

Sommaire

Introduction..... 9

1 Prendre la parole sans complexes

15

Pourquoi être présent sur les réseaux? 15

Qu'est-ce que ça apporte concrètement? 21

Pourquoi me montrer et parler de moi?..... 26

Qu'est-ce que je vais dire? 30

 Je suis qui pour me mettre en avant?..... 31

 Est-ce que mon sujet a sa place ici? 32

 Tout a déjà été dit, pourquoi j'en parlerais?..... 34

De quoi j'ai l'air? Pour qui je passe? 35

Que faire si je suis salarié? 37

Sphère pro-privée, quelle limite? 39

2 Comment bien créer du contenu

43

Quelles sont les bonnes pratiques?.....	44
6 leçons + 1 bonus	44
Le fonctionnement d'un réseau :	
le principe de la boucle	51
Les bons comportements à avoir pour faire grossir un réseau et créer une communauté.....	54
Les # ça sert à quoi?.....	57
C'est quoi cette histoire de cloche?	58
La valeur, toujours la valeur!	59
Comment faire pour vendre sur les réseaux sans passer pour un marchand de tapis?.....	62
La puissance du storytelling.....	70
La voie classique.....	70
L'effet Disney!.....	73
La relecture est utile, ne la néglige pas!	74
Quels sont les formats qui fonctionnent?.....	76
Instagram.....	76
Facebook.....	78
LinkedIn	79
TikTok	82
Quelles sont les tendances actuelles sur les réseaux?	86
La vidéo	87
La transparence et de la confiance.....	87
L'essor du vocal	88

3 Comment on se lance sur les réseaux ?

93

La cible : la base de tout	93
La ligne éditoriale pour te guider	99
Une plateforme ou plusieurs, que choisir?	103
Combien de publications par semaine?	105
Le recyclage, c'est nul?	107
Les avis clients, de l'or en barre pour ton contenu.....	108
Comment gagner du temps d'écriture?	112
Ne plus être en manque d'idées : adieu la page blanche.	114
Comment faire un calendrier éditorial?	115
C'est quoi le TOFU-MOFU-BOFU?	117
Quelle est la meilleure fréquence?	121
Comment faire une stratégie de communication?	122
La programmation et les outils pour limiter la charge mentale	125
Facebook	126
Instagram : nouveauté de 2023.....	128
LinkedIn	128
Les avantages de la programmation	129
Optimise ton profil et deviens sexy pour ton lecteur!.....	130
Les éléments qui reviennent souvent.....	131
Spécifiques à Facebook.....	135
Spécifiques à Instagram	135
Spécifiques à LinkedIn	136
J'ai une équipe et je souhaite qu'ils portent ma marque..	136
J'ai une page entreprise sur LinkedIn, ça ne sert à rien?..	140

Le danger des réseaux et une solution pour éviter les problèmes	141
La newsletter : un canal sous-estimé à tort.....	143
Comment mettre une newsletter en place?	144
Comment motiver les gens à s'abonner?	144
Comment avoir une newsletter qui va être lue?.....	147
Monétiser son audience : une nouveauté	150

4 La gestion des attentes

155

Publier doit être un plaisir.....	155
Les haters et les casse-bonbons.....	157
Faux avis, avis négatif et e-réputation	159
Rome ne s'est pas construite en un jour	161
Le buzz	162
L'addiction.....	163
Une surcharge impossible à tenir?.....	164
Gérer le perfectionnisme	165
Gérer un bide	166
Les likes sont des leurres?	170
La comparaison et le rapport aux autres	171
Conclusion.....	175
Remerciements.....	179
Annexes.....	181
Liste d'accroche à réutiliser	181
Podcasts utiles.....	183
Check-list du bon post	186
Template stratégie de communication.....	187
À propos de l'autrice	189