Initiation à l'IA générative au travail

Cinq heures pour comprendre l'IA, protéger ses données et l'intégrer dans quatre tâches réelles de votre équipe.

Durée	Groupe	Modalité	Tarif
5 heures	**Jusqu'à 8 personnes**	**Présentiel ou visio**	**À partir de 1 000 €**

Public et prérequis

Équipes de PME de 3 à 50 salariés, agents de collectivités, salariés d'associations. **Aucun prérequis**, pas même la Sensibilisation.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de l'initiation, les participants seront capables de :

- **expliquer** avec leurs mots comment fonctionne une IA générative et quelles sont ses limites ;
- **protéger** les informations sensibles et régler l'outil de leur structure en conséquence ;
- **appliquer** une méthode pour formuler, puis affiner, une demande à l'IA ;
- **réaliser** avec l'IA quatre tâches de leur travail et en vérifier le résultat ;
- **définir** avec leur équipe des règles d'usage communes.

Programme

En amont	*Questionnaire de besoins auprès de l'équipe. Les quatre besoins les plus souvent exprimés deviennent les cas pratiques.*
Partie 1 · 2 h 30 (pauses comprises)	
20 min	**Accueil et point de départ** : attentes, usages actuels, autopositionnement.
40 min	**Comprendre** : fonctionnement d'un grand modèle de langage (LLM), ce qu'il sait faire ou non, erreurs et inventions.
35 min	**Protéger** : données personnelles et confidentielles, réglages de l'outil, bons réflexes.
45 min	**Bien formuler sa demande** : une méthode simple, puis l'art d'affiner la réponse en dialoguant avec l'IA.
Partie 2 · 2 h 30 (pauses comprises)	
15 min	**Reprise** : questions et premiers essais de chacun.
90 min	**Pratiquer** : quatre cas d'usage tirés du questionnaire, réalisés sur l'outil de la structure, avec vérification des réponses.
20 min	**Construire ensemble** : les règles d'usage de l'équipe et les modèles de demandes à réutiliser.
15 min	**Bilan** : autopositionnement de fin, avis sur la formation.
Après	*Envoi du support, de la fiche des règles d'usage, des modèles de demandes et des attestations. Point de suivi à un mois.*

Méthodes pédagogiques

Apports courts et illustrés, démonstrations en direct, puis mise en pratique de chaque participant sur l'outil de sa structure (Copilot, ChatGPT, Claude ou Mistral). Plus de la moitié du temps est en pratique.

Ce qui est inclus

- Questionnaire de besoins en amont
- Quatre cas pratiques adaptés à l'équipe
- Support de formation
- Modèles de demandes réutilisables
- Fiche des règles d'usage de l'équipe
- Évaluation et point de suivi à un mois
- Attestation de formation par participant

Évaluation et suivi

- Au début et à la fin : un autopositionnement rapide sur les objectifs.
- Pendant : vérification des cas pratiques avec chacun. À la fin : questionnaire de satisfaction.
- Un mois après : questionnaire aux participants, puis 30 minutes en visio avec le responsable.

Organisation et moyens

En présentiel, dans vos locaux (Marne) : une journée (9 h – 12 h et 14 h – 16 h) ou deux demi-journées de 2 h 30, au choix. Prévoir un écran, une connexion internet et un ordinateur par participant avec accès à l'outil d'IA.

En visio : toujours en deux demi-journées de 2 h 30. Entre les deux, les participants testent l'IA dans leur travail. Un ordinateur par participant avec caméra, micro et accès à l'outil d'IA.

Formatrice

Sandrine Gillet, journaliste depuis plus de vingt ans, forme des équipes à une utilisation de l'IA adaptée à leur travail. Elle prépare un Master d'ingénierie des e-formations (Université de Reims Champagne-Ardenne).

Délai d'accès

De 2 à 4 semaines entre votre demande et la formation, le temps du questionnaire et de l'adaptation.

Accessibilité

Accessible aux personnes en situation de handicap. La formatrice, référente handicap, adapte les modalités et les supports (dyslexie, par exemple).

À partir de 1 000 €

Net, pour 8 personnes au plus. TVA non applicable, article 293 B du CGI. Déplacement facturé au-delà de 50 km de Châlons-en-Champagne. Devis sur demande.

Autre format : **Sensibilisation**, 2 heures, dès 600 €

Contact

E-mail
contact@sandrinegillet.com

Téléphone
06 87 04 35 22

Site
pepite.sandrinegillet.com

Besoin d'aller plus loin ? Je construis aussi des accompagnements sur mesure pour les équipes, sur devis. Parlons-en.

Prestataire de formation déclarée sous le n° 44510317151 auprès du préfet de la région Grand Est. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État. Fiche mise à jour le 28 novembre 2026.