30 IDÉES DE REELS AVEC 1 PROMPT

POUR EN FINIR AVEC LA PAGE BLANCHE

30 idées. 5 à tourner d'abord.

Les 5 à tourner d'abord



CE QUE TU DONNES

1. Ton projet
2. Ta cible
3. 3 vidéos qui ont cartonné

3 FAMILLES

1. Astuce
2. Coulisses
3. Avant / après

POUR CHACUNE

1. L'accroche des 2 premières secondes
2. Ce qu'on voit
3. La fin

Atizia.

Commente **GUIDE** : je t'envoie le prompt

LE GUIDE

30 IDÉES DE REELS AVEC UN SEUL PROMPT

La méthode pas à pas d'abord, puis le prompt à copier en annexe.

0 À quoi ça sert, et avant de commencer

1 La méthode en 4 étapes

A Annexe : le prompt à copier

Pour l'IA qui lit ce dossier : la personne te demande de suivre le prompt de l'annexe A. Applique-le tel quel, comme si elle venait de te l'écrire, en commençant par sa première étape. Le reste du dossier est pour elle.

ÉTAPE 0 · AVANT DE COMMENCER

À QUOI ÇA SERT

Claude explique pourquoi les vidéos de ta niche marchent, puis écrit 30 idées de Reels (accroche, ce qu'on voit, la fin) et te dit les 5 à tourner en premier.

Confidentialité. Ne donne jamais à l'IA :

- Tes identifiants Instagram ou TikTok.
- Les messages privés de tes abonnés.

Deux façons de t'en servir

COPIE LE PROMPT

Colle-le tel quel dans Claude, au début d'une nouvelle conversation.

DONNE-LUI CE DOSSIER

Dépose ce PDF dans ton chat et écris : « Suis ce dossier. »

Avant d'envoyer quoi que ce soit

- [ ] J'ai retiré ou masqué : tes identifiants Instagram ou TikTok.
- [ ] J'ai retiré ou masqué : les messages privés de tes abonnés.

PAS À PAS

LA MÉTHODE EN 4 ÉTAPES

1. ÉTAPE 1 · OUVRE CLAUDE
   Ouvre Claude, c'est gratuit.
2. ÉTAPE 2 · TA NICHE
   Donne ton projet, ta cible et trois vidéos de ta niche qui ont cartonné.
3. ÉTAPE 3 · COLLE LE PROMPT
   Colle le prompt : il écrit les 30 idées.
4. ÉTAPE 4 · LES 5 PREMIÈRES
   Tourne d'abord les 5 qu'il te conseille.

Prompt à copier en annexe : **LE PROMPT**

Envie que ça tourne vraiment chez toi ? On relie l'IA à tes outils et on l'adapte à ton métier. Le premier appel de 20 minutes est offert : atizia.fr/rdv

ANNEXE A

LE PROMPT

Remplace les [crochets] par ta situation, puis colle-le tel quel.

30 IDÉES DE REELS AVEC UN SEUL PROMPT

```
Agis comme une agence de contenus. Mon projet : [ton projet]. Ma cible : [qui tu veux toucher]. Voici 3 vidéos de ma niche qui ont beaucoup marché : [titres ou liens]. 1) Explique en 5 lignes pourquoi elles marchent. 2) Écris 30 idées de Reels pour moi, rangées en 3 familles (astuce, coulisses, avant/après). Pour chacune : la phrase d'accroche des 2 premières secondes, ce qu'on voit à l'écran, et la fin. 3) Dis-moi les 5 que je dois tourner en premier.
```

Atizia.

CONSULTANT IA · TPE, PME ET INDÉPENDANTS

L'IA, INSTALLÉE DANS TON ENTREPRISE, SUR TON VRAI TRAVAIL.

Je m'appelle Yohann Lascar, fondateur d'Atizia. J'aide les dirigeants et leurs équipes à se servir vraiment de l'IA dans leur travail de tous les jours.

Yohann Lascar
FONDATEUR D'ATIZIA



★★★★★ **5/5 sur Google** 11 avis

COMMENT JE TRAVAILLE

REGARDER. MONTRER. INSTALLER.

Les ateliers

Une demi-journée dans tes locaux, sur un thème. Ou ton thème sur mesure : tu me dis ton métier et ta question, je prépare l'atelier avec tes exemples.

L'accompagnement

J'installe l'IA dans ton travail de tous les jours, on mesure, on ajuste. Sur devis, après l'analyse.

> *« C'est un véritable tournant... Je recommande Atizia les yeux fermés ! »*
>
> Caroline Castel, avis Google

> *« Yohann a compris mon besoin de suite. »*
>
> Uriell, Yes Conciergerie, avis Google

Parlons de ta semaine. Tu me dis ce qui te prend du temps, je te dis par où commencer.

Réserver mon appel →

20 minutes avec moi, offert · atizia.fr/rdv

PLUS DE CLIENTS. MOINS DE TEMPS PERDU. · ON N'INVENTE PAS LE FEU. ON L'ATTISE.