

## **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, coaches, indépendants
  - Débutants à intermédiaires sur les réseaux sociaux
- 👉 Prérequis : savoir utiliser un ordinateur
- 👉 En présentiel

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
- 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