

Yasmina Salmandjee

UTILISER L'IA

**EN 90 CAS
CONCRETS**

**POUR SE
FACILITER LA VIE**



**Travail, santé, cuisine,
sport, loisirs...**

DBS

Yasmina Salmandjee

UTILISER

L'IA

**EN 90 CAS
CONCRETS**

**POUR SE
FACILITER LA VIE**



DBS

Pour toute information sur notre fonds et les nouveautés dans votre domaine de spécialisation, consultez notre site web : **www.deboecksuperieur.com**

© De Boeck Supérieur s.a., 2025

Rue du Bosquet, 7 – B-1348 Louvain-la-Neuve

Tous droits réservés pour tous pays.

Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire (notamment par photocopie) partiellement ou totalement le présent ouvrage, de le stocker dans une banque de données ou de le communiquer au public, sous quelque forme et de quelque manière que ce soit.

Dépôt légal :

Bibliothèque nationale, Paris : avril 2025

Bibliothèque royale de Belgique, Bruxelles : 2025/13647/048

ISBN 978-2-8073-6629-9



Sommaire

Introduction	7
Organisation de l'ouvrage	9
À qui s'adresse ce livre	11
Préambule.....	13
Qu'est-ce que l'IA ?	14
L'intelligence artificielle, un domaine en constante évolution.....	15
Un potentiel immense, des défis tout aussi grands.....	15
ChatGPT, mode d'emploi	16
ChatGPT sur smartphone.....	19
ChatGPT Plus.....	21
Lancer une discussion	24
Limites et défauts de ChatGPT	29

Interagir avec ChatGPT pour des tâches quotidiennes

Cas 1. Demander des conseils de vie quotidienne	35
Cas 2. Utiliser ChatGPT pour la rédaction d'emails simples.....	37
Cas 3. Obtenir des résumés de livres ou d'articles.....	38
Cas 4. Demander des idées de recettes de cuisine.....	39
Cas 5. Planifier une journée type avec ChatGPT	41
Cas 6. Obtenir de l'aide pour des devoirs scolaires	42
Cas 7. Demander des explications sur des sujets d'actualité	43
Cas 8. Apprendre à faire un nœud de cravate avec ChatGPT.....	44
Cas 9. Demander des idées de jeux pour des soirées entre amis.....	45
Cas 10. Demander des conseils pour l'entretien des plantes d'intérieur	47

Planification et organisation avec ChatGPT

Cas 11. Générer des textes descriptifs pour des sites web	51
Cas 12. Utiliser l'IA pour des recommandations de lecture	52
Cas 13. Planifier des voyages avec l'aide de l'IA	54
Cas 14. Utiliser l'IA pour planifier des voyages personnalisés	55
Cas 15. Utiliser l'IA pour des suggestions de programmes TV ou films	59
Cas 16. Optimiser la consommation d'énergie domestique grâce à l'IA	61
Cas 17. Demander à l'IA des idées de cadeaux personnalisés	63
Cas 18. Utiliser l'IA pour concevoir des énigmes et des chasses au trésor personnalisées	64
Cas 19. Planifier des repas et des courses avec l'IA	66
Cas 20. Gérer des finances personnelles avec des outils basés sur l'IA	67
Cas 21. Utiliser l'IA pour des conseils de jardinage	69
Cas 22. Utiliser l'IA pour la planification de mariages	71

Libérez votre créativité avec l'aide de l'IA

Cas 23. Donner vie à vos histoires avec l'aide de l'IA	77
Cas 24. Composer votre propre musique grâce à l'IA	79
Cas 25. Donner voix à vos émotions : poèmes et chansons assistés par l'IA	80
Cas 26. Donner vie à votre série web avec l'aide de l'IA	82
Cas 27. Donner vie à vos idées théâtrales avec l'IA	83
Cas 28. Créer un jeu de rôle textuel personnalisé avec l'IA	85
Cas 29. Capturer l'instant parfait : affinez votre œil de photographe avec l'IA	86
Cas 30. Créer des recettes de cuisine uniques avec l'aide de l'IA	87
Cas 31. Concevoir des motifs et des designs pour l'impression textile	89
Cas 32. Générer des idées de tatouages personnalisés	91
Cas 33. Créer des mondes imaginaires pour une BD ou fiction	94
Cas 34. Composer des haïkus et des poèmes courts avec l'IA	95
Cas 35. Concevoir des puzzles et des énigmes originaux	97
Cas 36. Développer des concepts de jeux de société innovants	100

Donner vie à vos idées avec l'IA générative graphique

Cas 37. Créer des paysages à couper le souffle avec DALL-E	105
Cas 38. Donner vie aux concepts avec Bing Image Creator	108
Cas 39. Concevoir des logos percutants avec l'IA	109
Cas 40. Créer des looks tendance avec l'IA	111
Cas 41. Imaginer des couvertures captivantes pour livres et albums	112
Cas 42. Concevoir des affiches d'événements impactantes	114
Cas 43. Créer des images inspirantes pour vos projets personnels	116
Cas 44. Explorer des concepts artistiques abstraits avec l'IA	118

Cas 45. Produire des visuels engageants pour vos contenus en ligne.....	119
Cas 46. Réinventer votre espace avec Palazzo.ai	121

Projets et concepts visuels avec les IA génératives

Cas 47. Créer des œuvres d'art numériques uniques.....	127
Cas 48. Concevoir des personnages captivants pour vos histoires et jeux.....	129
Cas 49. Visualiser des scènes pour des courts-métrages innovants.....	131
Cas 50. Concevoir des campagnes publicitaires percutantes.....	132
Cas 51. Enrichir vos présentations professionnelles avec des visuels percutants .	134
Cas 52. Donner vie à vos récits de science-fiction avec des visuels captivants	136
Cas 53. Créer une bande dessinée innovante avec l'aide de l'IA.....	138
Cas 54. Conceptualiser des gadgets futuristes révolutionnaires.....	140

Multimédia et animations avec l'IA

Cas 55. Transformez vos idées en images avec l'aide de ChatGPT et des IA génératives d'images.....	147
Cas 56. Donnez vie à vos images : créer des vidéos avec RunwayML.....	150
Cas 57. Transformez vos vidéos avec VideoLeap	152
Cas 58. Créer de la musique d'ambiance unique avec l'IA.....	156
Cas 59. Composer une bande-son cinématique avec Soundraw.....	158
Cas 60. Créer des voix synthétiques avec les meilleures IA génératives de voix...	161
Cas 61. Créer une ambiance sonore personnalisée avec Endel.....	163
Cas 62. Créer un podcast interactif avec l'aide de Descript.....	164
Cas 63. Créer des vidéos virales pour les réseaux sociaux avec l'IA.....	166

Applications personnelles et bien-être

Cas 64. Utiliser l'IA pour créer des routines d'exercices personnalisées.....	173
Cas 65. Utiliser l'IA pour la gestion du stress et la méditation guidée.....	174
Cas 66. Utiliser l'IA pour la planification et l'optimisation des objectifs personnels	175
Cas 67. Découvrir de nouvelles activités de loisirs grâce à l'IA.....	177
Cas 68. Découvrez de nouvelles pépites cinématographiques grâce à l'IA	179
Cas 69. Devenez votre propre styliste grâce à l'IA.....	180
Cas 70. Explorez de nouveaux horizons musicaux et devenez le DJ de votre vie grâce à l'IA	182
Cas 71. Utiliser l'IA pour le tricot et la couture	184
Cas 72. Apportez une touche de divertissement à vos soirées avec des deepfakes humoristiques.....	186
Cas 73. Transformez vos soirées en véritables défis musicaux avec un blind test personnalisé	189
Cas 74. Créer des quiz interactifs avec l'IA.....	190

Éducation et apprentissage

Cas 75. Boostez vos révisions avec l'IA, votre coach d'études personnel.....	197
Cas 76. Décodez les mathématiques complexes avec l'aide de l'IA.....	198
Cas 77. Parlez comme un natif grâce à votre prof de langues virtuel !	201
Cas 78. Transformez-vous en chercheur pro avec l'aide de l'IA !.....	203
Cas 79. Utiliser l'IA Copilot lors de vos recherches sur le Web avec Microsoft Edge.....	205
Cas 80. Préparez-vous pour des jeux télévisés comme « Questions pour un champion » ou « Tout le monde veut prendre sa place » avec l'IA.....	207

Vie professionnelle avec l'IA

Cas 81. Révolutionner la prise de notes avec l'intelligence artificielle	213
Cas 82. Optimiser sa gestion du temps et ses études avec l'IA.....	215
Cas 83. Créer des présentations académiques percutantes grâce à l'IA	217
Cas 84. Révolutionner la création de cours en ligne grâce à l'IA.....	218
Cas 85. Optimiser la rédaction de rapports professionnels avec l'IA	220
Cas 86. Maîtriser l'art de l'entretien d'embauche avec l'aide de l'IA.....	222
Cas 87. Rédiger des contrats et documents légaux avec l'aide de l'IA.....	224
Cas 88. Décortiquez l'opinion de vos clients avec l'aide de l'IA !.....	226
Cas 89. Traduire des documents avec DeepL.....	227
Cas 90. Programmation avec l'IA.....	230

Conclusion	235
-------------------------	-----

Bonus : détecter la désinformation générée par l'IA	237
--	-----

Lexique	239
----------------------	-----



Introduction

L'intelligence artificielle (IA) n'est plus confinée aux laboratoires de recherche ou aux pages de science-fiction ; elle est devenue une réalité omniprésente qui transforme rapidement tous les aspects de notre vie quotidienne. Ce livre explore l'impact profond et multifacette de l'IA, en particulier des outils accessibles à tous comme ChatGPT, Claude, Bing ou encore Deepl, sur notre façon de vivre, de travailler, d'apprendre et de créer.

De la simplification de nos tâches quotidiennes à la révolution de nos processus créatifs, en passant par la transformation de notre approche de l'éducation et du travail, l'IA est en train de redéfinir les frontières du possible. Ce livre offre un voyage fascinant à travers ces nouvelles possibilités, tout en examinant de manière critique les défis éthiques et sociétaux qu'elles soulèvent.

Chaque chapitre plonge le lecteur dans un aspect spécifique de cette révolution de l'IA, offrant des idées et conseils pratiques sur son utilisation, des réflexions sur ses implications, et des perspectives sur son évolution future. Que vous soyez un professionnel cherchant à optimiser votre productivité, un créatif explorant de nouvelles formes d'expression, un éducateur repensant les méthodes d'apprentissage, ou simplement un individu curieux de comprendre comment l'IA façonne notre monde, ce livre vous fournira des clés précieuses pour naviguer dans cette ère de l'intelligence augmentée.

Alors que nous nous embarquons dans ce voyage à travers les multiples facettes de l'IA dans notre vie quotidienne, gardons à l'esprit que nous sommes à l'aube d'une nouvelle ère. Une ère où la synergie entre l'intelligence humaine et artificielle ouvre des possibilités infinies, tout en nous invitant à réfléchir profondément sur ce qui nous définit en tant qu'êtres humains, dans un monde de plus en plus façonné par l'intelligence artificielle.



Organisation de l'ouvrage

Dans le chapitre 1, nous explorerons les nombreuses façons dont ChatGPT peut vous assister dans vos activités quotidiennes. De la recherche d'informations à la rédaction d'emails, en passant par la planification de repas, vous découvrirez comment cet outil d'IA polyvalent peut simplifier votre vie et stimuler votre productivité.

Dans notre monde moderne, la planification et l'organisation sont des compétences essentielles pour réussir tant dans notre vie personnelle que professionnelle. ChatGPT se révèle être un allié précieux dans ce domaine, offrant des solutions innovantes pour optimiser notre temps et nos ressources. Le chapitre 2 explique comment cet outil polyvalent peut nous aider à mieux structurer nos projets, du plus simple au plus complexe.

L'intelligence artificielle ouvre de nouvelles portes à la créativité, offrant des outils puissants pour stimuler notre imagination et repousser les limites de l'expression artistique. Dans le chapitre 3, nous explorerons comment utiliser l'IA, en particulier ChatGPT, pour enrichir vos projets créatifs, que ce soit dans l'écriture, la musique ou la poésie. Découvrez comment ces technologies peuvent devenir de précieux alliés dans votre processus créatif, en vous aidant à surmonter les blocages et à explorer de nouvelles idées.

L'ère du numérique a ouvert de nouvelles portes à la créativité visuelle, et l'intelligence artificielle générative est en train de révolutionner la façon dont nous concevons et créons des images. Au chapitre 4, nous explorerons comment utiliser des outils d'IA tels que DALL-E, Bing Image Creator et Palazzo.ai pour donner vie à vos idées, que ce soit pour des paysages époustouflants, des illustrations conceptuelles ou des designs d'intérieur innovants. Découvrez comment ces technologies peuvent amplifier votre créativité et vous permettre de visualiser vos concepts comme jamais auparavant.

L'intelligence artificielle transforme radicalement la façon dont nous créons et consommons le contenu visuel. Le chapitre 5 explore en profondeur comment l'IA peut être utilisée pour générer des images, créer des vidéos captivantes, améliorer des photos, et même produire des animations complexes. Que vous soyez un créateur de

contenu chevronné, un marketeur innovant ou simplement un passionné de technologie, découvrez comment l'IA peut élever votre créativité à de nouveaux sommets et rationaliser vos processus de production.

L'intelligence artificielle révolutionne le monde de la création multimédia, offrant des possibilités inédites aux artistes, marketeurs et passionnés de technologie. Dans le chapitre 6, nous plongerons au cœur de cette révolution créative, explorant comment l'IA peut transformer vos projets audiovisuels, de la musique aux animations en passant par la photographie. Préparez-vous à repousser les limites de votre créativité et à découvrir des outils qui changeront votre façon de concevoir et de produire du contenu multimédia.

Dans notre monde trépidant, il est essentiel de trouver des moments pour soi, que ce soit pour se détendre, explorer de nouvelles passions ou cultiver son bien-être. Les technologies modernes, notamment l'intelligence artificielle, peuvent nous aider à découvrir et à pratiquer des activités enrichissantes. Le chapitre 7 vous propose de découvrir comment l'IA peut devenir un allié précieux dans notre quête de loisirs épanouissants et de moments de sérénité.

Le chapitre 8 explore les applications innovantes de l'IA dans l'éducation et l'apprentissage. Nous aborderons divers aspects, allant de l'utilisation de l'IA comme coach d'études personnel à son application dans l'apprentissage des langues, en passant par son rôle dans la compréhension de sujets complexes comme les mathématiques avancées et la recherche académique.

Le 9^e et dernier chapitre offre un aperçu complet de l'impact transformateur de l'IA sur la vie professionnelle moderne. Il explore comment l'intelligence artificielle révolutionne divers aspects du travail, de la gestion de projet à l'analyse de données, en passant par la création de contenu et la prise de décision. Ce chapitre met en lumière les avantages potentiels de l'IA en termes d'efficacité et de productivité, tout en soulevant des questions importantes sur l'évolution des compétences requises et l'équilibre entre l'assistance technologique et l'expertise humaine.



À qui s'adresse ce livre

Ce livre s'adresse à un large éventail de lecteurs, des débutants curieux aux utilisateurs expérimentés de l'IA, en passant par les professionnels de divers domaines cherchant à comprendre et à exploiter le potentiel de cette technologie révolutionnaire.

- Pour les débutants curieux, cet ouvrage offre une introduction accessible et complète au monde de l'IA, expliquant les concepts clés et leurs applications pratiques dans la vie quotidienne. Il démystifie les termes techniques et présente des exemples concrets pour illustrer comment l'IA peut être utilisée de manière simple et bénéfique.
- Les utilisateurs expérimentés trouveront dans ce livre des insights approfondis et des réflexions critiques sur les développements récents de l'IA. Il explore des applications avancées et des cas d'usage innovants, offrant une perspective élargie sur les possibilités et les défis de cette technologie en constante évolution.
- Les professionnels de divers secteurs, qu'ils soient dans la technologie, les affaires, l'éducation, ou les arts créatifs, découvriront comment l'IA peut transformer leurs pratiques et ouvrir de nouvelles opportunités dans leurs domaines respectifs.
- Les éducateurs et les étudiants y trouveront des ressources précieuses pour comprendre l'impact de l'IA sur l'apprentissage et l'enseignement, ainsi que des pistes pour intégrer ces technologies dans leurs méthodes pédagogiques.
- Enfin, pour tous ceux qui s'intéressent à l'avenir de la technologie et de la société, ce livre offre une réflexion approfondie sur les implications éthiques, sociales et philosophiques de l'IA dans notre vie quotidienne.

Que vous soyez novice cherchant à comprendre les bases, expert en quête de nouvelles perspectives, ou simplement curieux de l'impact de l'IA sur notre monde, ce livre vous guidera à travers les multiples facettes de cette révolution technologique, vous aidant à naviguer avec confiance dans cette nouvelle ère de l'intelligence augmentée.



Préambule

ChatGPT est une intelligence artificielle conversationnelle développée par OpenAI, capable de générer du texte en langage naturel à partir de prompts fournis par l'utilisateur. Ses principales fonctionnalités incluent :

- Répondre à des questions variées
- Transformer et générer du texte
- Analyser des images et générer du contenu graphique
- Classer et extraire des données
- Programmer et expliquer du code

ChatGPT se distingue des moteurs de recherche classiques par son interaction conversationnelle et sa capacité à fournir des réponses synthétisées. Cependant, il présente certaines limites :

- Ses connaissances sont limitées à septembre 2023
- Il peut commettre des erreurs ou mal interpréter les demandes
- Il est soumis à des restrictions éthiques sur certains sujets
- Ses réponses peuvent manquer d'originalité

Malgré ses capacités impressionnantes, ChatGPT reste une intelligence artificielle sans conscience ni émotions. Son utilisation soulève des questions éthiques et juridiques, notamment concernant les droits d'auteur et la confidentialité des données.

Pour optimiser son utilisation, il est important de bien formuler les prompts et de fournir un contexte clair. ChatGPT s'adapte au style et au niveau de langage de l'utilisateur, permettant des interactions personnalisées.

Bien que ChatGPT ne remplace pas totalement les moteurs de recherche ou l'expertise humaine, il représente une avancée significative dans le domaine de l'IA conversationnelle et ouvre de nouvelles perspectives dans de nombreux domaines.

Ce préambule vous propose un voyage à travers les fondamentaux et l'histoire de l'IA et vous accompagnera aussi dans votre première rencontre avec ChatGPT, en vous expliquant simplement et concrètement comment vous lancer !

① Qu'est-ce que l'IA ?

L'intelligence artificielle (IA) est un domaine fascinant qui cherche à créer des machines capables de simuler l'intelligence humaine. Bien que sa définition précise soit sujette à débat, on peut la décrire comme un ensemble de théories et de techniques visant à développer des programmes informatiques qui imitent certaines capacités cognitives humaines.

Le fonctionnement de l'IA s'inspire largement du cerveau humain, en particulier de ses réseaux neuronaux. Les chercheurs ont créé des modèles informatiques appelés « réseaux de neurones artificiels » qui traitent l'information et apprennent de manière similaire à nos propres réseaux neuronaux. Ces systèmes sont capables de reconnaître des modèles, de prendre des décisions et d'effectuer des tâches complexes.

L'apprentissage est au cœur de l'IA, et il existe différentes approches.

- L'apprentissage supervisé implique l'utilisation de données étiquetées pour entraîner l'IA. Par exemple, pour apprendre à reconnaître des chats dans des images, on montrerait à l'IA de nombreuses photos de chats clairement identifiées.
- En revanche, l'apprentissage non supervisé laisse l'IA découvrir elle-même des modèles dans les données, sans étiquettes préalables.

Les applications de l'IA sont vastes et touchent de nombreux domaines de notre vie quotidienne. Aussi dans le secteur de la santé, l'IA aide au diagnostic de maladies et à la recherche médicale. Les véhicules autonomes, qui reposent fortement sur l'IA, promettent de révolutionner les transports. Dans l'industrie, l'IA optimise les processus de production et prédit les besoins de maintenance. Le secteur financier utilise l'IA pour détecter les fraudes et analyser les risques. Enfin dans l'éducation, elle permet de personnaliser l'apprentissage en s'adaptant aux besoins individuels des étudiants.

L'IA générative, comme ChatGPT pour le texte ou DALL-E pour les images, représente une avancée significative. Ces systèmes peuvent créer du contenu original, ouvrant de nouvelles possibilités créatives, mais soulèvent aussi des questions sur la propriété intellectuelle et l'authenticité.

Cependant, l'IA n'est pas sans défis ni risques. Les biais dans les données d'entraînement peuvent conduire à des résultats discriminatoires. Il y a aussi des préoccupations concernant la confidentialité des données et l'impact potentiel sur l'emploi. De plus, l'IA peut être utilisée à des fins malveillantes, comme la création de deepfakes ou l'automatisation de cyberattaques.

Les chercheurs travaillent activement à résoudre ces problèmes, notamment en développant des méthodes pour détecter et atténuer les biais, et en créant des cadres éthiques pour le développement et l'utilisation de l'IA.

L'IA est un domaine en constante évolution qui offre d'immenses possibilités pour améliorer notre vie et résoudre des problèmes complexes. Cependant, son développement doit être accompagné d'une réflexion approfondie sur ses implications éthiques et sociétales. À mesure que l'IA continue de progresser, il est crucial que nous restions vigilants et engagés dans les discussions sur son utilisation responsable et son impact sur notre société.

② L'intelligence artificielle, un domaine en constante évolution

L'histoire de l'intelligence artificielle débute véritablement dans les années 1950, avec la création du premier modèle de neurone artificiel et la conférence de Dartmouth en 1956, qui donna naissance au terme « intelligence artificielle ». Depuis lors, le domaine a connu des périodes d'enthousiasme et de stagnation, appelées « étés » et « hivers » de l'IA.

Les progrès récents en apprentissage automatique et en deep learning ont propulsé l'IA sur le devant de la scène. Des applications comme ChatGPT ou la génération d'images par IA démontrent les capacités impressionnantes de ces technologies.

③ Un potentiel immense, des défis tout aussi grands

L'IA trouve aujourd'hui des applications dans de nombreux domaines : santé, finance, éducation, art, etc. Elle promet d'améliorer notre productivité et de résoudre des problèmes complexes. Cependant, son développement soulève aussi d'importantes questions :

- Éthique et société : comment s'assurer que l'IA respecte nos valeurs et ne perpétue pas de biais discriminatoires ?
- Emploi : quels seront les impacts sur le marché du travail et comment préparer la main-d'œuvre ?
- Sécurité et vie privée : comment protéger nos données personnelles et prévenir les utilisations malveillantes de l'IA ?

- Régulation : quel cadre juridique mettre en place pour encadrer le développement de l'IA ?
- Contrôle à long terme : comment garantir que l'IA restera bénéfique pour l'humanité à mesure qu'elle deviendra plus puissante ?

Face à ces enjeux, il est crucial de développer l'IA de manière réfléchie et éthique. Cela implique :

- une collaboration entre chercheurs, entreprises, gouvernements et société civile ;
- l'élaboration de principes éthiques et de cadres réglementaires adaptés ;
- l'éducation du grand public sur les possibilités et les limites de l'IA ;
- la recherche continue sur la sécurité et la robustesse des systèmes d'IA.

En conclusion, l'IA offre des opportunités extraordinaires, mais son développement doit être guidé par la prudence et la responsabilité. C'est à nous tous de façonner l'avenir de cette technologie pour qu'elle serve au mieux l'humanité.

4 ChatGPT, mode d'emploi

Pour terminer ce préambule, nous allons explorer en détail le fonctionnement de ChatGPT. Nous commencerons par les bases : la création d'un compte et la connexion à la plateforme. Ensuite, nous examinerons l'interface utilisateur de ChatGPT, à la fois sur ordinateur et sur smartphone. Nous aborderons également ChatGPT Plus, la version premium du service.

Nous verrons ensuite comment lancer une conversation avec ChatGPT et, plus important encore, comment affiner vos prompts pour obtenir les meilleurs résultats possibles. Nous explorerons également les outils de gestion des conversations pour une expérience utilisateur optimale.

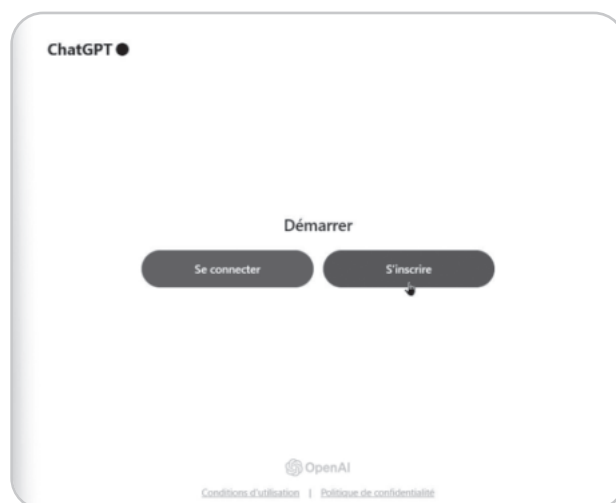
Enfin, dans un souci d'objectivité, nous examinerons les limites et les défauts actuels de ChatGPT. Cette vue d'ensemble vous permettra de tirer le meilleur parti de cet outil fascinant tout en comprenant ses contraintes.

Création d'un compte et connexion

Pour accéder à ChatGPT, vous avez besoin d'un simple navigateur web et d'une connexion Internet. Voici les étapes pour créer un compte :

1. Rendez-vous sur <https://chatgpt.com/auth/login>

2. Cliquez sur « S'inscrire »



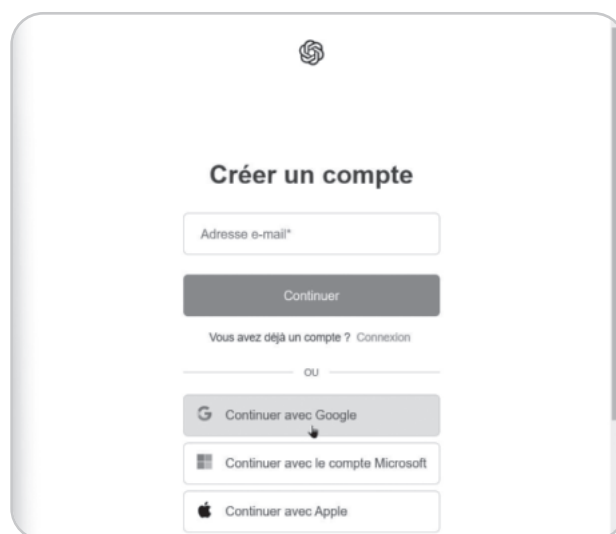
3. Entrez votre adresse e-mail ou utilisez vos identifiants Google/Microsoft/Apple

4. Choisissez un mot de passe d'au moins 12 caractères

5. Vérifiez votre e-mail et validez votre inscription

6. Lors de la première connexion, renseignez les informations demandées (date de naissance, etc.)

7. Acceptez les conditions d'utilisation



Une fois inscrit, vous pourrez vous connecter simplement avec votre e-mail et mot de passe en cliquant sur « Log in ».

L'interface de ChatGPT

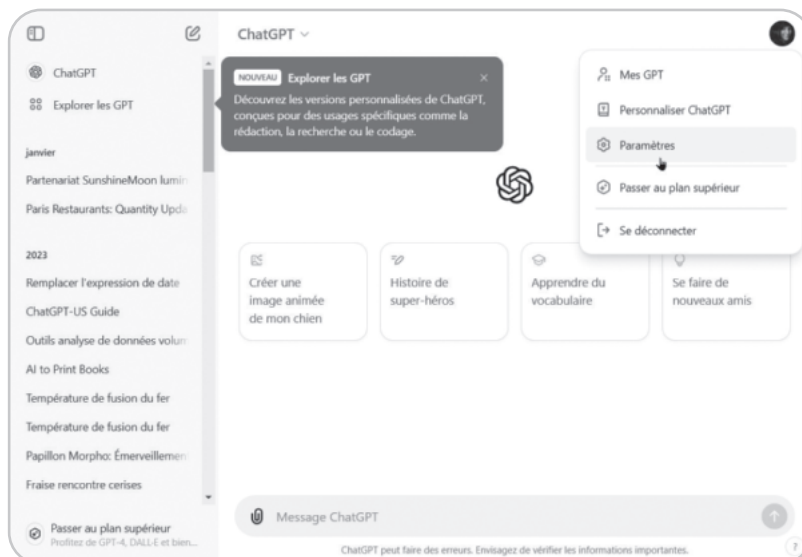
Une fois connecté, vous accédez à l'interface principale de ChatGPT.



Celle-ci comporte plusieurs éléments :

- À gauche : l'historique des discussions et les options
 - « New chat » pour démarrer une nouvelle conversation
 - « Passer à la version supérieure » pour passer à la version payante
- En haut à gauche : le modèle de ChatGPT utilisé (GPT-3.5 par défaut, GPT-4 pour les abonnés Plus)
- Au centre : la zone de chat principale
- En bas : la zone de saisie pour entrer vos prompts

En cliquant sur votre nom, vous accédez à des options supplémentaires comme les paramètres, les instructions personnalisées, etc.



5 ChatGPT sur smartphone

Il existe une application officielle gratuite de ChatGPT pour iOS et Android. Elle offre deux avantages majeurs :

- un outil de saisie vocale pour dicter vos instructions ;
- l'utilisation de l'appareil photo pour analyser des images.

En plus de ces fonctionnalités principales, l'application mobile de ChatGPT présente d'autres avantages :

- interface optimisée pour mobile : l'application est conçue spécifiquement pour les écrans tactiles, offrant une expérience utilisateur fluide et intuitive ;
- notifications : vous pouvez recevoir des alertes lorsque ChatGPT a terminé de générer une réponse longue ou complexe ;
- synchronisation multiplateforme : vos conversations sont synchronisées entre l'application mobile et la version web, vous permettant de reprendre vos discussions là où vous les avez laissées ;
- accès rapide : l'application vous permet d'accéder à ChatGPT en un seul tap, sans avoir à ouvrir un navigateur et vous connecter à chaque fois ;
- mode sombre : pour une utilisation confortable dans des environnements peu éclairés ou pour économiser la batterie sur les écrans OLED ;

- partage facilité : vous pouvez facilement partager des parties de vos conversations via d'autres applications sur votre appareil mobile ;
- mise à jour régulière : l'application bénéficie de mises à jour fréquentes, intégrant les dernières fonctionnalités et améliorations de ChatGPT.

Ces fonctionnalités font de l'application mobile un outil pratique pour utiliser ChatGPT en déplacement ou si vous préférez l'interface d'un smartphone à celle d'un ordinateur.

Voici un guide étape par étape pour télécharger, installer et lancer l'application officielle ChatGPT sur votre smartphone.

Téléchargement

Pour iOS (iPhone/iPad) : Ouvrez l'App Store.

Pour Android : Ouvrez le Google Play Store.

Dans la barre de recherche, tapez « ChatGPT ».

Recherchez l'application officielle développée par « OpenAI ».

Appuyez sur le bouton « Obtenir » (iOS) ou « Installer » (Android).

Installation

L'application se téléchargera et s'installera automatiquement.

Assurez-vous d'avoir suffisamment d'espace de stockage sur votre appareil.

Si demandé, autorisez les permissions nécessaires (comme l'accès au microphone pour la saisie vocale).

Lancement

Une fois l'installation terminée, appuyez sur « Ouvrir » dans le store ou trouvez l'icône ChatGPT sur votre écran d'accueil ou dans votre liste d'applications.

Appuyez sur l'icône pour lancer l'application.

Configuration initiale

À la première ouverture, vous devrez vous connecter à votre compte OpenAI.

Si vous n'avez pas de compte, l'application vous guidera pour en créer un.

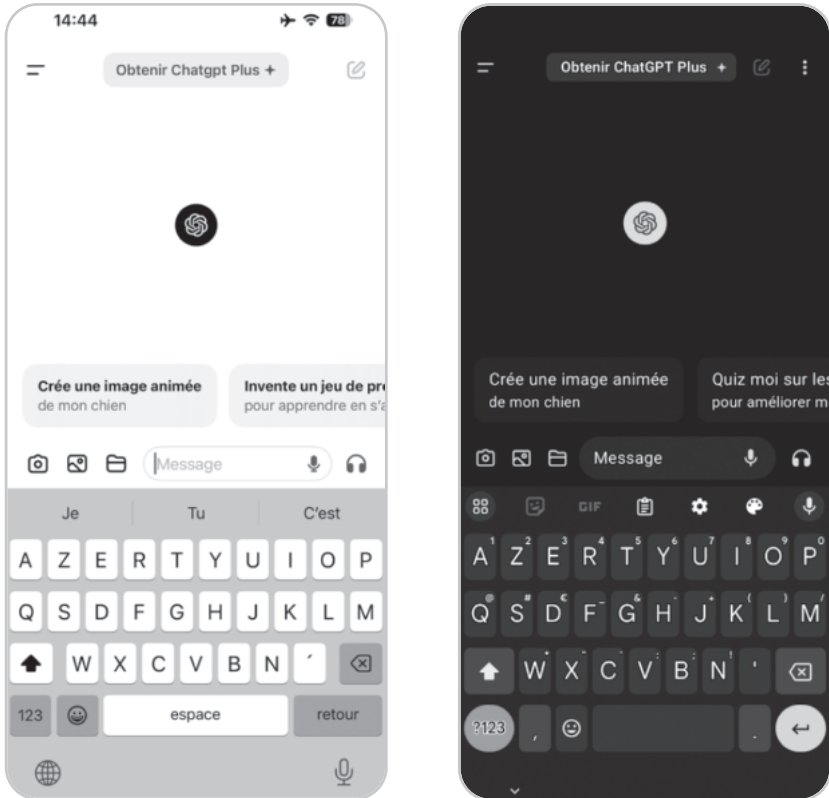
Suivez les instructions à l'écran pour finaliser la configuration.

► Utilisation

Une fois connecté, vous pourrez immédiatement commencer à utiliser ChatGPT.

L'interface principale vous permettra de démarrer une nouvelle conversation ou de reprendre des conversations précédentes.

N'oubliez pas de garder l'application à jour en activant les mises à jour automatiques ou en vérifiant régulièrement les mises à jour manuelles dans votre store d'applications.



⑥ ChatGPT Plus

OpenAI propose une version payante appelée ChatGPT Plus (environ 20 \$/mois) qui offre :

- l'accès au modèle GPT-4 plus performant ;
- des fonctionnalités exclusives (DALL-E, accès au Web) ;
- des réponses plus rapides ;
- un accès garanti même en cas de forte affluence.

Cette version Plus permet de bénéficier de certaines fonctionnalités en exclusivité, en particulier DALL-E, de créer et partager des GPTs personnalisés et l'accès au Web, mais surtout de réponses plus rapides et d'un accès garanti à ChatGPT, même lorsque la demande est forte.

Quelques conseils pour décider si ChatGPT Plus vous convient

1. Évaluez vos besoins : si vous utilisez ChatGPT de manière intensive pour le travail ou des projets personnels complexes, l'abonnement peut être justifié.
2. Testez d'abord la version gratuite : familiarisez-vous avec les capacités de base avant de passer à la version payante.
3. Comparez les performances : essayez GPT-4 avec un essai ou un achat ponctuel pour voir si la différence de performance justifie l'abonnement pour vous.
4. Considérez la fréquence d'utilisation : si vous utilisez ChatGPT quotidiennement, les avantages de Plus pourraient être rentables.
5. Évaluez les fonctionnalités exclusives : si vous avez besoin de DALL-E ou de l'accès au Web régulièrement, ces fonctionnalités peuvent justifier l'abonnement.
6. Pensez à la disponibilité : si vous avez besoin d'un accès fiable à toute heure, l'accès garanti de Plus peut être crucial.
7. Budgétisez : assurez-vous que l'abonnement mensuel s'intègre dans votre budget avant de vous engager.
8. Profitez des offres d'essai : OpenAI propose parfois des périodes d'essai gratuites pour Plus. Surveillez ces opportunités pour tester le service.
9. Restez informé : les fonctionnalités de ChatGPT évoluent rapidement. Suivez les mises à jour pour voir si de nouvelles fonctionnalités Plus justifient l'abonnement.
10. Considérez les alternatives : comparez ChatGPT Plus avec d'autres services d'IA similaires pour vous assurer d'obtenir le meilleur rapport qualité-prix.

Rappelez-vous que la version gratuite reste très acceptable pour de nombreux usages. L'abonnement Plus est particulièrement avantageux pour les utilisateurs intensifs ou ceux qui ont des besoins spécifiques liés aux fonctionnalités avancées.

Pour souscrire un abonnement à ChatGPT Plus, cliquez sur Passer au plan supérieur en bas à gauche de l'interface puis sur le bouton Passer à ChatGPT Plus. Notez qu'il existe une version spéciale Entreprises pour les collaborateurs d'une même équipe ou entreprises. Enfin, sachez que l'abonnement est sans engagement et peut être résilié à tout moment dans le mois en cours. À défaut il sera reconduit tacitement.



○ **À l'ère du numérique, l'intelligence artificielle générative révolutionne notre façon de créer, de travailler et d'interagir. Que vous soyez novice ou expert, ce guide pratique vous accompagne dans la maîtrise des outils d'IA les plus puissants du moment : ChatGPT, DALL-E, Bing, Leonardo et bien d'autres.**

À travers 90 exemples concrets et détaillés, découvrez comment :

- ▶ Optimiser vos tâches quotidiennes et professionnelles
- ▶ Stimuler votre créativité artistique et littéraire
- ▶ Créer des visuels et des designs percutants
- ▶ Améliorer votre productivité et votre organisation
- ▶ Enrichir vos projets éducatifs et votre apprentissage

Des **instructions** étape par étape, des **conseils** d'experts et des **idées innovantes** vous permettront d'exploiter tout le potentiel de ces technologies émergentes. Que vous cherchiez à gagner du temps dans vos activités quotidiennes, à développer de nouveaux projets créatifs ou à enrichir vos compétences professionnelles, ce guide deviendra votre **compagnon indispensable** dans l'univers fascinant de l'IA générative.

L'autrice

Yasmina Salmandjee est autrice, conférencière, prompt engineer et professeur en IA génératives à aivancity.

CHEZ LE MÊME ÉDITEUR



19,90 €

ISBN : 978-2-8073-6629-9



9 782807 366299

De Boeck Supérieur s'engage
durablement
pour l'environnement



www.deboecksuperieur.com