

Ma fiche

Réseaux sociaux

Titre : Semaine Type de Publication

Voici un exemple de plan de contenu pour une semaine

Lundi :

- Post d'introduction à la semaine
- Exemple : "Voici ce qui vous attend cette semaine !"
- Citation inspirante ou message motivant pour bien démarrer la semaine
- Exemple : "Commencez la semaine avec sérénité !"

Mardi :

- Astuce bien-être
- Exemple : "5 exercices de respiration pour réduire le stress"
- Comment améliorer votre [problématique] en 3 étapes simples

Mercredi :

- Témoignage client ou retour d'expérience

Jeudi :

- Astuce bien-être
- Publication éducative sur un sujet lié à la santé ou au bien-être
- Exemple, "Les bienfaits de la méditation quotidienne"

Vendredi :

- Question ouverte ou sondage pour engager les abonnés

Conclusion

Maintenir une fréquence de publication régulière est essentiel pour rester visible et engager votre communauté.

En publiant 3 à 4 fois par semaine, vous vous assurez d'être présent sans inonder votre audience. L'important est de trouver le juste équilibre entre qualité et quantité.

En publiant régulièrement, tout en offrant du contenu pertinent et de valeur, vous fidélisez vos abonnés et attirez de nouveaux clients.

La cohérence dans votre fréquence de publication vous permettra de bâtir une relation de confiance avec votre communauté.

Notes