

MOIS 1	Facebook , Instagram			Blog	
	Heure de publication	Post	Objectif	Post	Objectif
Semaine 1					
Lundi	09 heure	c'est dur d'echouer, mais c'est pire de n'avoir jamais essayé de réussir. Theodore Roosevelt #motivation #pensée positive #citation	conseils et citations pour réaliser les projets de ceux qui lisent nos poste	Motivation du personnel, en quoi est-ce un des facteurs de réussite des entreprises?	Pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	hello hello les abonnées. Pour bien réussir cette journée, lisez cette phrase de Jimmy Dean. "Je ne peux pas changer la direction du vent, mais je peux toujours ajuster mes voiles pour atteindre ma destination." #Mindset #conseil #astuce #positive	Savoir que nous gardons toujours le contrôle sur nos vies.		
Mercredi	09 heure	Quand on est intéressé, on lit un livre; quand on est engagé, on applique ce livre 50 fois. MJ Demarco #developpement personnel #conseil	savoir le pouvoir de la répétition		
Jeudi	09 heure	Comment devenir plus productif ? Contactez-nous. #Entrepreneuriat	Savoir le développement professionnel		

Vendredi	09 heure	Enfin vendredi, et vendredi rime avec des promotions de nos offres, alors jeter un coup d'oeil à nos promotions. #vendredi #promotions	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		
Samedi	09 heure	Decouvrez Thera conseils pour un astuce de Bien-être. #Bien-être	Faire découvrir l'entreprise		

Semaine 2

Lundi	09 heure	Hello la communauté, c'est lundi et comme chaque lundi, on se motive pour bien demarrer la semaine. Affirmation positives du matin. Partez du bon pied et transformez vos journées . #motivation #affirmationPositive	Construire une meilleure image de soi-meme à travers notre entreprise	Arrêtez de vendre et proposez plutôt une solution	Pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	L'échec un apprentissage de tous les jours. #conseil #astuce #Mindset	Savoir qu'un échec est une etape essentielle à l'apprentissage		
Mercredi	09 heure	Comment trouver son épanouissement personnel? Découvrez cela chez nous. #developpementPersonnel	Decouvrir son épanouissement personnel		
Jeudi	09 heure	Regardez nos vidéos tutorielles sur l'entrepreneural. #entrepreneuriat #video	Pour que plus de personnes visualisent nos vidéos publier.		

Vendredi	09 heure	Yessss, c'est vendredi. Vendredi rime avec promotions , alors ne t'ardez-vous pas. #vendredi #promotion	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		
Samedi	09 heure	Voici pourquoi vous devez penser à votre bien-être. Suivez nous. #bienetre #theraConseils	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Semaine 3

Lundi	09 heure	Construisez vos propres rêves, où quelqu'un d'autre va vous embaucher pour construire le sien. Farrah Gris. #Motivation #citation	conseils et citations pour réaliser les projets de ceux qui lisent nos poste	5 clés pour créer une entreprise humaine	Pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	Quand nous sommes dans un état positif, nous sommes bien plus créatifs. #Mindset #conseil #astuce	Cette créativité est un atout formidable pour réussir dans le monde complexe dans lequel nous vivons.		
Mercredi	09 heure	Où suis-je à cette période de ma vie ? Découvrez cela chez nous. #DeveloppementPersonnel	Decouvrir son épanouissement personnel		
Jeudi	09 heure	Le boulot, le rythme, la routine. Besoin de changement? Vous etes aux bons endroits. #Developpement professionnel	Pour attirer plus de clients		
Vendredi	09 heure	Promo speciale vendredi, alors gooo #vendredi #fun #promotion	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		
Samedi	09 heure	Veuillez decouvrir nos offres, nos articles pour une séance de bien-être. #bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Semaine 4					
Lundi	09 heure	Que vos choix reflètent vos espoirs et non vos peurs! Nelson Mandela #lundi #motivation	Pour motiver la communauté en début de la semaine	Souffrance au travail, que faire ?	Pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	Connaissez-vous cette voix interne qui nous dit sans arrêt que nous allons échouer, qui souligne tout le temps nos faiblesses ? Vous pouvez apprendre à la faire taire en créant une liste de tous vos points forts. Alors qu'attendez-vous pour nous contacter? #Mindset #conseil #astuce	Attirer plus de clients et visiteurs		
Mercredi	09 heure	Le développement personnel pour les travailleurs. Cela vous tente? N'hésitez pas à nous rejoindre. #DeveloppementPersonnel	Decouvrir son épanouissement personnel		
Jeudi	09 heure	Salarié VS Entrepreneur .dans quel clan êtes-vous? #Entrepreneuriat #Business	Attirer plus de clients		
Vendredi	09 heure	Il n'est pas obligatoire d'être fou pour travailler ici mais ça aide. On valide? #Vendredi #Fun	Pour une bonne ambiance		
Samedi	09 heure	Comment devenir plus productif? Découvrez cela chez nous. #Bien-etre	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Dimanche	09 heure	La spiritualité à la fois facteur, indicateur et contributeur de sagesse. Découvrez ça chez nous. #Spiritualité #Sagesse	Partage de contenu sur Spiritualité et Sagesse		
----------	----------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------	--	--

Semaine 5

Lundi	09 heure	Lundi a dit, remplacez les mots " je dois " par " je choisis de ".Alors? ça donne quoi pour vous? #Motivation #lundi #affirmationPositive	Pour motiver la communauté en début de la semaine	Les 3 étapes incontournables pour créer son entreprise [Guide des démarches]	Pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	Efforcez-vous de voir les expériences négatives comme une opportunité pour faire les choses différemment, laissez toujours ouverte la possibilité d'améliorer les choses. #Mindset #conseil #astuce	donnez un conseil aux abonnées		
Mercredi	09 heure	Quels sont les outils de développement personnel ? #Developpementpersonnel #definitions #avantages	Decouvrir son épanouissement personnel		
Jeudi	09 heure	Les qualités à développer en tant qu'entrepreneur? Découvrez ça chez nous. #Entrepreneuriat #article	Attirer plus de clients et visiteurs		
Vendredi	09 heure	Découvrez nos promotions du vendredi. #vendredi #promotions	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		

Samedi	09 heure	Comment augmenter sa confiance en soi?Découvrez ça avec nous. #Bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		
--------	----------	--------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------	--	--

MOIS 2	Facebook , Instagram			Blog	
	Heure de publication	Post	Objectif	Post	Objectif
Semaine 1					
Lundi	09 heure	Nouveau Lundi, Nouvelle Semaine, Nouveaux Objectifs. #motivation #affirmationPositive	Pour motiver la communauté en début de la semaine	8 conseils pour mieux équilibrer vie privée / vie professionnelle	Article publier chaque semaine pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	N'oublie pas d'etre incroyable chaque jour. #Mindset #astuce #conseil	Attirer plus de clients et visiteurs		
Mercredi	09 heure	MOTIVE-TOI. nous vous aidons à devenir plus efficace, en exploitant au maximum vos possibilités qui mèneront à la réalisation de vos objectifs les plus importants. #developpementpersonnel	Pour faire savoir le développement personnel et ses fonctionnalités		
Jeudi	09 heure	Quelles sont les différentes formes d'entrepreneuriat? lisez nos articles #DeveloppementProfessionnel	Attirer plus de personnes à voir nos articles.		
Vendredi	09 heure	C'est vendredi, et comme chaque vendredi, découvrez nos promotions. #vendredi	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		
Samedi	09 heure	C'est par le bien-faire que se crée le bien-être. #Bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Semaine 2					
Lundi	09 heure	La seule limite à notre épanouissement de demain sera nos doutes d'aujourd'hui. #Motivation #affirmationPositive	Pour motiver la communauté en début de la semaine	Changement de vie : 6 habitudes à arrêter pour transformer sa vie	Article publier chaque semaine pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	C'est difficile mais ce n'est pas impossible. #Mindset #conseil #astuce	Attirer plus de clients et visiteurs		

Mercredi	09 heure	Comment se débarrasser d'un blocage psychologique? #DeveloppementPersonnel	Pour faire savoir le développement personnel et ses fonctionnalités		
Jeudi	09 heure	Comment développer un business? #DeveloppementPersonnel #Article	Attirer plus de personnes à voir nos articles.		
Vendredi	09 heure	Aujourd'hui, nous allons parler de la valeur ajoutée que peut apporter l'humour à l'entreprise. #Fun #Humour	Rire avec la communauté		
Samedi	09 heure	Vous voulez être bien dans votre peau? Contactez-nous. #Bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Semaine 3

Lundi	09 heure	Il ne sert à rien d'être le meilleur si on est le seul à le savoir. Richard Branson #lundi #motivation	Pour motiver la communauté en début de la semaine	Je déprime sans raison : 6 pistes pour	Article publier chaque semaine pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	Ce que nous apprenons devient une partie de qui nous sommes. #Mindset #conseil #astuce	Attirer plus de clients et visiteurs		
Mercredi	09 heure	Pourquoi se former en développement personnel? #DeveloppementPersonnel #avantage #conseil	Pour faire savoir le développement personnel et ses fonctionnalités		
Jeudi	09 heure	Quelles sont les différentes formes d'entrepreneuriat? #DeveloppementProfessionnel #Article	Attirer plus de personnes à voir nos articles.		
Vendredi	09 heure	Hello la famille. Profitez de nos promotions du jour. #Promotion	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		
Samedi	09 heure	Il est grand temps de rallumer les étoiles. Découvrez ça chez nous. #Bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Semaine 4					
Lundi	09 heure	Beaucoup d'hommes ayant échoué ne savaient pas à quel point ils étaient proches du succès quand ils ont abandonné. Thomas Edison #lundi #motivation #citation	Pour motiver la communauté en début de la semaine	Test de reconversion professionnelle : le guide complet en 19 questions.	Article publier chaque semaine pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	C'est toujours le bon moment. #Mindset #conseil #astuce	Attirer plus de clients et visiteurs		
Mercredi	09 heure	Le développement personnel est une démarche globale de réflexion sur soi et de valorisation de son potentiel dans le but d'améliorer la qualité de sa vie et de réaliser ses aspirations profondes. #DeveloppementPersoonnel #Définition	Pour faire savoir le développement personnel et ses fonctionnalités		
Jeudi	09 heure	Les qualités à développer en tant qu'entrepreneur. #Entrepreneuriat #Article #tutoriel			
Vendredi	09 heure	Vendredi... Veuillez jetez un coup d'oeil à nos promotions du vendredi #promotion	Attirer plus de personnes à voir nos offres.		
Samedi	09 heure	Sois heureux avec rien et tu seras heureux avec tout. #Bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		

Semaine 5					
Lundi	09 heure	Si ton esprit est motivé, ton coeur suivra. C'est avec cette belle citation que nous vous souhaitons un bon lundi. #Motivation	Pour motiver la communauté en début de la semaine	Preserver la bonne ambiance au boulot tout en osant dire ce qui ne va pas !	Article publier chaque semaine pour que les clients, les cibles, visitent souvent le site
Mardi	09 heure	C'est plutôt amusant de réaliser l'impossible	Attirer plus de clients et visiteurs		

Mercredi	09 heure	Comment transformer ses émotions en intelligence? #developpementPersonnel #conseil	Pour faire savoir le développement personnel et ses fonctionnalités		
Jeudi	09 heure	L'entrepreneuriat en 2022 : définition et inspirations #Entrepreneuriat #Article	Attirer plus de personnes à voir nos articles.		
Vendredi	09 heure	Au travail ce que j'aime c'est le week-end et les congés payés. Vous aussi? #JustePour Rire #Fun #Humour	Rire avec la communauté		
Samedi	09 heure	La patience est la clé du bien-être. #Bien-être	Faire découvrir les offres de l'entreprise		