

SYNTHÈSE DIRIGEANT · ÉDITION JUILLET 2026

Maîtrisez *Claude* d'Anthropic

L'essentiel du guide de référence francophone, en 10 pages : les bons modèles, les prompts qui livrent, Cowork, les connecteurs, la conformité RGPD — et votre première semaine, jour par jour.

Le guide complet (21 modules) : guide-claude.netlify.app

Jean-Christophe Leroy — Formateur IA certifié Anthropic
IA IA IA — Boostez-vous avec l'IA ! × Executive Partners Group

Les trois modes de Claude

La question n'est pas « lequel est le meilleur » mais « lequel pour quelle situation ». Choisissez selon le livrable et le niveau d'autonomie attendu.

Votre besoin	Mode	Pourquoi
Réfléchir, analyser, rédiger, obtenir un avis	 Chat	Conversation rapide, aucun fichier à produire. Le réflexe par défaut.
Produire un livrable à partir de vos fichiers (Excel, PPT, doc)	 Cowork	Claude accède à vos fichiers et exécute la tâche de bout en bout.
Enchaîner plusieurs apps / automatiser une tâche récurrente	 Cowork	Orchestration multi-outils + tâches planifiées.
Construire un outil sur mesure (app, script, intégration)	 Code	Réservé à vos équipes techniques.
Piloter une tâche à distance	 Dispatch	Depuis le mobile, pendant que le Mac travaille.

Le bon réflexe. Commencez en Chat. Dès que vous vous surprenez à copier-coller un résultat dans un fichier, passez en Cowork : c'est le signe qu'un livrable doit être produit.

Exemple — préparation d'un Board. Chat : « Analyse cette note, identifie les 5 risques principaux. » · Cowork : « Prends les données Q1, crée un dashboard Excel et un PPT 10 slides. » · Code : « Déploie un tableau de bord web connecté à notre API. »

Quel modèle choisir — juillet 2026

Le « modèle », c'est le cerveau que vous sélectionnez en haut de la conversation. Règle simple : **Sonnet 5 par défaut, Fable 5 quand c'est long, complexe ou stratégique.**

Modèle	Mémoire	Pour quoi faire
Fable 5 ♦	1M tokens	Le plus puissant (classe Mythos). Dossiers épais, missions longues, analyses stratégiques.
Opus 4.8	1M tokens	Raisonnement complexe ; relais de Fable 5 sur certains sujets sensibles.
Sonnet 5	1M tokens	Le quotidien. Modèle par défaut depuis le 30 juin 2026 — proche d'Opus 4.8 pour 2 à 3× moins cher.
Haiku 4.5	200K	Les petites tâches en volume, où la vitesse prime.

Sonnet 5, le nouveau réflexe économique. Performances proches d'Opus 4.8 pour un coût nettement moindre (2 \$/10 \$ par million de tokens jusqu'au 31 août 2026, puis 3 \$/15 \$). Précision utile : il n'économise pas des *tokens* mais des *coûts* — prix au token plus bas, cache de prompts (–90 % sur les contextes répétés), traitement par lots (–50 %).

1M tokens, concrètement ? ≈ 750 000 mots ≈ 10 romans. Claude peut tenir l'intégralité d'un dossier de due diligence en tête, en une seule conversation.

L'anatomie d'un bon prompt

Un prompt n'est pas une question, c'est un **brief** — celui que vous donneriez à un consultant senior. Quatre briques suffisent.

① Rôle

« Agis comme un DAF... » — cadre le vocabulaire et le niveau d'exigence.

② Contexte

Données, public, enjeu, ce qui a été tenté. Claude ne lit pas dans vos pensées.

③ Tâche

Un verbe d'action précis. « 5 risques classés par impact » bat « parle-moi des risques ».

④ Format

Tableau, e-mail prêt à envoyer, 200 mots, 3 puces. Décrivez la sortie attendue.

Le prompt complet, prêt à copier

Agis comme mon directeur de cabinet. Ce rapport est destiné à mon COMEX.
Tâche : résume en 5 puces les décisions à prendre, puis liste 3 risques avec leur impact financier estimé. Format : 200 mots maximum.
Garde-fou : si une donnée chiffrée manque, écris [à confirmer] — n'invente rien.

Si la réponse déçoit, c'est presque toujours le Contexte ou le Format qui manquait. Ajoutez-les, puis itérez : « rends-le plus concis, ajoute un chiffre clé ». Le 2^e jet est souvent le bon.

Les 3 réflexes qui font 80 % de la différence :

- **Faites-vous interroger** — « Pose-moi les questions qui te manquent avant de commencer. »
- **Fixez des garde-fous** — « Si une donnée manque, écris [à vérifier] plutôt que d'inventer. »
- **Persistez le contexte** — vos règles récurrentes vont dans les Préférences ou un Projet, pas dans chaque chat.

5 prompts COMEX prêts à l'emploi

Adaptez les crochets [...] à votre situation. Chacun a fait ses preuves en mission.

Trancher une décision

Joue l'avocat du diable sur cette décision : [décision]. Où sont mes angles morts ? Termine par les 2 conditions qui devraient me faire renoncer.

Préparer un COMEX en un prompt

Agis comme mon directeur de cabinet. À partir du fichier [ventes-Q1.xlsx], prépare une note de 1 page pour mon COMEX : 3 chiffres clés, 2 alertes, 1 recommandation. Pose-moi tes questions si une hypothèse te manque ; signale toute donnée absente par [à confirmer].

Anticiper l'échec (pre-mortem)

Notre projet [décrire] sera lancé dans [délai]. Suppose qu'il a échoué : liste les 8 causes les plus probables et un correctif préventif pour chacune.

Comparer deux options

Compare [option A] et [option B] dans un tableau : coût, risque, délai, réversibilité. Donne une recommandation pondérée et les hypothèses qui l'invalideraient.

Se préparer aux questions difficiles

Prépare-moi 5 questions difficiles que mon Board pourrait poser sur [sujet], avec pour chacune une réponse en 3 phrases et le chiffre qui la crédibilise.

Configurer Cowork en 15 minutes

Vous ne fabriquez rien : vous briefez Claude comme un nouveau directeur de cabinet, il met tout en place lui-même. Aucun fichier à écrire, aucun terme technique.

- 1 **Installez l'application** Claude sur votre ordinateur (claude.ai/download) — Cowork ne fonctionne pas dans un navigateur.
- 2 **Activez un abonnement payant** (Pro, ≈ 20 \$/mois) — la formule gratuite n'inclut pas Cowork.
- 3 **Créez un dossier « Claude »** sur votre Bureau — le seul geste manuel de toute la configuration.
- 4 **Ouvrez ce dossier dans l'app** — Claude a accès à cet espace, et à lui seul.
- 5 **Collez ce message** et répondez en langage courant :

Tu vas devenir mon collègue dans Cowork. Avant de produire quoi que ce soit, pose-moi une question à la fois pour bien me connaître : qui je suis, mon rôle, mon entreprise, mes clients, ma façon d'écrire, et les tournures « trop IA » que je veux éviter. Quand tu as assez d'informations, crée dans ce dossier une fiche « mon profil » qui te servira de mémoire, puis confirme-moi qu'elle est enregistrée.

- 6 **C'est terminé.** Ouvrez désormais chaque mission par « Relis mon profil, puis... » : vos livrables sortent à votre voix, pas à celle d'une IA générique.

L'erreur classique du dirigeant pressé : sauter l'étape du profil. Cinq minutes de briefing initial valent des heures de corrections ensuite.

Connecteurs : Claude lit vos apps

Sans connecteurs, Claude est un consultant brillant enfermé en salle de réunion. Avec, vous lui donnez un **badge d'accès** à vos outils — en 3 clics : Paramètres → Connecteurs → Connecter (l'autorisation se donne chez l'éditeur ; Claude ne voit jamais vos mots de passe).

Direction	Connecteurs	Demande type
Direction générale	Gmail/Outlook, Agenda, Drive	« Prépare ma journée de demain : qui je vois, où on en est, le point à faire avancer. »
Commercial	HubSpot/Salesforce, Apollo	« Quels deals stagnent depuis 30 jours ? »
Opérations	Notion, Asana, Jira, Monday	« Projet X : tâches en retard, blocages, prochaine échéance. »
Com & finance	Slack, Canva, Stripe	« Quel est le CA encaissé ce mois-ci ? »

Les 3 règles de prudence du dirigeant. ① Ne branchez que les outils dont vous avez besoin — chaque connecteur est une porte d'accès. ② Privilégiez les connecteurs officiels du catalogue ; un connecteur tiers inconnu = même réflexe qu'une pièce jointe douteuse. ③ Pour les données sensibles, alignez le connecteur avec votre forfait (Team/Enterprise).

Le mot technique à connaître : MCP (Model Context Protocol) — l'« USB-C de l'IA », standard ouvert créé par Anthropic et adopté par toute l'industrie. Le catalogue grandit chaque semaine ; vos équipes peuvent fabriquer une prise pour un outil maison.

Forfaits, RGPD & données clients

« Vous utilisez l'IA pour traiter nos données ? » — votre réponse doit être précise, documentée, rassurante. Le choix du forfait est une décision de conformité, pas de fonctionnalités.

● **Action immédiate (plans Free/Pro/Max).** Paramètres → Confidentialité → désactivez « Aidez à améliorer Claude ». Sinon : vos conversations servent à l'entraînement, avec une rétention de 5 ans (30 jours une fois désactivé).

Profil	Recommandation	Pourquoi
Consultant indépendant, données sensibles	Pro + entraînement off + Incognito	Acceptable en analyse non nominative. Insuffisant pour des données personnelles clients (pas de DPA).
Cabinet / équipe, données clients régulières	Team (30 \$/u/mois)	Aucun entraînement (contractuel), DPA art. 28 RGPD, contrôles admin.
Grande entreprise, secteur régulé	Enterprise ou API via Bedrock/Vertex	DPA custom, audit logs, SAML, résidence des données configurable.

La phrase à servir à vos clients (plan Team) : « Nous utilisons Claude d'Anthropic comme outil d'aide à l'analyse. Vos données ne sont jamais utilisées pour entraîner l'IA — c'est contractuel (DPA conforme RGPD) — et nous anonymisons les informations nominatives avant traitement. »

À ne jamais faire : coller des données personnelles clients dans le plan Free · partager des documents confidentiels sans avoir désactivé l'entraînement · laisser une IA prendre des décisions RH/crédit sans supervision humaine.

Les 10 fuites de données à neutraliser

Aucune ne nécessite un hacker : elles commencent toutes par « ça devrait aller ». Le risque n'est pas l'IA — c'est l'humain qui lui confie les clés du château.

#	Angle mort	Le réflexe
1	Capture d'écran	Masquer les données sensibles à l'écran, tracer les exports.
2	Copier-coller	Définir noir sur blanc ce qui ne doit jamais finir dans une IA.
3	Connecteur / plugin tiers	Inventorier, n'installer que des sources vérifiées, au strict nécessaire.
4	Historique oublié	Suppression automatique des conversations sensibles.
5	Email automatique	Validation humaine obligatoire pour tout envoi externe sensible.
6	Outil de réunion	Définir quelles réunions peuvent réellement être enregistrées.
7	Agent trop permissif	Limiter les accès périmètre par périmètre.
8	Prompt partagé	Modèles de prompts déjà nettoyés de toute donnée réelle.
9	Base documentaire mal réglée	Tester les droits d'accès réels, pas seulement théoriques.
10	Entraînement par erreur	Vérifier Paramètres → Confidentialité avant tout déploiement.

Le minimum vital en entreprise — 3 garde-fous couvrent 80 % du risque : une liste écrite de ce qui n'entre jamais dans une IA · la validation humaine de toute action externe · un audit trimestriel des connecteurs et droits d'accès.

Votre première semaine avec Claude

Un geste par jour suffit — chaque étape s'appuie sur la précédente.

- J1** **Installez l'application Desktop** et désactivez « Aidez à améliorer Claude » (Paramètres → Confidentialité).
- J2** **Remplissez vos Préférences** : qui vous êtes, votre ton, vos exigences. 10 minutes qui améliorent chaque réponse à vie.
- J3** **Rejouez le brief en 4 briques** (rôle, contexte, tâche, format) sur une vraie tâche du jour.
- J4** **Configurez Cowork** avec le prompt-profil de la page 6, et déléguez votre premier livrable.
- J5** **Branchez votre premier connecteur** (agenda ou mail) et demandez votre brief du lendemain.
- J6** **Automatisez une récurrence** avec /schedule : briefing du matin ou rapport du lundi.
- J7** **Mesurez.** Critère de réussite : 2 heures récupérées cette semaine. Identifiez la prochaine tâche à déléguer.

Et pour votre organisation ?

Diagnostic maturité IA — **30 minutes, offert** : vous repartez avec vos 3 premiers cas d'usage, adaptés à votre métier et à vos contraintes de conformité.



calendly.com/jean-christophe-leroy-executivepartners



linkedin.com/in/jeanchristopheleroy ·  guide-claude.netlify.app