

IA générative

TECHNIQUES ET MÉTHODES POUR GAGNER EN TEMPS, EFFICACITÉ ET CONFORT



OBJECTIFS

- Connaître les outils et méthodes de gestion du temps et des priorités
- Découvrir l'IA générative : comprendre les bases, les avantages, les limites, précaution et sécurité
- Applications concrètes : apprendre à utiliser l'IA pour optimiser son temps, son efficacité professionnelle et privée
- Sécurité et éthique : connaître les bonnes pratiques pour une utilisation sûre et responsable de l'IA



PROGRAMME

Découvrir et surmonter les freins à une gestion efficace du temps et des priorités

Identifier les freins personnels à la gestion du temps
Analyser comment votre type de personnalité influence votre gestion du temps
Identifier les formes d'inefficacité et les comportements qui nuisent à la productivité
Comprendre les causes fréquentes de perte de temps dans votre quotidien.

Introduction à l'IA générative, gestion du temps et des priorités

Techniques de gestion du temps et des priorités : méthodes et outils efficaces.
Comprendre les principes de base de l'IA générative.
Exemples d'applications dans divers domaines
Panorama des outils d'IA pour la gestion du temps et des priorités.

Présentation de ChatGPT et autres outils d'IA générative

IA générative : avantages, limites, précautions et sécurité
Démonstrations pratiques avec ChatGPT (version gratuite/payante) : création de contenu, analyse, génération d'images...
Méthode de « prompt » pour améliorer les résultats de ses requêtes
Comparatif entre plusieurs IA génératives.

Atelier pratique en intelligence collective et feedback

Atelier interactif pour optimiser son temps et son efficacité : mise en pratique avec l'outil ChatGPT dans des scénarios réels.
Partages d'expériences et retour d'évaluation





Accessible aux personnes
en situation de handicap
Réfèrent handicap : 02 54 53 52 05

PUBLIC – PREREQUIS

Tout professionnel souhaitant découvrir le bon usage de l'IA générative pour optimiser son temps et ses priorités

Il est conseillé de souscrire à un abonnement gratuit ChatGPT (Open AI) pour la mise en pratique

PEDAGOGIE

Méthodes participative et interactive

MOYENS ET OUTILS

Démonstrations avec l'IA générative
Exercices pratiques et discussions de groupe
Mémento remis en fin de formation

MODALITES D'EVALUATION

Positionnement pré et post formation par le formateur

Bilan oral de fin de formation

Grille d'évaluation individuelle de fin de formation

DUREE

½ journée soit 3h30

DATE

6 février 2025

PRIX

165 € par stagiaire



CONTACT

NATHALIE PRIN

16 Place Saint Cyran
36 000 Châteauroux
02 54 53 52 02 – 02 54 53 52 00
fpc@indre.cci.fr
www.campus-centre.fr

Siret : 183 600 014 000 17
N° d'activité formation : 2436P000136

