

Les bases de La
Création de contenu

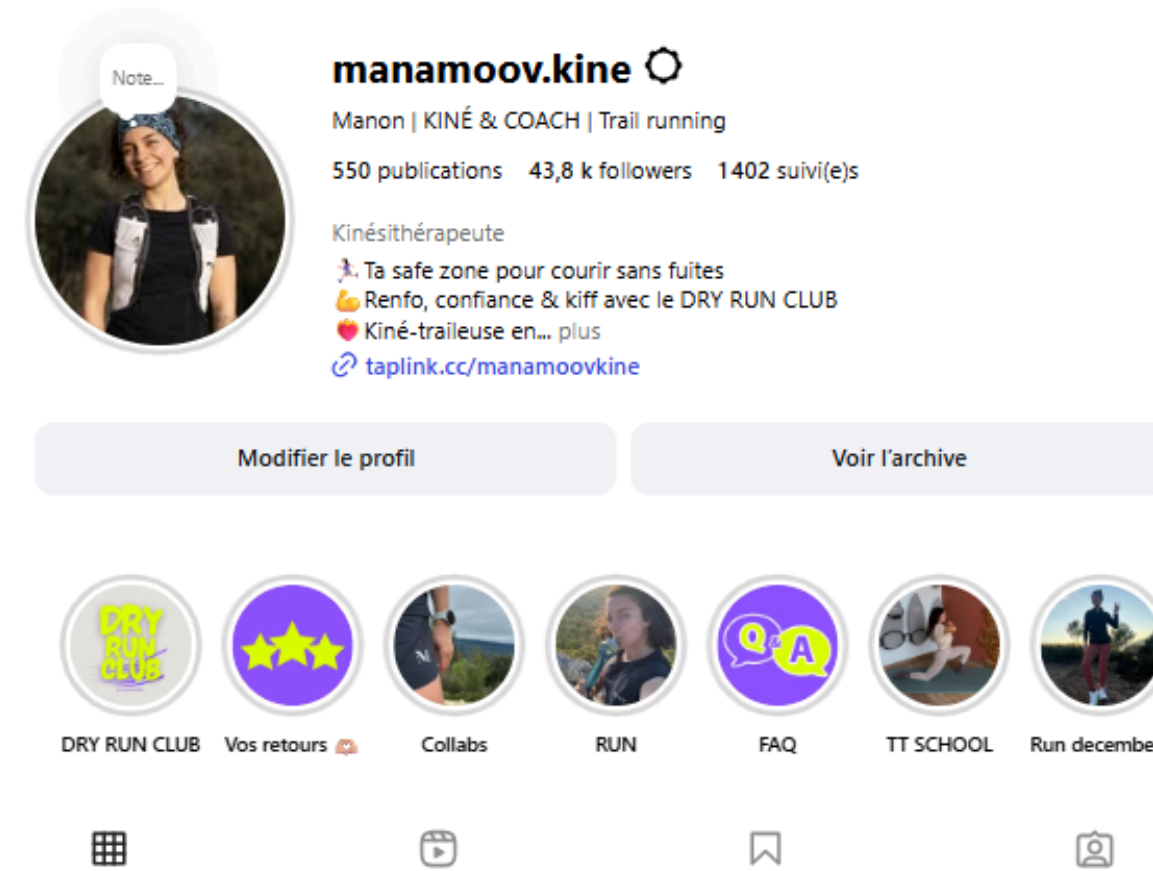


Qui suis-je ?

Manon, kiné depuis 2019

J'ai démarré les réseaux en 2021

+200 kinés aidés



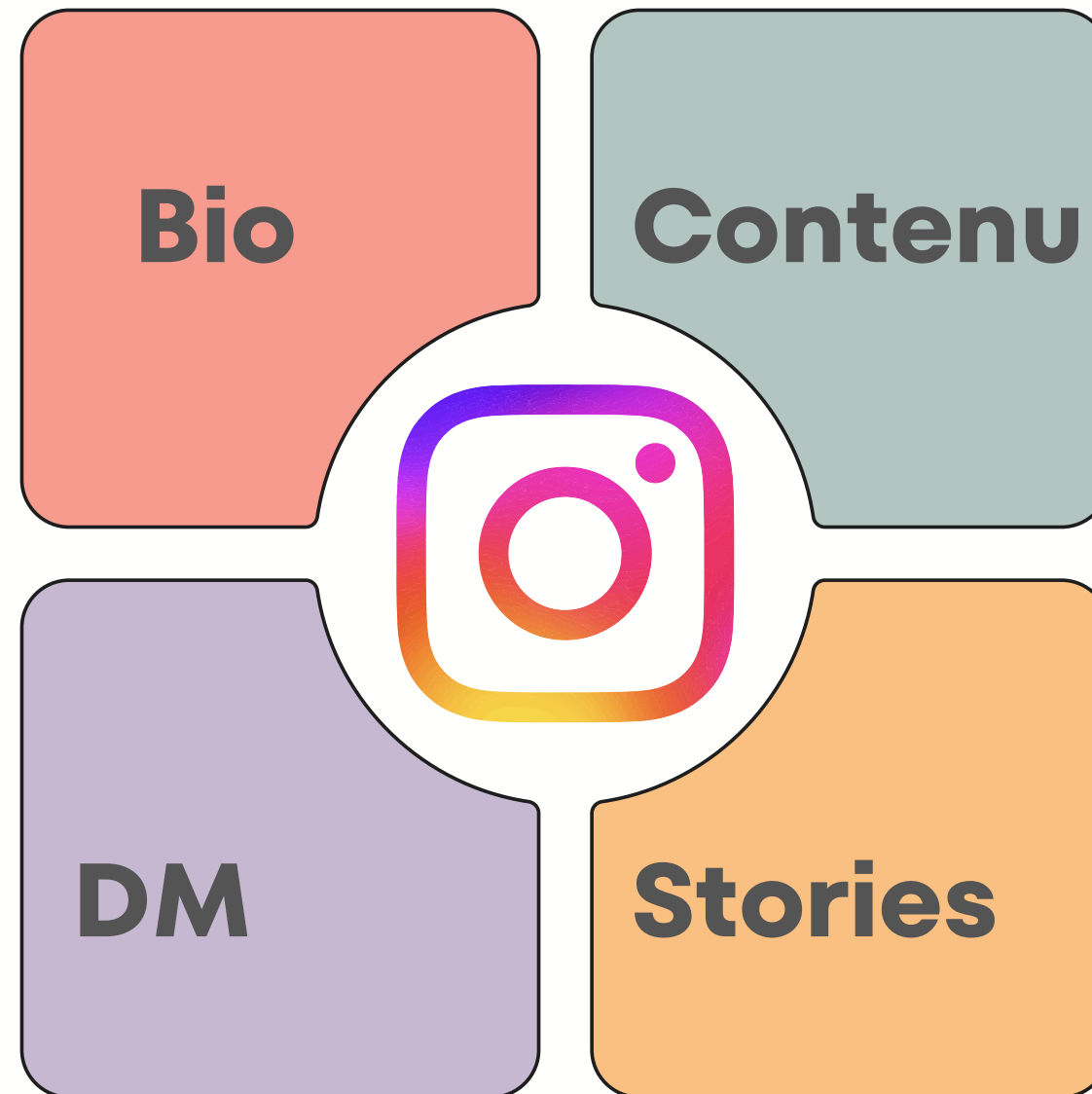
Comment l'algorithme fonctionne ?

Il veut montrer le bon contenu à la bonne personne.

3 facteurs clés :

- Interactions (commentaires, partages, enregistrements, DM)
- Temps passé sur la plateforme
- Pertinence par rapport aux centres d'intérêts de l'utilisateur

Les 4 piliers d'Instagram



Une bio orientée client

- Qui vous êtes
- Ce que vous faites (pour qui ? avec quel bénéfice ?)
- Call to action

Ex :

“ Jordan - préparateur mental

J'aide les joueurs d'échecs à libérer leur potentiel en 10 min par jour

Réserve ton appel gratuit “



Les 3 formats de contenu essentiels

Carrousels

Pédagogie
expertise
explications
preuves

Réels

Captation
viralité
identification
interactions

Stories

Proximité
coulisses
interactions

Les 3 Types de contenu à alterner

Viral

Réels

**Humour,
identification,
partage,
emotions**

Expertise / éducation

carrousels et stories

**Avants/après,
Avis sur un sujet qui
touche ta cible,
valeur actionnable**

storytelling

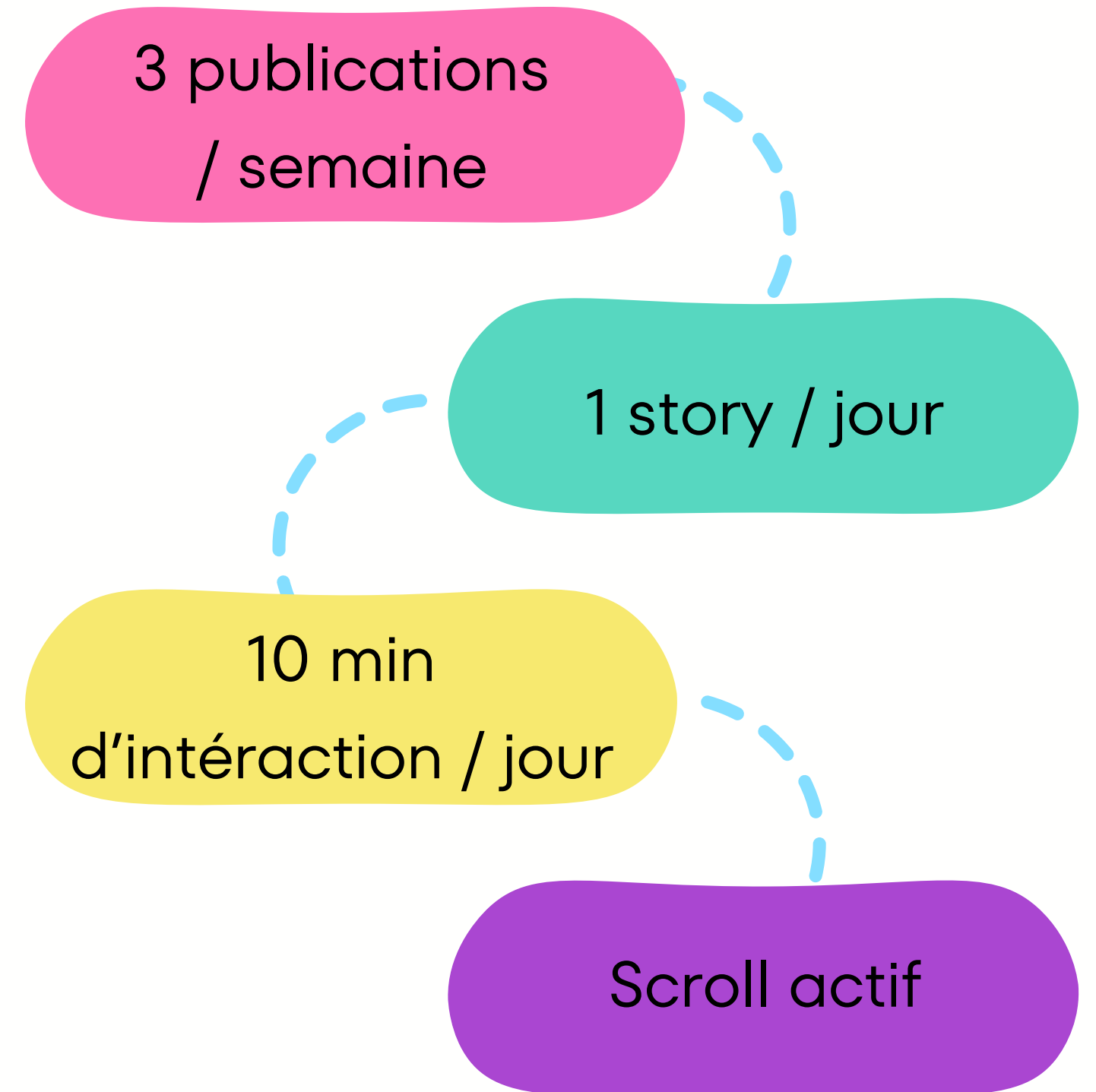
Tous formats confondus

**Ton parcours, tes
réflexions,
Emotions**

Comment démarrer sans se noyer ?

Régularité > Quantité

Mieux vaut fait que parfait !



Exemple de semaine type

Lundi

Carrousel : " La méthode qui a permis à Ana de terminer 2e aux championnats d'échecs"

Mercredi

Réel : "Moi qui attends que les joueurs d'échecs qui veulent monter en grade tombent sur mon compte"

Vendredi

Réel : "Le mécanisme simple qui permet de rester lucide dans tes parties d'échec même si tu es stressé"

Comment trouver tes 1ers clients dans tout ça ?



- Termine tes posts par un **CTA** (ex : "commente ECHECS si tu veux arrêter de stresser avant tes tournois")
- Inviter à **échanger en DM**
- Proposer un **FREEBIE** : appel découverte gratuit de 15 min / un e-book...

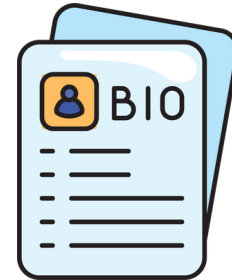
Mon astuce = privilégie les vocaux quand tu réponds en DM ! ça crée du lien immédiat.

Check-list

 Définir ta cible




 Optimiser ta bio



 Définir ta ligne éditoriale



 Passer 10min/jour à échanger dans les commentaires / DM + scroll actif



À vous de créer !

Si questions :
[@manamoov.kine](https://www.instagram.com/manamoov.kine)