



FORMATION

Excellence en Gestion du Temps et Priorités à l'Ère de l'IA Générative



CAEN • CHERBOURG • LE HAVRE • ROUEN



FORMATION

Excellence en Gestion du Temps et Priorités à l'Ère de l'IA Générative



LES CONDITIONS D'ACCÈS

- Pré-positionnement avec un questionnaire pré-formation sur l'Utilisation de l'IA Générative pour gagner du temps ;
- Rendez-vous individuel avec un conseiller en formation.

LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Alternance entre théorie, démonstrations en direct et exercices pratiques.
- Utilisation de logiciels d'IA générative pour des ateliers interactifs.
- Études de cas et travail en petits groupes pour favoriser l'apprentissage collaboratif.
- Support pédagogique comprenant des vidéos, des articles, et des guides d'utilisation des outils d'IA.

SUIVI & ÉVALUATION

- Évaluation formative à travers des exercices pratiques et des mises en situation.
- Évaluation sommative via un questionnaire en ligne à la fin de la formation.
- Suivi post-formation avec accès à une plateforme d'e-learning pour la consolidation des acquis.

+ LES PLUS ALTERNANCIA

- Approche personnalisée permettant d'adapter les techniques de gestion du temps à chaque profil.
- Accès post-formation à des ressources et à une communauté en ligne pour un soutien continu.
- Formation conçue pour être immédiatement applicable, avec des outils et stratégies prêts à l'emploi qui peuvent être intégrés dans les routines professionnelles quotidiennes des participants.



DURÉE

- 20h réparties sur 2,5 jours :
- ↳ En présentiel : 2j (16h)
- ↳ A distance : 1/2 jrnée (4h)



PUBLIC CIBLE

- Salariés à tous niveaux hiérarchiques intéressés par l'amélioration de leur gestion du temps.
- Professionnels souhaitant intégrer des outils d'IA pour optimiser leurs processus de travail.



OBJECTIFS

- Maîtriser les techniques avancées de gestion du temps et des priorités.
- Exploiter l'IA générative pour renforcer l'efficacité personnelle et professionnelle.
- Développer des stratégies adaptatives pour la priorisation et l'automatisation des tâches.
- Adopter une approche éthique et responsable dans l'utilisation de l'IA.

FORMULE À PARTIR DE

1 390,00 € HT

Offre de lancement

1 290,00 € HT

www.alternancia.ai

PROGRAMME DE LA FORMATION PRÉVISIONNEL ADAPTÉ EN FONCTION DES BESOINS DU GROUPE

JOUR 1 : FONDATIONS DE LA GESTION DU TEMPS ET INTRODUCTION À L'IA

MATINÉE (4 HEURES)

- Introduction et objectifs de la formation.
- Principes de base de la gestion efficace du temps et des priorités.
- Auto-diagnostic des pratiques de gestion du temps des participants.

APRÈS-MIDI (4 HEURES)

- Panorama des technologies IA et leur potentiel pour la productivité.
- Principes de base de l'IA générative et son application dans la gestion du temps.
- Atelier interactif : Rédaction de prompts pour l'automatisation des tâches simples.

JOUR 2 : OPTIMISATION ET AUTOMATISATION AVEC L'IA

MATINÉE (4 HEURES)

- Approfondissement des techniques de priorisation : Matrice d'Eisenhower, loi de Pareto.
- Découverte d'assistants virtuels basés sur l'IA pour la planification et l'organisation.
- Exercice pratique : Mise en place d'un workflow automatisé avec l'IA pour la gestion des emails et des rendez-vous.

APRÈS-MIDI (4 HEURES)

- Stratégies d'optimisation de la gestion de l'information grâce à l'IA (filtrage, recherche avancée).
- Créativité et innovation : utilisation de l'IA pour générer des idées et des solutions.
- Cas d'étude : Analyse de l'impact de l'automatisation IA sur la productivité d'une équipe projet.

DEMI-JOURNÉE À DISTANCE : CONSOLIDATION, ÉTHIQUE ET APPLICATION PERSONNELLE

SESSION À DISTANCE (4 HEURES)

- Revue des plans d'action personnels : intégration de l'IA dans les routines de gestion du temps.
- Discussion sur les considérations éthiques, la sécurité des données et les limites de l'IA.
- Q&A en direct avec un expert en IA : Meilleures pratiques pour une utilisation responsable et efficace de l'IA.

INTÉGRATION DE LA TECHNOLOGIE ET DU SUPPORT POST- FORMATION

- Fourniture d'un kit de démarrage numérique aux participants, incluant des logiciels d'IA générative, des templates de prompts, et des guides de bonnes pratiques.
- Accès à une plateforme en ligne dédiée pour le partage d'expériences, le réseautage entre pairs, et l'accès à des mises à jour sur les outils et techniques d'IA.

ÉVALUATION ET FEEDBACK

- Mise en place d'un système de feedback continu permettant aux participants d'évaluer leur progression et d'identifier les domaines nécessitant un approfondissement.
- Organisation, un mois après la formation, d'une session de suivi à distance pour évaluer l'intégration des compétences dans le milieu professionnel et répondre aux questions résiduelles.

DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL CONTINU

- Proposition d'un parcours de développement professionnel continu avec des recommandations de lectures, des webinaires thématiques, et des ateliers de perfectionnement sur des sujets avancés en IA et gestion du temps.
- Mise en place d'un programme de mentorat où les participants peuvent bénéficier de conseils personnalisés d'experts en IA et en productivité pour les aider à surmonter les défis spécifiques à leur contexte professionnel.

CERTIFICATION

- Délivrance d'un certificat de réussite à l'issue de la formation, validant les compétences acquises en gestion du temps, priorisation et utilisation de l'IA générative pour améliorer la productivité.
- Le certificat servira de reconnaissance des compétences pour le développement professionnel et pourra être ajouté au portfolio professionnel des participants.



FORMATION

Excellence en Gestion du Temps et Priorités à l'Ère de l'IA Générative

BILAN & PERSPECTIVES

En clôture de la formation, une session de réflexion collective permettra de discuter des applications concrètes des compétences acquises, des succès et des défis rencontrés dans l'intégration de l'IA dans la gestion du temps. Cette session vise également à identifier les perspectives d'évolution future dans l'utilisation de l'IA pour la productivité personnelle et professionnelle, encourageant les participants à rester à l'avant-garde des tendances technologiques.

Ce programme de formation est conçu pour équiper les participants non seulement avec des compétences pratiques immédiatement applicables mais aussi avec une vision à long terme pour leur développement professionnel dans un monde de travail en constante évolution. En se concentrant sur des méthodologies éprouvées et sur l'avant-garde de l'IA générative, les participants deviendront des acteurs clés de l'innovation et de l'efficacité au sein de leurs organisations.



OUTILS PÉDAGOGIQUES

→ Écrans interactifs et équipements informatiques

→ Accès certifications : TOEIC, Certificat Voltaire,

→ Wordpress, ChatGPT 4, Firefly, Dall.E,

→ Suite Adobe, Google Education,



CAEN

80 avenue de Thies
Péricentre 5

LE HAVRE

108 boulevard
Jules Durand

CHERBOURG

120 rue Roger
Glinel

ROUEN

16 rue de
l'Aubette