Capsule
IA



IA & Métiers · 7 heures

L'IA dans votre métier

Une journée construite à partir des tâches réelles de votre fonction : marketing et communication, commercial et relation client, administration et gestion, ou management.

Programme de formation

Organisme certifié Qualiopi

capsuleia.fr — contact@capsuleia.fr

06 21 00 58 94

Présentation

Capsule IA est un organisme de formation spécialisé dans l'accompagnement des entreprises à l'ère de l'Intelligence Artificielle. Nos programmes sont conçus pour être directement applicables, conformes aux exigences de la certification Qualiopi, et adaptés à tous les niveaux de maturité sur le sujet.

Ce document présente le programme de formation : L'IA dans votre métier. Un parcours de 7 heures qui part des tâches, des outils et des situations propres à chaque fonction pour construire des apprentissages directement utilisables. Trame de référence : le programme est adapté à votre métier, votre secteur et votre niveau après un échange préalable.

1 Informations générales

Intitulé de la formation	L'IA dans votre métier — usages IA par fonction
Public cible	Équipes et collaborateurs d'une même fonction : marketing & communication, commercial & relation client, administration & gestion, management & organisation. Autres métiers sur demande.
Prérequis	Aucun prérequis technique. Savoir utiliser un ordinateur et un navigateur internet.
Durée	7 heures — trame adaptable de 3 h à 14 h selon les besoins
Format	Présentiel ou distanciel (classe virtuelle) — Intra-entreprise
Répartition	20 % théorie appliquée — 80 % ateliers pratiques sur vos situations
Accessibilité	Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Des adaptations peuvent être étudiées au cas par cas.

2 Objectifs de la formation

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Identifier les usages de l'IA qui ont du sens pour leur métier, et ceux qui n'en ont pas.
- Construire une consigne claire (contexte, objectif, informations, format attendu) pour leurs tâches récurrentes.
- Produire des livrables professionnels de leur fonction avec l'IA.
- Vérifier et garder la maîtrise des résultats produits par l'IA.

3 Compétences visées

- Cartographier les tâches de son métier et repérer les gains de temps.
- Rédiger des consignes adaptées à ses situations professionnelles.
- Produire contenus, argumentaires, synthèses ou plans d'action selon sa fonction.
- Appliquer les règles de confidentialité et de vérification (RGPD, AI Act).

4 Contenu pédagogique

Le programme — 1 journée (trame adaptable). Les cas pratiques sont tirés de l'activité réelle des participants, préparés lors d'un échange préalable.

Matin — Les bons réflexes appliqués à votre métier — 3 h 30

	Module	Contenu	Objectifs pédagogiques	Durée
1	**L'IA appliquée à votre fonction**	Ce que l'IA générative sait et ne sait pas faire ; les usages qui ont du sens dans votre métier ; limites et précautions.	Repérer les occasions d'utiliser l'IA dans ses missions ; connaître les limites.	**1 h**
2	**Atelier : cartographier ses tâches**	Inventaire des tâches de la fonction : répétitives, chronophages, à faible valeur ; priorisation des cas d'usage.	Identifier ses cas d'usage prioritaires et le gain de temps potentiel.	**1 h 15**
3	**Atelier : la consigne bien construite**	Contexte, objectif, informations à utiliser, format attendu ; itérer sur des demandes réelles de la fonction.	Construire une consigne claire et l'améliorer par itérations.	**1 h 15**

Après-midi — Ateliers par métier — 3 h 30

	Module	Contenu	Objectifs pédagogiques	Durée
4	**Atelier métier au choix**	Marketing & communication : idées de campagne, adaptation de messages, préparation de contenus. Commercial & relation client : préparation de rendez-vous, argumentaires, relances personnalisées. Administration & gestion : structurer des informations, organiser des notes, préparer des synthèses. Management & organisation : explorer des scénarios, structurer des plans d'action, préparer des décisions.	Produire un livrable réel de sa fonction avec l'IA.	**2 h**
5	**Ma bibliothèque de prompts métier**	Constituer une bibliothèque de consignes prêtes à l'emploi, classée par situation de travail.	Repartir avec des consignes réutilisables dès le lendemain.	**1 h**
6	**Plan d'usage à 30 jours**	Choisir 3 usages à ancrer, définir les vérifications à prévoir et planifier l'adoption.	Planifier l'intégration durable de l'IA dans son poste.	**30 min**

✓ **Livrables :** Bibliothèque de prompts métier + Plan d'usage à 30 jours

Avant de commencer — ce qu'il faut prévoir

- Un ordinateur avec navigateur internet.
- Un compte créé sur au moins un assistant IA (nous vous guidons avant le démarrage).
- Des exemples de tâches et de documents de votre fonction (anonymisés si nécessaire).

5 Méthodes et moyens pédagogiques

Méthodes pédagogiques	• Active : 100 % de pratique sur les outils, cas réels de l'apprenant. • Démonstrative : chaque geste est montré avant d'être refait. • Interrogative : échanges, questions-réponses à chaque séance.
Moyens pédagogiques	• Support de formation dématérialisé. • Accès aux outils IA pendant la formation. • Guides d'installation et fiches mémo. • Enregistrement des méthodes pour les rejouer après la formation.
Encadrement	Formateur ou formatrice expert(e) de l'outil enseigné.

6 Modalités de suivi et d'évaluation

Suivi de l'exécution	• Feuilles de présence émargées. • Attestation de fin de formation.
Évaluation des acquis	• Diagnostique : questionnaire de positionnement avant la formation (niveau, usages, attentes). • Formative : un livrable à la fin de chaque séance valide la compétence travaillée. • Sommative : debrief de 30 minutes en séance 8, bilan des acquis et plan d'action à 30 jours.
Évaluation de la satisfaction	Questionnaire de satisfaction à chaud.

7 Modalités d'accueil et d'accompagnement

• Accueil : email de bienvenue avec les informations pratiques, le guide d'installation et l'accès aux outils. • Accompagnement : suivi par le formateur ou la formatrice tout au long du parcours. Les cas pratiques s'appuient sur l'activité réelle du participant.

Un usage responsable de l'IA

Former les personnes qui utilisent l'intelligence artificielle est une exigence du règlement européen sur l'IA. Cinq règles sont transmises dès la première séance.

Protéger les données
Ne pas confier à un outil non validé des informations permettant d'identifier une personne ; anonymiser les exemples.

Vérifier avant d'utiliser
Un chiffre, une source ou une mention légale produits par l'IA sont relus avant toute diffusion.

Contrôler ce que fait un agent
Droits minimaux, secrets protégés, validation humaine avant toute action irréversible.

Signaler les contenus générés
Un contenu produit par l'IA et diffusé à un tiers est signalé comme tel.

Vérifier ce qu'on installe
Licence, origine et maintenance d'un outil tiers sont contrôlées avant de l'utiliser.

Votre formateur · votre formatrice



Faouzi Fieve, Wissam Bouakline et Ismael Lepennec

Formateurs Capsule IA

Des expertises complémentaires : développement d'entreprise et IA, solutions IA métiers et automatisation no-code, IA générative et automatisation. Le formateur est choisi selon votre métier.

Les livrables clés : Une bibliothèque de prompts métier et un plan d'usage à 30 jours

CAPSULE IA – Société par actions simplifiée (SAS)
SIREN 989 531 116 – SIRET 989 531 116 00014
Siège et établissement principal : 25 rue Romain Rolland, 45100 Orléans
Code NAF/APE : 85.59A
Représentée par Faouzi FIEVE, Directeur général & Ismael LE PENNEC Président
NDA : 24450461545 d'enregistrement auprès de la Région Centre-Val de Loire, cet enregistrement ne valant pas agrément de l'État
Tél. : 07 67 93 30 36 — Mail : contact@capsuleia.fr
Version 1 – novembre 2026