

CALENDRIER MEDIAS SOCIAUX 2023

INSPIRATIONS

JANVIER	FÉVRIER	MARS
1^{ER} Nouvel An ex. Les bonnes résolutions de la nouvelle année		4 Journée mondiale contre l'obésité
1^{ER}-31 Veganuary ex. Recettes végétaliennes		8 Journée internationale des droits des femmes
1^{ER}-31 Dry January Mois sans alcool		18 Journée mondiale du sommeil ex. Vos astuces pour de bonnes nuits
16 Blue Monday (lundi bleu) Le lundi le plus déprimant de l'année		Journée mondiale du recyclage
16 Début de l'Open d'Australie (1^{er} tournoi de tennis du grand Chelem)		20 Journée internationale du bonheur
22 Nouvel An chinois		
	2 Chandeleur ex. Recettes de crêpes	
	4 Journée mondiale du cancer	
	4 Début du Tournoi des Six Nations (rugby)	
	14 Saint Valentin	
	16 Journée de l'Amande	
	21 Mardi gras ex. Recettes	
	25 Ouverture du salon de l'agriculture	

Mes exemples de posts :

ASTUCES DE PRO POUR VAINCRE LES ALGORITHMES

- POSTEZ RÉGULIÈREMENT DES CONTENUS DE QUALITÉ**
Privilégiez la cohérence : essayez autant que possible de publier quotidiennement. Vos contenus doivent être pertinents pour votre communauté et susciter son engagement.
Veillez à maintenir un compte actif tous les jours, d'une manière ou d'une autre.
Vous pouvez utiliser toute une palette de contenus pour aider vos followers à mieux vous connaître et apprécier votre travail. N'hésitez pas à alterner vidéo, post, live and IGTV.
- ASTUCE DE PRO : CRÉEZ DES CONTENUS FACILEMENT PARTAGEABLES**
Les infographies sont particulièrement performantes pour mieux vous classer dans l'algorithme. Vérifiez régulièrement les statistiques de vos posts pour savoir plus précisément les contenus que votre communauté apprécie.
- ASTUCE DE PRO : FAVORISEZ LES INTERACTIONS DANS VOS POSTS**
Rédigez des légendes engageantes, posez des questions et veillez à entretenir les conversations. Les questions invitent les followers à commenter vos publications. C'est pourquoi vous devez prendre soin de répondre à chacun d'entre eux en entretenant un climat bienveillant.
- POSTEZ AUX HEURES DE POINTE**
Si vous avez un compte professionnel (vous pouvez activer cette modalité dans vos paramètres) vous pouvez visualiser les jours et heures qui rassemblent le plus grand nombre de followers sur votre compte. Il vous sera plus facile de créer de l'engagement autour de vos contenus sur ces tranches horaires.
- L'UTILISATION DES HASHTAGS**
Mêlez hashtags (ou mots dièse) de niche et hashtags très populaires. Évitez d'en abuser et n'en utilisez pas plus de 30. La stratégie de hashtags diffère d'un compte à l'autre, mais la règle généralement admise est d'en utiliser une dizaine. Dans la mesure où de nombreux utilisateurs recherchent des contenus via ces hashtags, il est essentiel de les choisir soigneusement afin de les conduire à vos contenus.

* Sur Twitter les tweets les plus performants comptent 2 à 3 hashtags.



CALENDRIER MEDIAS SOCIAUX 2023

QUELQUES EXEMPLES

Journée de l'amande

(16 février 2023)

Par ex. Les bénéfices nutritionnels des amandes



Mois de la sensibilisation au stress

(1^{er} - 30 avril 2023)



Journée mondiale de la santé digestive

(29 mai 2023)



Journée mondiale du diabète

(14 novembre 2023)



CALENDRIER MEDIAS SOCIAUX 2023

INSPIRATIONS

APRIL		MAI		JUIN		JUILLET		AOÛT		SEPTEMBRE	
		14	Journée mondiale du commerce équitable	1^{ER}-29	Mois des fiertés	1^{ER}-23	Tour de France			10	Journée mondiale de prévention du suicide
1^{ER}-30	Mois de la sensibilisation au stress	19	Journée mondiale des maladies inflammatoires chroniques de l'intestin (MICI)	11	Journée mondiale du bien-être	3	Internationaux de tennis de Wimbledon			22	Équinoxe d'automne
2	Marathon de Paris ex. Les aliments facilitant la récupération après le sport	28	Journée internationale d'action pour la santé des femmes	15	Journée mondiale contre la faim	14	Fête nationale			23	Journée européenne du Bio
7	Journée mondiale de la santé	28	Internationaux de tennis Paris-Roland Garros (tennis, tournoi du Chelem)	16-18	Journées nationales de l'agriculture	17	Journée mondiale des emojis			29	Journée mondiale du Cœur ex. Les aliments bons pour le cœur
9-10	Pâques	29	Journée mondiale de la santé digestive ex. Les aliments contribuant à la santé du microbiote								
27	Foire de Paris							28	US Open (tennis)	29	Journée internationale de sensibilisation aux pertes et gaspillage de nourriture

Mes exemples de posts :
