RÉF. PROG-2026-5152

Mis à jour le 12/10/2026

PROGRAMME DE FORMATION

Réduire l’impact de sa communication, concrètement

Identifier les principaux postes d’impact environnemental de sa communication et agir sur ses supports imprimés, objets promotionnels et usages numériques, IA comprise. Construire un plan de 5 à 10 actions réalistes et priorisées, tout en préservant l’efficacité de sa communication et en évitant les formulations trompeuses.



DURÉE	MODALITÉ	TARIF
7,0 h (1,0 jour)	À distance (classe virtuelle)	690.00 € HT par participant

PUBLIC	DÉLAIS D'ACCÈS	RECONNAISSANCE
Responsables et chargés de communication, de marketing ou d’événementiel amenés à choisir, commander ou piloter les supports et actions de communication de leur organisation. Formation destinée aux entreprises, associations et collectivités souhaitant intégrer des pratiques plus responsables dans leur communication.	Inscription : 15 jours avant le début de la formation. Prise en charge OPCO : 1 mois avant le début de la formation.	Attestation de fin de formation (formation non certifiante)

RÉFÉRENT PÉDAGOGIQUE

Marie Sandré

Public visé

Responsables et chargés de communication, de marketing ou d’événementiel amenés à choisir, commander ou piloter les supports et actions de communication de leur organisation.

Formation destinée aux entreprises, associations et collectivités souhaitant intégrer des pratiques plus responsables dans leur communication.

Prérequis

Aucun prérequis technique.

Le participant doit être amené à choisir ou à piloter des supports ou actions de communication dans son organisation.

Pour les ateliers, prévoir deux ou trois exemples de supports ou campagnes : plaquette, objet promotionnel, newsletter, publication, vidéo ou support événementiel. Les documents peuvent être anonymisés.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les principaux impacts de sa communication et sélectionner des leviers de réduction adaptés à ses supports, achats et usages numériques, IA comprise.
- Évaluer et reformuler des messages environnementaux en vérifiant leur périmètre, leurs preuves et leurs limites.
- Construire un plan d’action priorisé selon l’impact attendu, la faisabilité et les coûts estimés.

Programme détaillé

Demi-journée 1 - Réduire l’impact de ses supports et pratiques de communication - 3 h 30

Animation : Alter Ego Communication

Séquence 1 - Identifier les principaux impacts de sa communication - 30 minutes

• Identifier les étapes du cycle de vie d’un support : fabrication, transport, utilisation et fin de vie. • Repérer les principaux postes d’impact de ses actions de communication. • Interroger les idées reçues sur le papier, le numérique et les objets promotionnels.

Activité : quiz de départ et échanges à partir d’exemples professionnels.

Séquence 2 - Diagnostiquer ses pratiques et ses achats - 45 minutes

• Recenser ses supports, campagnes, volumes et fréquences. • Questionner leur utilité et leur efficacité. • Repérer les surplus, les supports peu utilisés et les possibilités de réemploi. • Identifier trois postes d’impact prioritaires avec une grille d’auto-évaluation.

Activité : diagnostic guidé de la communication de son organisation.

Séquence 3 - Choisir des supports et des fournisseurs responsables - 1 h 15

• Ajuster les quantités aux besoins réels. • Comparer les papiers, formats, grammages et finitions. • Choisir les objets promotionnels selon leur utilité, leur durabilité et leurs conditions de fabrication. • Examiner les possibilités de réemploi et la fin de vie. • Comparer les propositions fournisseurs et identifier les justificatifs à demander. • Repérer les allégations environnementales insuffisamment étayées.

Activité : comparaison de supports et de propositions fournisseurs.

Séquence 4 - Améliorer un support et présenter sa démarche - 1 heure

• Identifier trois leviers de réduction sur un support réel. • Examiner leurs conséquences sur le coût et l'efficacité. • Distinguer engagement, action réalisée et résultat démontré. • Reformuler un message environnemental en précisant son périmètre, ses preuves et ses limites. • Formaliser les premières actions à intégrer au plan.

Activité : atelier sur un support apporté par le participant et reformulation de son message.

Entre les deux demi-journées

Le participant est invité à compléter son diagnostic et à identifier une tâche de communication pour laquelle il envisage d'utiliser l'IA.

Cette préparation facultative n'est pas comptabilisée dans les 7 heures de formation.

Demi-journée 2 - Utiliser l'IA avec discernement dans sa communication - 3 h 30

Animation : Marie Sandré - Pédagora

Séquence 5 - Comprendre les usages et les impacts de l'IA en communication - 45 minutes

• Comprendre les principes et les limites de l'IA générative. • Identifier ses usages pour les textes, images et vidéos. • Comprendre les ressources mobilisées et les limites des estimations d'impact. • Questionner l'utilité du recours à l'IA selon la tâche. • Repérer les risques de surproduction de contenus.

Activité : comparer des situations où utiliser l'IA, réutiliser un contenu existant ou réaliser la tâche autrement.

Séquence 6 - Préparer une utilisation proportionnée de l'IA - 1 heure

• Définir le besoin, le public, le format et les critères de réussite avant de générer. • Choisir un outil et un type de production adaptés. • Structurer une consigne pour limiter les reprises et les variantes inutiles. • Réutiliser les ressources et contenus disponibles. • Préserver la confidentialité des informations transmises.

Activité : préparer puis tester une demande liée à une tâche réelle de communication.

Séquence 7 - Produire, vérifier et améliorer un contenu - 1 heure

• Produire ou adapter un contenu à partir d'informations fournies. • Vérifier les faits, les sources et les formulations. • Repérer les promesses environnementales ajoutées ou exagérées par l'IA. • Préserver le ton de l'organisation et la pertinence du message. • Corriger une proposition plutôt que multiplier les générations. • Organiser la validation humaine et le réemploi du contenu.

Activité : création ou révision d'un contenu, puis contrôle à l'aide d'une grille.

Séquence 8 - Finaliser son plan d’action et évaluer les acquis - 45 minutes

• Regrouper les actions sur les supports, les achats et les usages de l’IA. • Retenir 5 à 10 mesures adaptées à son organisation. • Prioriser selon l’impact attendu, la faisabilité et les coûts estimés. • Définir les responsables, échéances et indicateurs. • Réaliser le quiz final et présenter ses premières décisions.

Production finale : un plan d’action personnel et une méthode de travail pour utiliser l’IA avec discernement.

Méthodes pédagogiques

- Apports courts illustrés par des exemples professionnels.
- Quiz et échanges pour identifier les représentations initiales.
- Diagnostic guidé des pratiques de communication.
- Études de cas et comparaison de propositions fournisseurs.
- Ateliers sur les supports apportés par les participants.
- Analyse et reformulation de messages.
- Construction progressive d’un plan d’action.
- Retours individualisés et échanges de pratiques.

Modalités d'évaluation

Avant la formation : Questionnaire de positionnement et de recueil des besoins.

Pendant la formation :

- Observation des productions et des exercices.
- Vérification de la capacité à identifier des impacts, comparer des choix et reformuler des messages.
- Retours individualisés permettant de corriger les difficultés.

En fin de formation :

- Quiz de vérification des connaissances.

- Évaluation du plan d’action selon une grille : pertinence du diagnostic, choix des leviers, justification des messages, priorisation et caractère opérationnel des actions.
- Bilan des acquis communiqué au participant.

Suivi de l’assiduité : Émargement par demi-journée.

Pour les classes virtuelles, conservation des éléments de connexion disponibles en complément de l’émargement.

Évaluation de satisfaction et suivi :

- Questionnaire de satisfaction à chaud.
- Questionnaire à froid à trois mois portant sur les actions engagées et les difficultés rencontrées.

Moyens pédagogiques et techniques

En classe virtuelle, chaque participant dispose d’un ordinateur, d’une connexion Internet et d’un équipement audio permettant sa participation.

L'usage d'une caméra et d'un micro sont obligatoire.

Nous vous conseillons de suivre la formation dans un cadre propice à l'apprentissage (lieu calme et ordinateur équipé d'un double écran).

Moyens et supports remis aux stagiaires

Fiche mémo reprenant les points clés des notions abordées lors de la formation.

Modalités pédagogiques

Deux séances de 3 h 30, espacées d’une semaine, pour permettre une observation des pratiques entre les séances.

Groupe cible : 6 à 12 participants.

Animation à deux voix :

- Alter Ego Communication : supports, achats et pratiques fournisseurs.
- Pédagora : usages numériques, IA et accompagnement pédagogique.

Un questionnaire préalable permet d’identifier les attentes, les pratiques et les supports utilisés. Les exemples et exercices sont adaptés aux réponses recueillies.

Modalités pratiques et financement

Encadrement de la formation : contact pédagogique - Sandré Marie - marie.sandre@pedagora.fr - 0667689131

Inscription : Inscription via formulaire en ligne ou devis validé. Envoi de la convention de formation et convocation.

Délais d'accès : Inscription : 15 jours avant le début de la formation. Prise en charge OPCO : 1 mois avant le début de la formation.

Annulation : Annulation sans frais jusqu'à J-10. Au-delà, conditions précisées dans nos CGV. Consultez nos CGV et le Règlement intérieur (liens transmis à l'inscription).

Tarif & financement : 690.00 € HT par participant, modalité : à distance (classe virtuelle). Tarif hors taxes, TVA en sus.

Financements possibles : Plan de développement des compétences de l'entreprise ; OPCO de l'entreprise (selon ses critères de prise en charge) ; Fonds d'assurance formation des indépendants (FIF PL, AGEFICE, FAFCEA...) ; France Travail (demandeurs d'emploi, selon éligibilité) ; Financement personnel.

Une prise en charge peut être sollicitée auprès de l’OPCO compétent, sous réserve de l’éligibilité de l’entreprise, des critères applicables, des fonds disponibles et de l’accord du financeur. Un éventuel reste à charge est précisé avant l’inscription. Cette formation n’est pas proposée comme éligible au CPF.

Assistance technique et pédagogique

Avant / pendant la formation : assistance par email sous 24h ouvrées ; support visio si nécessaire. Après la formation : accès aux supports et FAQ ; possibilité de session de suivi (option).

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Formation accessible aux personnes en situation de handicap ; adaptations possibles sur demande auprès de notre référente handicap, Marie Sandre (contact@pedagora.fr — 06 67 68 91 31). Contact handicap : **Marie Sandré** (marie.sandre@pedagora.fr - 0667689131). Une étude personnalisée sera menée pour proposer les aménagements nécessaires.

Indicateurs de résultats

Résultats globaux de Pedagora EURL — toutes formations confondues, sessions terminées entre 06/2026 et 11/2026 (4 sessions).

306	97 %	100 %
Personnes formées	**Satisfaction à chaud**	**Atteinte des objectifs**
Sessions terminées	Sur 5 réponses	Sur 7 participants

Modalités de calcul.

Personnes formées : Nombre de personnes distinctes ayant suivi une session terminée, sans les inscriptions annulées ni les abandons, y compris les stagiaires formés en sous-traitance. S'y ajoutent les personnes formées avant l'utilisation de cet outil, déclarées par l'organisme.

Satisfaction à chaud : Moyenne des notes données par les apprenants au questionnaire de satisfaction rempli en fin de formation. La note de chaque apprenant est la moyenne de ses réponses aux questions à échelle, ramenée sur 100 (4 sur 5 = 80 %). Seuls les questionnaires complets des sessions terminées comptent.

Atteinte des objectifs : Nombre d'objectifs pédagogiques validés « acquis » par le formateur, divisé par le nombre d'objectifs multiplié par le nombre de participants ayant réellement participé (présence émargée ou évaluation).

Indicateurs recalculés automatiquement à partir de nos sessions réalisées.