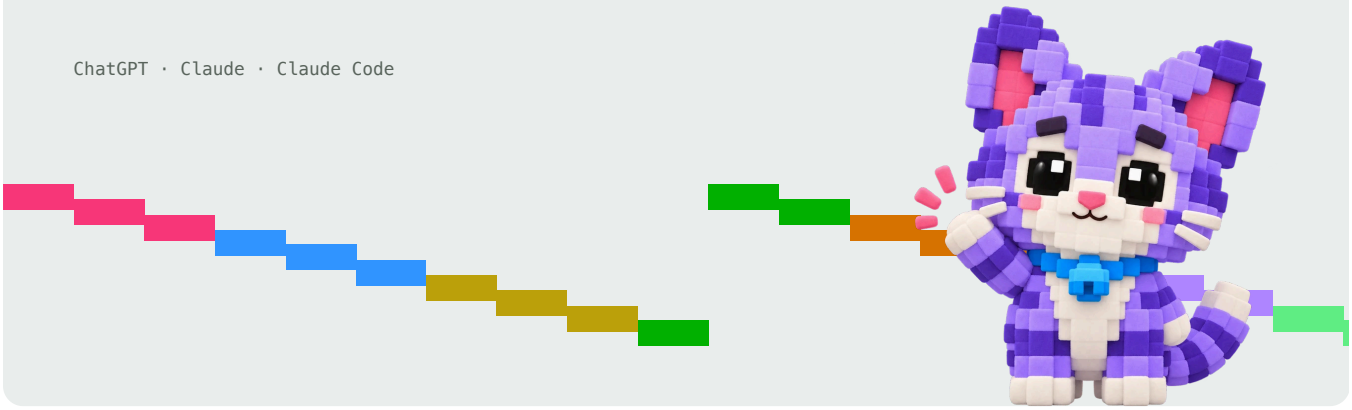
troie.app / pack.posts_reseaux() / v1.0

Posts et réseaux sociaux

La méthode TROIE pour publier toutes les semaines, avec l'IA, sans sonner comme une IA.

ChatGPT · Claude · Claude Code



Exemple fictif, construit pour montrer la méthode. L'Atelier Morel, ses clients et ses chiffres n'existent pas.

---

1. La fiche de voix (extrait)

- **Qui** : Julien Morel, menuisier à Annecy depuis 12 ans. J'écris pour des particuliers qui hésitent à faire faire un meuble sur mesure.
- **Ce que je défends** : le sur-mesure n'est pas un luxe s'il est bien pensé. Un bon devis prend du temps. Le bois massif se répare, le mélaminé se jette.
- **Mes mots** : « on va faire simple », « ça tient », « au millimètre ».
- **Mes mots interdits** : « artisan passionné », « savoir-faire d'exception », « n'hésitez pas ».
- **Rythme** : phrases courtes, vouvoiement, pas d'emoji.
- **Preuves** : 140 cuisines posées depuis 2014, délai moyen de 7 semaines.

2. La banque d'histoires du mois (extrait)

- Une cliente a gardé sa vieille table en chêne. On a fait la cuisine autour.
- Trois clients m'ont demandé ce mois-ci pourquoi un devis prend 10 jours.
- J'ai raté une découpe à 2 mm près. On a tout refait.
- Photo : les chutes de chêne qu'on garde pour les petites pièces.

3. Avant / après sur la même histoire

Avant : ChatGPT seul, avec « écris un post LinkedIn sur une cuisine sur mesure »

> 🌟 Et si votre cuisine racontait votre histoire ? 🌟
>
> Dans un monde en constante évolution, il est crucial de créer des espaces qui vous ressemblent. Chez Atelier Morel, artisan passionné, nous mettons notre savoir-faire d'exception au service de vos projets. 🔨✨
>
> Chaque cuisine est unique, comme vous !
>
> Et vous, quelle est la pièce de votre maison qui vous ressemble le plus ? 👇
>
> #cuisine #surmesure #artisanat #passion #déco

Tout y est : l'accroche-question, les expressions creuses, les mots interdits, les emojis, la question finale. Aucun détail ne permet de savoir de qui on parle.

Après : prompt n° 4 avec la fiche de voix et l'histoire de la table en chêne (version récit)

> Elle voulait une cuisine neuve. Et garder la table de sa grand-mère.
>
> Une table en chêne de 1962, 1,80 m, un pied un peu plus court que les autres.
>
> Le plus simple aurait été de la mettre au garage. On a fait l'inverse : on a dessiné la cuisine autour.
>
> Le plan de travail est à la hauteur exacte de la table. L'îlot reprend la même teinte. Le pied trop court, on l'a laissé. Il fait partie de l'histoire.
>
> Le sur-mesure, ce n'est pas plus de meubles. C'est partir de ce que vous avez déjà.

Mêmes faits, mais racontés : une scène, des détails précis, la voix de Julien, une seule idée.

4. Le même sujet en vidéo courte (prompt n° 8)

Temps	On voit	On dit
0 à 3 s	La vieille table dans la cuisine finie	« Elle voulait une cuisine neuve. Et garder cette table. »
3 à 9 s	Gros plan sur le pied plus court	« Chêne, 1962, un pied plus court que les autres. »
9 à 15 s	Mètre posé entre la table et le plan de travail	« On a calé tout le plan de travail à sa hauteur, au millimètre. »
15 à 20 s	L'îlot, même teinte que la table	« L'îlot reprend sa couleur. »
20 à 30 s	Julien face caméra	« Le sur-mesure, c'est partir de ce que vous avez déjà. Vous avez un meuble à garder ? Montrez-le moi en commentaire. »

5. La relecture anti-IA (prompt n° 11)

Changements proposés sur la première version :

- « une magnifique table » devient « une table en chêne de 1962 » : un fait plutôt qu'un adjectif.
- « nous sommes fiers de » est supprimé : ça n'apporte rien.
- La question finale est remplacée par une demande concrète, et seulement dans la vidéo.