

Utiliser l'IA dans son activité professionnelle

Produire un document et un tableau utiles à ton activité, avec des sources et des calculs vérifiés.

En préparation · Version du 12/09/2026

Public. Collaborateurs, dirigeants et indépendants qui débutent avec l'IA et veulent l'appliquer à leurs tâches administratives, commerciales ou de gestion.

Format. À distance, à ton rythme : cours, exercices et évaluations, avec assistance écrite

Durée estimée. 11 h

Estimation pédagogique à tester : ressources, pratique et évaluations. La durée contractuelle sera confirmée avec Aladé Conseils.

Prérequis

- Utiliser couramment un ordinateur, un navigateur et des fichiers bureautiques.
- Disposer d'un poste connecté, d'Excel et d'un assistant IA autorisé par l'entreprise.
- Travailler sur les données fictives fournies ou sur des documents explicitement autorisés.

Compétences visées

- Choisir une tâche pertinente et définir le résultat attendu.
- Rédiger une consigne avec contexte, contraintes et format de sortie.
- Produire une synthèse et un tableau en contrôlant les sources et les calculs.
- Réutiliser une méthode documentée en respectant les règles de confidentialité.

Déroulé pédagogique

01 · Choisir une tâche et poser les limites

Objectif. Délimiter un usage dont la réussite peut être vérifiée.

Comprendre les capacités et les erreurs fréquentes de l'IA ; distinguer les données utilisables, sensibles et à exclure.

Exercice. Classer des tâches d'une entreprise fictive et cadrer celle qui servira de fil conducteur.

Livrable. Une fiche de tâche avec critères de réussite et données autorisées.

Réussite. La tâche est bornée et les informations sensibles sont identifiées.

Estimation : 1 h 30 min, dont ressources 30 min, pratique 45 min, évaluation 15 min.

02 · Construire une consigne réutilisable

Objectif. Formuler une demande qui précise contexte, contraintes et résultat.

Apporter un exemple, organiser les sources et améliorer une réponse à partir de critères explicites.

Exercice. Rédiger puis comparer 2 consignes sur le même jeu de notes.

Livrable. Une consigne et une grille de comparaison.

Réussite. La consigne produit un résultat adapté au destinataire et au format demandé.

Estimation : 1 h 30 min, dont ressources 30 min, pratique 45 min, évaluation 15 min.

03 · Rédiger et synthétiser des documents

Objectif. Transformer des sources en document professionnel contrôlé.

Préparer un email, un compte rendu et une synthèse ; repérer les informations manquantes et vérifier les affirmations.

Exercice. Produire une note d'activité à partir de notes de réunion fictives et de documents de référence.

Livrable. Une synthèse annotée avec ses sources.

Réussite. Les décisions, faits et actions sont correctement attribués.

Estimation : 2 h, dont ressources 30 min, pratique 1 h 15 min, évaluation 15 min.

Déroulé pédagogique

04 · Travailler ses tableaux avec l'IA

Objectif. Nettoyer des données et contrôler une analyse simple dans Excel.

Repérer doublons et formats, faire expliquer une formule, analyser les écarts et vérifier les unités.

Exercice. Nettoyer un export commercial, contrôler les totaux et produire un graphique adapté.

Livrable. Un classeur vérifié et son journal de corrections.

Réussite. Les totaux concordent avec la référence et les données manquantes sont traitées.

Estimation : 2 h 30 min, dont ressources 45 min, pratique 1 h 30 min, évaluation 15 min.

05 · Vérifier avant de transmettre

Objectif. Appliquer une méthode de contrôle à un livrable complet.

Comparer les sources, tester les calculs et expliciter les incertitudes ; décider ce qui exige une validation humaine.

Exercice. Corriger une synthèse et un tableau contenant des erreurs préparées.

Livrable. Une grille de contrôle renseignée et une version corrigée.

Réussite. Les erreurs importantes sont identifiées et corrigées avec justification.

Estimation : 2 h, dont ressources 30 min, pratique 1 h 15 min, évaluation 15 min.

06 · Installer une pratique durable

Objectif. Rejouer le travail sur de nouvelles données.

Classer les consignes, noter leurs limites et définir qui vérifie et entretient les modèles de travail.

Exercice. Refaire le dossier sur un nouvel export puis remettre le document et le tableau finaux.

Livrable. Un dossier métier réutilisable et sa procédure.

Réussite. Le dossier est reproductible ; les vérifications sont compréhensibles par un collègue.

Estimation : 1 h 30 min, dont ressources 15 min, pratique 45 min, évaluation 30 min.

Évaluation et modalités proposées

Réalisation finale

Sur le cas fictif d'une entreprise de services, transformer des notes et un export commercial en synthèse d'activité et tableau de suivi. Expliquer les corrections et les limites avant remise.

- Le document répond au brief et distingue les faits des hypothèses.
- Les chiffres et formules sont comparés à des résultats de référence.
- Les sources, données exclues et vérifications sont documentées.

Suivi et assistance

Assistance technique et pédagogique écrite par l'équipe LE LABO IA. Le canal, les horaires et le délai de réponse seront confirmés avant l'inscription.

Un positionnement initial, des exercices et une remise finale sont prévus. Les modalités de correction, de conservation des preuves et de satisfaction seront validées avec Aladé Conseils avant l'ouverture.

Outils et conditions d'accès

Le socle prévoit un assistant IA autorisé et Excel. Les fonctions Copilot constituent une variante selon la licence et les réglages disponibles dans l'entreprise.

Le calendrier, la durée d'accès, le tarif, les frais éventuels et le délai d'entrée seront précisés avant engagement.

Accessibilité

Les besoins d'adaptation des supports, du rythme et du poste seront étudiés en amont avec le référent désigné par Aladé Conseils.

Financement OPCO possible, sous conditions

Aladé Conseils porte l'étude du dossier. Le montant mobilisable et le reste à charge dépendent de la situation et de l'accord du financeur. Le dispositif des indépendants est à vérifier selon leur statut et leur activité.

Les formations proposées dans ton espace restent en achat direct, hors dispositif OPCO. Les programmes présentés ici sont préparés spécifiquement avec notre partenaire de portage.

Contact LE LABO IA. contact@meydeey.com

Automatiser ses processus internes

Construire une automatisation métier qui traite les erreurs et peut être reprise par une personne responsable.

En préparation · Version du 12/09/2026

Public. Responsables opérationnels, référents numériques, dirigeants et indépendants qui veulent fiabiliser un processus répétitif entre leurs outils.

Format. À distance, à ton rythme : cours, exercices et évaluations, avec assistance écrite

Durée estimée. 14 h

Estimation pédagogique à tester : ressources, pratique et évaluations. La durée contractuelle sera confirmée avec Aladé Conseils.

Prérequis

- Savoir décrire les étapes d'un processus et manipuler des tableaux simples.
- Disposer d'un environnement n8n d'exercice et des accès autorisés aux outils choisis.
- Maîtriser les usages de base d'un assistant IA, via FP01 ou une pratique équivalente.

Compétences visées

- Cartographier les étapes, données et responsabilités d'un processus.
- Construire les échanges entre des outils autorisés.
- Traiter les entrées incomplètes, les doublons et les interruptions.
- Documenter les contrôles, les alertes et la procédure de reprise.

Déroulé pédagogique

01 · Cartographier et choisir le processus

Objectif. Définir un périmètre d'automatisation mesurable.

Identifier déclencheur, entrées, décisions, sorties et responsable ; poser les validations humaines.

Exercice. Dessiner le traitement d'une demande et choisir les étapes automatisées.

Livrable. Une fiche processus et un jeu de données fictives.

Réussite. Chaque étape a une entrée, une sortie et un responsable.

Estimation : 2 h, dont ressources 45 min, pratique 1 h, évaluation 15 min.

02 · Construire le premier enchaînement

Objectif. Faire circuler des données dans un workflow simple.

Configurer un déclencheur, lire les sorties et transformer les champs sans perdre leur sens.

Exercice. Recevoir une demande d'exercice et produire une ligne correctement structurée.

Livrable. Un workflow simple exportable.

Réussite. La sortie correspond au schéma attendu sur plusieurs entrées.

Estimation : 3 h, dont ressources 1 h, pratique 1 h 45 min, évaluation 15 min.

03 · Connecter les outils autorisés

Objectif. Configurer des échanges et protéger leurs accès.

Comprendre requêtes, authentification, champs utiles et limites de service ; choisir les droits nécessaires.

Exercice. Relier le workflow à un tableau et à un service de démonstration.

Livrable. Un workflow connecté et un inventaire des accès.

Réussite. Les données utiles sont transmises et les secrets restent hors des supports.

Estimation : 3 h, dont ressources 1 h, pratique 1 h 45 min, évaluation 15 min.

Déroulé pédagogique

04 · Traiter erreurs et doublons

Objectif. Rendre les cas d'échec prévisibles.

Contrôler les champs manquants, éviter les traitements répétés et prévoir une reprise après interruption.

Exercice. Injecter les incidents du jeu de test et documenter les comportements observés.

Livrable. Un tableau de tests avec résultats et corrections.

Réussite. Chaque incident prévu possède une réponse vérifiée.

Estimation : 3 h, dont ressources 45 min, pratique 2 h, évaluation 15 min.

05 · Superviser et transmettre

Objectif. Permettre le suivi et la reprise par le responsable.

Définir les contrôles, les alertes, les limites d'usage et la gestion des versions.

Exercice. Exécuter le parcours complet puis rédiger la procédure d'arrêt et de reprise.

Livrable. Le workflow final, ses tests et sa fiche d'exploitation.

Réussite. Une personne disposant des accès peut comprendre et rejouer le processus.

Estimation : 3 h, dont ressources 30 min, pratique 2 h, évaluation 30 min.

Évaluation et modalités proposées

Réalisation finale

Construire le traitement d'une demande entrante fictive : contrôler les champs, mettre à jour un tableau, préparer une notification et tester une donnée manquante, un doublon et une interruption.

- Le processus produit la sortie attendue sur les jeux de données fournis.
- Les incidents testés donnent un résultat contrôlé et explicable.
- La procédure permet de surveiller, arrêter et reprendre le workflow.

Suivi et assistance

Assistance technique et pédagogique écrite par l'équipe LE LABO IA. Le canal, les horaires et le délai de réponse seront confirmés avant l'inscription.

Un positionnement initial, des exercices et une remise finale sont prévus. Les modalités de correction, de conservation des preuves et de satisfaction seront validées avec Aladé Conseils avant l'ouverture.

Outils et conditions d'accès

n8n dans un environnement d'exercice isolé, outils métier de démonstration et accès API limités. Les éventuels frais d'hébergement et de services seront précisés avant inscription.

Le calendrier, la durée d'accès, le tarif, les frais éventuels et le délai d'entrée seront précisés avant engagement.

Accessibilité

Les besoins d'adaptation des supports, du rythme et du poste seront étudiés en amont avec le référent désigné par Aladé Conseils.

Financement OPCO possible, sous conditions

Aladé Conseils porte l'étude du dossier. Le montant mobilisable et le reste à charge dépendent de la situation et de l'accord du financeur. Le dispositif des indépendants est à vérifier selon leur statut et leur activité.

Les formations proposées dans ton espace restent en achat direct, hors dispositif OPCO. Les programmes présentés ici sont préparés spécifiquement avec notre partenaire de portage.

Contact LE LABO IA. contact@meydeey.com

Créer un assistant sur ses documents

Organiser une base documentaire et vérifier un assistant capable de retrouver l'information et de citer ses sources.

En préparation · Version du 12/09/2026

Public. Référents métier, responsables de service, dirigeants et indépendants qui souhaitent rendre leurs procédures et références plus faciles à consulter.

Format. À distance, à ton rythme : cours, exercices et évaluations, avec assistance écrite

Durée estimée. 12 h

Estimation pédagogique à tester : ressources, pratique et évaluations. La durée contractuelle sera confirmée avec Aladé Conseils.

Prérequis

- Savoir formuler une demande à un assistant IA et vérifier une réponse.
- Disposer de documents fictifs ou explicitement autorisés, avec un besoin documentaire délimité.
- Avoir un compte et un poste compatibles avec l'outil retenu, approuvés par l'entreprise.

Compétences visées

- Sélectionner et organiser un corpus documentaire à jour.
- Construire un assistant adapté au périmètre choisi.
- Évaluer les réponses, les sources et les informations manquantes.
- Définir les règles de partage et d'entretien du corpus.

Déroulé pédagogique

01 · Préparer les connaissances

Objectif. Construire un corpus cohérent avec le besoin.

Identifier les questions utiles, les propriétaires, les versions, les doublons et les données à écarter.

Exercice. Inventorier les documents fournis et choisir les versions de référence.

Livrable. Un inventaire avec règles de sélection.

Réussite. Chaque source a une utilité et une version identifiables.

Estimation : 2 h, dont ressources 30 min, pratique 1 h 15 min, évaluation 15 min.

02 · Construire le premier assistant

Objectif. Organiser un carnet de travail utilisable.

Importer les sources autorisées, formuler les demandes et comprendre les limites de la recherche documentaire.

Exercice. Créer le carnet du service et obtenir des réponses sur les questions initiales.

Livrable. Un assistant sur corpus d'exercice.

Réussite. Les réponses de base s'appuient sur les sources retenues.

Estimation : 2 h 30 min, dont ressources 45 min, pratique 1 h 30 min, évaluation 15 min.

03 · Évaluer les réponses et les limites

Objectif. Détecter une réponse fragile ou hors corpus.

Comparer aux réponses de référence, analyser les citations et tester les contradictions.

Exercice. Exécuter le jeu de questions, classer les résultats et corriger le corpus.

Livrable. Un tableau d'évaluation et un corpus corrigé.

Réussite. Les sources soutiennent les affirmations ; les limites sont explicites.

Estimation : 2 h 30 min, dont ressources 45 min, pratique 1 h 30 min, évaluation 15 min.

Déroulé pédagogique

04 · Produire un livrable sourcé

Objectif. Transformer les résultats en document transmissible.

Structurer une synthèse et un comparatif, vérifier les références et préparer les questions restantes.

Exercice. Rédiger une note pour un collègue à partir des procédures et de leurs différences.

Livrable. Une synthèse sourcée avec points à clarifier.

Réussite. La note permet de retrouver les documents et leurs passages utiles.

Estimation : 2 h, dont ressources 30 min, pratique 1 h 15 min, évaluation 15 min.

05 · Partager, actualiser et décider de la suite

Objectif. Maintenir la qualité dans le temps.

Définir les destinataires, remplacer un document et rejouer les contrôles ; comprendre quand envisager une architecture documentaire sur mesure.

Exercice. Simuler une nouvelle version, tester son effet et préparer la remise finale.

Livrable. Une procédure d'entretien et le dossier final.

Réussite. La mise à jour est vérifiée et les limites de l'outil sont prises en compte.

Estimation : 3 h, dont ressources 30 min, pratique 2 h, évaluation 30 min.

Évaluation et modalités proposées

Réalisation finale

Construire un assistant sur les procédures fictives d'un service. Tester des questions factuelles, une contradiction entre versions et des questions dont la réponse manque, puis remettre une synthèse sourcée.

- Les réponses pertinentes renvoient aux passages qui les justifient.
- Les contradictions et informations absentes sont identifiées.
- Les accès et la mise à jour des sources suivent une procédure explicite.

Suivi et assistance

Assistance technique et pédagogique écrite par l'équipe LE LABO IA. Le canal, les horaires et le délai de réponse seront confirmés avant l'inscription.

Un positionnement initial, des exercices et une remise finale sont prévus. Les modalités de correction, de conservation des preuves et de satisfaction seront validées avec Aladé Conseils avant l'ouverture.

Outils et conditions d'accès

Le parcours pratique utilise NotebookLM et un corpus fictif. Les limites de partage et de traitement des données dépendent du compte retenu. Les architectures sur mesure sont abordées comme prolongement à qualifier.

Le calendrier, la durée d'accès, le tarif, les frais éventuels et le délai d'entrée seront précisés avant engagement.

Accessibilité

Les besoins d'adaptation des supports, du rythme et du poste seront étudiés en amont avec le référent désigné par Aladé Conseils.

Financement OPCO possible, sous conditions

Aladé Conseils porte l'étude du dossier. Le montant mobilisable et le reste à charge dépendent de la situation et de l'accord du financeur. Le dispositif des indépendants est à vérifier selon leur statut et leur activité.

Les formations proposées dans ton espace restent en achat direct, hors dispositif OPCO. Les programmes présentés ici sont préparés spécifiquement avec notre partenaire de portage.

Contact LE LABO IA. contact@meydeey.com

Concevoir une application interne avec l'IA

Construire une application interne sur un cas délimité, vérifier ses accès et préparer sa mise en service.

En préparation · Version du 12/09/2026

Public. Référents numériques, chefs de projet, dirigeants et collaborateurs autonomes qui veulent construire un outil interne avec un assistant de développement.

Format. À distance, à ton rythme : cours, exercices et évaluations, avec assistance écrite

Durée estimée. 26 h 30 min

Estimation pédagogique à tester : ressources, pratique et évaluations. La durée contractuelle sera confirmée avec Aladé Conseils.

Prérequis

- Savoir manipuler fichiers et dossiers, décrire un besoin et vérifier un résultat IA.
- Disposer des droits d'installation et d'un accès autorisé à un assistant de développement.
- Prévoir un cas limité et des données fictives ; les outils techniques seront introduits dans le parcours.

Compétences visées

- Rédiger un besoin avec utilisateurs, périmètre et critères de réussite.
- Construire les écrans, les données et les échanges nécessaires.
- Définir et tester les rôles et droits d'accès.
- Préparer les tests, le déploiement et la maintenance de l'application.

Déroulé pédagogique

01 · Cadrer l'application

Objectif. Décrire un besoin réalisable dans le parcours.

Définir utilisateurs, fonctions, données, exclusions et critères de réussite.

Exercice. Rédiger le brief de l'outil de suivi et ses scénarios de test.

Livrable. Un brief et un schéma du parcours.

Réussite. Les scénarios couvrent le besoin et son périmètre.

Estimation : 3 h, dont ressources 1 h, pratique 1 h 30 min, évaluation 30 min.

02 · Piloter la construction avec l'IA

Objectif. Organiser un travail vérifiable par étapes.

Installer l'environnement, fournir le contexte, lire les modifications et conserver les versions.

Exercice. Construire une première interface puis demander une modification bornée.

Livrable. Un prototype et son historique.

Réussite. La modification répond au brief et peut être expliquée.

Estimation : 5 h, dont ressources 1 h 30 min, pratique 3 h, évaluation 30 min.

03 · Construire les écrans et les données

Objectif. Relier l'interface à un modèle de données simple.

Comprendre les échanges, valider les entrées et traiter les états vides ou les erreurs.

Exercice. Construire la création et le suivi d'une demande sur données fictives.

Livrable. Un parcours fonctionnel avec validation des entrées.

Réussite. Le parcours traite les cas normaux et les entrées invalides.

Estimation : 6 h, dont ressources 1 h 30 min, pratique 4 h, évaluation 30 min.

Déroulé pédagogique

04 · Définir et vérifier les accès

Objectif. Contrôler qui consulte et modifie les informations.

Introduire identité, rôles et autorisations ; tester les refus aux frontières serveur et données.

Exercice. Configurer 2 profils et vérifier leurs accès sur une grille commune.

Livrable. Une matrice d'accès et les preuves de tests.

Réussite. Les accès autorisés et refusés correspondent aux rôles prévus.

Estimation : 4 h 30 min, dont ressources 1 h, pratique 3 h, évaluation 30 min.

05 · Tester et corriger

Objectif. Reproduire un défaut et prouver sa correction.

Définir les tests utiles, lire les erreurs, corriger puis rejouer le parcours.

Exercice. Introduire un incident, documenter sa cause et vérifier la correction.

Livrable. Un dossier de tests et une correction expliquée.

Réussite. La correction tient sur le cas initial et les cas voisins.

Estimation : 4 h, dont ressources 1 h, pratique 2 h 30 min, évaluation 30 min.

06 · Préparer la mise en service et la reprise

Objectif. Transmettre une application maintenable.

Organiser le déploiement d'exercice, les secrets, la surveillance, les coûts et le retour arrière.

Exercice. Livrer l'application en environnement d'exercice et rejouer une procédure de reprise.

Livrable. Application, procédure et dossier final.

Réussite. La remise permet d'installer, vérifier et reprendre l'application.

Estimation : 4 h, dont ressources 1 h, pratique 2 h 30 min, évaluation 30 min.

Évaluation et modalités proposées

Réalisation finale

Construire un outil fictif de suivi de demandes, avec rôles distincts, statuts et historique. Montrer les tests, préparer un déploiement d'exercice et expliquer la reprise après incident.

- Le parcours principal satisfait les critères du brief.
- Les accès sont testés pour les profils autorisés et refusés.
- La livraison comporte les tests, les limites et une procédure de reprise.

Suivi et assistance

Assistance technique et pédagogique écrite par l'équipe LE LABO IA. Le canal, les horaires et le délai de réponse seront confirmés avant l'inscription.

Un positionnement initial, des exercices et une remise finale sont prévus. Les modalités de correction, de conservation des preuves et de satisfaction seront validées avec Aladé Conseils avant l'ouverture.

Outils et conditions d'accès

Assistant de développement autorisé, gestion de versions, environnement de données et hébergement d'exercice. Le socle existant utilise Claude Code ; la variante Codex est en préparation. Les abonnements et frais seront précisés avant inscription.

Le calendrier, la durée d'accès, le tarif, les frais éventuels et le délai d'entrée seront précisés avant engagement.

Accessibilité

Les besoins d'adaptation des supports, du rythme et du poste seront étudiés en amont avec le référent désigné par Aladé Conseils.

Financement OPCO possible, sous conditions

Aladé Conseils porte l'étude du dossier. Le montant mobilisable et le reste à charge dépendent de la situation et de l'accord du financeur. Le dispositif des indépendants est à vérifier selon leur statut et leur activité.

Les formations proposées dans ton espace restent en achat direct, hors dispositif OPCO. Les programmes présentés ici sont préparés spécifiquement avec notre partenaire de portage.

Contact LE LABO IA. contact@meydeey.com