



1

INSTAGRAM CAHIER D'EXERCICES

Ce cahier est là pour vous aider à réfléchir et à vous pousser un peu en dehors de votre zone de confort en ce qui à trait à Instagram. Servez-vous en pour donner un gros boost d'amour à votre compte durant le mois de mars, et conservez précieusement certaines sections qui vous serviront à plus long terme. N'hésitez pas à y revenir en cas de besoin, ça fait toujours du bien un petit rafraîchissement.

MES OBJECTIFS

EN CHIFFRE

Actuellement :

Mon nombre d'abonnés :

Mon nombre d'abonnements :

Mon nombre de likes moyen sur mes 9 dernières photos :

Mon nombre de commentaires moyen sur mes 9 dernières photos :

Nombre de gens qui regardent mes story en moyenne :

Dans 1 mois, ce que j'aimerais :

Mon nombre d'abonnés :

Mon nombre d'abonnements :

Mon nombre de likes moyen sur mes 9 dernières photos :

Mon nombre de commentaires moyen sur mes 9 dernières photos :

Nombre de gens qui regardent mes story en moyenne :

EN RESSENTI

Actuellement :

Comment je me sens par rapport à Instagram :

Est-ce une plateforme sur laquelle j'aime passer du temps? Pourquoi?

Dans 1 mois, ce que j'aimerais :

Comment je me sens par rapport à Instagram :

Est-ce une plateforme sur laquelle j'aime passer du temps? Pourquoi?

MON COMPTE

VOS DEVOIRS CE MOIS-CI

Au début du mois :

Créer votre compte si ce n'est pas déjà fait

Choisir votre nom d'utilisateur (ou le modifier, ou choisir de le laisser tel quel)

Faire ou modifier votre bio

Ajouter ou modifier votre photo de profil

Déterminer votre identité visuelle (voir exercice 3)

Déterminer votre style d'écriture (voir exercice 4)

Le plus souvent possible :

Liker et commenter sur des comptes que vous suivez

Liker et commenter sur des comptes que vous ne suivez pas

Vous abonner à de nouvelles personnes

Répondre aux commentaires et aux messages que vous recevez

Publier une nouvelle photo

Publier une ou des nouvelles story (vous pouvez en mettre plus qu'une par jour)

Fouiner sur de nouveaux hashtags (et interagissez avec les photos/comptes que vous aimez)

Fouiner sur de nouveaux lieux géotaggués (et interagissez avec les photos/comptes que vous aimez)

EXERCICE :

Pour vous faciliter la vie niveau planification et pour avoir un compte qui vous reflète bien, à tous les niveaux, je vous conseille de vous créer des «catégories» de publications. Un peu comme vos catégories de blogue, elles vous aideront à structurer votre contenu et à vous assurer de proposer du contenu varié à vos abonnés.

Voici des exemples de catégories :

Animaux / Famille / Café / Livres / Bébé / Activités / Paysage / Ville / Bâtiments / Nature / Maison / Outfit / Recettes / Repas / Produits de beauté / Décoration / Plantes / Travail / Papeterie / Souliers

Au-delà du contenu que vous partagez, essayez de trouver des catégories qui se rattachent à votre personne, à qui vous êtes.

Idéalement, vous pourriez en choisir entre 9 et 12 (pas de panique si vous n'en trouvez pas autant pour commencer!)

Mes catégories

1 :

2 :

3 :

4 :

5 :

6 :

7 :

8 :

9 :

10 :

11 :

12 :

MON IDENTITÉ VISUELLE

L'identité visuelle sur Instagram est très importante. C'est ce qui fera en sorte que les gens reconnaîtront vos photos facilement et que votre compte sera cohérent. Lorsque de nouvelles personnes trouveront votre compte, elle sauront en 1 seul coup d'oeil si votre compte leur plaît ou non, donc en ayant une identité visuelle claire, vous augmentez vos chances de gagner de nouveaux abonnés.

MA PALETTE DE COULEURS

C'est souvent ce qui frappe en premier, la palette de couleurs. Lorsqu'on arrive sur des comptes qui ont de fortes palettes de couleurs, on le voit tout de suite et l'effet visuel est vraiment intéressant.

Utilisez ce site pour obtenir votre palette de couleurs actuelle :

www.Colorkuler.com

Je vous recommande également de l'utiliser afin d'obtenir les palettes de couleurs de certains comptes que vous aimez, ça vous aidera pour les prochains exercices. (Vous pourrez toujours y revenir si vous ne connaissez pas encore de comptes que vous aimez)

Analyser les palettes de couleurs des autres

Personnellement, c'est comme ça que j'en suis arrivée à déterminer la mienne, donc c'est ce que je vous recommande de faire aussi. Sans nécessairement utiliser l'outil mentionné ci-dessus, vous êtes capables d'analyser un peu le genre de couleurs que ces comptes utilisent.

EXERCICE :

Trouvez 10 comptes que vous aimez. Vous n'êtes pas obligés de prendre des comptes que vous voulez «copier», simplement des ambiances visuelles qui vous plaisent. (Si jamais vous cherchez des comptes qui utilisent des couleurs spécifiques, ne vous gênez pas pour le dire dans le groupe, on pourra vous aider à chercher)

Qu'est-ce qui me plaît visuellement de ces comptes?

Quelles sont les couleurs dominantes?

Qu'est-ce que ces couleurs évoquent?

À la lumière de ces réflexions, est-ce que ces couleurs me conviendraient? Qu'elles reflèteraient bien mon style? Qu'elles sont réalistes à utiliser?

Sinon, quelles couleurs je pourrais utiliser qui pourraient évoquer des sentiments semblables, mais qui sont plus adaptées pour moi?

VOS PHOTOS

Comment améliorer ses photos? En s'inspirant des autres. Saviez-vous que vous pouviez enregistrer des photos sur Instagram?

Votre devoir : Vous créer au moins 1 tableau de photos enregistrées

Dans ce tableau, aller enregistrer des photos qui vous plaisent. Ça peut autant être au niveau des couleurs, de la composition, du jeu de lumière, de la pose de la personne, etc.

L'idéal est de vous créer plusieurs catégories (pourquoi pas autant que de catégories de photos pour votre compte?!) et ainsi vous aurez toujours de l'inspiration sous la main!

MON STYLE D'ÉCRITURE

En tant que blogueuses, on a souvent un style d'écriture déjà défini. Normalement, votre style d'écriture sur Instagram devrait ressembler à votre style d'écriture de blogue. Mais vous pouvez tout de même vous poser quelques questions afin de mieux définir la «vibe» que vous voulez avoir sur votre compte Instagram.

Quelle genre de connexion je souhaite avoir avec mes abonnés?

Qu'est-ce que je suis prête à dévoiler sur ma vie personnelle?

Est-ce que j'ai envie de partager des citations? (Si oui, ça peut être une bonne idée de vous en faire une banque à utiliser, ça vous sauvera du temps)

Qu'est-ce que je veux susciter comme sentiments? (Ça peut changer selon les publications bien sûr. Exemples : faire rire, inspirer, motiver, rendre heureux, etc)

VOS DÉFIS

Pour le fun, je vous ai concocté une petite liste de défis pour le mois! Vous pouvez essayer d'en faire le plus possible afin de bien découvrir Instagram et surtout, sortir de votre zone de confort! Ne vous mettez pas trop de pression, c'est pour vous que vous le faites!

DÉFIS MENSUEL

Story :

Faire 1 vidéo où vous parlez à la caméra

Faire 1 vidéo où vous filmez quelque chose d'autre que vous

Faire un boomerang

Utiliser un GIF

Partager 5 faits à propos de vous (voir exemple sur mon compte [simplement.camille](#))

Faire un sondage (l'outil est dans les stickers)

Faire un live (OMG!)

Publications régulières :

Publier un selfie

Raconter une anecdote personnelle

Donner un mot d'encouragement

Faire une recommandation

Publier une photo «naturelle», pas trop stagée, pas parfaite

Publier une photo que vous aurez créée en ayant une marque en tête et la tagger dessus (allez voir sur leur instagram le type de photos qu'ils repostent habituellement)

Publier une vidéo

Publier plusieurs photos sur 1 seule publication

Demander l'avis des gens sur une question

Raconter une leçon que vous avez apprise

Publier une citation et rattachez-là à votre situation

Publier une photo de vous prise par une autre personne

BONUS

CHECK-LIST POUR PUBLIER UNE PHOTO

- Aller voir dans ses photos enregistrées pour s'inspirer
- Rassembler tous les objets nécessaires
- Vérifier l'éclairage
- Prendre plusieurs photos, dans plusieurs angles. Essayer des choses différentes
- Utiliser une application pour modifier la photo (réglages et filtres)
- Ajouter la photo sur Instagram
- Ajouter une description engageante et pertinente
- Ajouter des hashtags pertinents
- Ajouter un géotag
- Tagger les marques ou personnes apparaissant sur la photo
- Publier la photo
- Optionnel : Dire à nos abonnés en story qu'on a publié une nouvelle photo
- Aller voir les likes et répondre aux commentaires
- Retourner voir les statistiques de la photo
- Analyser les résultats