

Checklist : Créer son podcast en 7 jours

A imprimer, cocher et suivre jour après jour !

Jour 1 - Clarifie ton projet

- ☐ Définis ton objectif principal (visibilité, passion, prospection...)
- ☐ Choisis ton thème central et ton angle
- ☐ Décris ton audience idéale (âge, problématique, attentes)
- ☐ Sélectionne ton format (solo, interview, table ronde...)
- ☐ Détermine ton rythme de diffusion (1x/semaine ? 2x/mois ?)
- ☐ Astuce : mieux vaut commencer simple et évoluer ensuite.

Jour 2 - Prépare ton contenu

- ☐ Liste 10 idées d'épisodes que tu pourrais enregistrer
- ☐ Rédige le plan de ton épisode 1 (intro / contenu / conclusion)
- ☐ Prévois un appel à l'action (ex : "abonne-toi", "laisse un avis", etc.)
- ☐ Écris une description accrocheuse de ton podcast

Jour 3 - Choisis ton matériel et installe-toi

- ☐ Commande ou vérifie ton micro (USB conseillé pour débiter)
- ☐ Prévois un casque fermé pour éviter l'écho
- ☐ Installe ton espace d'enregistrement (pièce calme, sans réverbération)
- ☐ Teste ton matériel avec un mini enregistrement

Jour 4 - Enregistre ton épisode

- ☐ Choisis ton logiciel (Audacity, GarageBand, Riverside.fm...)
- ☐ Enregistre à voix posée, en suivant ton plan
- ☐ Sois naturel(le), souriant(e), dynamique
- ☐ Réécoute, corrige et refais si besoin

Jour 5 - Monte ton podcast comme un pro

- ☐ Coupe les hésitations, longueurs, "euh..."
- ☐ Ajoute une intro, un jingle et une outro
- ☐ Exporte en MP3 (mono, 128kbps)

☐ Donne un nom clair à ton fichier audio

Jour 6 - Héberge et publie ton podcast

☐ Choisis une plateforme d'hébergement (ex : Ausha, Anchor)

☐ Crée ton compte et ajoute une image de couverture

☐ Publie ton épisode 1 avec titre + description + mots-clés

☐ Connecte ton podcast à Spotify, Apple Podcasts, Deezer...

Jour 7 - Fais connaître ton podcast

☐ Annonce ton podcast à ton réseau (email, réseaux sociaux...)

☐ Crée une audiogramme (extrait audio + visuel animé)

☐ Propose un cadeau bonus (checklist, PDF, épisode privé) en échange d'un email

☐ Commence à bâtir une liste d'abonnés

Bonus : tes ressources pour aller plus loin

- Mini formation gratuite : "5 erreurs à éviter quand on lance son podcast"

- Programme complet : "Plan Podcast" pour apprendre, structurer et développer ton podcast avec accompagnement