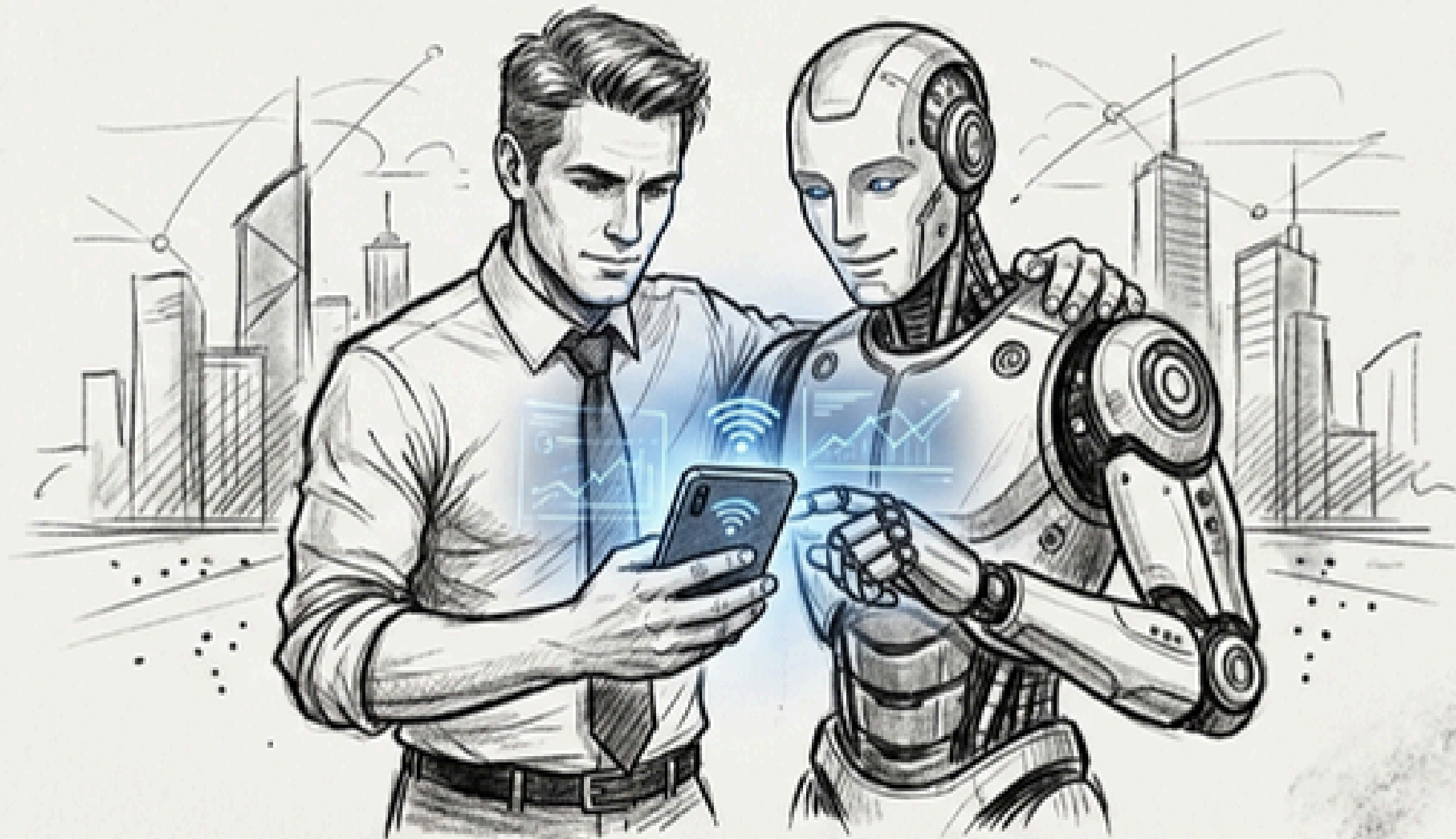


La Bibliothèque de Modèles Mobile

Le binôme dirigeant-machine : rassemblez vos
vos meilleures formules dans votre poche.



L'art de déléguer l'exécution sans perdre le contrôle.

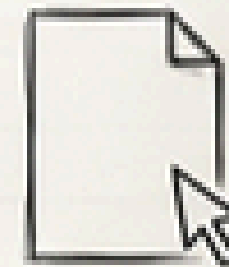


Le Diagnostic : Le Cerveau en Surchauffe

L'EFFET ZEIGARNIK



Le Vrac Mental : Votre cerveau retient chaque tâche inachevée, consommant votre énergie en arrière-plan.



Le Syndrome de la Page Blanche : Face à l'IA, réinventer une requête de zéro à chaque fois épuise votre charge cognitive.



Le Résultat : Vous abandonnez l'outil par manque de temps entre deux rendez-vous.



Le Piège : L'IA au Compteur

Comprendre la monnaie de l'IA (les Tokens)



La Taxe Invisible : 1 mot envoyé = le compteur tourne.
1 mot généré = le compteur tourne encore plus vite.



Le Chat Infini : Si vous gardez une même conversation ouverte trop longtemps, l'IA relit tout l'historique à chaque question. Le compteur s'emballe inutilement.



La Règle d'Or :
Un sujet = une discussion.

La Solution : Votre Bibliothèque dans la Poche

Ne partez plus jamais de zéro. Centralisez pour accélérer.



Épinglé : Vos meilleures requêtes accessibles en 1 clic sur votre écran d'accueil.



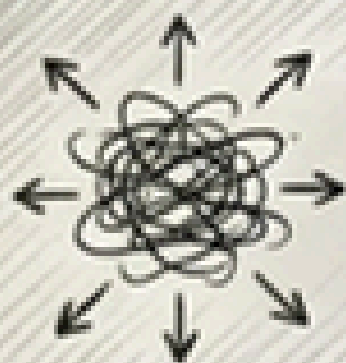
Instantané : Prêt à copier-coller depuis le terrain, même en déplacement.



Standardisé : Des formules éprouvées qui fonctionnent à tous les coups.

La Mécanique Magique : Les Variables [Variables]

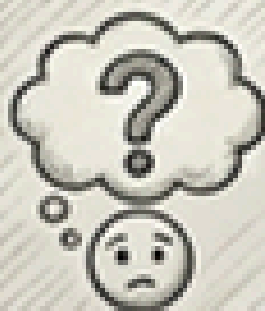
L'Approche Amateur (Long & Hasardeux)



Rédiger un long paragraphe brouillon à chaque fois.



Temps : 5 à 10 minutes.



Résultat : Aléatoire.

L'Approche Bibliothèque (Chirurgical)



Utiliser une formule pré-établie et remplir les blancs :

Agis comme un directeur commercial.
Rédige une relance pour [Nom du Client] concernant le devis de [Montant] € envoyé le [Date].



Temps : 15 secondes chrono.



Résultat : Parfait.

Le Ravitaillement : Le Sas de Décontamination

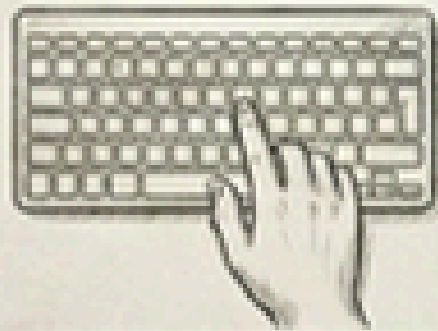
Nourrissez votre IA sainement pour économiser des tokens.



- **Carburant premium** : Le texte brut (.txt) permet jusqu'à 80% d'économie.



- **Gouffres à jetons** : Envoyer des PDF scannés ou images oblige l'IA à déchiffrer.



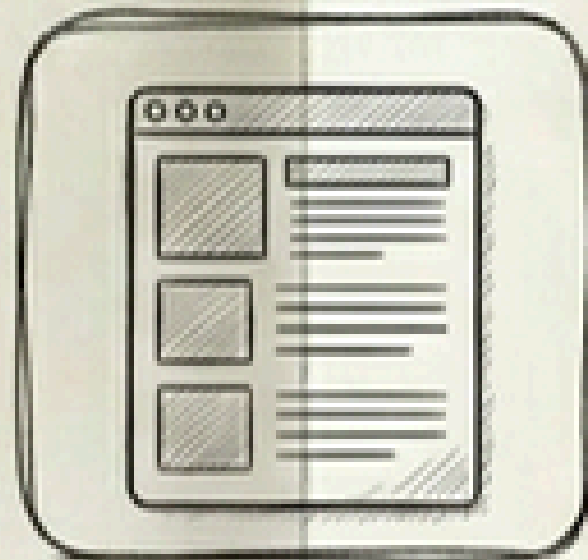
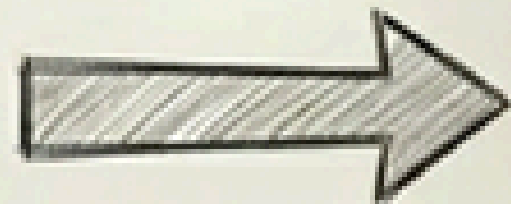
Le Raccourci Sécurité (Ctrl+H)

Anonymisez vos données en 60 secondes.
Remplacez Jean Dupont par **[CLIENT_1]**
avant de copier dans l'IA.

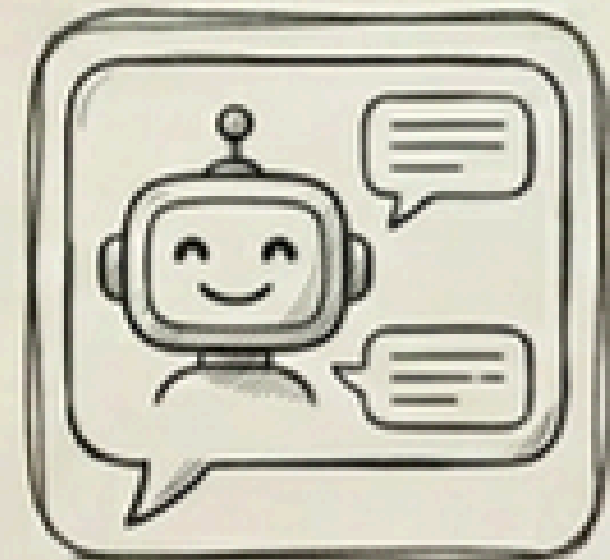
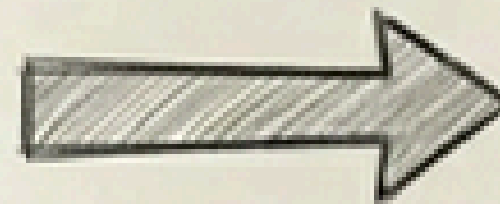
Le Workflow Express : 3 Étapes sur le Terrain



1. Capturer (Keep) :
Le dictaphone. Jetez votre chaos brut sur le terrain.



2. Organiser (Docs) : Exportez.
Utilisez votre bibliothèque de modèles et insérez vos variables [...].

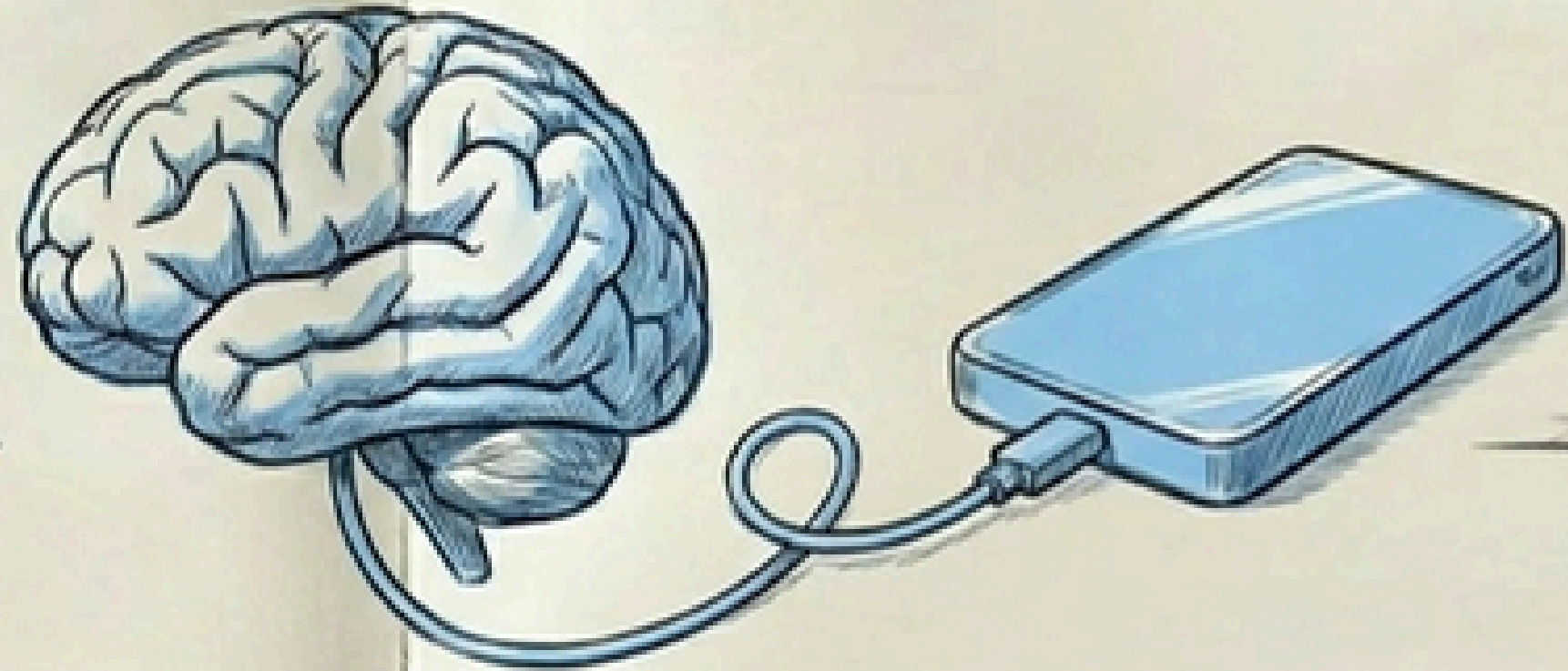


3. Exécuter (IA) :
Collez dans le chat. Obtenez un livrable parfait.

✓ Zéro double-saisie. ✓ Sécurité RGPD garantie. ✓ Prêt à déléguer à vos équipes.

L'Équilibre Retrouvé

“L'IA propose, le patron dispose.”



1. Un Disque Dur Externe :
Utilisez l'IA pour structurer le chaos et alléger votre charge mentale.

2. Le Monopole de la Décision :
L'IA exécute vos modèles à la perfection, mais vous gardez le jugement critique.

3. L'Objectif Final :
Économisez vos tokens, sauvez vos neurones.