

IA et assistants intelligents : structurer son activité d'indépendant

Formation IA pour indépendants : créez vos assistants intelligents, automatisez vos tâches et structurez votre organisation en 2 jours.

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des stagiaires

- Travailleurs indépendants
- Freelances, consultants, formateurs, coaches
- Professionnels libéraux
- Dirigeants de micro-entreprises ou TPE

Prérequis

- Utiliser un ordinateur de manière autonome
- Disposer d'un compte sur un outil d'IA générative (ChatGPT, Claude ou équivalent)

Notre organisme organise ses formations dans des salles accessibles PMR – Toute demande particulière peut nous être portée et sera traitée avec la plus grande attention

Objectifs pédagogiques

- Décrire le fonctionnement d'un assistant IA et ses limites
- Formuler des prompts structurés adaptés à une tâche professionnelle précise
- Concevoir un assistant spécialisé (administratif, commercial, organisationnel)
- Paramétrer un espace de travail collaboratif avec un assistant (ex : fonctionnalité type "projet" ou "cowork")

Contenu de la formation

- Cartographier son activité pour identifier les leviers IA
 - Identifier ses missions principales
 - Lister les tâches récurrentes
 - Classer les tâches selon leur valeur ajoutée
 - Repérer les tâches déléguables à une IA
 - Distinguer conversationnel, assistant spécialisé et logique d'agent
 - Atelier : audit individuel des tâches et sélection de 8 à 10 tâches à transformer
- Maîtriser l'art du prompt professionnel
 - Structurer un prompt efficace (rôle, contexte, objectif, contraintes, livrable attendu)
 - Adapter le niveau de précision selon la tâche
 - Mettre en place une logique d'itération et d'amélioration
 - Constituer une bibliothèque de prompts métier
 - Atelier : création d'un kit de prompts personnalisés
- Concevoir ses premiers assistants spécialisés
 - Définir un rôle clair pour l'assistant

EI - Laura CHAMBRON / 3P FORM

1 Place de la Chapelle
64600 ANGLET
Email: laura@3p-formation.fr
Tel: +33661997421



- Rédiger son cadre d'intervention
- Intégrer des règles, un ton, des limites
- Tester et ajuster ses réponses
- Cas pratiques : Création d'un assistant administratif
Création d'un assistant relance client ou devis
Production intermédiaire :
Chaque participant créé au moins un assistant paramétré
- Organiser son travail avec un espace collaboratif IA
 - Structurer un projet avec un assistant dédié
 - Centraliser consignes, documents et contexte
 - Mettre en place une routine hebdomadaire assistée
 - Utiliser l'IA pour prioriser et planifier
 - Atelier : création d'un espace de pilotage personnel assisté
- Transformer un processus métier en workflow assisté
 - Identifier un processus complet (ex : de la demande client au devis)
 - Découper le processus en étapes
 - Associer chaque étape à un rôle IA
 - Formaliser un workflow clair
- Sécuriser et professionnaliser son usage
 - Identifier les données sensibles
 - Appliquer des règles de confidentialité
 - Mettre en place une check-list de vérification
 - Formaliser une charte personnelle d'usage de l'IA
- Construire sa feuille de route 90 jours
 - Prioriser les actions
 - Planifier les intégrations progressives
 - Définir des indicateurs simples de gain de temps et d'efficacité

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Moyens pédagogiques

- Modèle de cartographie des tâches
- Kit de prompts professionnels
- Trame de paramétrage d'assistant
- Modèle de workflow
- Trame de feuille de route 90 jours
- Support pédagogique numérique

Modalités techniques et assistance

Mise à disposition des sessions E-learning sur la plateforme DIGIFORFMA - Accessible 24/24 et 7/7 (une vidéo tutorielle est envoyée en amont) - Visio conférences sur la plateforme Zoom - Référent technique : Laura CHAMBRON - Assistance du Lundi au Vendredi de 8h30 à 18h au 06.61.99.74.211 et par mail en dehors de ces horaires : laura@3p-formation.fr

Dispositif de suivi de l'exécution et évaluations en cours de formation

- Auto-positionnement initial
- Exercices pratiques corrigés en séance
- Évaluation finale par la production d'un système d'assistants opérationnel
- Questionnaire de satisfaction à chaud

EI - Laura CHAMBRON / 3P FORM

1 Place de la Chapelle
64600 ANGLET
Email: laura@3p-formation.fr
Tel: +33661997421



- Évaluation différée possible lors de la classe virtuelle retour d'expérience

	<p>Référent handicap Laura CHAMBRON 06.61.99.74.21 laura@3p-formation.fr</p>
--	---

*Notre organisme organise ses formations dans des salles accessibles PMR
Toute demande particulière peut nous être portée et sera traitée avec la plus grande attention.*