



# Le Double Numérique

*Votre avatar vidéo parle pour vous,  
dans toutes les langues.*

10 recettes pour créer des vidéos professionnelles  
avec votre double numérique : former, annoncer,  
vendre, traduire, sans caméra ni studio.

**Gratuit pour la communauté SYSTINFO**





BON À SAVOIR

# Qu'est-ce qu'un « double numérique » ?

Un avatar vidéo IA, c'est votre image et votre voix recréées par l'intelligence artificielle. Vous écrivez un texte ; votre double le présente face caméra, sans tournage ni matériel.

- **15 secondes suffisent**

Avec le nouveau modèle Avatar V de HeyGen, un simple enregistrement webcam de 15 secondes crée votre avatar : apparence, voix et gestes.

- **Votre consentement d'abord**

L'enregistrement inclut une déclaration de consentement filmée : personne ne peut créer votre double à votre place.

- **Du texte à la vidéo**

Écrivez ou collez votre script : la vidéo est prête en quelques minutes, sous-titres, décor et musique compris.

Où ? Sur [heygen.com](https://heygen.com) (offre gratuite pour essayer). Alternatives : [Synthesia](#), [D-ID](#).



LA MÉTHODE

# Un enregistrement, mille vidéos.

Votre visage et votre voix, enregistrés une seule fois, deviennent un présentateur disponible jour et nuit. Ces 10 recettes couvrent l'essentiel : donnez le script, votre double fait le reste.

## 01 **Former vos équipes**

· 2 recettes

## 02 **Communiquer**

· 2 recettes

## 03 **Vendre**

· 2 recettes

## 04 **Parler toutes les langues**

· 2 recettes

## 05 **Aller plus loin**

· 2 recettes



# La Capsule de Formation

## PROMPT À COPIER

Crée une vidéo de formation de 2 minutes présentée par mon avatar. Sujet : [les bons réflexes de sécurité informatique au bureau]. Structure : une accroche, 3 conseils illustrés à l'écran, un résumé final. Ton : professionnel et chaleureux. Ajoute des sous-titres.

## Ce que vous obtenez

Une capsule de formation prête à diffuser, sans caméra ni monteur, et modifiable en 2 minutes quand la procédure change : on corrige le texte, la vidéo se régénère.



# L'Accueil du Nouveau Collègue

## PROMPT À COPIER

Crée une vidéo de bienvenue pour un nouvel employé, présentée par mon avatar. Contenu : un mot de bienvenue, la présentation de l'entreprise [nom, mission], les 3 outils à installer le premier jour, et la personne à contacter en cas de question.

## Ce que vous obtenez

Un accueil chaleureux et identique pour chaque recrue, disponible le jour J même quand le responsable est en déplacement.



# Le Message de Direction

## PROMPT À COPIER

Écris puis fais présenter par mon avatar un message vidéo de 60 secondes annonçant [notre nouveau service] à nos clients. Ton : confiant et accessible. Termine par un appel à l'action clair : [découvrir la nouveauté sur notre site].

## Ce que vous obtenez

Une annonce incarnée par un visage plutôt qu'un e-mail impersonnel : le message porte mieux, et vous ne bloquez pas une matinée de tournage.



# L'Invitation Événement

## PROMPT À COPIER

Crée une vidéo d'invitation de 45 secondes pour [notre atelier IA du 20 juillet]. Mon avatar rappelle la date, le lieu, les 3 choses que les participants vont apprendre, et comment s'inscrire. Ambiance : enthousiaste. Format vertical 9:16 pour les réseaux.

## Ce que vous obtenez

Une invitation vidéo au bon format pour WhatsApp, les stories et LinkedIn, produite en quelques minutes et réutilisable à chaque édition.



# La Vidéo Produit

## PROMPT À COPIER

Transforme ce descriptif [coller le texte de votre offre] en vidéo de démonstration de 90 secondes : le problème du client, la solution, 3 bénéfices concrets, un appel à l'action. Mon avatar présente, avec mes captures d'écran en illustration.

## Ce que vous obtenez

Une vidéo de vente structurée comme le font les professionnels du marketing, sans agence ni studio, à partir d'un simple texte.



# La Prospection Personnalisée

## PROMPT À COPIER

Crée un modèle de vidéo de prospection de 45 secondes : mon avatar salue le prospect par son prénom [variable], mentionne son entreprise [variable] et son enjeu [variable], puis propose un rendez-vous de 15 minutes.

## Ce que vous obtenez

Des dizaines de vidéos personnalisées générées depuis un seul modèle : chaque prospect reçoit un message qui lui est vraiment adressé.



# Le Doublage Instantané

## PROMPT À COPIER

Traduis cette vidéo [importer votre fichier] en anglais, en arabe et en espagnol. Conserve ma voix d'origine et synchronise le mouvement de mes lèvres avec chaque langue.

## Ce que vous obtenez

Votre message dans plus de 170 langues, avec votre propre voix et des lèvres synchronisées : vos contenus franchissent les frontières sans interprète.



# La Version Locale

## PROMPT À COPIER

À partir de ce script [coller le texte], génère 3 versions de la même vidéo : une pour [le Burkina Faso], une pour [la France], une pour [le Canada]. Adaptez les exemples, les références et la formule d'appel à l'action à chaque public.

## Ce que vous obtenez

Le même message, décliné finement pour chaque marché : vos audiences se reconnaissent, votre production reste unique.



# Le Journal Hebdomadaire

## PROMPT À COPIER

Chaque semaine, transforme mes notes [coller vos actualités] en un journal vidéo de 3 minutes présenté par mon avatar : un sommaire, une rubrique par actualité avec titre à l'écran, une conclusion qui annonce la semaine suivante.

## Ce que vous obtenez

Un rendez-vous vidéo régulier pour votre communauté ou votre équipe, tenu sans effort : seul le texte change, le plateau est déjà prêt.



# L'Idée Devient Film

## PROMPT À COPIER

[Dans Video Agent] Voici mon idée : [une vidéo qui explique pourquoi les PME devraient adopter l'IA].  
Propose-moi d'abord le plan complet (scènes, visuels, texte de chaque séquence). J'ajusterai chaque scène avant que tu ne génères la vidéo.

## Ce que vous obtenez

Video Agent 2.0 montre son plan avant de produire : vous validez chaque scène comme un réalisateur, puis l'outil tourne, monte et habille le film entier.



MERCI · À VOUS DE JOUER



# Une phrase, un grand merci.

Ces fiches vous sont offertes, sans publicité. Notre seule récompense est votre reconnaissance.

## Offrez-nous 30 secondes

Prenez un instant pour nous dire merci sur l'un de nos réseaux.  
Un mot public, même court, nous encourage à continuer de vous accompagner, conseil après conseil.

**Scannez pour nous rejoindre et nous remercier**



**WhatsApp**



**Mattermost**



**LinkedIn**



**Facebook**