

Workbook Freedom System™



**Le compagnon de route idéal pour
transformer une idée en un eBook pro**

Sacha Alaterne

Mentions légales

© 2026 Sacha Alaterne — “Workbook Freedom System”

Tous droits réservés.

Les fichiers fournis sont destinés à un **usage strictement personnel**.

Toute reproduction, revente, diffusion, partage ou modification en vue de redistribution est interdite.

Ce workbook présente un processus que tu peux suivre et adapter.

Les résultats dépendent de ton implication et de ta situation.










Ce produit est un bien numérique, automatiquement accessible après paiement. Conformément à la législation française et européenne, le droit de rétractation ne s'applique pas aux contenus numériques fournis immédiatement.

Ce workbook ne remplace pas un accompagnement personnalisé ou un conseil individualisé.

Les résultats dépendent de ton implication, de ton rythme et de tes actions.

Pour toute question, contacte moi : contact@sacha-ia-solutions.fr

Table des matières

	INTRODUCTION – COMMENT UTILISER CE WORKBOOK	4
	SECTION 1 — TON INTENTION	4
	SECTION 2 — EXPLORER DES SUJETS POSSIBLES	6
	SECTION 3 — CHOISIR TON SUJET FINAL	7
	SECTION 4 — PUBLIC + PROMESSE + TRANSFORMATION	8
	SECTION 5 — CONSTRUIRE TON PLAN SIMPLE	10
	SECTION 6 — PRÉPARER DES IDÉES DE TITRE ET SOUS-TITRE.....	11
	SECTION 7 — PRÉPARER LES ÉLÉMENTS POUR TA MISE EN VENTE	12
	ANNEXES	14

INTRODUCTION – COMMENT UTILISER CE WORKBOOK

Ce workbook est ton espace de travail.

Il t'aide à clarifier tes idées, à structurer ta réflexion et à garder une trace de tes décisions au fur et à mesure que tu avances avec ton Agent IA.

Tu peux noter :

- tes idées initiales
- les propositions de l'IA
- les choix que tu valides

Tu peux ouvrir ton Agent à tout moment.

Le workbook sert à structurer ton travail étape par étape.

SECTION 1 — TON INTENTION

Objectif de cette section

Clarifier *pourquoi* tu veux créer un eBook maintenant.

Une intention simple te sert de guide pour la suite.

Comment répondre

Une phrase suffit.

Tu peux compléter par une note libre si tu le souhaites.

1. Pourquoi veux-tu créer un eBook ?

2. Qu'est-ce que tu veux obtenir en le créant ?

Notes libres

Passerelle IA

Aucune.

Cette section est pour toi, pour clarifier ton intention.

SECTION 3 — CHOISIR TON SUJET FINAL

Objectif

Sélectionner le sujet le plus simple, clair et rapide à transformer en eBook.

Critères simples

Ton sujet idéal doit être :


- Clair
- Ciblé
- Un sujet qui t'intéresse ou sur lequel tu te sens à l'aise

Ton sujet final

Pourquoi ce sujet est pertinent ?

Passerelle IA

Lorsque ton Agent IA « eBook Pro Accelerator » te proposera de choisir ton sujet :

 Tu lui transmettras ta phrase de sujet final.

SECTION 4 — PUBLIC + PROMESSE + TRANSFORMATION

Objectif

Identifier à qui s'adresse ton eBook

Pourquoi c'est important

Ton public détermine comment tu vas t'adresser à lui.

Ta promesse oriente ton plan.

Ta transformation oriente ton chapitre d'ouverture.

1. À qui s'adresse ton eBook ?

Ex : “Aux jeunes mamans solo actives qui ont du mal à concilier vie professionnelle et vie familiale.”

2. Quel est leur problème principal ?

Ex : “Elles se sentent débordées, manquent d'organisation et ont l'impression de ne jamais avoir assez de temps.”

3. Quel est leur objectif ou désir principal ?

Ex : “Trouver une organisation claire pour mieux gérer leur quotidien sans s'épuiser.”

4. Ta promesse

Ex : “Un guide pratique pour aider les mamans solo actives à structurer leur organisation et retrouver du temps pour elles.”

5. Transformation : avant → après

Exemple :

Avant : “Fatigue constante, journées chaotiques, stress permanent.”

Après : “Un planning structuré, des priorités claires et un quotidien plus apaisé.”

Avant : _____

Après : _____

Passerelle IA

Lorsque l’Agent IA « eBook Pro Accelerator » te proposera de définir ton public, ta promesse ou la transformation :

 Tu transmettras ces éléments à l’Agent IA.

SECTION 5 — CONSTRUIRE TON PLAN SIMPLE

Objectif

Lister les grandes idées ou étapes qui composeront ton eBook.

Pas besoin de chapitres détaillés : l'IA structurera pour toi.

Comment répondre

Note ici entre **5 et 10 idées principales**.

Tu peux écrire :

- des points que tu veux aborder, ou les grandes étapes de ton eBook
- des questions que ton lecteur pourrait se poser,
- des points importants à transmettre.

Tes idées principales :

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Passerelle IA

Quand ton Agent IA « eBook Pro Accelerator » te proposera de construire le plan :

 **Tu lui transmettras cette liste telle quelle.**

Il transformera ces idées brutes en un plan clair et structuré.

SECTION 6 — PRÉPARER DES IDÉES DE TITRE ET SOUS-TITRE

Objectif

Réunir quelques idées simples que tu pourras proposer à ton Agent IA lorsqu'il te proposera de travailler sur le titre de ton eBook.

Comment répondre

Le plus simple est de noter :

- des mots-clés ou idées importantes,
- des premières idées de titres et de sous-titres.

L'IA générera ensuite plusieurs titres professionnels à partir de ces éléments.

Mots-clés ou idées importantes :

Premières idées de titres :

Premières idées de sous-titres :

Passerelle IA

Lorsque l'Agent IA « eBook Pro Accelerator » te proposera de travailler sur le titre :

 Tu lui donneras simplement les mots clés ou idées notées ici.

SECTION 7 — PRÉPARER LES ÉLÉMENTS POUR TA MISE EN VENTE

Objectif

Noter quelques idées simples qui t'aideront plus tard à préparer la page de vente sur Système.io :

- mettre en avant ses bénéfices,
- répondre aux objections,
- ce qui rend ton eBook unique.

Les 3 à 5 bénéfices principaux pour ton lecteur

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Objections possibles

Ce qui rend ton eBook unique

Passerelle IA

Lorsque l'Agent IA « Page de vente Accelerator » te proposera de travailler sur le la page de vente :

 **Tu lui donneras simplement les mots clés ou idées notées ici.**

À propos de l'IA

✓ Les Accelerators inclus dans la formation couvrent la création et la mise en vente de ton eBook.

★ Le Pack d'Agents Business Booster TM est optionnel.

Il te permet d'aller plus loin en automatisant et en accélérant ta promotion (mailing, vidéos virales, plan de lancement, création de produits bonus).

★ *Si tu n'as pas pris le Pack Agents IA Business Booster et que tu souhaites l'acquérir, contacte-moi : contact@sacha-ia-solutions.fr*

Pour mettre en place ton système de vente avec Système.io correctement (création du compte, paramétrage et tunnel), consulte le module "Installation du système" dans ton espace membre.

Lis ce module avant de créer ton compte.

ANNEXES

Plan d'action – 14 jours pour créer ton eBook

Ce plan est une suggestion.

Tu peux l'adapter à ton rythme.

Jours 1–2

Choix du sujet et clarification de la promesse.

Jours 3–6

Construction du plan et rédaction avec l'Agent.

Jours 7–9

Finalisation du contenu et ajustements.

Jours 10–12

Création de la page de vente.

Jours 13–14

Mise en place du système et publication.