

RESSOURCE GRATUITE

# OpenClaw Quickstart

Cette ressource courte rassemble les contenus utiles du dossier dans un format clair, imprimable et immédiatement exploitable.

## Format

PDF A4 imprimable

## Contenu

2 fichier(s) consolide(s)

## Usage

Lire, appliquer, personnaliser

## Livrable

Guide complet + bonus

Document client neutre et pret a vendre

## Introduction

---

Cette ressource courte rassemble les contenus utiles du dossier dans un format clair, imprimable et immédiatement exploitable.

Le contenu a été reorganisé pour éviter les doublons, séparer les modes d'emploi des bonus et rendre les prompts, checklists, workflows et scripts directement utilisables.

## Table des matières

---

1. Comment utiliser cette ressource
2. Contenu principal
3. Bibliothèque de prompts
4. Prochaine action
5. Conclusion

## Comment utiliser cette ressource

---

1. Commencez par le guide principal pour comprendre le contexte et le résultat attendu.
2. Utilisez le workbook, les checklists ou les workflows comme espace de travail.
3. Copiez les prompts dans votre outil d'IA, remplacez les variables entre crochets et demandez une première version.
4. Améliorez la réponse avec les conseils d'utilisation et sauvegardez les meilleures versions.
5. Terminez par la prochaine action proposée à la fin du document.

# Contenu principal

## Guide pratique

Source integree : guide.html

## Application rapide

Cette ressource gratuite donne une première méthode exploitable. Choisis une action simple, teste le prompt ou la checklist, puis sauvegarde ce qui fonctionne.

## Exemple concret

Situation	Action	Résultat
Besoin flou	Ajouter contexte et format	Réponse plus utile
Réponse générique	Demander exemple et checklist	Livrable exploitable

## Prochaine action

### Checklist de validation

- Ouvrir le fichier principal
- Tester un exemple
- Adapter au contexte
- Sauvegarder le résultat

# Bibliothèque de prompts

## Prompts prêts à copier depuis prompts.txt

PLANNING QUOTIDIEN

PROMPTS.TXT

### Planning quotidien - Prompt 1 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour planning quotidien.

#### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à diagnostiquer Planning quotidien. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

PLANNING QUOTIDIEN

PROMPTS.TXT

### Planning quotidien - Prompt 2 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour planning quotidien.

#### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à structurer Planning quotidien. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

IDÉES

PROMPTS.TXT

## Idées - Prompt 1 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour idées.

### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à produire Idées. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

IDÉES

PROMPTS.TXT

## Idées - Prompt 2 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour idées.

### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à améliorer Idées. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

OBJECTIFS

PROMPTS.TXT

## Objectifs - Prompt 1 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour objectifs.

### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à comparer Objectifs. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

OBJECTIFS

PROMPTS.TXT

## Objectifs - Prompt 2 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour objectifs.

### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à prioriser Objectifs. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

ROUTINE HEBDOMADAIRE

PROMPTS.TXT

## Routine hebdomadaire - Prompt 1 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour routine hebdomadaire.

### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à adapter Routine hebdomadaire. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

ROUTINE HEBDOMADAIRE

PROMPTS.TXT

## Routine hebdomadaire - Prompt 2 Cas d'usage : Produire un résultat concret pour routine hebdomadaire.

### Prompt complet

Agis comme un spécialiste de [domaine]. Mon contexte : [ton contexte]. Mon audience : [ton audience]. Mon objectif : [ton objectif]. Aide-moi à transformer Routine hebdomadaire. Format de sortie attendu : méthode étape par étape, exemple concret, livrable prêt à copier, erreurs fréquentes, checklist de validation et prochaine action. Contraintes : rester clair, réaliste, exploitable et adapté à [ton niveau].

Conseil d'utilisation : Remplace toutes les variables entre crochets par ton cas réel. Demande ensuite une version plus courte, plus concrète ou plus adaptée à ton canal si nécessaire.

**Variante avancée.** Demande une version comparative avec trois options, avantages, limites, niveau d'effort, risque principal et recommandation finale adaptée à [ton contexte].

## Prochaine action

---

Choisissez un cas reel a traiter aujourd'hui, ouvrez le prompt ou la checklist la plus proche de votre besoin, puis produisez une premiere version exploitable en moins de 30 minutes.

Etape	Action	Preuve de progression
1	Choisir le cas d'usage prioritaire.	Un objectif ecrit en une phrase.
2	Appliquer un prompt, workflow ou exercice.	Un premier livrable genere.
3	Relire, corriger, personnaliser.	Une version prete a utiliser.

## Conclusion

---

Ce document sert de point d'entree principal. Les fichiers TXT et CSV restent fournis dans le dossier comme bonus copiables, mais la version consolidee ci-dessus est celle a lire en premier.

Source imprimable : final-product.html