

## ATELIER INTELLIGENCE ARTIFICIELLE EN ENTREPRISE

**GAGNER DU TEMPS,  
ALLÉGER SA CHARGE MENTALE  
ET AMÉLIORER SON EFFICACITÉ  
AU QUOTIDIEN**

Comprendre, utiliser et intégrer l'IA simplement dans son travail, sans jargon, avec des outils concrets et des résultats immédiats.

*Utiliser l'IA pour travailler mieux, pas plus !*



“  
*L'intelligence artificielle ne remplace pas l'humain, elle décuple son potentiel et libère du temps pour l'essentiel.*  
”



### TOUT PUBLIC

Tous les professionnels, quel que soit leur secteur d'activité ou leur poste.



### FORMAT ADAPTABLE

Atelier court ou programme évolutif.



### EN ENTREPRISE

Groupe de 1 à 50 participants.



Amanda ROBINET  
Directrice



06 85 67 64 04



www.himae.fr



## ATELIER INTELLIGENCE ARTIFICIELLE EN ENTREPRISE

Gagner du temps, alléger sa charge mentale et améliorer son efficacité au quotidien



### OBJECTIF DE L'ATELIER

Cet atelier en entreprise a pour objectif de comprendre simplement ce qu'est l'intelligence artificielle, découvrir ChatGPT et d'autres outils IA (Claude, GenSpark...), et apprendre à les utiliser concrètement pour gagner du temps, alléger sa charge mentale et améliorer son efficacité professionnelle.

Grâce à des exemples pratiques et des exercices guidés, les participants repartent avec des outils simples, immédiatement applicables dans leur quotidien pro.



### CONTEXTE & ENJEUX

L'IA transforme déjà nos façons de travailler. Savoir l'utiliser devient un véritable atout pour rester performant et compétitif.

Elle permet d'automatiser des tâches, de générer des idées, de rédiger, d'analyser et d'organiser l'information plus rapidement.

Mais son utilisation demande de comprendre ses possibilités, ses limites et les bonnes pratiques pour en tirer le meilleur.

Cet atelier apporte un éclairage clair et accessible, sans jargon, pour permettre à chacun de passer à l'action sereinement.



### PUBLIC

Tous les professionnels, quels que soient leur secteur d'activité ou leur poste : fonctions opérationnelles, administratives, techniques ou managériales.



### TRAVAIL SUR LES VALEURS

Un travail d'analyse est mené à partir du vécu des participants :

- Gain de temps et d'efficacité
- Simplification et qualité du travail
- Responsabilité et usage éthique de l'IA
- Ouverture au changement et à l'innovation
- Autonomie et montée en compétences

Cet atelier permet d'aligner l'utilisation de l'IA avec les valeurs et la culture de l'entreprise.



### MÉTHODOLOGIE

- Apports théoriques simples et concrets
- Démonstrations en direct
- Exercices pratiques guidés
- Cas d'usage issus du quotidien professionnel
- Échanges, partages et retours d'expérience

Cette approche favorise une compréhension immédiate et une appropriation durable des outils.



### BÉNÉFICES POUR LES SALARIÉS

- Gain de temps au quotidien
- Réduction de la charge mentale
- Plus d'efficacité et de clarté dans son travail
- Développement de nouvelles compétences
- Confiance dans l'utilisation d'outils innovants

### CONCLUSION

Cet atelier permet de découvrir l'IA de manière simple, concrète et utile. En comprenant ses atouts, ses limites et en s'exerçant à des cas pratiques, les participants gagnent en confiance et en efficacité. L'IA devient ainsi un allié puissant au service de la performance.



### PROGRAMME DE L'ATELIER DÉCOUVERTE

Comprends les bases de l'IA en 3h.

- 1 Historique de l'IA
- 2 Impact et chiffres clés
- 3 Limites de l'IA
- 4 Présentation des outils IA (ChatGPT, Claude, GenSpark...)
- 5 Les fonctionnalités de ChatGPT
- 6 Les règles du prompting
- 7 Exercices de prompting
- 8 Présentation d'outils complémentaires (Gamma, Notion AI...)
- 9 10 cas d'usage concrets



### MISE EN PRATIQUE

- Démonstrations d'outils en temps réel
- Création de prompts efficaces
- Exercices pratiques adaptés aux métiers des participants
- Production de contenus : textes, idées, synthèses, plans d'action, visuels...
- Échanges et ajustements personnalisés

Les participants repartent avec des outils prêts à l'emploi et des exemples concrets applicables immédiatement.



### ANCRAGE DU CHANGEMENT

- Identification des usages IA pertinents dans son poste
- Mise en place de micro-actions au quotidien
- Intégration progressive des outils
- Suivi et amélioration continue des pratiques

L'objectif est de faire de l'IA un véritable levier de performance durable, au service du travail et du bien-être.



### BÉNÉFICES POUR L'ENTREPRISE

- Productivité et efficacité accrues
- Réduction des tâches chronophages
- Meilleure qualité des livrables
- Innovation et modernisation des pratiques
- Équipes plus autonomes et agiles
- Gain de compétitivité
- Amélioration du bien-être et de l'engagement des collaborateurs

06 85 67 64 04

www.himae.fr

2 bis, avenue du Luxembourg  
55100 VERDUN