

**TUNISKILL AI**

PLATEFORME DE FORMATION DIGITALE

AI & Digital Business Starter

Semaine 3 — Outils IA & création de contenu digital

# Leçon 5

## Préparer un mini plan de contenu digital

Organiser vos idées, vos publications et vos messages avec l'aide de l'intelligence artificielle.

# Introduction

---

Créer du contenu sans plan est épuisant. Les débutants se réveillent souvent en se demandant : "Que vais-je publier aujourd'hui ?". Ils publient au hasard, puis abandonnent après quelques jours par manque d'inspiration ou de temps.

## Le pouvoir d'un plan simple

Un plan de contenu vous fait gagner du temps, vous aide à rester régulier et clarifie votre message. Avec l'IA, vous pouvez générer, organiser et améliorer vos idées de contenu pour toute une semaine en quelques minutes.

## Qu'est-ce qu'un plan de contenu digital ?

---

Un plan de contenu digital est un calendrier simple qui indique ce que vous allez publier, où, quand et pourquoi.

Il inclut généralement :

- Le Sujet
- La Plateforme
- Le Format
- L'Audience
- L'Objectif
- Le Message principal
- L'Appel à l'action (CTA)
- Le Jour de publication

## Pourquoi un plan de contenu est important

---

### 1. Il fait gagner du temps

Vous ne perdez plus de temps à chercher des idées chaque jour. Tout est prêt d'avance.



## 2. Il évite le syndrome de la page blanche

Vous savez exactement quoi écrire ou quel visuel créer.



## 3. Il aide à publier régulièrement

La régularité est la clé pour construire une audience sur internet.



## 4. Il garde votre message clair

Vos publications ont un fil conducteur logique au lieu de partir dans tous les sens.



## 5. Il équilibre votre communication

Il vous empêche de faire uniquement de la promotion et vous force à apporter de la valeur.



## 6. Il permet de mesurer et d'améliorer

Vous pouvez voir quel type de post a le mieux fonctionné et ajuster la semaine suivante.

# Les 5 piliers de contenu

---

Une erreur courante est de ne publier que du contenu pour vendre. Votre contenu doit mélanger différents types de valeur. Voici les 5 piliers :

1

### Contenu Éducatif

**But :** Enseigner quelque chose d'utile.

**Exemple :** "3 conseils pour mieux utiliser ChatGPT."

## 2 Contenu Inspirationnel

**But :** Motiver et encourager votre audience.

**Exemple :** "Vous n'avez pas besoin d'être expert pour commencer."

## 3 Contenu de Confiance

**But :** Montrer votre crédibilité et authenticité.

**Exemple :** Partager votre parcours d'apprentissage, des résultats ou les coulisses de votre projet.

## 4 Contenu Promotionnel

**But :** Présenter votre offre, cours ou service.

**Exemple :** "Découvrez notre programme AI & Digital Business Starter."

## 5 Contenu d'Engagement

**But :** Lancer des conversations.

**Exemple :** Poser une question, créer un sondage, inviter aux commentaires.

## Le modèle de plan sur 7 jours

---

Pour commencer, voici un modèle simple sur une semaine :

- **Jour 1 :** Introduire le sujet ou projet.
- **Jour 2 :** Partager un conseil éducatif.
- **Jour 3 :** Montrer un exemple pratique.
- **Jour 4 :** Partager une histoire personnelle ou d'apprentissage.
- **Jour 5 :** Présenter un outil utile ou une ressource.
- **Jour 6 :** Promouvoir une offre, un cours ou la prochaine étape.
- **Jour 7 :** Poser une question ou inviter à l'engagement.

## Exemple de plan sur 7 jours

Jour	Plateforme	Type	Sujet	Objectif	CTA
Lundi	LinkedIn	Éducatif	Pourquoi apprendre l'IA aujourd'hui	Éduquer	"Enregistrer ce post"
Mardi	Instagram	Carrousel	5 outils IA pour débutants	Informé	"Suivre pour plus"
Mercredi	Facebook	Communauté	Comment l'IA aide les petits projets	Confiance	"Commentez votre idée"
Jeudi	LinkedIn	Histoire perso	Ce que j'ai appris cette semaine	Crédibilité	"Connectons-nous"
Vendredi	Insta Reel	Astuce rapide	Un conseil rapide sur ChatGPT	Visibilité	"Essayez ce prompt"
Samedi	Facebook	Annonce	Lancement du cours AI Starter	Promouvoir	"S'inscrire"
Dimanche	Insta Story	Question	Que voulez-vous apprendre ensuite ?	Engagement	"Répondez ici"

# Comment utiliser l'IA pour créer un plan

---

Voici le processus étape par étape avec ChatGPT :

**1** **Donnez le contexte**

Expliquez votre projet à l'IA.

**2** **Définissez l'audience**

Dites à l'IA à qui vous vous adressez.

**3** **Choisissez la plateforme**

Précisez où vous allez publier.

**4** **Définissez l'objectif**

Visibilité, ventes, engagement...

**5** **Demandez un plan de 7 jours**

Utilisez le prompt fourni ci-dessous.

**6** **Améliorez le plan avec l'IA**

Demandez des ajustements si besoin.

**7** **Adaptez manuellement**

Apportez votre touche personnelle finale.

## Le prompt parfait pour planifier

---

"Je veux créer un plan de contenu sur 7 jours pour [projet ou domaine].  
Mon audience est [audience cible]."

Ma plateforme principale est [plateforme].

Mon objectif est [objectif : visibilité, confiance, engagement, promotion].

Propose un calendrier simple sous forme de tableau avec : jour, type de contenu, sujet, message principal, format, appel à l'action et idée de visuel."

## Adapter une idée en plusieurs formats

---

Une seule idée peut devenir plusieurs contenus. Cela s'appelle le "repurposing" (recyclage).

**Idée principale : "Pourquoi apprendre l'IA aujourd'hui ?"**

**Peut devenir :**

- Un post LinkedIn textuel
- Un carrousel Instagram
- Un post Facebook long
- Un script pour un Reel court
- Une astuce par email
- Une question en Story
- Une réponse FAQ sur votre site

## La règle d'or de l'équilibre

---

Pour les débutants, suivez cette règle simple pour 7 posts :

**3 posts éducatifs + 1 post inspirational + 1 post de confiance + 1 post promotionnel + 1 post d'engagement**

Cela vous évite de publier uniquement du contenu promotionnel, ce qui fait fuir l'audience.

## Comment améliorer votre plan

---

### Vérifiez ces points avant de valider :

- L'audience est-elle bien ciblée ?
- Les sujets sont-ils vraiment utiles ?
- Le contenu n'est-il pas trop répétitif ?
- Y a-t-il assez de valeur éducative ?
- Y a-t-il un appel à l'action clair sur chaque post ?
- Le plan est-il réaliste à réaliser ?
- Suis-je capable de créer les visuels demandés ?
- Puis-je tenir ce rythme de publication ?

## Outils simples pour s'organiser

---

Inutile d'utiliser des logiciels complexes. Choisissez parmi :

- Google Sheets / Excel
- Notion
- Trello
- Planificateur Canva
- L'application Calendrier de votre téléphone
- Un simple carnet papier

**Le meilleur outil est celui que vous allez réellement utiliser.**

## Les 7 erreurs à éviter

---

### 1. Planifier beaucoup trop de choses

Commencez petit (3 posts par semaine) plutôt que 7 posts impossibles à tenir.

## **2. Ne faire que de la promotion**

Si vous ne faites que vendre, les gens se désabonneront.

## **3. Ignorer son audience**

Publier ce qui vous plaît au lieu de ce qui aide votre audience.

## **4. Utiliser le même ton partout**

LinkedIn n'est pas Instagram. Adaptez votre style.

## **5. Oublier l'appel à l'action (CTA)**

Si vous ne dites pas aux gens quoi faire, ils ne feront rien.

## **6. Ne pas analyser les résultats**

Regardez ce qui a marché et ce qui a échoué.

## **7. Abandonner après une semaine**

Les résultats prennent du temps. La régularité est primordiale.

## **Contenu responsable et authentique**

---

- Ne copiez pas aveuglément le contenu généré par l'IA.
- Ajoutez vos propres exemples personnels.
- Restez honnête et évitez les fausses promesses.
- Respectez les droits d'auteur pour les images et les textes.
- Protégez les données personnelles de vos clients.
- Publiez du contenu utile, pas seulement du contenu automatisé pour faire du volume.

## Prompts prêts à l'emploi

---

**Prompt 1 :** "Crée un plan de contenu sur 7 jours pour promouvoir une formation IA pour débutants."

**Prompt 2 :** "Propose 10 idées de posts éducatifs sur l'intelligence artificielle pour débutants."

**Prompt 3 :** "Transforme cette idée en 5 formats différents : LinkedIn, Instagram, Facebook, Reel et email."

**Prompt 4 :** "Crée un calendrier de contenu équilibré avec 3 posts éducatifs, 1 post inspirationnel, 1 post de confiance, 1 post promotionnel et 1 post d'engagement."

**Prompt 5 :** "Améliore ce plan de contenu pour qu'il soit plus clair, plus réaliste et plus adapté à mon audience."

## Mini Exercice : Créer votre plan sur 7 jours

---

### 1 Sujet et Audience

Choisissez votre projet et écrivez qui est votre audience cible.

### 2 Plateforme et Objectif

Choisissez UNE plateforme principale et un objectif pour la semaine.

### 3 Génération avec l'IA

Demandez à ChatGPT de créer le plan de 7 jours avec le prompt fourni.

### 4 Sélection et Amélioration

Choisissez les meilleures idées et ajustez-les manuellement.

5

### Passer à l'action

Créez le premier post, préparez son visuel et décidez quand le publier.

## Template de Plan de Contenu (à réutiliser)

Projet :

---

Audience :

---

Plateforme  
principale :

---

Objectif de la  
semaine :

---

Message de marque :

---

Pilier de contenu :

---

Jour :

---

Sujet :

---

Format :

---

Message principal :

---

Appel à l'action  
(CTA) :

---

Idée de visuel :

---

Statut :

---

Notes :

## Questions de réflexion

---

- **Puis-je publier ce plan de manière réaliste ?**
- **Mon plan aide-t-il vraiment mon audience ?**
- **Y a-t-il suffisamment de contenu éducatif ?**
- **Ai-je prévu trop de posts promotionnels ?**
- **Quel contenu puis-je créer en premier dès aujourd'hui ?**
- **Que pourrai-je améliorer la semaine prochaine ?**

## Checklist de validation

---

- Je peux créer un mini plan de contenu sur 7 jours.
- Je connais les 5 piliers de contenu (éducatif, inspirationnel, confiance, promo, engagement).
- Je sais équilibrer mes publications pour ne pas faire que de la vente.
- Je peux utiliser l'IA pour générer des idées de posts.
- Je peux adapter une seule idée en plusieurs formats différents.
- Je peux organiser mon contenu dans un outil simple (Google Sheets, Notion, papier).

Je sais améliorer mon plan avant de le valider et de publier.

Je garde une touche humaine et authentique dans tous mes contenus.

## Résumé de la Leçon

---

- ✓ Un plan de contenu aide les débutants à **rester réguliers et organisés**.
- ✓ L'IA permet de **générer et structurer des idées rapidement** pour éviter la page blanche.
- ✓ Un bon contenu équilibre **éducation, confiance, inspiration, engagement et promotion**.
- ✓ Un **plan simple sur 7 jours** est largement suffisant pour commencer.
- ✓ Le meilleur plan est celui qui est **réaliste, utile et adapté à votre audience**.

La régularité ne vient pas de la motivation seule, mais d'un système simple. Avec un mini plan de contenu et l'aide de l'IA, vous pouvez publier plus clairement, plus régulièrement et avec plus de confiance. Commencez avec 7 jours, puis améliorez semaine après semaine.