

MODULE 11

L'IA pour les parents et la famille

Durée : 10 min

Par Tino Le Doc

Objectif

Utiliser l'IA au quotidien pour la vie de famille : devoirs, activités, organisation.

Prompts

Prompt 1 — Aide aux devoirs

"Tu es un professeur patient et pédagogue.
Mon enfant de [âge] ans a du mal avec [sujet/exercice].
Explique-lui le concept avec des mots simples et des exemples amusants.
Ne donne PAS la réponse directement, mais guide-le étape par étape
pour qu'il trouve la solution lui-même."

Prompt 2 — Planning familial

"Organise notre semaine de famille :
- 2 parents qui travaillent (horaires : [préciser])
- Enfants : [âges]
- Activités extra-scolaires : [lister]
- Tâches ménagères à répartir
Crée un planning visuel avec les responsabilités de chacun,
les repas de la semaine, et les courses à faire."

Prompt 3 — Activités créatives

"Propose 10 activités créatives à faire à la maison avec des enfants de [âge] ans.
Contraintes : budget max 10€, matériel du quotidien, durée 30-60 min.
Pour chaque activité : matériel nécessaire, étapes, et ce que l'enfant apprend."

Prompt 4 — Recettes familiales

"Propose 5 recettes équilibrées que toute la famille peut cuisiner ensemble.
Contraintes :
- Temps de préparation : max 30 min
- Allergies : [préciser]
- Un enfant de [âge] peut participer à certaines étapes
Pour chaque recette : ingrédients, étapes adaptées enfant/adulte, valeurs nutritionnelles."

Formation IA au Quotidien

Par Tino Le Doc

© Tous droits réservés