



Màj le 02/03/2026

## FORMATION INITIATION A L'IA Booster son activité et gagner du temps au quotidien



La formation est organisée dans une salle équipée d'une bonne connexion Internet exploitable par tout le groupe et une installation électrique permettant de raccorder tous les ordinateurs portables des participants.



Les stagiaires doivent venir équipés d'un ordinateur portable, d'une tablette ou d'un smartphone connecté avec ChatGPT préinstallé sur leur dispositif et avec un compte (gratuit) créé chez ChatGPT (\*voir tuto en annexe).

Public visé : Buralistes et collaborateur de point de vente

Prérequis : Cette formation ne nécessite pas de prérequis

Durée de la formation : ½ journée (3h30)

Modalités d'organisation : Formation en présentiel

Nombre de stagiaires : Minimum 6 / Maximum 10

Tarif : 1 200 € HT/groupe

### Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation, les stagiaires seront capables de :

- 🔥 Expliquer le fonctionnement général d'une IA générative
- 🔥 Identifier trois usages concrets dans leur point de vente
- 🔥 Rédiger un prompt structuré selon la « méthode TABAC » et l'améliorer, pour générer des contenus adaptés à leurs activités.
- 🔥 Utiliser l'IA pour :
  - La communication (publications Facebook, affiches, annonces).
  - L'animation du point de vente (promotions, événements).
  - Les tâches de gestion courantes (messages, organisation).
- 🔥 Créer des visuels professionnels en utilisant des outils simples.
- 🔥 Constituer leur propre boîte à outils IA personnalisée pour leur débit de tabac.



## Contenu de la formation :

### **1. Mise en route et démystification de l'IA**

- ✓ Démonstration courte de ChatGPT avec une question métier concrète
- ✓ Echanges : "qu'est-ce que ça change pour moi au quotidien ?"
- ✓ Présentation des objectifs de la demi-journée

### **2. Atelier 1 – Rédiger avec l'IA**

- ✓ Exemples de prompts efficaces et inefficaces
- ✓ Exercice pratique : rédiger un message ou une annonce Facebook
- ✓ Amélioration collaborative : reformuler pour obtenir un meilleur livrable : texte prêt à publier

### **3. Atelier 2 – Mes prompts du quotidien : la méthode TABAC**

- ✓ Introduction à la structure d'un prompt efficace. Présentation de la méthode TABAC
- ✓ Exercice : chaque participant crée 3 prompts utiles (communication, gestion, animation du débit)  
Mutualisation : partage entre participants

### **4. Atelier 3 – Créer un visuel avec l'IA**

- ✓ Exercice pratique : créer une affiche ou une image de publication
- ✓ Focus sur la cohérence visuelle (logo, ton, réglementation)
- ✓ Livrable : visuel au format PDF/JPEG prêt à l'emploi

### **5. Conclusion**

- ✓ L'humain au centre : l'IA assiste, le buraliste décide
- ✓ Sécurité : Protection des données et limites de l'IA
- ✓ Et demain : évolution permanente de l'IA
- ✓ Votre première action IA

## Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mis en œuvre

- 🔥 Moyens et méthodes pédagogiques : Mise en situation réelle et ateliers collaboratifs
- 🔥 Moyens techniques : Salle de formation équipée, vidéoprojecteur et paperboard
- 🔥 Moyens d'encadrement : Formation animée par un formateur expert de Formation Buralistes.

## Moyens permettant le suivi et l'appréciation des résultats

- 🔥 Suivi de l'exécution : Feuille d'émargement signée par les stagiaires et le formateur par demi-journée.
- 🔥 Appréciation des résultats :
  - ✓ Evaluation formative tout au long de la formation (Exercices pratiques).
  - ✓ Evaluation des acquis en fin de formation (Questionnaire d'évaluation).
  - ✓ Enquête de satisfaction des stagiaires.
  - ✓ Attestation de suivi de stage.

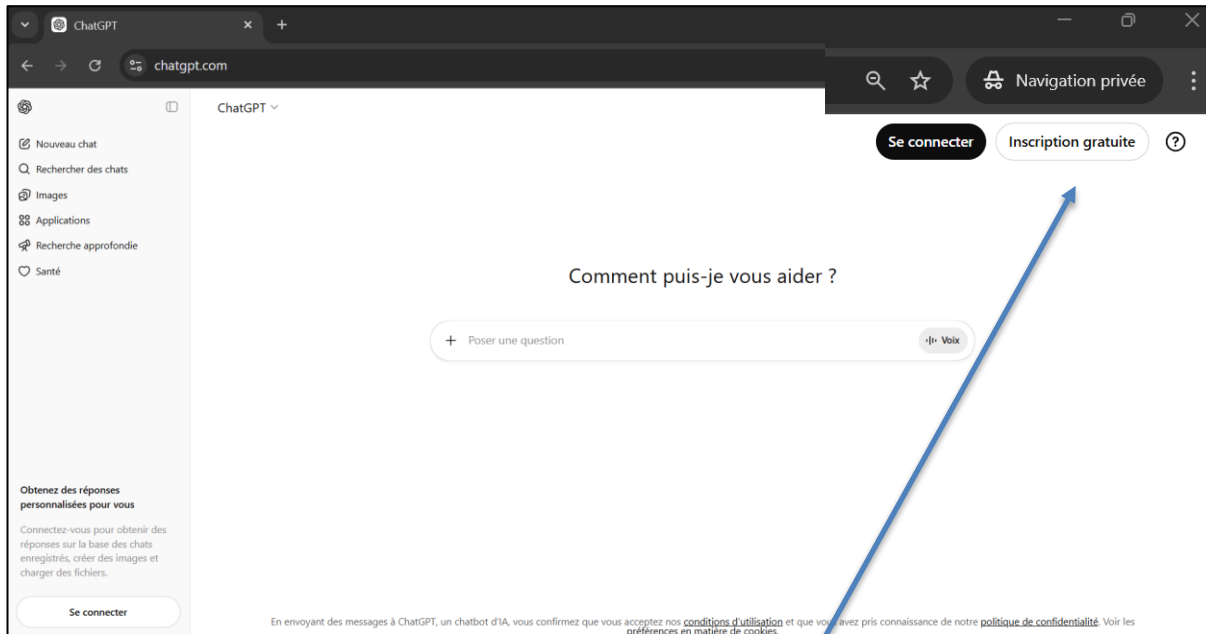


## \*Tuto « comment créer votre compte ChatGPT gratuit en 4 étapes simples »

Attention : Inscription gratuite – Pas de carte bancaire – Ne jamais saisir de données sensibles.

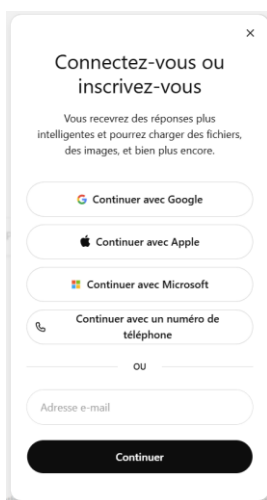
### Étape 1 – Ouvrir le site

Rendez-vous sur <https://chat.openai.com>



### Étape 2 – Cliquer sur “inscription gratuite” en haut à droite

### Étape 3 - S’inscrire en choisissant Google/Apple/Microsoft/ Téléphone ou adresse e-mail



### Étape 4 – Valider l’inscription : Confirmez via l’e-mail reçu et complétez vos informations