L'I.A. au quotidien : Organiser, planifier et gérer les tâches grâce à l'I.A.

Découvrir les outils I.A. pour optimiser sa gestion du temps, sa planification et son organisation
Mettre en place des routines productives assistées par l'I.A. et automatiser sa gestion des tâches et des projets
Intégrer l'I.A. dans son quotidien pour mieux gérer la charge mentale et prioriser ses activités

Programme :

Introduction à l'I.A. et ses applications dans l'organisation personnelle et professionnelle

- ✓ Comprendre les principes de base de l'intelligence artificielle et son impact sur la gestion du temps
- ✓ Identifier les principaux outils d'I.A. dédiés à l'organisation et à la planification
- ✓ Explorer les bénéfices de l'I.A. pour optimiser son quotidien et réduire la charge mentale

Découvrir et utiliser les outils d'I.A. pour la gestion du temps et des tâches

- ✓ Tester les assistants virtuels et chatbots pour automatiser des tâches récurrentes
- ✓ Mettre en place des outils d'I.A. pour la prise de notes intelligente et le suivi des projets
- ✓ Expérimenter les générateurs de résumés et les assistants de rédaction pour optimiser sa communication
- ✓ Intégrer des outils de planification intelligente pour mieux gérer ses réunions et échéances

Automatiser et optimiser sa gestion des tâches et des projets avec l'I.A.

- ✓ Structurer ses projets avec des plateformes I.A. de gestion collaborative
- ✓ Automatiser la priorisation des tâches avec des algorithmes
- ✓ Personnaliser des flux de travail pour gagner du temps et améliorer l'efficacité
- ✓ Utiliser l'I.A. pour suivre l'avancement des projets et anticiper les imprévus

Mettre en place des routines productives assistées par l'I.A.

- ✓ Configurer des assistants I.A. pour gérer son emploi du temps et ses rappels
- ✓ Planifier ses journées et semaines avec des recommandations I.A. adaptées à son rythme de travail
- ✓ Expérimenter des techniques d'optimisation du temps basées sur l'I.A.
- ✓ Intégrer des outils d'automatisation pour alléger sa charge mentale

Code : **F204**

En présentiel :

Durée : ***2 jours***

Prix : ***990€ HT***

Lieu : **Paris**

Liste des dates :
18 au 19 mai
22 au 23 juin
10 au 11 septembre
17 au 18 novembre

En distanciel :
Nous contacter

Public concerné :
Tout public

Intervenants :
Spécialiste en I.A.

Pré-requis :
Aucun

Techniques d'animation :
Alternance de théorie et de pratique.
Exercices individuels et collectifs.
Retour d'expériences.
Echanges.
Entraînements.
Etudes de cas.

Principaux outils utilisés en formation :
Chat GPT
Gemini
Gamma
Perplexity
Grok
Copilot
(liste non exhaustive et susceptible d'évoluer)

Mettre en place l'I.A. dans son quotidien ✓ Analyser ses propres besoins et choisir les outils I.A. les plus adaptés ✓ Créer un plan d'action personnalisé pour intégrer l'I.A. dans son organisation quotidienne ✓ Évaluer l'impact des outils I.A. sur la gestion du temps et ajuster son usage ✓ Adopter les bons réflexes pour une utilisation efficace et éthique de l'I.A. ✓ Identifier les limites et éviter les pièges d'une dépendance excessive à l'I.A. ✓ Développer une veille sur les évolutions des outils I.A. pour continuer à optimiser son organisation	