Maîtriser l'IA générative pour gagner en productivité

Vous avez essayé ChatGPT, vos réponses sont génériques. En 2 jours, vous maîtrisez ChatGPT, Claude ou Gemini sur vos vraies tâches, vous construisez votre bibliothèque personnelle de prompts et vous repartez avec un plan d'action.

ESSENTIEL · 2 jours

INFORMATIONS PRATIQUES

Référence	**LEX-AIG-PROD-001**
Formacode	**31028**
Durée	**2 jours**
Version	**v1.0 · MAJ 05/05/2026**

Une question ?
Contenu, financement, organisation — réponse sous 24h.

contact@lexora-formation.fr
05 54 07 30 33

LE CONSTAT

La France compte plus de 3 millions de TPE qui représentent 96 % des entreprises du pays. Leurs dirigeants travaillent en moyenne plus de 50 heures par semaine, dont près d'un tiers sur des tâches récurrentes à faible valeur ajoutée : relances, rédactions, synthèses, comptes-rendus. Dans le même temps, l'IA générative s'est généralisée : ChatGPT, Claude et Gemini sont accessibles mais l'adoption reste superficielle — la majorité des dirigeants de TPE l'ont essayée puis abandonnée parce que le résultat sortait générique et impersonnel. L'enjeu n'est pas la technologie, qui est là — c'est la méthode pour la mobiliser sur ses vraies tâches, en sécurité, sans y consacrer trop de temps. En parallèle, le Règlement européen sur l'intelligence artificielle (AI Act, 2024/1689) entre en application graduelle entre 2025 et 2027, et la CNIL a publié son guide IA et données personnelles en 2025. Travailler sans cadre, c'est bâtir sur du sable.

NOTRE RÉPONSE

Cette formation ne vous apprend pas l'IA en général. Elle vous apprend à mobiliser ChatGPT, Claude ou Gemini sur vos vraies tâches récurrentes : propositions commerciales, comptes-rendus, mails de relance, synthèses de documents longs, posts professionnels. À la fin des deux jours, vous repartez avec votre bibliothèque personnelle de prompts, votre grille de confidentialité, votre cadre AI Act/CNIL appliqué et votre plan d'action chiffré à 30 jours.

Source : INSEE — Caractéristiques des entreprises en France — https://www.insee.fr/fr/statistiques · CNIL — Intelligence artificielle (guide 2025) — https://www.cnil.fr/fr/intelligence-artificielle · Règlement UE 2024/1689 (AI Act) — https://eur-lex.europa.eu/eli/reg/2024/1689/oj · France Num — Baromètre numérique des TPE/PME — https://www.francenum.gouv.fr/ · BPI France — Études et observatoires PME — https://www.bpifrance.fr/

POUR QUI

PUBLIC CIBLE

Dirigeant(e), assistant(e) de direction, et toute personne au sein d'une entreprise qui souhaite gagner en productivité sur ses tâches courantes grâce à l'intelligence artificielle.

PRÉREQUIS

Aucune connaissance préalable en intelligence artificielle requise.

Délai d'accès : 14 jours ouvrés avant la session.

LES BÉNÉFICES DE LA FORMATION

Concrètement, après cette formation

- Bibliothèque personnelle de prompts : minimum 5 prompts CRDF opérationnels nommés et sauvegardés, réutilisables dès la fin de la formation sur vos tâches récurrentes
- Prompt-style signature : un prompt structuré qui reproduit votre style sur votre tâche rédactionnelle la plus chronophage (proposition commerciale, post LinkedIn, compte-rendu)
- Méthode de synthèse de documents longs : un prompt de synthèse orientée déclinable selon 3 angles (commercial, technique, juridique)
- Grille de confidentialité à 3 niveaux : 10 types de documents de votre activité classifiés (Public / Sensible / Strictement confidentiel) avec l'outil compatible pour chacun
- Décision d'outil principal argumentée : une fiche de choix signée pour mon activité (ChatGPT, Claude ou Gemini)
- Plan d'action chiffré 30 jours : 3 actions précises, datées, avec gain de temps mesurable en heures et en euros, engagé publiquement devant les pairs

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de cette formation, vous serez capable de

1. Choisir l'outil d'IA adapté à chaque tâche et appliquer une grille de confidentialité à trois niveaux (RGPD article 28, charte CNIL)
2. Construire des demandes structurées avec la méthode CRDF (Contexte, Rôle, Demande, Format)
3. Concevoir des prompts personnalisés qui reproduisent sa propre méthodologie et son style
4. Produire des livrables professionnels (propositions, comptes-rendus, synthèses de documents longs) en réduisant son temps de production
5. Construire sa bibliothèque personnelle de prompts opérationnels, réutilisables au quotidien
6. Évaluer son gain de temps mensuel et engager un plan d'action chiffré à 30 jours

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Le programme sur 2 jours

MOD-AIG-J1M-001 — Situer l'IA générative dans son quotidien de dirigeant

1h30

- Partager son expérience actuelle avec l'IA : ce que j'utilise, ce que j'évite, pourquoi.
- Distinguer les leaders du marché en 2026 : ChatGPT (OpenAI), Claude (Anthropic), Gemini (Google) — forces et angles morts.
- Différencier versions gratuites et payantes : tokens, fenêtre de contexte, confidentialité, qualité de réponse.
- Reformuler avec ses mots les 6 compétences visées par les 2 jours.
- Identifier 3 tâches récurrentes prioritaires sur lesquelles l'IA peut faire la différence.

Auto-diagnostic — Auto-positionnement sur 3 tâches récurrentes prioritaires — 15 min

MOD-AIG-J1M-002 — Choisir son outil principal et appliquer la grille de confidentialité à trois niveaux — 2h00

- Comparer ChatGPT, Claude et Gemini sur 4 cas d'usage types pour TPE : rédiger un mail, synthétiser un document, analyser des données, dialoguer avec l'IA.
- Mesurer les différences structurelles : profondeur, prudence, ton, format de sortie, taille des fichiers acceptés.
- Identifier les 4 niveaux de risque de l'AI Act UE 2024/1689 applicables à une TPE.
- Rattacher chaque usage à l'article 28 RGPD : sous-traitance et DPA obligatoire.
- Apprendre à anonymiser un document avant de le coller dans une IA.
- Construire la grille de confidentialité LEXORA à trois niveaux : Public (aucune donnée identifiante) / Sensible (anonymisable) / Strictement confidentiel.
- Classer 10 types de documents de son activité selon cette grille.

Échange dirigé	Face-à-face ChatGPT / Claude / Gemini sur un cas commun	30 min
Atelier	Grille de confidentialité personnalisée	45 min

MOD-AIG-J1A-001 — Maîtriser la méthode CRDF et briefer l'IA comme une collaboratrice qui démarre — 3h30

- Comprendre pourquoi l'IA répond générique quand on demande générique : démonstration contrastée prompt court / prompt structuré.
- Décomposer la méthode CRDF : Contexte, Rôle, Demande, Format — quatre variables à poser avant tout prompt.
- Distinguer un prompt vague d'un prompt CRDF : exemples avant/après sur 3 tâches.
- Reprendre une demande ratée du participant et la restructurer en groupe.
- Construire 3 prompts CRDF opérationnels sur les 3 tâches récurrentes prioritaires.
- Apprendre à extraire sa méthodologie d'un livrable passé pour la transférer à l'IA : reproduire son style et son ton.

Atelier	Brief structuré CRDF sur 3 tâches récurrentes	60 min
Atelier	Reproduire son style et son ton : extraction de méthodologie	45 min

MOD-AIG-J2M-001 — Reproduire son style sur ses 3 tâches rédactionnelles principales — 2h45

- Retour d'expérience inter-stage : qu'avez-vous essayé entre les deux jours ?
- Atelier signature — reproduire son style sur une proposition commerciale : construction d'un prompt-style qui reproduit la méthodologie et le ton du participant.
- Test sur un nouveau brief client : le rendu ressemble-t-il vraiment au participant ?
- Itération jusqu'à ce que le binôme valide la ressemblance.
- Reproduction sur 2 autres tâches récurrentes : compte-rendu de réunion, post LinkedIn, mail commercial, courrier client. Le prompt-style reste un prompt structuré sauvegardé, distinct du Project ou GPT custom abordé en P2.

Atelier	Atelier signature — reproduire son style sur une proposition commerciale	75 min

MOD-AIG-J2M-002 — L'IA comme partenaire de réflexion (sparring-partner) — 0h45

- Découvrir l'usage sparring-partner de l'IA : préparer un échange client difficile, anticiper des objections, structurer un argumentaire avant un comité.
- La différence avec la production : l'IA n'écrit pas pour vous, elle vous fait penser.
- Méthode du dialogue préparatoire : faire jouer à l'IA le rôle de l'interlocuteur difficile.
- Atelier court : chacun prépare une situation à venir cette semaine.

Cas pratique	Préparer un échange client difficile avec l'IA en sparring-partner	25 min

MOD-AIG-J2A-001 — Déléguer la lecture des documents longs — 1h30

- Comprendre que l'IA peut lire 14 pages en 2 minutes - et le faire selon 3 angles différents pour le même document.
- Construire un prompt de synthèse orientée : commercial, technique, juridique.
- Tête de chapitre: ce que je dois retenir / ce qui est implicite / ce qui est manquant.
- Comparer le rendu IA avec sa propre lecture humaine: ce que l'IA a vu que je n'aurais pas vu seul, ce que VOUS auriez vu que l'IA a raté.
- Sensibilisation rapide à la voix et à l'image: dictée vocale, capture d'écran, diagrammes.

Atelier	Déléguer la lecture d'un document long selon 3 angles	60 min

MOD-AIG-J2A-002 — Construire son plan d'action chiffré à 30 jours et engager devant ses pairs — 2h00

- Modèle de plan d'action 30 jours : 3 actions précises, datées, avec gain de temps mesurable.
- Chiffrage en heures et en euros : combien d'heures récupérées.

Atelier	Rédaction du plan d'action 30 jours chiffré	45 min
Restitution croisée	Engagement public et appariement binôme buddy	30 min

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Notre approche

MÉTHODE

Cas réels

Pédagogie inductive et dialogique : on part de la pratique, on remonte vers le concept. Cas pratiques sur des vrais documents professionnels. Démonstrations contrastées (prompt court vs prompt structuré). Ateliers en binôme avec critique croisée.

FORMAT

12 max

Interaction garantie avec le formateur

MOYENS

Support + outils

Présentiel : salle équipée (vidéoprojecteur, paperboard, Wi-Fi haut débit). Supports numériques remis à chaque participant. Grille de confidentialité LEXORA, modèle CRDF imprimable, templates de prompts. Livret de formation au format numérique remis à J+1. Accès aux outils d'IA pendant les sessions.

RATIO

51% pratique

Vérifié sur scénario minuté

51% Pratique — cas réels, QCM, échanges — 49% Théorie

Moyens techniques — Présentiel : salle équipée (vidéoprojecteur, paperboard, Wi-Fi haut débit). Supports numériques remis à chaque participant. Grille de confidentialité LEXORA, modèle CRDF imprimable, templates de prompts. Livret de formation au format numérique remis à J+1. Accès aux outils d'IA pendant les sessions.

FORMATEUR RÉFÉRENT

Sébastien Hurstel

Consultant IA générative & stratégies digitales

Consultant en IA générative et fondateur de STRATEGIES.LIVE, Sébastien accompagne depuis plus de 20 ans dirigeants et équipes en formation et stratégies digitales. Certifié Anthropic Claude 101. Expert pratique de Claude Projects, Artifacts et instructions persistantes. Animateur récurrent de formations courtes pour TPE et indépendants.

Cette formation peut également être animée par tout formateur qualifié par LEXORA.

ACCESSIBILITÉ

Formation accessible PSH

Adaptation sur demande.
Référent : William Bigot
accessibilite@lexora-formation.fr
0612225849

ÉVALUATION

Comment nous mesurons vos acquis

AVANT

Questionnaire de positionnement.

PENDANT

Quiz formatifs en cours de formation.

APRÈS

Quiz sommatif. Questionnaire de satisfaction à chaud. Attestation des compétences. Certificat de réalisation.

Suivi de l'exécution — Feuilles d'émargement signées par demi-journée. Attestation d'assiduité. Certificat de réalisation transmis à l'employeur pour les formations financées.

☆ PARCOURS PRÉ & POST-FORMATION

J+30

Évaluation à froid des acquis.

J+90

Évaluation de l'impact sur l'entreprise.

TARIFS

MODALITÉ	FORMAT	TARIF	
Inter	Présentiel	**1490 €** HT	/ pers. · 12 max
Intra	Présentiel	**2980 €** HT	/ groupe · 12 max