



## Vastes Ressources

Vastes Ressources 20 rue du général Salme

52700 AILLIANVILLE

Email: [vastesressources@gmail.com](mailto:vastesressources@gmail.com)

Tel: 0624837917

### Initiation à l'intelligence artificielle pour les professionnels de la santé, du bien-être et de l'accompagnement

*L'IA au service de l'humain - une journée pour apprivoiser la technologie sans perdre votre authenticité*

#### Durée

**7 heures (1 journée) - Maximum 15 participants**

#### Formation présentielle immersive et participative :

- 9h30 - 9h50 (20 min) : Accueil & introduction – Icebreaker "IA et moi"
- 9h50 - 11h00 : Séquence 1 – Comprendre l'IA sans jargon
- 11h00 - 11h20 : Pause
- 11h20 - 12h30 : Séquence 2 – Premiers pas avec les outils IA
- 12h30 - 14h00 : Déjeuner
- 14h00 - 15h30 : Séquence 3 – Appliquer l'IA à sa pratique professionnelle
- 15h30 - 15h50 : Pause
- 15h50 - 16h50 : Séquence 4 – Éthique et limites de l'IA
- 16h50 - 18h10 : Séquence 5 – Construire son plan d'intégration de l'IA
- 18h10 - 18h30 : Conclusion – Évaluation à chaud & engagement personnel

#### Profils des stagiaires

- Entrepreneurs, praticiens et thérapeutes du domaine de la santé, du bien-être, du développement personnel, du coaching ou de l'accompagnement global
- Professionnels indépendants ou exerçant en structures privées souhaitant découvrir les apports concrets de l'IA dans leur quotidien
- Public adulte hétérogène, non technicien, souhaitant des démonstrations concrètes et des exemples issus de leur quotidien professionnel
- Novices à intermédiaires : peu ou pas d'expérience avec l'IA, curiosité sans connaissance approfondie

#### Prérequis

- Aucun prérequis technique en informatique ou en intelligence artificielle
- Disposer d'un ordinateur portable ou d'une tablette pour les ateliers pratiques
- Être en activité professionnelle dans le domaine de la santé, du bien-être ou de l'accompagnement

#### Accessibilité et délais d'accès

Suite à votre pré-inscription, vous recevrez une réponse dans les 48h.

**Accessibilité / Handicap :** Nos formations sont a priori ouvertes à tous. Cependant, en cas de doute, nous vous invitons à prendre contact directement avec nous, en amont de la formation, pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter. Formation adaptée aux personnes à mobilité réduite (PMR) avec supports inclusifs (polices adaptées, contrastes élevés, pictogrammes, police OpenDyslexic disponible).

Merci de contacter notre Référent Handicap par email [à compléter] avant le début de votre formation, afin que nous puissions prendre toutes les mesures nécessaires pour vous dispenser la formation dans les meilleures conditions.

## Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Définir ce qu'est l'intelligence artificielle et distinguer ses usages éthiques dans le domaine du bien-être et de la santé
- Identifier les bénéfices et reconnaître les limites de l'IA dans la relation d'aide et l'accompagnement humain
- Expliquer les principaux concepts et outils d'IA (assistants conversationnels, générateurs d'images, automatisations simples) en langage non technique
- Appliquer l'IA à des situations concrètes de leur pratique (communication, gestion client, tâches administratives) à travers des cas réels
- Expérimenter des outils IA accessibles (ChatGPT, Canva, outils de transcription, etc.) et adapter leurs usages à leur niveau technique
- Analyser leurs besoins professionnels pour sélectionner les outils d'IA les plus pertinents à leur activité
- Évaluer la fiabilité, la pertinence et les risques d'un contenu ou d'un outil IA (biais, données personnelles, erreurs factuelles)
- Créer un premier support professionnel (post, message, fiche client, mail) assisté par IA, tout en conservant leur tonalité et authenticité
- Organiser leur temps et leurs tâches en intégrant l'IA dans leur routine professionnelle sans déséquilibrer leur charge mentale
- Adopter une posture réflexive et éthique vis-à-vis de la technologie, en formulant leurs propres règles d'usage alignées avec leurs valeurs

## Contenu de la formation

### Séquence 0 : Accueil et introduction (20 min)

- Présentation des objectifs et du cadre de la formation
- Tour de table visuel : "Mon rapport à l'IA"
- Quiz interactif : attentes et craintes des participants
- Recueil des besoins spécifiques

### Séquence 1 : Comprendre l'IA sans jargon (1h10)

- Définition de l'intelligence artificielle en langage accessible
- Distinction entre IA, machine learning et automatisation
- Les principaux types d'IA : IA générative, IA conversationnelle, IA d'analyse
- Démystification des idées reçues et craintes courantes
- Usages éthiques de l'IA dans les métiers du soin et de l'accompagnement
- Identification des opportunités pour les professionnels du bien-être
- Classe inversée : retour sur la capsule vidéo "Qu'est-ce que l'IA ?"
- Brainstorming guidé : "L'IA dans mon métier"

### Séquence 2 : Premiers pas avec les outils IA (1h10)

- Découverte et démonstration guidée des outils principaux :
  - ChatGPT : assistant conversationnel pour la rédaction et la réflexion
  - Canva AI : création de visuels professionnels
  - Notion AI : prise de notes et organisation
  - Outils de transcription automatique
- Mini-défis pratiques en binômes sur PC/tablette :
  - Rédiger un mail de prise de rendez-vous
  - Créer un visuel pour les réseaux sociaux
  - Générer des idées de contenu pour sa communication
- Accompagnement individualisé du formateur
- Partage des premières réussites et difficultés

### Séquence 3 : Appliquer l'IA à sa pratique professionnelle (1h30)

- Identification des cas d'usage concrets selon les métiers :
  - Communication : posts réseaux sociaux, newsletters, réponses clients
  - Administratif : factures, mails, courriers, gestion du temps
  - Marketing : création de contenu, visuels, planification
  - Suivi client : notes de séance, fiches client, synthèses
- Atelier individuel : création d'un contenu professionnel assisté par IA
  - Chaque participant choisit un support à créer (post, mail, visuel, fiche)
  - Manipulation guidée sur son propre appareil
  - Conservation de sa tonalité et authenticité professionnelle
- Partage collectif des productions
- Feedback bienveillant et conseils d'amélioration

#### **Séquence 4 : Éthique et limites de l'IA (1h)**

- Les enjeux éthiques de l'IA dans la relation d'aide :
  - Respect de la confidentialité et des données sensibles
  - Distinction entre assistance IA et remplacement humain
  - Limites de l'IA : absence d'empathie, de jugement clinique, de responsabilité
- Identification des risques et biais :
  - Biais algorithmiques et discrimination
  - Erreurs factuelles et hallucinations de l'IA
  - Dépendance technologique et déshumanisation
- Débat mouvant : "L'IA peut-elle remplacer l'humain dans mon métier ?"
- Analyse de cas concrets problématiques
- Élaboration de règles d'usage personnel éthique et responsable

#### **Séquence 5 : Construire son plan d'intégration de l'IA (1h20)**

- Analyse de ses besoins professionnels prioritaires
- Sélection des outils IA les plus pertinents pour son activité
- Élaboration d'un plan d'action individuel : "1 outil – 1 gain – 1 limite"
  - 1 outil à intégrer dans les 7 jours
  - 1 gain de temps ou d'efficacité attendu
  - 1 limite à respecter pour rester aligné avec ses valeurs
- Co-construction d'une carte mentale collective
- Identification des prochaines étapes d'apprentissage
- Partage des engagements personnels

#### **Conclusion : Évaluation et engagement (20 min)**

- Auto-évaluation des acquis (QR code)
- Tour de table de clôture : un apprentissage clé et un "petit pas" concret
- Évaluation à chaud de la formation
- Présentation des ressources complémentaires (capsules vidéo post-formation)
- Remise des supports pédagogiques

### **Organisation de la formation**

#### **Équipe pédagogique**

Formation animée par Audrey Trad formatrice en intelligence artificielle et en accompagnement des professionnels de la santé et du bien-être dans leur transformation numérique.

#### **Moyens pédagogiques et techniques**

- Salle de formation équipée (vidéoprojecteur, paperboard, connexion Internet)
- Supports de formation projetés et remis aux participants (format PDF accessible)
- Fiches récapitulatives avec pictogrammes et police adaptée (OpenDyslexic)
- Capsules vidéo pré-formation (classe inversée) :
  - Vidéo 5 min : "Qu'est-ce que l'IA ?"
  - Quiz auto-diagnostic : "Mon rapport au numérique"
  - Fiche PDF : "Exemples d'usages IA dans le bien-être"
- Accès aux outils IA pendant la formation (ChatGPT, Canva, Notion AI)
- Supports contrastés et accessibles (normes PMR et troubles Dys)
- Capsules vidéo post-formation (micro-learning 3-5 min) :
  - Rédiger un mail client avec ChatGPT
  - Créer un visuel professionnel avec Canva AI
  - Automatiser sa prise de notes

#### **Méthodes pédagogiques**

- Pédagogie active et participative
- Classe inversée : visionnage de contenus avant la formation
- Démonstrations guidées pas-à-pas
- Ateliers pratiques sur les appareils personnels des participants (PC/tablette)
- Mini-défis "IA minute" en binômes
- Études de cas concrets issus du quotidien professionnel des participants
- Débat mouvant et échanges entre pairs

- Co-construction collective (carte mentale)
- Accompagnement individualisé et bienveillant
- Feedback collectif et partage d'expériences

## Dispositif de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats de la formation

### Suivi de l'exécution

- Feuille d'émargement signée par les participants et le formateur par demi-journée
- Attestation de présence individuelle
- Certificat de réalisation remis en fin de formation

### Évaluation des acquis

- Quiz auto-diagnostic "Mon rapport au numérique" en amont de la formation
- Quiz interactif de positionnement en début de formation (Kahoot)
- Évaluation formative continue tout au long de la journée :
  - Observation des manipulations pratiques sur les outils IA
  - Vérification de la compréhension lors des ateliers
  - Production d'un contenu professionnel assisté par IA (mail, post, visuel, fiche client)
- Auto-évaluation des acquis en fin de formation (QR code)
- Plan d'action individuel formalisé : "1 outil – 1 gain – 1 limite"
- Formulation d'une règle d'usage personnel de l'IA alignée avec ses valeurs

### Évaluation de la satisfaction

- Évaluation à chaud en fin de formation (questionnaire)
- Tour de table de clôture : feedback oral des participants
- Évaluation à froid à 1 mois (questionnaire en ligne)
- Atelier de co-développement en ligne 1 mois après (optionnel) pour mesurer la mise en pratique

## Modalités et délais d'accès

Date de la formation : [à compléter]

Lieu : Les Ateliers du Savoir Hussein Dey

Tarif : [à compléter]

Vastes Ressources | 20 rue du Général Salme, 52700 Aillianville

Numéro de déclaration d'activité : 44520044452 (Région Grand Est)

Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État.