

Reprendre la main sur son site internet grâce à l'intelligence artificielle.

Une semaine pour améliorer votre visibilité en ligne sans dépendre d'un prestataire.

Intitulé administratif : Utiliser l'intelligence artificielle pour gérer, optimiser et faire évoluer son site internet professionnel

14h	1	720 €	Qualiopi
accompagnement intensif sur cinq jours consécutifs	formation dispensée en format individuel	TVA non applicable (art. 261-4-4° CGI)	organisme certifié

Vous avez déjà un site internet. Pourtant, vous faites encore appel à un prestataire pour modifier une page, améliorer votre référencement ou ajouter un nouvel élément.

Résultat : les évolutions prennent du temps, coûtent de l'argent et votre site ne reflète pas toujours l'évolution de votre activité.

Cette formation vous permet de reprendre la main sur votre communication en ligne. Pendant cinq jours, vous apprenez à utiliser l'intelligence artificielle comme un véritable assistant numérique pour améliorer votre site, rédiger vos contenus, optimiser votre référencement et développer votre autonomie.

Chaque séance s'appuie sur votre propre site internet. À l'issue de la formation, vous repartez avec des améliorations concrètes déjà mises en oeuvre et une méthode pour continuer à faire évoluer votre présence en ligne.

Ce que cette formation n'est pas

Ce n'est pas une formation à la création de site internet.

Ce n'est pas une formation généraliste à l'intelligence artificielle.

Ce n'est pas une formation technique destinée aux développeurs.

Chaque exercice est réalisé directement sur votre propre site internet afin de produire des résultats immédiatement utilisables.

1

Public visé

Cette formation s'adresse aux :

- Indépendants, freelances, auto-entrepreneurs
- Artisans, commerçants, professions libérales
- Toute personne gérant seule son site professionnel et souhaitant l'améliorer sans faire appel à un prestataire

2

Prérequis

- Avoir un site internet actif (WordPress, Wix, Squarespace ou autre)
- Maîtriser les outils numériques courants (navigation web, email, bureautique)
- Disposer d'une connexion internet et d'une webcam

Aucune compétence en code ni en IA requise.

3

Modalités et délais d'accès

- Inscription : contact@adama-formations.fr | +33 6 73 69 12 23
- Délai d'accès : 5 jours après validation de l'inscription et de l'entretien de positionnement

Adaptation individuelle

Un questionnaire de pré-formation et un entretien de positionnement permettent d'adapter le contenu au site internet et aux objectifs du participant.

L'entretien permet de recueillir les attentes, d'évaluer le niveau de départ et de prendre en compte le projet professionnel du bénéficiaire.

4

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- ✓ Auditer et prioriser les améliorations d'un site internet professionnel
- ✓ Utiliser l'IA générative (Claude, ChatGPT) pour produire et optimiser ses contenus web
- ✓ Réaliser les principales optimisations SEO accessibles sans développement
- ✓ Construire un plan d'amélioration et d'animation éditoriale du site

5

Contenu de la formation

14 heures réparties en 5 journées d'application. Chaque exercice est réalisé directement sur le site réel du participant.

Jour 1

Diagnostic et priorités

Durée : 3h — Identifier les principaux freins à la visibilité et à l'efficacité de votre site.

- Audit technique rapide (vitesse, indexation, balises) — GTmetrix, Outiref, Search Console
- Analyse de la clarté du message et du positionnement
- Analyse SEO de premier niveau

- Analyse concurrentielle assistée par IA
- Définition des 3 priorités d'amélioration

Jour 2 **Contenus et pages stratégiques**

Durée : 3h — Améliorer les pages qui influencent le plus vos visiteurs.

- Définition du client idéal
- Clarification de la proposition de valeur
- Réécriture des pages principales avec l'IA (accueil, services, à propos)
- Optimisation des appels à l'action
- Structuration des contenus

Jour 3 **SEO pratique avec l'IA**

Durée : 3h — Améliorer sa visibilité sur Google sans expertise technique.

- Recherche de mots-clés adaptés à son activité
- Construction d'un prompt IA personnalisé (identité, ton, client idéal)
- Optimisation des balises title, méta-description, H1/H2
- Création de FAQ pertinentes
- Amélioration du maillage interne
- Vérification et correction des contenus générés

Jour 4 **Visuels et expérience utilisateur**

Durée : 2h30 — Renforcer l'impact visuel et la crédibilité du site.

- Création de visuels avec l'IA (Canva IA, DALL-E, Ideogram)
- Cohérence graphique et identité visuelle
- Optimisation et compression des images pour le web
- Mise à jour des pages en direct
- Amélioration des formulaires de contact (conformité RGPD)
- Vérification des éléments de confiance

Jour 5 **Pilotage et autonomie**

Durée : 2h30 — Développer une autonomie durable dans la gestion du site.

- Connexion Google Analytics ou Matomo
- Lecture des indicateurs essentiels
- Compréhension du comportement des visiteurs
- Génération d'idées de contenus avec l'IA
- Construction d'un calendrier éditorial réaliste
- Élaboration du plan d'action personnalisé à 90 jours

Livrables de fin de formation

À l'issue de la formation, chaque participant repart avec :

- Un audit synthétique de son site (avant/après, points forts, axes d'amélioration résiduels)
- Un prompt IA personnalisé adapté à son activité et à sa communication
- Un calendrier éditorial opérationnel sur 90 jours
- Un plan d'action personnalisé priorisé

Ces livrables sont produits progressivement au cours des cinq journées.

6

Méthodes et moyens pédagogiques

Modalités de formation

- Distanciel synchrone (visioconférence) — sessions en direct
- Format individuel — contenu entièrement adapté au site du participant

Méthodes pédagogiques

- Méthode expositive — apports théoriques ciblés sur les outils et techniques utiles au participant
- Méthode active — chaque notion est immédiatement appliquée sur le site réel du participant
- Méthode interrogative — ajustement continu en fonction des besoins et du niveau de maîtrise

Moyens pédagogiques

- Visioconférence avec partage d'écran
- Exercices pratiques appliqués directement sur le site du participant
- Utilisation guidée de ChatGPT et Claude pour la production de contenus
- Supports pédagogiques remis après chaque séance
- Livrables personnalisés (audit, prompt, calendrier éditorial, plan d'action)

Moyens techniques

- Plateforme de visioconférence sécurisée avec partage d'écran
- Outils d'audit gratuits (GTmetrix, Outiref, Google Search Console)
- Espace apprenant Digiforma : documents pédagogiques, suivi, replays

Soutien technique

Un soutien technique est disponible en cas de problème de connexion ou d'accès aux outils numériques.

Contact : contact@adama-formations.fr | 06 73 69 12 23

Assistance pendant les horaires de formation et par e-mail sous 48h ouvrées.

Suivi de l'exécution

- Feuilles d'émargement signées électroniquement pour chaque séquence de formation
- Attestation d'assiduité
- Attestation de fin de formation
- Suivi individualisé en continu avec échanges réguliers et feedback formateur

Évaluation des acquis

Avant la formation	<i>Questionnaire de positionnement et recueil des attentes adressé par email</i>
Pendant la formation	<i>Régulation pédagogique continue : exercices appliqués, feedback formateur, ajustements en temps réel</i>
Après la formation (24h)	<i>Questionnaire de satisfaction à chaud envoyé dans les 24h suivant la fin de la formation</i>
Après la formation (30j)	<i>Questionnaire à froid adressé 30 jours après la fin de la formation</i>

Évaluation finale

L'évaluation repose sur cinq éléments complémentaires :

- audit comparatif avant/après du site
- la production d'un prompt IA opérationnel
- l'élaboration d'un calendrier éditorial sur 90 jours
- la formalisation d'un plan d'action personnalisé
- la réalisation d'optimisations SEO appliquées sur le site du participant (balises, contenus, maillage interne ou structure)

Cette formation étant nouvelle, aucun indicateur de résultats spécifique n'est disponible à ce jour. Les indicateurs seront établis à l'issue des premières sessions et analysés dans une démarche d'amélioration continue.

Richard Benguigui — Référent pédagogique & formateur

Ancien journaliste durant 35 ans et formateur en journalisme, Richard Benguigui s'est reconverti dans les métiers du web en 2016. Il accompagne des TPE, PME et créateurs d'activité dans leur transition numérique, avec une spécialisation sur les indépendants et professionnels libéraux.

contact@adama-formations.fr | +33 6 73 69 12 23

Intitulé commercial	Reprendre la main sur son site internet grâce à l'intelligence artificielle
Intitulé administratif	Utiliser l'intelligence artificielle pour gérer, optimiser et faire évoluer son site internet professionnel
Certification	Non certifiante
Durée	14 heures — accompagnement intensif sur cinq jours consécutifs
Modalité	Distanciel synchrone (visioconférence) — sessions en direct
Tarif	720,00 € — TVA non applicable (art. 261-4-4° du CGI)
Financement	Financement personnel. Prise en charge éventuelle selon les dispositifs mobilisables par le participant.
Prérequis	Avoir un site internet actif — maîtrise courante des outils numériques
Délai d'accès	5 jours après validation de l'entretien de positionnement
Évaluation	Évaluation : Audit avant/après + livrables produits + exercices appliqués sur le site du participant.
N° déclaration	76341330934 — auprès du Préfet de région d'Occitanie
Version	Version 1 — Mise à jour : juin 2026

La formation est dispensée à distance. L'organisme s'engage à étudier toute demande d'adaptation pour les personnes en situation de handicap, en fonction des besoins et des moyens mobilisables.

Référent handicap : Richard Benguigui — contact@adama-formations.fr — +33 6 73 69 12 23

Toute demande d'adaptation est étudiée dès l'entretien de positionnement afin de mettre en place les aménagements nécessaires avant l'entrée en formation.

Suites de parcours

Cette formation peut être précédée de la formation SEO local (développer la visibilité locale de son activité), qui permet de travailler le référencement géolocalisé en amont de l'optimisation du site.

Elle peut également être suivie de la formation Créer et gérer un site internet sans coder (RS 7501) pour les participants souhaitant refondre intégralement leur site.

Débouchés professionnels

- Gérer et faire évoluer son site en autonomie sans dépendre d'un prestataire
- Améliorer son référencement naturel et développer sa clientèle en ligne
- Produire du contenu régulier adapté à son activité grâce à l'IA

Passerelles

Formation non certifiante. Aucune équivalence ou passerelle vers une certification n'est prévue à ce jour.

13

Procédure de réclamations

- Toute réclamation peut être adressée par écrit à Richard Benguigui — contact@adama-formations.fr — 1209 avenue Évêché de Maguelone, 34250 Palavas-les-Flots.
- Accusé de réception : sous 5 jours ouvrés.
- Réponse circonstanciée : sous 30 jours ouvrés.
- En cas de litige non résolu : SAS Médiation Consommation Développement — www.medconsodev.eu