

## FORMATION :

Initiation à l'Intelligence Artificielle  
Découvrir et tester l'IA pour gagner du temps au quotidien

### Objectifs pédagogiques :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre ce qu'est l'intelligence artificielle et ses enjeux
- Identifier des cas d'usage concrets dans leur activité (bâtiment, administratif, communication...)
- Utiliser des outils simples d'IA générative (texte, image, organisation, aide à la rédaction)
- Gagner du temps au quotidien grâce à l'automatisation de certaines tâches

**Durée :** 7h00 // **9h00 – 12h30 / 14h00 – 17h30**

**Formateur :** Pene Valérie

**Tarif par stagiaire :** 495 € HT/ personne

### Matinée (3h30) : Comprendre et découvrir l'IA

#### 1. Accueil & recueil des attentes

- Tour de table, fonctions des participants
- Questions : Que savez-vous / attendez-vous de l'IA ?

#### 2. Comprendre les bases de l'IA

- Définitions simples : IA, IA générative, machine learning
- Différences entre IA conversationnelle, image, vidéo, etc.
- Avantages, limites, et points de vigilance (RGPD, données, etc.)

#### 3. Premiers cas d'usage concrets

- Dans le bâtiment : réponse aux devis, relance client, organisation
- Dans l'administratif : mails, résumés, rédaction automatique
- En communication : textes pour les réseaux sociaux, fiches produits, etc.
- → Mini-quizz participatif "vrai/faux sur l'IA"

#### 4. Prise en main de ChatGPT

- Présentation de l'outil et création de compte
- Atelier pratique :
  - Rédiger un mail client
  - Reformuler une consigne de sécurité
  - Générer une fiche de chantier claire
- Focus : comment bien formuler ses prompts

---

#### Amapl (siège social)

242 rue Claude Nicolas Ledoux  
BP 48051 – 30932 Nîmes Cedex 9  
04 66 29 04 59  
[formation@amapl.com](mailto:formation@amapl.com)

Agence Nîmes  
Agence Lescar  
Agence Paris

## Après-midi (3h30) : Pratiquer et appliquer l'IA

### 5. Atelier IA image et communication

- Présentation de Canva IA ou DALL·E / Adobe Firefly
- Atelier :
  - Créer une affiche de chantier
  - Générer un visuel de post réseaux sociaux
  - Réutiliser des modèles

### 6. Atelier libre guidé – cas personnalisés

- Chaque participant choisit un cas d'usage lié à son métier
  - Exemple : "écrire un message de relance client", "répondre à un avis Google", "créer un post Facebook", etc.
- Accompagnement individuel + partage des réalisations

### 7. Bilan, limites, et suite

- Retour sur les attentes du matin
- Réponses aux questions ouvertes
- Tour de table : "Avec quoi repartez-vous ?"
- Checklist pour intégrer l'IA dans son activité
- Présentation d'outils complémentaires pour aller plus loin

### Supports remis aux participants :

- Livret de formation numérique (PDF)
- Fiches pratiques de prompts types
- Liste d'outils IA gratuits (texte, image, vidéo, organisation)
- Lien vers des tutoriels pour continuer en autonomie

### Pré-requis :

- Être à l'aise avec l'usage d'un ordinateur ou d'un smartphone
- Avoir une adresse email valide
- Aucun prérequis technique en IA

### Pour l'organisme de formation Amapl

Fait, le 23 juillet 2025  
A Nîmes

Cachet et signature :

