

**ET SI L'IA VOUS AIDAIT À
LANCER (ENFIN) VOTRE
BUSINESS EN LIGNE ?**

**UN GUIDE SIMPLE ET MOTIVANT
POUR SALARIÉS PRESSÉS MAIS
MOTIVÉS**



JusteMonnaie

Avertissement

Ce guide a une visée pédagogique et inspirationnelle. Il ne constitue en aucun cas un conseil juridique, financier, fiscal ou professionnel.

Les informations partagées sont basées sur l'expérience personnelle de l'auteurice au moment de la rédaction. Vous êtes seul(e) responsable de l'usage que vous en faites, et il vous revient de vérifier que les outils, stratégies ou suggestions évoqués sont adaptés à votre situation personnelle, professionnelle ou légale.

L'auteurice ne saurait être tenue responsable des conséquences directes ou indirectes de l'utilisation des contenus de ce guide.

© Juste Monnaie – Claire Beauvillain

Tous droits réservés. Ce document est protégé par le droit d'auteur.

Il est destiné à un usage personnel exclusivement.

Toute reproduction, distribution ou diffusion sans autorisation est interdite.

Avant de commencer

Ce guide est le fruit de ma propre expérience, de mes recherches personnelles, et de mes tests en tant que salariée souhaitant développer une activité complémentaire grâce aux outils d'intelligence artificielle.

Je ne suis pas experte en IA, ni coach business ou conseillère professionnelle.

Je partage ici un chemin accessible, imparfait mais concret, pour celles et ceux qui souhaitent se lancer à leur rythme.

👉 Ce que vous trouverez ici n'est pas une vérité absolue, mais une invitation à explorer, à essayer, et à créer quelque chose qui vous ressemble.

INTRODUCTION

Vous avez une idée en tête depuis un moment.

Un petit projet. Un truc à vous.

Quelque chose qui vous permettrait de **gagner un peu plus, d'exprimer vos talents**, ou tout simplement de **vous sentir plus libre**.

Mais voilà, entre le boulot, la vie perso et tout le reste...

Le temps manque.

L'énergie aussi.

Et peut-être que vous vous êtes dit :

"Je n'ai pas les compétences. Pas le bon moment. Trop compliqué pour moi."

Et si je vous disais que ce n'est peut-être pas si compliqué que ça ?

Qu'aujourd'hui, **vous pouvez avancer plus vite, même sans être un expert**, grâce à un outil qui n'était pas là il y a quelques années : **l'intelligence artificielle**.

Non, ce n'est pas un miracle.

Ce n'est pas une machine magique qui va créer votre business à votre place.

Mais l'IA peut vous faire **gagner un temps fou**, vous aider à **clarifier vos idées, à créer du contenu, à vous organiser, à automatiser** certaines tâches...

Et surtout, elle peut vous aider à **passer de l'idée à l'action**, sans y passer vos soirées, vos week-ends, ou toute votre motivation.

🚫 **Important** : **l'IA évolue très vite**. Les outils que vous allez découvrir dans ce guide sont utiles aujourd'hui, mais peut-être qu'ils seront dépassés demain. **C'est normal**.

Ce que je veux partager ici, ce n'est pas une méthode rigide, mais **une posture** : celle de rester en veille, de tester, d'apprendre par vous-même. Vous n'avez pas besoin de devenir expert. Mais vous avez besoin de cultiver une **curiosité active** et d'accepter que tout change... tout le temps.

Ce guide n'est pas un énième plan pour "devenir riche en dormant".

C'est un **accompagnement simple, motivant et concret**, conçu pour les salariés comme vous, qui veulent avancer pas à pas dans leur projet en ligne.

Pas besoin de tout plaquer. Pas besoin d'être développeur.

Juste un peu de curiosité, un soupçon d'audace, et une bonne dose de praticité.

Au fil des chapitres, vous découvrirez :

- Ce que l'IA peut (vraiment) faire pour vous,
- Comment choisir un projet adapté à votre rythme de vie,
- Quels outils utiliser pour gagner du temps et de la clarté,
- Et comment garder la motivation dans la durée.

Ce que je vous propose ici, c'est d'**oser commencer**, même petit.

Parce que souvent, **le plus dur, c'est de se lancer**. Et avec les bons leviers, ce premier pas peut devenir plus simple que vous ne l'imaginiez.

Prêt(e) à avancer ?

Alors, on y va.

Lets
go!

1

**Pourquoi créer un revenu
complémentaire quand on est
salarié**

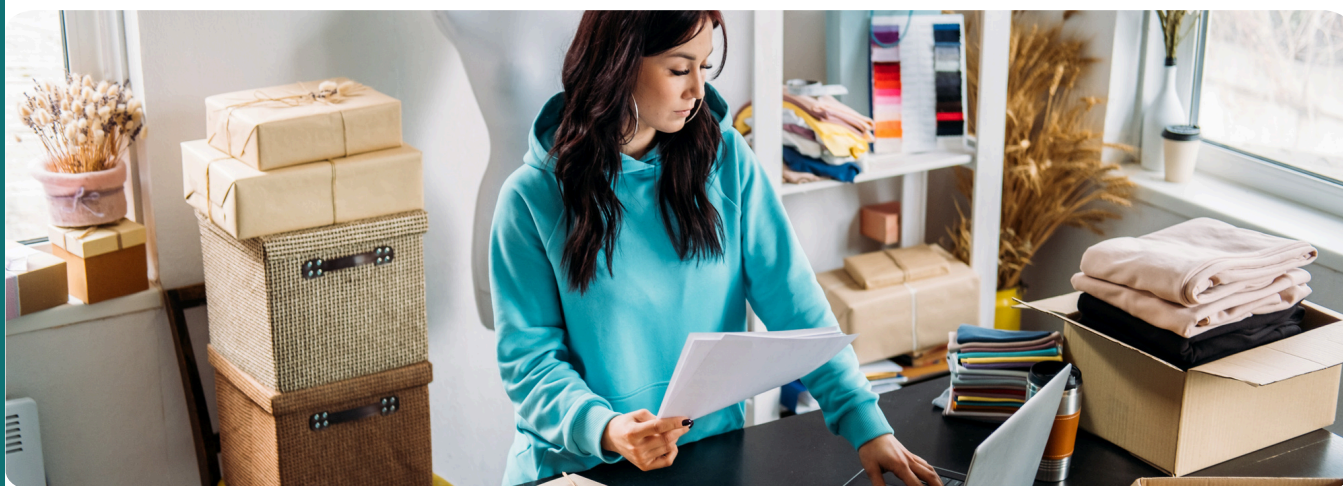
**Reprendre un peu de liberté sans
tout bouleverser**

Pourquoi l'IA change la donne pour les petits business

Vous avez sûrement entendu parler de ChatGPT, de Canva avec intelligence artificielle, ou encore de ces outils capables de créer un logo, une fiche produit ou même un site web en quelques clics. Peut-être que vous avez même testé... avec un peu de scepticisme, ou par simple curiosité.

Et vous avez raison de vous poser des questions. L'IA semble partout, et parfois, on a du mal à faire la part des choses entre le fantasme et le réel.

Mais une chose est sûre : **l'intelligence artificielle est en train de transformer la manière dont on peut créer un projet en ligne, surtout quand on a peu de temps, peu de moyens, et qu'on fait tout seul.**



Créer un projet était (trop) compliqué. Maintenant, ça ne l'est plus autant.

Avant, pour créer un petit business en ligne, il fallait :

- Trouver une idée,
- Avoir des compétences en rédaction, en design, en technique,
- Créer un site, des visuels, des textes, du contenu...

Et si vous n'étiez pas du métier, vous deviez soit apprendre tout ça, soit déléguer (donc investir de l'argent), soit... abandonner.

Aujourd'hui, avec l'aide de l'IA, **vous pouvez avancer sans avoir à tout maîtriser vous-même.**

Vous pouvez poser vos idées à l'écrit, générer un plan clair, créer un premier visuel, rédiger un texte correct, lancer une page de vente simple... en une soirée ou deux. Est-ce que ce sera parfait ? Non. Mais ce sera un **point de départ concret**, ce qui est déjà énorme.

Ce que l'IA peut faire pour vous (et ce qu'elle ne fera pas)

L'IA est un outil. Pas une baguette magique.

Elle ne va pas construire un business à votre place pendant que vous dormez. Mais elle va vous aider à :

- **Gagner du temps** sur les tâches répétitives (ex : rédaction, visuels, recherche d'idées),
- **Trouver l'inspiration** quand vous ne savez pas par où commencer,
- **Passer à l'action plus rapidement**, sans attendre de tout savoir faire,
- **Tester une idée sans y passer des semaines**, ni y laisser tout votre budget.

Elle ne remplacera ni votre intuition, ni votre créativité, ni votre capacité à parler à vos futurs clients. Mais elle peut devenir votre bras droit, votre assistant, votre booster personnel.

C'est une opportunité... à condition de bien s'en servir

Beaucoup de personnes sont soit **intimidées par l'IA**, soit **tentées de tout déléguer à l'outil**.

Dans les deux cas, elles passent à côté de son véritable potentiel.

Ce que je vous propose dans cet ebook, ce n'est pas de devenir expert en intelligence artificielle, ni d'en faire votre religion.

C'est juste de **l'appivoiser**. D'en faire un **levier**, pas une béquille.

Vous restez aux commandes. L'IA est là pour :

- Vous simplifier la vie,
- Vous faire gagner de l'énergie,
- Vous permettre de créer plus vite, plus léger, plus simplement.



Une bonne idée + un peu de temps + l'IA = un projet qui avance

Vous n'avez pas besoin d'avoir un "grand" projet pour bénéficier de tout ça. Vous avez envie de :

- Vendre un petit produit numérique ?
- Créer un blog sur un sujet qui vous passionne ?
- Proposer vos services en freelance ?
- Monter une micro-activité autour de votre métier ou d'une passion ?

C'est suffisant.

À condition d'y mettre un peu de constance, d'oser tester, et de s'appuyer sur les bons outils.



PETIT EXERCICE DE FIN DE CHAPITRE

Prenez un moment pour répondre à ces 3 questions (sans pression) :

1. Quelle est l'idée de projet qui revient souvent dans un coin de votre tête ?
2. Qu'est-ce qui vous bloque le plus pour passer à l'action aujourd'hui ?
3. En quoi un "assistant IA" pourrait vous aider à lever ce blocage ? (ex. : rédaction, visuels, structure, organisation...)

Pas besoin d'avoir toutes les réponses. Le simple fait de formuler vos pensées va déjà clarifier les choses.

A retenir de ce chapitre :

- L'IA n'est pas une solution miracle, mais un levier puissant pour avancer plus vite.
- Elle permet de créer un projet sans tout faire soi-même, en limitant les coûts et le temps.
- Vous pouvez commencer petit, avec les outils d'aujourd'hui, même si vous n'avez jamais lancé de business auparavant.

2

**Poser les bases de son projet,
même si on ne sait pas encore
quoi faire**

Définir un cap et démarrer petit

Poser les bases de son business à côté de son job

Créer un business à côté de son emploi salarié, c'est un peu comme construire une maison pendant ses pauses café.

On avance petit à petit, entre deux obligations.

Et pour que ça tienne la route, **il vaut mieux poser de bonnes fondations dès le début**, même si le projet reste modeste au départ.

Ce chapitre vous aide à clarifier trois choses essentielles :

1. Où vous en êtes aujourd'hui,
2. Ce que vous voulez vraiment construire,
3. Et ce que vous êtes prêt(e) à y consacrer.



1. Faites un état des lieux sincère

Avant de foncer tête baissée dans les idées ou les outils, prenez un moment pour regarder honnêtement :

- **Votre emploi du temps** : combien d'heures réalistes pouvez-vous consacrer par semaine ? (Pas celles que vous rêveriez d'avoir... les vraies.)
- **Votre niveau d'énergie** : êtes-vous en forme le soir ? Le week-end ? Quand êtes-vous le plus efficace ?
- **Votre contexte personnel** : avez-vous besoin de revenus rapidement ? Pouvez-vous tester tranquillement, ou avez-vous une pression financière ?
- **Vos envies profondes** : cherchez-vous à gagner un complément stable ? Tester une idée qui vous passionne ? Vous former pour une reconversion ?

Ce n'est pas un test. Il n'y a pas de bonne ou mauvaise réponse.

Mais plus vous serez au clair avec vous-même, **plus vous ferez des choix adaptés à votre réalité.**

2. Croisez vos compétences et vos envies

Un bon projet de business à côté de votre job, c'est souvent une **rencontre entre ce que vous aimez faire, ce que vous savez faire, et ce que les gens sont prêts à payer.**

Vous pouvez partir de trois questions simples :

- **Qu'est-ce que je fais déjà facilement, sans que ce soit un effort ?**
- **Sur quoi les autres me demandent souvent de l'aide ou des conseils ?**
- **Quelles activités me font du bien, même quand je suis fatigué(e) ?**

Ensuite, demandez-vous :

→ Est-ce que je peux transformer ça en **contenu**, en **produit numérique**, en **service**, ou en **petite offre testable** en ligne ?

→ Est-ce que ça me semble réaliste de le faire à côté de mon job actuel ?

Pas besoin de chercher une idée révolutionnaire.

Parfois, **les projets les plus simples sont aussi les plus efficaces...** surtout quand on les adapte à soi.

3. Choisissez un projet "MVP" (Minimum Viable Projet)

Vous avez peut-être plusieurs idées en tête. Ou au contraire, une seule, mais elle vous semble énorme et intimidante.

Dans les deux cas, l'approche du **MVP (Minimum Viable Projet)** peut vous aider. Un MVP, c'est une version **simplifiée, testable et réaliste** de votre projet.

L'objectif : **ne pas attendre que tout soit prêt ou parfait pour commencer.**

👉 Par exemple :

- Au lieu de créer un blog complet, écrivez un premier article sur un Google Doc et partagez-le à 3 amis.
- Au lieu de lancer une boutique entière, proposez un seul produit sur Etsy par exemple.
- Au lieu de créer une formation, proposez un mini-guide PDF de 5 pages sur un sujet précis.

Le but, c'est de **vous mettre en mouvement.** Pas de tout faire tout de suite.



EXERCICE PRATIQUE : 3 QUESTIONS POUR CLARIFIER VOTRE PROJET

Prenez une feuille ou ouvrez un document, et répondez tranquillement :

1. Qu'est-ce que j'aimerais créer ou partager, si je pouvais y consacrer 1h par jour ?
2. Quel petit format pourrais-je tester d'ici 1 à 2 semaines, même imparfait ?
3. Qu'est-ce que je veux ressentir dans cette aventure ? Du plaisir ? De la fierté ? Plus de liberté ? (C'est aussi ça qui vous aidera à tenir dans la durée.)

A retenir de ce chapitre :

- Votre temps et votre énergie sont limités : **mieux vaut un projet simple et réalisable** qu'une idée ambitieuse que vous ne lancerez jamais.
- Vous n'avez pas besoin de créer un "vrai business" dès le début. **Commencez petit, testez, ajustez.**
- Le plus important, ce n'est pas ce que vous faites exactement... c'est le **fait de passer à l'action avec régularité.**



3

**Des idées de business en ligne
compatibles avec l'IA
(et votre emploi du temps)**

**Des pistes simples, testables,
accessibles**

5 modèles de revenus complémentaires boostés par l'IA

Quand on cherche à gagner un peu plus à côté de son job, on se retrouve vite noyé(e) dans une mer d'idées : créer un blog, vendre une formation, proposer un service, lancer une boutique...

Et on se demande : "**Qu'est-ce qui est réaliste pour moi, ici et maintenant ?**"

Ce chapitre vous propose **5 modèles de revenus complémentaires** qui ont un point commun : **ils peuvent être grandement facilités par l'IA.**

Cela ne veut pas dire qu'ils sont automatiques ou sans effort, mais plutôt que l'IA vous permettra d'avancer plus vite et plus sereinement, même si vous partez de zéro.



1. VENTE DE PRODUITS NUMÉRIQUES

Le principe : vous créez un produit une fois (ebook, modèle, fiche pratique, mini-formation...) et vous le vendez en ligne autant de fois que vous voulez.

Pourquoi c'est adapté aux salariés :

- Vous pouvez le créer à votre rythme, le soir ou le week-end.
- Pas besoin de stock ni d'envois.
- Une fois prêt, le produit peut générer des ventes en automatique.

Comment l'IA aide :

- Génération d'idées de produits
- Rédaction de contenu (textes, plan, accroches)
- Mise en page avec Canva AI
- Création de visuels de présentation

Exemples de plateformes : Etsy, votre propre site

2. AFFILIATION AVEC CRÉATION DE CONTENU ASSISTÉE PAR IA

Le principe : vous recommandez des produits ou services via un lien affilié. Si une personne achète en passant par votre lien, vous touchez une commission.

Pourquoi c'est intéressant :

- Vous n'avez rien à créer ni gérer (pas de client, pas de SAV).
- C'est un excellent complément à une présence en ligne ou à un blog.

Comment l'IA aide :

- Rédiger des articles, newsletters ou scripts de vidéos
- Générer des idées de posts ou d'épingles Pinterest
- Structurer un contenu de qualité avec peu de temps

Exemples de plateformes : Systeme.io, Amazon Partenaires, partenaires directs...

💡 Vous pouvez aussi combiner **affiliation + produits numériques**, en recommandant des outils que vous utilisez dans vos propres créations.

3. CRÉATION DE CONTENU EN FREELANCE

Le principe : vous vendez vos services à des indépendants, associations ou petites entreprises (ex. : rédaction d'articles, gestion de réseaux sociaux, création de newsletters, présentations...).

Pourquoi c'est réaliste :

- Pas besoin de diplôme ni d'expérience si vous avez des bases solides.
- Vous pouvez commencer avec de petites missions ponctuelles.

Comment l'IA aide :

- Aide à structurer les textes et les idées
- Propositions de titres, paragraphes, accroches
- Gain de temps sur les recherches et la mise en forme

Où proposer vos services : Malt, Fiverr, plateformes de microservices, bouche-à-oreille

⚠ L'IA ne vous remplace pas : elle vous **soutient** pour être plus rapide, plus clair, plus efficace.

4. MICROSERVICES AUTOUR DE VOS COMPÉTENCES

Le principe : vous proposez une micro-prestation autour d'un savoir-faire que vous avez déjà, même modeste.

Exemples concrets :

- Relire ou reformuler un texte
- Aider à améliorer un CV ou une lettre de motivation
- Créer une bio pour un site ou un réseau social
- Aider à nommer un projet ou structurer une idée

Pourquoi c'est malin :

- Vous vendez quelque chose que vous savez déjà faire
- L'IA vous aide à être plus rapide, à proposer plusieurs versions, à mieux formuler

Où vendre : Fiverr, ou même autour de vous

💡 Vous pouvez aussi créer des **offres à télécharger** (ex. : "10 modèles de bios pour Instagram") comme produit numérique.



5. CRÉER UN ESPACE DE PARTAGE DE CONNAISSANCES (NEWSLETTER, BLOG, CANAL...)

Le principe : vous partagez régulièrement du contenu sur un sujet qui vous intéresse ou vous passionne (argent, parentalité, cuisine, bien-être, organisation, développement personnel...). Avec le temps, vous construisez une petite communauté fidèle que vous pouvez monétiser via :

- L'affiliation,
- La vente de petits produits numériques,
- Ou un abonnement (type Substack, Patreon, etc.)

Pourquoi c'est une bonne idée :

- Vous partez de votre propre expérience ou curiosité.
- Vous créez à votre rythme, sans pression de vente immédiate.
- Vous posez les bases d'un projet plus grand si vous le souhaitez.

Comment l'IA aide :

- Trouver des idées d'articles, d'emails, de posts
- Structurer vos textes ou reformuler vos paragraphes
- Créer vos visuels (illustrations, miniatures, templates)
- Gagner du temps sur la mise en page et la publication

Outils utiles : Substack, Beehiiv, Canva.

💡 Ce modèle vous permet de **vous entraîner à communiquer**, tout en **construisant une audience** qui vous ressemble.



Ce qu'il faut retenir :

- L'IA **ne remplace pas** votre valeur humaine (écoute, style, idées). Mais elle peut **accélérer** votre travail, **simplifier** votre processus, vous aider à **oser**.
- Ne cherchez pas un modèle "parfait". Cherchez celui qui **vous motive** et correspond à votre vie actuelle.
- Vous pouvez **tester plusieurs choses**. Ce n'est pas grave si vous commencez petit ou que vous changez de cap.

Petit tableau récapitulatif

Modèle	Idéal pour	L'IA vous aide à...	Plateformes
Produits numériques	Créatif(ve) avec peu de temps	Créer, rédiger, présenter	Etsy
Affiliation + contenu	Passionné(e) de partage	Ecrire, structurer, trouver des idées	Blog, instagram, Pinterest
Services freelance	Organisé(e) et à l'aise à l'écrit	Gagner du temps, s'inspirer	Malt
Microservices	Pratique et rigoureux(se)	Gagner en rapidité, variété	Fiverr
Espace de contenu	Curieux(se) et régulier(e)	Produire plus vite, trouver des idées	Substack, Beehiiv

4

**Utiliser l'IA pour avancer plus vite
sans s'éparpiller**

**Gagner du temps, clarifier ses
idées, se lancer**

Les outils IA utiles pour se lancer (et comment les utiliser sans se noyer)

Aujourd'hui, on peut avoir l'impression qu'un nouvel outil d'intelligence artificielle sort chaque semaine. Entre ceux qui promettent de tout faire à votre place et ceux qui se spécialisent dans des tâches ultra précises, difficile de savoir par où commencer... et surtout quoi choisir.

Alors avant de vous lister les outils les plus accessibles et utiles pour un projet à côté de votre job, **un petit rappel essentiel** :

Ces outils évoluent vite. Très vite.

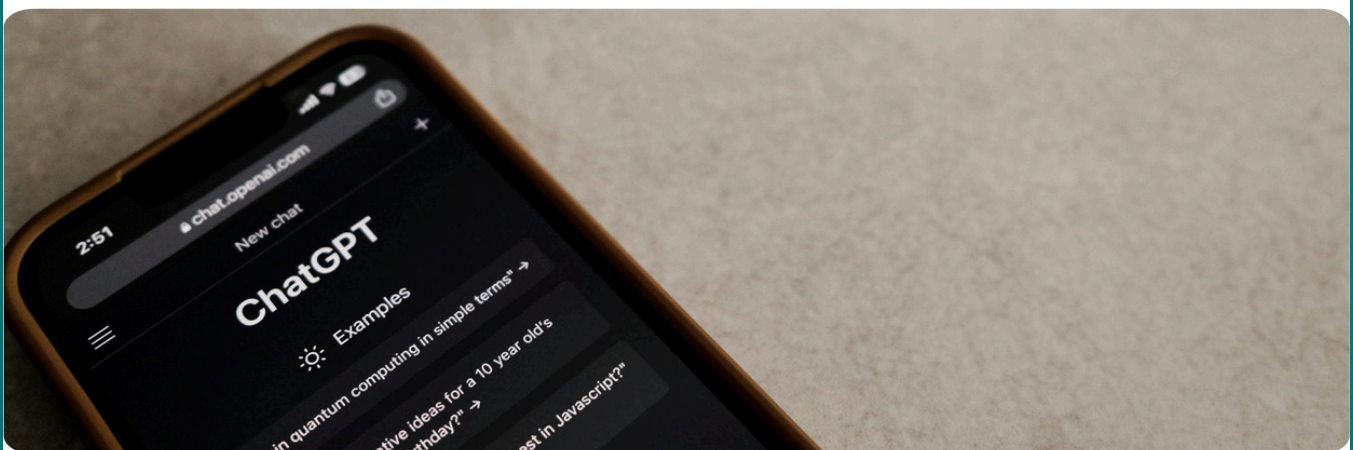
Les outils que je vous présente ici sont ceux qui sont **disponibles, efficaces et testés au moment où j'écris ces lignes**. Mais peut-être que certains seront remplacés dans quelques mois, ou que d'autres, encore plus performants, auront pris le relais.

Ce n'est **pas un guide figé**, mais une **porte d'entrée**.

L'idée n'est pas de tout retenir, ni de tout utiliser.

C'est de comprendre **ce qui est possible aujourd'hui**, et de développer une posture **de veille et d'exploration**.

👉 Vous n'avez pas besoin de tout maîtriser. Mais vous aurez besoin de tester, de comparer, et surtout de **choisir ce qui vous correspond à vous**, à votre budget, à votre projet, à votre rythme.



Outils polyvalents à avoir sous la main

ChatGPT (ou équivalent comme Gemini, Claude ou Perplexity AI)

À quoi ça sert ?

- Trouver des idées d'articles, produits ou contenus
- Structurer un texte, un plan, une offre
- Rédiger des mails, biographies, accroches, descriptions
- Obtenir un premier brouillon pour presque tout ce que vous écrivez

Pourquoi c'est utile ?

C'est comme avoir un assistant personnel qui ne dort jamais. Vous pouvez lui poser des questions, demander des reformulations, tester des idées... **sans pression.**

💡 *Astuce : plus vous donnez de contexte et d'exemples, meilleurs seront les résultats.*

Canva (et Canva AI)

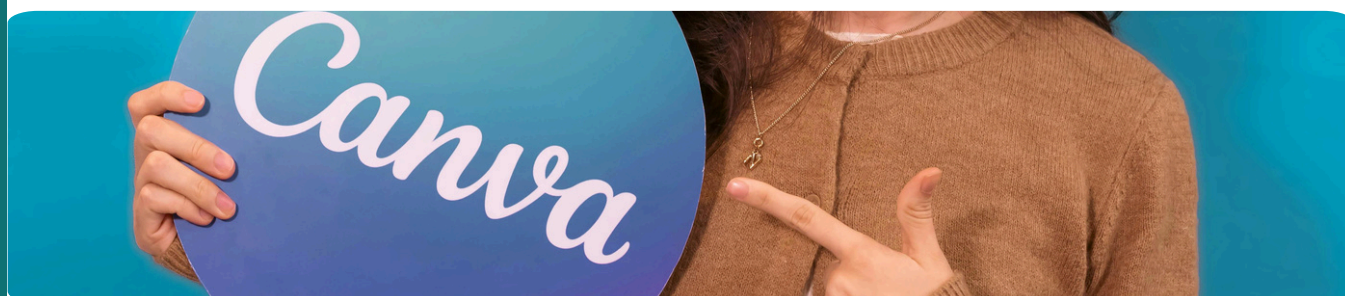
À quoi ça sert ?

- Créer des visuels professionnels (ebook, fiches, posts, bannières, logos...)
- Utiliser l'IA pour générer des images, ajuster des textes, corriger des designs

Pourquoi c'est top pour débiter ?

Canva est simple à prendre en main, avec de nombreux modèles gratuits. Même si vous n'êtes pas graphiste, vous pouvez créer quelque chose de propre et pro en peu de temps.

💡 *L'IA de Canva peut aussi vous proposer des contenus ou traduire automatiquement.*



Notion + Notion AI

À quoi ça sert ?

- Organiser vos idées, vos tâches, vos contenus
- Centraliser votre projet dans un seul espace
- Utiliser Notion AI pour résumer, reformuler, générer du contenu

Pourquoi c'est malin ?

Notion peut devenir **votre QG personnel** : contenu, calendrier, objectifs, fiches clients, idées d'articles... L'IA intégrée vous aide à tout structurer. Je ne l'utilise pas personnellement mais cet outil m'est régulièrement conseillé.

Autres outils IA utiles selon votre projet

- 🚀 Pour créer un nom d'entreprise, de marque : **Namelix**
- 🖌️ Pour créer une identité visuelle rapidement : **Brandmark**
- 🎙️ Pour du contenu audio (bonus pour plus tard) : **ElevenLabs** : génération de voix off



Comment ne pas se perdre avec tous ces outils

1. Choisissez 2 ou 3 outils max pour démarrer

Pas besoin d'en tester 10 d'un coup. Un outil d'écriture (ex : ChatGPT), un outil de visuel (ex : Canva), et éventuellement un outil d'organisation (ex : Notion), c'est largement suffisant pour commencer.

2. Testez en situation réelle

Au lieu de "jouer" avec un outil, utilisez-le pour créer quelque chose de concret dans votre projet (une page, un texte, une fiche...). Vous apprendrez 10 fois plus vite.

3. Restez en veille... mais pas en panique

Oui, les outils changent. Mais pas besoin de tout suivre au quotidien.

A retenir de ce chapitre :

- **L'IA ne fait pas tout, mais elle vous aide à tout faire plus vite.**
- Ce n'est pas une question de technologie, mais de **méthode et de posture.**
- Restez curieux(se), testez, apprenez en marchant. Vous n'avez pas besoin d'être expert, mais d'**être actif(ve).**



⚠ **Un mot important : l'IA ne remplace pas les compétences humaines**

Les outils d'intelligence artificielle peuvent vraiment vous aider à démarrer : trouver un nom d'entreprise, générer un logo temporaire, rédiger vos premiers textes ou structurer vos idées.

Mais il est important de garder en tête que **l'IA ne remplace pas les compétences humaines.**

Créer une vraie **identité visuelle** professionnelle demande l'œil d'un graphiste.

Produire une **vidéo impactante** pour présenter votre activité, c'est le métier d'un vidéaste.

Bâtir une **stratégie de marque**, affiner un **ton rédactionnel**, créer **un site qui convertit...** tout cela relève de savoir-faire bien spécifiques.

💡 Les outils IA sont là pour **vous aider à vous lancer**, mais dès que votre projet prend forme et que vous avez davantage de clarté (et de moyens), **investir dans des compétences humaines peut faire une vraie différence.** C'est aussi une belle manière de contribuer, à votre échelle, au revenu d'autres indépendants, créatifs ou freelances — et de créer des collaborations enrichissantes, plus humaines.

FICHE PRATIQUE

ÉCRIRE UN BON PROMPT

POUR OBTENIR DES RÉPONSES VRAIMENT UTILES

Un **prompt**, c'est ce que vous écrivez à un outil comme ChatGPT pour lui demander de faire quelque chose. Mais tous les prompts ne se valent pas ! Voici une méthode simple en **5 étapes** pour obtenir des réponses pertinentes, ciblées et vraiment utiles, **même si vous débutez**.

1. 🎯 **Soyez précis sur ce que vous attendez**

✗ "Écris un texte"

✓ "Écris une introduction de 150 mots pour un article de blog sur les économies alimentaires"

Plus vous êtes **spécifique**, plus l'IA vous donne un résultat proche de ce que vous avez en tête.

2. **Donnez du contexte**

Expliquez **qui vous êtes**, à **qui vous vous adressez**, et dans **quel but**.

"Je suis salariée et je crée un ebook pour aider les gens à lancer un projet en ligne. Aide-moi à trouver un titre accrocheur et clair, adapté à un public de débutants pressés mais motivés."

3. 🖋️ **Ajoutez des consignes claires**

- Ton (ex. : amical, professionnel, inspirant)
- Longueur (nombre de mots ou de lignes)
- Format (liste, paragraphe, accroche + développement...)
- Ce que vous ne voulez pas (jargon, blabla, ton vendeur...)

"Rédige un texte de 80 mots, ton positif et motivant, sans jargon technique."

4. 😊 **Donnez un rôle à l'IA**

Attribuez un rôle à l'IA pour **orienter la posture, le style et le vocabulaire**.

"Tu es coach en gestion du temps. Donne-moi 3 conseils pour organiser une session de travail d'1h par jour sur un projet personnel."

Cela vous aidera à recevoir une réponse plus cohérente et structurée.

5. 🤝 Ouvrez la porte à l'échange

Encouragez l'IA à vous poser des questions si elle manque d'infos. Cela rend l'échange plus riche et les réponses plus justes.

"S'il te manque des infos pour répondre précisément, n'hésite pas à me poser des questions."

"Tu peux me poser jusqu'à 3 questions pour affiner ta réponse."

Exemple complet de prompt bien formulé

"Tu es un expert en rédaction web. Aide-moi à rédiger une fiche produit simple pour un mini-guide PDF vendu à 5 €. Il s'adresse à des salariés bilingues qui veulent enseigner une langue et créer un revenu complémentaire grâce à l'IA. Utilise un ton motivant, clair et sans jargon. Le texte doit faire 120 mots maximum. Si tu as besoin d'infos supplémentaires, pose-moi des questions."

Un mot important sur les résultats générés

L'IA peut être d'une grande aide pour structurer vos idées, générer du contenu, ou reformuler vos textes...

Mais attention : **les outils d'IA ne sont pas des moteurs de vérité.**

Quand une IA vous fournit :

- des **chiffres**,
- des **citations**,
- des **faits historiques**,
- des **lois** ou **statistiques** précises...

👉 **Ne les utilisez jamais sans les vérifier.**

Les IA ont parfois tendance à "combler les vides" en inventant des données quand elles ne trouvent pas d'informations fiables.

En résumé :

- Si une info vous semble essentielle : **vérifiez-la.**
- Si vous n'avez pas le temps de vérifier : **restez vague ou reformulez différemment.**

💡 *Ce n'est pas un défaut grave, mais une limite à connaître pour garder la main sur vos contenus.*

Modèles de prompts prêts à l'emploi

Thème : enseigner une langue et créer un revenu complémentaire avec l'aide de l'IA

Créer un contenu pédagogique simple

Tu es professeur de langue spécialisé dans la pédagogie active. Aide-moi à créer une fiche pratique de 400 mots pour aider des débutants à apprendre du vocabulaire en anglais autour du thème "faire ses courses". Le ton doit être clair, rassurant et motivant.

Décrire une offre de service de cours ou micro-prestation

Tu es coach en communication pédagogique. Aide-moi à rédiger une offre de service claire pour proposer des sessions de conversation en espagnol à des débutants français, en visio. Le ton doit être accueillant, professionnel et centré sur les bénéfices concrets.

Créer une fiche produit (PDF, mini-pack vocabulaire, audio, etc.)

Tu es copywriter spécialisé en produits pédagogiques. Écris une fiche produit courte (120 mots max) pour un pack PDF "30 phrases utiles en italien pour voyager", à vendre 5 €. Cible : adultes qui partent en vacances en Italie. Ton : simple, rassurant, efficace.

Post réseaux sociaux pour parler de son projet d'enseignement

Tu es community manager dans l'éducation. Donne-moi 3 idées de posts Instagram pour parler de mon projet de mini-leçons d'anglais pour débutants, destinées aux salariés qui n'ont que 10 minutes par jour. Format : phrase d'accroche + bénéfice concret + appel à l'action.

Trouver une idée de produit ou service autour de l'apprentissage des langues

Tu es formateur en ligne. Donne-moi 5 idées simples de produits ou services à proposer à des débutants qui veulent apprendre l'espagnol pour voyager ou converser. Je veux créer un revenu complémentaire en ligne et j'ai 1h par jour à y consacrer.

Créer une newsletter autour de l'apprentissage des langues

Tu es rédacteur spécialisé en newsletters pédagogiques. Rédige un email d'introduction pour une newsletter gratuite qui propose chaque semaine une astuce concrète pour apprendre le français langue étrangère (FLE) à petit pas. Ton : chaleureux, motivant, structuré.

Reformuler une bio ou un message de présentation

Reformule ce texte de présentation pour le rendre clair et accrocheur. Je suis salarié et je lance un projet à côté pour enseigner le français à des débutants, via des leçons simples et pratiques. Je veux montrer que c'est accessible à tous.

[Collez ici votre texte]

Page de vente pour une ressource à petit prix

Tu es copywriter. Aide-moi à rédiger une page de vente simple pour un PDF "40 phrases de base en anglais + audio à écouter", vendu 4,90 €. Cible : adultes qui veulent se remettre à l'anglais sans stress. Structure : titre, problème, solution, contenu, appel à l'action.

Article de blog optimisé SEO

Tu es rédacteur SEO. Écris un article de 1500 mots sur "Comment apprendre une langue étrangère quand on n'a pas le temps". Intègre les mots-clés : "apprendre l'anglais facilement", "progresser en espagnol débutant", "cours de langue en ligne". Ton amical, structuré, et motivant.

Script vidéo court pour enseigner ou promouvoir son projet

Tu es créateur de contenu éducatif. Propose-moi 5 idées de scripts vidéo (moins de 60 secondes) pour Instagram Reels autour du thème "1 astuce par jour pour apprendre l'anglais sans pression". Objectif : donner une vraie valeur et inciter à suivre le compte ou s'abonner à la newsletter.

Mini-stratégie marketing pour un projet autour des langues

Tu es consultant en marketing digital. Propose-moi une stratégie simple pour lancer un mini-produit autour de l'apprentissage de l'espagnol (ex : fiches pratiques + audio). Objectif : vendre 50 exemplaires du produit à 5 €, avec 20 € de budget pub, via Instagram, newsletter ou bouche-à-oreille.

5

**Créer son premier projet IA
en 1h par jour**

**Un plan concret, réaliste et
motivant**

Vous avez des idées, vous avez vu ce que l'IA peut vous apporter, et vous avez peut-être déjà testé quelques outils... Mais maintenant, une question se pose : **comment lancer un premier vrai projet, de façon simple, réaliste et motivante ?**

C'est ce qu'on va voir ensemble ici.

Même avec peu de temps, même si vous êtes salarié(e), **vous pouvez faire un pas concret chaque jour vers un projet qui vous ressemble.**

Le but n'est pas de tout faire, mais de commencer.

L'objectif de ce chapitre n'est pas de vous transformer en entrepreneur du jour au lendemain.

C'est de vous aider à :

- Choisir un projet qui vous motive,
- Le **découper en petites étapes actionnables**,
- Et avancer avec régularité, à votre rythme.

Étape 1 – Choisissez un projet simple et testable

Voici quelques exemples réalistes de premiers projets à lancer avec l'aide de l'IA :

- Créer un **mini-guide PDF** (3 à 10 pages) sur un sujet que vous connaissez ou explorez
- Lancer une **newsletter** pour documenter un apprentissage ou partager des ressources utiles
- Proposer une **micro-prestation** sur une plateforme (relecture, reformulation, aide à la rédaction...)
- Créer une **fiche à télécharger** (checklist, modèle, fiche pratique)
- Tester un **post LinkedIn ou Instagram** pour parler de votre démarche et voir les réactions

💡 Si vous hésitez encore, reprenez la fiche "Créer votre MVP" du chapitre 2 pour poser votre idée à plat.



Étape 2 – Planifiez votre projet sur 10 à 15 jours

Vous n'avez pas besoin d'un tableau Excel ou d'un outil de gestion de projet pour avancer.

Voici un **plan type** pour un projet de 10 à 15 jours, à raison de 30 à 60 minutes par jour :

 *Astuce : si vous sautez un jour, ce n'est pas grave. L'essentiel, c'est de continuer.*

Jour	Action concrète
J1	Choisir son idée + définir le public cible
J2	Lister ce que le projet doit contenir (idées, structure)
J3	Créer un plan avec l'aide de l'IA
J4-J6	Rédiger ou créer le contenu principal avec un outil IA
J7	Relecture + vérification des données
J8	Création d'un visuel ou mise en page simple
J9	Préparer une petite description (texte de présentation ou fiche produit)
J10	Préparer une publication ou un post pour en parler
J11- J12	Partager votre projet à 1 ou 2 personnes pour retour
J13	Corriger ou ajuster
J14	Mettre en ligne ou diffuser
J15	Faire un petit point sur ce qui a bien/mal fonctionné

Étape 3 - Utilisez l'IA pour chaque micro-étape (sans vous perdre)

L'IA n'est pas là pour faire tout à votre place, mais pour vous **aider à aller plus vite** :

Étape	Exemple d'aide IA
Trouver une idée	"Donne-moi 5 idées de mini-guides pour aider les salariés à gagner un revenu complémentaire avec 1h/jour."
Faire un plan	"Voici le sujet de mon guide. Propose-moi un plan simple en 3 à 5 parties."
Rédiger	"Tu es rédacteur. Aide-moi à écrire l'intro de mon guide sur la vente de services en freelance."
Reformuler	"Voici ma version. Aide-moi à la rendre plus claire, fluide et motivante."
Créer un visuel	Utilisez Canva pour créer une couverture, une fiche ou un visuel de post.
Préparer un post	"Tu es community manager. Crée un post LinkedIn pour annoncer que je lance mon premier guide téléchargeable."

Étape 4 - Ne cherchez pas à faire parfait

Votre premier projet **sera imparfait**. C'est normal. Et c'est tant mieux !

- Vous n'avez pas besoin d'un logo pro, d'un tunnel de vente ou d'un produit ultra-design.
- Vous avez juste besoin de **quelque chose de réel, que vous avez créé et partagé**. C'est ce qui va débloquer la suite.

Étape 5 - Faites un bilan (rapide) et recommencez

Une fois votre premier test terminé, posez-vous ces 3 questions :

- **Qu'est-ce que j'ai aimé faire dans ce projet ?**
- **Qu'est-ce que j'ai trouvé difficile ou lent ?**
- **Est-ce que j'ai envie de continuer ? d'améliorer ? d'en faire un autre ?**

Pas besoin de grands tableaux d'analyse. Juste un moment pour **reconnaître votre avancée**, et choisir si vous voulez poursuivre, ajuster... ou tester autre chose.

A retenir :

- Vous pouvez créer quelque chose de simple, utile et testable en 1h par jour.
- Ce n'est pas le résultat qui compte au début, c'est la **dynamique que vous enclenchez**.
- L'IA est là pour vous **soutenir**, pas vous remplacer : elle vous permet de **gagner du temps, clarifier vos idées et oser vous lancer**.





6

**Et après ? Construire sur la durée
et rester motivé(e)**

Petits pas, grande dynamique

Si vous avez lu jusqu'ici, c'est probablement que vous avez une envie forte en vous.

Pas forcément celle de tout quitter pour entreprendre, non. Mais peut-être **celle de retrouver un peu plus de liberté, d'utilité, ou d'élan personnel** à travers un projet qui vous ressemble.

Et ça, c'est déjà énorme.

Votre premier pas est le bon.

Créer un petit projet à côté de son emploi, c'est plus qu'un simple "revenu complémentaire".

C'est une manière de :

- reprendre confiance en vos capacités,
- tester des idées sans pression,
- apprendre à votre rythme,
- sortir du mode automatique métro-boulot-dodo.

Ce n'est pas une solution miracle, mais c'est souvent **le début de quelque chose de nouveau.**

Ne vous arrêtez pas là (même si c'était imparfait).

Votre premier guide, votre première newsletter, votre premier post ou service proposé ne sera probablement **ni parfait, ni viral, ni rentable.**

Et c'est très bien ainsi.

Ce qui compte, ce n'est pas ce projet en lui-même.
C'est **la dynamique que vous avez enclenchée.**

"Un projet imparfait lancé aujourd'hui vaut mieux qu'une idée parfaite jamais concrétisée."

Ce qui fait la différence : **la régularité.**

Créer un revenu complémentaire, même petit, demande :

- du temps,
- de l'énergie,
- des ajustements.

Mais surtout, cela demande de **tenir dans la durée**, même avec des petits pas.

1h par jour ou 3h par semaine suffisent pour :

- tester une nouvelle idée,
- améliorer un contenu,
- apprendre à mieux utiliser un outil,
- publier quelque chose de nouveau.

 *La constance l'emporte toujours sur l'intensité temporaire.*

Et l'IA dans tout ça ?

L'IA ne fera jamais le travail à votre place.

Mais elle peut continuer à vous accompagner, **comme un copilote**, pour :

- gagner du temps,
- surmonter la peur de la page blanche,
- structurer vos idées,
- explorer de nouvelles pistes sans vous épuiser.

Vous pourrez aussi l'utiliser pour améliorer progressivement vos projets : rendre vos textes plus fluides, tester de nouveaux formats, créer un mini-site, traduire un guide, diversifier vos contenus...

Quelques idées pour continuer

Après ce premier projet, vous pourriez :

- Créer une **nouvelle version améliorée** (v2) de ce que vous avez lancé.
- Tester un **autre format** (podcast, vidéo, newsletter, mini-atelier...).
- Ajouter une **option gratuite** pour construire une audience (checklist, extrait...).
- Lancer un **deuxième petit produit** ou service en parallèle.

Vous pouvez aussi décider de **mettre en pause, observer, réfléchir**.

Il n'y a pas de "bonne" suite, il y a juste **votre rythme**.

Et surtout... restez bienveillant(e) avec vous-même.

Vous venez de parcourir un guide qui vous pousse à créer, tester, vous réinventer...

Ce n'est pas rien.

Prenez un instant pour vous dire bravo. 🎉

Même si vous avez juste pris des notes, même si vous n'avez encore rien lancé : **vous avez ouvert une porte.**

Et personne ne pourra refermer cette porte sans votre accord.

Pistes pour aller plus loin

Maintenant que vous avez posé une première pierre à votre édifice, voici quelques pistes pour continuer à faire évoluer votre projet ou approfondir vos compétences :

📅 1. Créer une routine d'apprentissage

- Suivre 1 newsletter ou podcast par semaine sur l'IA ou l'entrepreneuriat simple
- Se fixer un "temps d'exploration" chaque mois pour tester un nouvel outil

🧠 2. Approfondir un format

- Transformer votre guide en **atelier en ligne** ou **série d'emails**
- Faire évoluer une fiche en **pack de ressources** ou en **mini-produit payant**
- Passer d'un post écrit à **une courte vidéo ou un audio** explicatif

🔄 3. Capitaliser sur ce que vous avez créé

- Réutiliser votre contenu sous d'autres formes (newsletter, article, post, carrousel...)
- Ajouter un **appel à l'action clair** pour recueillir des retours ou inscriptions
- Mettre en place un **petit tunnel de vente simplifié** si vous le souhaitez

👏 4. Rejoindre une communauté ou créer la vôtre

- Partager vos avancées dans un groupe d'entraide (LinkedIn, Discord, Slack...)
- Créer une newsletter ou un canal privé pour documenter votre parcours
- Trouver 1 ou 2 personnes autour de vous pour vous motiver mutuellement

CONCLUSION

Vous n'avez pas besoin de tout savoir. Juste d'oser commencer.

Si vous êtes arrivé(e) jusqu'ici, c'est que quelque chose résonne en vous.

Peut-être l'envie de faire autrement.

Peut-être le besoin de retrouver un peu d'espace à vous, dans un quotidien souvent trop rempli.

Ou simplement l'intuition que **vous avez le droit d'essayer**, même à petite échelle.

Vous n'avez pas besoin d'être un expert.

Vous n'avez pas besoin d'avoir tout compris à l'IA, au marketing, ou aux stratégies de lancement.

Vous avez juste besoin de **faire un premier pas**. Et ce premier pas, vous l'avez déjà fait en lisant cet ebook.

 *Vous n'êtes pas en retard. Vous êtes exactement là où vous devez être.*

Ce que j'espère que vous retenez de ce guide

- Que **vous avez plus de ressources que vous ne le pensez**.
- Que l'IA peut vous faire gagner un temps précieux, mais ne remplacera jamais votre sensibilité, vos idées, votre curiosité.
- Qu'un projet, aussi petit soit-il, peut vous redonner de l'élan, de la confiance, et un début d'autonomie.
- Et surtout... que **vous avez le droit de tester, d'explorer, de vous tromper, et de recommencer**.

Et maintenant ?

Fermez ce guide.

Ouvrez un carnet, un document, ou votre application préférée.

Et écrivez une seule chose :

“Mon prochain petit pas, ce sera...”

Peu importe ce que vous noterez. L'essentiel, c'est que ce soit à vous.

Et que ce soit le début de quelque chose.

Merci pour votre lecture,

et bravo d'avoir pris ce temps pour vous.

À propos

Je m'appelle Claire, je suis salariée à temps plein, et comme beaucoup, j'ai longtemps cru que je n'avais "pas le temps", "pas les compétences" ou "pas les moyens" de créer quoi que ce soit en dehors de mon travail.

Et pourtant, pas à pas, j'ai commencé à construire quelque chose à côté.


Pas un empire. Juste un projet qui me ressemble.


Un espace de liberté, de créativité... et parfois même, de revenus complémentaires.

Ce guide n'est pas écrit par une experte en IA ou en business.

C'est un partage sincère, fondé sur mon propre cheminement, mes essais, mes tâtonnements — et sur l'envie de vous montrer que c'est possible, même en partant de zéro, même sans se brûler les ailes.

Je développe aujourd'hui le projet **Juste Monnaie**, autour de la gestion budgétaire, des économies et des moyens simples de reprendre le contrôle de ses finances... tout en respectant son rythme.

 Vous pouvez me retrouver ici :

 justemonnaie.fr

 <https://fr.pinterest.com/JusteMonnaie/>

Une question ? Un retour sur ce guide ?

Vous pouvez m'écrire à : **bonjour@justemonnaie.fr**

Merci d'avoir pris le temps de lire ce guide.

© Juste Monnaie

Tous droits réservés. Ce document est protégé par le droit d'auteur.

Il est destiné à un usage personnel exclusivement.

Toute reproduction, distribution ou diffusion sans autorisation est interdite.

JusteMonnaie