

RÉF. APRIUM-IAQ · MIS À JOUR LE 24/09/2026

Programme de formation

L'IA au quotidien pour les professionnels

PUBLIC	Tous professionnels, sans compétence technique
PRÉREQUIS	Aucun
DURÉE	7 heures (1 jour)
MODALITÉ	Présentiel ou à distance
EFFECTIF	Groupe restreint, limité à 12 stagiaires

Comprendre l'intelligence artificielle sans jargon, tester des outils simples et repartir avec des usages concrets pour son poste.

01 OBJECTIFS

- Comprendre ce qu'est l'intelligence artificielle, et ce qu'elle n'est pas
- Identifier les usages possibles de l'IA dans ses missions quotidiennes
- Tester des outils d'IA simples et efficaces
- Adopter une posture d'utilisateur critique et responsable
- Imaginer des pistes d'intégration dans sa propre organisation

02 DÉROULÉ

1. Comprendre l'IA sans jargon (1 h)

- Définition simple, différence avec l'automatisation
- IA générative, apprentissage automatique : les notions clés
- L'IA déjà présente dans notre quotidien

2. Ce que l'IA change concrètement au travail (1 h 30)

- Gagner du temps sur les tâches répétitives
- Améliorer la qualité des documents et de la communication
- Aider à décider, structurer des idées, synthétiser

3. Tour d'horizon d'outils accessibles (2 h)

- ChatGPT, Copilot, Notion AI, outils de prise de notes
- Cas pratiques : écrire un e-mail, résumer un rapport, préparer une réunion
- Limites, biais et erreurs fréquentes

4. Atelier : et moi, qu'est-ce que j'en fais ? (2 h)

- Repérer ses tâches répétitives ou chronophages
- Scénarios d'usage personnalisés par métier
- Bilan : trois idées à tester dès le lendemain

5. Agir avec bon sens et responsabilité (30 min)

- Confidentialité, sécurité des données, vérification des contenus
- Ne pas tout déléguer à l'IA : garder la main

03 MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Pédagogie accessible à tous : exemples concrets, sans vocabulaire technique
- Alternance d'apports, de démonstrations en direct et de mise en pratique
- Livret de prise en main des outils testés

04 ÉVALUATION

- Auto-évaluation des acquis en début et en fin de session
- Mise en situation pratique sur les outils
- Attestation de fin de formation

05 ACCESSIBILITÉ

Formation accessible aux personnes en situation de handicap, sous réserve d'adaptations à étudier avec le référent handicap d'APRIUM, Miriam ELDAYA, avant la formation.