



Break Com' d'Été

Refaire et optimiser son Instagram pendant l'été — et repartir à la rentrée avec un compte professionnel, une ligne éditoriale claire et un plan d'action concret.

Action de formation
CERTIFIÉ QUALIOP

FORMATRICE : GAËLLE MEURDRA CHATEAUBON

À propos de cette formation

Une formation pensée pour votre rentrée Instagram

L'été est souvent perçu comme une période creuse. Break Com' d'Été vous invite à en faire une opportunité stratégique : remettre à plat votre compte Instagram, clarifier votre communication et construire votre visibilité pour la rentrée — sans stress ni surcharge.

Objectif

Optimiser votre compte Instagram pour améliorer votre visibilité, votre crédibilité et votre capacité à attirer de futurs clients dès la rentrée.

Durée

12 heures de formation — 6h en classes virtuelles + 6h d'e-learning à votre rythme.

Format

4 mercredis consécutifs de 10h30 à 12h00, de juillet à août 2026.

Format & Modalités

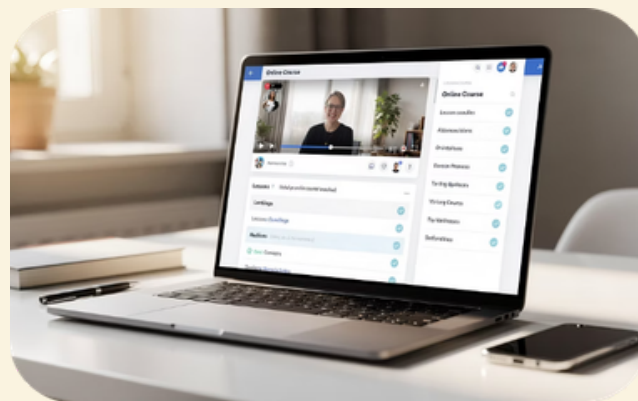
Un programme hybride, flexible et concret

Break Com' d'Été adopte un format mixte conçu pour s'adapter à votre rythme estival. Chaque semaine alterne temps collectif en direct et apprentissage individuel sur votre propre compte Instagram.



Classes virtuelles collectives

4 sessions en direct de 1h30 chacune.
Échanges, analyses de comptes participants, questions-réponses et dynamique de groupe.



Modules e-learning

4 modules à suivre à votre rythme entre les sessions. Des contenus pratiques directement applicables à votre compte Instagram.



Livrables personnalisés

À chaque semaine correspond un livrable concret : audit, profil optimisé, plan éditorial, calendrier et plan d'action de rentrée.

Les dates des classes virtuelles

Semaine 1

Mercredi 22 juillet 2026

10h30 – 12h00

Diagnostiquer son Instagram

1

Semaine 3

Mercredi 5 août 2026

10h30 – 12h00

Structurer sa communication

3

Semaine 2

Mercredi 29 juillet 2026

10h30 – 12h00

Optimiser son profil

2

Semaine 4

Mercredi 12 août 2026

10h30 – 12h00

Préparer la rentrée

4



Les classes virtuelles se déroulent chaque mercredi de 10h30 à 12h00. Les modules e-learning sont accessibles en autonomie entre les sessions.

Public visé

Cette formation est faite pour vous

Break Com' d'Été s'adresse à toutes celles et ceux qui souhaitent profiter de l'été pour remettre à plat leur compte Instagram et préparer leur visibilité de rentrée.

Entrepreneurs

**Freelances &
indépendants**

Artisans

Commerçants

Consultants & coachs

Dirigeants de TPE

Porteurs de projet



Prérequis : posséder un compte Instagram professionnel ou en cours de création, disposer d'un ordinateur ou smartphone connecté à internet, et avoir une activité ou un projet entrepreneurial.

Objectifs pédagogiques

Ce que vous saurez faire à l'issue de la formation

À l'issue du parcours, vous repartirez avec des compétences concrètes et des livrables directement utilisables pour votre compte Instagram.

1 Réaliser un audit de son compte Instagram

Évaluer objectivement votre profil, votre feed, vos stories et votre visibilité pour identifier vos points forts et axes d'amélioration.

2 Optimiser son profil et sa bio

Transformer votre profil en vitrine professionnelle : photo, nom, bio, lien stratégique et stories permanentes.

3 Définir une ligne éditoriale adaptée à sa cible

Identifier vos piliers de contenu, votre persona et les types de publications à privilégier.

4 Structurer son feed

Organiser votre grille Instagram de manière cohérente et attractive pour votre audience.

5 Construire un mini calendrier éditorial

Planifier votre création de contenu de manière régulière et cohérente, sans vous disperser.

6 Repartir avec un plan d'action de rentrée

Définir vos priorités et planifier les 30 à 90 premiers jours de votre visibilité post-estivale.

Programme pédagogique

4 semaines, 4 modules, 4 livrables

Chaque semaine est construite autour d'un objectif précis, d'un contenu actionnable directement appliqué à votre compte Instagram, et d'un livrable concret que vous conservez à l'issue de la formation.

1

Diagnostiquer son Instagram

Audit du profil, analyse de la bio, du feed, des stories à la une, diagnostic visibilité et crédibilité.

Livrable : Audit personnalisé Instagram

2

Optimiser son profil

Photo de profil, nom et référencement, bio optimisée, lien stratégique, stories permanentes.

Livrable : Profil Instagram optimisé

3

Structurer sa communication

Définition des piliers de contenu, identification du persona, types de contenus à publier, organisation du feed.

Livrable : Plan éditorial personnalisé

4

Préparer la rentrée

Création des premiers contenus, calendrier éditorial, plan d'action sur 30 à 90 jours, priorités de rentrée.

Livrable : Calendrier éditorial + plan d'action de rentrée

Méthodes & Outils

Une pédagogie active et bienveillante

Méthodes pédagogiques

- Apports méthodologiques structurés et progressifs
- Exercices pratiques sur votre propre compte Instagram
- Analyse des comptes participants en groupe
- Études de cas concrets
- Questions-réponses et temps d'échange collectif

Moyens techniques

- Classes virtuelles en direct via un outil de visioconférence
- Plateforme e-learning dédiée, accessible 24h/24
- Supports pédagogiques et check-lists téléchargeables
- Modèles et outils pratiques prêts à l'emploi

Tarif & Financement

Un investissement accessible, avec possibilité de prise en charge

Tarif standard

347 € TTC — Accès complet au programme : classes virtuelles, e-learning, livrables et supports.

Tarif lancement

297 € TTC — Offre réservée aux 3 premières inscriptions. Profitez-en avant la clôture des places.

Financement & prise en charge

Selon votre statut, cette formation peut être prise en charge totalement ou partiellement via :

- OPCO (pour les salariés et certains indépendants)
- FAF (Fonds d'Assurance Formation pour les indépendants)
- Autres dispositifs de financement mobilisables



Nous vous accompagnons dans l'identification des possibilités de financement adaptées à votre situation.



Pour aller plus loin

Informations pratiques & accessibilité



Délais d'accès

L'inscription est possible jusqu'à la veille du démarrage, dans la limite des places disponibles et après validation administrative.



Accessibilité

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Un échange préalable permettra d'étudier et d'adapter les besoins spécifiques.



Sanction de la formation

À l'issue du parcours, vous recevrez une attestation de fin de formation ainsi qu'un certificat de réalisation.



Évaluation des acquis

Diagnostic de départ en amont, exercices pratiques et validation des livrables en cours de formation, remise du plan d'action final en fin de parcours.



Organisme de formation certifié Qualiopi — Breakxit. Prérequis : posséder un compte Instagram professionnel ou en cours de création, disposer d'un ordinateur ou smartphone connecté à internet, et avoir une activité ou un projet entrepreneurial.