



# ACCELIA

**ACCÉLÉREZ VOS PROJETS AVEC L'IA**

Audit • Conseil • Formation IA



**+57 minutes gagnées par jour en moyenne par  
salarié utilisant l'IA** (Étude Artefact & Odoxa, 2025)

[www.accelia.io](http://www.accelia.io)  
+33 6 88 84 41 24  
[fanny@accelia.io](mailto:fanny@accelia.io)



Catalogue 2026

# Comprendre avant d'agir

Avant tout, il est essentiel de comprendre vos pratiques actuelles. Grâce à un audit précis, nous identifions vos points forts, vos zones de friction et les leviers d'amélioration pour bâtir un plan d'action adapté à vos besoins.



## NOTRE APPROCHE :

- **Diagnostic** de vos processus actuels
- Identification des **pertes de temps**
- **Plan d'action** personnalisé et chiffré
- **Recommandations** concrètes

**Objectif** : construire une feuille de route claire, pour lancer vos projets IA.



Lors d'un audit IA, nous identifions en moyenne **3 à 5 leviers** pour économiser plusieurs jours de travail par mois.

## Formations IA

À la fin de chaque formation, les participants repartent avec des cas d'usages adaptés à leur métier, **immédiatement applicables**.

### FORMATS POSSIBLES :

- Session demi-journée (3h30)
- Session journée complète (7h)
- Format sur mesure (selon vos besoins)

*Si l'un des stagiaires est en situation de handicap ou que vous avez des besoins particuliers (rythme, format, supports), n'hésitez pas à nous le signaler dès maintenant afin que nous puissions adapter l'accompagnement.*



## NOS PARCOURS :



Nom	Durée	Pré-requis	Résumé
<b>Introduction à l'IA</b>	1 jour	Aucun	Découvrir les bases de l'IA, ses usages professionnels et ses limites.
<b>Devenir un expert de l'IA Générative</b>	1 jour	Aucun	Approfondir les techniques avancées de prompting et d'exploitation des modèles d'IA.
<b>Approfondissement ChatGPT</b>	1 jour	Bases en IA générative	Maîtriser les usages avancés de ChatGPT pour un travail plus rapide et précis.
<b>Approfondissement Claude</b>	1 jour	Bases en IA générative	Maîtriser les usages avancés de Claude pour un travail plus rapide et précis.
<b>Optimiser son utilisation de Copilot</b>	1 jour	Bases Microsoft 365	Apprendre à accélérer toute sa bureautique et ses analyses grâce à Copilot.
<b>Création d'un agent IA pour rédiger des Newsletters</b>	1 jour	Bases marketing / rédaction	Automatiser et améliorer la rédaction de newsletters cohérentes et engageantes.

# Introduction à l'Intelligence Artificielle

**Comprendre les bases, les usages professionnels et adopter une utilisation responsable de l'IA.**

### Pré-requis :

Aucun pré-requis technique.

**Public :** dirigeants, managers, chefs de projet, collaborateurs, fonctions support (RH, marketing, administratif) souhaitant comprendre les enjeux de l'IA et l'utiliser de manière pertinente et responsable dans leur activité professionnelle.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- comprendre les fondamentaux de l'intelligence artificielle et ses limites
- identifier des cas d'usage concrets et utiles dans son activité professionnelle
- repérer les opportunités de gains de temps et d'efficacité dans son organisation
- comprendre les risques liés à une utilisation non maîtrisée de l'IA
- adopter une démarche d'usage responsable, éthique et sécurisée
- construire une première feuille de route IA réaliste et pragmatique pour son équipe

### Méthodes pédagogiques utilisées :

- apports théoriques courts et accessibles
- démonstrations d'outils d'IA générative
- études de cas concrets issus de PME et startups
- ateliers collectifs et travaux en sous-groupes
- échanges interactifs et retours d'expérience

**Modalités d'évaluation :** QCM en fin de formation

#### Tarifs

1 200€

#### Modalités

Présentiel

#### Durée

1 jour

#### Délais

1 mois

sans prise en compte  
du délai des OPCO

# FORMATION 1 : INTRODUCTION À L'IA

## Programme de la formation (1 jour – 7h)

### Matin – Comprendre l'IA et ses usages professionnels :

#### 1. Comprendre ce qu'est réellement l'intelligence artificielle

- définitions simples et accessibles
- ce que l'IA fait... et ne fait pas, mythes, fantasmes et réalités
- panorama des grandes familles d'IA

#### 2. Panorama des usages professionnels de l'IA

- productivité individuelle, automatisation de tâches
- aide à la rédaction et à la communication
- analyse et synthèse d'informations
- aide à la prise de décision

*Études de cas concrets (PME / startups)*

#### 3. Focus sur l'IA générative

- fonctionnement général, capacités actuelles
- limites structurelles, zones de vigilance

*Démonstrations d'outils d'IA générative*

### Après-midi – Usage raisonné, risques et mise en pratique :

#### 4. Risques d'une utilisation non maîtrisée de l'IA

- erreurs factuelles et hallucinations, biais et effets de confirmation
- dépendance cognitive et perte d'esprit critique
- confidentialité et données sensibles

*Exemples concrets de dérives et mauvaises pratiques*

#### 5. Évaluer la fiabilité d'une réponse générée par l'IA

- signaux d'alerte, méthodes de vérification
- bonnes pratiques de relecture humaine
- contrôle qualité et validation des contenus

*Atelier : analyse critique de réponses générées par l'IA*

#### 6. IA, éthique et cadre légal

- principes d'une IA responsable
- RGPD et IA : limites et responsabilités
- bonnes pratiques d'usage en entreprise

#### 7. Identifier les opportunités d'efficacité dans son organisation

- repérer les tâches chronophages, prioriser les cas d'usage pertinents
- éviter l'automatisation inutile

*Atelier collectif d'identification d'opportunités*

#### 8. Construire une feuille de route IA pragmatique

- objectifs réalistes, cadre d'usage responsable, premières actions concrètes

*Livrable : plan d'action IA personnalisé*

# Devenir un expert de l'IA générative

**Exploiter pleinement les modèles d'IA pour gagner en qualité, fiabilité et efficacité**

### Pré-requis :

Avoir une première expérience d'utilisation des outils d'IA générative (ex : ChatGPT, Claude, Copilot) dans un cadre professionnel.

**Public :** Collaborateurs, managers, dirigeants, fonctions support souhaitant professionnaliser leurs usages de l'IA générative et améliorer durablement la qualité de leurs productions.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- comprendre le fonctionnement avancé des modèles d'IA générative
- exploiter les modèles au-delà des usages basiques
- concevoir des prompts efficaces, fiables et reproductibles
- adapter son approche selon l'outil, le contexte et l'objectif
- améliorer la qualité, la cohérence et la précision des réponses générées
- structurer un usage expert et durable de l'IA dans son activité

### Méthodes pédagogiques utilisées :

- apports théoriques ciblés et illustrés
- démonstrations en direct (ChatGPT, Claude, Copilot)
- exercices guidés et mises en pratique individuelles
- analyse et optimisation de prompts existants
- études de cas métiers (marketing, RH, gestion, direction)
- ateliers de production et d'itération

**Modalités d'évaluation :** QCM en fin de formation

#### Tarifs

1 200€

#### Modalités

Présentiel

#### Durée

1 jour

#### Délais

1 mois

sans prise en compte  
du délai des OPCO

# FORMATION 2 : DEVENIR UN EXPERT DE L'IA GÉNÉRATIVE

## Programme de la formation (1 jour – 7h)

### Matin – Comprendre et maîtriser les modèles d'IA générative

#### 1. Comprendre le fonctionnement avancé des IA génératives

- comment “raisonne” un modèle de langage
- forces et limites structurelles des LLM
- pourquoi un même prompt peut produire des résultats différents
- biais, hallucinations et variabilité des réponses

#### 2. Panorama des outils et modèles d'IA générative

- spécificités de ChatGPT, Claude, Copilot : forces et faiblesses, choisir le bon outil
- limites liées aux données, à la confidentialité et à la sécurité

*Démonstrations comparatives en direct*

#### 3. Penser comme un expert de l'IA générative

- passer d'un usage intuitif à un usage stratégique, structurer ses demandes
- intégrer des logiques de contrôle et de validation
- éviter la dépendance cognitive

### Après-midi – Prompt engineering avancé et exploitation experte

#### 4. Les bases solides du prompt engineering

- rôle, logique et limites du prompt
- les 5 structures essentielles : rôle, contexte, objectif, contraintes, format
- erreurs fréquentes et bonnes pratiques

#### 5. Techniques avancées de prompting

- prompts itératifs et progressifs, enchaînement de prompts, méta-prompts, prompts de relecture, d'audit et d'amélioration, prompts orientés fiabilité et qualité

*Atelier : optimisation de prompts existants*

#### 6. Adapter ses prompts selon l'outil et le cas d'usage

- différences d'interprétation selon les modèles, ajuster le niveau de détail et de contrainte
- prompts métiers : marketing, RH, gestion, direction
- prompts complexes multi-objectifs

*Études de cas concrets*

#### 7. Exploiter l'IA générative au-delà du prompt

- structurer des workflows de travail avec l'IA et utiliser l'IA comme copilote

#### 8. Atelier pratique : créer ses prompts experts

- identification des besoins internes, création de prompts adaptés à son activité
- tests, itérations et amélioration, formalisation de prompts réutilisables

*Livrable : bibliothèque de prompts personnalisée*

# Maîtriser ChatGPT à un niveau expert

**Exploiter toutes les fonctionnalités avancées pour un travail plus rapide, précis et structuré**

### Pré-requis :

Utiliser régulièrement ChatGPT dans un cadre professionnel. Avoir suivi une formation d'initiation à l'IA ou disposer d'une première expérience équivalente.

**Public :** Collaborateurs, managers, dirigeants, fonctions support souhaitant exploiter pleinement ChatGPT comme assistant de travail avancé et gagner en efficacité, qualité et fiabilité.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- comprendre le fonctionnement spécifique de ChatGPT et ses limites
- exploiter des fonctionnalités avancées peu connues ou sous-utilisées
- structurer des échanges complexes et durables avec ChatGPT
- utiliser ChatGPT comme copilote de réflexion, d'analyse et de production
- améliorer la précision, la cohérence et la fiabilité des résultats
- intégrer ChatGPT efficacement dans ses méthodes de travail quotidiennes

### Méthodes pédagogiques utilisées :

- apports théoriques ciblés et illustrés
- démonstrations en direct sur ChatGPT
- exercices guidés et pratiques individuelles
- ateliers d'expérimentation et d'optimisation
- études de cas concrets issus des usages professionnels
- échanges et retours d'expérience

**Modalités d'évaluation :** QCM en fin de formation

#### Tarifs

1 200€

#### Modalités

Présentiel

#### Durée

1 jour

#### Délais

1 mois

sans prise en compte  
du délai des OPCO

# FORMATION 3 : MAÎTRISER CHATGPT À UN NIVEAU EXPERT

## Programme de la formation (1 jour – 7h)

### Matin – Comprendre et exploiter ChatGPT en profondeur

#### 1. Comprendre le fonctionnement interne de ChatGPT

- ce que ChatGPT fait réellement (et ce qu'il ne fait pas)
- différences entre modèles et versions
- logique de génération des réponses
- limites structurelles et zones de vigilance

#### 2. Paramétrer ChatGPT pour un usage professionnel optimal

- comprendre et exploiter les instructions système
- définir un rôle et un cadre de fonctionnement stable
- structurer des consignes durables, éviter les biais et incohérences

*Démonstrations en direct*

#### 3. Structurer des conversations longues et complexes

Conserver un contexte fiable dans le temps, découper une problématique complexe, guider ChatGPT étape par étape, éviter les dérives et pertes de qualité

*Atelier : structuration d'un échange complexe*

#### 4. Exploiter ChatGPT comme outil de réflexion avancée

- brainstorming structuré, aide à la prise de décision, clarification d'idées complexes
- reformulation, synthèse et hiérarchisation

### Matin – Comprendre et exploiter ChatGPT en profondeur

#### 5. Exploiter les fonctionnalités avancées et peu connues de ChatGPT

Prompts de relecture, d'audit et de correction, auto-évaluation et critique des réponses, utilisation de ChatGPT comme contrôleur qualité, génération de plans, check-lists et cadres méthodologiques

*Exemples concrets d'usages peu répandus*

#### 6. ChatGPT pour l'analyse et le traitement de contenus complexes

Analyse de documents, textes longs et données qualitatives, synthèse multi-sources, extraction d'informations clés, reformulation selon différents niveaux et publics

*Atelier pratique : analyse et synthèse de contenus*

#### 7. Créer ses propres "méthodes de travail" avec ChatGPT

Transformer ChatGPT en assistant métier, créer des routines réutilisables, formaliser des workflows de travail, gagner du temps sans perdre en qualité

#### 8. Atelier final : devenir expert de ChatGPT dans son activité

Identification des usages clés propres à chaque participant, création de configurations et prompts experts, tests, itérations et améliorations, formalisation d'un cadre d'usage personnel

*Livrable : guide d'utilisation avancée de ChatGPT personnalisé*

# Maîtriser Claude à un niveau expert

**Exploiter la puissance d'analyse et de raisonnement de Claude pour un travail plus fiable, structuré et approfondi**

### Pré-requis :

Utiliser occasionnellement ou régulièrement une IA générative dans un cadre professionnel.

**Public :** collaborateurs, managers, dirigeants, fonctions support souhaitant exploiter Claude pour des tâches complexes : analyse, rédaction longue, structuration, réflexion stratégique et aide à la décision.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- comprendre les spécificités de Claude et ses différences avec ChatGPT
- exploiter les forces de Claude sur les raisonnements longs et complexes
- structurer des demandes avancées adaptées au fonctionnement de Claude
- analyser, synthétiser et restructurer des contenus volumineux
- améliorer la fiabilité, la cohérence et la profondeur des réponses
- utiliser Claude comme assistant de réflexion et de production avancée

### Méthodes pédagogiques utilisées :

- apports théoriques ciblés
- démonstrations en direct sur Claude
- exercices pratiques guidés
- ateliers d'analyse et de structuration
- études de cas métiers
- échanges et retours d'expérience

**Modalités d'évaluation :** QCM en fin de formation

#### Tarifs

1 200€

#### Modalités

Présentiel

#### Durée

1 jour

#### Délais

1 mois

sans prise en compte  
du délai des OPCO

# FORMATION 4 : MAÎTRISER CLAUDE À UN NIVEAU EXPERT

## Programme de la formation (1 jour – 7h)

### Matin – Comprendre et exploiter les spécificités de Claude

#### 1. Comprendre le fonctionnement et la philosophie de Claude

- principes de fonctionnement des modèles Claude
- différences clés avec ChatGPT
- forces sur le raisonnement, la cohérence et l'analyse
- limites structurelles et points de vigilance

#### 2. Quand et pourquoi utiliser Claude plutôt que ChatGPT

Typologie des tâches adaptées à Claude, analyse comparative selon les cas d'usage, choisir le bon outil selon l'objectif, éviter les mauvais usages

*Démonstrations comparatives en direct*

#### 3. Structurer des demandes complexes pour Claude

Formuler des consignes claires et détaillées, guider le raisonnement étape par étape, exploiter la capacité de contexte long, maintenir la cohérence sur des échanges prolongés

*Atelier : structuration d'une demande complexe*

#### 4. Exploiter Claude pour la réflexion et la prise de décision

Aide à la clarification de problématiques complexes, structuration d'arguments, analyse avantages / risques, aide à la décision stratégique

### Matin – Comprendre et exploiter ChatGPT en profondeur

#### 5. Claude pour l'analyse et la synthèse de contenus volumineux

Analyse de documents longs (rapports, procédures, contenus internes), synthèse multi-niveaux, extraction d'informations clés, reformulation selon différents publics

*Atelier pratique : analyse d'un document complexe*

#### 6. Utiliser Claude comme contrôleur qualité et relecteur expert

Détection d'incohérences et d'ambiguïtés, amélioration de la logique et de la structure, relecture critique et factuelle, amélioration de la clarté et de la précision

*Exemples concrets d'usages peu répandus*

#### 7. Créer des méthodes de travail avancées avec Claude

- transformer Claude en assistant métier
- créer des cadres d'analyse réutilisables
- formaliser des routines de travail
- gagner en profondeur sans perdre en efficacité

#### 8. Atelier final : devenir expert de Claude dans son activité

Identification des usages clés par participant, création de modèles de demandes avancées, tests, itérations et améliorations, formalisation d'un cadre d'usage personnalisé

*Livrable : guide d'utilisation avancée de Claude personnalisé*

# Maîtriser Microsoft Copilot à un niveau expert

**Exploiter l'IA intégrée à Microsoft 365 pour gagner du temps, structurer son travail et mieux collaborer**

### Pré-requis :

Utiliser Microsoft 365 dans un cadre professionnel (Outlook, Word, Excel, PowerPoint, Teams). Aucune compétence technique en IA n'est requise.

**Public :** collaborateurs, managers, dirigeants, fonctions support utilisant Microsoft 365 et souhaitant exploiter Copilot pour améliorer leur efficacité individuelle et collective.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- comprendre le fonctionnement et les limites de Microsoft Copilot
- exploiter Copilot dans les outils Microsoft 365 du quotidien
- formuler des demandes efficaces adaptées à chaque application
- automatiser et accélérer les tâches récurrentes
- améliorer la qualité des documents, analyses et communications
- intégrer Copilot dans des méthodes de travail concrètes

### Méthodes pédagogiques utilisées :

- apports théoriques ciblés
- démonstrations en direct sur Microsoft Copilot
- exercices pratiques guidés
- ateliers par outil (Word, Excel, Outlook, PowerPoint, Teams)
- études de cas métiers
- échanges et retours d'expérience

**Modalités d'évaluation :** QCM en fin de formation

#### Tarifs

1 200€

#### Modalités

Présentiel

#### Durée

1 jour

#### Délais

1 mois

sans prise en compte  
du délai des OPCO

# FORMATION 5 : MAÎTRISER COPILOT À UN NIVEAU EXPERT

## Programme de la formation (1 jour – 7h)

### Matin – Comprendre Copilot et l'intégrer dans son quotidien

#### 1. Comprendre le fonctionnement de Microsoft Copilot

- ce qu'est réellement Copilot
- différence entre Copilot et les autres IA génératives
- liens avec Microsoft 365 et les données internes
- enjeux de sécurité et de confidentialité

#### 2. Quand et pourquoi utiliser Copilot

Typologie des tâches adaptées à Copilot, complémentarité avec ChatGPT et Claude, erreurs fréquentes et mauvaises pratiques, limites et zones de vigilance

*Démonstrations comparatives*

#### 3. Maîtriser Copilot dans Outlook et Teams

- rédaction et synthèse d'emails
- priorisation et gestion de la boîte mail
- préparation et compte rendu de réunions
- synthèse des échanges Teams

*Atelier pratique : optimiser sa communication*

### Après-midi – Usages experts par outil Microsoft 365

#### 4. Exploiter Copilot dans Word et PowerPoint

rédaction et structuration de documents, reformulation, synthèse et clarification, création de supports de présentation, amélioration de la lisibilité et de l'impact

*Atelier : création et amélioration de documents*

#### 5. Copilot dans Excel : analyse et aide à la décision

analyse de données sans formules complexes, création de tableaux, graphiques et synthèses, détection de tendances et anomalies, aide à la prise de décision

*Atelier pratique : analyse de données métiers*

#### 6. Structurer des méthodes de travail avec Copilot

Transformer Copilot en assistant personnel, automatiser les tâches répétitives, créer des routines de travail réutilisables, gagner du temps sans perte de qualité

#### 7. Exploiter Copilot pour le travail collaboratif

Partage d'informations et de synthèses, amélioration de la collaboration en équipe, standardisation de documents et pratiques, adoption collective de l'outil

#### 8. Atelier final : déployer Copilot dans son activité

Identification des usages prioritaires, création de scénarios d'usage concrets, bonnes pratiques d'adoption, plan d'action individuel ou collectif

*Livrable : plan d'usage Copilot personnalisé*

# Créer un agent IA pour automatiser la rédaction de newsletters

**Concevoir un agent IA avec Make pour produire des newsletters cohérentes, engageantes et prêtes à l'envoi**

### Pré-requis :

Bases en communication, marketing ou rédaction web.

Être à l'aise avec les outils numériques (navigation web, outils SaaS).

**Public :** marketeurs, créateurs de contenu, responsables communication, entrepreneurs, indépendants souhaitant automatiser et améliorer la production de newsletters grâce à l'IA et au no-code.

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- comprendre la différence entre assistants IA et agents IA
- identifier les tâches automatisables dans la rédaction de newsletters
- concevoir un agent IA simple orienté newsletter
- utiliser l'outil no-code Make pour créer un workflow automatisé
- générer des newsletters cohérentes, structurées et engageantes
- automatiser la production de newsletters tout en conservant une qualité humaine

### Méthodes pédagogiques utilisées :

- apports théoriques courts et accessibles
- démonstrations d'assistants IA et d'agents simples
- ateliers pratiques guidés pas à pas
- étude de newsletters performantes
- création d'un agent IA sur un cas réel
- échanges interactifs et retours personnalisés

**Modalités d'évaluation :** QCM en fin de formation

#### Tarifs

1 200€

#### Modalités

Présentiel

#### Durée

1 jour

#### Délais

1 mois

sans prise en compte  
du délai des OPCO

# FORMATION 5 : MAÎTRISER COPILOT À UN NIVEAU EXPERT

## Programme de la formation (1 jour – 7h)

### Matin – Comprendre les bases : IA, agents et newsletters

#### 1. Comprendre assistants IA et agents IA

- assistants IA vs agents IA : définitions, logiques et limites
- exemples concrets d'assistants (ChatGPT, Claude, Copilot)
- qu'est-ce qu'un agent simple : déclencheurs, règles, actions
- quand utiliser un agent plutôt qu'un assistant

#### 2. Anatomie d'une newsletter performante

- objectifs d'une newsletter
- structure : objet, accroche, corps, CTA
- tonalité et cohérence de marque
- storytelling et engagement
- erreurs fréquentes à éviter

*Analyse de newsletters performantes*

#### 3. Identifier les tâches automatisables dans la rédaction

Génération d'idées, structuration des contenus, rédaction de versions alternatives, personnalisation selon l'audience, production récurrente (hebdomadaire / mensuelle)

*Atelier : cartographie du processus newsletter*

### Après-midi – Usages experts par outil Microsoft 365

#### 4. Découvrir Make à travers un cas concret

Bomprendre l'écosystème Make, modules, déclencheurs, actions, data flow, logique d'un scénario d'automatisation, bonnes pratiques de fiabilité

*Démonstration : scénario simple de génération de contenu*

#### 5. Concevoir l'agent IA "Newsletter"

Définition de l'objectif de l'agent, paramétrage du ton, de l'audience et des règles éditoriales, construction d'une base de connaissances (archives, offres, personas), structuration des prompts intégrés à l'agent

#### 6. Créer le scénario Make pas à pas

*Atelier pratique guidé : création du workflow complet*

#### 7. Optimisation et amélioration des newsletters générées

*Tests et ajustements en direct*

#### 8. Atelier final : agent IA opérationnel

- finalisation de l'agent IA newsletter
- adaptation à son activité réelle
- bonnes pratiques d'usage responsable
- plan d'automatisation éditoriale (hebdomadaire ou mensuelle)

*Livrable : agent IA newsletter fonctionnel + scénario Make*



# ACCELIA

[www.accelia.io](http://www.accelia.io)

+33 6 88 84 41 24

[fanny@accelia.io](mailto:fanny@accelia.io)



**Catalogue 2026**

## **Modalités d'accès aux formations**

L'accès aux formations Accelia s'effectue après un échange préalable visant à analyser les besoins du bénéficiaire et à vérifier l'adéquation de la formation avec ses objectifs professionnels. Suite à cette analyse, une proposition pédagogique et un devis sont transmis. Après validation et signature de la convention de formation, l'accès à la formation est confirmé.