



**ViB's HARMONIE**

Consultante stratégie digitale,  
gestion administrative et bien-être

06.29.82.80.60  
[vibsharmonie@gmail.com](mailto:vibsharmonie@gmail.com)  
[visbharmonie.fr](http://visbharmonie.fr)

## STRUCTURER ET AMPLIFIER SA COMMUNICATION GRACE A L'IA

*Passer d'une communication dispersée à une stratégie claire, fluide et efficace*

### **Durée totale : 7 heures**

- 👉 Format : Atelier interactif + mise en pratique
- 👉 Public :
  - Entrepreneurs / autoentrepreneurs
  - Thérapeutes, coachs, indépendants
  - Débutants à intermédiaires sur les réseaux sociaux
- 👉 Prérequis : savoir utiliser un ordinateur
- 👉 En présentiel ou distanciel

TARIF : 1200 €

### **Méthodes pédagogiques**

- Apports théoriques simples et concrets
- Exercices pratiques guidés
- Ateliers interactifs
- Échanges et conseils personnalisés

### **Évaluation des acquis**

- 🚦 Exercices pratiques tout au long de la formation

### Objectifs de la formation

- ✓ Structurer une communication claire et cohérente
- ✓ Utiliser l'IA comme un véritable assistant stratégique
- ✓ Créer du contenu régulier sans surcharge mentale
- ✓ Développer une présence digitale alignée et impactante
- ✓ Mettre en place un système simple et duplicable

### Module 1 : Faire le point sur sa communication actuelle (1h)

#### **Contenu :**

- ✓ Identifier ce qui fonctionne / ne fonctionne pas
- ✓ Comprendre pourquoi on manque de régularité
- ✓ Les blocages fréquents :
  - manque de temps
  - manque d'idées



**ViB's HARMONIE**

Consultante stratégie digitale,  
gestion administrative et bien-être

06.29.82.80.60  
[vibsharmonie@gmail.com](mailto:vibsharmonie@gmail.com)  
[visbharmonie.fr](http://visbharmonie.fr)

- peur de se montrer
- ✓ Diagnostic de sa communication

**Exercice :**

- Audit rapide de ses réseaux
- Identifier 3 axes d'amélioration

## Module 2 : Construire une stratégie simple et efficace (1h30)

**Contenu :**

- ✓ Les bases d'une communication structurée
- ✓ Définir :
  - ses objectifs
  - sa cible
  - ses messages clés
- ✓ Créer 3 à 4 piliers de contenu
- ✓ Poser un cadre clair (sans complexité)

**Exercice :**

- Construire sa mini-stratégie

## Module 3 : Utiliser l'IA comme assistant stratégique (2h)

**Contenu :**

- ✓ Apprendre à "dialoguer" avec l'IA
- ✓ Créer des prompts intelligents
- ✓ Utiliser l'IA pour :
  - clarifier son positionnement
  - trouver des angles de contenu
  - structurer ses idées
- ✓ Éviter les contenus génériques

**Exercice :**

- Générer des idées + angles différenciants
- Créer 1 post stratégique (pas juste joli, mais utile)

## Module 4 : Créer un système de contenu fluide (1h30)

**Contenu :**

- ✓ Méthode : 1 idée → 5 contenus
- ✓ Transformer :
  - une expérience → un post
  - une question client → contenu
  - un conseil → série de publications
- ✓ Créer une banque de contenus durable
- ✓ Automatiser sans déshumaniser

**Exercice :**

- Transformer 1 idée en 5 contenus



*ViB's* HARMONIE

Consultante stratégie digitale,  
gestion administrative et bien-être

06.29.82.80.60  
[vibsharmonie@gmail.com](mailto:vibsharmonie@gmail.com)  
[visbharmonie.fr](http://visbharmonie.fr)

## Module 5 : Ancrer une communication alignée et durable (1h)

### Contenu :

- ✓ Trouver son rythme (réaliste et tenable)
- ✓ Créer une routine simple
- ✓ Lâcher la perfection
- ✓ Rester soi-même avec l'IA