

**DURÉE : 21 heures de présentiel**

**PRÉREQUIS : Savoir utiliser un ordinateur**

**MODALITÉS PÉDAGOGIQUES : Action de formation et mise en situation sous forme d'exercice, évaluation des acquis en fin de formation**

**METHODES PEDAGOGIQUES STAGIAIRES ET MOYENS TECHNIQUES : Exercices pratiques à chaque module / Quiz Kahoot de validation des acquis / Projet final présenté devant un jury ou formateur**

### OBJECTIFS :

**Acquérir une maîtrise opérationnelle des outils d'intelligence artificielle générative pour automatiser, créer, structurer et optimiser les contenus professionnels (texte, visuel, vidéo, audio), tout en respectant les normes éthiques, d'accessibilité et de conformité (RGPD).**

### PROGRAMME :

1

#### COMPRENDRE LES BASES DE L'IA GÉNÉRATIVE ET IDENTIFIER LES OPPORTUNITÉS

- Définitions, fonctionnement des LLM, panorama des outils (ChatGPT, Gemini, Mistral, Midjourney, Heygen, Suno...)
- Cas d'usages par secteur (marketing, RH, juridique, etc.)
- Exercices pratiques : analyse de tâches automatisables

**Objectif :** découvrir le fonctionnement de l'IA générative, ses outils principaux et les premières pistes de gains de productivité selon son métier.

2

#### GÉNÉRER DES CONTENUS REDACTIONNELS PROFESSIONNELS

- Structuration, reformulation, ton, public cible
- Outils : NotebookLM, Upmeet, ChatGPT
- Mise en pratique : rédaction d'e-mails, rapports, articles

**Objectif :** apprendre à rédiger rapidement des textes de qualité professionnelle à l'aide d'IA comme ChatGPT, Upmeet ou NotebookLM.

3

#### DECOUVRIR LES BASES DU PROMPT ENGINEERING

- Structure d'un bon prompt
- Types de prompts : simple, guidé, créatif, contraint
- Cas pratiques avec ChatGPT, Gemini, Mistral

**Objectif :** maîtriser les bases de l'écriture de prompts pour interagir efficacement avec une IA générative.

4

#### GENERER DES CONTENUS VISUELS PROFESSIONNELS

- Outils : Midjourney, Flux, Grok
- Maîtrise des prompts visuels, formats, styles
- Retouches et cohérence graphique

**Objectif :** créer des visuels impactants grâce à des IA comme Midjourney, Flux ou Grok, même sans être graphiste.

5

#### TECHNIQUES AVANCEES DE PROMPT ENGINEERING

- Prompts itératifs, zero-shot / few-shot / chain of thought
- Optimisation des résultats IA
- Défis d'affinage et de précision

**Objectif :** affiner ses requêtes IA avec des techniques avancées comme les prompts structurés, itératifs et chain of thought.

6

#### EXPLOITER MICROSOFT 365 ET COPILOT POUR LA PRODUCTIVITE

- Rédaction dans Word, analyse dans Excel, gestion des mails via Outlook
- Automatisation des présentations PowerPoint
- Ateliers de mise en situation

**Objectif :** automatiser ses tâches bureautiques et optimiser sa productivité grâce à Copilot dans Word, Excel, Outlook et PowerPoint.

7

#### COMBINER REDACTION ET DESIGN POUR DES CONTENUS PERCUTANTS

- Utilisation de Canva IA pour harmoniser visuel et texte
- Bonnes pratiques typographiques et d'accessibilité visuelle
- Création de posts réseaux sociaux ou affiches

**Objectif :** concevoir des contenus marketing ou pédagogiques alliant texte et visuel grâce à l'IA et à des outils comme Canva.

8

#### CREER DES VIDEOS PERSONNALISEES ENGAGEANTES

- Outils : Heygen, Synthesia, Runway ML
- Génération de scripts, avatars et animations
- Production de vidéos pédagogiques, marketing ou internes

**Objectif :** produire des vidéos professionnelles avec avatars, voix synthétiques et animations via Heygen, Synthesia ou Runway ML.

9

#### AUTOMATISER LA PRODUCTION DE CONTENU AVEC DES AGENTS IA

- Outils : Zapier, Make, Notion, GPTs spécialisés
- Création de workflows de contenu automatisé
- Cas pratiques : newsletter, articles, réseaux sociaux

**Objectif :** apprendre à mettre en place des workflows intelligents de création et diffusion de contenu automatisés (Zapier, GPTs, Notion...).

10

### GENERER DES CONTENUS AUDIOS DE QUALITE

- Outils : Eleven Labs, Suno, PlayHT
- Création de voix off, podcasts, narrations
- Personnalisation des voix, intégration dans des supports

**Objectif :** transformer n'importe quel texte en contenu audio professionnel grâce à Eleven Labs, Suno ou PlayHT.

11

### OPTIMISER SA PRESENCE EN LIGNE (SEO)

- Recherche de mots-clés avec l'IA
- Rédaction SEO avec ChatGPT, SurferSEO, NeuronWriter
- Suivi des performances et stratégie de contenu

**Objectif :** utiliser l'IA pour améliorer sa visibilité sur le web en créant du contenu optimisé pour les moteurs de recherche

12

### INTEGRER L'ACCESSIBILITE ET L'INCLUSIVITE

- Normes : WCAG, RGAA, bonnes pratiques
- Outils IA pour simplifier, sous-titrer, décrire les images
- Audits avec Accessibility Insights et production inclusive

**Objectif :** concevoir des contenus numériques accessibles à tous les publics, en appliquant les bonnes pratiques d'accessibilité assistée par IA.

13

### CONFORMITE RGPD ET ETHIQUE DE L'IA

- Principes RGPD, IA Act, gestion des données
- Génération automatisée de politiques de confidentialité
- Outils : OneTrust, ChatGPT, DPIA IA

**Objectif :** sécuriser ses pratiques avec l'IA tout en respectant la réglementation (RGPD, IA Act) et les principes d'éthique numérique.

14

### PROJET FINAL ET PERSPECTIVES

- Réalisation d'un projet IA intégrant les compétences acquises
- Respect des contraintes RGPD, accessibilité, éthique
- Soutenance orale et feedback personnalisé

**Objectif :** appliquer les compétences acquises dans un projet concret intégrant outils IA, éthique, accessibilité et stratégie métier.