Bien formuler ses demandes à l'IA

La méthode et les usages les plus demandés

Une journée pour apprendre à obtenir de l'IA, du premier coup ou en deux ou trois échanges, un résultat professionnel directement utilisable. Sur vos propres dossiers, avec l'assistant IA de votre choix.

DURÉE	EFFECTIF	LIEU	TARIF
7 heures, 1 jour	3 à 8 personnes	Nice ou en intra	390 € HT / personne

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Pour qui
Chefs d'entreprise, indépendants, artisans, commerçants et porteurs de projet, de tous secteurs. Que vous n'ayez jamais utilisé l'IA, ou que vous l'utilisiez sans obtenir ce que vous voulez.

Prérequis
Savoir utiliser un ordinateur et un navigateur internet. Venir avec un ordinateur portable et un compte, gratuit ou payant, sur l'assistant IA de votre choix. Aucune connaissance technique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Compétence visée : formuler une demande à l'IA assez précise pour obtenir un livrable professionnel directement exploitable. À l'issue de la journée, vous serez capable de :

1. Expliquer pourquoi une demande vague produit un résultat moyen, et ce que l'IA ne peut pas deviner.
2. Rédiger une demande complète en 6 éléments : rôle, contexte, objectif, contraintes, exemple, format.
3. Améliorer un résultat par relances ciblées plutôt que de tout recommencer.
4. Appliquer la méthode aux 6 usages les plus courants : e-mails et courriers, devis et propositions, réseaux sociaux et site, synthèse de documents, marché, concurrents et aides, tableaux et organisation.
5. Vérifier un résultat avant de l'utiliser et respecter les règles de confidentialité.
6. Réutiliser une bibliothèque de 30 modèles de demande adaptés à votre activité.

CE QUE VOUS EMPORTEZ

- Le support de formation.
- La fiche mémo « La demande précise en 6 éléments ».
- La bibliothèque de 30 modèles de demande prêts à compléter, 5 par usage.
- La grille de vérification d'un résultat avant usage.
- Une assistance par e-mail pendant 30 jours après la formation.

DÉROULÉ DE LA JOURNÉE

Le matin, on apprend à formuler une demande précise ; l'après-midi, on l'applique à 6 cas concrets, en binômes, sur vos propres situations anonymisées.

Horaire	Séquence	Contenu	Méthode
9h00 – 9h30	Accueil et positionnement	Vos attentes et vos usages actuels, quiz de positionnement	Quiz, échanges
9h30 – 10h15	Demande vague, résultat moyen	La même tâche demandée de 3 façons ; ce que l'IA ne peut pas deviner ; ses limites	Démonstration, exercice
10h15 – 10h30	Pause		
10h30 – 12h00	La demande précise en 6 éléments	Rôle, contexte, objectif, contraintes, exemple, format ; relancer au lieu de recommencer ; faire poser ses questions par l'IA	Exercices individuels, correction collective
12h00 – 13h00	Déjeuner libre		
13h00 – 14h30	Ateliers 1 à 3	1. E-mails et courriers · 2. Devis et propositions · 3. Réseaux sociaux et site	Ateliers en binômes
14h30 – 14h45	Pause		
14h45 – 16h15	Ateliers 4 à 6	4. Synthèse de documents · 5. Marché, concurrents et aides · 6. Tableaux et organisation	Ateliers en binômes, mise en situation notée
16h15 – 16h45	Vérifier et protéger	Grille de vérification, données à ne jamais saisir, confidentialité, règlement européen sur l'IA	Cas pratiques
16h45 – 17h00	Évaluation et clôture	Quiz de sortie, questionnaire de satisfaction	Quiz

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Pédagogie active : apports courts, démonstrations en direct, exercices individuels, ateliers en binômes, correction collective à l'écran.
- Chaque participant travaille sur ses propres situations, anonymisées.
- Outils : votre assistant IA, en version gratuite ou professionnelle. La méthode est la même pour tous les assistants.
- Moyens : salle équipée d'un écran et d'une connexion internet ; un ordinateur par participant.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Moment	Outil	Ce qui est mesuré
Avant	Questionnaire de recueil des besoins et quiz de positionnement	Niveau d'entrée, usages actuels, tâches à traiter
Pendant	Exercices corrigés, grille d'observation des ateliers	Acquisition de la méthode en 6 éléments
Fin de journée	Quiz de sortie (mêmes questions qu'à l'entrée) et mise en situation notée	Atteinte des objectifs et progression ; validation à partir de 7 bonnes réponses sur 10
Fin de journée	Questionnaire de satisfaction	Satisfaction, pertinence, suggestions
3 mois après	Questionnaire au participant et au commanditaire	Usage réel, temps gagné

Documents remis : attestation de fin de formation et certificat de réalisation. Émargement par demi-journée.

VOTRE FORMATRICE



Catherine Martinetti

Dirigeante avant d'être formatrice, Catherine dirige des organisations et accompagne des chefs d'entreprise depuis plus de 16 ans. Elle applique ces méthodes dans ses propres entreprises. Executive Mastère Management de projet digital, Titre professionnel Expert Conseil Digital Media, certification TECODI (acculturation digitale), formation RGPD.

ACCESSIBILITÉ

Référente handicap : Catherine Martinetti, 06 35 27 36 57, contact@cmadvice.fr. Vous êtes en situation de handicap ? Contactez-nous avant l'inscription : nous étudions ensemble les adaptations possibles (supports, rythme, matériel) ou vous orientons vers un partenaire spécialisé. L'accessibilité des locaux est précisée pour chaque lieu de formation.

INDICATEURS DE RÉSULTATS

Formation lancée en 2026 : le taux de satisfaction, le taux d'atteinte des objectifs et le nombre de participants formés seront publiés après les premières sessions, puis mis à jour chaque trimestre.

MODALITÉS, DÉLAIS D'ACCÈS ET TARIFS

	Inter-entreprises	Intra-entreprise
Lieu	Smart Buro Nice, 48 bd Jean Jaurès, 06300 Nice	Dans vos locaux
Dates	Chaque mardi, 9h00 – 12h00 et 13h00 – 17h00	À convenir ensemble
Effectif	3 à 8 participants	3 à 8 participants de votre entreprise
Tarif	390 € HT par personne, soit 468 € TTC	1 400 € HT par jour et par groupe, soit 1 680 € TTC, hors frais de déplacement hors Alpes-Maritimes
Inclus	Supports, 30 modèles, assistance par e-mail 30 jours	Supports, 30 modèles, assistance par e-mail 30 jours
Délai d'accès	Jusqu'à 15 jours ouvrés entre la demande et la session ; inscription obligatoire	Jusqu'à 15 jours ouvrés entre la demande et la session

TVA au taux de 20 %. Déjeuner non compris. Annulation sans frais plus de 7 jours avant la session ; entre 7 jours et 48 heures avant, 50 % du prix est dû ; moins de 48 heures avant ou en cas d'absence, 100 %. Un participant peut être remplacé sans frais jusqu'à la veille. Pas convaincu après la journée ? Un échange individuel de 30 minutes vous est offert pour reprendre vos cas.

Financement : CM ADVICE n'étant pas certifiée Qualiopi à ce jour, la formation ne peut pas être prise en charge par un OPCO, un fonds d'assurance formation, France Travail ou le CPF. Elle est réglée par l'entreprise ou le participant.

POUR ALLER PLUS LOIN

Un projet spécifique ? Il se travaille en séances individuelles de 1h30, sur vos dossiers, en visio ou à Nice.

Accompagnement individuel	Prix HT	Prix TTC
Séance personnalisée de 1h30 (déduite si vous poursuivez l'accompagnement)	190 €	228 €
Forfait 3 séances, synthèse écrite après chaque séance et suivi par e-mail	690 €	828 €
Forfait 5 séances, synthèse écrite après chaque séance et suivi par e-mail	1 090 €	1 308 €

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS

06 35 27 36 57

contact@cmadvice.fr · www.cmadvice.fr

Un échange gratuit de 30 minutes avant de vous inscrire