FP01 · 1 · Usages quotidiens

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