Eigenflow

GUIDE GRATUIT

La pyramide des apps et outils

Les 33 outils d'Eigenflow, avec leurs liens et leurs prix

PAR

Abyane Nabeebaccus

INSTAGRAM

@abyane_nb

ÉDITION

novembre 2026

On a publié une pyramide de 33 outils rangés en sept étages. En haut, l'étage à payer en premier. En bas, les essentiels : pas chers, mais ennuyeux.

Ce guide reprend chaque outil : ce que c'est, ce qu'on en fait chez Eigenflow, ce qu'il coûte et son lien officiel. Les prix ont été relevés le 7 novembre 2026 sur les pages des éditeurs.

Avant de publier, on a vérifié que chaque outil sert en ce moment : les applis ouvertes ces dernières semaines sur le Mac, les outils lancés chaque semaine dans le terminal, les bots en ligne sur notre serveur. Des outils installés mais qui dormaient sont restés dehors.



La pyramide complète : 33 outils en sept étages, de l'IA de pointe aux essentiels

À savoir avant de lire

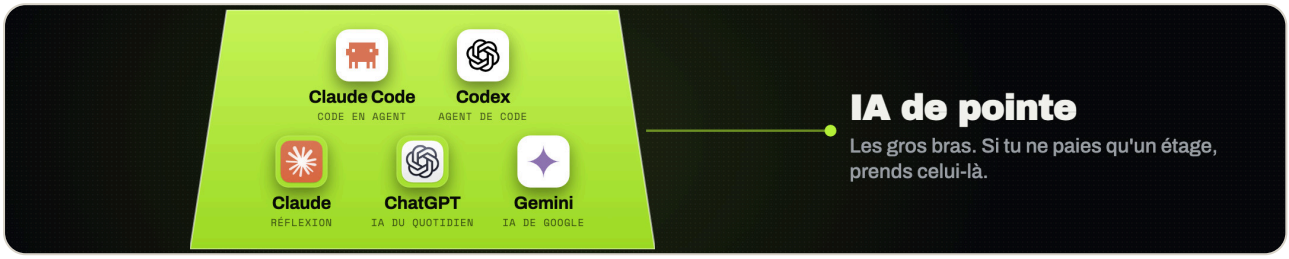
- Si tu ne paies qu'un étage, prends le premier : Claude Pro (18 € par mois hors taxes) inclut Claude Code, et ChatGPT inclut Codex, même en gratuit avec un usage limité.
- 30 outils sur 33 ont une formule gratuite ou sont open source. Les trois autres : Claude Code (il faut au moins Claude Pro), Google Workspace et Hetzner. Certaines formules gratuites sont étroites : 25 contacts chez ManyChat, pas d'IA dans Dia, usage non commercial chez Vercel.
- Les prix bougent souvent. Ceux de ce guide sont ceux affichés le 7 novembre 2026, avec la mention HT ou TTC quand la page la donne.

- Aucun lien affilié : on ne touche rien si tu t'abonnes.

---

1. IA de pointe

Les gros bras. Si tu ne paies qu'un étage, prends celui-là.



Étage 1 : Claude Code, Codex, Claude, ChatGPT et Gemini

Claude Code

L'agent de code d'Anthropic. Il lit ton projet, écrit le code, lance les commandes et corrige ce qui casse, dans le terminal ou dans ton éditeur. Chez nous, il fait le gros du travail : il écrit le code de chaque vidéo qu'on publie, met nos guides en ligne et prépare nos automatisations.

- **Prix** : inclus dans les abonnements payants de Claude, dès Pro à 18 € par mois hors taxes (15 € par mois en annuel ; 20 $ et 17 $ quand la page s'affiche en dollars). Il n'est pas dans la formule gratuite.
- **Lien** : claude.com/product/claude-code

Codex

L'agent de code d'OpenAI, dans le terminal, l'éditeur ou l'appli. Chez nous, Codex génère les images de nos vidéos avec GPT Image, depuis le terminal, et reprend les tâches mécaniques qu'on ne veut pas confier à Claude Code.

- **Prix** : inclus dans ChatGPT, même dans la formule gratuite, avec un usage limité. Les formules payantes en donnent plus : Go à 8 € par mois, Plus à 23 € par mois.
- **Lien** : openai.com/codex

Claude

La même IA que Claude Code, en conversation, sur ordinateur, sur téléphone ou dans le navigateur. Le même abonnement couvre les deux. Si tu débutes, c'est la porte d'entrée.

- **Prix** : formule gratuite avec un usage limité, sans Claude Code. Pro à 18 € par mois hors taxes, ou 15 € par mois en annuel ; Max à 90 € et Ultra à 180 € par mois. En dollars : 20 $, 100 $ et 200 $.
- **Lien** : claude.ai

ChatGPT

L'IA du quotidien. Sur notre Mac, l'appli a été lancée 265 fois : questions rapides, recherches, brouillons.

- **Prix** : formule gratuite. En France : Go à 8 € par mois (la publicité peut s'y afficher), Plus à 23 € par mois, Pro à partir de 103 € par mois. En dollars : 8 $, 20 $ et 100 $.
- **Lien** : chatgpt.com

Gemini

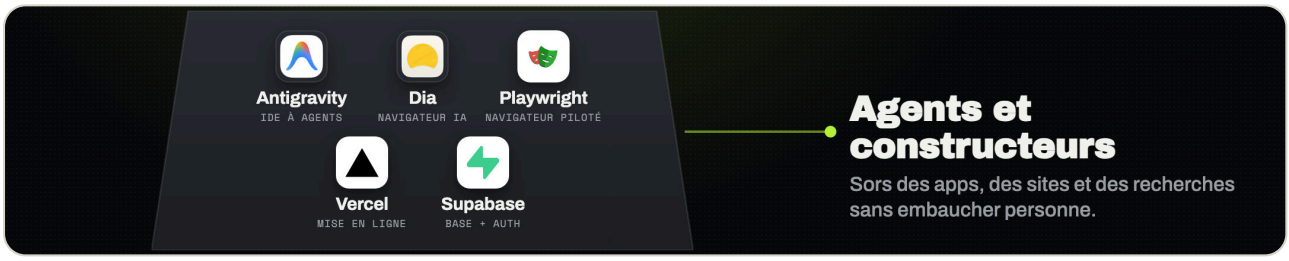
L'IA de Google. Chez nous, elle fait les voix de nos vidéos, avec une voix créée sur mesure, et une partie de nos images avec son modèle Nano Banana.

- **Prix** : formule gratuite. En France : Google AI Plus à 4,99 € par mois, AI Pro à 21,99 € par mois, Ultra à partir de 99,99 € par mois.
- **Lien** : gemini.google.com

---

2. Agents et constructeurs

Sors des apps, des sites et des recherches sans embaucher personne.



Étage 2 : Antigravity, Dia, Playwright, Vercel et Supabase

Antigravity

L'éditeur de code de Google, pensé pour travailler avec des agents. C'est dedans que tourne notre Claude Code, en extension.

- **Prix** : gratuit pour un particulier, avec des limites par semaine. Pour des limites plus hautes, il s'appuie sur les abonnements Google AI (AI Pro à 21,99 € par mois en France).
- **Lien** : antigravity.google

Dia

Un navigateur avec une IA intégrée, qui lit la page ouverte et répond dessus. C'est notre navigateur de tous les jours : plus de 4 000 lancements sur le Mac.

- **Prix** : le navigateur est gratuit, mais sans les fonctions IA. Pour les nouveaux utilisateurs Mac, l'IA est payante depuis le 17 août : Better Answers à 10 $ par mois, Better Days à 100 $ par mois.
- **Lien** : diabrowser.com

Playwright

Un navigateur que l'agent pilote seul : il clique, remplit, fait des captures. Claude Code s'en sert pour monter nos automatisations ManyChat et pour prendre les captures de nos guides.

- **Prix** : gratuit et open source (licence Apache 2.0).

- **Lien** : playwright.dev

Vercel

L'hébergeur de sites. Il héberge eigenflow.fr et ces guides : une mise en ligne tient en une commande.

- **Prix** : Hobby gratuit, réservé à un usage personnel et non commercial. Pro à 20 $ par mois et par développeur, hors taxes, avec 20 $ d'usage inclus.
- **Lien** : vercel.com

Supabase

Une base de données avec les comptes utilisateurs, le stockage de fichiers et une API prête à l'emploi. C'est la base de nos applis : comptes, données, files de tâches.

- **Prix** : formule gratuite : 2 projets, 500 Mo de base, mise en pause après une semaine sans activité. Pro à partir de 25 $ par mois, plus l'usage.
- **Lien** : supabase.com

---

3. IA créative

Vidéo, image, voix et musique comme sorties d'un studio.



Étage 3 : GPT Image, ElevenLabs et Remotion

GPT Image

Le modèle d'image d'OpenAI. Toutes les images de nos vidéos récentes en sortent : objets, décors, personnages en feutrine. On le lance depuis Codex, sur l'abonnement.

- **Prix** : inclus dans ChatGPT, y compris en gratuit avec une limite. Par l'API, il se paie au token : 30 $ le million de tokens d'image en sortie pour GPT Image 2.6. Pour repère, OpenAI donne 0,053 $ l'image carrée en qualité moyenne avec gpt-image-2.
- **Lien** : openai.com

ElevenLabs

Voix de synthèse, clonage de voix et doublage. Chez nous, il fait parler une partie de nos projets, dont un bot de traduction.

- **Prix** : formule gratuite : 10 000 crédits par mois, environ 10 minutes de voix. Starter à 6 $ par mois (5 $ en annuel, 1 $ le premier mois jusqu'au 16 novembre), avec la licence commerciale ; Creator à 22 $ par mois. Hors taxes.
- **Lien** : elevenlabs.io

Remotion

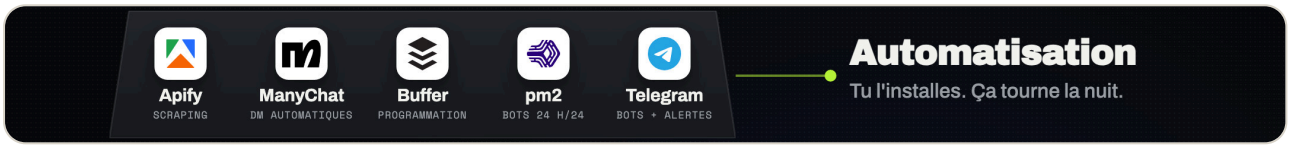
Une bibliothèque pour fabriquer des vidéos en code React. Chaque vidéo qu'on publie est un programme Remotion écrit par Claude Code, puis rendu sur le Mac.

- **Prix** : gratuit pour un particulier et pour une entreprise de 3 personnes au plus, usage commercial compris. Au-delà, licence entreprise : 25 $ par mois et par siège (formule Creators).
- **Lien** : remotion.dev

---

4. Automatisation

Tu l'installes. Ça tourne la nuit.



Étage 4 : Apify, ManyChat, Buffer, pm2 et Telegram

Apify

Des robots prêts à l'emploi qui récupèrent les données publiques d'un site. C'est notre veille : la passe du 1er novembre a relu 91 comptes Instagram, 34 profils LinkedIn et des comptes X, sans connexion, pour 14,74 $.

- **Prix** : formule gratuite avec 5 $ d'usage offerts chaque mois, sans carte bancaire. Starter à 19 $ par mois (17 $ en annuel), avec 19 $ d'usage inclus.
- **Lien** : apify.com

ManyChat

Il répond aux commentaires et aux messages Instagram à ta place. Quand quelqu'un commente le mot-clé d'un post, ManyChat lui envoie le guide en message privé. Si tu viens d'Instagram, c'est lui qui t'a envoyé cette page.

- **Prix** : formule gratuite limitée à 25 contacts actifs. Essential à 17 $ par mois (14 $ en annuel), Pro à 39 $ par mois (29 $ en annuel). Hors taxes.
- **Lien** : manychat.com

Buffer

Il programme les posts sur plusieurs réseaux. Chez nous : Instagram, TikTok et YouTube, cinq créneaux par jour.

- **Prix** : gratuit pour 3 réseaux, avec 10 posts programmés par réseau. Essentials à 6 $ par mois et par réseau (5 $ en annuel).
- **Lien** : buffer.com

pm2

Un gestionnaire de programmes pour serveur : il garde nos bots en marche jour et nuit et les relance s'ils tombent. Trois de nos bots tournent avec lui en ce moment.

- **Prix** : gratuit et open source (licence AGPL 3.0).
- **Lien** : pm2.keymetrics.io

Telegram

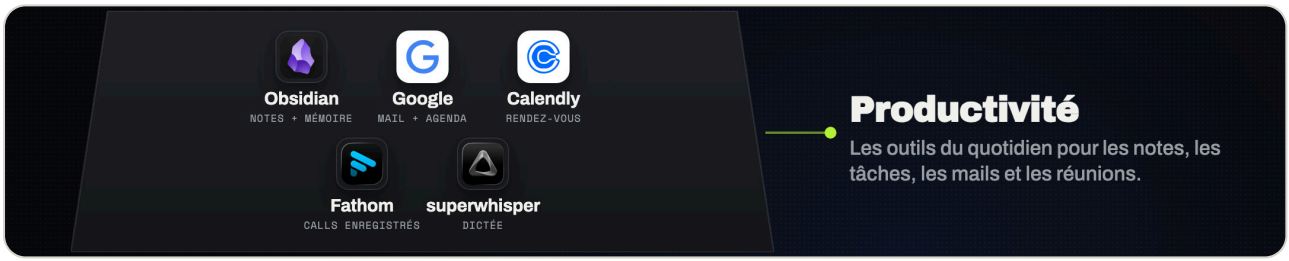
La messagerie, et surtout ses bots. On parle à nos bots sur Telegram, ils répondent et nous préviennent quand il se passe quelque chose.

- **Prix** : gratuit, bots compris. Un bot envoie ses messages sans frais tant qu'il reste sous 30 messages par seconde en diffusion ; au-delà, l'envoi devient payant.
- **Lien** : core.telegram.org/bots

---

5. Productivité

Les outils du quotidien pour les notes, les tâches, les mails et les réunions.



Étage 5 : Obsidian, Google, Calendly, Fathom et superwhisper

Obsidian

Des notes en simples fichiers Markdown, reliées entre elles. C'est notre second cerveau : Claude Code relit ces notes au début de chaque session pour savoir où en est chaque projet.

- **Prix** : gratuit, usage professionnel compris (la licence commerciale à 50 $ par an est facultative). En option : Sync à 5 $ par mois (4 $ en annuel), Publish à 10 $ par mois (8 $ en annuel).
- **Lien** : obsidian.md

Google Workspace

Mail à ton nom de domaine, agenda, documents. Chez nous : les mails en eigenflow.fr et l'agenda, que Claude Code sait lire.

- **Prix** : pas de formule gratuite, un essai de 14 jours. Business Starter à 6,80 € par utilisateur et par mois hors taxes avec engagement d'un an, 8,10 € sans engagement.
- **Lien** : workspace.google.com

Calendly

La prise de rendez-vous : tu partages un lien, la personne choisit un créneau libre. Celui de l'agence est intégré à notre site.

- **Prix** : formule gratuite : un seul type de rendez-vous, un calendrier connecté. Standard à 12 € par mois et par personne (10 € en annuel).
- **Lien** : calendly.com

Fathom

Il enregistre les appels vidéo, les transcrit et en sort le résumé.

- **Prix** : gratuit pour les enregistrements, les transcriptions et les résumés, sans limite. Premium à 20 $ par mois (16 $ en annuel).
- **Lien** : fathom.video

superwhisper

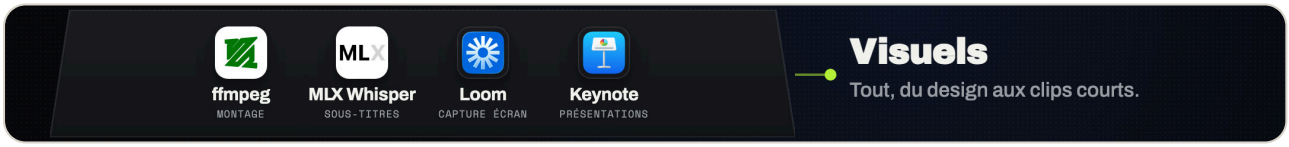
La dictée sur Mac : tu parles, il écrit, dans n'importe quelle appli.

- **Prix** : gratuit avec les modèles Whisper en local. Pro à 8,49 $ par mois, 84,99 $ par an, ou 249,99 $ une fois pour toutes.
- **Lien** : superwhisper.com

---

6. Visuels

Tout, du design aux clips courts.



Étage 6 : ffmpeg, MLX Whisper, Loom et Keynote

ffmpeg

L'outil en ligne de commande qui découpe, assemble et convertit l'audio et la vidéo. Il colle la voix, la musique et les bruitages de chaque vidéo, puis l'encode pour Instagram.

- **Prix** : gratuit et open source (licence LGPL 2.1 ou plus récente ; GPL si on active certaines options).
- **Lien** : ffmpeg.org

MLX Whisper

Le modèle de transcription Whisper, en version optimisée pour les puces Apple, qui tourne sur le Mac sans rien envoyer en ligne. Chaque voix de nos vidéos y passe pour caler les sous-titres au mot près.

- **Prix** : gratuit et open source (licence MIT), comme le modèle Whisper d'OpenAI.
- **Lien** : github.com/ml-explore/mlx-examples

Loom

Une vidéo de ton écran et de ta voix, partagée par un simple lien. On s'en sert pour les démos d'écran.

- **Prix** : formule gratuite : 25 vidéos par personne, 5 minutes par enregistrement. Business à 18 $ par mois et par personne (180 $ par an en annuel).
- **Lien** : loom.com

Keynote

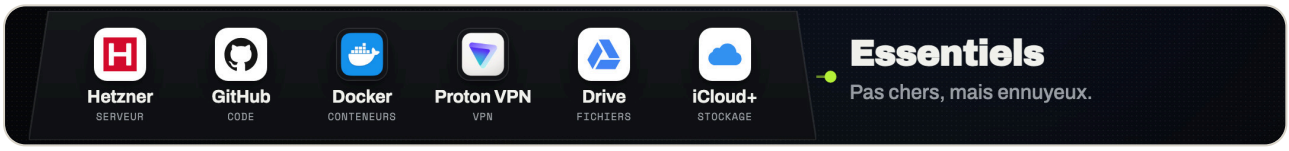
Le logiciel de présentations d'Apple. C'est là qu'on monte nos supports.

- **Prix** : gratuit sur Mac, iPhone et iPad. Apple propose en option l'abonnement Creator Studio, à 12,99 € par mois.
- **Lien** : apple.com/fr/keynote

---

7. Essentiels

Pas chers, mais ennuyeux.



Étage 7 : Hetzner, GitHub, Docker, Proton VPN, Drive et iCloud+

Hetzner

Des serveurs loués en Allemagne et en Finlande. Le nôtre fait tourner nos bots et l'outil interne où on relit nos productions.

- **Prix** : le moins cher qu'on pouvait commander le 7 novembre : CPX02 à 6,49 € par mois hors taxes (1 processeur, 1 Go de mémoire, IPv4 comprise). Les CX23 à 5,99 € étaient indisponibles ce jour-là.
- **Lien** : hetzner.com/cloud

GitHub

L'hébergement du code et de son historique. Tout notre code y vit.

- **Prix** : gratuit : dépôts illimités et 2 000 minutes d'automatisation par mois. Team à 4 $ par mois et par personne.
- **Lien** : github.com

Docker

Il lance une appli dans une boîte isolée, sans rien installer sur l'ordinateur. On s'en sert pour les applis de test : un WordPress, une base de données.

- **Prix** : gratuit pour une entreprise de moins de 250 salariés et de moins de 10 millions de dollars de chiffre d'affaires. Sinon, Pro à 11 $ par mois (9 $ en annuel).

- **Lien** : docker.com

Proton VPN

Le VPN de Proton, l'éditeur suisse de Proton Mail. C'est celui qu'on utilise sur le Mac.

- **Prix** : formule gratuite sans limite de données, sur un appareil. VPN Plus à 9,99 € par mois, ou 4,49 € par mois sur un an (53,88 € la première année).
- **Lien** : protonvpn.com

Google Drive

Le stockage de fichiers de Google. Ce sont nos dossiers partagés avec les clients et les partenaires.

- **Prix** : 15 Go gratuits par compte Google, partagés avec Gmail et Photos. 100 Go à 1,99 € par mois (19,99 € par an).
- **Lien** : drive.google.com

iCloud+

Le stockage d'Apple. Nos médias lourds y partent (rushes, rendus, archives de vidéos) pour libérer le disque du Mac.

- **Prix** : 5 Go gratuits. 50 Go à 0,99 € par mois, TVA comprise.
- **Lien** : apple.com/fr/icloud

---

8. Par où commencer

Trois points de départ, selon ton budget. Tous les prix sont ceux du 7 novembre 2026.

Avec 0 €

- ChatGPT en gratuit : la conversation, les images avec une limite, et Codex avec un usage limité.
- Sur ton ordinateur : Antigravity, Playwright, ffmpeg et MLX Whisper, tous gratuits.
- Pour t'organiser : Obsidian, et Calendly et Fathom dans leur formule gratuite.
- Pour publier : Buffer gratuit sur 3 réseaux, et ManyChat gratuit pour tester les réponses automatiques jusqu'à 25 contacts actifs.

Avec 18 € par mois

- Claude Pro, à 18 € par mois hors taxes (15 € en annuel). Tu gagnes Claude Code, l'agent qui fait le gros du travail chez nous. Garde tout le reste en gratuit au début.

Quand ça devient une activité

- Un mail à ton nom de domaine : Google Workspace Business Starter, 6,80 € par utilisateur et par mois hors taxes avec engagement.

- Un serveur pour que tes bots tournent jour et nuit : Hetzner, à partir de 6,49 € par mois hors taxes le 7 novembre.
- ManyChat payant dès que les commentaires dépassent 25 contacts actifs : Essential à 17 $ par mois.
- Apify quand la veille grossit : Starter à 19 $ par mois.

Sources

Toutes ces pages ont été relues le 7 novembre 2026.

- Claude, les formules
- ChatGPT, les formules
- Codex dans les formules ChatGPT
- Gemini, les abonnements Google AI
- Antigravity, les formules
- Dia, les formules
- Playwright, la licence
- Vercel, les tarifs
- Supabase, les tarifs
- OpenAI, les prix de l'API (GPT Image)
- ElevenLabs, les tarifs
- Remotion, la licence et ses prix
- Apify, les tarifs
- ManyChat, les tarifs
- Buffer, les tarifs
- pm2, la licence
- Telegram, la FAQ des bots
- Obsidian, les tarifs
- Google Workspace, les tarifs
- Calendly, les tarifs
- Fathom, les tarifs
- superwhisper, les tarifs
- FFmpeg, la licence
- MLX Whisper, la licence
- Loom, les tarifs
- Keynote sur l'App Store
- Hetzner Cloud, les serveurs
- GitHub, les tarifs
- Docker, les tarifs et la FAQ
- Proton VPN, les tarifs
- Google One, les forfaits de stockage
- iCloud+, les forfaits en France