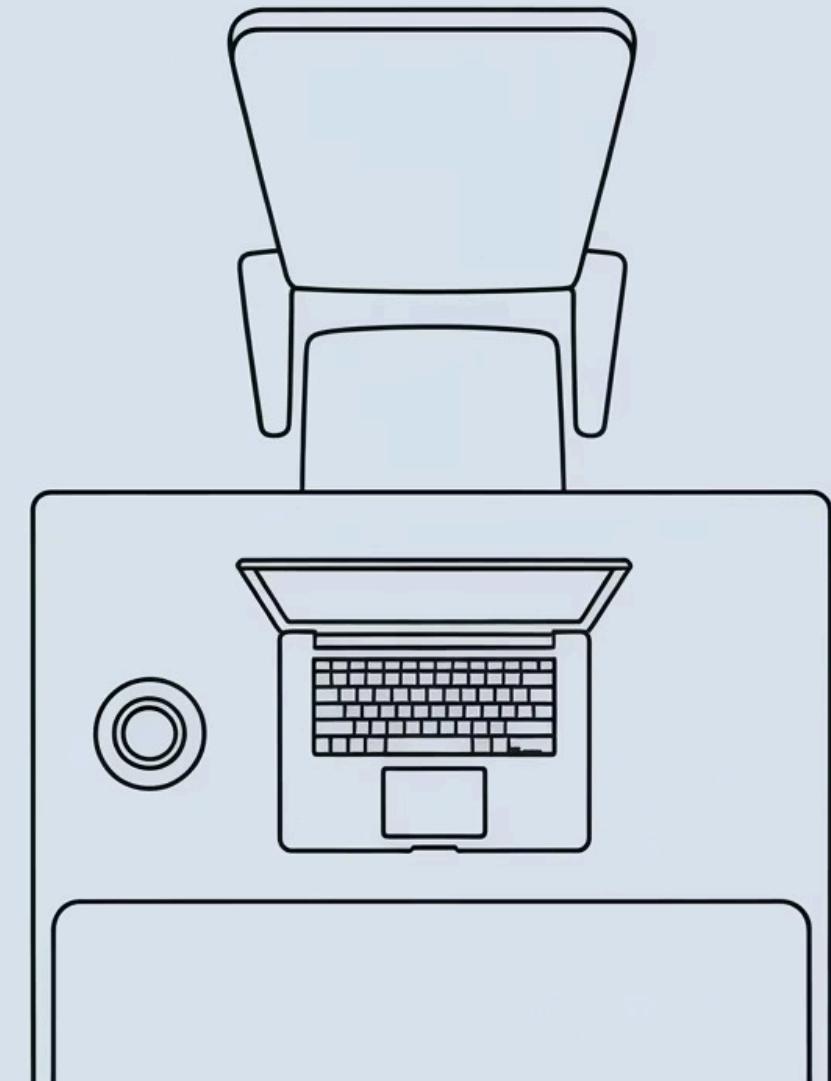


Notion : votre deuxième cerveau

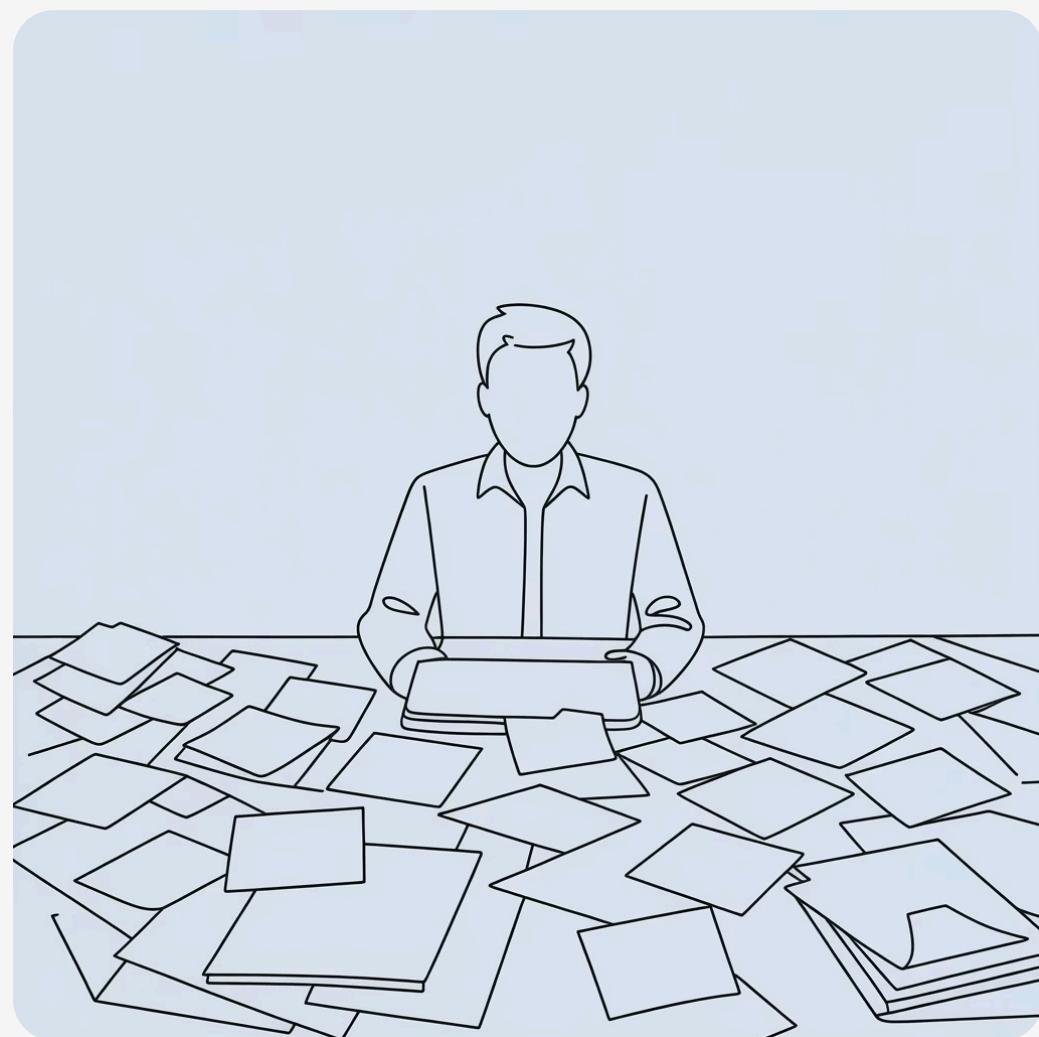
Une formation présentée par **Cédric Lang-Roth**

Campus Sandwich · 90 minutes pour transformer votre façon de travailler

De la page blanche intimidante à un système centralisé qui libère votre esprit



Vous vous reconnaissiez ?



Le quotidien du communicant et du journaliste

Votre journée commence par une question : *"Où ai-je sauvegardé cette information ?"*

- Plus de 10 outils différents pour organiser votre travail
- Informations critiques éparpillées entre Google Drive, Trello, notes papier, emails et messages WhatsApp
- Des heures perdues chaque semaine à rechercher des documents
- La paralysie de la page blanche qui bloque votre créativité

Cette fragmentation mentale épouse votre énergie et diminue votre productivité. Il existe une meilleure façon de travailler.

La philosophie Notion

Tout est un Bloc — Pensez LEGO®



Page blanche = liberté

Pas de structure imposée, pas de pression. Vous commencez là où vous êtes, avec ce dont vous avez besoin.



Construction progressive

Ajoutez un bloc à la fois. Votre système grandit naturellement avec vos besoins, sans complexité initiale.



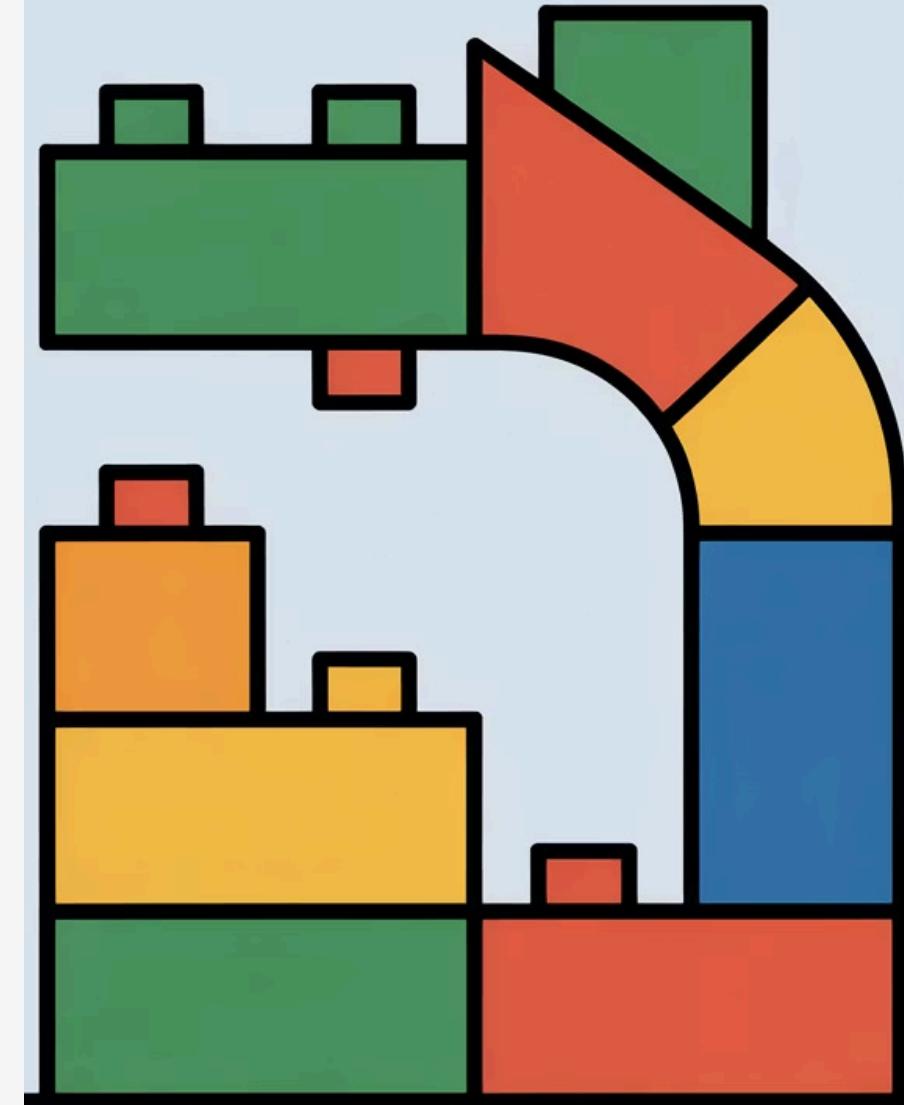
Tout se transforme

Un texte devient checklist, puis tableau, puis base de données. Chaque élément évolue selon vos besoins.



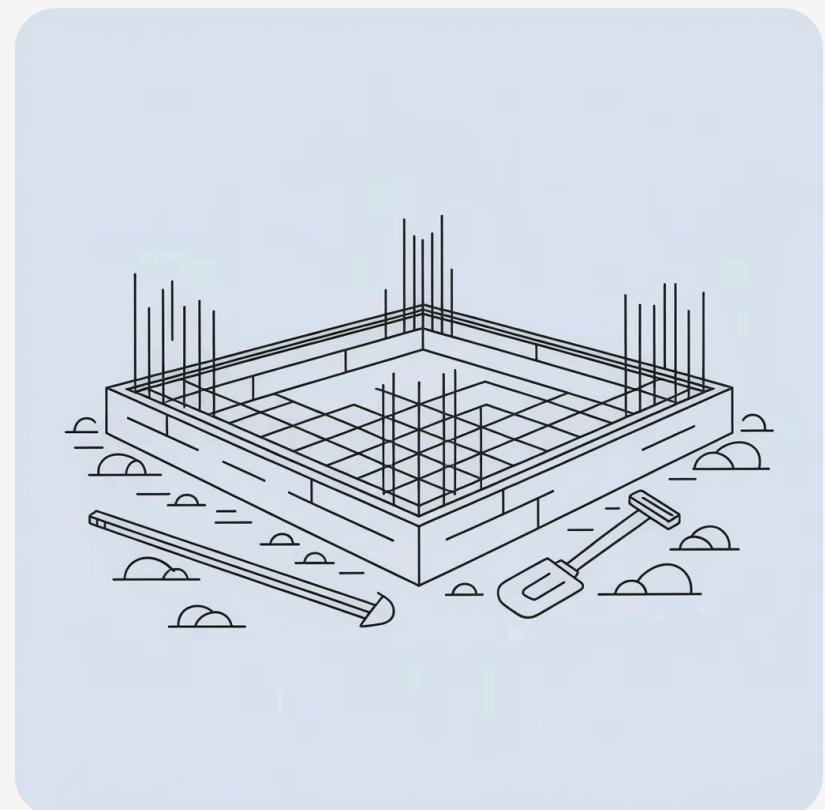
Simple puis puissant

Démarrez avec des notes simples. Évoluez vers des systèmes sophistiqués quand vous êtes prêt.



Les blocs de base

Vos premières briques pour construire



Notion fonctionne avec un système de blocs modulaires que vous manipulez intuitivement. Chaque bloc peut être créé, transformé et réorganisé en quelques secondes.

01

Tapez / pour la Magie

Le slash ouvre le menu universel : transformez instantanément un texte en titre, checklist, tableau ou tout autre format.

02

Drag & Drop

Saisissez n'importe quel bloc et déplacez-le où vous voulez. Réorganisez votre pensée aussi vite qu'elle évolue.

03

Rien n'est figé

Vous pouvez toujours revenir en arrière, modifier, transformer. L'erreur n'existe pas dans Notion.

- **Les blocs essentiels :** Texte → Checklist → Titres (H1, H2, H3) → Toggle (pour masquer/afficher du contenu) → Callout (pour mettre en évidence)

Le deuxième cerveau

Trois cas d'usage transformateurs

Notion devient une extension de votre esprit, un espace où toute votre intelligence professionnelle se centralise et s'organise naturellement. Explorons trois exemples concrets qui illustrent comment communicants et journalistes peuvent révolutionner leur workflow quotidien.

1

Calendrier éditorial

Pour les Communicants

Planifiez, suivez et publiez tout votre contenu depuis un seul endroit. Fini les feuilles Excel mortes et les oubliés de publication.

2

Base de recherche

Pour les Journalistes

Centralisez sources, interviews, liens et documents pour chaque article. Votre investigation devient traçable et enrichissable à l'infini.

3

Espace connaissances

Pour Votre Développement

Créez votre bibliothèque mentale personnelle : livres, formations, articles, podcasts. Ne perdez plus jamais une idée précieuse.

"Une seule source de vérité pour tout votre travail intellectuel"

Cas 1 – Communicants

Calendrier éditorial centralisé

Imaginez gérer toute votre stratégie de contenu dans un seul système flexible qui s'adapte à votre façon de penser. Une base de données Notion vous offre des vues multiples sur les mêmes données, éliminant la duplication et les erreurs.



Vue calendrier

Visualisez vos publications sur une timeline. Identifiez les trous dans votre planning et assurez-vous d'une distribution équilibrée de contenu.



Vue kanban

Suivez l'avancement de chaque contenu : Idée → Rédaction → Révision → Programmé → Publié. Chaque carte avance selon son statut.



Vue tableau

Analysez vos données : performances, thématiques, formats. Triez et filtrez pour identifier ce qui fonctionne le mieux.

- Astuce Pro :** Ajoutez une colonne "Performance" pour tracker l'engagement et affiner votre stratégie au fil du temps.

Cas 2 — Journalistes

Base de recherche article complète

Le journalisme moderne exige de jongler avec des dizaines de sources pour un seul article : liens web, PDFs, contacts, notes d'interviews, photos, citations. Notion transforme ce chaos en système organisé.

Centralisez tout au même endroit

- **Liens et URLs** : Sauvegardez automatiquement avec aperçu et métadonnées
- **Notes d'interviews** : Horodatées, structurées, avec citations surlignées
- **Contacts sources** : Base de données avec historique des échanges
- **PDFs et documents** : Uploadés directement, annotables, recherchables
- **Timeline de l'enquête** : Tracez chronologiquement l'évolution de votre investigation

Retrouvez tout en un clic

La recherche universelle de Notion (Cmd/Ctrl + P) trouve instantanément n'importe quel élément, même à l'intérieur des PDFs. Plus besoin de se rappeler dans quel dossier vous avez rangé ce document crucial.



"Gardez l'historique complet de votre travail. Chaque article devient une ressource pour les suivants."

Collecte Initiale

Rassemblez sources, liens et premiers contacts

Vérification

Cross-référez vos informations

1

2

3

4

Investigation

Enrichissez avec interviews et documents

Rédaction

Toutes vos sources à portée de main

Cas 3 – Espace connaissances personnel

Ne plus jamais perdre une idée

Votre cerveau est extraordinaire pour avoir des idées, mais terrible pour les stocker à long terme. Notion devient votre mémoire externe infaillible, un système qui capture et organise tout ce que vous apprenez.

Bibliothèque de livres	Formations & vidéos	Podcasts & conférences	Articles & ressources
Trackez vos lectures avec notes, citations favorites et statut (À lire, En cours, Terminé). Notez vos réflexions pendant que vous lisez.	Centralisez vos cours en ligne avec timestamps des moments clés. Créez des fiches récapitulatives pour réviser rapidement.	Sauvegardez les épisodes marquants avec résumés. Liez les concepts entre différentes sources pour créer des connexions.	Clipez automatiquement des articles web avec le Web Clipper. Annotez et surlignez les passages importants.

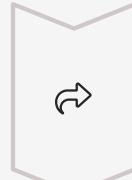
Taxonomie Intelligente par tags

Organisez vos connaissances par thèmes transversaux : **React, Entrepreneuriat, Storytelling, IA**. Un même contenu peut avoir plusieurs tags, créant un réseau de connaissances interconnectées.

Collaboration dans Notion

Notion n'est pas une île isolée

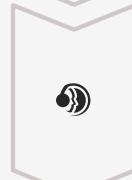
La vraie puissance de Notion se révèle quand vous passez du travail personnel au travail collaboratif. L'outil s'adapte naturellement à tous les modes de collaboration, du partage ponctuel au travail d'équipe permanent.



Partage de pages



Créez un kit presse public, un portfolio accessible, ou partagez des documents spécifiques avec des clients. Contrôlez qui peut voir et éditer.



Temps réel



Travaillez simultanément sur le même document. Voyez les curseurs de vos collègues en direct, commentez, mentionnez avec @.



Intégrations



Connectez Google Drive, Slack, Figma, GitHub et 50+ autres outils. Notion devient le hub central de votre écosystème de travail.



De personnel à collectif

Commencez avec un espace personnel, puis invitez progressivement votre équipe. Vos workflows individuels deviennent naturellement des processus d'équipe.

- Permissions granulaires par page et par personne
- Historique des versions pour revenir en arrière
- Templates partagés pour standardiser les processus
- Espaces d'équipe séparés des espaces personnels

"Notion évolue avec vous : d'un simple carnet de notes à un système collaboratif complet pour toute votre organisation."

Les 3 clés à retenir

Votre Feuille de Route pour Démarrer

✓ Pensez LEGO, pas contrainte

Notion n'est pas un logiciel rigide avec des cases à remplir. C'est une boîte de blocs que vous assemblez librement. Commencez simplement, construisez progressivement.

✓ Votre deuxième cerveau

Centralisez TOUT dans Notion : projets, connaissances, contacts, ressources. Une seule source de vérité qui libère votre esprit pour ce qui compte vraiment : créer.

✓ Fait pour évoluer

De personnel à collaboratif. De simple à sophistiqué. Notion grandit avec vos besoins sans jamais vous enfermer dans une structure figée.

Prêt à aller plus loin ?

Cette introduction de 90 minutes vous a donné les fondamentaux. Pour maîtriser réellement Notion et créer des systèmes avancés adaptés à votre métier de communicant ou journaliste, une **formation niveau 1 d'une journée** est disponible via Campus Normandie.

Prochaines dates :

- 8 décembre au Havre
- 13 janvier à Rouen

Vous apprendrez à construire des bases de données relationnelles, automatiser vos workflows, et créer des templates réutilisables qui transformeront durablement votre productivité.



Merci !

Des questions ? Parlons de votre cas d'usage spécifique.