



MAEVA IA · FORMATION PROFESSIONNELLE

Tahiti, Polynésie française · jeremyrigaldambrun@gmail.com

Programme de Formation

Découverte de l'IA

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

Cette formation d'une journée permet à tout salarié, sans expérience préalable de l'intelligence artificielle, de comprendre ce qu'est une IA générative et de l'utiliser de façon autonome dans son activité professionnelle quotidienne. La matinée pose les bases (comprendre, prendre en main les outils), l'après-midi installe une méthode de prompt réutilisable puis la met en pratique sur des cas concrets, jusqu'à la construction d'un livret de prompts personnel et d'un plan d'action.

Objectifs pédagogiques

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

- Comprendre les principes de base de l'intelligence artificielle générative et ses usages professionnels.
- Identifier, dans son propre poste de travail, les tâches pouvant être facilitées ou automatisées par l'IA (rédaction, communication, organisation, création de contenu).
- Créer et paramétrer un compte sur un outil d'IA générative, et naviguer dans son interface en autonomie.
- Formuler un prompt structuré et efficace, en appliquant une méthode simple et reproductible.
- Évaluer et corriger une réponse générée par l'IA pour l'adapter à son besoin réel.
- Poursuivre seul, après la formation, l'usage de l'IA dans son quotidien professionnel.

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	Module 1 — Découverte de l'IA générative	1h30
10h30	Pause	15 min
10h45	Module 2 — Prise en main des outils	1h30
12h15	Pause déjeuner	1h
13h15	Module 3 — Le prompt efficace	2h
15h15	Pause	15 min
15h30	Module 4 — Mise en pratique et autonomie	1h45

17h15	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

Module 1 – Découverte de l'IA générative (1h30)

- Qu'est-ce que l'intelligence artificielle générative : principe de fonctionnement expliqué simplement, sans jargon technique.
- Panorama comparatif de ChatGPT, Claude et Gemini : points communs, différences d'usage, forces respectives.
- Présentation de cas d'usage concrets, sélectionnés par métier et par secteur d'activité représenté dans le groupe.
- Échanges avec les stagiaires sur leurs propres besoins professionnels.

Objectif visé : *comprendre les principes de base de l'IA générative et ses usages professionnels.*

Module 2 – Prise en main des outils (1h30)

- Création guidée d'un compte sur l'outil d'IA retenu.
- Découverte commentée de l'interface : zone de conversation, historique, paramètres, fonctionnalités clés.
- Premières interactions guidées pas à pas, en binôme ou individuellement.
- Points de vigilance : confidentialité des données, fiabilité des réponses, usage responsable.

Objectif visé : *créer et paramétrer un compte, et utiliser les outils pour des tâches concrètes.*

Module 3 – Le prompt efficace (2h)

- Méthodologie de rédaction de prompts : contexte, tâche, format attendu, ton souhaité.
- Démonstration comparée : prompt vague versus prompt structuré.
- Exercices pratiques individuels sur des cas issus du quotidien professionnel des stagiaires.
- Correction collective et reformulation guidée des prompts produits.

Objectif visé : *formuler un prompt structuré et efficace, adapté à ses besoins métier.*

Module 4 – Mise en pratique et autonomie (1h45)

- Ateliers sur des cas fictifs représentatifs des situations rencontrées en entreprise.
- Travail sur l'évaluation critique d'une réponse générée par l'IA et son ajustement.
- Constitution personnelle d'un livret de prompts prêts à l'emploi.
- Élaboration d'un plan d'action individuel de poursuite de l'usage de l'IA après la formation.

Objectif visé : *évaluer, corriger et intégrer l'IA de façon autonome dans son quotidien professionnel.*

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, directement réadaptables par chaque stagiaire dans son entreprise après la formation.
- Vidéoprojecteur, supports de présentation visuels, ordinateurs/smartphones des participants.
- Support remis à chaque stagiaire : livret de prompts prêts à l'emploi, constitué au fil de la journée.
- 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.
- 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 prompts utilisés en formation.
- ✓ Son propre livret de prompts personnalisé, constitué pendant la journée.
- ✓ Un plan d'action individuel pour poursuivre l'usage de l'IA 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.

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

Formateur : Jérémy RIGAL, fondateur de MAEVA IA.