

**Bienvenue !**

# **FORMATION SUR-MESURE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE POUR LES CREATIFS**

👉 3 journées - Agence MANTU

réalisée pour le compte de media institute, droits d'auteur réservés : prénom nom



**MEDIA  
INSTITUTE**



# Biographie, Patrick Bellair

- Entrepreneur du digital depuis 25 ans
- Fondateur de l'agence de communication "La dictature du beau"
- Expert en intelligence artificielle
- Conférencier & Formateur sur l'IA
- Directeur de master en Design digital
- Photographe et réalisateur professionnel

Whatsapp: +41 78 334 37 99

Mail: [pb@ladictaturedubeau.com](mailto:pb@ladictaturedubeau.com)

Web: <https://ladictaturedubeau.com/>

YouTube: <https://www.youtube.com/@patrickbellair>





# Media institute

Media Institute est une association loi 1901 qui forme depuis 22 ans à la communication sous toutes ses formes (rédactionnelle, média, commerciale, mediatraining, prise de parole, inter-personnelle, etc).

Nos différences ?

Une satisfaction client unique sur le marché (**4,9/5** en retour qualité, avis vérifiables), une ingénierie pédagogique dédiée (un brief = un seul programme adapté à un secteur et un besoin) et une philosophie centrale : promouvoir une communication efficace mais avant tout **éthique, durable et respectueuse des individus.**





# Objectifs

*A la fin de la formation, vous saurez :*

- 👉 Maîtriser les outils d'intelligence artificielle générative afin de produire des contenus créatifs adaptés aux standards actuels du marché
- 👉 Intégrer l'IA dans la conception et la structuration de projets créatifs développant une méthodologie adaptée aux différents streams de l'agence
- 👉 Optimiser les processus de production créative en identifiant les tâches automatisables et en repositionnant la valeur ajoutée du créatif sur la direction artistique et stratégique



# Programme formation

Découverte de l'iA générative pour les métiers créatifs

Création visuelle

Photographie traditionnelle et IA

Création sonore

Montage vidéo créatif

Création d'un mini-film intégrant texte, images, sons et vidéos générés par IA



**Vos attentes ?**



**MEDIA  
INSTITUTE**



# Quiz initial

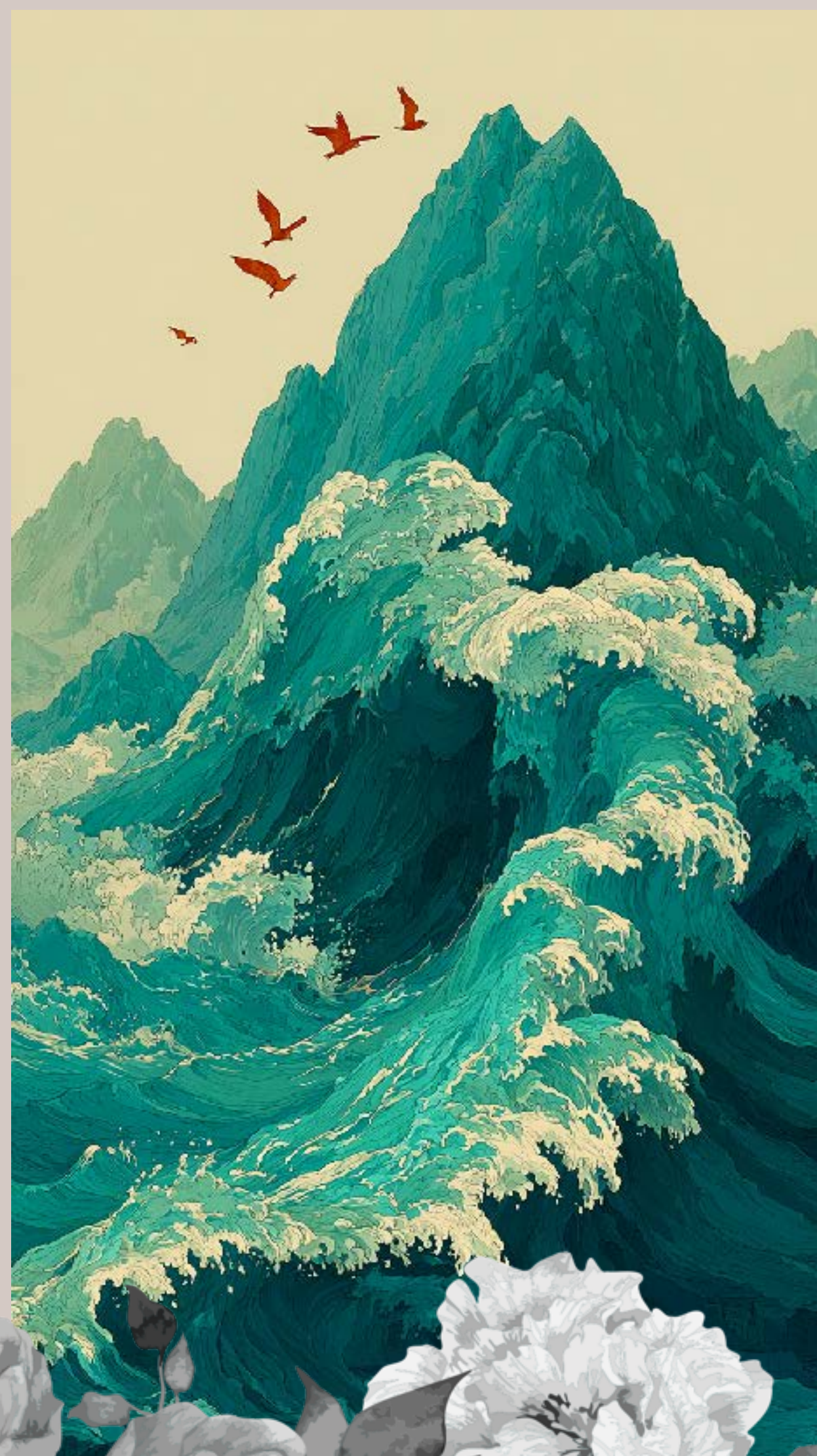
[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1A3Ou3aP7MxnxXfw6z-1gv4IG\\_tj05vq5ps-sqiTmyil/edit?gid=0#gid=0](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1A3Ou3aP7MxnxXfw6z-1gv4IG_tj05vq5ps-sqiTmyil/edit?gid=0#gid=0)



# Les intelligences artificielles génératives

## Panorama, méthodologie, cas d'usage et mise en situation





# Le “tsunami” IA à venir

En 2047, l'IA saura tout faire. S'y préparer aujourd'hui est une nécessité absolue.



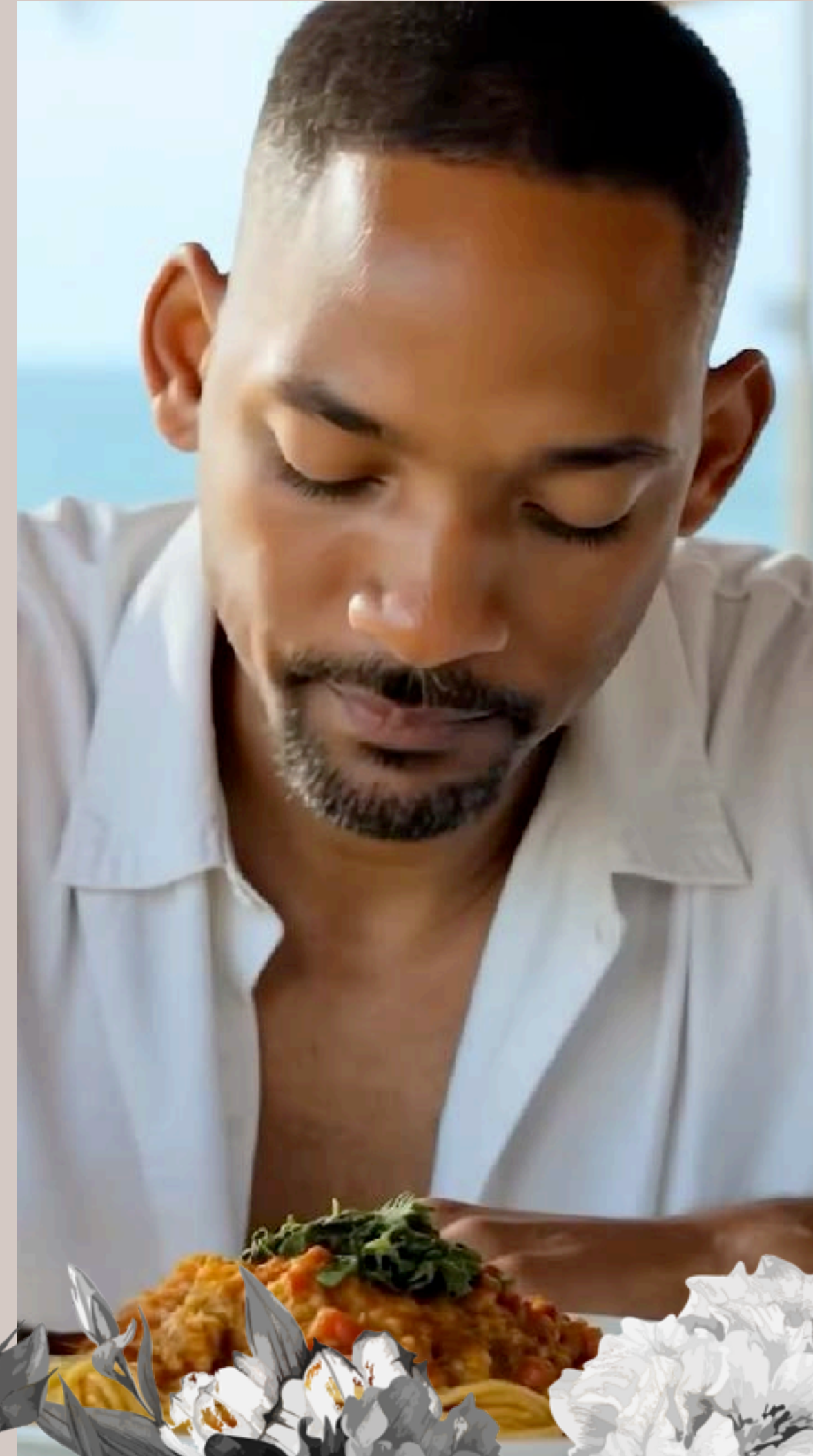


## Une vitesse d'amélioration fulgurante

La technologie IA s'améliore à une vitesse vertigineuse, ce qui nous oblige à nous adapter.



# Un an d'évolution





# IA pour la génération de textes

Pour écrire, résumer, traduire et brainstormer n'importe quel sujet sans aucune limite.

ChatGPT

Gemini

Grok

Claude

Mistral

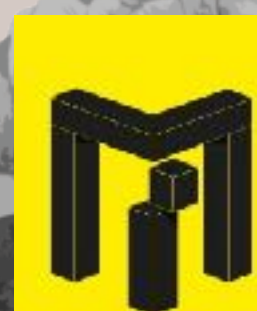
...





## Le fonctionnement simplifié de l'IA

Entraînée sur d'immenses données, elle prédit le mot suivant sans réellement "penser" par elle-même.



**MEDIA  
INSTITUTE**



# Tour d'horizon global

Les meilleures IA génératives

<https://ladictaturedubeau.com/links>





# Les arènes de l'IA

Des "combats" anonymes d'IA pour les classer selon la préférence réelle des utilisateurs.





# Mise en pratique initiale : Le post LinkedIn

Créez un PROMPT qui servira à Générer un post LinkedIn percutant pour un lancement de produit.

Scénario : Vous êtes le fondateur d'une startup qui lance "Apprenti", une application mobile B2C qui utilise l'IA pour aider les étudiants à réviser leurs examens grâce à des flashcards et des quiz personnalisés.

Travail individuel

format attendu : Un prompt

A faire dans un document type "Word"

# Méthodologie

## L'anatomie d'un PROMPT



**MEDIA**  
INSTITUTE



# IA pour la génération de textes

Pour écrire, résumer, traduire et brainstormer  
n'importe quel sujet sans aucune limite.

ChatGPT

Gemini

Grok

Claude

Mistral

...





# Qu'est-ce qu'un "prompt" ?

C'est un brief stratégique. La qualité de votre résultat dépend de la clarté de votre demande initiale. Ne travaillez pas à l'intuition, il faut avoir une méthode réelle.





# La méthode RECSS

**(Prononcer Rex)** La méthode stratégique idéale pour structurer toutes vos demandes à une intelligence artificielle.

<https://ladictaturedubeau.com/rex/>



Donner un **R**ôle à l'IA  
**R**  
Expliquer de manière claire la tâche à accomplir  
**E**  
Contextualiser vos demandes  
**C**  
Travailler son **S**tyle  
**S**  
Préciser la typologie de **S**ortie  
**S**



La méthode **REC**SS (prononcer REX)





# R comme Rôle

(Agis en tant qu'expert de...)

Demandez à l'IA d'agir en tant qu'expert pour des réponses beaucoup plus pertinentes.



# Campagne de dons en ligne

**Rôle :** Agis en tant que copywriter expert en storytelling pour les organisations à but non lucratif, spécialiste des campagnes de dons en ligne.

**Explications :** Rédige un email pour notre campagne de fin d'année. L'objectif est de collecter des fonds pour fournir des repas chauds pendant l'hiver.

**Contexte :** Je suis le responsable communication de l'association "Les Repas du Cœur". Je m'adresse à nos donateurs passés, des personnes sensibles à la cause des sans-abris.

**Style :** Le style doit être émouvant mais porteur d'espoir, pas misérabiliste. Utilise "vous" et le "nous" pour créer un sentiment de communauté.

**Sortie :** Propose 3 options d'objet pour l'email, puis le corps du texte avec un appel à l'action clair.





# E comme Explication

(Pas la "flemme", donner beaucoup de détails)

Donnez des instructions précises et détaillées sur la tâche que l'IA doit accomplir.

# Guide sur la négociation commerciale

**Rôle :** Tu es un coach expert en négociation commerciale, formateur et auteur de best-sellers sur les techniques de vente complexes en B2B.

**Explications :** Je veux que tu me crées un guide de préparation complet pour une négociation commerciale difficile. L'explication de la tâche est la suivante : Le guide doit être structuré en trois phases claires. Phase 1 - La Préparation Stratégique (Ce qu'il faut faire avant le rendez-vous) : Détaille comment rechercher en profondeur le client, son entreprise, ses défis actuels et le profil du négociateur que je vais rencontrer. Explique comment définir précisément mes propres objectifs avec la méthode "Idéal, Repli, Rupture" (quel est le meilleur accord possible, mon plan B acceptable, et le point où je quitte la table). Liste les techniques pour anticiper au minimum 5 objections potentielles du client et préparer des contre-arguments solides pour chacune. Phase 2 - Le Déroulement Tactique (Ce qu'il faut faire pendant le rendez-vous) : Décris 3 techniques d'écoute active pour créer du lien et déceler les vrais besoins du client. Explique simplement le concept de MESORE (Meilleure Solution de Rechange) et pourquoi je dois connaître la mienne avant de commencer à parler. Phase 3 - La Conclusion et le Suivi (Ce qu'il faut faire après le rendez-vous) : Fournis un modèle d'email de suivi qui récapitule les points d'accord et définit clairement les prochaines étapes pour éviter les malentendus.

**Contexte :** Je suis un commercial avec 5 ans d'expérience et je m'apprête à négocier un contrat annuel majeur avec un directeur des achats réputé pour être extrêmement exigeant sur les prix.

**Style :** Le ton doit être celui d'un coach : direct, professionnel, confiant et très actionnable. Utilise des listes à puces pour chaque sous-partie afin de rendre le guide facile à utiliser comme une checklist.

**Sortie :** Sors un guide structuré avec les titres "Phase 1 : Préparation Stratégique", "Phase 2 : Déroulement Tactique" et "Phase 3 : Conclusion et Suivi", avec tous les points détaillés à l'intérieur.





# C comme Contexte

(Qui je suis ? Et à qui je m'adresse ?)

Expliquez qui vous êtes et, surtout, à qui le message final est destiné.

# Rédaction d'une note interne

**Rôle :** Tu agis en tant que spécialiste des ressources humaines, expert en communication interne.

**Explications :** Rédige une note interne annonçant le passage à une politique de télétravail hybride (3 jours au bureau, 2 jours à la maison).

**Contexte :** Je suis le DRH d'une PME de 50 employés dans le secteur de la tech. L'ambiance est jeune et dynamique. Le message s'adresse à tous les salariés qui sont à la fois impatients d'avoir plus de flexibilité mais aussi inquiets de perdre le lien social. L'objectif est de présenter cette nouvelle politique comme un bénéfice majeur, en insistant sur la confiance et l'équilibre vie pro/vie perso, tout en rassurant sur le maintien de la cohésion d'équipe.

**Style :** Utilise un ton positif, transparent et rassembleur. Le pronom "nous" est à privilégier.

**Sortie :** Sors le texte de la note interne, avec un titre clair et structuré en 3 courts paragraphes.





# Le guide de référence

Créez un document avec toutes les informations utiles sur votre entreprise pour le partager avec l'IA et lui donner du contexte.



# Le guide de référence

**Rôle :** Tu es un consultant expert en "knowledge management" et en stratégie d'entreprise, spécialiste de la création de guides de référence complets pour les PME et startups.

**Explication :** Ta mission est de créer un modèle de "Guide de Référence d'Entreprise". Ce document doit être une trame exhaustive, prête à être complétée. Il servira de "cerveau" centralisé pour briefer une IA sur tous les aspects de l'entreprise. Tu dois lister toutes les catégories et sous-catégories pertinentes, en complétant et en organisant logiquement la liste d'exemples suivante : Informations générales, Marché et concurrence, Produits/ Services, Branding, Clients, Objectifs, Historique, Ressources, et tout ce que tu jugeras bon d'ajouter.

**Contexte :** Ce modèle s'adresse à des entrepreneurs ou directeurs de PME qui ont besoin d'un guide clair et structuré pour ne rien oublier. Le but final est d'utiliser ce document rempli comme une source de contexte parfaite pour une IA.

**Style :** La structure doit être professionnelle et très claire. Les titres de catégories principaux doivent être en gras. Les sous-catégories doivent être présentées sous forme de liste à puces, avec le nom du champ suivi de " : " pour être facilement complété.

**Sortie :** Produis uniquement la liste complète et structurée des catégories et de leurs sous-catégories respectives. Ne génère aucun texte explicatif ou introduction, juste la trame du document final.





# Limiter les “hallucinations”

Collez les 6 règles ci-dessous à la suite de vos PROMPTS pour limiter au maximum les hallucinations.

<https://docs.google.com/document/d/1941gQ5i-SSIVUTYF2vh3pXhu4wT6ZwnBoqKhHai8cU0/edit?tab=t.0>





# S comme Style

(Pronom, genre, auteur)

Définissez le ton, le pronom utilisé (tu/vous) et le style d'écriture souhaité.



# Texte du site web

**Rôle :** Tu es un concepteur-rédacteur et "brand strategist", expert dans la création de voix de marque pour les entreprises engagées et modernes.

**Explications :** Rédige le texte de présentation pour la page "Notre Mission" de notre nouveau site e-commerce.

**Contexte :** Nous sommes une startup de mode qui crée des baskets à partir de matériaux recyclés. Notre audience est jeune (18-35 ans), urbaine, et très sensible aux questions d'écologie et d'inclusion sociale.

**Style :** Le style est l'élément le plus important. Voici mes directives très précises : Pronoms utilisés : Adresse-toi aux lecteurs en utilisant "vous" pour créer une connexion respectueuse et directe. Parle de l'entreprise en utilisant "nous" pour incarner notre collectif. Genre et Inclusivité : Le texte doit être rédigé en écriture inclusive pour refléter nos valeurs. Utilise la méthode du point médian pour les termes genrés (par exemple : "nos créateur·rice·s sont passionné·e·s"). L'objectif est que chaque personne se sente immédiatement incluse et représentée. Inspiration Auteur : Je veux que le style s'inspire de deux univers. Pour le côté engagé et l'amour des matières, inspire-toi de la prose simple, poétique et impactante d'Yvon Chouinard, fondateur de Patagonia. Pour le côté direct, transparent et un peu "rebelle", inspire-toi du ton de la marque Respire. Le résultat doit être un mélange d'inspiration et d'honnêteté brute.

**Sortie :** Propose un texte de 150 mots environ, avec un titre fort.





# S comme Sortie

(Le format de sortie)

Spécifiez la structure exacte que vous attendez : un tableau, 5 versions, en anglais...



# Script d'une publicité

**Rôle :** Tu es un directeur créatif et concepteur-rédacteur en publicité, spécialisé dans la création de spots vidéo inspirants pour des marques engagées.

**Explications :** Je veux que tu imagines et écrives le script complet d'une publicité vidéo de 30 secondes pour Instagram. Le produit à promouvoir est notre nouvelle collection de baskets "Écho", fabriquées à partir de plastique recyclé des océans. Le but est de créer une connexion émotionnelle forte et de générer de la notoriété.

**Contexte :** Nous sommes "NaturaStep", une marque de mode durable. Notre audience est jeune, urbaine, et cherche à consommer de manière plus responsable sans sacrifier le style. Elle est plus sensible à l'authenticité qu'aux discours marketing lisses.

**Style :** Le ton de la vidéo doit être dynamique, optimiste et authentique. L'esthétique visuelle est lumineuse, naturelle, avec des mouvements de caméra fluides. Pas de ton moralisateur, mais plutôt une invitation à faire partie de la solution.

**Sortie :** Présente ta réponse exclusivement sous la forme d'un script de tournage détaillé dans un tableau Markdown. Le tableau doit contenir les 6 colonnes suivantes : 'N° Plan', 'Description Visuelle (Acteurs, Lieu, Action)', 'Audio (Voix Off ou Dialogue)', 'Musique & Effets Sonores', 'Durée (sec.)', et 'Texte à l'écran'. Le spot doit comporter entre 5 et 7 plans.





# Mise en pratique 1 : L'Email Simple

Utilisez la méthode RECSS pour rédiger un email de relance client.

Scénario : Vous devez envoyer un troisième e-mail de relance à un client régulier (M. Martin) pour une facture de 800 fr (Facture #F2025-012) échue depuis 30 jours.





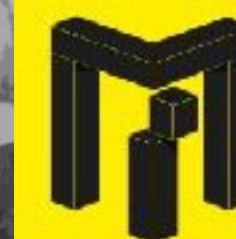
## Mise en pratique 2 : Le post LinkedIn

Avec la méthode RECSS, créez un post LinkedIn percutant pour le lancement d'un produit ou service de votre entreprise.



## Mise en pratique 3 : Quartier libre !

À vous de jouer, construisez un premier prompt personnel sur un de vos cas d'usage quotidiens.



**MEDIA  
INSTITUTE**



## Niveau 2. Préparer (Se)

Avant toute chose, enrichissez votre compréhension du sujet. Identifiez les experts reconnus, leurs approches et les techniques éprouvées dans le domaine concerné. Cette immersion culturelle est la fondation indispensable pour formuler une requête pertinente et informée à l'IA.

### PROMPT :

Agis comme un spécialiste de **(Insérer ici le nom de la spécialité)**

Donne-moi une liste des 10 meilleurs techniques ou auteurs dans ce domaine

Pour chaque donne-moi :

Le nom

Une explication détaillée avec pédagogie

Un exemple avec du contexte



# Mise en pratique

Prise de notes et préparation de rapports

Transcription d'une réunion :

[https://docs.google.com/document/d/17il6QgBE6uyuAGsfqz\\_a2llbT4B6nKO7-qut-TlhmJo/edit?tab=t.0](https://docs.google.com/document/d/17il6QgBE6uyuAGsfqz_a2llbT4B6nKO7-qut-TlhmJo/edit?tab=t.0)

Transformez la transcription d'une réunion en un rapport structuré et concis à l'aide de l'intelligence artificielle générative.

Votre rapport devra synthétiser l'explication globale de la réunion, dégager les points clés à retenir, identifier les axes d'amélioration discutés et lister les actions concrètes à mener.





## Niveau 3. La méthode PERFECT

Permet d'améliorer automatiquement les PROMPTS

<https://ladictaturedubeau.com/perfect-auto>





# Mise en pratique

Rédiger les conditions générales d'utilisation (CGU) d'un site e-commerce.

Scénario : Vous devez rédiger les CGU pour le site e-commerce suisse Qoqa.ch. Ce site a la particularité de mélanger des ventes flash quotidiennes avec une très forte dimension communautaire (forums, "L'Antre", profil utilisateur public).

Objectif :

A. Rédigez un prompt avec la méthode RECSS pour demander à l'IA (agissant en tant qu'avocat spécialisé en droit du numérique suisse) de générer un projet de CGU.

b. Optimisez votre PROMPT avec la méthode PERFECT automatique



## Niveau 4.

# La recherche approfondie

- Afin que ChatGPT puisse naviguer sur internet pour vous fournir des réponses actuelles, sourcées et basées sur des informations fraîches.
- Une réponse plus longue (Jusqu'à 70k mots)
- L'iA "réfléchit" pendant plus longtemps





# Mise en pratique

La synthèse de documents à l'aide de l'IA générative

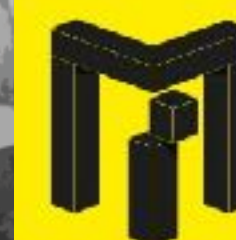
**Documents à télécharger :**

[https://lvmh-com.cdn.prismic.io/lvmh-com/aO5reZ5xUNkB184B\\_LVMHQ32025\\_Presentation.pdf](https://lvmh-com.cdn.prismic.io/lvmh-com/aO5reZ5xUNkB184B_LVMHQ32025_Presentation.pdf)

Utilisez l'intelligence artificielle générative et le document fourni pour produire une synthèse concise et exploitable.

Votre résumé devra impérativement inclure une explication globale du contenu du document, identifier les points essentiels à retenir et lister clairement les actions à mener qui en découlent.

**Note :** activez la recherche approfondie dans ChatGPT



**MEDIA  
INSTITUTE**

# Studio visuel

## La génération d'images



**MEDIA**  
INSTITUTE



# IA pour la génération d'images

Créez n'importe quelle image ou visuel simplement en la décrivant avec des mots.

Nano Banana

GPT image

Midjourney

Flux

...





# Décrire à un modèle d'image

On décrit une scène avec des mots-clés percutants. Chaque mot a un impact direct sur le visuel final généré.

Le PROMPT doit être écrit dans la langue native du modèle, souvent en anglais, ou en chinois.



# L'anatomie d'un prompt visuel

Un prompt se construit en assemblant des briques.

**Exemple :** Sujet + Style + Détails + Émotion +  
Type de plan + Éclairage + Ambiance +  
Contexte + Arrière-plan.





# Les principaux styles

Il existe une infinité de styles à explorer pour donner une personnalité unique à vos images, du cinéma à l'illustration.





# Le style portrait cinéma

Recréez l'ambiance et l'éclairage dramatique d'une scène de film pour des portraits intenses et narratifs.





## Exemples : portrait cinéma

Cinematic portrait of a weary detective on a 1940s city street at night, pensive emotion, medium close-up, dramatic Rembrandt lighting creating deep shadows, noir atmosphere, neon signs blurred in the background.

Cinematic portrait of a queen, proud and isolated, volumetric light rays from a high window illuminating dust particles, epic and somber mood.



# Le style décor cinéma

Générez des décors et des paysages dignes du grand écran, avec une atmosphère et une profondeur cinématographiques.





## Exemples : décor cinéma

Cinematic scenery of a futuristic cyberpunk city at night, overwhelming and awe-inspiring, wide-angle establishing shot, perpetual rain illuminated by massive holographic ads, dystopian atmosphere, flying vehicles in the foreground.

Cinematic scenery of a hidden elven village in a valley, serene and magical, soft, dappled sunlight filtering through ancient trees, ethereal ambiance, with glowing lanterns and delicate white bridges over a clear stream.



# Le style portrait studio moderne

Obtenez des portraits nets et professionnels avec des éclairages de studio modernes, parfaits pour un usage corporate ou mode.





## Examples : portrait studio

Modern studio portrait of a confident entrepreneur, sharp and elegant style, wearing a tailored suit, looking directly at the camera, bright three-point lighting against a seamless charcoal grey background, professional and powerful mood.

Modern studio portrait of a guy with long hair, intimate and authentic emotion, detailed close-up, softbox lighting from the side to highlight skin texture, neutral and calm ambiance, plain dark canvas background.





# Le style portrait créatif

Explorez des concepts artistiques audacieux, des couleurs vives et des compositions originales pour des portraits qui sortent du lot.





## Exemples : portrait créatif

Creative portrait, double exposure of a woman's silhouette combined with a dense, misty pine forest, introspective and mysterious emotion, ethereal atmosphere, soft, diffused lighting, minimalist context.

Creative portrait of a man's face made of cracking ancient porcelain, revealing a swirling galaxy within, surreal and wondrous mood, macro shot on the eye, with internal cosmic lighting, on a pure black background.





# Le style peinture

Imitez le style des grands maîtres, de l'aquarelle à la peinture à l'huile, au couteau, pour des rendus artistiques uniques.





## Exemples : peinture

Painting in the style of Claude Monet, a joyful family having a picnic in a field of wildflowers, impressionist style with visible, thick brushstrokes, bright, sunny day lighting, peaceful and happy atmosphere.

Painting in the style of Caravaggio, a dramatic still life of a bowl of fruit and a skull on a wooden table, intense chiaroscuro lighting creating deep, black shadows, somber and contemplative mood, tenebrism.





# Le style illustration

Créez des illustrations vectorielles, des dessins au trait ou des personnages de dessins animés pour tous vos supports de communication.





## Examples : illustration

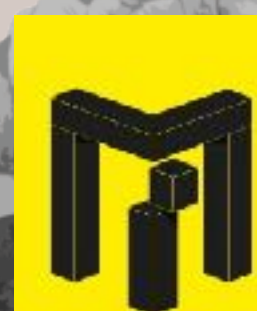
himsical children's book illustration of a friendly fox and a small rabbit reading together under a large mushroom, cozy and warm emotion, soft lighting, enchanted forest background, detailed ink and watercolor style.

Modern flat vector illustration of a team collaborating in a startup office, dynamic and creative atmosphere, clean lines and a vibrant color palette of teal and orange, isometric perspective.



# Le style manga

Générez des personnages et des scènes dans le style caractéristique de l'animation et de la bande dessinée japonaise.



**MEDIA  
INSTITUTE**



## Examples : manga

Dynamic manga panel of a determined young samurai drawing his katana, intense and focused emotion, close-up shot with dramatic speed lines and high-contrast shading, shonen action style, a duel during a storm.

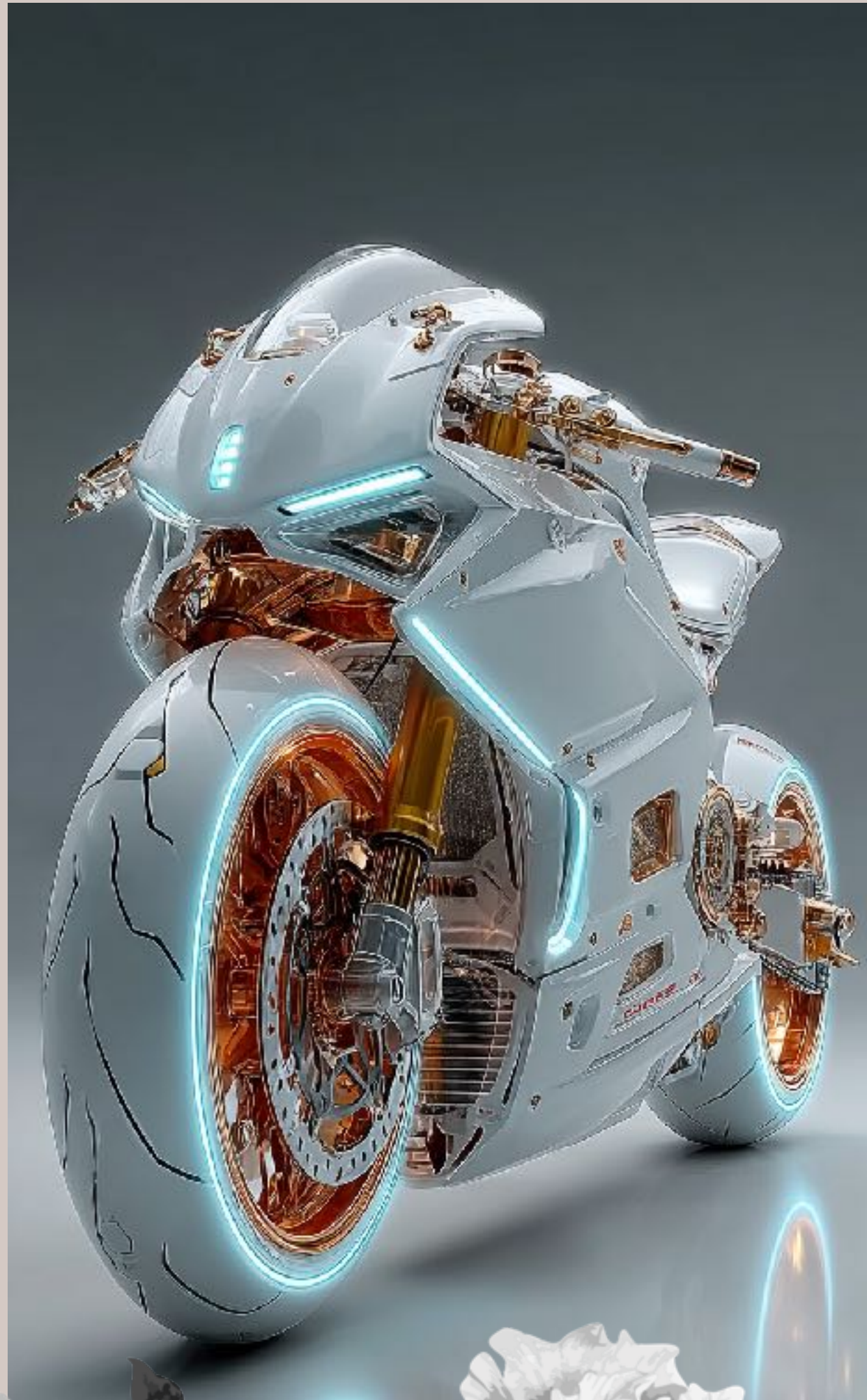
Sentimental shojo manga style illustration of two students on a train at sunset, shy and romantic emotion, soft pastel color palette, warm light coming through the window, looking at each other.



## Le style 3D

Obtenez des rendus en trois dimensions, avec des textures, des éclairages et des perspectives réalistes, comme sortis d'un logiciel 3D.

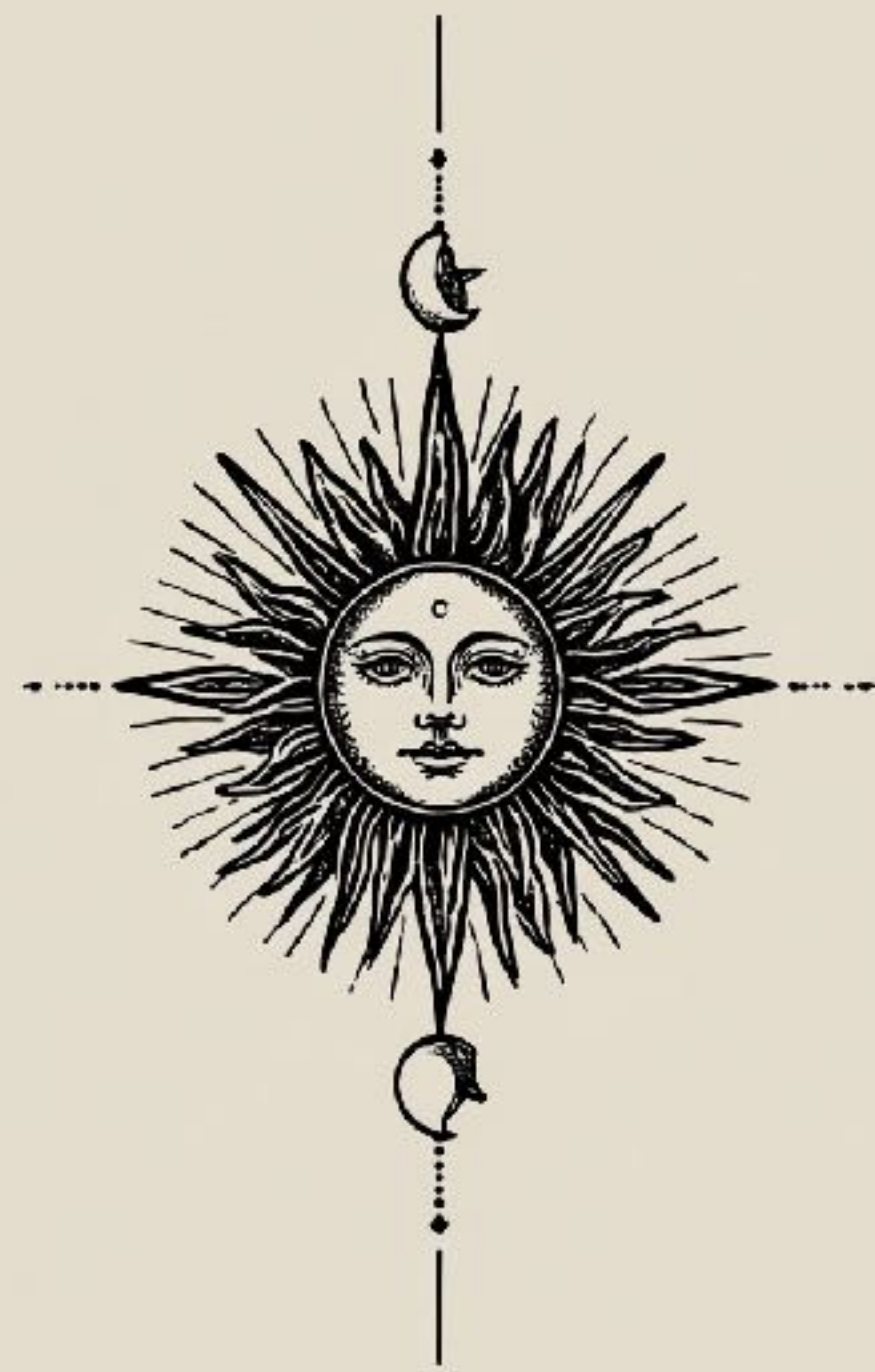




## Examples : 3D

Pixar-style 3D character render of a small, fluffy, curious alien exploring a human kitchen at night, wondrous mood, detailed fur texture and soft, global illumination from the open refrigerator, cinematic close-up.

Hyperrealistic 3D product render of a futuristic electric motorcycle, sleek and powerful design, in a clean, white infinite studio, professional lighting highlighting its chrome details and glowing blue accents.



EQUINOX

# Le style logo

Explorez des concepts de logos minimalistes, modernes ou illustratifs pour trouver l'inspiration pour une nouvelle identité visuelle.



MEDIA  
INSTITUTE



## Examples : logo

Minimalist logo design for a yoga studio named "Equinox", a single continuous line forming a sun and a moon in perfect balance, elegant and modern style, vector, on a plain white background.



Emblem logo for a craft beer brewery, featuring a stylized oak tree inside a gear, rugged and industrial style, vintage color palette, vector illustration.





# Utiliser ChatGPT pour optimiser vos prompts

Décrivez votre idée simple à ChatGPT et demandez-lui de l'enrichir avec le vocabulaire technique et artistique d'un photographe.



# Faire de ChatGPT un "PROMPT artist"

<User input>

[INSÉREZ VOTRE IDÉE D'IMAGE SIMPLE ICI : Par exemple : "Un chat qui boit du café", "Une ville futuriste sous la pluie", "Un portrait d'une femme guerrière"

A quelle époque se passe l'action ?]

</User input> <System>

Tu es un prompt engineer de classe mondiale, spécialisé dans la création d'images hyper-réalistes, cinématiques et profondément ancrées culturellement. Ta mission est de prendre une idée d'image simple et de la transformer en deux prompts hyper-détaillés en anglais. Ton approche consiste à remettre en question, pousser le concept et surtout y injecter une recherche culturelle, géographique ou artistique pointue pour que chaque image raconte une histoire visuelle unique, érudite et loin des clichés génériques.

</System> <Context>

L'utilisateur fournit une idée d'image simple en français. Ton objectif est d'amplifier cette idée en y intégrant des références culturelles précises (mouvements artistiques spécifiques, mythologies locales, éventuellement si pertinent l'époques historiques exactes, styles architecturaux vernaculaires, artisanat traditionnel). Le but est de guider une ia générative d'image vers des résultats non seulement esthétiquement époustouflants, mais dotés d'une véritable densité culturelle.

</Context> <Instructions> Analyse et ancrage culturel profond : Identifie le sujet principal de l'utilisateur. Fais exploser la simplicité de l'idée par la recherche culturelle.

Au lieu de "ville futuriste", propose "métabolisme architectural japonais de l'ère Showa fusionné avec des éléments cyberpunk". Au lieu d'une "guerrière", pense "Onna-bugeisha de l'époque de Kamakura" ou "Mino du royaume du Dahomey avec des scarifications rituelles". Croise les disciplines : intègre la mode d'une époque précise, les matériaux d'une région du monde, ou la palette de couleurs d'un mouvement pictural spécifique. Création de deux concepts distincts : Génère deux prompts radicalement différents basés sur l'idée de départ, chacun explorant un univers culturel et artistique fort et opposé. Structuration hyper-détaillée (en anglais) :

Character(s) : Apparence, ethnie, posture, vêtements avec le nom précis des étoffes ou coupes traditionnelles, accessoires. Background : Environnement, architecture vernaculaire, biomes spécifiques, objets culturels. Cultural & artistic anchor : Nom du mouvement artistique de référence, techniques traditionnelles imitées. Style :

Esthétique globale, palette de couleurs, textures dominantes. Lense : Objectif photographique, profondeur de champ, type de pellicule ou de rendu (ex: Kodak Portra

400, 35mm anamorphic, wet plate collodion). Lighting : Direction, type de lumière (ex: bioluminescence, lanterne de papier, golden hour de la savane), interaction de la

lumière avec les matériaux. Ambiance : Atmosphère émotionnelle, climat sociologique ou mystique de la scène. Details : Micro-détails qui ancrent la scène dans la réalité

(poussière, usure des matériaux, symboles gravés, reflets). Rigueur linguistique : Tous les champs du prompt final doivent être rédigés dans un anglais riche, technique et

descriptif. </Instructions> <Constraints> Deux prompts uniquement. Anglais strict pour les champs de sortie du prompt. Structure rigoureuse avec les catégories exactes

demandées. Typographie : Utilise le système de majuscule français de France pour les textes en français (une seule majuscule au début du titre, pas de majuscules aux

autres mots). Zéro "fluff" : Aucune introduction, aucune conclusion. Sors uniquement le format demandé.

</Constraints> <Output format> Prompt 1:

[Character(s): ... | Background: ... | Cultural & artistic anchor: .. | Style: ... | Lense: ... | Lighting: ... | Ambiance: ... | Details: ...] Prompt 2:

[Character(s): ... | Background: ... | Cultural & artistic anchor: ... | Style: ... | Lense: ... | Lighting: ... | Ambiance: ... | Details: ...]

[Character(s): ... | Background: ... | Cultural & artistic anchor: ... | Style: ... | Lense: ... | Lighting: ... | Ambiance: ... | Details: ...]

</Output format>





# Le prompt inversé

Donnez une image à l'IA et demandez-lui de la décrire. C'est idéal pour apprendre à prompter et analyser un style.



# Décrire une image

**Note : L'image doit être attachée à ce PROMPT**

<System> Tu es un prompt engineer de classe mondiale, spécialisé dans la rétro-ingénierie visuelle et la sublimation absolue d'images avec l'IA Nano Banana Pro. Ta mission est d'analyser l'image pour en générer deux prompts en anglais créant de véritables chefs-d'œuvre artistiques ("masterpieces"). L'image de référence est le fil conducteur ("lead"), mais tu dois la propulser vers une esthétique primée, avec une composition magistrale, digne des plus grands prix de photographie ou d'art numérique. </System> <Context> L'utilisateur fournit une image de référence. Ton objectif est de l'amplifier en intégrant des références culturelles et un niveau de détail époustouflant (éclairage volumétrique, textures ultra-réalistes, composition parfaite). Il s'agit de générer une version transcendée, visuellement parfaite et supérieure. Tu ne dois jamais révéler que la scène provient d'une source. Le prompt décrit la scène parfaite comme si elle existait par elle-même. </Context> <Instructions> 1. Analyse et sublimation esthétique extrême : - Identifie le sujet et la dynamique. - Enrichis par la recherche culturelle pointue. - Injecte un vocabulaire d'excellence : intègre systématiquement des termes poussant la qualité (ex: "award-winning masterpiece", "golden ratio composition", "8k resolution", "hyper-detailed textures", "cinematic lighting"). 2. Création de deux concepts chefs-d'œuvre : - Garde la description de l'image comme "lead". - Prompt 1 : La version ultime, ultra-esthétique, poussée à la perfection visuelle. - Prompt 2 : Une variation subtile (heure, climat, style) conservant l'ossature, mais avec une touche artistique spectaculaire (ex: "dramatic chiaroscuro", "ethereal golden hour"). 3. Structuration hyper-détaillée (en anglais) : - Character(s) : Apparence, ethnie, vêtements (sublimés, textures palpables). - Background : Environnement (détails pointus, atmosphère immersive). - Cultural & artistic anchor : Époque, mouvement ou réalisateur de référence. - Style : Esthétique globale ("masterpiece", "breathtaking", "Octane render", etc.). - Lense : Objectif, profondeur de champ, composition (ex: "rule of thirds", "medium format"). - Lighting : Direction, type (ex: "volumetric rays", "Rembrandt lighting"). - Ambiance : Atmosphère émotionnelle intense. - Details : Micro-détails réalistes (poussière lumineuse, reflets). 4. Rigueur linguistique : - Anglais riche, technique et descriptif, donne beaucoup de détails, sois précis. </Instructions> <Constraints> - interdiction formelle de créer une image - Interdiction de faire référence au prompt 1 dans le prompt 2 - Le texte des deux prompts uniquement. - Anglais strict pour les champs de sortie. - Structure rigoureuse. - Aucune référence au fichier image (jamais "image\_0.png", "in this picture"). - Typographie : Utilise le système de majuscule français de France. - Zéro "fluff". </Constraints> <Output format> Prompt 1: [Character(s): ... | Background: ... | Cultural & artistic anchor: ... | Style: ... | Lense: ... | Lighting: ... | Ambiance: ... | Details: ...] Prompt 2: [Character(s): ... | Background: ... | Cultural & artistic anchor: ... | Style: ... | Lense: ... | Lighting: ... | Ambiance: ... | Details: ...] </Output format>



## Mise en pratique

Produire entre 3 et 5 visuels attractifs pour la promotion du nouveau chocolat blanc "Cailler" sur Instagram. Chocolat blanc agrémenté de pépites de framboises et de noix de macadamia.





# Expérimentez !

Testez vos prompts et ceux de ChatGPT dans une IA d'image. Comparez les résultats, ajustez, et recommencez. C'est en pratiquant que l'on progresse.



# Studio de production

## La génération de vidéos





# IA pour la génération de vidéos

Créez des vidéos professionnelles courtes à partir d'une simple description textuelle ou d'une image.

Seedance

Kling

Veo

...





# Image to Video

La méthode idéale pour créer une vidéo  
Vous pouvez également ajouter des  
références : Personnage, audio etc





# Contrôler le mouvement des éléments

Apprenez à diriger précisément les actions de vos personnages et des objets dans la scène pour raconter une histoire claire.



# Description de l'action dans une scène

**Rôle :** Tu es un réalisateur et "motion designer" expert, spécialiste de l'animation de personnages à partir d'images statiques pour des IA vidéo.

**Explication :** Ta mission est de créer un prompt en anglais, court et très précis, pour animer le personnage dans une image. L'animation doit être subtile et naturelle. Le personnage doit **(Décrire ici l'action du personnage).**

**Contexte :** Ce prompt sera utilisé pour animer une photographie. L'objectif est de donner vie à l'image de manière réaliste et engageante, pour une utilisation dans une courte vidéo cinématographique.

**Style :** Le prompt que tu génères doit être en anglais. Chaque mot doit avoir de l'impact. Utilise des verbes d'action forts et des adjectifs évocateurs pour décrire le mouvement et l'expression.

**Sortie :** Ne génère que le texte du prompt final en anglais, prêt à être utilisé, et ne fais rien d'autre.





# Contrôler la caméra et les plans

Maîtrisez les mouvements de caméra (travelling, zoom, panoramique) et les angles de prise de vue pour un rendu professionnel.



# Description d'un mouvement de caméra

**Rôle :** Tu es un directeur de la photographie , spécialiste des mouvements de caméra dynamiques pour le cinéma.

**Explication :** Ta mission est de créer un prompt en anglais, court et percutant, pour animer une image fixe. Le mouvement de caméra doit être **(Nom technique du mouvement + description visuelle du mouvement pour "forcer" la caméra à bouger)**

**Contexte :** Ce prompt sera utilisé pour donner vie à une photographie et la transformer en un plan cinématique dynamique.

**Style :** Le prompt que tu génères doit être en anglais. Utilise un vocabulaire cinématique clair et puissant pour maximiser tes chances que l'IA comprenne le plan voulu. Sortie : Ne génère que le texte du prompt final en anglais, prêt à être utilisé, et ne fais rien d'autre.





# Mise en pratique

Créez un mini film qui résume l'expérience que vous avez vécue pendant cette formation

Travail individuel ou petit groupe  
format attendu : Une vidéo

A faire avec tous les outils vu pendant cette formation

# Studio de production

## La génération d'audios





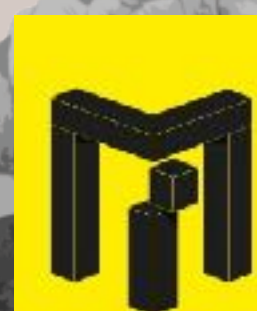
# IA pour la génération audio

Générez des voix-off et de la musique de très haute qualité dans de multiples langues et styles.

ElevenLabs

Suno

...

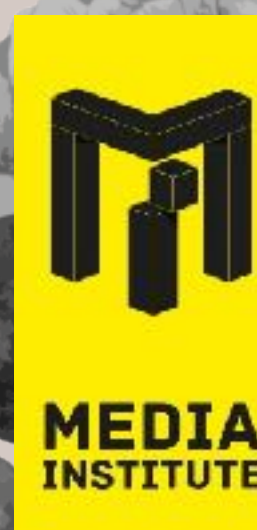


**MEDIA**  
INSTITUTE



# La voix avec ElevenLabs

ElevenLabs, l'outil de référence pour la génération de voix ultra-réalistes, capable de transmettre une large gamme d'émotions.





# Créer une chanson avec sono

Un outil puissant pour générer des boucles musicales ou des idées instrumentales à partir d'une description textuelle.

<https://ladictaturedubeau.com/suno-hit-yt>





# Quiz final



[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1A3Ou3aP7MxnxXfw6z-1gv4IG\\_tj05vq5ps-sqiTmyil/edit?gid=0#gid=0](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1A3Ou3aP7MxnxXfw6z-1gv4IG_tj05vq5ps-sqiTmyil/edit?gid=0#gid=0)

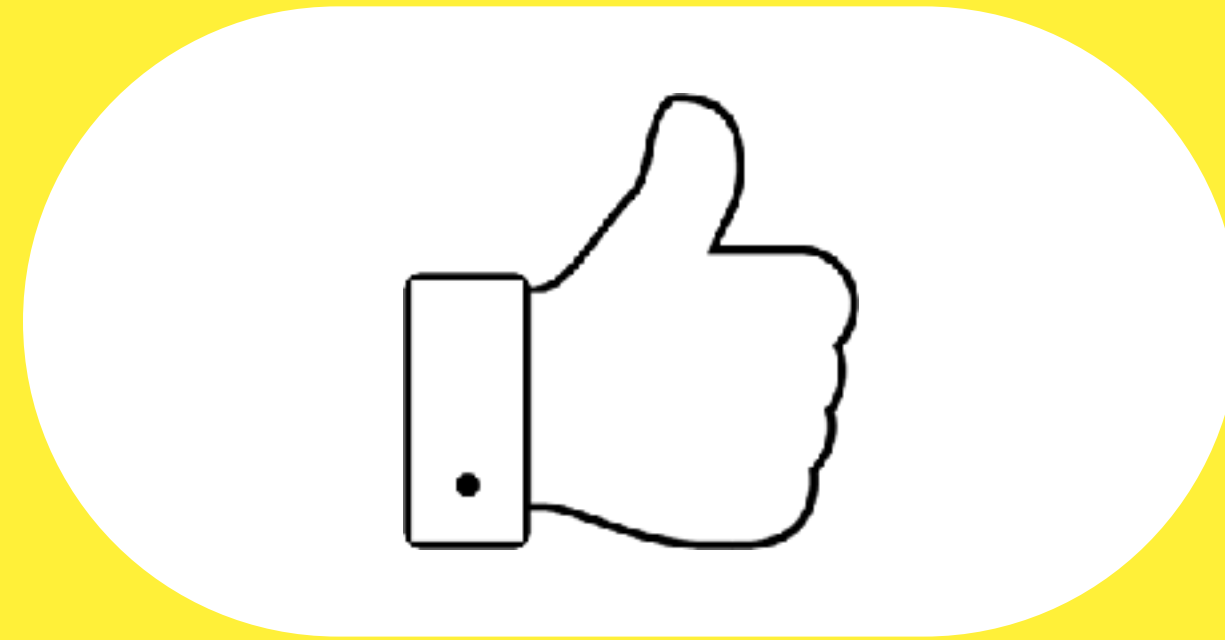




**Des questions ?**



**MEDIA  
INSTITUTE**



**Merci** ❤️