

GUIDE DE SURVIE DE L'INTELLIGENCE ARTIFICIELLE

*Chat
GPT*

Claude

*Runway
ML*

*Meta
AI*

*DALL
E 3*

*Pika
Labs*

*Perple
xity*

*Eleven
Labs*

Canva

*Leonardo
AI*

*Sound
raw*

*Le
Chat*



Michel Martin

Table des matières

Introduction.....	6
Qu'est-ce que l'intelligence artificielle ?.....	6
Comment communiquer avec une IA ?.....	6
Pourquoi parle-t-on autant des IA ?	8
Où trouve-t-on l'IA dans notre quotidien ?	11
Faut-il s'en méfier ?	11
Les IA dont nous parlerons dans ce guide.....	12
IA conversationnelles.....	12
Chat GPT	12
Claude.....	13
Le Chat.....	13
Perplexity AI.....	13
Meta AI	14
IA de génération d'images.....	14
DALL·E 3	14
Midjourney	15
Leonardo AI	15
Canva	16
IA de génération de son / voix.....	16
ElevenLabs	16
Soundraw.....	17
IA de génération de vidéos.....	17
Runway ML.....	17
Pika Labs	18
Comment accéder aux IA génératives ?	19
Chat GPT	19
Claude.....	20
Le Chat.....	22
Perplexity AI.....	23
Meta AI	24
DALL E 3	25
Avec Microsoft Copilot	25
Avec Bing Image Creator	25

Avec Chat GPT.....	27
Midjourney.....	28
Leonardo AI	28
Canva	29
ElevenLabs	33
Soundraw.....	33
Runway ML	35
Pika Labs	36
Parler à une IA Les bonnes formules	38
Posez une question claire et précise	38
Expliquez le contexte si besoin.....	38
N'hésitez pas à corriger ou affiner.....	39
Exemples de demandes pratiques.....	39
Ce qu'il vaut mieux éviter.....	40
Prompts à tester pour s'amuser un peu	40
Mettez l'IA au service de votre quotidien	41
Trouver des idées de repas et créer une liste de courses.....	41
Créer une recette originale.....	42
Préparer un voyage ou une sortie	42
Rédiger une lettre, un mail ou un message important.....	43
Gérer ses documents et son administratif avec l'IA	44
Comprendre un courrier officiel.....	44
Résumer un long document	44
Rédiger un courrier ou un formulaire.....	45
Transformer un document PDF en texte lisible ou modifiable	45
Organiser vos papiers numériques avec l'aide de l'IA	45
Créer pour le plaisir	47
Créer une image à partir d'une idée.....	47
Créer une carte personnalisée	49
Inventer une petite histoire ou un poème	50
Composer une chanson ou une dédicace originale	51
Bien vivre avec l'IA - Rester curieux sans se faire avoir	52
L'IA est un assistant, pas un expert ni un oracle.....	52
Attention aux arnaques et aux faux outils IA.....	53
Ne partagez jamais ces informations avec une IA.....	54
Prenez votre temps Pas besoin de tout apprendre d'un coup	54

L'IA ne juge pas, elle est là pour vous.....	54
Quelques idées pour aller plus loin avec l'IA.....	56
Apprendre avec l'IA, pour le plaisir	56
Organiser un petit atelier IA (à plusieurs).....	56
Lancez-vous dans un petit projet personnel	57
Voyager ou explorer le monde autrement	57
Les pièges à éviter et les bons réflexes.....	59
Reconnaître les arnaques ou les faux contenus générés par IA (deepfakes, faux mails...)	59
Sauvegarder ses données	60
Mettre des limites à ce que l'IA devrait faire	61
En pratique	62
Génération d'images avec Leonardo AI, DALL E 3 et Le Chat	62
Photographie	62
Art Digital.....	63
Design Graphique	64
Art Conceptuel.....	65
Style 3D et Animation	66
Art Abstrait	66
Augmenter la taille d'une image générée par une IA.....	67
Génération d'images de taille déterminée avec DALL E 3	67
Utilisation du service en ligne Upscaler.....	68
Supprimer un élément dans une image générée par une IA	70
Le service Remove.bg	70
Le service Cleanup.pictures.....	73
Le service Magic Studio	75
Les possibilités liées à l'IA dans Canva	77
Générer une image à partir d'un texte.....	77
Retouche automatique	79
Transformez un texte en voix avec ElevenLabs	80
Générez des vidéos avec Runway ML.....	82
Générez des vidéos avec Pika Labs.....	83
Utilisez des IA mais n'en abusez pas.....	86
Et demain ?	92
Les grandes tendances à venir	92
Des IA encore plus intégrées dans notre quotidien	92
Des IA plus « intuitives ».....	92

Comment l'IA pourrait aider à vieillir mieux	92
Garder un esprit curieux et critique	93
Annexes	94
Liste d'applications utiles.....	94
Petit lexique des mots de l'IA	94
Le mot de la fin.....	95