

FICHE RÉCAP — SÉANCE 3

L'écosystème pro : API, connexions et outils spécialisés

L'essentiel à retenir, à garder près de son clavier.

1. Les API démystifiées

Analogie du restaurant : vous (le client) ne rentrez pas dans la cuisine. Vous passez votre commande au serveur (l'API), qui la transmet à la cuisine (le modèle) et vous rapporte le plat (la réponse). L'API, c'est le serveur : une façon standardisée de commander.

	ABONNEMENT (CHATGPT PLUS, CLAUDE PRO...)	API
Pour qui	Usage individuel quotidien	Automatisations, outils connectés, volume
Coût	Fixe (≈ 20-30 \$/mois)	À l'usage, facturé au million de tokens
Quand ça vaut la peine	Toujours, comme point de départ	Quand une tâche répétitive justifie de la brancher directement

MCP / connecteurs en une phrase : un standard qui permet à l'IA de se brancher à vos outils (agenda, courriels, fichiers, CRM) pour lire et agir — c'est ce qui lui donne des « bras ».

2. La boîte à outils spécialisée

TÂCHE	OUTILS À CONNAÎTRE	CE QUE ÇA REMPLACE
Notes et comptes rendus de réunion	Granola, Fireflies, Otter, Copilot (Teams)	1 h de rédaction par rencontre
Recherche approfondie	Perplexity, Deep Research (ChatGPT, Gemini, Claude)	Des heures de veille et de synthèse
Présentations	Gamma, Beautiful.ai, Copilot (PowerPoint)	La page blanche et la mise en page
Travail sur vos documents	NotebookLM, Claude Projects	Relire 300 pages pour trouver 3 réponses

Rappel : l'outil passe, la méthode reste. Choisissez par tâche (voir la matrice de décision), pas par mode.

3. Choisir le bon outil — 4 questions

- Quelle **tâche précise** je veux déléguer ? (pas « utiliser l'IA », mais « produire mes comptes rendus »)
- Combien de **temps** cette tâche me coûte-t-elle par semaine ?
- Mon outil actuel (ChatGPT, Claude, Copilot) le fait-il **déjà assez bien** ?
- Où vont **mes données** ? (confidentialité, compte pro, Loi 25)

4. Votre plan d'action 90 jours

Le document complet est fourni séparément. L'ossature :

ÉCHÉANCE	ENGAGEMENT
Cette semaine	1 habitude à changer (ex. : une tâche = une conversation)
Jour 30	1 assistant spécialisé construit et utilisé chaque semaine
Jour 60	1 outil spécialisé testé sur une vraie tâche récurrente
Jour 90	Bilan : temps gagné, prochaine étape (automatisation ?)

5. Pour continuer

- Suivre l'évolution des modèles : imarena.ai · artificialanalysis.ai
- Ressources et formations Kodra : kodra.ca/formations
- La promesse du titre, pour vrai : révolutionner sa carrière = **90 jours de pratique délibérée**, pas 3 séances.