



FORMATION

LES FONCTIONNALITÉS D'INSTAGRAM AU SERVICE DE SES OBJECTIFS PROFESSIONNELS

(JOURNALISTES ET COMMUNICANT·E·S)

18 mars 2024 à Montpellier

18 mars 2024 à Toulouse

7 heures • 1 jour • 280 € + adhésion au Club de la Presse

PRÉSENTATION

Nous vous proposons un parcours de formation composé de plusieurs modules et adapté en fonction de vos connaissances.

Vous apprendrez les fonctionnalités et les tendances d'Instagram, mais aussi à créer du contenu pertinent et à utiliser la plateforme pour valoriser votre travail.

À la fin de ce parcours, vous aurez toutes les billes pour vous lancer de manière professionnelle sur Instagram.

PUBLIC VISÉ

- dirigeant-e-s
- entrepreneur-se-s
- community managers
- chargé-e-s de communication
- journalistes

PRÉ-REQUIS

- Avoir des connaissances de base en utilisation des réseaux sociaux.
- Disposer d'un smartphone et avoir téléchargé l'application Instagram ainsi que des visuels pour les premières publications.

OBJECTIFS

Notre formation a pour but de vous transmettre les clés d'une animation professionnelle et qualitative de votre page Instagram pour que vous développiez vos compétences digitales afin de gagner en visibilité et de booster durablement votre business.

- Apprendre à animer un compte professionnel
- Connaître et mettre en oeuvre les bonnes pratiques
- Savoir évaluer les résultats de ses actions

Les thèmes abordés seront les suivants :

- Comprendre les leviers de la visibilité
- Comprendre et utiliser les fonctionnalités de la plateforme
- Connaître le vocabulaire utilisé sur Instagram (stories, posts, feed, reels...)

PARTENAIRE

Le Club de la presse Occitanie, est une association à but non lucratif fondée en 1984. Elle est née de la volonté de quelques journalistes passionné-es, rejoints quelques années après par les professionnel-les de la communication.

Acteur majeur du Languedoc-Roussillon, puis de toute l'Occitanie depuis la réforme territoriale de 2014, l'association a grandi au rythme de l'évolution des mondes de l'information et de la communication.

Depuis 40 ans, le Club de la presse est devenu au cours des ans, en toute légitimité, le représentant régional de la branche professionnelle des métiers de la presse et de la communication.

INTERVENANTES

À MONTPELLIER

Océane LHOMME - AGENCE JANVIER

Responsable Social Média et Influence depuis 2017, elle accompagne les client·e·s de Janvier dans leur stratégie et la gestion de leurs réseaux sociaux (audit, stratégie, création de contenu, animation de la communauté, analyse des résultats et campagnes de marketing d'influence). Elle leur propose également des formations sur-mesure pour qu'ils puissent prendre en main leurs réseaux en toute autonomie (Instagram, Facebook, LinkedIn, TikTok). En parallèle, elle est intervenante auprès d'étudiant·e·s sur le module Communication Digitale.

À TOULOUSE

Catherine EPSTEIN - CAPTIN

Consultante et formatrice en stratégie marketing et digitale et relation client depuis 2011, elle accompagne régulièrement les entreprises dans leurs démarches sur les réseaux sociaux par la définition de lignes éditoriales personnalisées et la mise en oeuvre des stratégies définies. Elle forme sur différentes plateformes telles que Instagram, Facebook, X (Twitter), TikTok, LinkedIn et en marketing d'influence.

TARIF



280 €

+ adhésion au Club de la presse

**COMMENT FINANCER
VOTRE FORMATION ?**

**ADHÉRER AU CLUB
DE LA PRESSE**

CONTENU

PARTIE 1 : DÉCOUVRIR INSTAGRAM (3H30)

Introduction à Instagram

- Présentation de la plateforme
- Vue d'ensemble de l'algorithme
- Profil personnel, créateur et page entreprise

Création et optimisation d'un compte professionnel

- Guide pas à pas pour créer un compte pro
- Optimisation du profil

Les fonctionnalités d'Instagram

- Post, stories, reels, notes, lives
- Les fonctionnalités dont vous avez entendu parler mais qui n'existent plus

Exercice pratique

Création d'un premier post et/ou d'une story pour mettre en pratique les fonctionnalités découvertes OU réécriture de sa bio (en fonction du niveau de l'apprenant et de sa page actuelle)

PARTIE 2 : USAGES ET INTÉGRATION D'INSTAGRAM DANS VOTRE QUOTIDIEN PROFESSIONNEL (3H30)

Les tendances et bonnes pratiques

- Identification des tendances actuelles
- Bonnes pratiques pour augmenter l'engagement
- L'importance du référencement
- Analyse de cas de succès

Intégrer Instagram à sa stratégie

- Comprendre son audience, définir ses objectifs
- Définir des typologies de contenus spécifiques
- Réaliser un planning éditorial

L'importance du visuel sur Instagram

- Importance de la photo et de la vidéo
- Capturer, partager des contenus visuels de qualité.
- Créer des stories et des reels engageants.

Panorama des outils d'aide à la création de contenu

- Cap Cut pour créer sans limite
- Videoleap et Mijo pour des templates rapides
- Canva pour des visuels de qualité
- Preview pour anticiper le feed

Atelier de réflexion stratégique

- Cibles, objectifs et typologies de contenus

Conclusion et synthèse

CONTACT

SAÂDIA MOHAMED

Responsable de formation

Il est possible de mettre en place des parcours personnalisés en fonction des besoins et des compétences déjà acquises. Pour toute information d'ordre pédagogique ou administratif, merci de contacter :

formation@lardec.fr
04 67 92 90 90

Si vous avez des besoins d'aménagements spécifiques au regard de la santé, contactez nos référentes handicap. Ensemble, nous identifierons les éventuelles contraintes et trouverons des solutions adaptées dans la mesure du possible :

CHARLOTTE MICHEL

Assistante de formation
Référente handicap
Référente égalité hommes-femmes

c.michel@lardec.fr
04 67 92 90 93

MATHILDE LEFEVRE JOUSSE

Coordinatrice du lieu de formation
Référente handicap
Chargée de communication

m.jousse@lardec.fr
07 67 57 00 53

MOYENS & MODALITÉS

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Méthodes expositive, participative et active comprenant apports théoriques, méthodologiques mises en situation et cas pratiques.
- Formation en présentiel (pouvant être organisée en distanciel selon le contexte sanitaire)
- Support de formation : résumé du diaporama remis aux stagiaires et fiche récapitulative "Bonnes pratiques sur Instagram".

MOYENS TECHNIQUES

Pour les apprenant-e-s, il est demandé de venir muni-e-s d'un smartphone et d'avoir téléchargé l'application Instagram ainsi que des visuels pour les premières publications.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

L'évaluation des acquis est réalisée en continu tout au long de la formation au travers d'exercices pratiques. À l'issue de la formation, un questionnaire écrit de satisfaction sera renseigné par chaque participant-e afin qu'il-elle évalue la pertinence des contenus de la formation au regard de sa pratique professionnelle. Ce questionnaire sera complété d'une auto-évaluation des acquis et/ou d'exercice pratique.

INSCRIPTION

**TÉLÉCHARGER
LA FICHE D'INSCRIPTION**

LIEUX DES FORMATIONS

TOULOUSE



18 MARS 2024

La Cité

55 avenue Louis Breguet
31400 Toulouse

- **Voiture** : à 5 min des 2 périphériques, A620 – sortie 20 Complexe scientifique ou A61 – sortie 18 Montaudran
- **Bus** : Ligne L9 Marengo SNCF/Gonin – Arrêt Gare de Montaudran ou Ligne L7 Cours Dillon/Saint Orens – Arrêt Tahiti
- **TER** : à 5 mn à pied de l'arrêt TER Montaudran

Accessible aux personnes à mobilité réduite

MONTPELLIER



18 MARS 2024

Le Club de la Presse

1 place du Nombre d'Or
34000 Montpellier

- **Voiture** : centre-ville, parkings TAM Antigone, Zenpark ou Europa
- **Tramway** : ligne 1 Antigone ou Léon Blum – lignes 1, 2 ou 4 Place de l'Europe

OU

Le Tri Postal

120 rue Adrien Proby
34090 Montpellier

Voir infos pratiques et modalités d'accès page suivante.

DÉLAIS D'ACCÈS

POUR LES PERSONNES SALARIÉES



- 1** Renseignez la fiche d'inscription et renvoyez-la signée à L'Ardec **au moins 6 semaines avant le début de la formation**
- 2** Vous recevrez le devis et le contenu de la formation dans la semaine suivant votre demande
- 3** Joignez ces documents à la demande de prise en charge auprès de l'OPCO* ou de votre employeur-se
- 4** Une fois la prise en charge validée, envoyez l'accord à L'Ardec pour inscription finale
- 5** Vous recevrez alors la convention et le règlement intérieur à retourner signés dans la semaine suivant la réception de l'accord de financement

*La demande auprès de l'AFDAS pour les personnes intermittentes doit être faite **au plus tard 1 mois avant le début de la formation.**

POUR LES PERSONNES DEMANDEUSES D'EMPLOI



- 1** Se rapprocher de votre conseiller-ère Pôle emploi pour vérifier la faisabilité de votre projet de formation**
- 2** Renseignez la fiche d'inscription et renvoyez-la signée à L'Ardec
- 3** Établissement du devis par L'Ardec auprès de Pôle emploi dans les 2 semaines suivant la réception de la fiche d'inscription
- 4** Une fois la prise en charge validée, envoyez l'accord à L'Ardec pour inscription finale
- 5** Vous recevrez alors la convention et le règlement intérieur à retourner signés dans la semaine suivant la réception de l'accord de financement

Il est conseillé de faire votre demande auprès de Pôle emploi **au plus tard 1 mois avant le début de la formation.

INFOS PRATIQUES • LE TRI POSTAL

LIEU DE LA FORMATION

Le Tri Postal, notre espace de travail collaboratif labellisé tiers-lieu Occitanie, est situé dans le quartier Hôpitaux-Facultés à Montpellier. Le Tri postal est mis à disposition des stagiaires hormis les espaces de bureaux clos (ateliers). Le coworking et la Bulle sont disponibles dans la limite des places disponibles et sur la période de formation.

ADRESSE

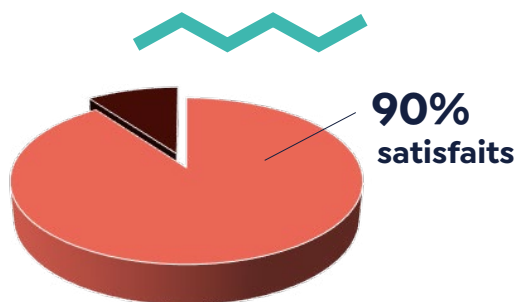
Le Tri Postal
120 rue Adrien Proby
34090 Montpellier

ACCÈS

- **Tramway** : ligne 1, arrêt Hôpital Lapeyronie
- **Bus** : la Navette, arrêt Eugène Bataillon
- **En voiture** : parking privé
- **À vélo** : 10 min du centre
- **Stations VéloMagg** : Vélostation 37 Fac des Sciences ou Vélostation 36 Occitanie

[TÉLÉCHARGER TOUTES LES INFORMATIONS PRATIQUES](#)

CHIFFRE CLÉ 2023



RESTAURATION

Le Tri Postal dispose d'un espace cantine où vous pouvez déjeuner. Des réfrigérateurs, des micro-ondes et de la vaisselle sont à votre disposition. Il existe également plusieurs services de restauration à proximité, en vente sur place ou à emporter. N'hésitez pas à nous demander conseil et à consulter le plan en dernière page.

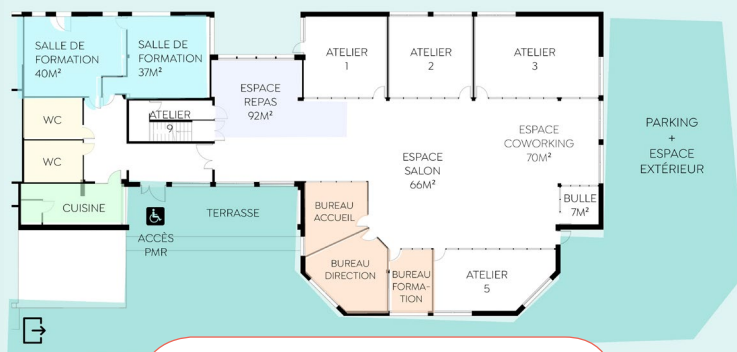
ANNULATION

Des modifications indépendantes de notre volonté peuvent intervenir en cours d'année. L'Ardec se réserve le droit d'annuler ou de reporter une formation si le nombre d'inscrit·e·s est insuffisant (ou autres problèmes majeurs). Dans ce cas, les sommes versées par les stagiaires seront intégralement remboursées.

[TÉLÉCHARGER LES CONDITIONS GÉNÉRALES DE VENTES \(CGV\)](#)

ACCESSIBILITÉ

Le Tri Postal est accessible aux personnes à mobilité réduite. Nous réalisons une veille constante ainsi qu'un aménagement progressif de nos dispositifs, démarches, outils et supports des parcours de formation pour l'ensemble des types de handicap.



[TÉLÉCHARGER LA FICHE ACCESSIBILITÉ](#)

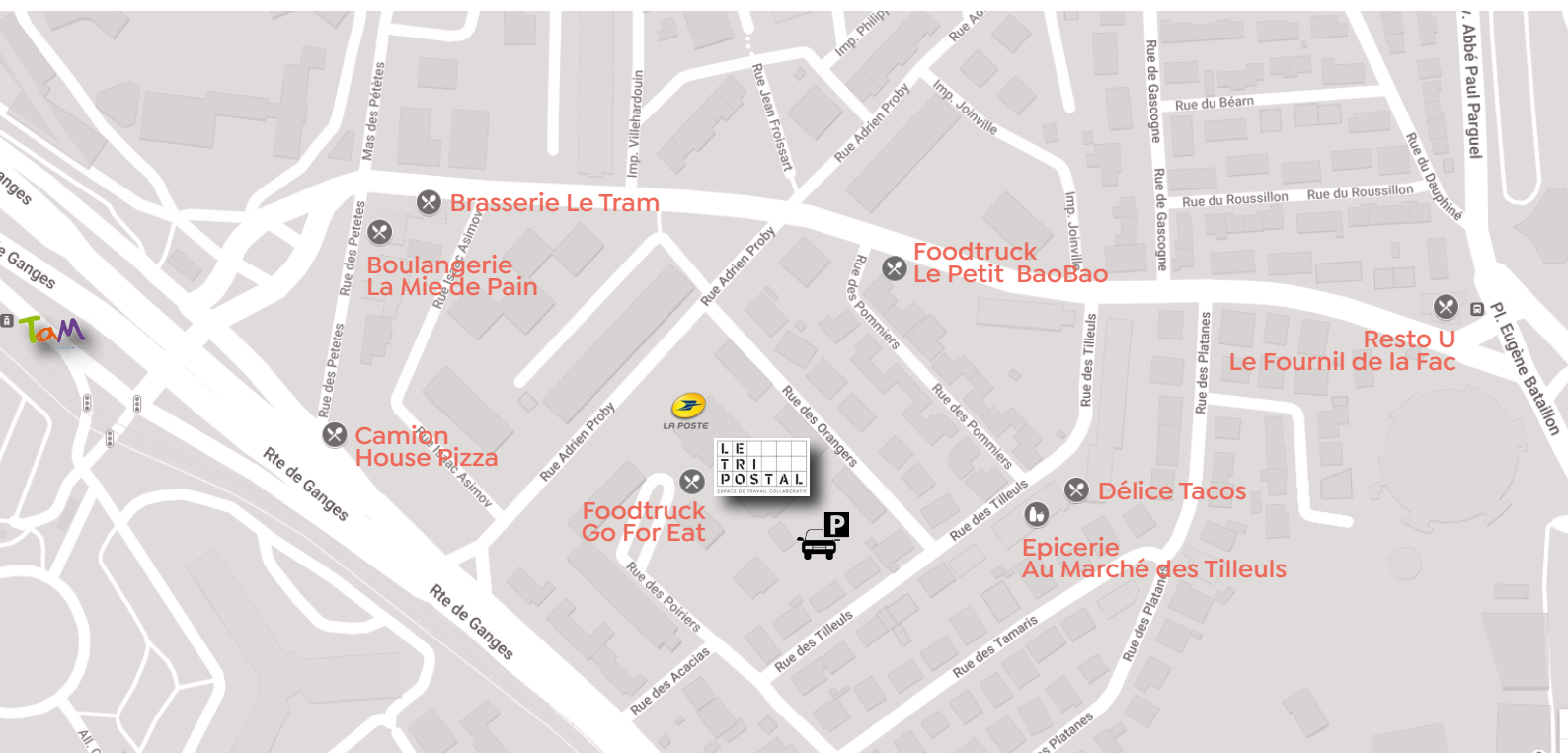


www.lardec.fr
120 rue Adrien Proby
34090 Montpellier
04 67 92 21 74
contact@lardec.fr



ESPACE DE TRAVAIL COLLABORATIF

www.tripostal-mtp.fr
120 rue Adrien Proby
34090 Montpellier
04 67 92 21 74
contact@tripostal-mtp.fr



SIRET : 40918368800038 - APE : 8559A
Organisme de formation : 91340340634
Charte graphique : Christophe Malsert - Focus Magazine

