

GUIDE 03 • GRATUIT

Votre calendrier *de publication*

Trois piliers, une semaine type et soixante idées. De quoi ne plus jamais se demander quoi publier.

3 PILIERS • 4 PUBLICATIONS / SEMAINE • 60 IDÉES

Ce calendrier n'est pas une contrainte de plus. C'est ce qui vous évite de repartir de zéro chaque lundi.

Commencez par une seule semaine. Si elle tient, la suivante tiendra aussi.

Trois piliers.

Rien de plus.

Un calendrier ne tient pas parce qu'il est ambitieux. Il tient parce qu'il est simple. Trois types de publications suffisent à construire une présence solide et à ne jamais se retrouver à court d'idées.

PILIER 01

Le témoin

Montrer le travail, sans commentaire

Vous documentez ce qui se passe vraiment : un geste, une préparation, une matière, un moment de la journée. Aucune leçon, aucune promesse. Ce pilier dit simplement : voilà ce qu'on fait, et comment.

Formats : Vidéo courte • Photo de geste • Détail de matière • Coulisses — **Fréquence :** 2 fois par semaine

PILIER 02

L'évidence

Nommer ce que les gens vivent sans le dire

Vous mettez des mots sur un problème que votre public reconnaît immédiatement. Pas de jargon, pas de démonstration : un constat juste. Ce pilier dit : vous vous reconnaissez là-dedans ?

Formats : Avant / après • Observation • Cas concret • Comparaison — **Fréquence :** 1 fois par semaine

PILIER 03

Le point de vue

Dire ce en quoi vous croyez

Vous expliquez une façon de faire, un choix, une exigence. C'est le pilier qui construit la confiance sur la durée, parce qu'il montre qu'il y a une tête derrière le travail.

Formats : Texte court • Prise de position • Méthode • Ce que vous refusez — **Fréquence :** 1 fois par semaine

Le bon dosage : deux publications « témoin », une « évidence », une « point de vue » par semaine. Quatre publications, tenables toute l'année.

Quatre publications.

Un rythme.

Cette structure est pensée pour tenir dans la durée, pas pour impressionner une semaine et disparaître trois.
La régularité prime toujours sur l'intensité.

JOUR	FORMAT	PILIER	EXEMPLE
Lundi	Vidéo courte	Le témoin	« Le geste qu'on ne voit jamais »
Mercredi	Photo	L'évidence	« Ce que ça change, concrètement »
Vendredi	Série d'images	Le témoin	« Une matinée chez nous »
Dimanche	Texte	Le point de vue	« Pourquoi on travaille comme ça »

À retenir : mieux vaut deux publications par semaine tenues douze mois que six par semaine tenues trois semaines.

Trente idées — le témoin

Piochez librement. Chaque idée fonctionne quel que soit votre métier — un lieu, une marque, un service ou un événement.

- Le premier geste de la journée
- Une matière en gros plan, sans contexte
- La préparation avant l'arrivée des gens
- Un outil que vous utilisez tous les jours
- Le même endroit à trois heures différentes
- Une main au travail, cadrée serré
- Ce qui se passe pendant qu'on attend
- Un détail que personne ne remarque jamais
- La lumière du matin sur votre espace
- Un produit ou un service en cours de fabrication
- Le rangement de fin de journée
- Une erreur rattrapée
- Ce que vous jetez et pourquoi
- Une livraison, un arrivage
- Le carnet, la liste, les notes

Trente idées — l'évidence et le point de vue

Piochez librement. Chaque idée fonctionne quel que soit votre métier — un lieu, une marque, un service ou un événement.

- Avant / après sur un cas réel
- Ce qu'on vous demande le plus souvent
- Une idée reçue dans votre métier
- Combien de temps ça prend vraiment
- La différence entre deux façons de faire
- Ce que vous auriez aimé savoir en démarrant
- Pourquoi vous refusez certaines demandes
- Un choix que vous assumez et qui surprend
- Ce que vous avez changé cette année
- Une question qu'on ne vous pose jamais
- Ce que coûte le fait de mal faire
- Trois erreurs courantes chez vos clients
- Votre définition du travail bien fait
- Ce qui vous a fait progresser récemment
- Une chose que vous ne ferez jamais



La régularité, pas l'intensité

Le piège est toujours le même : démarrer trop fort, puis abandonner.
Quatre publications par semaine, tenues douze mois, valent infiniment mieux qu'un mois brillant suivi d'un silence.

Choisissez le rythme le plus modeste que vous êtes certain de tenir.
C'est celui-là qui construira votre présence.

Envie qu'on s'en occupe ? Le premier échange est gratuit.
omastudio.fr • contact@omastudio.fr

Oma.Studio