MAEVA IA · FORMATION PROFESSIONNELLE
Tahiti, Polynésie française · jeremyrigaldambrun@gmail.com

Programme de Formation
Les bases de Claude

1 journée · 07h	100% présentiel, Tahiti	Tous secteurs · 8 à 10 pers.

Cette formation d'une journée permet à tout salarié de prendre en main l'outil d'IA Claude et de l'intégrer dans la gestion quotidienne de son activité professionnelle. Contrairement à « Découverte de l'IA », qui donne une culture générale de l'intelligence artificielle, cette formation est centrée sur un seul outil et sur des cas d'usage bureautiques directement réutilisables dès le lendemain : traitement de la messagerie, structuration de données de travail et pilotage de projets en tableau de bord.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Créer et paramétrer un compte Claude, et se repérer dans son interface.
- Appliquer la méthode Contexte / Tâche / Format pour formuler une demande claire et efficace, même sans expérience préalable de l'IA.
- Automatiser la récupération et le classement de ses e-mails, et en extraire les informations clés.
- Structurer une donnée brute (devis, fichier clients, stock, tarifs) en tableau comparatif exploitable.
- Alimenter un tableau de bord quotidien à partir de ses données de travail.
- Centraliser et piloter le suivi de plusieurs projets dans un tableau de bord unique, avec des comptes-rendus générés par l'IA.

Déroulé de la journée

Horaire	Activité	Durée
08h30	Accueil, café et installation	15 min
08h45	Ouverture, présentation du formateur et tour de table	15 min
09h00	Introduction — Les bases de Claude	1h
10h00	Module 1 — Récupération & classement d'e-mails avec l'IA	1h30
11h30	Pause	15 min
11h45	Module 2 — Structurer vos données avec l'IA	1h30
13h15	Pause déjeuner	1h
14h15	Module 3 — Tableau de bord quotidien	1h30
15h45	Pause	15 min

16h00	Module 4 — Suivi de projets en dashboard	1h30
17h30	Bilan, évaluation à chaud et remise d'attestation	15 min

Horaires donnés à titre indicatif pour une session démarrant à 08h30 ; ajustables selon l'heure de début convenue avec le client, sans changer le volume horaire total (07h de formation).

Contenu détaillé par module

Introduction – Les bases de Claude (1h)

- Création guidée d'un compte Claude et découverte commentée de l'interface.
- Présentation de la méthode Contexte / Tâche / Format pour formuler une demande efficace.
- Premiers échanges guidés avec Claude, même sans aucune expérience préalable de l'IA.

Objectif visé : *créer un compte Claude, se repérer dans l'interface et appliquer la méthode Contexte / Tâche / Format.*

Module 1 – Récupération & classement d'e-mails avec l'IA (1h30)

- Automatiser le tri de sa boîte mail à l'aide de Claude.
- Extraire en quelques secondes les informations clés d'un ensemble d'e-mails.
- Mise en pratique sur des exemples de boîtes mail professionnelles fictives, adaptables à la messagerie réelle des participants.

Objectif visé : *automatiser la récupération et le classement de ses e-mails, et en extraire les informations clés.*

Module 2 – Structurer vos données avec l'IA (1h30)

- Transformer une donnée brute (devis, fichier clients, stock, tarifs) en tableau comparatif structuré.
- Méthodologie de préparation et de vérification des données transmises à l'IA, pour garantir la fiabilité du résultat.
- Exercices pratiques sur des cas concrets fournis par les participants ou, à défaut, sur des cas fictifs représentatifs.

Objectif visé : *structurer une donnée brute en tableau comparatif exploitable.*

Module 3 – Tableau de bord quotidien (1h30)

- Construire un tableau de bord alimenté chaque matin à partir de ses données de travail.
- Automatiser la mise à jour et la présentation des indicateurs clés du poste ou de l'activité.
- Atelier pratique de construction d'un tableau de bord personnalisé par chaque stagiaire.

Objectif visé : *alimenter un tableau de bord quotidien à partir de ses données de travail.*

Module 4 – Suivi de projets en dashboard (1h30)

- Centraliser le suivi de plusieurs projets dans un tableau de bord unique.
- Générer des comptes-rendus automatisés à l'aide de l'IA.
- Élaboration d'un plan d'action individuel de poursuite de l'usage de Claude après la formation.

Objectif visé : *centraliser et piloter le suivi de plusieurs projets, avec des comptes-rendus générés par l'IA.*

Méthodes et moyens pédagogiques

- Alternance systématique entre apport théorique court, démonstration commentée en direct et mise en pratique individuelle.
- Exercices réalisés sur des cas fictifs ou des données proches du quotidien professionnel des participants, réadaptables en entreprise après la formation.
- Vidéoprojecteur, supports de présentation visuels, ordinateurs/smartphones des participants.

- Support remis à chaque stagiaire : modèles de prompts et de tableaux de bord prêts à l'emploi.
- Groupe WhatsApp de suivi post-formation et point de suivi individuel.

Évaluation et validation

- Évaluation continue par observation directe du formateur pendant les exercices pratiques : capacité à créer un compte, à structurer une donnée, à construire un tableau de bord.
- Évaluation à chaud en fin de session (questionnaire de satisfaction).
- Une attestation de participation est remise à chaque stagiaire présent sur l'ensemble de la journée.

Ce que le stagiaire repart avec

- ✓ Un guide participant complet, avec les méthodes et modèles utilisés en formation.
- ✓ Son propre tableau de bord et ses modèles de prompts, constitués pendant la journée.
- ✓ Un plan d'action individuel pour poursuivre l'usage de Claude après la formation.
- ✓ Une attestation de formation individuelle.

Prérequis et informations pratiques

Public : salariés d'entreprises de Polynésie française, tous secteurs, sans compétence technique préalable requise.

Prérequis : aucun. Disposer d'un smartphone ou d'un ordinateur et d'une adresse e-mail valide.

Lieu : locaux MAEVA IA ou salle mise à disposition par le client, à Tahiti.

Formateur : Jérémy RIGAL, fondateur de MAEVA IA.