deepseek, Qwen, Gemini.

Quel modèle pour quel besoin ?

- Résumé de texte
- Assistance à la rédaction
- Génération de code
- Traduction et reformulation
- Discussion interactive : quel modèle adopter en entreprise ou pour un usage personnel ?

### 7. Questions / Réponses et bilan avec la méthode KISS (30 min)

Ce que les participants vont garder (Keep), améliorer (Improve), commencer (Start) et arrêter (Stop).

Élaboration d'un plan d'action individuel : quelle IA intégrer demain dans son workflow ?

# CRÉER DES IMAGES AVEC L'IA GÉNÉRATIVE : CHATGPT, MIDJOURNEY ET KREA

Cette formation s'adresse aux créatifs, communicants, marketeurs et curieux du numérique souhaitant apprendre à générer des visuels percutants grâce aux outils d'IA générative comme ChatGPT, Midjourney et Krea.



1 jour - 7 heures



- Comprendre les principales approches d'IA générative d'image
- Utiliser Midjourney, Krea et ChatGPT pour produire des visuels simples
- Créer des prompts efficaces adaptés à chaque plateforme
- Réaliser une création visuelle complète dans un contexte professionnel



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2× plus d'images produites en un temps réduit
- 70 % de gain de temps sur la création visuelle
- +40 % de qualité perçue dans les visuels générés
- 3 h gagnées par projet graphique grâce à l'automatisation IA

## PROGRAMME :

**Matin (3h30) – Introduction et création avec Midjourney**

### 1. Panorama des IA génératives d'image

- Présentation de ChatGPT (image), Midjourney et Krea.ai
- Exemples concrets d'utilisation professionnelle

### 2. Découverte de Midjourney

- Création de compte Discord et accès à Midjourney
- Comprendre les bases du prompt et générer une première image

### 3. Atelier guidé Midjourney

- Création de visuels par style, ambiance ou fonction
- Exploration rapide des paramètres et astuces simples

**Après-midi (3h30) – Image avec ChatGPT et Krea + projet final**

### 1. Générer des images dans ChatGPT

- Comprendre l'interface et formuler des prompts utiles
- Atelier : créer une séquence texte + image (ex : post réseaux sociaux)

### 2. Introduction à Krea.ai

- Génération d'image avec esquisse ou texte
- Comparaison des outils selon les cas d'usage

### 3. Projet final

- Brief libre ou imposé selon profil
- Choix de l'outil, création d'un visuel pertinent, présentation et feedback



# CRÉER DES IMAGES AVEC L'IA GÉNÉRATIVE : CHATGPT, MIDJOURNEY ET KREA - 2 JOURS

Cette formation s'adresse aux créatifs, communicants, marketeurs et curieux du numérique souhaitant apprendre à générer des visuels percutants grâce aux outils d'IA générative comme ChatGPT, Midjourney et Krea.



**2 jours - 14 heures**



- Comprendre le fonctionnement des principales IA génératives d'image
- Utiliser Midjourney, Krea et ChatGPT pour créer des visuels pertinents
- Formuler des prompts efficaces adaptés à chaque plateforme
- Développer un projet visuel complet intégrant plusieurs outils IA
- Intégrer ces outils dans leur stratégie de communication ou leur flux de production



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2x plus d'images produites en un temps réduit
- 70 % de gain de temps sur la création visuelle
- +40 % de qualité perçue dans les visuels générés
- 3 h gagnées par projet graphique grâce à l'automatisation IA

## PROGRAMME JOUR 1 :

**Matin (3h30) – découvrir les IA d'image et démarrer avec Midjourney**

### 1. Panorama des IA génératives d'images

- Présentation des cas d'usage : branding, contenu social, design pédagogique
- Présentation des outils : ChatGPT (image), Midjourney, Krea
- Comparatif des plateformes (interface, style, personnalisation)

### 2. Premiers pas avec Midjourney

- Création et configuration du compte Discord
- Navigation dans l'environnement Midjourney
- Structure des prompts, règles de base, paramètres essentiels

### 3. Atelier de création simple

- Génération de visuels à partir de consignes de base
- Exploration des styles : réaliste, abstrait, dessiné, corporate

**Après-midi (3h30) – approfondissement de la création avec Midjourney**

### 1. Techniques avancées et astuces

- Aspect ratio, poids des mots, combinaisons d'éléments
- Utilisation de références visuelles et blinding

### 2. Cas pratiques

- Création d'une série visuelle cohérente
- Déclinaisons selon différents contextes (réseaux sociaux, affiche, illustration)

### 3. Optimisation et feedback collectif

- Relecture croisée des prompts et des résultats
- Ajustements pour améliorer l'impact visuel et le storytelling

## PROGRAMME JOUR 2 :

**Matin (3h30) – image dans ChatGPT et intégration au contenu**

### 1. Générer des images dans ChatGPT

- Présentation de l'interface image
- Formuler des prompts pour des résultats clairs et stylisés
- Limites, points forts et types de rendus accessibles

### 2. Créer une séquence complète avec ChatGPT

- Atelier : créer une mini-campagne avec texte + visuel
- Affiches, posts ou slides visuels à partir d'une simple idée

### 3. Analyse croisée : Midjourney vs ChatGPT

- Cas d'usage préférentiels
- Choisir le bon outil selon le besoin, le style, le temps

**Après-midi (3h30) – création avancée avec Krea.ai**

### 1. Présentation de Krea.ai et ses spécificités

- Génération d'image en temps réel, édition, croquis-to-image
- Cas d'application : publicité, mode, architecture, scénographie

### 2. Atelier hybride : image + édition en temps réel

- Génération libre, édition à partir d'un croquis ou d'un exemple
- Atelier : "1 brief, 3 outils" – chaque participant choisit l'outil adapté à son besoin

### 3. Projet final et restitution

- Réalisation d'un projet créatif individuel ou en binôme
- Présentation au groupe et feedback

# CHATGPT

**CHATGPT NIVEAU 1**

**CHATGPT NIVEAU 2**

**FORMATION CHATGPT INDIVIDUELLE ACCÉLÉRÉE**

**FORMATION CHATGPT POUR DIRIGEANTS :  
MAÎTRISER L'IA POUR L'EXCELLENCE MANAGÉRIALE.**

**FORMATION CHATGPT - TOUT APPRENDRE SUR L'IA  
EN 2 JOURS !**

# CHATGPT NIVEAU 1

Ce cours sur ChatGPT s'adresse à toute personne souhaitant prendre en main l'outil ChatGPT et l'exploiter à des fins professionnelles : entrepreneurs, experts en référencement, administrateurs, créatifs marketing...



**7 heures ou 2 demies journées de 3h30**



- Comprendre les concepts de base de ChatGPT et son fonctionnement.
- Utiliser ChatGPT pour générer des réponses à des questions simples.
- Créer des prompts (des consignes) efficaces pour améliorer la qualité des réponses.
- Evaluer la pertinence des réponses de ChatGPT.
- Intégrer ChatGPT dans son processus de travail en entreprise.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +40 % de productivité après la formation
- 5 à 10 h gagnées par semaine sur les tâches répétitives grâce à l'IA
- 3x plus de rapidité dans la rédaction de textes et d'emails
- +35 % d'efficacité dans la recherche et la synthèse d'informations

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à ChatGPT et ses Fondamentaux

Présentation de ChatGPT, exploration de ses capacités et compréhension de son fonctionnement.

### 2. Création et Gestion d'un Compte Utilisateur

Création du compte utilisateur, gestion des paramètres de sécurité et de confidentialité.

### 3. Navigation et Configuration de l'Interface Utilisateur

Découverte de l'interface utilisateur, navigation, et familiarisation avec les paramètres de configuration et options avancées.

### 4. Maîtrise de la Syntaxe et des Commandes de ChatGPT (Prompt Engineering)

Apprentissage de la syntaxe et des commandes, et formulation de questions et de prompts.

### 5. Atelier Pratique sur le Prompt Engineering

Exercices de formulations de prompts efficaces et analyse des exemples concrets

### 6. Comprendre les réponses de ChatGPT

Compréhension de la génération des réponses par ChatGPT et évaluation de leur pertinence et fiabilité.

### 7. Études de Cas dans Divers Secteurs

Utilisation de ChatGPT dans divers domaines professionnels à travers des études de cas (rédaction, marketing, prospection...).

### 8. Techniques Avancées et Personnalisation avec ChatGPT

Exploration des fonctionnalités avancées de ChatGPT, comme la programmation avec l'IA comme assistant et personnalisation pour des besoins spécifiques.

### 9. Maîtrise de la Syntaxe et des Commandes de ChatGPT (Prompt Engineering) :

Approfondissement des compétences en prompt engineering, apprentissage de techniques plus avancées pour interagir avec ChatGPT.

### 10. Séance Interactive de Questions-Réponses avec ChatGPT :

Test en direct des compétences pour tenter de trouver un code secret.

### 11. Techniques Avancées et Personnalisation avec ChatGPT :

Exploration des fonctionnalités avancées de ChatGPT, y compris la personnalisation pour des besoins spécifiques.

### 12. Intégration de ChatGPT avec d'Autres Outils Numériques :

Apprentissage des méthodes pour combiner ChatGPT avec d'autres technologies et outils numériques.

### 13. Développement d'un Mini-Projet :

Mise en pratique des compétences à travers un projet concret.

### 14. Application Pratique de ChatGPT dans un Contexte Professionnel :

Études de cas et exemples d'intégration de ChatGPT dans son processus de travail. (Code, Mails, Comptes-Rendus...)

### 15. Retour d'Expérience et Débriefing :

Session de partage d'expériences et feedbacks pour évaluer l'apprentissage et discussion des applications futures de ChatGPT (personnelles et professionnelles).

# CHATGPT NIVEAU 2

Ce cours ChatGPT s'adresse à toute personne souhaitant pousser les avantages de ChatGPT au maximum. Destiné aux professionnels ayant déjà les bases de l'outil.

**Pré-requis :** Avoir suivi le cours ChatGPT Niveau 1 ou posséder des connaissances de base sur le fonctionnement de ChatGPT.



**7 heures ou 2 demies journées de 3h30**



- S'initier aux aspects avancés de ChatGPT 5 (Turbo Ver.) et ChatGPT Multimodal : plugins, GPTs et alternatives.
- Maîtriser les plugins d'OpenAI et du Chrome Web Store pour des usages professionnels (veille, analyse, rédaction, synthèse...).
- Exploiter les fonctionnalités avancées et la combinaison plugins + prompts pour des travaux complexes.
- Créer des GPTs, ajouter une base de connaissances et résoudre des problématiques d'entreprise grâce à l'IA.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 3× plus de rapidité dans la rédaction de textes et d'emails
- +35 % d'efficacité dans la recherche et la synthèse d'informations

## PROGRAMME :

### 1. Configuration et Utilisation des Custom Instructions

Approche détaillée de la configuration et de l'utilisation des instructions personnalisées pour des réponses sur mesure.

### 2. Maîtrise des Plugins IA du Chrome Web Store

Découverte des plugins disponibles, permettant d'étendre les fonctionnalités de ChatGPT pour des tâches spécifiques.

### 3. Créer des prompts efficaces

Etude des meilleures pratiques pour formuler des prompts qui génèrent des résultats optimaux.

### 4. Fonctionnalités avancées et ChatGPT Plus

Initiation à ChatGPT Plus, création d'images avec Dall-E-3, recherches sur internet, analyse et création de documents (docs, PDF, Excel, csv...)

### 5. ChatGPT pour l'Analyse de Données

Utilisation de ChatGPT pour l'analyse de données, l'extraction d'informations clés, et la génération de rapports.

### 6. Projet combinant les fonctionnalités de GPT4 et les acquis de la matinée

Application des compétences et connaissances sur GPT4 pour un projet pratique intégrant prompts avancés, Utilisation de plugins et génération d'images.

### 7. Application des Acquis sur des Cas d'Entreprise

Application pratique des compétences acquises à des cas réels d'entreprise plus complexes. Exploration des méthodes d'automatisation et d'optimisation des processus

### 8. Workshop : Résolution de Problèmes Spécifiques de l'Entreprise

Atelier interactif où les participants sont accompagnés et utilisent ChatGPT pour résoudre des problèmes spécifiques de leur entreprise.

### 9. ChatGPT et la Transformation Numérique

Voir concrètement comment ChatGPT peut être un outil clé dans les stratégies de transformation numérique des entreprises.

### 10. Les GPTs

Visite du GPT store et présentation des GPTs publics les plus impressionnants du marché.

### 11. Création et Gestion de GPTs Personnalisés

Apprendre à créer et gérer des modèles GPT personnalisés pour des applications spécifiques. Création, partage, confidentialité.

### 12. Projet Final

Création d'un GPT avec une base de connaissances chargée qui permet aux apprenants d'avancer plus vite dans la vie quotidienne.

### 13. Synthèse et Plan d'Action

Développer un plan d'action pour intégrer ChatGPT et ses applications avancées dans l'environnement professionnel des participants.

### 14. Retour d'Expérience et Débriefing

Session de partage d'expériences et de feedbacks pour évaluer l'apprentissage et discuter des applications futures de ChatGPT (personnelles et professionnelles).

# CHATGPT ACCÉLÉRÉ

La formation individuelle accélérée de 3h sur ChatGPT est conçue pour vous donner les compétences nécessaires pour maîtriser rapidement l'outil et l'utiliser à des fins professionnelles.



**3 Heures**



- Comprendre les concepts de base de ChatGPT et son fonctionnement
- Utiliser ChatGPT pour générer des réponses à des questions simples
- Créer des prompts efficaces pour améliorer la qualité des réponses
- Évaluer la pertinence des réponses de ChatGPT
- Intégrer ChatGPT dans son processus de travail en entreprise
- Exploiter tout le potentiel de ChatGPT pour améliorer sa productivité et son efficacité professionnelle.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +40 % de productivité après la formation
- 5 à 10 h gagnées par semaine sur les tâches répétitives grâce à l'IA
- 3× plus de rapidité dans la rédaction de textes et d'emails
- +35 % d'efficacité dans la recherche et la synthèse d'informations

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à ChatGPT (15 min)

Présentation de l'outil et de ses fonctionnalités

Découverte des avantages de ChatGPT pour les professionnels

### 2. Création et gestion de compte utilisateur (15 min)

Inscription et connexion à la plateforme

Configuration des paramètres de base

### 3. Navigation dans l'interface utilisateur (15 min)

Découverte des différentes fonctionnalités de l'interface

Utilisation des commandes de base pour interagir avec ChatGPT

### 4. Utilisation de ChatGPT pour générer des réponses à des questions simples (30 min)

Formulation de prompts efficaces pour obtenir des réponses pertinentes

Évaluation de la qualité des réponses générées par ChatGPT

### 5. Création de prompts efficaces pour améliorer la qualité des réponses (45 min)

Compréhension des éléments clés d'un prompt réussi

Pratique de la création de prompts pour différents scénarios professionnels

### 6. Intégration de ChatGPT dans son processus de travail en entreprise (45 min)

Utilisation de ChatGPT pour automatiser certaines tâches et améliorer la productivité

Intégration de ChatGPT avec d'autres outils numériques pour optimiser son travail

### 7. Études de cas et mise en pratique (45 min)

Analyse de cas concrets d'utilisation de ChatGPT dans différents domaines professionnels

Mise en pratique des compétences acquises lors de la formation sur des scénarios professionnels réels

### 8. Conclusion et évaluation de la formation (15 min)

Récapitulation des compétences acquises lors de la formation

Évaluation de la satisfaction des participants et discussion sur les applications futures de ChatGPT dans leur travail.



# FORMATION CHATGPT POUR DIRIGEANTS : MAÎTRISER L'IA POUR L'EXCELLENCE MANAGÉRIALE.

Cette formation s'adresse aux dirigeants souhaitant exploiter le potentiel de l'intelligence artificielle, et plus particulièrement de ChatGPT, pour renforcer leur prise de décision, optimiser leur management et gagner en efficacité stratégique.



3 Heures



- Comprendre les fondamentaux de ChatGPT et son potentiel pour le leadership
- Maîtriser l'utilisation basique de ChatGPT pour améliorer la productivité
- Identifier les opportunités d'intégration de ChatGPT dans la stratégie d'entreprise
- Appréhender les enjeux éthiques et de sécurité liés à l'utilisation de l'IA



- +30 % de rapidité dans la prise de décision stratégique
- 25 % de temps gagné sur la communication interne et les reporting
- 3× plus d'efficacité dans l'analyse et la synthèse d'informations clés
- 80 % des dirigeants formés intègrent ChatGPT dans leur management quotidien
- 50 % de réunions préparées plus efficacement grâce à l'IA

## PROGRAMME :

### MATINÉE : FONDAMENTAUX ET POTENTIEL STRATÉGIQUE

#### 1. Introduction à ChatGPT et son impact sur le leadership Présentation de ChatGPT et de ses capacités

Cas d'usage concrets pour les dirigeants

Impact potentiel sur la prise de décision et la gestion d'entreprise

#### 2. Prise en main de ChatGPT Création de compte et familiarisation avec l'interface

Exercices pratiques : formulation de requêtes simples

Analyse des réponses et compréhension des limites

#### 3. ChatGPT comme assistant stratégique Utilisation pour l'analyse de marché et la veille concurrentielle

Génération d'idées pour l'innovation et la résolution de problèmes

Atelier pratique : brainstorming assisté par IA sur un défi d'entreprise

#### 4. Optimisation de la communication

Rédaction assistée de discours et de présentations

Amélioration des communications internes et externes

Exercice : création d'un message d'entreprise impactant avec ChatGPT

### APRÈS-MIDI : APPLICATIONS AVANCÉES ET CONSIDÉRATIONS STRATÉGIQUES

#### 1. ChatGPT pour l'analyse de données et la prise de décision

Interprétation de rapports et de données complexes

Génération de synthèses et de recommandations

Atelier : analyse d'un cas d'étude avec ChatGPT

#### 2. Intégration de ChatGPT dans les processus d'entreprise

Identification des domaines d'application (RH, marketing, service client)

Stratégies pour une adoption réussie au sein de l'organisation

Discussion : élaboration d'un plan d'intégration pour votre entreprise

#### 3. Sécurité Confidentialité des données et propriété intellectuelle

Utilisation d'IA en local

Atelier pratique : Vision stratégique et plan d'action

#### 4. Développement d'une vision IA pour votre entreprise

Élaboration d'un plan d'action personnalisé

Séance de questions-réponses et réflexion sur les prochaines étapes



# FORMATION CHATGPT - TOUT APPRENDRE SUR L'IA EN 2 JOURS !

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant comprendre et maîtriser rapidement les bases de l'intelligence artificielle et de ChatGPT, quels que soient son niveau ou son domaine d'activité.



**2 jours - 14 heures**



- Comprendre le fonctionnement de ChatGPT et ses concepts de base.
- Créer des prompts efficaces pour améliorer la qualité des réponses.
- Utiliser ChatGPT et ses fonctionnalités avancées (Turbo, Multimodal, plugins, GPTs) pour des tâches en entreprise (veille, analyse, rédaction, synthèse...).
- Maîtriser l'intégration des plugins et la création de GPTs avec une base de connaissances.
- Résoudre des problématiques professionnelles en combinant IA, prompts et plugin.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +40 % de productivité après la formation
- 5 à 10 h gagnées par semaine sur les tâches répétitives grâce à l'IA
- 3x plus de rapidité dans la rédaction de textes et d'emails
- +35 % d'efficacité dans la recherche et la synthèse d'informations

## PROGRAMME JOUR 1 :

### MATIN : FONDAMENTAUX

#### 1. INTRODUCTION À CHATGPT ET SES FONDAMENTAUX

Présentation de ChatGPT, exploration de ses capacités et compréhension de son fonctionnement basé sur l'intelligence artificielle.

#### 2. CRÉATION ET GESTION D'UN COMPTE UTILISATEUR

Les apprenants vont être guidés pour créer leur compte utilisateur ChatGPT s'ils n'en ont pas encore un, nous verrons comment se connecter, et gérer les paramètres de sécurité et de confidentialité.

#### 3. NAVIGATION ET CONFIGURATION DE L'INTERFACE UTILISATEUR

Découverte de l'interface utilisateur de ChatGPT, navigation, et familiarisation avec les paramètres de configuration et les options avancées.

#### 4. MAÎTRISE DE LA SYNTAXE ET DES COMMANDES DE CHATGPT (PROMPT ENGINEERING)

Apprentissage de la syntaxe et des commandes pour interagir efficacement avec ChatGPT, y compris la formulation de questions et de prompts.

#### 5. ATELIER PRATIQUE SUR LE PROMPT ENGINEERING

Permet aux participants de s'exercer à formuler des prompts efficaces et d'analyser des exemples concrets. C'est en faisant que l'on apprend !

#### 6. COMPRENDRE LES RÉPONSES DE CHATGPT

Se concentre sur la compréhension de la génération des réponses par ChatGPT et sur l'évaluation de leur pertinence et fiabilité.

#### 7. ÉTUDES DE CAS DANS DIVERS SECTEURS

Utilisation de ChatGPT dans divers domaines professionnels à travers des études de cas (rédaction, marketing, prospection...).

#### 8. TECHNIQUES AVANCÉES ET PERSONNALISATION AVEC CHATGPT

Exploration des fonctionnalités avancées de ChatGPT, comme la programmation avec l'IA comme assistant et la personnalisation pour des besoins spécifiques.

### APRÈS-MIDI : TECHNIQUES ET PARAMÈTRES AVANCÉS

#### 1. MAÎTRISE DE LA SYNTAXE ET DES COMMANDES DE CHATGPT (PROMPT ENGINEERING) :

Approfondissement des compétences des participants en prompt engineering, apprentissage de techniques plus avancées pour interagir avec ChatGPT.

#### 2. SÉANCE INTERACTIVE DE QUESTIONS-RÉPONSES AVEC CHATGPT :

Une session dynamique où les participants pourront tester en direct leurs compétences en posant des questions à ChatGPT pour tenter de trouver un code secret.

#### 3. TECHNIQUES AVANCÉES ET PERSONNALISATION AVEC CHATGPT :

Exploration des fonctionnalités avancées de ChatGPT, y compris la personnalisation pour des besoins spécifiques.

#### 4. INTÉGRATION DE CHATGPT AVEC D'AUTRES OUTILS NUMÉRIQUES :

Apprentissage des méthodes pour combiner ChatGPT avec d'autres technologies et outils numériques.

#### 5. DÉVELOPPEMENT D'UN MINI-PROJET :

Mise en pratique des compétences à travers un projet concret où les participants mettront en œuvre ce qu'ils ont appris jusqu'ici.

#### 6. APPLICATION PRATIQUE DE CHATGPT DANS UN CONTEXTE PROFESSIONNEL :

Utilisation des compétences acquises, avec des études de cas et des exemples d'intégration de ChatGPT dans son processus de travail. (Code, Mails, Compte-Rendus...)

#### 7. RETOUR D'EXPÉRIENCE ET DÉBRIEFING :

Session de partage d'expériences et de feedbacks pour évaluer l'apprentissage et discuter des applications futures de ChatGPT (personnelles et professionnelles).

# FORMATION CHATGPT - TOUT APPRENDRE SUR L'IA EN 2 JOURS !

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant comprendre et maîtriser rapidement les bases de l'intelligence artificielle et de ChatGPT, quels que soient son niveau ou son domaine d'activité.



**2 jours - 14 heures**



- Comprendre le fonctionnement de ChatGPT et ses concepts de base.
- Créer des prompts efficaces pour améliorer la qualité des réponses.
- Utiliser ChatGPT et ses fonctionnalités avancées (Turbo, Multimodal, plugins, GPTs) pour des tâches en entreprise (veille, analyse, rédaction, synthèse...).
- Maîtriser l'intégration des plugins et la création de GPTs avec une base de connaissances.
- Résoudre des problématiques professionnelles en combinant IA, prompts et plugin.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +40 % de productivité après la formation
- 5 à 10 h gagnées par semaine sur les tâches répétitives grâce à l'IA
- 3x plus de rapidité dans la rédaction de textes et d'emails
- +35 % d'efficacité dans la recherche et la synthèse d'informations

## PROGRAMME JOUR 2 :

### MATIN : DÉCOUVERTE

#### 1. CONFIGURATION ET UTILISATION DES CUSTOM INSTRUCTIONS

Approche détaillée de la configuration et de l'utilisation des instructions personnalisées pour des réponses sur mesure.

#### 2. MAÎTRISE DES PLUGINS D'OPENAI ET DU CHROME WEB STORE

Découverte des plugins disponibles, permettant d'étendre les fonctionnalités de ChatGPT pour des tâches spécifiques (création de vidéos, recherches sur PDF, création de meilleurs prompts).

#### 3. UTILISATION AVANCÉE DES PLUGINS DE CHATGPT

Techniques pour sélectionner et combiner efficacement les plugins et les prompts dans le cadre de tâches complexes.

#### 4. CRÉER DES PROMPTS EFFICACES

Etude des meilleures pratiques pour formuler des prompts qui génèrent des résultats optimaux.

#### 5. FONCTIONNALITÉS AVANCÉES ET CHATGPT4 TURBO

Initiation à ChatGPT 4 – Turbo, création d'images avec Dall-E-3, recherches sur internet avec Bing, analyse et création de documents (docs, pdf, excel, csv...)

#### 6. CHATGPT POUR L'ANALYSE DE DONNÉES :

Utilisation de ChatGPT pour l'analyse de données, l'extraction d'informations clés, et la génération de rapports.

#### 7. PROJET COMBINANT LES FONCTIONNALITÉS DE GPT4 ET LES ACQUIS DE LA MATINÉE

Application des compétences et connaissances en GPT4 pour un projet pratique intégrant prompts avancés, utilisation de plugins et génération d'images.

#### 8. PROJET COMBINANT LES FONCTIONNALITÉS DE GPT4 ET LES ACQUIS DE LA JOURNÉE

Application des compétences et connaissances du modèle GPT4 pour un projet pratique intégrant prompts avancés, utilisation de plugins et génération d'images.

### APRÈS-MIDI : APPLICATION PRATIQUE ET RÉOLUTION DE PROBLÈMES

#### 1. APPLICATION DES ACQUIS SUR DES CAS D'ENTREPRISE

Application pratique des compétences acquises à des cas réels d'entreprise plus complexes. Exploration des méthodes d'automatisation et d'optimisation des processus (désir d'automatisation, utiliser l'IA pour gagner du temps en réunion ou pour les mails, faciliter le développement...).

#### 2. WORKSHOP : RÉOLUTION DE PROBLÈMES SPÉCIFIQUES DE L'ENTREPRISE

Atelier interactif où les participants utilisent ChatGPT pour résoudre des problèmes spécifiques de leur entreprise.

#### 3. CHATGPT ET LA TRANSFORMATION NUMÉRIQUE

Voir concrètement comment ChatGPT peut être un outil clé dans les stratégies de transformation numérique des entreprises.

#### 4. CRÉATION ET GESTION DE GPTS PERSONNALISÉS

Apprendre à créer et gérer des modèles GPT personnalisés pour des applications spécifiques. Création, partage, confidentialité.

#### 5. PROJET FINAL

Création d'un GPT avec une base de connaissances chargée qui permet aux apprenants d'avancer plus vite dans la vie de tous les jours.

#### 6. SYNTHÈSE ET PLAN D'ACTION

Développer un plan d'action pour intégrer ChatGPT et ses applications avancées dans l'environnement professionnel des participants.

#### 7. RETOUR D'EXPÉRIENCE ET DÉBRIEFING

Session de partage d'expériences et de feedbacks pour évaluer l'apprentissage et discuter des applications futures de ChatGPT (personnelles et professionnelles).

# MIDJOURNEY

**CREER DES IMAGES AVEC MIDJOURNEY**

**FORMATION MIDJOURNEY INDIVIDUELLE  
ACCÉLÉRÉE**

**DE DÉBUTANT À EXPERT SUR MIDJOURNEY**

**FORMATION INDIVIDUELLE, TOUT SAVOIR POUR  
FAIRE DES IMAGES PROFESSIONNELLES**

# CREER DES IMAGES AVEC MIDJOURNEY

Cette formation est destinée aux professionnels du marketing, graphistes, chefs de projets, et passionnés de technologie désireux d'explorer la création d'images via l'intelligence artificielle avec Midjourney.



**7 heures ou 2 demies journées de 3h30**



- Comprendre l'IA générative et le positionnement de Midjourney dans cet écosystème.
- Apprendre à configurer et démarrer avec Midjourney.
- S'initier à la création d'images.
- Maîtriser la formulation de prompts pour des résultats visuels précis.
- Etude de tous les paramètres, commandes et fonctionnalités.
- Réaliser un projet personnel en mettant l'ensemble de ses compétences en œuvre.
- Explorer les dernières nouveautés de Midjourney.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2x plus d'images produites en un temps réduit
- 70 % de gain de temps sur la création visuelle

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à Midjourney et à l'IA Générative

Présentation de Midjourney et discussion sur les applications de l'IA dans différents secteurs. Tour de table pour apprendre à connaître chaque participant.

### 2. Configuration et Démarrage avec Midjourney

Guide pour l'installation de Discord et initiation. Les apprenants sont accompagnés pour créer un compte Midjourney et configurer les paramètres initiaux.

### 3. Atelier de création d'Images Simples avec Midjourney

Découverte des fonctionnalités de base de Midjourney suivi d'exercices pratiques pour la création d'images simples.

### 4. Paramètres Basiques de Midjourney

Exploration des réglages de base et leur impact sur la création d'images. Tests pratiques pour comprendre l'influence des paramètres.

### 5. Exploration des Styles et des Thèmes Visuels avec Midjourney

Découverte de différents styles artistiques et thématiques que Midjourney peut générer.

### 6. Amélioration de ces Images avec une Formulation Efficace de Prompts

Plusieurs techniques pour rédiger des prompts clairs et précis suivi d'ateliers pratiques sur la création d'images via des prompts un peu plus complexes.

### 7. Applications Pratiques de Midjourney (Cas avancé)

Exploration des utilisations de Midjourney dans le marketing, le design, l'éducation, etc. Études de cas et exemples concrets pour répondre aux demandes des apprenants.

### 8. Paramètres Avancés de Midjourney

Exploration en détail des réglages avancés de Midjourney. Ce module se concentre sur comment ces paramètres peuvent être ajustés pour obtenir des résultats visuels spécifiques et de haute qualité.

### 9. Techniques de Composition Visuelle avec Midjourney

Apprentissage des principes de composition visuelle et de design pour créer des images plus précises.

### 10. Projet Personnel avec Midjourney

Travail sur un projet personnel ou un cas d'étude, mettant en pratique les compétences et techniques apprises jusqu'ici, avec un accent particulier sur l'innovation et la créativité.

### 11. Critique et Amélioration des Projets

Une séance de feedback constructif où les projets des participants sont évalués et des suggestions d'amélioration sont données.

### 12. Optimisation des Images pour Différents Médias

Ce module aborde comment adapter et optimiser les images générées pour différents formats, tels que les réseaux sociaux, les sites web, ou les impressions.

### 13. Atelier de Collaboration Créative

Utilisation de Midjourney pour collaborer sur des projets créatifs en groupe, partager des prompts, des styles, des seeds.

### 14. Intégration de Midjourney dans les Pratiques Professionnelles

Les participants exploreront comment intégrer Midjourney dans leur flux de travail professionnel, en discutant des stratégies et des meilleures pratiques pour une utilisation efficace.

### 15. Comparaison V5-V6 de Midjourney et dernières nouveautés

Etude des changements apportés par la dernière version puis visite du site Midjourney et de l'alpha.

### 16. Conclusion

Evaluation des acquis.

# MIDJOURNEY ACCÉLÉRÉ

Cette formation de trois heures sur Midjourney est spécifiquement conçue pour vous transmettre les compétences essentielles pour exploiter pleinement cet outil révolutionnaire d'intelligence artificielle dans un contexte professionnel.



**3 heures**



- Comprendre l'IA Générative : Introduction à Midjourney et à ses applications dans divers secteurs.
- Démarrer avec Midjourney : Configuration de Discord, création de compte et prise en main de l'interface.
- Création d'Images : Atelier pratique sur la génération d'images, les styles visuels et la rédaction de prompts efficaces.
- Cas Pratiques : Études de cas en marketing, design et communication.
- Intégration & Optimisation : Utiliser Midjourney dans vos flux de travail et adapter les visuels à différents supports.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2× plus d'images produites en un temps réduit
- 70 % de gain de temps sur la création visuelle

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à Midjourney et à l'IA Générative (30 minutes)

Présentation de Midjourney et de son importance dans l'écosystème de l'IA générative.

Aperçu des applications de l'IA dans divers secteurs.

### 2. Démarrage avec Midjourney (30 minutes)

Configuration de Discord et création de compte Midjourney.

Initiation aux paramètres de base et interface utilisateur.

### 3. Création d'Images avec Midjourney (1 heure)

**Cas pratique :** création d'images simples et exploration des styles et thèmes visuels.

Techniques pour rédiger des prompts efficaces.

### 4. Applications Pratiques et Cas d'Étude (30 minutes)

Exploration rapide des utilisations de Midjourney dans le marketing, le design, etc.

Étude de cas concrets et discussion interactive.

### 5. Intégration et Optimisation de Midjourney (30 minutes)

Conseils pour intégrer Midjourney dans les flux de travail professionnels.

Optimisation des images pour différents médias et formats.



# DE DÉBUTANT À EXPERT SUR MIDJOURNEY

Cette formation est dédiée aux professionnels du marketing, graphistes, chefs de projets et passionnés de création visuelle.



14 heures - 2 jours



- Comprendre les bases de Midjourney et développer des compétences avancées.
- Explorer et maîtriser les fonctionnalités de création et de personnalisation.
- Appliquer les connaissances acquises à des cas pratiques professionnels.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 3× plus rapide pour créer des visuels professionnels
- 60 % de gain de temps sur la conception graphique
- 70 % de réduction du temps de retouche et d'ajustement
- 100 % des participants maîtrisent Midjourney et les prompts avancés

## PROGRAMME JOUR 1 :

### 1. Présentation de Midjourney

Introduction à Midjourney : son rôle dans l'écosystème de l'IA générative.

Formules d'abonnement et droits d'utilisation.

Cas d'utilisation dans différents secteurs (marketing, design, éducation).

### 2. Exploration des bases

Découverte de la version web et navigation dans les créations existantes.

Initiation à la rédaction de prompts simples.

**Cas pratique :** création d'images avec des options de base (qualité, aspect ratio, styles).

### 3. Organisation des créations

Organisation et gestion des images générées.

Partage et catalogage des créations pour un flux de travail optimisé.

### 4. Personnalisation et références

Modifier une image existante avec des prompts spécifiques.

Fonction « Style Reference » : appliquer un style à partir d'une image.

Fonction « Character Reference » : définir des caractéristiques visuelles spécifiques.

Atelier pratique : recréer une image avec un nouveau style ou personnage.

### 5. Compositions créative

Mixer plusieurs images pour créer des compositions originales.

Utilisation des couleurs cibles pour personnaliser les visuels.

**Cas pratique :** création d'images combinant plusieurs fonctions avancées.

## PROGRAMME JOUR 2 :

### 6. Optimisation des rendus

Ajuster la qualité des rendus (paramètres avancés).

Utilisation de la fonction « Tile » pour créer des motifs répétitifs.

Utilisation du mode « Niji » pour des visuels stylisés.

**Cas pratique :** création d'images avec des rendus optimisés.

### 7. Fonctions avancées supplémentaires

Présentation du mode Édition et son utilisation.

Modifier le poids des mots et des images pour influencer les résultats.

Fonction « Describe » pour générer des prompts à partir d'images.

**Atelier :** génération de variations d'images avec des prompts avancés.

### 8. Projet pratique

Création d'un projet complet à partir d'un brief fictif.

Travail en groupe ou individuel pour répondre à un besoin spécifique (campagne marketing, design d'emballage, etc.).

### 9. Outils complémentaires

Découverte de MidLibrary pour trouver l'inspiration et organiser ses créations.

Techniques pour augmenter la résolution et réduire les artefacts IA.

### 10. Conclusion et évaluation

Présentation des projets réalisés.

Synthèse des acquis et discussion sur l'intégration professionnelle de Midjourney.



# FORMATION INDIVIDUELLE, TOUT SAVOIR POUR FAIRE DES IMAGES PROFESSIONNELLES

Cette formation est dédiée aux professionnels du marketing, graphistes, chefs de projets et passionnés de création visuelle.



14 heures - 2 jours



- Comprendre les bases de Midjourney et développer des compétences avancées.
- Explorer et maîtriser les fonctionnalités de création et de personnalisation.
- Appliquer les connaissances acquises à des cas pratiques professionnels.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 3x plus rapide pour créer des visuels professionnels
- 60 % de gain de temps sur la conception graphique
- 70 % de réduction du temps de retouche et d'ajustement
- 100 % des participants maîtrisent Midjourney et les prompts avancés

## PROGRAMME JOUR 1 :

### 1. Présentation de Midjourney

Introduction à Midjourney : son rôle dans l'écosystème de l'IA générative.

Formules d'abonnement et droits d'utilisation.

Cas d'utilisation dans différents secteurs (marketing, design, éducation).

### 2. Exploration des bases

Découverte de la version web et navigation dans les créations existantes.

Initiation à la rédaction de prompts simples.

**Cas pratique** : création d'images avec des options de base (qualité, aspect ratio, styles).

### 3. Organisation des créations

Organisation et gestion des images générées.

Partage et catalogage des créations pour un flux de travail optimisé.

### 4. Personnalisation et références

Modifier une image existante avec des prompts spécifiques.

Fonction « Style Reference » : appliquer un style à partir d'une image.

Fonction « Character Reference » : définir des caractéristiques visuelles spécifiques.

Atelier pratique : recréer une image avec un nouveau style ou personnage.

### 5. Compositions créative

Mixer plusieurs images pour créer des compositions originales.

Utilisation des couleurs cibles pour personnaliser les visuels.

**Cas pratique** : création d'images combinant plusieurs fonctions avancées.

## PROGRAMME JOUR 2 :

### 6. Optimisation des rendus

Ajuster la qualité des rendus (paramètres avancés).

Utilisation de la fonction « Tile » pour créer des motifs répétitifs.

Utilisation du mode « Niji » pour des visuels stylisés.

**Cas pratique** : création d'images avec des rendus optimisés.

### 7. Fonctions avancées supplémentaires

Présentation du mode Édition et son utilisation.

Modifier le poids des mots et des images pour influencer les résultats.

Fonction « Describe » pour générer des prompts à partir d'images.

**Atelier** : génération de variations d'images avec des prompts avancés.

### 8. Projet pratique

Création d'un projet complet à partir d'un brief fictif.

Travail en groupe ou individuel pour répondre à un besoin spécifique (campagne marketing, design d'emballage, etc.).

### 9. Outils complémentaires

Découverte de MidLibrary pour trouver l'inspiration et organiser ses créations.

Techniques pour augmenter la résolution et réduire les artefacts IA.

### 10. Conclusion et évaluation

Présentation des projets réalisés.

Synthèse des acquis et discussion sur l'intégration professionnelle de Midjourney.

# L'IA POUR LES PROFESSIONNELS



L'IA AU SERVICE DES RH

L'IA AU SERVICE DES COMMERCIAUX

L'IA AU SERVICE DES FORMATEURS

L'IA AU SERVICE DU MARKETING DIGITAL

L'IA AU SERVICE DU JURIDIQUE

L'IA POUR LES MANAGERS : MIEUX DÉCIDER, MIEUX  
AUTOMATISER

# L'IA AU SERVICE DES RH

Cette formation s'adresse aux professionnels des ressources humaines, incluant les responsables RH, les recruteurs, les gestionnaires de talent, et les conseillers en organisation. Aucune connaissance préalable spécifique en IA n'est requise.



**7 heures ou 2 demies journées de 3h30**



- Comprendre les principes de base et le potentiel de l'IA dans le domaine des Ressources Humaines.
- Identifier et exploiter les applications de l'IA pour optimiser les processus.
- Formuler des stratégies efficaces pour intégrer l'IA dans les pratiques RH.
- Évaluer l'impact et les enjeux éthiques de l'IA.
- Planifier et gérer la transformation digitale avec l'IA.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 15 h gagnées par semaine grâce à l'automatisation des tâches RH
- 2x plus rapide pour trier et analyser les candidatures
- 50 % de réduction du temps consacré aux tâches administratives

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à l'IA dans les RH

Concepts clés de l'IA

Aperçu des applications de l'IA en RH : recrutement automatisé, analyse prédictive des talents.

### 2. Data Analytics en RH

Sources de données en RH et leur exploitation (interne, externe).

Sélection de données qualitatives et enjeux légaux (RGPD).

### 3. ChatGPT et Autres Outils d'IA Générative en RH

Exploration de ChatGPT et son utilisation en RH.

**Atelier rapide** : Mise en situation d'utilisation de ChatGPT pour la rédaction d'annonces.

### 4. Recrutement et Fidélisation Assistés par l'IA

Optimisation du recrutement via l'IA : analyse de CV, entretiens assistés par l'IA.

Stratégies pour fidéliser les employés avec l'IA.

### 5. Automatisation et Amélioration des Processus

Identification des tâches administratives automatisables.

Exemples d'automatisation : gestion des temps, notes de frais.

### 6. Enjeux Éthiques et Perspectives d'Avenir de l'IA en RH

Discussion sur les enjeux éthiques : équité, intégrité, transparence.

Anticiper le futur du travail et des RH avec l'IA.

**Inclus : Un document avec 250 prompts pour l'IA Générative de texte**

# L'IA AU SERVICE DES COMMERCIAUX

Cette formation s'adresse aux professionnels de la vente, incluant les commerciaux, les responsables de ventes, et les directeurs commerciaux. Aucune connaissance préalable spécifique en IA n'est requise.



**7 heures ou 2 demies journées de 3h30**



- Comprendre les principes de base et le potentiel de l'IA dans le domaine commercial.
- Identifier et exploiter les applications de l'IA pour optimiser les processus de vente.
- Formuler des stratégies efficaces pour intégrer l'IA dans les pratiques commerciales.
- Évaluer l'impact et les enjeux éthiques de l'IA.
- Planifier et gérer la transformation digitale avec l'IA.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2 h gagnées par jour grâce à la prospection automatisée
- +40 % d'efficacité dans la préparation des rendez-vous clients
- 90 % des participants utilisent l'IA pour leurs suivis et relances

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à l'IA dans le Commerce

Concepts clés de l'IA.

Aperçu des applications de l'IA en commerce :

CRM intelligents, recommandations personnalisées, analyse prédictive des ventes.

### 2. Data Analytics dans la Vente

Sources de données en vente et leur exploitation (interne, externe).

Sélection de données qualitatives et enjeux légaux (RGPD).

### 3. Outils d'IA Générative pour les Commerciaux

Exploration de ChatGPT et son utilisation pour la rédaction de propositions commerciales et de scripts de vente.

**Atelier rapide** : Mise en situation d'utilisation de ChatGPT pour la rédaction de propositions commerciales personnalisées.

### 4. Prospection et Fidélisation Assistées par l'IA

Optimisation de la prospection via l'IA : analyse des leads, génération automatique de listes de prospects.

Stratégies pour fidéliser les clients avec l'IA.

### 5. Automatisation et Amélioration des Processus

Identification des tâches administratives automatisables : suivi des ventes, gestion des leads.

Exemples d'automatisation : réponses automatiques aux emails, suivi des opportunités.

### 6. Enjeux Éthiques et Perspectives d'Avenir de l'IA dans le Commerce

Discussion sur les enjeux éthiques : respect de la vie privée, transparence.

Anticiper le futur du commerce avec l'IA.

Clôture : Synthèse et Perspectives

### 7. Retour d'Expérience et Plan d'Action

Échange d'idées sur l'intégration de l'IA dans les ventes.

Développement d'un plan d'action succinct pour l'application pratique de l'IA dans le contexte commercial des participants.

**Inclus : Un document avec 250 prompts pour l'IA Générative de texte**

# L'IA AU SERVICE DES FORMATEURS

Cette formation s'adresse aux formateurs, enseignants et éducateurs intéressés par l'intégration de l'intelligence artificielle dans leurs méthodologies pédagogiques. Aucune connaissance préalable spécifique en IA n'est requise.



7 heures ou 2 demies journées de 3h30



- Comprendre les principes de base de l'IA et son potentiel dans le domaine de la formation.
- Découvrir et exploiter les outils d'IA pour enrichir et personnaliser l'apprentissage.
- Développer des stratégies pour intégrer efficacement l'IA dans les pratiques pédagogiques.
- Évaluer l'impact de l'IA sur l'apprentissage.
- Planifier et gérer la transformation digitale avec l'IA.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2 h gagnées par jour grâce à la prospection automatisée
- +40 % d'efficacité dans la préparation des rendez-vous clients
- 90 % des participants utilisent l'IA pour leurs suivis et relances

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à l'IA dans l'éducation

Concepts clés de l'IA.

Aperçu des applications de l'IA en formation : personnalisation de l'apprentissage, comment automatiser la création de contenu, etc.

### 2. Outils d'IA pour la formation

Présentation de divers outils comme ChatGPT pour la création de contenu pédagogique.

Cas pratique : Utilisation de ChatGPT pour la préparation de cours et de matériel didactique.

### 3. Personnalisation de l'apprentissage avec l'IA

Comment l'IA peut aider à adapter le contenu aux besoins individuels des apprenants.

### 4. Création de quiz et slides avec l'IA

Utilisation d'outils d'IA pour créer des supports pédagogiques comme des quiz et des présentations.

**Cas pratique** : les participants créent leurs propres quiz et slide.

### 5. Automatisation

Exploration des outils d'IA pour automatiser les tâches administratives et réduire le temps consacré aux activités routinières.

Exemples d'automatisation : envoi de courriels personnalisés, organisation de cours, et évaluation des devoirs.

### 6. Projet pratique : application de l'IA formation

Atelier de mise en pratique : les participants développent un mini-projet utilisant l'IA pour résoudre un problème spécifique en formation.

Travail en groupes pour concevoir des solutions ensemble et discuter de leur mise en œuvre dans un contexte réel.

# L'IA AU SERVICE DU MARKETING DIGITAL

Ce programme vise à intégrer les fondamentaux du SEO avec les techniques les plus récentes d'intelligence artificielle, afin d'aider les participants à renforcer la visibilité en ligne de leur entreprise. Ils apprendront à optimiser leur stratégie digitale à travers une compréhension approfondie des moteurs de recherche et de leurs algorithmes.



**14 heures - 2 jours**



- Comprendre les fondamentaux du SEO et son rôle dans une stratégie de SEM complète.
- Optimiser la présence et la visibilité de son entreprise sur le web.
- Explorer et utiliser les outils de suivi et d'analyse des performances SEO.
- Découvrir les solutions d'IA pour automatiser et accélérer l'optimisation du référencement.
- S'initier à la création de prompts pertinents pour obtenir des résultats précis.
- Exploiter l'IA générative pour produire des contenus web de qualité, adaptés au SEO.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 70 % de gain de temps sur la création de contenus
- 3x plus de contenus produits sans perte de qualité
- 2 h gagnées par jour sur la planification et la publication des contenus

## PROGRAMME JOUR 1 :

### MATIN: INTRODUCTION AU SEO ET TECHNIQUES D'OPTIMISATION

#### 1. Présentation & échange libre (30m)

Création d'un mur des problématiques avec les apprenants.  
Discussion autour des attentes et présentation.

#### 2. Introduction au SEO (45m)

Définition du SEO et de son importance dans une stratégie de référencement web (SEM).

Différence entre le SEO et le SEA .

Les fondements du référencement naturel (SEO).

#### 3. Outils & Bonnes Pratiques SEO (45m)

Outils essentiels pour un suivi SEO efficace (Google Analytics, Google Search Console, SEMrush, etc.).

Recherche de mots-clés stratégiques: méthodes et outils.

Optimisation on-page et off-page: comment optimiser l'existant ?

#### 3. Atelier pratique SEO (1h)

Étude de cas : analyse SEO d'un site web existant.

Pratique sur la recherche de mots-clés et l'optimisation/la création de contenus.

#### 4. IA & SEO ne sont pas compatibles : Mythes ou Réalité ? Comment se servir de l'IA à bon escient pour son SEO ? (15m)

Les contenus générés par IA sont-ils favorisés ou pénalisés par Google ?

Comment se prévenir des risques de la rédaction avec l'IA de contenus optimisés pour le web.

### APRÈS-MIDI (13H30 - 17H00) : GÉNÉRATION DE CONTENUS TEXTUELS AVEC L'IA

#### 1. Introduction à l'IA générative (1h)

Présentation des outils d'IA générative : ChatGPT, Perplexity, Mistral, Gemini.

Cas d'usage et meilleures pratiques de l'IA générative dans la création et l'optimisation de contenu pour le web.

#### 2. Création de contenu textuel avec l'IA (2h)

Utilisation de ChatGPT et d'autres modèles pour la rédaction de contenu.

Techniques pour obtenir un contenu très qualitatif sur lequel ne faire que des corrections mineures, tout en restant qualitatif aux yeux de Google.

Atelier pratique : rédaction d'articles de blog & optimisation on-page avec l'IA.

#### 3. Évaluation et conclusion (30 min)

Évaluation des acquis (quiz ou retour sur les projets créés).

Discussion sur l'intégration pratique de l'IA dans les processus de travail liés au SEO.



# L'IA AU SERVICE DU MARKETING DIGITAL

Ce programme vise à intégrer les fondamentaux du SEO avec les techniques les plus récentes d'intelligence artificielle, afin d'aider les participants à renforcer la visibilité en ligne de leur entreprise. Ils apprendront à optimiser leur stratégie digitale à travers une compréhension approfondie des moteurs de recherche et de leurs algorithmes.



**14 heures - 2 jours**



- Comprendre les fondamentaux du SEO et son rôle dans une stratégie de SEM complète.
- Optimiser la présence et la visibilité de son entreprise sur le web.
- Explorer et utiliser les outils de suivi et d'analyse des performances SEO.
- Découvrir les solutions d'IA pour automatiser et accélérer l'optimisation du référencement.
- S'initier à la création de prompts pertinents pour obtenir des résultats précis.
- Exploiter l'IA générative pour produire des contenus web de qualité, adaptés au SEO.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 70 % de gain de temps sur la création de contenus
- 3× plus de contenus produits sans perte de qualité
- 2 h gagnées par jour sur la planification et la publication des contenus

## PROGRAMME JOUR 2 :

### MATIN : MARKETING SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX (SMO)

#### 1. Introduction au marketing sur les réseaux sociaux (1h)

L'importance des réseaux sociaux pour les entreprises.

Présentation des principales plateformes (Facebook, Instagram, LinkedIn, TikTok), de leur spécificités et des dernières trends.

#### 2. Stratégies de communication sur les réseaux sociaux (1h)

Comment créer une stratégie de communication sur les réseaux sociaux.

L'utilité d'un plan de communication : canaux, fréquence, ToV, formats, messages clés.

Techniques pour augmenter l'engagement : storytelling, visuels impactants, CM.

#### 3. Atelier pratique réseaux sociaux (1h15m)

Élaboration d'une stratégie de contenu pour une marque fictive, ou pour la marque de l'entreprise formée.

Utilisation des outils de gestion natifs des plateformes (Meta Business Suite, LinkedIn, etc.) et introduction à d'autres outils complémentaires (Hootsuite, Buffer, Canva).

### APRÈS-MIDI : CRÉATION DE TEXTES ET D'IMAGES AVEC L'IA

#### 1. Création d'images avec l'IA (1h30)

Présentation des outils d'IA générative d'image : Midjourney, DALL-E, Flux AI.

Techniques pour rédiger des prompts visuels précis.

Techniques pour rédiger des prompts de rédaction précis et optimisés pour les réseaux sociaux en utilisant les IA de texte.

#### 2. Atelier de projet : Intégrer l'IA dans la stratégie de contenu (2h)

Travail en groupe : Élaboration d'une stratégie de contenu en utilisant des outils d'IA générative.

Création d'images et de textes pour des publications sur les réseaux sociaux.

#### 3. Keep, Improve, Start, Stop (méthode KISS) et Conclusion (30 min)

Discussion sur les points vus lors des deux journées de formation et travail sur la méthode KISS en binôme.

Echanges sur l'intégration pratique de l'IA dans les processus de travail sur les réseaux sociaux.

# L'IA AU SERVICE DU JURIDIQUE

Cette formation s'adresse aux Avocats, juristes, notaires, professionnels du droit souhaitant intégrer l'IA dans leurs pratiques.



**7 heures**



- Comprendre les usages actuels et futurs de l'IA dans le domaine juridique.
- Découvrir les modèles d'IA adaptés aux besoins des juristes.
- Utiliser l'IA pour la recherche documentaire, l'analyse de textes juridiques et la rédaction.
- Accéder rapidement aux décisions de justice, arrêts et jurisprudences grâce à l'IA.
- Tester des cas pratiques de rédaction de contrats, statuts et autres documents légaux.
- Comprendre les enjeux éthiques, légaux et de confidentialité liés à l'IA dans le domaine juridique.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 2 h 45 gagnées par contrat grâce à la rédaction automatisée
- 80 % de réduction du temps passé sur les tâches répétitives
- 90 % d'erreurs en moins dans les documents juridiques
- 5x plus rapide pour analyser et rédiger un contrat type

## PROGRAMME :

### 1. Introduction : L'IA au service du juridique (30 min)

État des lieux : Où en est l'IA dans le domaine juridique aujourd'hui ?

Les types d'IA utilisées dans le juridique (généraliste, analytique, assistive).

Avantages et limites de l'IA pour les professionnels du droit.

### 2. Panorama des modèles d'IA utiles aux juristes (1h)

Perplexity : IA spécialisée pour la recherche documentaire et veille juridique.

ChatGPT : Idéal pour la rédaction de contrats, d'avis juridiques et d'analyses.

Gemini : Manipulation de documents volumineux et synthèse d'informations.

Comparatif avec d'autres IA du marché (Mistral, Claude, Llama, Deepseek, Qwen).

### 3. Utiliser l'IA pour la recherche et l'analyse juridique (1h30)

Recherche documentaire et veille juridique avec IA :  
- Recherches approfondies via Perplexity et Bing AI.  
- Extraction et synthèse des informations pertinentes.

Accès rapide aux décisions de justice et jurisprudence :  
- Utilisation d'IA associées aux bases juridiques (Doctrine, Dalloz, Légifrance, Case Law AI).  
- Recherche de jurisprudences spécifiques avec IA.

### 4. Confidentialité, fiabilité et biais de l'IA en droit (1h)

• Fiabilité et vérification des sources : quelles précautions prendre ?

• Confidentialité et protection des données : comment utiliser l'IA en respectant la déontologie ?

Enjeux RGPD et responsabilité juridique de l'utilisation d'IA.

Biais algorithmiques et risques pour la justice.

### 5. Rédaction assistée de documents juridiques avec l'IA (1h30)

Cas d'usage concrets :

- Rédaction d'un contrat commercial avec ChatGPT.
- Génération de clauses spécifiques selon un cahier des charges.
- Analyse d'un contrat existant et détection de failles.

### 6. IA pour les notaires : génération de statuts et documents légaux (1h30)

Utiliser l'IA pour rédiger et modifier des statuts de sociétés.

Création de modèles de contrats types (vente, bail, donations, testaments).

Contrôle et correction des documents générés :

- Vérification de la cohérence juridique.
- Ajustement en fonction des réglementations locales.

### 7. Comparaison et limites de l'IA dans la pratique juridique (1h)

Comparaison entre l'IA et le travail humain en matière juridique.

Les erreurs fréquentes des IA dans la rédaction juridique.

Quand faut-il éviter d'utiliser l'IA ?

Discussion sur les futures évolutions de l'IA dans le droit.

### 8. Questions / Réponses et bilan avec la méthode KISS (30 min)

Ce que les participants vont garder (Keep), améliorer (Improve), commencer (Start) et arrêter (Stop).

Élaboration d'un plan d'action individuel : quelle IA intégrer dans son workflow dès demain ?

# L'IA POUR LES MANAGERS : MIEUX DÉCIDER, MIEUX AUTOMATISER

Cette formation s'adresse aux managers, responsables financiers, contrôleurs de gestion, consultants, cadres pilotant des données ou des projets et souhaitant intégrer l'IA dans leurs pratiques.



14 heures



- Comprendre les fondamentaux de l'IA appliquée au management, à la finance et à la performance opérationnelle.
- Utiliser l'IA pour automatiser les tâches récurrentes : reporting, prévisions, analyses de coûts.
- Maîtriser la génération automatique de rapports, la synthèse de données et la simulation de scénarios.
- Découvrir des outils d'analyse prédictive simples, exploitables depuis Excel ou Google Sheets.
- Structurer, nettoyer et valoriser ses données pour des résultats fiables avec les assistants IA.
- Mettre en pratique ces compétences via des ateliers concrets et élaborer un plan IA adapté à son équipe.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +30 % de rapidité dans la prise de décision stratégique
- 25 % de tâches managériales automatisées grâce à l'IA

## PROGRAMME JOUR 1 :

### 1. Comprendre les apports de l'IA en finance (1h)

- Différence entre automatisation classique et IA
- Outils utiles : Excel Copilot, Google Sheets + Gemini, GPTs spécialisés

### 2. Cas concrets d'automatisation (1h45)

- Simuler un budget ou une prévision de trésorerie
- Générer des écritures comptables automatiquement
- Optimiser le BFR avec un assistant IA

### 3. Atelier pratique : automatiser une tâche récurrente (1h30)

- Générer un rapport mensuel ou une analyse de coût
- Ajouter des commentaires automatiques sur un tableau Excel
- Outils : Excel + IA intégrée (Copilot)

### 4. Découvrir l'analyse prédictive sans coder (1h15)

- Estimer un cashflow ou un risque client
- Utiliser des modèles prêts à l'emploi
- Comprendre les limites si la data n'est pas propre

## PROGRAMME JOUR 2 :

### 5. Créer des rapports clairs avec IA (1h30)

- Résumer un tableau, un CRM ou des données brutes
- Rédiger un rapport ou un pitch financier automatiquement
- Outils : Gamma, Canva AI, GPT personnalisé

### 6. Faire de la veille et du benchmark avec IA (1h45)

- Trouver des indicateurs de marché ou comparer des concurrents
- Produire une fiche de synthèse sectorielle avec Perplexity

### 7. Gérer les risques liés à l'IA (1h30)

- Respecter le RGPD, éviter les biais, rester transparent
- Documenter un process IA dans une fonction financière

### 8. Atelier final : créer son plan IA finance (1h45)

- Choisir un cas d'usage IA adapté à son équipe
- Définir les outils à tester
- Créer un mini-plan d'action IA concret pour son poste

### 9. Mieux préparer ses données pour l'IA (2h)

- Comprendre comment organiser ses fichiers (Excel, CSV)
- Structurer ses tableaux pour les rendre "lisibles" par l'IA
- Repérer les erreurs ou données manquantes
- Transformer un historique de ventes ou dépenses en prévisions
- Atelier : corriger un tableau réel ? l'analyser avec Gemini ou GPT

# DÉVELOPPER SA RECHERCHE D'EMPLOI AVEC L'IA GÉNÉRATIVE

Cette formation s'adresse aux chercheurs d'emploi, personnes en reconversion, jeunes diplômés, bénéficiaires de dispositifs d'insertion



1 jour



- Comprendre les usages concrets de l'IA dans une recherche d'emploi
- Créer un CV et une lettre de motivation avec ChatGPT
- Optimiser leur profil LinkedIn avec l'IA
- Automatiser leur veille et leur suivi de candidatures
- Utiliser des prompts simples et efficaces pour interagir avec des outils d'IA



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 3x plus d'opportunités identifiées grâce à l'IA
- 60 % de gain de temps sur la rédaction de CV
- 2 h gagnées par jour sur la veille et les candidatures

## PROGRAMME :

### 1. Introduction à l'IA générative pour l'emploi (45 min)

Qu'est-ce que l'IA générative ? Présentation simple (texte, image, voix)

Pourquoi et comment l'utiliser dans sa recherche d'emploi ?

Démo de ChatGPT et autres outils utiles (Resume Worded, Canva IA...)

### 2. Créer un CV adapté à son projet avec ChatGPT (1h15)

Analyse de son parcours et de son projet pro

Création d'un CV personnalisé avec ChatGPT

Atelier : générer plusieurs styles de CV à partir d'un même profil

### 3. Rédiger une lettre de motivation différenciante (1h)

Structure d'une lettre réussie et erreurs à éviter

Prompting efficace pour rédiger rapidement une lettre personnalisée

Atelier : déclinaison d'une lettre pour plusieurs offres

### 4. Bonus express : s'entraîner à l'entretien avec l'IA (30 min)

Simuler un entretien avec ChatGPT

Analyser ses réponses et améliorer son discours

### 5. Booster sa présence sur LinkedIn avec ChatGPT (1h15)

Identifier les bons mots-clés pour son secteur

Rédiger un résumé "À propos" efficace

Atelier : transformer un CV en profil LinkedIn attractif

### 6. Automatiser et structurer sa recherche avec l'IA (1h15)

Suivre ses candidatures avec Notion + IA (modèle fourni)

Automatiser sa veille d'offres d'emploi

Générer des emails de relance personnalisés

### 7. Atelier projet : construire son plan d'action IA (45 min)

Créer sa boîte à outils IA personnelle

Établir son plan de recherche d'emploi assistée par IA

Échange en binôme et ajustements

### 8. Conclusion et évaluation (15 min)

Bilan des acquis, retour d'expérience

Remise d'un kit IA emploi (guide de prompts + outils utiles)

# COPILOT

**MICROSOFT COPILOT : UTILISER L'IA POUR OPTIMISER LA PRODUCTIVITÉ ET LA COLLABORATION SUR BING ET MICROSOFT 365**

**MICROSOFT COPILOT : FORMATION ACCÉLÉRÉE POUR OPTIMISER LA PRODUCTIVITÉ ET LA COLLABORATION SUR BING ET MICROSOFT 365 - 2 JOURS**



**Ce cours s'adresse aux professionnels, entrepreneurs, équipes projet, managers et toute personne souhaitant exploiter Microsoft Copilot pour améliorer la productivité et la collaboration**

**Pré-requis : Aucun, cependant une familiarité avec Microsoft 365 est recommandée.**



**7 heures ou 2 demies journées de 3h30**



- Comprendre les capacités et les fonctionnalités de Microsoft Copilot au sein de Microsoft 365.
- Utiliser Copilot sur Bing pour des recherches avancées et obtenir des réponses rapides.
- Exploiter Copilot dans Microsoft 365 pour accélérer la création de contenu, analyser des données et améliorer le travail collaboratif.
- Intégrer Copilot et d'autres outils d'IA dans ses processus quotidiens pour optimiser l'efficacité et la prise de décision.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 50 % de gain de temps sur les tâches bureautiques quotidiennes
- +40 % d'efficacité dans la rédaction et la gestion de documents Word et Excel
- 30 % de réunions préparées plus efficacement grâce à Copilot
- 3x plus rapide pour créer, résumer ou présenter des contenus professionnels

## PROGRAMME :

### MATIN : DÉCOUVERTE ET FONDAMENTAUX DE MICROSOFT COPILOT

#### 1. Introduction à Microsoft Copilot (30 min)

Présentation des fonctionnalités et du rôle de Copilot dans Bing et Microsoft 365.

Comment Copilot permet d'accélérer les tâches et d'améliorer la recherche d'informations.

#### 2. Utilisation de Microsoft Copilot sur Bing pour des recherches avancées (1h)

Requêtes intelligentes et capacités avancées de Copilot sur Bing.

Résumé d'articles, recherche de tendances, réponses à des questions complexes.

Cas pratique : Recherche et extraction d'informations pertinentes en fonction d'un besoin métier.

#### 3. Gain de productivité avec Copilot dans Microsoft 365 (2h)

Copilot pour Word : Génération et révision de contenu, synthèse de textes, reformulation.

Cas pratique : Rédaction automatique d'un rapport avec Copilot.

Copilot pour Excel : Analyse rapide des données, génération de formules et graphiques.

Cas pratique : Création d'un tableau de bord avec Copilot.

Copilot pour PowerPoint : Création de présentations avec génération automatique de diapositives.

Cas pratique : Génération d'une présentation avec insertion de visuels et résumés automatiques.

#### 4. Projet combiné : synthèse des acquis de la matinée (30 min)

Exercice pratique : Création d'un document de travail en exploitant Copilot (texte, données, présentation).

### APRÈS - MIDI : approfondissement et applications avancées

#### 5. Collaboration et transcription automatique avec l'IA (1h)

Utilisation de Copilot dans Microsoft Teams :

Résumé de réunions en direct et création automatique de points d'action.

Synthèse des conversations pour un gain de temps maximal.

Autres outils de transcription basés sur l'IA :

tl;dv : Génération automatique de résumés de réunions avec transcription intelligente.

Fireflies.ai : Enregistrement et analyse de réunions, identification des tâches et points clés.

Cas pratique : Test d'un outil de transcription sur un extrait de réunion et analyse des résultats.

#### 6. Exploration des fonctionnalités avancées de Copilot sur Bing et Perplexity (1h)

Recherche approfondie et analyses stratégiques en temps réel avec Bing.

Utilisation de Perplexity pour structurer des réponses et obtenir des insights détaillés.

Cas pratique : Réalisation d'une étude de marché rapide avec Copilot.

#### 7. Sécurité et bonnes pratiques avec Microsoft Copilot (30 min)

Protection des données et confidentialité dans Microsoft 365.

Gestion des accès et conformité avec le RGPD.

#### 8. Pratique et session de Questions/Réponses (30 min)

Réalisation d'un exercice libre pour expérimenter Copilot sur un cas métier propre à chaque participant.

Q/R sur les points techniques et les cas d'usages spécifiques.

#### 9. Bilan et méthodologie KISS (30 min)

Méthode KISS (Keep, Improve, Start, Stop) :

Ce que les participants vont conserver de la formation.

Ce qu'ils vont améliorer dans leur façon d'utiliser Copilot.

Ce qu'ils vont commencer à faire pour optimiser leur travail.

Ce qu'ils vont arrêter pour éviter des pertes de temps.

Plan d'action pour intégrer Copilot dans les processus quotidiens.



# MICROSOFT COPILOT - UTILISER L'IA POUR OPTIMISER LA PRODUCTIVITÉ ET LA COLLABORATION SUR BING ET MICROSOFT 365 - 2 JOURS

Ce cours s'adresse aux professionnels, entrepreneurs, équipes projet, managers et toute personne souhaitant exploiter Microsoft Copilot pour améliorer la productivité et la collaboration

**Pré-requis :** Aucun, cependant une familiarité avec Microsoft 365 est recommandée.



14 heures



- Comprendre les fonctionnalités de Copilot et son intégration dans Microsoft 365.
- Utiliser Copilot sur Bing pour rechercher, synthétiser et analyser des informations.
- Tirer parti de Copilot dans Word, Excel, PowerPoint et Teams pour rédiger plus vite, structurer ses idées et améliorer la collaboration.
- Intégrer Copilot dans son quotidien professionnel pour mieux s'organiser et mieux communiquer.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 50 % de gain de temps sur les tâches bureautiques quotidiennes
- +40 % d'efficacité dans la rédaction et la gestion de documents Word et Excel
- 30 % de réunions préparées plus efficacement grâce à Copilot
- 3x plus rapide pour créer, résumer ou présenter des contenus professionnels

## PROGRAMME JOUR 1 :

### MATIN : INTRODUCTION ET PRISE EN MAIN DE MICROSOFT COPILOT

#### 1. INTRODUCTION À MICROSOFT COPILOT ET SON RÔLE (45 MIN)

Présentation des capacités de Copilot.

Les domaines où Copilot peut réellement aider les professionnels.

Différence entre Copilot dans Bing et Copilot dans Microsoft 365.

#### 2. EXPLORER LES CAPACITÉS DE COPILOT SUR BING (1H30)

Synthèse automatique d'articles, tendances, comparaison de sources.

Recherche efficace : comment poser les bonnes questions à Copilot ?

Cas pratique : utiliser Bing Copilot pour analyser un sujet complexe et en tirer un rapport clair.

#### 3. PREMIERS PAS AVEC COPILOT DANS MICROSOFT 365 (1H15)

Présentation des outils intégrés à Word, Excel et PowerPoint.

Exploration des possibilités de rédaction, structuration et reformulation de contenus.

Atelier pratique : écrire un document avec Copilot dans Word.

### APRÈS-MIDI : STRUCTURER ET AMÉLIORER SES DOCUMENTS AVEC COPILOT

#### 4. Optimiser ses écrits avec Copilot dans Word (1h30)

Rédaction et reformulation assistées (emails, rapports, notes de synthèse).

Comment affiner les suggestions de Copilot pour des résultats plus précis.

Cas pratique : rédaction et amélioration d'un rapport.

#### 5. Synthétiser et analyser des données avec Copilot dans Excel (1h30)

Explorer les tendances et structurer des données rapidement.

Présentation des outils d'aide à la décision (tableaux de bord, résumé de données).

Cas pratique : création et analyse d'un tableau avec Copilot.

#### 6. Projet de fin de journée : structurer un dossier complet (30 min)

Création d'un document structuré intégrant du texte (Word), des chiffres (Excel) et des visuels (PowerPoint).

# MICROSOFT COPILOT - UTILISER L'IA POUR OPTIMISER LA PRODUCTIVITÉ ET LA COLLABORATION SUR BING ET MICROSOFT 365 - 2 JOURS

Ce cours s'adresse aux professionnels, entrepreneurs, équipes projet, managers et toute personne souhaitant exploiter Microsoft Copilot pour améliorer la productivité et la collaboration

**Pré-requis :** Aucun, cependant une familiarité avec Microsoft 365 est recommandée.



14 heures



- Comprendre les fonctionnalités de Copilot et son intégration dans Microsoft 365.
- Utiliser Copilot sur Bing pour rechercher, synthétiser et analyser des informations.
- Tirer parti de Copilot dans Word, Excel, PowerPoint et Teams pour rédiger plus vite, structurer ses idées et améliorer la collaboration.
- Intégrer Copilot dans son quotidien professionnel pour mieux s'organiser et mieux communiquer.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 50 % de gain de temps sur les tâches bureautiques quotidiennes
- +40 % d'efficacité dans la rédaction et la gestion de documents Word et Excel
- 30 % de réunions préparées plus efficacement grâce à Copilot
- 3x plus rapide pour créer, résumer ou présenter des contenus professionnels

## PROGRAMME JOUR 2 :

### MATIN : COLLABORATION ET EFFICACITÉ AU TRAVAIL

#### 1. AMÉLIORER SA COMMUNICATION AVEC COPILOT DANS TEAMS ET OUTLOOK (1H30)

Génération et amélioration d'emails (réponses rapides, résumé de discussions).

Prise de notes intelligente et organisation des réunions.

Cas pratique : résumer une discussion Teams et rédiger un compte-rendu d'email.

#### 2. CONSTRUIRE DES PRÉSENTATIONS IMPACTANTES AVEC COPILOT DANS POWERPOINT (1H30)

Création de présentations à partir de textes bruts.

Ajout automatique d'éléments visuels et de diapositives pertinentes.

Cas pratique : création d'une présentation d'entreprise avec Copilot.

#### 3. STRUCTURER SON ORGANISATION PERSONNELLE AVEC COPILOT (30 MIN)

Gestion des priorités et planification avec Copilot.

Cas pratique : réaliser une liste de tâches et prioriser ses actions.

### APRÈS-MIDI : APPLICATIONS MÉTIERS ET BONNES PRATIQUES

#### 4. ADAPTATION DE COPILOT À DIFFÉRENTS MÉTIERS (1H30)

Exemples concrets d'utilisation en marketing, finance, RH, gestion de projet.

Atelier personnalisé : chaque participant applique Copilot à son propre métier.

#### 5. BONNES PRATIQUES ET LIMITES DE COPILOT (1H30)

Comprendre et éviter les biais de l'IA.

Confidentialité et sécurité des données avec Copilot.

Cas pratique : détecter et éviter les erreurs courantes.

#### 6. SYNTHÈSE, PLAN D'ACTION ET QUESTIONS-RÉPONSES (30 MIN)

Bilan des acquis et discussion sur l'intégration concrète de Copilot dans le travail quotidien.

Plan d'action personnalisé pour chaque participant.

# MISTRAL

**MISTRAL AU SERVICE DE LA GESTION DE  
PROJET**

**MISTRAL AU SERVICE DES ENTREPRISES**

# MISTRAL AU SERVICE DE LA GESTION DE PROJET

Cette formation s'adresse aux chefs de projet, responsables d'équipe et professionnels de la gestion de projet souhaitant intégrer l'intelligence artificielle, notamment les modèles Mistral, pour optimiser la planification, la coordination et le pilotage de leurs projets.



7 heures



- Acquérir les compétences pour piloter un projet IA de bout en bout.
- Comprendre les enjeux techniques, financiers et humains d'un projet réalisé avec l'IA.
- Intégrer la plateforme Mistral dans les workflows de gestion de projet.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 40 % de gain de temps sur la planification et le suivi des projets
- 3x plus rapide pour rédiger comptes rendus et synthèses de réunion
- +35 % de précision dans la gestion des priorités et des deadlines
- 25 % de tâches administratives automatisées par l'IA
- 2 h gagnées par jour sur la coordination d'équipe et les reportings

## PROGRAMME

### Matin

#### 1. Introduction à la gestion de projet IA

- Comprendre les différences entre un projet classique et un projet IA.
- Rôles et responsabilités dans une équipe IA.

#### 2. Découverte de Mistral

- Présentation de la plateforme Mistral et de ses fonctionnalités.
- Avantages des modèles Mistral pour les entreprises.
- Cas d'usage pertinents dans différents secteurs.

#### 3. Planification d'un projet IA avec Mistral

- Identification des besoins et définition des objectifs du projet.
- Rédaction du cahier des charges IA : étapes, livrables et échéances.
- Cas pratique : création d'un plan de projet fictif.

### Après-midi

#### 1. Développement d'un Flux Multi-Agents Complet

- Assemblage de plusieurs agents en un écosystème collaboratif.
- Coordination, gestion des rôles, transfert de contexte et résolution de conflits entre agents.

#### 2. Études de Cas et Automatisation de Processus

- Mise en pratique à travers des scénarios réels (service client, recommandation de produits).
- Analyse de l'efficacité, de l'optimisation des flux et de la facilité de maintenance.

#### 3. Conclusion, Bonnes Pratiques et Ressources Supplémentaires

- Récapitulatif des notions abordées.
- Partage de conseils pour pérenniser et améliorer son workflow IA.
- Présentation de ressources (communautés, documentations, tutoriels) pour aller plus loin.

# MISTRAL AU SERVICE DES ENTREPRISES

Cette formation s'adresse aux professionnels et dirigeants d'entreprise souhaitant découvrir et exploiter le potentiel des modèles d'IA français, notamment Mistral, pour améliorer leurs processus, innover et gagner en compétitivité



7 heures



- Comprendre les capacités des modèles de langage Mistral dans un contexte professionnel.
- Identifier les cas d'usage pertinents pour l'entreprise.
- Planifier et déployer des projets IA basés sur les modèles Mistral.
- Analyser le retour sur investissement (ROI) des solutions IA.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +40 % de productivité moyenne après adoption de l'IA
- 10 à 15 h gagnées par semaine grâce à l'automatisation des tâches
- 3x plus rapide pour rédiger, analyser et synthétiser des documents

## PROGRAMME

### MATIN : COMPRENDRE ET EXPLORER MISTRAL

#### 1 : Introduction aux modèles de langage

Comprendre les modèles de langage (LLM) et leur rôle.

Spécificités des modèles Mistral : architecture, performances, cas d'usage.

Comparaison avec d'autres solutions IA du marché.

#### 2 : Les capacités de Mistral pour l'entreprise

Cas d'usage dans différents secteurs (santé, finance, industrie, retail).

Fonctionnalités clés : automatisation, analyse textuelle, création de contenus, etc.

Atelier pratique : exploration d'exemples pré-paramétrés sur Mistral.

#### 3 : Démonstration technique

Utilisation de l'interface Mistral : accès, prise en main et configuration.

Démonstration en direct : génération de texte, analyse de sentiment, extraction d'informations.

Cas pratique : mise en pratique.

### APRÈS MIDI : METTRE EN PLACE UN PROJET IA AVEC MISTRAL

#### 1 : Identifier les opportunités et les risques

Analyse des besoins de l'entreprise : où et comment l'IA peut s'intégrer.

Identification des risques : biais des modèles, sécurité des données, réglementations (RGPD).

Bonnes pratiques pour un usage éthique et responsable.

#### 2 : Intégration de Mistral dans les systèmes existants

Outils et infrastructures nécessaires pour déployer Mistral.

Intégration avec d'autres technologies : CRM, ERP, bases de données, API.

Cas pratique : conception d'une architecture d'intégration.

#### 3 : Planification et mesure du ROI

Méthodes pour évaluer les coûts et les bénéfices des projets IA.

Indicateurs clés de performance (KPI) pour mesurer l'efficacité.

Cas pratique : simulation d'étude de rentabilité.

# FLUX

**ALLER AU-DELÀ DE MIDJOURNEY AVEC  
FLUX SUR KREA.AI**



# ALLER AU-DELÀ DE MIDJOURNEY AVEC FLUX SUR KREA.AI

Cette formation s'adresse aux professionnels du design, du marketing, de la communication et aux créatifs souhaitant aller bien plus loin qu'avec Midjourney en utilisant Flux, un modèle puissant de génération d'images, accessible sur la plateforme Krea.ai.

## Pré requis :

- Avoir suivi une formation sur Midjourney ou posséder des connaissances de base sur la génération d'images avec l'IA.
- Disposer d'un compte sur Discord et Midjourney.
- Connaître les bases du prompt engineering.



**7 heures**



- Comprendre les différences et complémentarités entre Midjourney et Flux.
- Exploiter Flux sur la plateforme Krea.ai pour générer des images plus précises et interactives.
- Automatiser et optimiser leur workflow de création d'images IA.
- Expérimenter des approches hybrides combinant plusieurs IA pour améliorer la qualité et la personnalisation des images.
- Intégrer Flux et Midjourney dans leur processus de travail professionnel.



- 75% de pratique dans chaque formation
- 3x plus de créativité dans la production visuelle
- 60% de gain de temps sur la création et la retouche d'images
- 2h gagnées par projet grâce à l'automatisation des prompts et variantes

## PROGRAMME :

### 1. Introduction : pourquoi aller au-delà de Midjourney ? (30 min)

Rappel du fonctionnement de Midjourney et de ses limites.

Présentation de Flux et Krea.ai :

Flux : un modèle avancé de génération d'images IA.

Krea.ai : la plateforme permettant d'utiliser Flux avec un contrôle créatif accru.

Exemples concrets de workflows combinant Midjourney et Flux.

### 2. Prise en main de Flux sur Krea.ai : configuration et découverte des outils (1h30)

Création et configuration d'un compte sur Krea.ai.

Présentation de l'interface et des principales fonctionnalités.

Différences fondamentales avec Midjourney : contrôle créatif, réinterprétation, édition plus fine.

**Cas pratique :** première génération d'images avec Flux sur Krea.ai.

### 3. Techniques avancées avec Flux sur Krea.ai : maximiser la qualité et la personnalisation (2h30)

Manipulation des paramètres avancés : lumière, composition, textures, détails fins.

Prompt engineering avancé pour obtenir des images ultra précises.

Intégration de références visuelles et techniques de retouches automatiques.

**Cas pratique :** expérimentation avec différents styles et paramètres avancés. **Génération de modèles 3D et génération en temps réel !**

### 4. Combiner Flux avec d'autres outils IA pour un workflow optimisé (1h)

Optimisation des rendus pour le marketing, les réseaux sociaux et l'impression.

Création d'images cohérentes pour des campagnes visuelles et branding.

**Cas pratique :** workflow type d'un designer ou d'un marketeur avec Flux.

### 5. Automatisation et création en masse avec l'IA (45min)

Automatisation avec des scripts et API sur Krea.ai.

Génération en lot et workflows semi-automatisés.

**Cas pratique :** mise en place d'un processus d'automatisation de production avec Flux sur Krea.ai.

### 6. Projet final et feedback collectif (45min)

Création d'une série d'images cohérentes pour un projet spécifique.

Présentation et feedback en groupe.

Évaluation des acquis et plan d'action pour l'intégration de Flux sur Krea.ai dans un workflow professionnel.

# SEO, GSO & GEO

**PROGRAMME IA ET RÉFÉRENCIEMENT  
(SEO, GSO ET GEO) - 1 JOUR**

**PROGRAMME IA ET RÉFÉRENCIEMENT  
(SEO, GSO ET GEO) - 2 JOURS**

# PROGRAMME IA ET RÉFÉRENCIEMENT (SEO, GSO ET GEO) - 1 JOUR

Cette formation s'adresse aux professionnels du marketing, de la communication et du digital souhaitant maîtriser les nouvelles stratégies de référencement à l'ère de l'intelligence artificielle et de la recherche générative.



**7 Heures**



- Comprendre l'évolution du SEO vers la GSO (Generative Search Optimization) et ses impacts sur la visibilité en ligne
- Exploiter l'intelligence artificielle pour créer du contenu optimisé, pertinent et naturel, adapté aux moteurs de recherche nouvelle génération
- Concevoir des prompts efficaces pour générer des textes, FAQ, extraits enrichis et contenus IA-first
- Piloter la performance SEO à l'aide d'outils intelligents d'analyse, d'audit et de production automatisée
- Anticiper les mutations du référencement liées à l'émergence de technologies comme ChatGPT, Gemini ou Perplexity
- Renforcer sa stratégie digitale et développer sa marque personnelle



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +60 % de gain de temps sur la recherche et l'optimisation de mots-clés
- 3x plus de contenus optimisés produits en une journée

## PROGRAMME :

### MATIN : SEO & IA : ANTICIPER LA RÉVOLUTION DE LA RECHERCHE GÉNÉRATIVE

#### 1. Rappel express des fondamentaux SEO et évolution des SERP

- Brève révision des piliers du SEO (technique, contenu, maillage, backlinks)
- Mutation des moteurs de recherche : IA générative, réponse conversationnelle, Gemini, Perplexity, etc.

#### 2. Générative Search Optimisation (GSO) : comprendre les enjeux

- Fonctionnement des moteurs IA : sources d'information, types de résultats générés
- Bonnes pratiques pour être visible dans les réponses IA (FAQ, structuration, contenu conversationnel)

#### 3. Atelier pratique : audit SEO + repérage d'opportunités IA

- Analyse rapide d'un site ou d'un contenu existant.
- Identification de requêtes et thématiques ciblées par les IA.
- Reformulation optimisée pour la visibilité dans les résultats génératifs.

### APRÈS - MIDI : IA GÉNÉRATIVE ET SEO : MÉTHODOLOGIE, PRODUCTION ET PILOTAGE DE LA PERFORMANCE

#### 4. Prompt Engineering avancé appliqué au SEO

- Structure d'un prompt efficace : rôle, objectif, ton, format, contraintes.
- Exemples concrets : génération de titres, FAQ, articles longs, extraits enrichis.
- Comparaison des principaux outils : ChatGPT, Claude, Perplexity, Mistral, Gemini.

#### 5. Atelier : création de contenu optimisé pour la recherche IA

- Production de contenus "IA-first" : structuration SEO-friendly, style naturel, richesse sémantique.
- Tests comparatifs sur plusieurs moteurs IA (input / output).
- Optimisation et itération des prompts selon les résultats obtenus.

#### 6. Évaluation finale et restitution\*

- Test de cohérence et de visibilité dans les moteurs IA.
- Synthèse des meilleures pratiques observées.
- Livrables remis : modèles de prompts, checklist d'optimisation, ressources de veille.
- Session Q/A, retours et plan d'action post-formation.

# PROGRAMME IA ET RÉFÉRENCEMENT (SEO, GSO ET GEO) - 2 JOUR

Cette formation s'adresse aux professionnels du marketing, de la communication et du digital souhaitant maîtriser les nouvelles stratégies de référencement à l'ère de l'intelligence artificielle et de la recherche générative.



14 Heures



- Comprendre l'évolution du SEO vers la GSO (Generative Search Optimization) et ses impacts sur la visibilité en ligne
- Exploiter l'intelligence artificielle pour créer du contenu optimisé, pertinent et naturel, adapté aux moteurs de recherche nouvelle génération
- Concevoir des prompts efficaces pour générer des textes, FAQ, extraits enrichis et contenus IA-first
- Piloter la performance SEO à l'aide d'outils intelligents d'analyse, d'audit et de production automatisée
- Anticiper les mutations du référencement liées à l'émergence de technologies comme ChatGPT, Gemini ou Perplexity
- Renforcer sa stratégie digitale et développer sa marque personnelle



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +60 % de gain de temps sur la recherche et l'optimisation de mots-clés
- 3x plus de contenus optimisés produits en une journée

## PROGRAMME :

### JOUR 1 - FONDAMENTAUX DU SEO & INTRODUCTION À L'IA GÉNÉRATIVE

#### MATIN : ACCULTURATION À L'IA DANS L'ÉDUCATION

- Comprendre les fondamentaux du SEO et ses trois piliers : technique, contenu et popularité
- Maîtriser les bonnes pratiques on-page et off-page pour améliorer la visibilité d'un site
- Découvrir et savoir utiliser les principaux outils SEO (Google Search Console, SEMrush, Ubersuggest, Ahrefs...)
- Réaliser un audit SEO de base et une analyse concurrentielle pour identifier les axes d'optimisation

#### APRÈS-MIDI : PREMIÈRES MISES EN PRATIQUE

- Comprendre le fonctionnement et les enjeux des modèles d'IA générative appliqués à la création de contenu
- Découvrir les principaux outils d'IA et leurs usages pour la production SEO (ChatGPT, Claude, Perplexity, Mistral, Gemini...)
- Apprendre à concevoir des prompts efficaces pour générer des contenus optimisés (titres, méta-descriptions, articles, etc.)
- Évaluer la qualité et la performance SEO des contenus produits par l'IA selon les bonnes pratiques professionnelles

### JOUR 2 : STRATÉGIE GSO / GEO & OPTIMISATION AVEC L'IA

#### MATIN : OUTILS AVANCÉS ET GPTS PERSONNALISÉS

- Comprendre les principes et enjeux de la Generative Search Optimisation (GSO) dans l'évolution du SEO
- Identifier le fonctionnement des moteurs d'IA (ChatGPT, Gemini, Perplexity...) et leurs critères de sélection des contenus
- Reconnaître les types de contenus favorisés dans les résultats génératifs et savoir les adapter
- Mettre en pratique la réécriture et la structuration de pages optimisées pour la compréhension et la valorisation par l'IA

#### APRÈS-MIDI : STRATÉGIE ET PLAN D'ACTION

- Mettre en pratique les acquis à travers un mini-projet combinant SEO et IA générative
- Réaliser un audit rapide et générer des contenus optimisés (titres, textes, FAQ, structuration SEO-friendly)
- Tester et analyser la visibilité des contenus sur différents moteurs IA (Gemini, Perplexity, etc.)
- Présenter les résultats, échanger sur les bonnes pratiques et repartir avec des livrables concrets : prompts, checklist et outils de veille

# LES AGENTS IA

**AGENT IA EN ACTION - CONCEVEZ ET DÉPLOYEZ VOTRE PREMIER AGENT IA**

**AGENTS IA, COPILOTS ET AUTOMATISATION : MAÎTRISE DE MICROSOFT 365 COPILOT ET COPILOT STUDIO**

# AGENT IA EN ACTION CONCEPTION ET DEPLOIEMENT

Cette formation s'adresse aux chefs de projet, responsables d'équipe et professionnels souhaitant intégrer l'IA agentique dans leurs pratiques. Elle est idéale pour celles et ceux qui veulent optimiser la planification, la coordination et l'exécution de leurs workflows grâce à des agents d'IA autonomes.



**7 heures**



- Comprendre les principes clés de l'IA agentique appliqués à la gestion de projet.
- Identifier les cas d'usage pertinents et les limites des modèles Mistral pour le pilotage.
- Intégrer un agent basé sur Mistral dans un workflow métier pour améliorer la coordination.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- 45 % de temps gagné sur la planification et l'orchestration des tâches
- 3x plus rapide pour produire comptes rendus et synthèses
- +40 % de précision dans l'identification des priorités et risques
- 30 % de tâches répétitives automatisées par un agent IA
- 2 h économisées par jour sur la coordination et le reporting

## PROGRAMME

### **Matin – Comprendre les agents d'IA**

#### **1. Introduction à l'IA agentique**

- Définition et fonctionnement d'un agent IA autonome.
- Différences principales avec un chatbot ou un LLM classique.
- Exemples d'usages concrets dans différents métiers.

#### **2. Architecture d'un agent IA**

- Présentation des briques essentielles : modèle, mémoire, outils, orchestration.
- Logique d'interaction entre ces composants.
- Aperçu des frameworks et environnements d'agent les plus courants.

#### **3. Démonstration d'un agent IA**

- Illustration du fonctionnement : analyse, planification, exécution d'actions.
- Identification des forces et limites observables.
- Discussion rapide autour de la fiabilité et des besoins de supervision.

#### **4. Cas d'usage et limites**

- Situations métier pertinentes pour déployer un agent IA.
- Critères pour choisir un bon cas d'usage.
- Points de vigilance : risques, contraintes techniques, organisationnelles ou réglementaires.

### **Après-midi – Concevoir et tester un agent IA**

#### **5. Conception d'un agent IA**

- Choix d'un cas d'usage métier proposé par les participants.
- Définition des objectifs, entrées/sorties et actions de l'agent.
- Construction d'un schéma fonctionnel simple.

#### **6. Manipulation d'un agent IA**

- Prise en main d'un outil no-code ou d'une interface dédiée.
- Test d'un agent : exécution d'un scénario, observation des résultats.
- Ajustements de base pour optimiser le comportement.

#### **7. Intégration dans un workflow métier**

- Analyse des possibilités d'intégration dans un processus existant.
- Étapes clés pour un premier déploiement pilote.
- Bonnes pratiques de suivi et d'amélioration continue.



# AGENT IA COPILOT MAÎTRISE DE COPILOT (MICROSOFT 365 & STUDIO)

Cette formation s'adresse aux chefs de projet, responsables d'équipe, collaborateurs métiers et professionnels souhaitant intégrer Microsoft 365 Copilot et Copilot Studio dans leurs pratiques quotidiennes. Elle est idéale pour celles et ceux qui veulent optimiser la recherche d'information, la production de contenus, la collaboration et l'automatisation de workflows grâce aux copilots Microsoft et à la création d'agents IA personnalisés au sein de leur organisation.



**7 heures**



- Comprendre les bases et le fonctionnement de Microsoft 365 Copilot et Copilot Studio, ainsi que leur intérêt pour la productivité.
- Identifier les cas d'usage les plus pertinents et les principales limites des copilots dans les activités professionnelles.
- Créer et intégrer un agent personnalisé via Copilot Studio pour automatiser un workflow métier et améliorer la coordination des équipes.



- 75 % de pratique dans chaque formation
- +25 % à +40 % de productivité grâce à l'automatisation de workflows IA.
- Jusqu'à 50 % de réduction du temps de cycle sur certains processus métiers.
- ROI de +100 % à +350 % sur 3 ans après déploiement d'agents et copilots IA.

## PROGRAMME

### **Matin – Comprendre les agents d'IA**

#### **1. Introduction à l'IA agentique**

- Définition et fonctionnement d'un agent IA autonome.
- Différences principales avec un chatbot ou un LLM classique.
- Exemples d'usages concrets dans différents métiers.

#### **2. Architecture d'un agent IA**

- Présentation des briques essentielles : modèle, mémoire, outils, orchestration.
- Logique d'interaction entre ces composants.
- Aperçu des frameworks et environnements d'agent les plus courants.

#### **3. Démonstration d'un agent IA**

- Illustration du fonctionnement : analyse, planification, exécution d'actions.
- Identification des forces et limites observables.
- Discussion rapide autour de la fiabilité et des besoins de supervision.

#### **4. Cas d'usage et limites**

- Situations métier pertinentes pour déployer un agent IA.
- Critères pour choisir un bon cas d'usage.
- Points de vigilance : risques, contraintes techniques, organisationnelles ou réglementaires.

### **Après-midi – Concevoir et tester un agent IA**

#### **5. Conception d'un agent IA**

- Choix d'un cas d'usage métier proposé par les participants.
- Définition des objectifs, entrées/sorties et actions de l'agent.
- Construction d'un schéma fonctionnel simple.

#### **6. Manipulation d'un agent IA**

- Prise en main d'un outil no-code ou d'une interface dédiée.
- Test d'un agent : exécution d'un scénario, observation des résultats.
- Ajustements de base pour optimiser le comportement.

#### **7. Intégration dans un workflow métier**

- Analyse des possibilités d'intégration dans un processus existant.
- Étapes clés pour un premier déploiement pilote.
- Bonnes pratiques de suivi et d'amélioration continue.