



FORMATION GRATUITE

Académie de Vente et de Développement des Affaires

INITIATION

IA POUR TOUS

Comprendre, apprendre et entreprendre
avec l'intelligence artificielle

Public	Jeunes et débutants de la République démocratique du Congo
Contenu	7 leçons pratiques, une boîte à prompts, un quiz final et un mini-projet
Matériel	Un smartphone ou un ordinateur avec accès à Internet
Coût	Gratuit

Comprendre. Expérimenter. Vérifier. Créer. Partager.

Initiative éducative proposée par Comme les Aigles SARL



Sommaire

Introduction générale	3
Leçon 1 — Comprendre l'intelligence artificielle	4
Leçon 2 — Découvrir ChatGPT pas à pas	5
Leçon 3 — Apprendre et réviser avec l'IA	6
Leçon 4 — Utiliser l'IA pour entreprendre	7
Leçon 5 — Créer du contenu avec l'IA	8
Leçon 6 — Études, CV et recherche d'emploi	9
Leçon 7 — Utiliser l'IA de façon responsable	10
Annexe 1 — Boîte à prompts	11
Annexe 2 — Quiz final	11
Annexe 3 — Mini-projet de fin de formation	12
Conclusion générale	13



Introduction générale

L'intelligence artificielle (IA) fait désormais partie de nombreux outils numériques. Elle peut aider à expliquer une leçon, résumer un texte, traduire, préparer un CV, organiser une activité commerciale ou créer un scénario vidéo. Ce manuel s'adresse aux jeunes et aux débutants de la République démocratique du Congo qui souhaitent découvrir ces possibilités dans un langage simple et par la pratique.

L'objectif n'est pas de remplacer l'effort, la réflexion ou la créativité humaine. L'IA peut se tromper, inventer des informations ou mal comprendre une demande. L'utilisateur doit donc vérifier les réponses et prendre lui-même les décisions.

Public et objectifs

- Élèves et étudiants
- Diplômés et chercheurs d'emploi
- Jeunes entrepreneurs et créateurs de contenu
- Associations, enseignants et travailleurs
- Toute personne découvrant l'IA sur smartphone ou ordinateur

À la fin de cette formation, vous pourrez expliquer ce qu'est l'IA, utiliser ChatGPT pour une tâche simple, formuler une demande claire, l'utiliser pour apprendre, entreprendre ou créer du contenu, et appliquer des règles élémentaires de sécurité.

Les sept leçons

Leçon	Sujet	Résultat attendu
1	Comprendre l'IA	Expliquer l'IA avec ses propres mots
2	Découvrir ChatGPT	Écrire une demande et améliorer une réponse
3	Apprendre avec l'IA	Créer un résumé et des exercices
4	Entreprendre avec l'IA	Structurer une idée et la tester
5	Créer du contenu	Préparer une publication ou un script
6	Études et emploi	Améliorer un CV et s'entraîner
7	Usage responsable	Vérifier et protéger ses données

Comment utiliser ce manuel

Chaque leçon suit la même logique : un objectif, des explications courtes, des demandes (prompts) à copier et à adapter, un exercice pratique et un rappel des points à retenir. Avancez à votre rythme, une leçon à la fois, et faites chaque exercice avant de passer à la suivante. Les encadrés rouges contiennent les demandes à copier ; les encadrés bleus contiennent les objectifs et les exercices.



Leçon 1 — Comprendre l'intelligence artificielle

Objectif de la leçon

Expliquer l'IA avec ses propres mots.

Qu'est-ce que l'IA ?

L'intelligence artificielle désigne des technologies informatiques conçues pour accomplir certaines tâches associées aux capacités humaines : traiter le langage, reconnaître des images, repérer des régularités dans des données ou produire des contenus. Une IA générative peut créer du texte, des images, de l'audio ou du code selon l'outil utilisé.

ChatGPT est un assistant conversationnel. On peut lui demander d'expliquer, rédiger, résumer, traduire, proposer des idées ou structurer un travail. Il ne sait pas tout et ne comprend pas toujours la réalité locale.

Ce que l'IA peut et ne peut pas faire

Elle peut...	Mais attention...
Expliquer une notion, proposer un plan, résumer un texte, améliorer un brouillon, générer des idées ou simuler un entretien.	Elle peut donner des réponses fausses, produire des chiffres ou des références inventés, manquer de contexte ou ne pas disposer des informations les plus récentes.
Aider à préparer, organiser et gagner du temps.	Elle ne garantit ni emploi, ni revenu, ni réussite d'un projet : les résultats dépendent de la question, de la vérification et du travail de l'utilisateur.

Pourquoi apprendre l'IA en RDC ?

Les usages possibles concernent l'éducation, l'agriculture, le commerce, les services, la santé, l'administration et la création. L'IA peut aider à acquérir des compétences, à communiquer et à organiser des projets. Mais ses bénéfices exigent aussi de la formation, une connexion adaptée, des outils utiles et des solutions répondant aux besoins locaux. Les ressources naturelles ne suffisent pas à bâtir une économie numérique : l'éducation, les infrastructures, la recherche et les compétences sont également essentielles.

Exercice pratique

Écrivez trois tâches qui vous prennent du temps chaque semaine. Pour chacune, réfléchissez à la manière dont l'IA pourrait aider à préparer, expliquer ou organiser une partie du travail. Ne transmettez aucune donnée confidentielle.

À retenir

L'IA est un outil d'aide, pas une source de vérité : elle peut se tromper et ne remplace ni votre effort ni votre jugement.



Leçon 2 — Découvrir ChatGPT pas à pas

Objectif de la leçon

Écrire une demande et améliorer une réponse.

Démarrer

1. Ouvrez l'application officielle ChatGPT ou le site chatgpt.com dans un navigateur.
2. Connectez-vous ou créez un compte si cela est demandé. N'utilisez que le service officiel et ne partagez jamais votre mot de passe.
3. Ouvrez une conversation et écrivez votre demande dans la zone de message.
4. Lisez la réponse et demandez des précisions si elle est trop longue, trop compliquée ou imprécise.
5. Pour les faits importants, vérifiez les informations à l'aide de sources fiables.

Les fonctions disponibles varient selon l'application, le pays, le compte et l'abonnement. Certaines versions permettent la voix, l'envoi de fichiers ou d'images et la génération d'images. Vous pouvez commencer avec une simple conversation écrite.

La formule d'une bonne demande

Une demande efficace précise le contexte, la tâche, le format souhaité et le niveau de détail. Vous pouvez aussi demander à l'IA d'adopter un rôle, comme celui d'un professeur patient.

Élément	Exemple
Rôle	Agis comme un professeur patient.
Contexte	Je suis étudiant débutant en gestion en RDC.
Tâche	Explique le fonds de roulement.
Format	Donne trois exemples et un tableau.
Niveau	Utilise des mots simples et définis les termes.

Exemple de prompt

Prompt à copier

Je suis un jeune de Kananga qui veut comprendre les bases du commerce. Explique en français simple la différence entre chiffre d'affaires, coût, bénéfice et trésorerie. Utilise un exemple fictif d'une petite boutique, un tableau et trois questions de révision. Précise ce qui doit être vérifié sur le terrain.



Améliorer une réponse

- Explique avec des mots plus simples.
- Donne un exemple adapté à une petite activité en RDC.
- Présente les étapes dans l'ordre.
- Fais un tableau comparatif.
- Quelles affirmations de ta réponse dois-je vérifier ?

Exercice pratique

Demandez à ChatGPT un programme de sept jours pour apprendre l'IA à raison de 15 minutes par jour. Demandez ensuite d'adapter le programme à votre accès au téléphone et à Internet.

À retenir

Une bonne demande précise le rôle, le contexte, la tâche, le format et le niveau. Si la réponse ne convient pas, demandez de la reformuler.

Leçon 3 — Apprendre et réviser avec l'IA

Objectif de la leçon

Créer un résumé et des exercices.

L'IA peut reformuler un cours, expliquer une notion, créer des exercices, corriger un brouillon et simuler un dialogue. Pour apprendre réellement, ne vous contentez pas de copier : essayez d'expliquer la notion avec vos propres mots et faites les exercices sans regarder la réponse.

La méthode en cinq étapes

1. Choisissez un sujet précis que vous ne comprenez pas.
2. Demandez une explication simple avec un exemple.
3. Expliquez la notion avec vos mots.
4. Demandez à l'IA de relever vos erreurs.
5. Faites un exercice seul puis comparez votre réponse.

Prompt à copier

Je veux comprendre [sujet]. Explique-le en français simple, définis les termes difficiles et donne deux exemples. Ensuite, pose-moi cinq questions progressives. Attends mes réponses avant de corriger et explique mes erreurs avec bienveillance.



Résumer un document

Utilisez uniquement un texte que vous avez le droit de partager. Comparez le résumé au document original, car certaines nuances peuvent disparaître.

Prompt à copier

Résume le texte que je fournis en français simple. Présente l'idée principale, cinq points essentiels, les mots à retenir et trois questions de révision. N'ajoute pas de faits absents du texte et signale les passages ambigus.

Exercice pratique

Choisissez une leçon, demandez un résumé et cinq questions. Répondez sans aide, puis notez ce que vous avez compris et ce que vous devez revoir.

À retenir

L'IA aide à comprendre, mais c'est vous qui apprenez : expliquez avec vos mots et faites les exercices avant de lire la correction.

Leçon 4 — Utiliser l'IA pour entreprendre

Objectif de la leçon

Structurer une idée et la tester.

L'IA peut aider à explorer un besoin client, proposer des idées, préparer un questionnaire, écrire une annonce et structurer un budget. Elle ne connaît pas automatiquement les prix locaux ni la demande réelle. Il faut vérifier ces éléments auprès des clients, fournisseurs et sources compétentes.

La démarche en six étapes

1. Décrivez un problème réel rencontré par des clients potentiels.
2. Identifiez les personnes concernées et les solutions qu'elles utilisent déjà.
3. Demandez plusieurs idées de solutions.
4. Estimez les dépenses et recettes en considérant les chiffres comme des hypothèses.
5. Interrogez de vrais clients avant d'investir.
6. Testez à petite échelle et ajustez selon les retours.

Prompt à copier

Je vis à [ville], en RDC, et souhaite tester une petite activité avec un budget maximal de [montant]. Propose trois idées adaptées à mes compétences. Pour chacune, indique les clients possibles, les besoins à vérifier, les dépenses, les risques et un test à faible coût. Distingue les hypothèses des faits et n'invente pas les prix locaux.



Préparer une annonce

Prompt à copier

Rédige une annonce courte pour [produit/service], destinée à [type de client]. Explique le bénéfice réel et indique comment contacter l'entreprise. N'invente ni prix, ni garantie, ni disponibilité, ni témoignage. Prépare une version WhatsApp et une version Facebook.

Exercice pratique

Choisissez une idée et préparez un plan de test sur sept jours. Interrogez au moins trois clients potentiels et comparez leurs réponses aux suggestions de l'IA.

À retenir

Les chiffres de l'IA sont des hypothèses : seuls de vrais clients confirment la demande, et l'on teste à petite échelle avant d'investir.

Leçon 5 — Créer du contenu avec l'IA

Objectif de la leçon

Préparer une publication ou un script.

L'IA peut aider à préparer des publications, scripts vidéo, présentations, supports de formation, descriptions d'images et calendriers éditoriaux. Le contenu doit être relu et adapté à votre voix, votre public et vos objectifs.

Construire une vidéo courte

Une vidéo courte commence souvent par une question ou un problème, apporte une idée utile, donne un exemple et se termine par une invitation claire. Évitez les promesses exagérées et les informations non vérifiées.

Prompt à copier

Prépare un script vidéo de 30 secondes pour les jeunes de RDC sur [sujet]. Structure-le avec une accroche, une explication simple, un exemple, une conclusion et une invitation à partager. Donne aussi une légende courte. Évite les promesses exagérées.

Créer une image

Décrivez le sujet, le public, l'ambiance, le format et les éléments à éviter. Les outils peuvent mal écrire les textes ou les logos. Pour une affiche professionnelle, générez l'illustration puis ajoutez les mots dans un outil de mise en page et relisez soigneusement.

Prompt à copier

Propose le concept d'une affiche verticale pour une formation gratuite à l'IA destinée aux jeunes de RDC. Style moderne, jeunes utilisant smartphone et ordinateur, titre lisible et peu de texte. Réserve un espace pour l'organisateur et la date. N'invente ni logo ni adresse.



Droits d'auteur et vie privée

Respectez les droits d'auteur et la vie privée. Ne fabriquez pas de faux témoignages et n'utilisez pas l'image ou la voix d'une personne sans autorisation appropriée.

Exercice pratique

Préparez un message éducatif de 100 mots et un script vidéo de 30 secondes. Vérifiez les faits et adaptez le langage avant publication.

À retenir

Le contenu généré est un brouillon : relisez-le, vérifiez les faits et donnez-lui votre voix avant de publier.

Leçon 6 — Études, CV et recherche d'emploi

Objectif de la leçon

Améliorer un CV et s'entraîner.

L'IA peut organiser un CV, corriger l'orthographe, améliorer une lettre de motivation et simuler un entretien. Elle ne doit jamais inventer un diplôme, un emploi, une langue maîtrisée ou une compétence. Vérifiez chaque phrase avant d'envoyer votre candidature.

Prompt à copier

Aide-moi à améliorer mon CV pour le poste de [poste]. Je fournirai mes expériences réelles et l'annonce. Clarifie et organise les informations, mets en évidence les compétences pertinentes et n'invente aucun diplôme, emploi ou résultat. Signale les informations manquantes.

S'entraîner à un entretien

Prompt à copier

Agis comme un recruteur pour le poste de [poste]. Pose une question à la fois. Après ma réponse, donne un retour précis sur la clarté, la pertinence et les exemples. Aide-moi à améliorer une réponse qui correspond à mon expérience réelle.

Apprendre une compétence

Prompt à copier

Je veux apprendre [compétence] pour améliorer mes possibilités d'emploi. Propose un plan de quatre semaines avec des séances courtes, des exercices accessibles, un projet pratique et une méthode pour mesurer mes progrès.



Exercice pratique

Choisissez un poste, préparez un CV honnête et entraînez-vous à répondre à trois questions d'entretien. Faites relire votre dossier et vérifiez toutes les informations.

À retenir

Un CV doit rester honnête : l'IA aide à clarifier et à organiser, jamais à inventer un diplôme, un emploi ou une compétence.

Leçon 7 — Utiliser l'IA de façon responsable

Objectif de la leçon

Vérifier les réponses et protéger ses données.

Vérifier les réponses

Une réponse bien écrite n'est pas forcément vraie. Pour les informations importantes, vérifiez la date, consultez une source fiable et comparez plusieurs sources indépendantes. Les références données par une IA doivent être ouvertes et contrôlées : elles peuvent être incorrectes ou inexistantes.

Protéger ses données

- Ne communiquez jamais vos mots de passe ni vos codes de validation.
- Évitez d'envoyer des documents d'identité, relevés bancaires ou dossiers confidentiels.
- Remplacez les noms et coordonnées réels par des exemples fictifs lorsque cela suffit.
- Demandez l'autorisation avant d'utiliser les données d'une autre personne.
- Vérifiez les paramètres de confidentialité et les règles de votre école ou de votre employeur.

Erreurs à éviter

- Copier sans comprendre
- Croire que l'IA a toujours raison
- Donner trop peu de contexte
- Traiter une estimation comme un fait
- Publier un faux témoignage
- Laisser l'IA prendre seule une décision importante

Questions médicales, juridiques, financières ou de sécurité

Utilisez l'IA pour préparer des questions ou comprendre des termes, mais consultez une personne qualifiée et des sources officielles. En cas d'urgence, contactez directement les services compétents.



Exercice pratique

Demandez trois faits sur un sujet que vous connaissez. Vérifiez l'un d'eux avec une source fiable. Notez si la réponse était correcte, incomplète ou erronée.

À retenir

Vérifier, protéger ses données et garder la décision finale : ce sont les trois réflexes d'un usage responsable.

Annexe 1 — Boîte à prompts

Des demandes de départ à copier, puis à adapter en remplaçant les mots entre crochets.

Besoin	Prompt de départ
Comprendre un sujet	Explique [sujet] en français simple, avec deux exemples et un résumé.
Pratiquer une langue	Aide-moi à pratiquer [langue] pendant dix minutes. Corrige mes erreurs et explique-les.
Organiser la semaine	Organise ma semaine selon ces objectifs : [liste]. Propose un planning réaliste.
Préparer une annonce	Rédige une annonce pour [produit/service], destinée à [public]. N'invente aucune information.
Résumer un texte	Résume le texte fourni sans ajouter de faits et liste les points à vérifier.
Préparer un entretien	Simule un entretien pour [poste], une question à la fois, puis donne un retour.
Trouver une idée	Propose trois idées adaptées à [ville], [compétences] et [budget], en distinguant hypothèses et faits.
Créer un script	Écris un script de 30 secondes sur [sujet] avec accroche, exemple et conclusion.
Vérifier un raisonnement	Analyse mon raisonnement, relève les hypothèses fragiles et indique ce que je dois vérifier.

Annexe 2 — Quiz final

1. Explique ce qu'est l'IA avec tes mots.
2. Cite deux tâches que ChatGPT peut aider à accomplir.
3. Pourquoi une réponse de l'IA peut-elle être fausse ?
4. Quels éléments rendent une demande plus claire ?
5. Pourquoi ne faut-il pas copier un devoir sans le comprendre ?
6. Cite deux données qu'il ne faut pas partager inutilement.
7. Comment vérifier une information importante ?
8. Comment l'IA peut-elle aider pour un emploi ?
9. Quelle différence entre une hypothèse commerciale et un fait vérifié ?
10. Donne un exemple d'utilisation responsable de l'IA.



Corrigé indicatif

1. Technologies qui réalisent certaines tâches associées à des capacités humaines, comme traiter le langage ou reconnaître des images.
2. Exemples : expliquer un cours, résumer, préparer un CV, proposer des idées.
3. Elle peut manquer de contexte ou générer une information plausible mais fausse.
4. Contexte, tâche précise, format et niveau de détail.
5. Parce que cela empêche l'apprentissage et peut conduire à présenter un travail incompris.
6. Mots de passe, codes, données bancaires ou documents d'identité non nécessaires.
7. Comparer avec une source fiable, vérifier la date et recouper les affirmations importantes.
8. Améliorer un CV réel, adapter une lettre et simuler un entretien.
9. Une hypothèse est une estimation à tester ; un fait est appuyé par des éléments vérifiables.
10. Réponse libre : elle doit protéger les personnes, vérifier les informations et laisser la décision à l'humain.

Annexe 3 — Mini-projet de fin de formation

Choisissez un problème réel lié aux études, à l'emploi, à une association ou à une petite activité commerciale. Utilisez l'IA pour préparer une solution, puis vérifiez-la et adaptez-la à la réalité.

1. Décrivez le problème en cinq phrases.
2. Précisez qui est concerné et pourquoi cela compte.
3. Écrivez une demande claire à un outil d'IA.
4. Notez la réponse et les éléments à vérifier.
5. Testez une partie de la solution ou faites-la examiner par une personne compétente.
6. Présentez ce que vous avez appris, les limites rencontrées et les prochaines étapes.



Fiche de projet	Réponse
Nom ou pseudonyme	
Problème choisi	
Outil utilisé	
Demande envoyée	
Solution proposée	
Éléments vérifiés	
Résultat du test	
Ce que j'ai appris	
Prochaine étape	

Conclusion générale

L'intelligence artificielle offre des possibilités d'apprentissage, de création et d'organisation. Sa valeur ne vient pas du simple fait d'utiliser un outil : elle vient de la capacité à poser de bonnes questions, comprendre les réponses, vérifier les faits et transformer les idées en actions utiles.

Pour les jeunes de la RDC, apprendre l'IA peut renforcer les compétences numériques, aider à préparer les études et l'emploi, améliorer certains services et tester des projets. Cela ne remplace ni l'éducation, ni l'expérience, ni l'effort, ni les infrastructures nécessaires au développement.

Commencez modestement : une question, un exercice, une réponse vérifiée et une application concrète. Partagez ensuite ce que vous avez appris avec une autre personne. La maîtrise de l'IA se construit par la pratique, la curiosité et la responsabilité.

Comprendre. Expérimenter. Vérifier. Créer. Partager.

Formation gratuite « IA POUR TOUS » — initiative éducative proposée par Comme les Aigles SARL.