# ChatGPT et Claude, l'IA au quotidien

Utiliser ChatGPT et Claude pour rédiger, analyser des documents, rechercher et créer des assistants, avec des consignes efficaces, des réponses vérifiées et des données protégées.

14 h · 2 jours | Débutant | 1 à 6 participants | Présentiel ou distanciel | Non certifiante

## OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

01 Identifier les principaux usages et limites de l'IA générative.

02 Choisir un assistant adapté à une tâche professionnelle.

03 Rédiger des instructions efficaces et structurées.

04 Utiliser l'IA pour rédiger, rechercher, synthétiser et analyser des informations.

05 Exploiter les principales fonctionnalités de ChatGPT et Claude.

06 Configurer un environnement ou assistant réutilisable.

07 Vérifier les résultats et appliquer les bonnes pratiques de confidentialité.

## PUBLIC

Dirigeants et entrepreneurs

Salariés de TPE et PME

Collaborateurs administratifs et commerciaux

Professionnels de la communication et du marketing

Toute personne souhaitant intégrer l'IA dans ses pratiques professionnelles

## PRÉREQUIS

Savoir utiliser un ordinateur, un navigateur Internet et des outils bureautiques courants

Aucune connaissance préalable en intelligence artificielle n'est nécessaire

## TARIFS

**890 € HT** interentreprises

**1 400 € HT** intra-entreprise

**1 290 € HT** individuel

## DÉLAIS D'ACCÈS

**10 jours** ouvrés — en financement direct, après réception du questionnaire de positionnement

**1 mois** environ — avec un financement OPCO ou FAF, dossier à déposer avant le début de la formation

## CONTACT ET INSCRIPTION

06 63 02 64 07
marketing@goldenreseau.fr
Golden Réseau, Chambéry (Savoie)

goldenreseau.fr

# Programme détaillé

## Jour 1. Comprendre et maîtriser les fondamentaux de l'IA

de 0 h à 1 h

### Comprendre l'intelligence artificielle

Comprendre les principes de l'IA générative.
Identifier ses principaux domaines d'application.
Découvrir les forces et limites des assistants.
Comprendre les erreurs possibles et les hallucinations.
Identifier les enjeux professionnels et éthiques.

de 1 h à 2 h 30

### Découvrir ChatGPT et Claude

Présentation des deux assistants.
Découverte de leurs interfaces.
Comprendre les différents modèles et fonctionnalités.
Différencier les offres gratuites et payantes.
Identifier les principaux critères de choix d'un outil.

de 2 h 30 à 4 h 30

### Apprendre à rédiger de bonnes instructions

Comprendre les bases du prompting.
Structurer une demande avec contexte, objectif et contraintes.
Définir le format attendu.
Utiliser des exemples et des documents de référence.
Améliorer progressivement une réponse.
Construire une bibliothèque de prompts réutilisables.

de 4 h 30 à 7 h

### Utiliser l'IA dans son activité

Rédiger des e-mails et documents professionnels.
Produire des synthèses et comptes rendus.
Analyser et résumer des fichiers.
Trouver des idées et structurer un projet.
Préparer des présentations.
Créer des contenus adaptés à son secteur.
Vérifier et corriger les résultats.

## Jour 2. Exploiter les fonctionnalités et développer de nouveaux usages

de 0 h à 2 h

### Découvrir les fonctionnalités avancées

Utiliser les projets et espaces de travail.
Ajouter des documents et instructions.
Exploiter les fonctions de recherche disponibles.
Comprendre la mémoire et les instructions personnalisées.
Découvrir les assistants spécialisés.
Identifier les fonctionnalités nécessitant un abonnement.

de 2 h à 3 h 30

### Travailler avec des documents et données

Analyser un document PDF.
Exploiter un tableau de données.
Structurer et reformuler des informations.
Comparer plusieurs documents.
Identifier les informations manquantes.
Vérifier les calculs et les sources.

de 3 h 30 à 5 h 30

### Construire ses propres usages professionnels

Identifier les tâches répétitives.
Déterminer les usages réellement utiles.
Structurer une bibliothèque de consignes.
Créer un projet ou assistant adapté à son métier.
Tester ses consignes sur plusieurs situations.
Définir un processus de validation humaine.

de 5 h 30 à 7 h

### Évaluation finale et plan d'action

Résoudre un cas professionnel complet.
Sélectionner les outils et fonctionnalités pertinents.
Rédiger et améliorer ses consignes.
Contrôler la qualité des résultats.
Présenter cinq applications possibles dans son activité.

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

**Support de présentation**
Diaporama projeté et remis à la fin de la formation

**Démonstrations**
En direct dans ChatGPT et Claude, avec comparaison des deux outils

**Exercices pratiques**
Rédaction de consignes, analyse de documents, vérification des réponses

**Mises en situation**
Cas professionnels proches de votre métier

**Questions et réponses**
Temps d'échange sur vos cas concrets à chaque module

**Outils remis**
Bibliothèque de prompts, guide des usages et checklist de vérification

**Des données protégées**
Les exercices utilisent des documents de démonstration fournis ou des données anonymisées. Le jour 1 se déroule entièrement avec les versions gratuites.

**Moyens techniques**
- Ordinateur et connexion Internet
- Un compte ChatGPT et un compte Claude à votre nom
- ChatGPT Plus (23 € TTC) ou Claude Pro (21,60 € TTC) par mois, recommandé pour le jour 2, à votre charge

# Évaluation et accessibilité

## COMMENT VOUS ÊTES ÉVALUÉ

**AVANT**
Questionnaire de positionnement sur les connaissances et usages de l'IA.

**PENDANT**
Exercices de rédaction de prompts, analyse de documents et vérification de réponses.

**À LA FIN**
Réalisation d'un cas professionnel complet, comprenant le choix de l'outil, la formulation des consignes, la production d'un résultat et sa vérification.

**75 %** des critères de la grille d'évaluation acquis pour réussir, soit au moins 11 sur 14. Vos résultats, objectif par objectif, figurent sur l'attestation de fin de formation.

## ACCESSIBILITÉ

### Une formation adaptée à chacun

Les besoins liés à une situation de handicap sont étudiés au cas par cas, avant l'inscription : rythme, supports, matériel, lieu. Signalez-les dans le questionnaire de positionnement ou contactez directement la référente handicap.

**RÉFÉRENTE HANDICAP**
**Adeline Pousset**
handicap@goldenreseau.fr

## ENCADREMENT ET SUIVI

### Encadrement

Formatrice : Adeline Pousset. Responsable pédagogique : Bruce Vuillermet. 1 à 6 participants.

### Suivi et validation

Feuilles d'émargement par demi-journée, certificat de réalisation et attestation de fin de formation.

### Après la formation

Questionnaires de satisfaction en fin de formation puis à distance, et pistes personnalisées si un objectif n'est pas atteint.

Formation professionnelle non certifiante. Déclaration d'activité en cours d'enregistrement auprès de la DREETS Auvergne-Rhône-Alpes.