

Utiliser l'intelligence artificielle (IA) au bureau – Les bases du prompting efficace

Jeudi, 29 octobre 2026, 12h00 à 14h00, en ligne

Intervenante	Tina Valentina Consultante, formatrice et mentor en communication digitale
Descriptif	Et si vous pouviez gagner du temps, améliorer la qualité de vos productions et automatiser certaines tâches grâce à l'intelligence artificielle ? Dans cet atelier en ligne, vous apprendrez à maîtriser le prompting — la compétence essentielle pour exploiter pleinement le potentiel des outils d'IA. Vous découvrirez comment formuler des demandes claires et stratégiques pour obtenir des résultats fiables et utiles. Grâce à des cas pratiques issus du monde professionnel, vous repartirez avec des méthodes directement applicables pour faire de l'IA un véritable levier de performance au quotidien.
Contenu	• Introduction à l'intelligence artificielle (sans jargon technique) • Comprendre le rôle du prompt, les éléments d'un prompt efficace (contexte, objectif, ton, format) • Exercices pratiques : ○ rédaction d'un email ○ création d'un descriptif de formation ○ résumé de contenus ○ reformulation • Améliorer ses résultats : ajuster, préciser, affiner • Bonnes pratiques et limites de l'IA
Langue	Français
Public cible	Personnel administratif

26-1029-F

Utiliser l'intelligence artificielle (IA) au bureau – Les bases du prompting efficace

Intervenante

Tina Valentina

Date

Jeudi, 29 octobre 2026

Horaire

12h00 à 14h00

Lieu

Online

Tarif

80.00 fr.

Tarif UP

60.00 fr.

Délai d'inscription

2 jours avant le formation

[Inscription](#)

[Termes et conditions](#)

Contact:

VSV – AUPS • Djamila Kartnaller • Kornhausstrasse 49 • CH-8037 Zürich •
+41 44 211 97 73 • weiterbildung@up-vhs.ch • www.up-vhs.ch

Objectifs

À la fin de la formation, vous serez capable de :

- comprendre le principe du prompting et le fonctionnement de base des outils d'IA
- formuler des consignes simples, claires et efficaces
- utiliser l'IA pour des tâches courantes (courriels, textes courts, résumés)
- améliorer un prompt pour obtenir un meilleur résultat
- identifier les limites de l'IA et garder un regard critique
- repartir avec des exemples de prompts directement utilisables au travail

Méthode

Présentation et interaction

Contact:

VSV – AUPS • Djamila Kartnaller • Kornhausstrasse 49 • CH-8037 Zürich •
+41 44 211 97 73 • weiterbildung@up-vhs.ch • www.up-vhs.ch



VERBAND DER SCHWEIZERISCHEN VOLKSHOCHSCHULEN
ASSOCIATION DES UNIVERSITÉS POPULAIRES SUISSES
ASSOCIAZIONE DELLE UNIVERSITÀ POPOLARI SVIZZERE
ASSOCIAZIUN DA LAS UNIVERSITADS POPULARAS SVIZRAS

Contact:

VSV – AUPS • Djamila Kartnaller • Kornhausstrasse 49 • CH-8037 Zürich •
+41 44 211 97 73 • weiterbildung@up-vhs.ch • www.up-vhs.ch