

# Booster votre Productivité au Travail grâce à l'Intelligence Artificielle

REF : IA.202 • Formation Intelligence Artificielle • Bordeaux &amp; Distanciel

Durée  
**7h**Effectif  
**1-8**Niveau  
**Débutant**Modalité  
**Mixte**

## 🎯 Objectif de la formation

Transformez votre quotidien professionnel grâce à l'intelligence artificielle. Cette formation intensive d'une journée à Bordeaux vous apprend notamment à exploiter les outils IA pour optimiser votre organisation. Vous pourrez ainsi libérer du temps sur les tâches répétitives et donc prendre des décisions plus éclairées.

## ✅ À l'issue de cette formation, vous saurez

- Optimiser vos tâches quotidiennes grâce à des prompts efficaces
- Utiliser l'IA générative pour synthétiser des données et documents
- Stimuler votre créativité avec les outils de génération de contenu
- Sécuriser votre usage des IA dans un cadre professionnel
- Construire votre plan d'action personnalisé d'intégration de l'IA

## 👥 Public cible

- Dirigeants et gérants de TPE/PME cherchant à optimiser leurs processus
- Responsables marketing et communication en quête d'efficacité
- Professionnels RH et Office Managers gérant de multiples tâches
- Assistantes de direction souhaitant gagner du temps
- Comptables et gestionnaires automatisant leurs reportings
- Artisans et indépendants digitalisant leur activité

## 📋 Prérequis

- Aucun prérequis technique
  - Ordinateur portable avec navigateur récent
  - Connexion internet stable
  - Curiosité et envie d'apprendre
- ♿ Accessible aux personnes en situation de handicap

## 📅 Programme détaillé — 1 jour (7h)

### L'IA au service de votre productivité quotidienne

#### Découvrir l'IA et ses applications professionnelles

- Comprendre les fondamentaux de l'intelligence artificielle appliquée au travail
- Explorer le panorama des outils IA disponibles pour les professionnels
- Identifier les cas d'usage concrets dans votre secteur d'activité
- Rédiger vos premiers prompts efficaces et structurés

#### Optimiser la gestion des tâches et de l'information

- Exploiter l'IA pour la gestion de projets et le suivi d'activités
- Automatiser la recherche d'informations et la veille documentaire
- Gagner du temps sur la synthèse de documents complexes
- Organiser efficacement vos données avec l'assistance de l'IA

#### Booster sa créativité avec l'IA générative

- Générer du contenu texte de qualité professionnelle
- Créer des visuels impactants avec les outils d'IA graphique
- Traduire et adapter vos contenus pour différents publics
- Stimuler l'innovation et le brainstorming avec l'IA

#### Sécurité, éthique et bonnes pratiques

- Protéger vos données sensibles lors de l'utilisation de l'IA
- Respecter la propriété intellectuelle et les droits d'auteur
- Identifier les biais et limites des réponses générées
- Élaborer votre plan d'action pour intégrer l'IA durablement

## Moyens pédagogiques

### Supports fournis

- Présentations interactives avec démonstrations live
- Guide pratique PDF avec modèles de prompts
- Accès à l'espace ressources 30 jours
- Bibliothèque d'outils IA classés par usage

### Méthodes

- Étude de cas fil rouge contextualisée à votre métier (40%)
- Exercices pratiques sur outils réels (40%)
- Plan d'action personnalisé (20%)

### Matériel requis

- Ordinateur portable personnel
- Connexion internet haut débit
- Compte ChatGPT (version gratuite suffisante)

## Équipe pédagogique

### Fabien AREL - Formateur IA & Productivité Digitale

Expert en intelligence artificielle appliquée aux entreprises. Accompagne depuis 5 ans les professionnels de Bordeaux et Nouvelle-Aquitaine dans l'optimisation de leur productivité grâce aux outils numériques et à l'IA.

## Tarifs

INTER-ENTREPRISES

**800 € HT**

par stagiaire

INTRA-ENTREPRISE

**2200 € HT**

groupe jusqu'à 8 pers.

## Parcours d'accès à la formation

1

### Demande de devis

Formulaire, mail ou téléphone

2

### Envoi du devis

Proposition commerciale

3

### Convention

Signature du contrat

4

### Convocations

Infos pratiques

5

### Formation

Début de session

## Indicateurs de résultats

Stagiaires formés

**48+**

Satisfaction

**9.4/10**

Taux réussite

**100%**

Délai accès

**14 jours**

## Contact & Inscription

FJ Digital - Organisme de formation certifié Qualiopi

✉ contact@fjdigital.fr | 🌐 www.fjdigital.fr | 📍 Bordeaux, Nouvelle-Aquitaine

Financement : OPCO, Plan de formation