

ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTE VISIBLE

**REPARTIR AVEC UN PROFIL OPTIMISÉ ET UNE ROUTINE
D'INTERACTIONS APPLICABLE DÈS DEMAIN**

**LINKEDIN EN ACTION :
PROFIL, CONTENU &
INTERACTIONS**



LIVE 3 – 13/03/2026



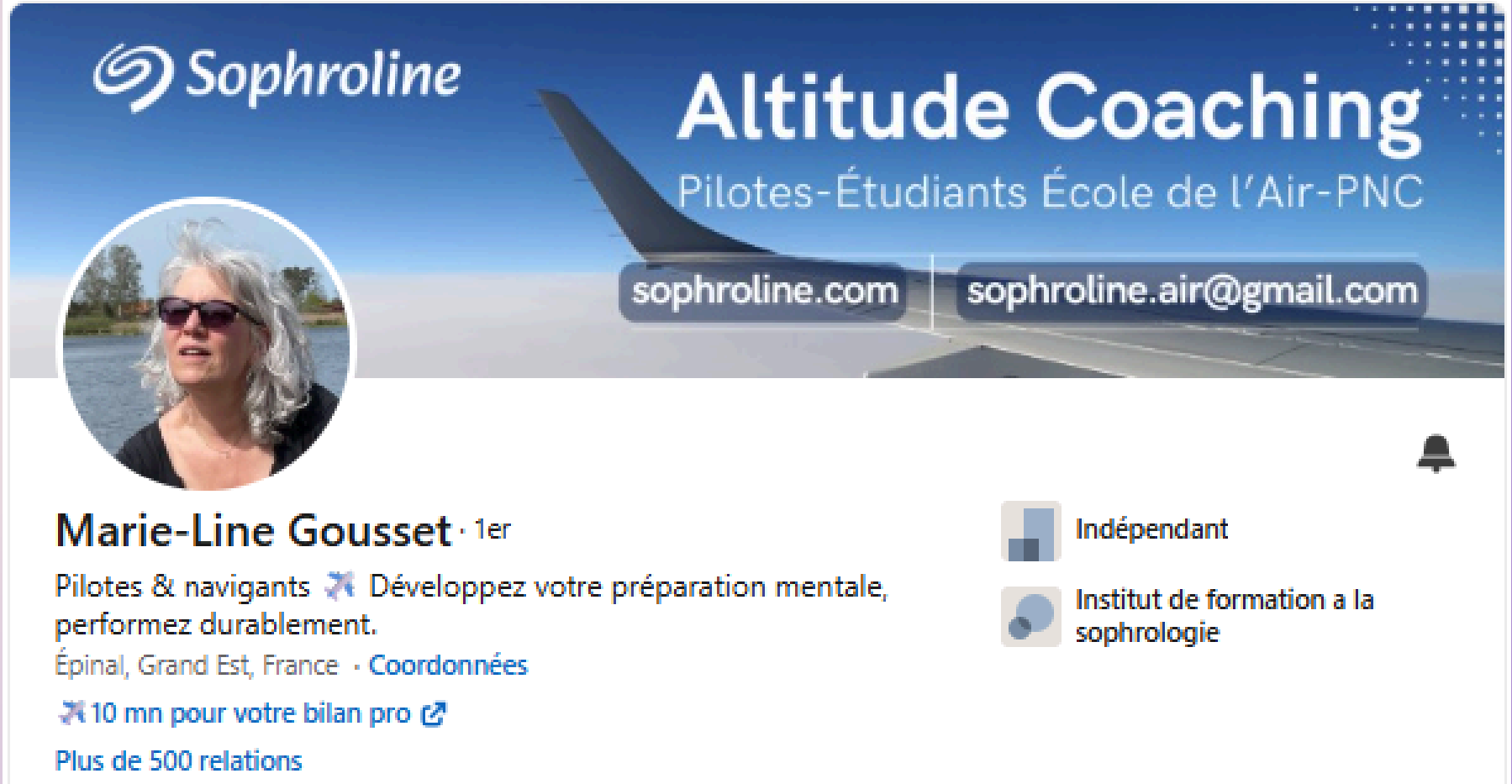
POURQUOI LINKEDIN QUAND ON EST THÉRAPEUTE ?

LE RÉSEAU QUI TRAVAILLE POUR TON OFFRE

SUR LINKEDIN

- Tu sais exactement qui tu cibles : métier, secteur, taille d'entreprise
- Prospection semi-automatique possible (Waalaxy)
- Portée locale activable : tu touches les pros de ta ville ou région
- Génère des clients réguliers via les entreprises, pas juste des particuliers ponctuels

MAINTENANT QUE TON OFFRE EST CLAIRE



The screenshot shows a LinkedIn profile for Marie-Line Gousset. The header features the 'Sophroline' logo and 'Altitude Coaching' with the subtitle 'Pilotes-Étudiants École de l'Air-PNC'. Contact information includes 'sophroline.com' and 'sophroline.air@gmail.com'. The profile picture shows a woman with white hair and sunglasses. The bio identifies her as a pilot and navigator, offering mental preparation services. It also lists her location as Épinal, Grand Est, France, and mentions '10 mn pour votre bilan pro' and 'Plus de 500 relations'. On the right, there are icons for 'Indépendant' and 'Institut de formation à la sophrologie'.

Sophroline Altitude Coaching
Pilotes-Étudiants École de l'Air-PNC
sophroline.com | sophroline.air@gmail.com

Marie-Line Gousset · 1er
Pilotes & navigants ✈️ Développez votre préparation mentale, performez durablement.
Épinal, Grand Est, France · Coordonnées
✈️ 10 mn pour votre bilan pro 🌐
Plus de 500 relations

Indépendant
Institut de formation à la sophrologie

POURQUOI LINKEDIN CHANGE LA DONNE

LinkedIn vs Instagram vs Facebook



LinkedIn

LINKEDIN

- TU CONNAIS LE MÉTIER DES GENS
- CIBLAGE PRO PRÉCIS
- PROSPECTION STRUCTURÉE
- ACCÈS AUX DÉCIDEURS RH
- PORTÉE LOCALE ACTIVABLE



Instagram

INSTAGRAM

- AUDIENCE INCONNUE
- CIBLAGE FLOU
- CONTENU VISUEL CONSTANT
- PARTICULIERS SURTOUT
- ALGORITHME IMPRÉVISIBLE



FACEBOOK

- PORTÉE ORGANIQUE FAIBLE
- CIBLAGE VIEILLISSANT
- GROUPES UTILES, RESTE LIMITÉ
- PEU DE DÉCIDEURS ACTIFS
- MOINS CRÉDIBLE EN B2B

OPPORTUNITÉ

LINKEDIN = PORTE D'ENTRÉE VERS LES ENTREPRISES

- Contrats d'intervention en entreprise = revenus récurrents et prévisibles
- 1 contrat entreprise peut remplacer 5 à 10 séances individuelles
- Les RH et managers sont sur LinkedIn : pas sur Instagram
- Tu peux te positionner comme expert bien-être au travail, pas juste thérapeute



MARDI 17 MARS À 12H – LIVE 100% DÉDIÉ





**CE QU'ON FAIT ENSEMBLE
PENDANT 1H**

LES 3 PILLIERS DES RÉSEAUX SOCIAUX

01

PROFIL

AUDIT DES 6 ÉLÉMENTS
PRIORITAIRES

02

CONTENU

CRÉATION DE CONTENU – 3
ARCHÉTYPES DE CONTENUS

03

INTERACTIONS

LA ROUTINE 15 MIN/JOUR

ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTE VISIBLE
DE "JE PARLE DE CE QUI M'INSPIRE" À
"J'AI UNE BOUSSOLE STRATÉGIQUE QUI GUIDE TOUS MES CONTENUS"

**LA LIGNE ÉDITORIALE : LA
BASE D'UNE
COMMUNICATION QUI
ATTIRE LES BONS CLIENTS**



LIVE 2 - 27/02/2026



ON A DÉJÀ VU LA CRÉATION DE CONTENU LORS DU DERNIER LIVE

CE QU'ON COUVRE AUJOURD'HUI

LES 3 PILLIERS DES RÉSEAUX SOCIAUX

01

PROFIL

AUDIT DES 6 ÉLÉMENTS
PRIORITAIRES

02

CONTENU

CRÉATION DE CONTENU – 3
ARCHÉTYPES DE CONTENU

03

INTERACTIONS

LA ROUTINE 15 MIN/JOUR



OÙ EN ES-TU SUR LINKEDIN ?

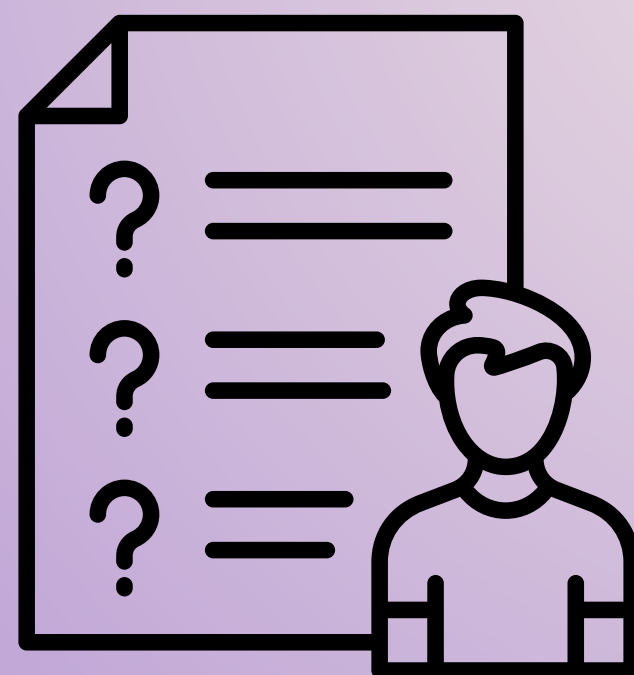


ON COMPREND QUI TU ES



Ce que tu fais, quelle transformation tu proposes, à qui tu t'adresses, en un coup d'œil.



1. PROFIL AUDIT DES 6 ÉLÉMENTS PRIORITAIRES



OUTILS OFFERTS


Mini Audit LinkedIn /34

Objectif : _____
 Nom : _____ Date: _____


	1	2	3	4	5	6
PHOTO						
BANNIÈRE						
HEADLINE (TITRE)						
LIENS & CTA						
SECTION "INFO"						
SÉLECTION (FEATURED)						
EXPÉRIENCE & FORMATIONS						

Améliorations identifiées :

Note ici les éléments à améliorer sur ton profil LinkedIn :



Bravo pour ton évaluation ! Score: 134



Isabelle Maestrati
 Accompagnatrice digitale pour Thérapeute



AUDIT PROFIL : LES 6 ÉLÉMENTS PRIORITAIRES

Stéphanie Buschiasso · 1er

J'accompagne les professionnels de l'accompagnement à rester solides & sereins dans leur posture pro | Psychologue et Sophrologue du travail - Animatrice de Groupes d'Analyse de Pratique Professionnelle.

Paris et périphérie · [Coordonnées](#)

Coordonnées

- Profil de Stéphanie
[linkedin.com/in/stéphanie-buschiasso-so-alto](https://www.linkedin.com/in/stéphanie-buschiasso-so-alto)
- Site web
so-alto.fr (Entreprise)
- E-mail
s.buschiasso@gmail.com
- Connecté(e) depuis
3 janv. 2025

About

Apaiser les tensions, libérer la parole : un levier de bien-être et de performance au travail.

Je crois profondément que le bien-être au travail est un levier de performance durable et que chaque professionnel mérite de s'épanouir dans son métier.

Ma mission est de créer des espaces où les professionnels peuvent se ressourcer, développer leur plein potentiel et exercer leur métier avec sérénité et efficacité.

➔ Régulation émotionnelle et bien-être (sophrologie)

Stress, fatigue, surcharge mentale... J'accompagne les professionnels à mieux gérer leurs émotions en leur donnant des outils concrets et faciles à mettre en place.

➔ Espace de parole et intelligence collective (GAPP)

Tensions dans les équipes, manque de communication, épuisement professionnel... J'anime de Groupes d'Analyse de Pratique Professionnelle pour libérer la parole, prendre du recul et améliorer la cohésion d'équipe.

Mes atouts ? une formation de psychologue du travail, une spécialisation en sophrologie du travail et 20 ans d'expériences professionnelles dans le secteur social.

Mes offres :

- ✓ Des ateliers bien-être au travail (gestion du stress, régulation des émotions)
- ✓ Des séances de sophrologie sur mesure (en collectif ou en individuel)
- ✓ Des groupes d'analyse de pratiques pour favoriser l'échange et la prise de recul
- ✓ Une offre unique "GAPP+Sophro" pour combiner les deux approches

✦ **Résultats :** moins de stress, plus d'efficacité, et des équipes plus sereines et soudées.

J'interviens également pour des publics de structures et associations :

- ✓ Des séances de sophrologie sur mesure (en collectif ou en individuel)
- ✓ Des ateliers collectifs pour traiter d'un sujet en particulier

Prêts à en parler ?

Réservez votre temps d'échange 📅

<https://calendly.com/s-buschiasso/travaillons-ensemble>

- **PHOTO + BANNIÈRE – PARLENT-ELLES À TA CIBLE ?**
- **TITRE – TRANSFORMATION CLAIRE EN MOINS DE 10 MOTS**
- **À PROPOS – ACCROCHE / MÉTHODE / PREUVE / APPEL À L'ACTION**
- **EXPÉRIENCES BIEN RENSEIGNÉES**
- **COMPÉTENCES + RECOMMANDATIONS VISIBLES**
- **LIEN DE CONTACT ACCESSIBLE**

Expérience

- So.Alto**
Self-employed · 2 yrs 3 mos
 - Psychologue
Jun 2023 - Present · 10 mos
Seine-St-Denis, Ile-de-France, France · On-site
Permanences de soutien psychologique au sein de CSS du 93.
Animation d'ateliers de sophrologie pour les bénéficiaires.
 - Écoute Active and Bien-être
 - Sophrologue et Animatrice de GAPP
Jan 2024 - Present · 2 yrs 3 mos
Ile-de-France, France · Hybrid
Sophrologue et Animatrice de Groupes d'Analyse de Pratiques Professionnelles
 - Conception d'atelier et réalisation de supports pédagogiques, Formation and +12 skills
- SIS**
Psychologue
Soutien Insertion Santé - Contract Part-time
Jun 2024 - Oct 2024 · 5 mos
On-site
 - Séances individuelles, Écoute Active and +1 skill
- Sophrologue bénévole**
Centre Social Le Picoulet · Self-employed
Dec 2023 - Oct 2024 · 11 mos
On-site
Animation d'ateliers à destination des seniors
 - Animation de groupes, Organisations à but non lucratif and +6 skills
- Conseillère en Insertion Professionnelle**
Mission Locale des Villes du Nord du Bois
Mar 2002 - Jun 2022 · 20 yrs 4 mos
Vincennes et Fontenay-sous-Bois
Accueil et accompagnement des jeunes 16-26 ans (emploi, formation principalement).
Gestion de dossiers spécifiques, animation d'ateliers collectifs, élaboration de projets professionnels...
 - Conception d'atelier et réalisation de supports pédagogiques, Formation and +3 skills

Skills

Bien-être des employés

- Sophrologue et Animatrice de GAPP at So.Alto
- 3 educational experiences at Epsilon Melia and 2 other schools

Endorse

Amélioration de la productivité

- Sophrologue et Animatrice de GAPP at So.Alto
- 3 educational experiences at Epsilon Melia and 2 other schools

Endorse

Featured

Link

Travaillons ensemble ! - Stéphanie Buschiasso
Calendly
45 min d'échanges gratuits pour comprendre au mieux vos besoins.

Link

So.Alto, une expérience professionnelle en association et entreprise. Des avis clients positifs. Ile de ...
So.Alto
J'accompagne les structures vers une amélioration du bien-être de leurs salariés

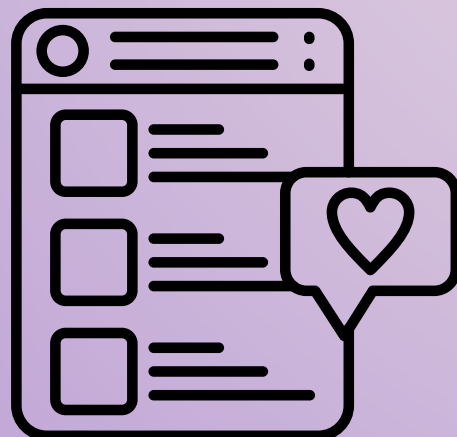
TU CRÉES LA VISIBILITÉ

Tu te rends visible, tu construis la relation de confiance et tu convertis naturellement.



2. CONTENU

CRÉATION DE CONTENU – 3 ARCHÉTYPES DE CONTENUS



ACCOMPAGNEMENT THÉRAPEUTE VISIBLE
DE "JE PARLE DE CE QUI M'INSPIRE" À
"J'AI UNE BOUSSOLE STRATÉGIQUE QUI GUIDE TOUS MES CONTENUS"

**LA LIGNE ÉDITORIALE : LA
BASE D'UNE
COMMUNICATION QUI
ATTIRE LES BONS CLIENTS**



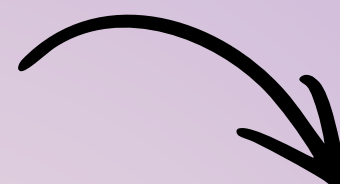
LIVE 2 - 27/02/2026



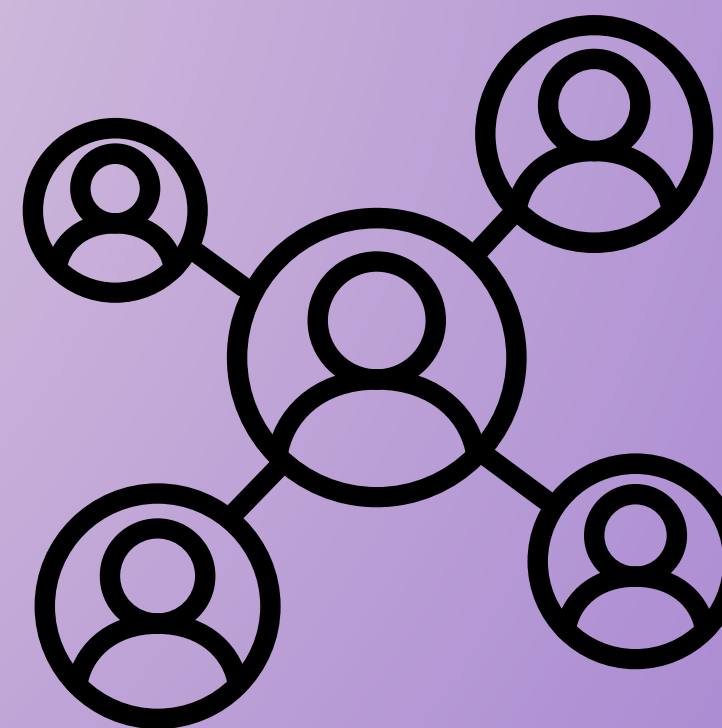
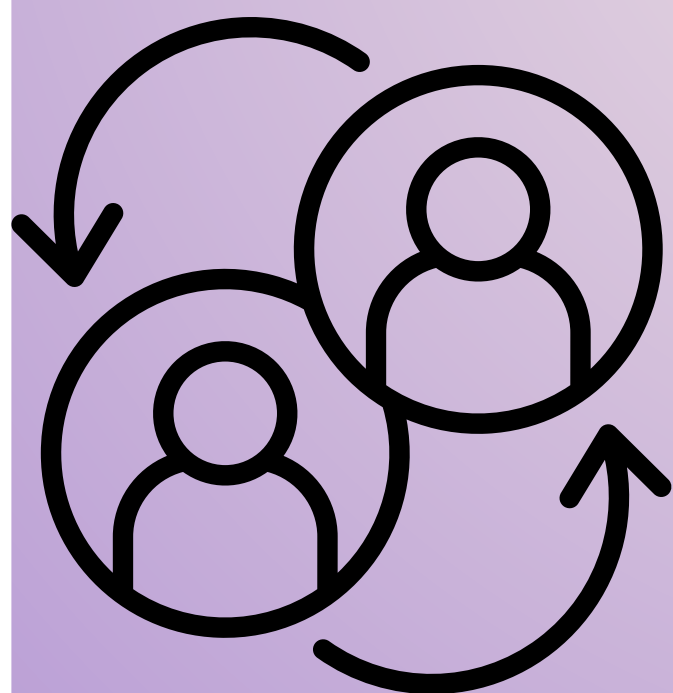
ON A DÉJÀ VU LA CRÉATION DE CONTENU LORS DU DERNIER LIVE

TU MULTIPLIES TA PORTÉE

Tu boostes ta visibilité, tu crées du lien humain et l'algorithme t'amplifie.



3. INTERACTIONS LA ROUTINE 30 MIN/JOUR



LES INTERACTIONS : LE PILIER QU'ON SOUS-ESTIME LE PLUS

PROFIL + CONTENU SANS INTERACTIONS = UNE VITRINE FERMÉE LA NUIT.

PILIER 1

Profil optimisé

Tu existes et tu es crédible

PILIER 2

Création de contenu

Tu crées de la visibilité et de la confiance

PILIER 3

Interactions

Tu multiplies les résultats des 2 autres

SANS INTERACTIONS, UN BON PROFIL ET DE BONS POSTS RESTENT INVISIBLES. LES INTERACTIONS, C'EST LE CARBURANT.

L'EFFET MULTIPLICATEUR

CE QUE LES INTERACTIONS CHANGENT CONCRÈTEMENT



Sans stratégie d'interactions

- Post publié, peu de reach
- Profil visité mais peu de contacts
- Tu attends que ça vienne à toi
- Croissance lente et aléatoire

Avec stratégie d'interactions

- Post amplifié par l'algorithme
- Tu es visible là où est ta cible
- Tu crées du lien humain en actif
- Croissance régulière et prévisible

1ÈRE ÉTAPE

COMMENTER AVANT DE PUBLIER

- 15 min avant de poster – tu vas commenter activement d'autres contenus
- Ça réveille l'algorithme et met ton profil en mouvement
- Quand ton post sort, tu es déjà "chaud" aux yeux de LinkedIn
- Résultat : ton post part avec un élan naturel dès la publication

C'EST GRATUIT, ÇA PREND 15 MIN ET ÇA CHANGE COMPLÈTEMENT LES PERFORMANCES DE TES POSTS.



MAIS ON COMMENTE QUI ?

COMMENTER STRATÉGIQUEMENT – PAS AU HASARD

- Tes concurrents – autres thérapeutes, coachs, praticiens bien-être
- Les créateurs que suit ta cible – RH, DRH, managers, médecins du travail
- Ta cible
- Des commentaires vrais et utiles – pas "super post !" ou "merci pour le partage", voir clivant soyez vous
- Ton commentaire = ta carte de visite visible de toute leur audience + Parfois plus de visibilité qu'un post car surffe sur l'audience du créateurs.

TU N'AS PAS BESOIN D'UNE GROSSE AUDIENCE. TU AS BESOIN D'ÊTRE VISIBLE AUX BONS ENDROITS.



Votre commentaire a obtenu 1021 impressions.

J'adore l'idée de transformer LinkedIn en réseau de recommandations aussi vivant que le bouche-à-oreille 🗣️.

Avant, on se refilait les numéros des dentistes et des plombiers .
Aujourd'hui, on se partage des profils LinkedIn. Parce qu'un bo...

2 réactions • 3 commentaires

TU SORS DE TON RÉSEAU FERMÉ EN COMMENTANT AILLEURS



L'ALGORITHME

RÉPONDRE DANS L'HEURE – LE PRINCIPE DES CERCLES



- RÉPONDRE À CHAQUE COMMENTAIRE DANS L'HEURE SUIVANT LA PUBLICATION
- PUBLIE TOUJOURS À LA MÊME HEURE POUR CRÉER ROUTINE
- LINKEDIN TESTE TON POST SUR LE 1ER CERCLE – SI ÇA RÉAGIT, IL POUSSE AU 2ÈME, PUIS 3ÈME
- UN POST PEUT CONTINUER À PERFER 2 À 3 JOURS APRÈS PUBLICATION

A screenshot of a LinkedIn post titled '6 astuces pour réduire sa charge mentale'. The post shows a 'Réactions' section with several profile pictures. Below the reactions, the text '835 961 impressions' is circled in red. The post also includes a 'Commenter' button, a 'Republier' button, and an 'Envoyer' button. At the bottom, there is a 'Podawaa' advertisement and a footer with '154 commentaires - 538 republications'.

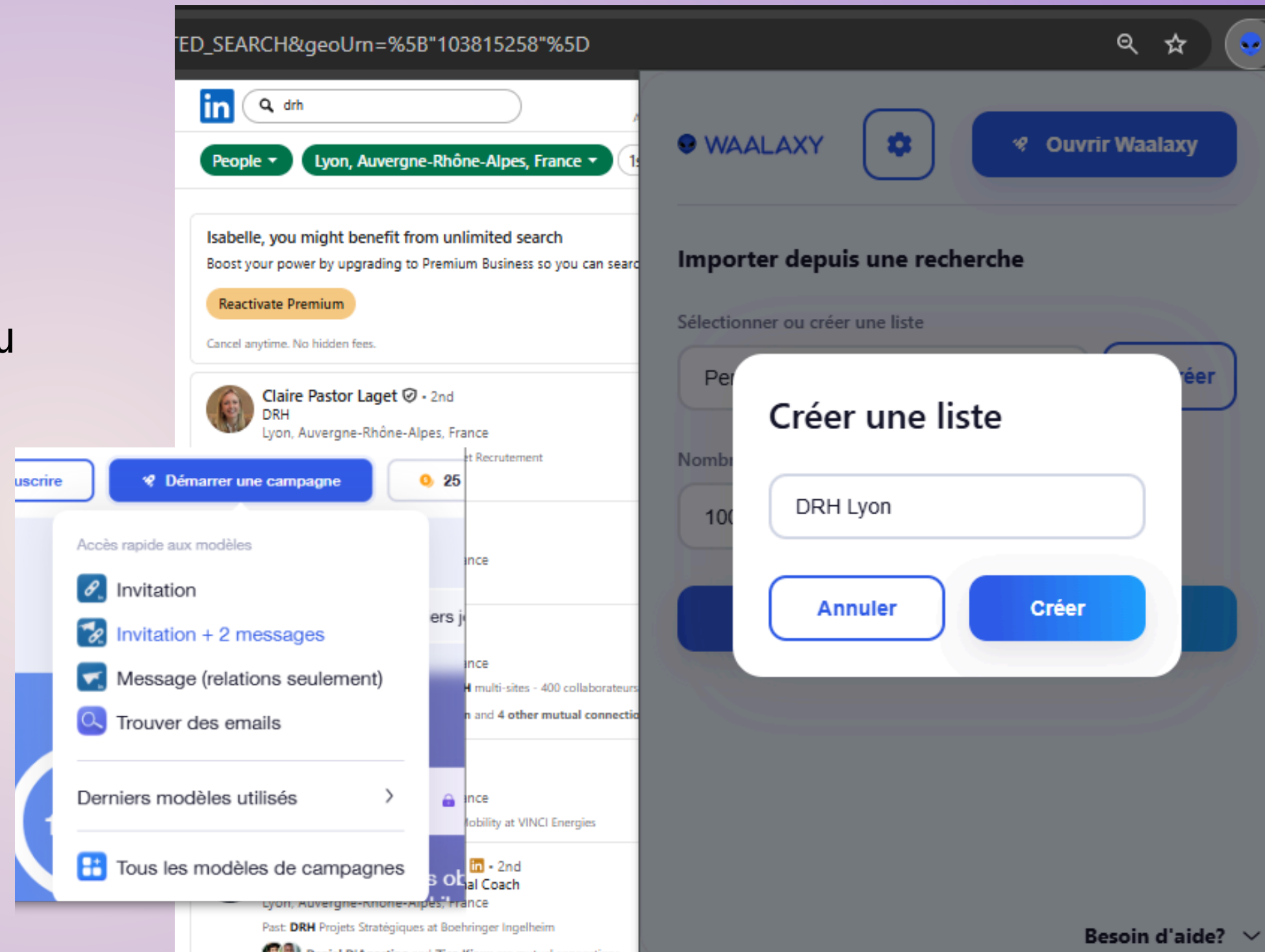
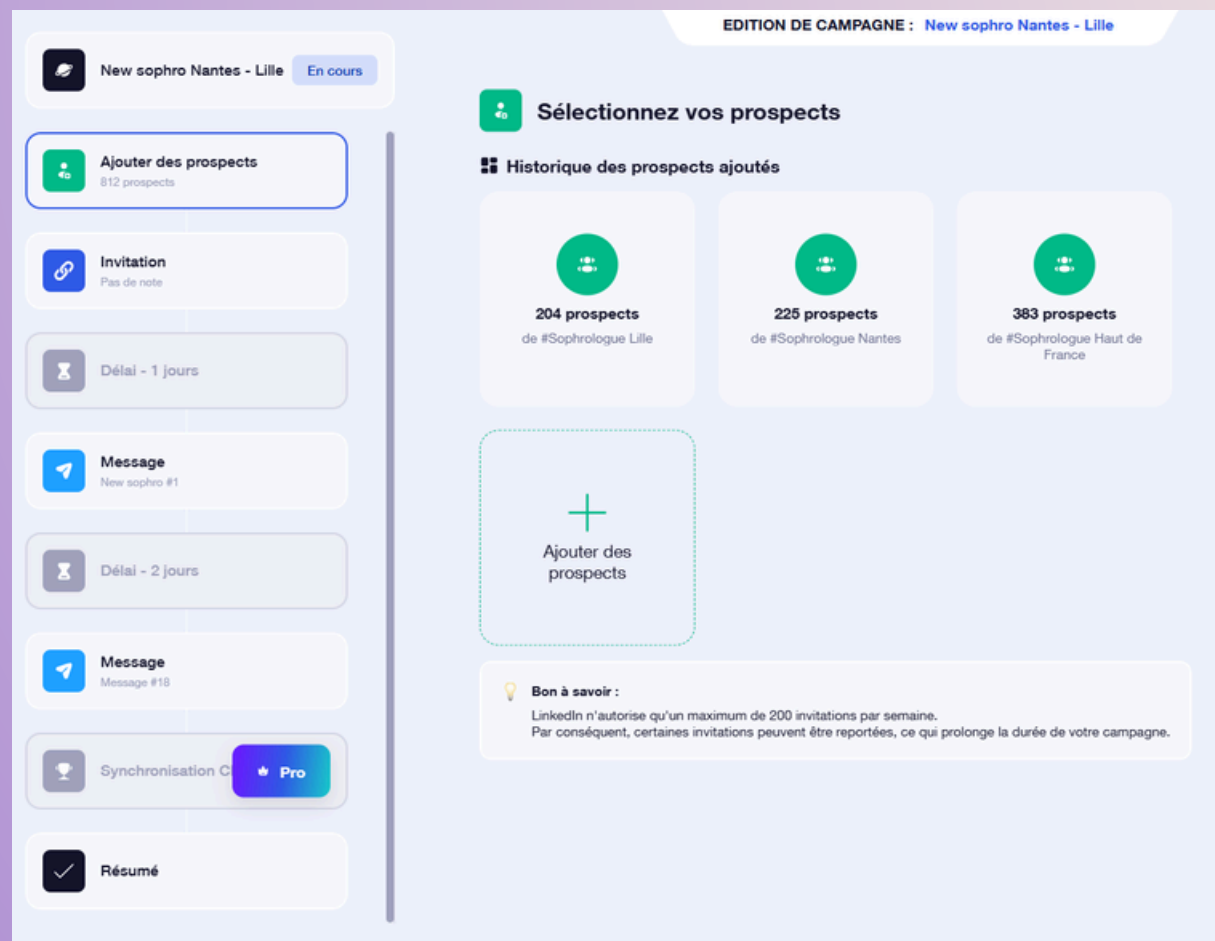
à partir du 3ème jours

A screenshot of a LinkedIn post titled '6 Conseils pour Alléger la Charge Mentale'. The post includes a small image of a brain and the text 'Vous vous sentez oppressé, dormez mal ou êtes constamment...voir plus'. On the right side, there is a green arrow pointing up and the text '1 300 Impressions'.

WAALAXY

PROSPECTER SANS Y PASSER DES HEURES

- Envoyer des messages ciblés de façon semi-automatique
- Filtrer par métier, secteur, localisation – impossible sur Insta ou Facebook
- Séquences de messages personnalisés en automatique
- Tu prospectes pendant que tu dors



Le principe

Tu définis ta cible → tu construis une séquence → Waalaxy envoie les messages dans les limites LinkedIn. Tu n'interviens que quand quelqu'un répond.

LE POD

SE SOUTENIR SÉRIEUSEMENT ENTRE NOUS



Engagement réel

On fixe des horaires précis —
c'est un rendez-vous, pas un
"quand j'ai le temps"



Commentaires vrais

On commente les posts des
copines de façon utile et
sincère pour les booster



Effet miroir

Ce que tu donnes te revient —
ton post reçoit les mêmes
efforts en retour

**L'ALGORITHME LINKEDIN VOIT LES PREMIÈRES RÉACTIONS COMME SIGNAL DE QUALITÉ.
DES COMMENTAIRES RAPIDES DE TON POD = PORTÉE DÉCUPLÉE DÈS LA PUBLICATION.**

COMMENT ORGANISER NOTRE POD?

LES RÈGLES D'UN POD QUI FONCTIONNE VRAIMENT

- On définit l'heure de publication ensemble pour se partager sur le groupe toute au même moment entre 7h30 à 9h
- Commenter dans l'heure : pas 3 jours après, sinon l'algorithme le compte moins
- Commenter avec substance : au moins 2 phrases, une vraie réaction
- Horaires fixes en semaine : ex. lundi mercredi vendredi 8h ou 12h



VOUS ÊTES DÉJÀ ENSEMBLE DANS CE GROUPE : VOUS POUVEZ CRÉER VOTRE POD MAINTENANT ET COMMENCER DÈS CETTE SEMAINE.

30 MIN PAR PUBLICATION.
PAS TOUS LES JOURS
JUSTE LES JOURS OÙ TU POSTES. SIMPLE,
REPRODUCTIBLE, PUISSANT.

-15MIN

H-H

+15MIN

LA MÉTHODE 30 MIN

30 MINUTES QUI CHANGENT TOUT

15 min avant de publier

Tu commentes 3 à 5 posts : ta cible, tes pairs, ton pod.
Tu "chauffes" l'algorithme et mets ton profil en mouvement.

Tu publies ton post

Tu préviens ton pod. L'élan est déjà lancé.

15 min après la publication

Tu réponds à chaque commentaire reçu → tu envoies un message à ceux qui sont ta cible.

Tu commentes les posts de ton pod en retour.

L'algorithme voit l'activité et pousse ton contenu au cercle suivant

CE QU'ON VIENT DE FAIRE ENSEMBLE... C'EST LE DÉBUT

Aujourd'hui vous avez posé les bases.

CE QU'ON A FAIT AUJOURD'HUI

- Audit de votre profil
- 1ère accroche de post écrite
- Routine Interactions comprise
- Pod Identifié



EN AVRIL EN + DES 2 LIVES

SURPRISE

DANS L'ACCOMPAGNEMENT VOUS AVEZ

ÊTRE EN AVANCE, PAS JUSTE À JOUR

**Les personnes de l'accompagnement premium
auront accès :**

- aux outils en cours de développement
- (comptabilité, facturation, pilotage)
- à la structure 2026 en préparation
- Le lien entre l'entreprises et thérapeutes

**UN PROGRAMME INTENSIF ET BIENVEILLANT, CONSTRUIT
À PARTIR DE CE QUE VOUS M'AVEZ ENVOYÉ COMME QUESTION –
AVEC DES EXPERTS CHOISIS POUR ALLER PLUS LOIN.**

**ACCÈS AUX OUTILS EN DÉVELOPPEMENT
(VISION 2026)**



THÉRAPEUTE • COACH

BOOTCAMP THÉRAPEUTE ET COACH VISIBLE SUR LINKEDIN



DU 1 ER AVRIL AU 28 AVRIL 2026

OBTIENS TES PREMIERS RENDEZ-VOUS
POUR TROUVER TES CLIENTS VIA
LINKEDIN EN 28 JOURS

14 LIVES • 9 EXPERTS

TILANE BOUVET

ALEXIA RIVIER

AMÉLIE STARACE

SARAH ROULIN

CLÉMENT REJNERI

MELINDA LIMOGES

ISABELLE MAESTRATI

POURQUOI CE BOOTCAMP EXISTE?

JE L'AI PENSÉ POUR VOUS

- Vous avez les bases – il est temps de passer à la vitesse supérieure
- Pour avoir l'opportunité de générer des revenus autrement
- Chaque module répond à un vrai blocage
- Des experts invités pour vous apporter une autre vision
- Un format structuré avec des posts chaque jour et des exercices concrets
- Vous progressez ensemble – le groupe est votre force





TechRappy

LE PROGRAMME

CE QU'ON VA FAIRE ENSEMBLE



Des pointures choisies pour vous

CR

Clément Rejneri

Stratégie LinkedIn & génération de leads qualifiés

17 782 abonnés

AS

Amélie Starace

IA pour les posts LinkedIn & méthode Power Days

24 281 abonnés

SR

Sarah Roulin

Leadership féminin & posture incontournable

15 838 abonnés

TB

Tilane Bouvet

Juridique & conformité pour entrepreneurs

725 abonnés

ML

Melinda Limoges

Coaching LinkedIn & vente — d'invisible à incontournable

9 962 abonnés

AR

Alexia Rivier

Prospection automatisée — signer sans prospecter

13 128 abonnés

8 LIVES D'EXPERTS

+ MES LIVES

+ EXERCICES TOUS LES JOURS DONT DES TEMPLATES DE POSTS

+ 81 726 ABONNÉES EN TOUT



SEMAINE APRÈS SEMAINE

Programme · Semaine 1

Semaine 1 — Optimisation du profil

1 → 5 avril

Mer. 1 avr · 12h **Live de démarrage** — lancement officiel du bootcamp

Jeu. 2 avr · 12h-14h **Optimisation du profil LinkedIn** — passer de invisible à irrésistible — [Clément Rejneri](#)

Ven. 3 avr · 12h-13h **Live création d'offre**

Programme · Semaine 2

Semaine 2 — Prospection

6 → 12 avril

Mar. 7 avr · 12h-13h **Quel message fonctionne en prospection ?** — [Alexia Rivier](#)

Jeu. 9 avr · 12h **Intervenant Waalaxy** (à confirmer)

Ven. 10 avr · 12h **Session Q&R thématique**

Programme · Semaine 3

Semaine 3 — Création de contenu

13 → 19 avril

Lun. 13 avr · 12h30-15h **Les archétypes de contenus** — [Melinda Limoges](#)

Mar. 14 avr · 12h-14h **Créer du contenu LinkedIn efficacement et en automatique** — [Amélie Starace](#)

Ven. 17 avr · 12h **Session Q&R thématique**

Programme · Semaine 4

Semaine 4 — Création d'atelier

20 → 26 avril

Lun. 20 avr · 12h-14h **Comment intervenir en entreprise & structurer sa séance** — [Sarah Roulin](#)

Jeu. 23 avr · 12h-12h30 **École de Thérapeute/Coach en entreprise** — la demande en 2026 (à confirmer)

Ven. 24 avr · 12h **Session Q&R thématique**

Programme · Semaine 5

Semaine 5 — Clôture

27 → 28 avril

Lun. 27 avr · 12h-13h30 **Conseil juridique** — [Tilane Bouvet](#)

Mar. 28 avr · 12h **Live de clôture**

Total du programme

1 live démarrage · 1 live clôture · 3 Q&R · 8 sessions expertes

MERCI DE VOTRE ÉCOUTRE

À TRÈS VITE