



CREATION DE CONTENUS REDACTIONNELS ET VISUELS PAR L'USAGE RESPONSABLE DE
L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE GENERATIVE

PROGRAMME

MODULE 1 – DÉFINIR LA STRATÉGIE D'IMPLEMENTATION DE L'IA GÉNÉRATIVE

Comprendre l'IA générative, identifier les outils pertinents et définir un plan d'intégration adapté à son activité professionnelle.

- Qu'est-ce que l'intelligence artificielle ?
- Quels outils IAG utiliser ?
- Comment utiliser l'IA dans son activité ?
- Exemples d'usage dans le poste de travail : identification des bénéfices et des tâches automatisables
- Élaboration d'un plan stratégique d'intégration de l'IA dans l'activité professionnelle



PROGRAMME

MODULE 2 – RÉDIGER UN PROMPT OPTIMAL AVEC LES TECHNIQUES DE PROMPT ENGINEERING

Apprendre les bases du prompt engineering et créer des demandes (prompts) efficaces pour produire des contenus rédactionnels et visuels.

- Importance du prompt et analyse de bons/mauvais prompts
- Techniques principales : prompt en entonnoir, prompt engineering structuré, prompt inversé
- Exercices pratiques : création de trois prompts selon les trois techniques
- Amélioration du prompt : évaluation, modes et modèles, biais, dates de mise à jour, utilisation des GPT
- Création de contenus rédactionnels et visuels (texte, image, vidéo, audio, transcription) avec différents outils



PROGRAMME

MODULE 3 – GARANTIR LA CONFIDENTIALITÉ DES DONNÉES

Identifier les risques liés à l'IA et mettre en place des pratiques sécurisées pour protéger les données professionnelles.

- Identification des risques : confidentialité des données, discrimination, droit d'auteur, fake news
- Bonnes pratiques : anonymisation, règles internes d'accès, gestion du confidentiel/public, consentement, serveurs sécurisés, authentification renforcée, sécurité des outils



PROGRAMME

MODULE 4 – PRODUIRE DES CONTENUS ADAPTÉS

Structurer des contenus plus clairs, lisibles et compréhensibles pour tous tes publics, en s'appuyant sur les principes d'accessibilité numérique et les bonnes pratiques du RGAA.

- Chiffres clés de l'accessibilité numérique
- Types de handicap
- Principes du RGAA
- Tour d'horizon des IA inclusives
- Création de contenus visuels inclusifs
- Création de contenus écrits inclusifs
- Création de contenus audio inclusifs



PROGRAMME

MODULE 5 – OPTIMISER LES CONTENUS GÉNÉRÉS PAR IA

Analyser et améliorer les contenus générés pour renforcer leur qualité, leur cohérence et leur valeur ajoutée.

- Pourquoi optimiser un contenu généré par IA
- Méthodologie d'analyse critique : structure, qualité, cohérence, lisibilité
- Techniques avancées : enrichissement progressif, apport humain, renforcement de l'autorité, respect du droit d'auteur
- Optimisation marketing et copywriting
- Détection et correction des erreurs typiques de l'IA



PROGRAMME

MODULE 6 – APPLIQUER LES DIRECTIVES DE L'IA ACT ET DU RGPD

Comprendre le cadre réglementaire et sécuriser durablement ses usages de l'IA.

- Comprendre le cadre réglementaire applicable aux contenus générés par IA : IA Act et RGPD (principes, risques, obligations)
- Mise en place d'une veille réglementaire simple et efficace
- Identification des risques juridiques et éthiques : textes, visuels, prompts
- Mise en œuvre des mesures préventives : sécurisation des prompts, workflows, documentation minimale, prévention des biais



PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

DES COMPLÉMENTS PENSÉS POUR TON MÉTIER

Coach sportif, kiné, préparateur physique ou responsable de salle :
utilise l'IA sur les tâches qui te prennent du temps au quotidien.

- Préparer tes séances et tes supports plus facilement
Partir de ta méthode, adapter tes programmes et rendre tes consignes plus claires.
- Mieux suivre tes clients et tes patients
Structurer tes bilans, tes comptes rendus et tes échanges entre deux rendez-vous.
- Développer ton activité et alléger ton organisation
Créer tes contenus, préparer ta prospection et automatiser des tâches répétitives.
- Apprendre à ton rythme, avec tes propres cas d'usage
Tu conserves l'accès aux vidéos après la formation et peux revoir les étapes utiles.

Ce catalogue réunit les vidéos en ligne et les sujets prévus au planning.
Les nouveaux contenus sont ajoutés progressivement à ton espace de formation.



Cas fictifs ou anonymisés, sans nom associé à des données de santé.
Tu gardes la validation des contenus, des programmes et des actions.
Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

PRÉPARER TES SÉANCES ET TES PROGRAMMES

Gagner du temps de préparation tout en gardant ta méthode, tes critères de progression et ton regard de professionnel.

- Créer un programme personnalisé de A à Z avec l'IA
Structurer un cycle selon les objectifs, le niveau, le matériel et les disponibilités.
- Préparer une séance avec l'IA
Organiser la séance et prévoir des variantes selon la fatigue, le lieu et le matériel.
- Créer et améliorer tes consignes d'exercices
Rédiger des explications simples, des repères utiles et des alternatives compréhensibles.
- Construire des protocoles de rééducation progressifs avec l'IA
Pour les kinés : structurer un support à partir du bilan clinique et des choix thérapeutiques.
- Créer un bilan initial avec l'IA
Préparer tes questionnaires et organiser les objectifs, contraintes et observations utiles.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

MIEUX SUIVRE TES CLIENTS ET TES PATIENTS

Faciliter le suivi entre les séances et rendre les progrès plus lisibles, sans passer tes soirées à reprendre tes notes et tes messages.

- Analyser la progression d'un client avec l'IA
Organiser les données d'entraînement, la fatigue et la régularité pour éclairer ton analyse.
- Créer des bilans de forme, de mobilité et de progression
Présenter les évolutions avec des synthèses et des graphiques faciles à comprendre.
- Créer des comptes rendus de séances, d'appels et de réunions
Transformer tes notes en résumé clair et préparer les points du prochain rendez-vous.
- Utiliser l'IA pour tes e-mails et tes messages clients
Préparer tes réponses, relances et messages après séance en gardant ton ton habituel.
- Fidéliser tes clients et tes patients avec l'IA
Rédiger des messages de suivi, de motivation et de reprise de contact adaptés à chacun.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

TROUVER DES CLIENTS ET DÉVELOPPER TON ACTIVITÉ

Présenter clairement ce que tu proposes et préparer tes échanges, que tu lances ton activité, ton coaching en ligne ou une nouvelle offre.

- Trouver des clients et prospecter avec l'IA
Identifier tes cibles et partenaires, personnaliser tes messages et organiser les relances.
- Préparer et améliorer tes rendez-vous commerciaux
Clarifier les besoins, préparer tes questions et répondre aux objections sans forcer la vente.
- Construire et présenter ton offre avec l'IA
Rendre tes prestations, tes formules et les bénéfices de ton accompagnement plus clairs.
- Créer ou améliorer ton site et tes pages de présentation
Structurer tes pages, répondre aux questions fréquentes et faciliter la prise de contact.
- Créer et optimiser ta fiche Google avec l'IA
Présenter ton activité locale, travailler tes descriptions et préparer tes publications.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

COMMUNIQUER AVEC PLUS DE RÉGULARITÉ

Trouver quoi publier, expliquer ton expertise et préparer tes contenus avec une méthode adaptée à ton temps et aux attentes de ton public.

- Optimiser ton compte Instagram et créer tes contenus avec l'IA
Préparer ta présentation, tes publications, tes carrousels et tes scripts de vidéos courtes.
- Définir ta stratégie éditoriale avec l'IA
Choisir tes sujets, construire ton calendrier et réutiliser un contenu sur plusieurs supports.
- Créer tes newsletters et tes séquences e-mail avec l'IA
Préparer des messages utiles pour informer, garder le contact et présenter tes offres.
- Créer tes publicités avec l'IA
Rédiger plusieurs accroches et textes adaptés à tes prestations et à tes futurs clients.
- Gérer tes avis et ta réputation en ligne avec l'IA
Préparer des demandes d'avis et des réponses personnalisées, y compris aux retours négatifs.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

CRÉER TES IMAGES ET TES VIDÉOS

Mettre tes idées en forme pour tes supports pédagogiques et ta communication, même si la création visuelle te semble compliquée ou chronophage.

- Créer des images pour ton activité sportive avec l'IA
Illustrer des exercices et des explications, puis vérifier les postures et la cohérence visuelle.
- Créer et modifier des photos réalistes de toi ou de ta salle
Préparer une mise en situation, modifier un fond et décliner tes photos pour tes supports.
- Créer tes visuels de communication avec l'IA
Concevoir des publications, miniatures et visuels publicitaires cohérents avec ton activité.
- Créer et retravailler des vidéos avec l'IA
Préparer un script, générer des séquences, ajouter des sous-titres et réutiliser tes contenus.
- Créer ton avatar et cloner ta voix
Découvrir la création de vidéos avec ta propre image et ta voix, et leurs limites d'usage.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

ALLÉGER TON ADMINISTRATIF ET TA RECHERCHE

Retrouver les informations utiles et préparer des documents clairs pour ton activité, ton équipe et tes accompagnements.

- Créer tes documents professionnels avec l'IA
Préparer des fiches, formulaires, modèles de devis et procédures réutilisables.
- Créer et analyser des tableaux avec l'IA
Organiser tes données dans Excel ou Google Sheets et créer des graphiques lisibles.
- Travailler avec des PDF et des documents longs
Extraire, résumer et comparer les informations utiles sans tout reprendre à la main.
- Rechercher des informations fiables avec l'IA
Trouver des sources, les ouvrir et comparer les réponses avant de les utiliser.
- Lire et comprendre une étude scientifique avec l'IA
Repérer la méthode, les résultats et les limites avant d'en tirer une application terrain.
- Créer ta veille professionnelle avec l'IA
Suivre les actualités du sport, les études et les pratiques de ton marché.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

CHOISIR TES OUTILS ET ORGANISER TON TRAVAIL

Savoir quel outil utiliser et comment le paramétrer,
pour obtenir des résultats adaptés et éviter les manipulations inutiles.

- Créer et paramétrer un Projet ChatGPT
Regrouper tes consignes, tes modèles de documents et tes échanges autour d'un même besoin.
- Choisir entre conversation, Projet, GPT, agent et automatisation
Comprendre à quoi sert chaque mode, dont Work, avec des exemples de tâches de coach ou de kiné.
- Choisir, installer et utiliser les plug-ins dans ChatGPT et Claude
Connecter les applications utiles, comprendre les accès accordés et retirer une connexion.
- Utiliser les agrégateurs IA efficacement
Comparer plusieurs IA depuis une même plateforme selon tes besoins, leurs limites et leur coût.
- Créer une application simple pour ton activité
Définir un besoin, préparer une première version et tester un outil avec des données fictives.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

CRÉER DES ASSISTANTS ADAPTÉS À TA MÉTHODE

Transmettre tes consignes et tes modèles à un assistant personnalisé, pour préparer des résultats plus cohérents avec ta façon de travailler.

- Créer ton assistant IA personnalisé
Définir sa mission, ses consignes et ses limites, puis tester ses réponses sur des cas concrets.
- Créer une base de connaissances pour ton IA
Organiser tes méthodes, fiches et procédures pour que l'assistant puisse s'y référer.
- Créer un assistant pour préparer tes séances
Lui transmettre ta méthode et tes contraintes afin de préparer des propositions à vérifier.
- Créer un assistant d'analyse de progression
Obtenir des synthèses des indicateurs suivis et des points à examiner avant d'ajuster le programme.
- Créer un assistant de communication ou de développement commercial
Préparer tes contenus, tes présentations d'offres et tes rendez-vous avec tes propres repères.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

AUTOMATISER TES PREMIÈRES TÂCHES RÉPÉTITIVES

Relier tes outils pour limiter les recopies et les oublis.

Une automatisation enchaîne des actions à partir d'un événement précis.

- Comprendre les automatisations avec Zapier
Repérer ce qui déclenche une action, quelles informations transmettre et comment tester le résultat.
- Créer tes premières automatisations avec Zapier
Relier un formulaire à un tableau, un e-mail ou une tâche, puis vérifier chaque étape.
- Automatiser l'arrivée d'un nouveau client
Préparer un accueil organisé : fiche de contact, message de bienvenue, questionnaire et tâches.
- Automatiser ton suivi des prospects
Centraliser les demandes, préparer les confirmations et déclencher les rappels utiles.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

AUTOMATISER LE SUIVI ET LA CRÉATION DE CONTENUS

Construire des enchaînements utiles à ton activité,
avec des étapes de contrôle avant les actions qui le nécessitent.

- Automatiser les rappels et les renouvellements
Organiser les rappels de rendez-vous, les échéances de forfait et les demandes de satisfaction.
- Automatiser la préparation de tes comptes rendus et bilans
Transformer les informations d'un formulaire en brouillon, puis le relire avant utilisation.
- Automatiser ta création de contenu
Faire passer une idée à un brouillon puis à un calendrier, avec validation avant publication.
- Découvrir Make après Zapier
Reprendre un enchaînement d'actions et gérer plusieurs suites possibles selon la situation.
- Construire un processus complet avec l'IA et tes outils métier
Relier collecte, préparation, validation et action dans un cas concret de ton activité.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

PROGRAMME

Vidéos complémentaires et thèmes du planning

CRÉER DES AGENTS SOUS TON CONTRÔLE

Un agent IA peut utiliser des outils pour réaliser une mission.
Tu apprends à définir ce qu'il peut faire et quand il doit te demander de valider.

- Comprendre et créer ton premier agent IA
Définir un objectif, des étapes et des outils utiles à une mission de coach ou de kiné.
- Sécuriser et tester un agent IA
Fixer ses limites, repérer ses erreurs et prévoir une validation pour les actions sensibles.
- Créer un agent commercial ou de qualification
Préparer une synthèse des demandes reçues et identifier les informations à compléter.
- Créer un agent de suivi client
Repérer les points de suivi et les actions à examiner, puis t'alerter pour décision.
- Créer un agent de veille
Rassembler les nouveautés métier, scientifiques ou concurrentielles et préparer une synthèse sourcée.



Catalogue évolutif – ajouts progressifs

DES QUESTIONS ?

Email : alexia@broussal-derval.com

Téléphone : 06 33 46 73 56

