

De deux jours à dix minutes : comment l'IA me fait gagner du temps

[xx](#)Pendant longtemps, écrire un texte représentait pour moi un énorme défi. En raison de ma paralysie cérébrale, je ne peux pas utiliser tous mes doigts sur un clavier comme la plupart des gens. J'écris principalement avec deux doigts, ce qui demande beaucoup de temps, d'efforts et d'énergie.

Avant l'arrivée de l'intelligence artificielle, il pouvait me falloir de deux à trois jours pour rédiger quelques paragraphes. Chaque phrase demandait de la concentration et de la patience. Même écrire un simple article de blogue, par exemple, pouvait représenter plusieurs heures de travail.

Aujourd'hui, l'intelligence artificielle a changé ma façon de travailler. Je peux lui expliquer mes idées en quelques phrases, puis elle m'aide à les transformer en un texte clair, structuré et agréable à lire. Bien sûr, je prends toujours le temps de relire et de corriger le texte avant de le publier. L'intelligence artificielle ne remplace pas mes idées; elle m'aide simplement à les exprimer plus facilement.

Pour une personne en situation de handicap comme moi, c'est un gain de temps incroyable. Ce qui me prenait autrefois plusieurs heures, voire plusieurs jours, peut maintenant être réalisé en cinq à dix minutes. Cela me permet de consacrer plus de temps à mes projets, à mes passions et à la création de contenu.

Je comprends que certaines personnes soient encore hésitantes face à cette nouvelle technologie. Cependant, je crois qu'il faut apprendre à l'utiliser intelligemment. L'intelligence artificielle est un outil parmi tant d'autres dans notre coffre à outils. Elle peut aider à l'écriture, à la recherche

d'informations, à l'organisation des idées et à la communication.

Pour moi, l'intelligence artificielle est un peu comme avoir un assistant à mes côtés. Elle m'aide à surmonter certaines limitations physiques et me permet de partager plus facilement mon vécu, mes expériences et mes projets avec les autres.

C'est pourquoi je considère l'intelligence artificielle non pas comme un remplacement de l'humain, mais comme une aide précieuse qui favorise l'autonomie et l'inclusion des personnes en situation de handicap.

[gsprojects id=7]