

Productivité IA : développez votre efficacité professionnelle avec l'intelligence artificielle

Booster sa productivité au quotidien grâce à l'Intelligence Artificielle (IA) générative

1 jour (7 heures)

Initiation

Présentiel ou classe à distance

à partir de

845 € HT par personne (TVA en vigueur)

 **Repas inclus en présentiel**

Contenu mis à jour le 30/09/2026. Document téléchargé le 07/10/2026.

L'Intelligence Artificielle (IA) a le potentiel de révolutionner votre quotidien professionnel. Grâce à l'Intelligence Artificielle (IA) vous pouvez automatiser les tâches répétitives et mieux gérer votre temps afin de vous recentrer sur les activités à forte valeur ajoutée pour votre entreprise. Cette formation vous offre l'opportunité de vous familiariser avec ces outils innovants qui deviendront bientôt indispensables.

Tous les outils utilisés durant cette formation respectent la confidentialité des données et sont gratuits (ou avec une version gratuite poussée). Ces 2 prérequis permettent de les utiliser sans contrainte durant la formation, et de faciliter leur intégration dans l'environnement professionnel de chaque participant. Les participants seront amenés à manipuler : Chat GPT, Gamma App, Sheet AI, Noota, Perplexity, Leonardo AI, Myreport, etc (liste non exhaustive, pouvant évoluer en fonction de l'évolution technologique, tarifaire et éthique de chaque outil).

Objectifs

A l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Comprendre les concepts de base sur l'Intelligence Artificielle (IA)
- Gagner en productivité en automatisant les tâches répétitives et la collecte des données
- Stimuler sa créativité avec l'aide de l'Intelligence Artificielle (IA).

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

Compétences acquises

Apprendre à utiliser des outils innovants pour améliorer sa productivité.

À qui s'adresse cette formation ?

Toute personne souhaitant booster sa productivité grâce à des outils innovants.

Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

Programme

1 Pendant votre formation

Développer son efficacité professionnelle avec l'IA

Comprendre les fondements de l'Intelligence Artificielle (IA)

- Appréhender les concepts de base de l'intelligence artificielle
- Découvrir quels sont les impacts de l'IA dans le monde du travail: avantages et inconvénients
- Comprendre ce qu'est l'IA Générative et plus particulièrement ChatGPT
- Savoir écrire un bon prompt

Exercice pratique : rédiger un prompt

Utiliser des outils d'IA quotidiennement pour sa gestion des tâches

- Identifier les domaines spécifiques où l'IA peut être appliquée de manière efficace
- Utiliser l'IA pour améliorer sa productivité et ses process
- Expérimenter l'IA pour organiser les tâches et gérer un projet
- Utiliser l'IA pour le filtrage des e-mails et la gestion des documents.

Stimuler sa créativité grâce à l'Intelligence Artificielle

- Découvrir les outils d'IA pour la traduction et la génération de contenus textes et images.
- Exploiter les plateformes d'intelligence collective et de collaboration basées sur l'IA pour stimuler l'innovation et la créativité.

Collecter des informations avec l'IA de manière éthique

- Sensibiliser aux enjeux de sécurité liés à l'utilisation de l'IA au travail
- Prendre conscience des questions éthiques lorsqu'on utilise l'IA pour améliorer son efficacité professionnelle
- Respecter les précautions à prendre pour éviter les erreurs et dérives potentielles
- Extraire des informations pertinentes et prendre des décisions éclairées

Exercice : Elaboration d'un plan d'action individuel pour intégrer l'IA dans ses pratiques au quotidien

Financement

Plusieurs dispositifs de financement sont accessibles via les OPCO (Opérateurs de Compétences), organismes agréés par le ministère du Travail dont le rôle est d'accompagner, collecter et gérer les contributions des entreprises au titre du financement de la formation professionnelle.

Pour plus d'information, une équipe de gestionnaires SKOLAE Formation spécialisée vous accompagne dans le choix de vos formations et la gestion administrative.

[Nous contacter pour en savoir plus →](#)

Intervenants

RIZZI Giorgio

Formateur et coach en Intelligence Artificielle et bien-être.

Catherine BERLIET

Formatrice experte en communication interpersonnelle, développement personnel et IA.

Alexandre ARLIN

Consultant spécialisé en IA, ALTHEIA CONSEIL

Modalités pédagogiques

Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Techniques pédagogiques :

Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs. Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation.

Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur notre plateforme.

[Accessibilité aux personnes en situation de handicap](#)

Détails de la session

Le 9 décembre 2026 (1 jour / 7 heures)

Metz

Le 9 décembre 2026 Metz

- 9 décembre 2026 9h00 – 17h30