



Développer - PROGRAMME

OPTIMISER L'UTILISATION DE SES OUTILS NUMERIQUES AVEC L'IA

Code : PR1069931159

Modalités

Durée :

7.00 heures soit 1.00 jour(s).

Intervenant :

Jean-Philippe PECH - TERRAINS D'IDEES

Profils des apprenants :

- Dirigeants, managers, assistants, indépendants, fonctions support (administratif, RH, commerce) souhaitant gagner en efficacité grâce à l'IA.

Prérequis :

- Maîtrise des outils numériques de base (email, navigation web, bureautique). Venir avec un ordinateur portable. Accès à un outil d'IA (ex : ChatGPT/Copilot/Gemini) recommandé.

Effectif :

- Minimal : 5
- Maximal : 10

Lieu :

CGA MP 13 avenue Jean GONORD 31500 TOULOUSE

Tarifs :

- Adhérent : 150.00 HT - 180.00 TTC
- Non Adhérent : 180.00 HT - 216.00 TTC

CGA MP | 13 avenue Jean GONORD TOULOUSE 31500 | Numéro SIRET : 30917299700046 |
Numéro de déclaration d'activité : 73310168031 (auprès du préfet de région de : Toulouse)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.



MAJ 16 janvier 2026



Développer - PROGRAMME

OPTIMISER L'UTILISATION DE SES OUTILS NUMERIQUES AVEC L'IA

Description du programme

Une journée structurée et très opérationnelle pour prendre en main l'IA dans ses outils du quotidien. Le matin, les participants acquièrent les bases (LLM, logique probabiliste, qualité des réponses) et les repères éthiques/réglementaires (RGPD, AI Act). L'après-midi, chacun conçoit un assistant IA dédié à une activité réelle (compta, commerce, RH, communication, etc.) et repart avec une méthode, des modèles et un plan d'usage.

Objectifs pédagogiques

- 1/ Comprendre le fonctionnement de l'IA générative pour l'utiliser efficacement (contexte, données, limites).
- 2/ Maîtriser une méthode de prompting et de vérification pour produire des livrables fiables au quotidien.
- 3/ Créer et optimiser un assistant IA personnalisé, réutilisable, adapté à son métier et à ses contraintes.

Contenu de la formation

- Comprendre l'IA générative (LLM) + prompting utile
 - Notions clés : tokens, probabilités, contexte, rôle des exemples et des contraintes.
 - Pourquoi l'IA se trompe : hallucinations, biais, informations obsolètes — méthodes de vérification.
 - Méthode de prompting : objectif -> contexte -> contraintes -> exemples -> format -> contrôle qualité.
- Éthique, conformité (RGPD / AI Act) + panorama des outils IA

CGA MP | 13 avenue Jean GONORD TOULOUSE 31500 | Numéro SIRET : 30917299700046 |
Numéro de déclaration d'activité : 73310168031 (auprès du préfet de région de : Toulouse)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.



MAJ 16 janvier 2026



Développer - PROGRAMME

OPTIMISER L'UTILISATION DE SES OUTILS NUMERIQUES AVEC L'IA

- Biais, confidentialité, propriété intellectuelle, responsabilité : quand et comment utiliser l'IA. • AI Act (UE) : niveaux de risque, obligations et calendrier d'entrée en application (dont "AI literacy"). • Tour d'horizon : ChatGPT / Gemini / Mistral / Copilot, Gamma, outils image/retouche, audio/voix, vidéo — critères de choix.
- Atelier guidé : créer son assistant IA métier
 - Formaliser un besoin concret (compta, commerce, RH, communication, support...) et définir des objectifs mesurables.
 - Construire l'assistant : rôle, instructions, garde-fous, exemples, base de connaissances (fichiers).
 - Tester et itérer : cas limites, reformulations, checklists qualité, bibliothèque de prompts réutilisables.
- Optimisation, retour d'expérience et plan d'action
 - Revue croisée des assistants : difficultés rencontrées, améliorations et bonnes pratiques.
 - Retour d'expérience

Organisation de la formation

Moyens pédagogiques et techniques:

- Le contenu sera livré en fin de formation sous forme ppt.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation:

- Suivi : Feuilles d'émargement – Attestation de fin de formation individuelle – Questionnaire stagiaire • Évaluation : Quiz au démarrage. Le stagiaire évalue sa progression à l'issue de la formation, confirmée par l'intervenant.

Qualité et indicateurs de résultats :

Evaluation de la satisfaction du stagiaire

Accessibilité :

Vous êtes en situation particulière ? Contactez le service formation pour répondre à vos besoins spécifiques liés à votre handicap.

Financement :

Prise en charge par votre FAF ou OPCO possible selon critères d'éligibilités. Plus de renseignements contactez Sophie DOUHET à s.douhet@cgamp.asso.fr

CGA MP | 13 avenue Jean GONORD TOULOUSE 31500 | Numéro SIRET : 30917299700046 |
Numéro de déclaration d'activité : 73310168031 (auprès du préfet de région de : Toulouse)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.



MAJ 16 janvier 2026



Développer - PROGRAMME

OPTIMISER L'UTILISATION DE SES OUTILS NUMERIQUES AVEC L'IA

Conditions d'inscription :

Inscriptions au plus tard, 1 semaine avant le début de la formation.

Si demande de prise en charge, inscriptions 30 jours avant le début de la formation.

Contact :

Sophie DOUHET - Responsable Service Formation du CGA MP

s.douhet@cgamp.asso.fr

05 62 16 73 54

06 12 25 12 78

CGA MP | 13 avenue Jean GONORD TOULOUSE 31500 | Numéro SIRET : 30917299700046 |
Numéro de déclaration d'activité : 73310168031 (auprès du préfet de région de : Toulouse)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.



MAJ 16 janvier 2026