



CRÉER DES CONTENUS TEXTE ET IMAGE AVEC L'IA NIVEAU 2 : PASSEZ À L'ACTION ET PRENEZ DE LA HAUTEUR

Mise à jour le 15/01/2026



22 rue des entrepreneurs
ZI St Joseph 04100 Manosque
Tél : 04.92.72.82.82
Mail : accueil@adfformation.fr
Site web : www.adfformation.fr



CFA
CENTRE DE
FORMATION
D'APPRENTIS



⌚ Dates

Nous contacter pour connaître les dates.

⌚ Durée

7 heures (1 journée).

👩‍💻 Formateur

Jonathan PASCAL

👉 Format

100 % présentiel – immersif, dynamique et orienté résultats

📞 Contact

Notre équipe vous répond du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 18 h.

🌐 Objectifs

Passer du concept à la maîtrise : apprenez à piloter, personnaliser et automatiser vos systèmes d'intelligence artificielle. Devenez acteur – pas spectateur – de la révolution IA !

À l'issue de la formation, vous serez capable de :

- Créer votre propre agent IA pour vous assister, produire et automatiser au quotidien
- Rédiger des prompts puissants et créatifs pour générer du texte, des images, de la voix et de la vidéo sans effort
- Activer le mode "auto-pilote" pour lancer des tâches automatisées et supervisées comme un pro
- Connecter et faire dialoguer plusieurs IA entre elles pour créer un véritable écosystème intelligent
- Transformer vos idées en actions concrètes grâce à des projets IA opérationnels dès la fin de la journée
- Garder le contrôle, l'éthique et la stratégie au cœur de vos usages IA

💡 Prérequis

Maîtriser l'informatique.

💻 Moyens utilisés

1000 m² de locaux sécurisés sur 2 sites (dont 800 m² accessibles aux personnes handicapées) - Salles dédiées et climatisées - Locaux équipés de 150 ordinateurs - Vidéoprojecteurs - Connexion internet wifi.

📘 Méthodes pédagogiques

Formation en présentiel - Supports pédagogiques - Animation du cours sur écran central - Travaux pratiques - Ateliers pratiques - Pédagogie d'approche concrète et adaptée.

📅 Délais d'accès

ADF s'engage à vous répondre dans les meilleurs délais suivant votre demande de formation au catalogue. La prestation débutera au plus tôt après l'acceptation de prise en charge du dossier. Cette durée peut varier selon le financeur de l'action (nous contacter).

↗️ Modalités d'accès

Entretien individuel.

↗️ Modes de formation possibles

INTRA-ENTREPRISE : la formation se déroule avec les salariés d'une même entreprise, elle peut avoir lieu soit dans les locaux de l'entreprise, soit à ADF.
INTER-ENTREPRISE : la formation se déroule à ADF et peut regrouper des salariés de différentes entreprises (ou même des demandeurs d'emploi) au sein d'une même session.

💶 Tarifs

Tarif variable selon le mode de financement (nous contacter).

♿ Accessibilité aux personnes en situation de handicap

ADF s'engage à tout mettre en œuvre pour permettre l'accessibilité de son offre, en fonction des besoins et compte tenu des difficultés particulières liées au handicap des personnes concernées. Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Deux sites de formation (un site avec rampe d'accès et le 2^e avec un ascenseur pour les PMR).

📄 Documents de suivi de la formation

Feuille d'émargement signée par demi-journée de formation pour le suivi de l'assiduité, la ponctualité et les absences - Attestation de fin de formation - Questionnaire d'évaluation de la formation.

Déroulé de la journée (souple, évolutif et impactant)



Programme de formation

DÉCOLLAGE - BILAN DU NIVEAU 1 & MISE EN ÉNERGIE (0H45)

- Retour sur vos expérimentations depuis le niveau 1;
- Échanges d'expériences, partage d'outils et inspirations;
- Ajustement des objectifs selon les besoins du groupe.

CRÉEZ VOTRE GPT PERSONNALISÉ (1H30)

- Comprenez les logiques internes des GPTs ;
- Construisez votre propre assistant IA, adapté à votre métier ;
- Testez, ajustez et déployez un GPT qui vous ressemble !

ENTREZ DANS LE MONDE DES AGENTS IA (1H00)

- Qu'est-ce qu'un agent IA ? Comment agit-il ?;
- Découvrez leurs capacités d'action autonome et leurs limites;
- Démos en live et retours d'expériences terrain.

LE POUVOIR DU PROMPTING MULTIMODAL (1H30)

- Maîtrisez le prompting avancé pour le texte, la voix, l'image et la vidéo ;
- Créez des contenus immersifs et interactifs ;
- Explorez des outils puissants (Canva, ElevenLabs, Pika, Runway...).

ACTIVEZ LE MODE "AUTO-PILOTE" (1H15)

- Découvrez comment vos IA peuvent exécuter des tâches sans action humaine;
- Mettez en place votre premier flux automatisé supervisé;
- Gardez la main grâce à la supervision humaine et à la sécurité des données.

ATELIER FINAL - MON PREMIER SYSTÈME IA AUTONOME (1H00)

- En petits groupes, concevez un projet IA concret;
- Démonstration et retours d'expérience;
- Bilan, projection et validation des acquis.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- 100% pratique : vous testez, manipulez, créez;
- Approche personnalisée selon les objectifs de chaque participant;
- Co-construction de projets et coaching collectif.