

PLAN DE COURS

FORMATION : OPTIMISEZ VOTRE WORKFLOW AVEC L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE



LES EXPERTS EN DÉVELOPPEMENT

LE GROUPE MP-PLUS OFFRE DES FORMATIONS PERSONNALISÉES EN ENTREPRISE DEPUIS PLUS DE 25 ANS. PLUS 3500 PARTICIPANTS SUIVENT NOS FORMATIONS ANNUELLEMENT.

NOS FORMATIONS SONT PRISÉES, CAR ELLES SONT FORMATÉES & PERSONNALISÉES POUR CHACUNE DES ENTREPRISES AVEC QUI NOUS COLLABORONS.

À PROPOS DU GROUPE MP-PLUS

Le Groupe MP-Plus est un chef de file dans le domaine de la formation et du développement des professionnels, dont la vision consiste à faire du Québec une référence mondiale en matière de leadership, d'accomplissement et de plaisir au travail. D'ailleurs, notre mission est « Contribuer à l'essor des professionnels en optimisant leur potentiel humain »

Notre marque de commerce est certes l'impact que nos formations produisent sur les résultats des organisations, et ce, à tout coup. Notre engagement total, notre expertise et nos processus très rigoureux nous permettent d'y arriver.

Depuis plus de 30 ans, Groupe MP-Plus a formé et mobilisé le personnel de grandes corporations ayant eu un impact direct sur plus de 250 000 personnes.

À titre de consultant externe, le Groupe MP-Plus a encadré le virage client entrepris par le Mouvement Desjardins et a aidé plusieurs des 100 plus grandes entreprises au Québec à connaître une croissance fulgurante.

Groupe MP-Plus doit sa réputation à la qualité exceptionnelle de ses interventions et de ses formateurs. Elle compte notamment dans son équipe des sommités comme, Sylvain Guimond, docteur en psychologie du sport et chroniqueur à RDS Christian Martineau, figure réputée dans le domaine du langage non verbal en affaires, et anciennement Mme Monique Jérôme-Forget, ex-vice-première ministre du Québec.

Chaque formation MP-Plus est un pas de plus vers la meilleure version de votre organisation.



François Trachy, Directeur du développement



FORMATION - Optimisez votre workflow avec l'intelligence artificielle

Durée : 4 heures

Contexte

L'intelligence artificielle est devenue un levier stratégique incontournable pour les professionnels qui cherchent à optimiser leur quotidien. Cette formation s'adresse aux professionnels aguerris – avocats, CPA, consultants, CRHA, cadres, ingénieurs – qui possèdent déjà une connaissance de base des LLM et qui souhaitent intégrer ces outils de manière méthodique et responsable dans leur flux de travail.

Avant 2023, le workflow professionnel était essentiellement mécanique : action A, puis B, puis C. Depuis l'arrivée de ChatGPT et des grands modèles de langage, l'IA est désormais utilisée comme levier transversal. Cette formation ne porte pas sur un outil en particulier, mais sur l'optimisation complète du workflow : Input → Traitement → Output, en mobilisant l'IA à chaque étape.

Vous repartirez avec une boîte à outils opérationnelle, des modèles directement transférables à vos réalités professionnelles, et une posture responsable face à la révolution technologique en cours.

Quelques éléments-clés de la formation

- ✓ Maîtrisez les enjeux de confidentialité et le cadre juridique applicable (Loi 25, LPRPDE, Cloud Act).
- ✓ Comparez les politiques de confidentialité de chaque LLM et configurez vos comptes de manière optimale.
- ✓ Apprenez à capturer et structurer l'information : dictée, prise de notes, extraction de données.
- ✓ Développez un prompting efficace avec la méthode CRIST : Contexte-Rôle-Information-Style-Tâche.
- ✓ Comparez les forces et faiblesses de chaque LLM (ChatGPT, Claude, Gemini, Perplexity, Copilot, NotebookLM, Genspark, DeepSeek).
- ✓ Anonymisez vos documents sensibles avant de les soumettre à un LLM.
- ✓ Transformez le raisonnement en livrable professionnel : révision, style, ton, traduction.
- ✓ Découvrez comment ce cours a été bâti avec l'IA : section méta-pédagogique clé.

Introduction – Pourquoi parler de workflow et non d'outils

- ✓ Workflow : ensemble d'actions utilisant des outils pour arriver à un résultat.
- ✓ Avant 2023 : workflow mécanique. Après 2023 : l'IA comme levier transversal.
- ✓ Approche globale : Input → Traitement → Output.
- ✓ Responsabilité professionnelle non délégable.
- ✓ Structure du cours et attentes.

Module 1 – Confidentialité, cadre juridique et responsabilité professionnelle

Cadre législatif applicable

- ✓ Cloud Act (USA) et Patriot Act (USA) : implications pour les données hébergées aux États-Unis.
- ✓ Loi 25 (Québec) : protection des renseignements personnels dans le secteur privé.
- ✓ Projet de loi C-27 (Canada) : Loi sur l'intelligence artificielle et les données.
- ✓ LPRPDE (Canada) : Loi sur les renseignements personnels et les documents électroniques.

Application aux ordres professionnels

- ✓ Barreau du Québec – règles et orientations sur l'utilisation de l'IA.
- ✓ Ordre des CPA du Québec – lignes directrices applicables.
- ✓ Ordre des ingénieurs du Québec – encadrement déontologique.
- ✓ Contexte B2B et B2C : obligations et bonnes pratiques.

Classification des informations – publiques, confidentielles et stratégiques.

Documents publics – dossiers de litige, registre foncier, banques de données, jurisprudence.

Politiques de confidentialité des LLM – Comparaison des plateformes

Travail pratique #1 – Puis-je utiliser l'IA ici ?

Trois scénarios professionnels sont présentés. Les participants évaluent si l'utilisation de l'IA est appropriée et justifient leur décision (oui / non / oui avec limites).

Module 2 – L'Input : capturer et structurer la matière première

« L'efficacité ne commence pas avec l'IA, elle commence avec de bonnes habitudes et de bons outils. »

Outils de capture et de structuration

- ✓ Dictée vocale : WhisperFlow, Super Whisper, Typeless, Speak App.
- ✓ Prise de notes : Plaud, Circleback, Teams, Speak App.
- ✓ Apprentissage et synthèse : NotebookLM, Recall.
- ✓ Orchestrateur de workflow : Raycast.
- ✓ Outils mécaniques : TextExpander, PopClip.

Réunions → contenu exploitable

Comparaison détaillée : Notion Meet, Plaud, Circleback, Spark. Transformer les comptes rendus en inputs structurés pour l'IA.

Anonymiser avec l'IA : techniques pratiques et limites

Méthodes d'anonymisation des documents sensibles (Loi 25) avant traitement par un LLM. Identification des informations à protéger et techniques de remplacement.

Préparer l'input pour l'IA

- ✓ Utilisation des PDF : moteur OCR, concept d'extraction de données.
- ✓ Limites de l'extraction : ce qu'elle contient et ne contient pas.

Travail pratique #2 – Anonymisation

Mise en situation : exemples de documents soumis ou non à la Loi 25. Les participants déterminent lesquels doivent être anonymisés et appliquent les techniques apprises.

Module 3 – Traitement : le cœur intellectuel du workflow

« L'IA assiste le raisonnement, elle ne le remplace jamais. »

Qu'est-ce qu'on fait avec l'information recueillie ?

- ✓ Décomposition et structuration d'un texte.
- ✓ Clarification du raisonnement et détection d'incohérences.
- ✓ Reformulation intelligente.
- ✓ Croisement de plusieurs LLM pour valider les résultats.
- ✓ Analyse de données financières, création de documents Excel, programmation.

L'importance du choix du LLM

Analyse comparative des forces et faiblesses pour un usage professionnel au Québec : ChatGPT, Claude, Gemini, Perplexity, DeepSeek, Copilot, NotebookLM, Genspark.

Configuration de l'outil

- ✓ Paramètres de confidentialité du compte (localisation, amélioration du modèle).
- ✓ Persona, niveau de confiance, format des rapports.
- ✓ Tableau synthèse des points sensibles à configurer pour chaque LLM.

Prompting

- ✓ la méthode CRIST : Contexte-Rôle-Information-Style-Tâche.
- ✓ Génération d'un prompt par un LLM : technique d'utilisation avancée.
- ✓ Prompting pour l'anonymisation : instructions de base pour rendre anonyme le contenu.

Travail pratique #3 – Prompting et choix de l'outil

Un collègue soumet un document (ex. : plan de plaidoyer) et demande de le commenter. Quel LLM utiliser ?
Que doit contenir le prompt ?

Module 4 – Les agents : quand l'IA orchestre le workflow

Introduction aux agents IA et à leur rôle dans l'automatisation de tâches complexes. Comment un agent peut enchaîner des étapes de raisonnement, interroger plusieurs sources et produire un livrable sans intervention manuelle à chaque étape.

Module 5 – Output : du raisonnement au livrable professionnel

Outils d'écriture et de finition

- ✓ Copilot, Claude, QuillBot, Grammarly, LanguageTool.
- ✓ Outils macOS (Apple Intelligence).

Visualisation et synthèse

- ✓ Napkin AI (infographies), NotebookLM (synthèses audio et visuelles).

Contenu et livrable

- ✓ Style, ton, lisibilité.
- ✓ Traduction assistée (avec prudence).
- ✓ Révision humaine obligatoire.
- ✓ Word comme outil d'output, jamais de raisonnement.

Travail pratique #4 – Améliorer un texte avec l'IA

Texte imparfait fourni. Structurer, clarifier et renforcer la logique. Discussion rapide.

Module 6 – Comment j'ai bâti ce cours

Section méta-pédagogique clé. Démonstration concrète de comment un professionnel peut utiliser l'IA pour structurer un projet complexe, respecter les contraintes de confidentialité et produire un livrable de haut niveau.

- ✓ Idéation du cours (Gemini, ChatGPT).
- ✓ Structuration du plan (LLM + raisonnement humain).
- ✓ Rédaction et reformulation (Claude, ChatGPT).
- ✓ Gestion du contenu et cohérence (NotebookLM).
- ✓ Slides, synthèses et visuels (PowerPoint, NotebookLM, Napkin AI).
- ✓ Vérification humaine finale.

« L'IA n'a pas construit ce cours. Elle m'a aidé à mieux le construire. »

Points importants et annexes

- ✓ Grille décisionnelle IA.
- ✓ Tableau comparatif des LLM avec abonnements.
- ✓ Tableau des autres outils IA avec abonnements.
- ✓ Checklist confidentialité.
- ✓ Modèles de prompts.
- ✓ Schémas de workflow.

« Confidentialité = décision professionnelle. Workflow > outils. Responsabilité toujours humaine. »

FORMATION - Optimisez votre workflow avec l'intelligence artificielle

Ce que vous retirerez de cette formation

- ✓ Une grille décisionnelle pour l'utilisation de l'IA
- ✓ Des modèles de prompts prêts à l'emploi
- ✓ Un tableau comparatif des LLM et de leurs plans
- ✓ Une checklist de confidentialité adaptée au Québec
- ✓ Des schémas de workflow reproductibles

Prérequis

- ✓ Connaissance de base en IA
- ✓ Ordinateur avec accès Internet (caméra et micro activés)
- ✓ Compte gratuit sur au moins un LLM (ChatGPT, Claude ou Gemini)

« L'IA est un levier, pas un raccourci. »

Pierre Lessard

Avocat, homme d'affaires et investisseur immobilier

Pierre Lessard s'intéresse à l'intelligence artificielle depuis 1985, à une époque où le domaine était dominé par les systèmes experts – des logiciels conçus pour reproduire le raisonnement d'un spécialiste dans un domaine précis. On parlait alors de « systèmes à base de connaissances », de « moteurs d'inférence » et d'« ingénierie des connaissances ». En 1985, plus d'un milliard de dollars étaient investis mondialement dans ces technologies, notamment par le Japon avec son projet d'ordinateur de cinquième génération et par les États-Unis avec le programme Strategic Computing Initiative de la DARPA.



L'IA avait déjà traversé deux hivers – des périodes de désillusion et de gel des financements (1974-1980, puis 1987-1993) – avant de renaître spectaculairement à partir des années 2010 grâce à l'apprentissage profond (deep learning), puis à l'architecture Transformer qui a rendu possibles les grands modèles de langage (LLM) que nous utilisons aujourd'hui.

Pierre Lessard a été responsable du développement technologique auprès des cabinets dont il a fait partie durant toute sa carrière. Avocat de formation, homme d'affaires et investisseur immobilier, il combine une expertise juridique solide avec une compréhension approfondie des enjeux technologiques. Depuis la sortie de ChatGPT en novembre 2022, il s'est plongé à fond dans les nouvelles technologies et les LLM, explorant leurs capacités, leurs limites et leurs enjeux pour les professionnels.

Sa connaissance de l'IA, combinée à sa pratique quotidienne des outils actuels, lui permet d'offrir une perspective unique : celle d'un professionnel qui comprend à la fois d'où vient l'IA, où elle en est, et comment l'intégrer de manière responsable dans un workflow professionnel rigoureux.