



Aprèn a utilitzar l'eina més
poderosa d'Instagram:
Els REELS

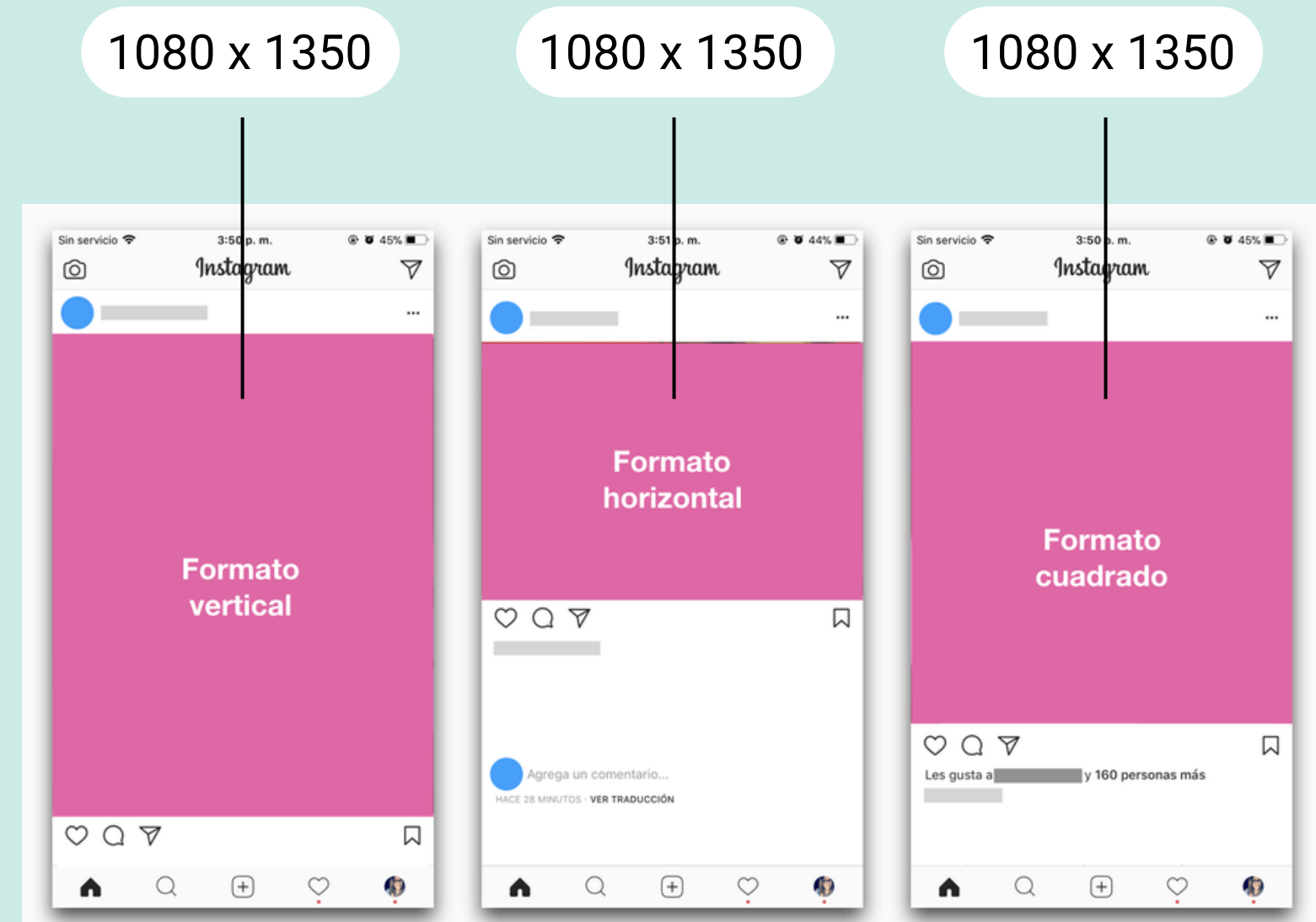


Per què Instagram?

- Més de 400 milions d'usuaris actius.
- Gran segmentació de públics.
- Ataca la sensibilitat.
- Atrau tràfic a la web.
- Analítica, engagement, audiències
- Hashtags
- Varietat de formats.

Tipus de formats que s'identifiquen

- IMATGES
- CARRUSELS
- HISTÒRIES
- DIRECTES
- REELS



Tipus de comptes

PERSONAL

- No permet veure les estadístiques del teu perfil
- Opcions limitades per crear anuncis de pagament

EMPRESA

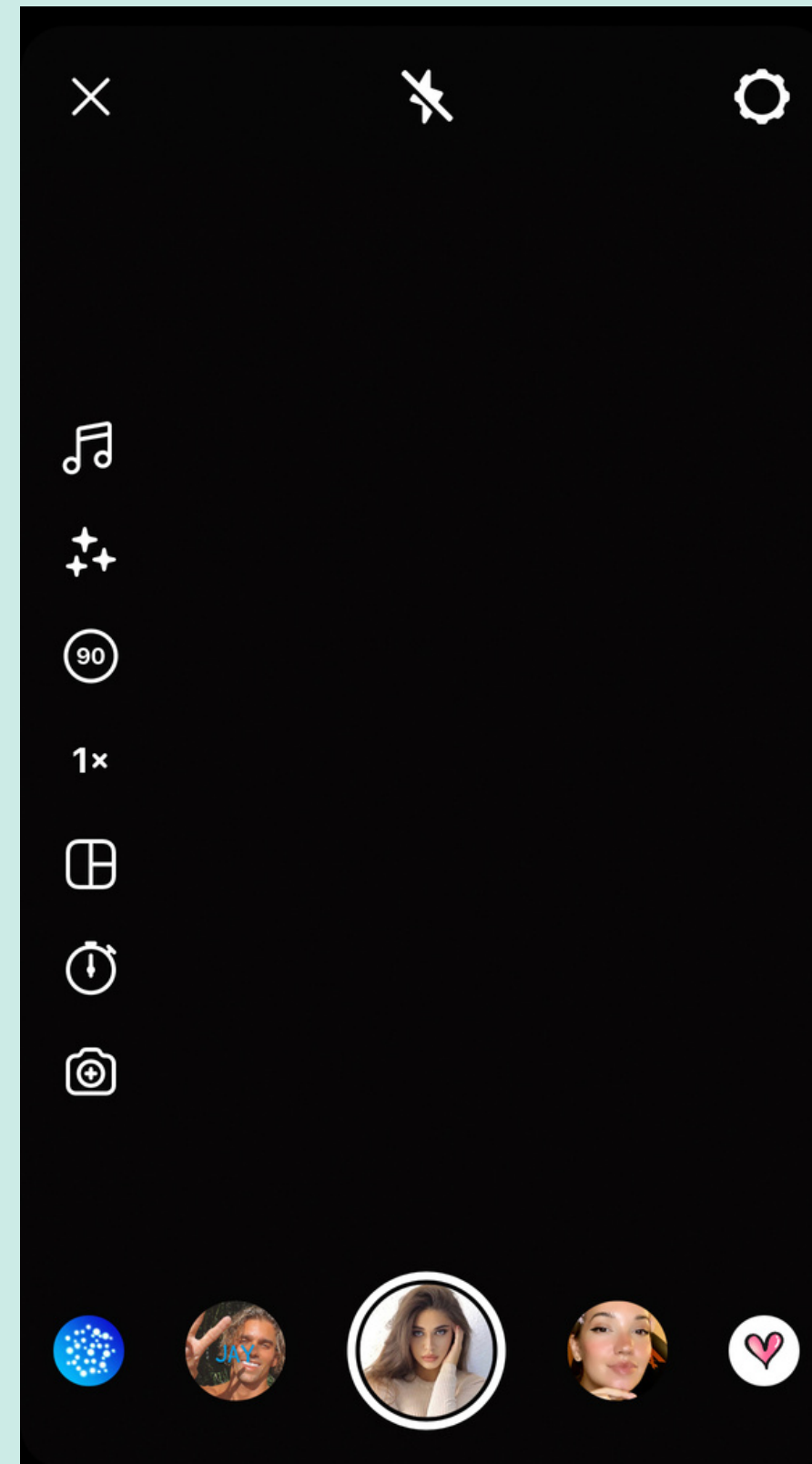
- Assignar una categoria empresarial (botiga, restaurant etc.) i així millorar el teu posicionament a la cerca
- Afegir botons de contacte (com arribar, trucar, reservar...)
- Veure les estadístiques de la teva audiència (gènere, edat, ubicació) i mesurar l'impacte de les publicacions (abast, creixement de seguidors etc.)
- Auto publicar en aplicacions per programar contingut
- Crear campanyes de publicitat personalitzades i independents de les publicacions realitzades

CREADOR

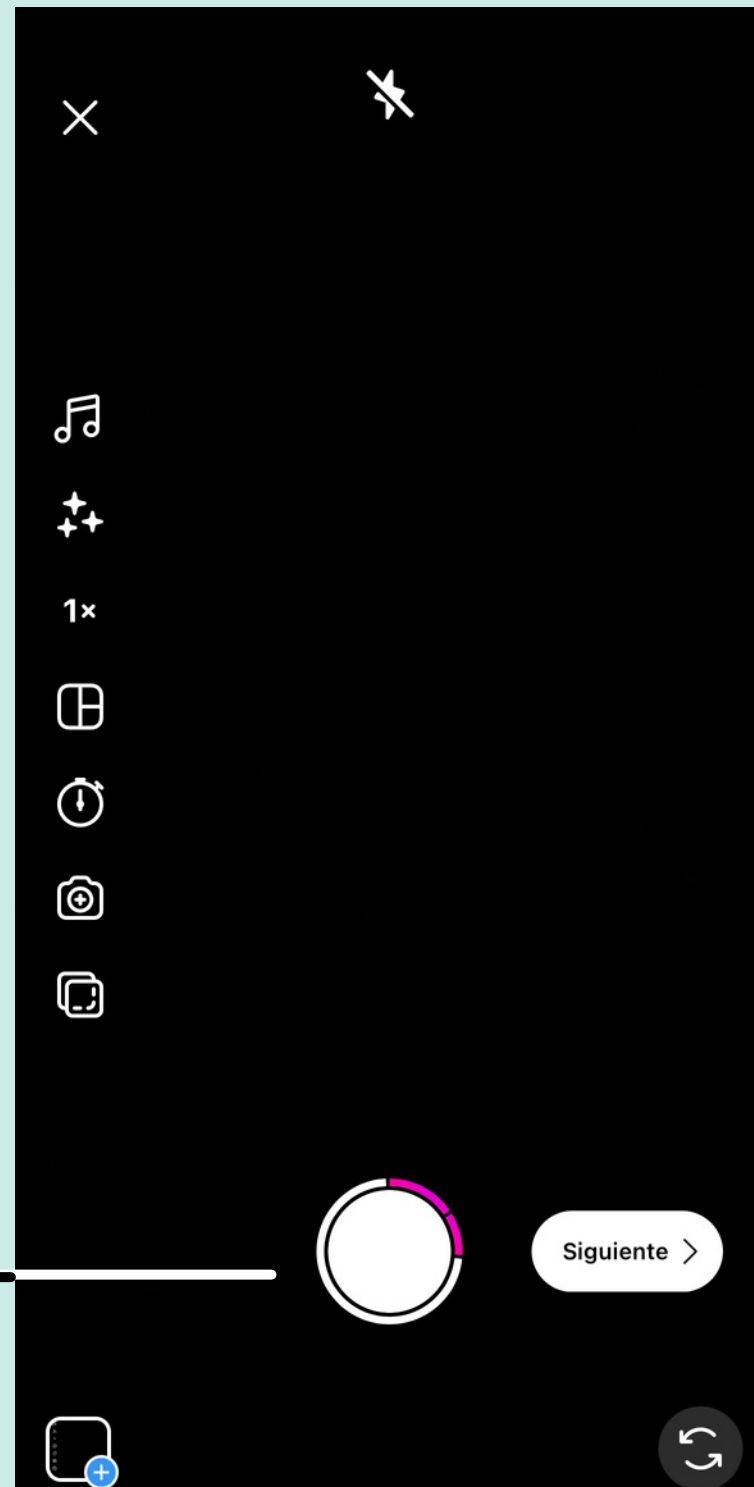
- ÍDEM ANTERIOR
- Té altres opcions de categories més creatives (actor, ballarí, xef, emprenedor, esportista...)
- Inicialment estava pensat per comptes de més de 10.000 seguidors (*influencers*)

Els Reels

- Escolir música ←
- Efectes ←
- Durada del reel ←
- Velocitat ←
- Altres formats ←
- Temporitzador ←
- Càmera dual ←



Els Reels



Clips que tenim



Opcions



Edició



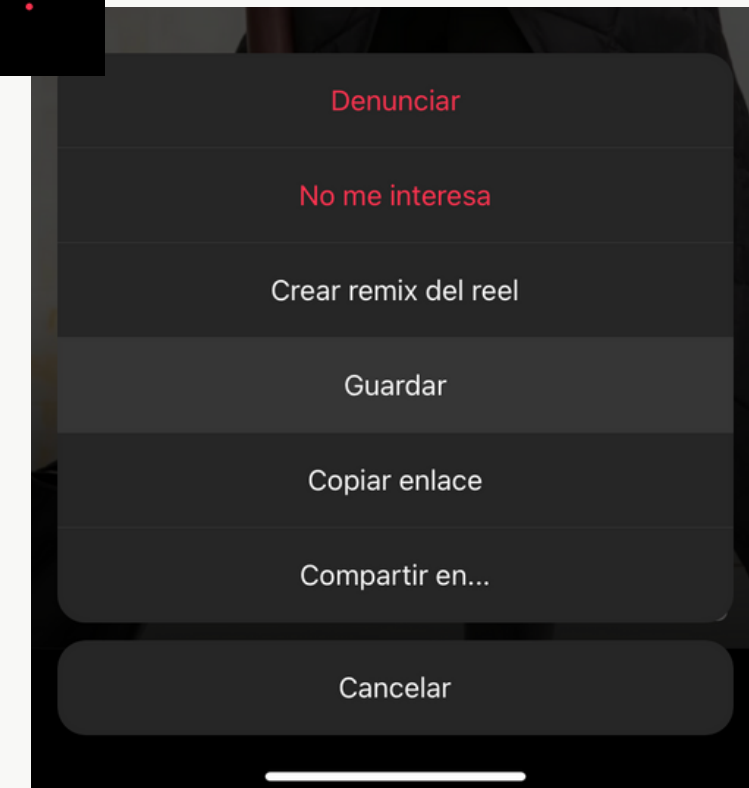
Reels

PLANIFICACIÓ

- Què i per què explicar això?
- Com ho vull explicar? | Text

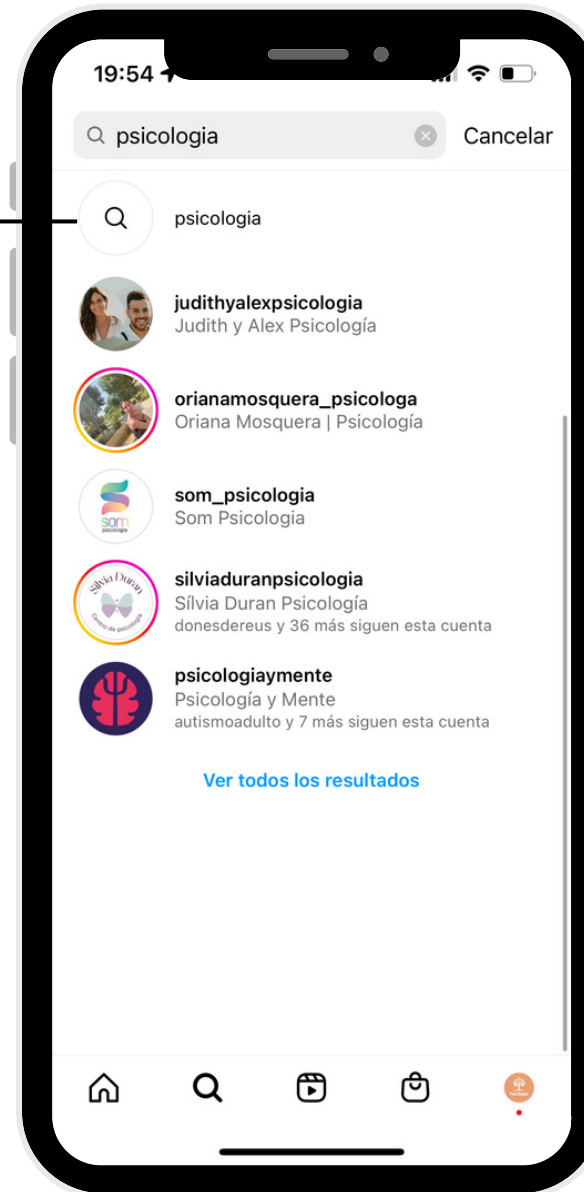
RECERCA

- Què està de moda? | Adaptar-se a les tendències
- Mirar molts exemples i adaptar-los a l'empresa | Guardar-los



Com treure el màxim partit al cercador per guardar contingut que ens agrada

- Cerca per nom **@psicsalut**
- Cerca per paraula clau: **#psicologia**



Com treure el màxim partit al cercador

- Cercar per paraules clau ens permet descobrir altre contingut i, si volem, guardar-lo
- Cercar per paraules clau ens permet descobrir on està situada la nostra competència
- Cercar per paraules clau ens permet conèixer quines etiquetes són les més utilitzades i plantejar-nos si són útils per afegir-les als nostres continguts

Com guardem el contingut que ens sembla útil i com el recuperem



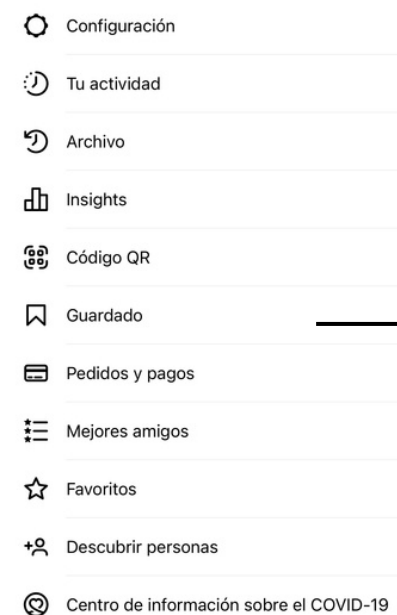
Ver insights

Promocionar publicación



Guardar

Les gusta a jenysumundo y 8 personas más
psicalut El crit no serveix per aprendre. Si vols que l'infant t'escolti, parla amb calma i intenta fer-li entendre que estàs enfadat/da, però sense... más



Guardats



**PODEM ENDREÇAR-NOS
EL CONTINGUT QUE
GUARDEM PER CARPETES**

Llum, càmera i acció

L'espai ens defineix!

ESPAI

- Escollir un lloc neutre: NO | SÍ
- Bona llum: Exemple NO | Exemple SÍ
- Enquadrament adaptat a la temàtica

CÀMERA

- Evitar càmera frontal

TRÍPODE

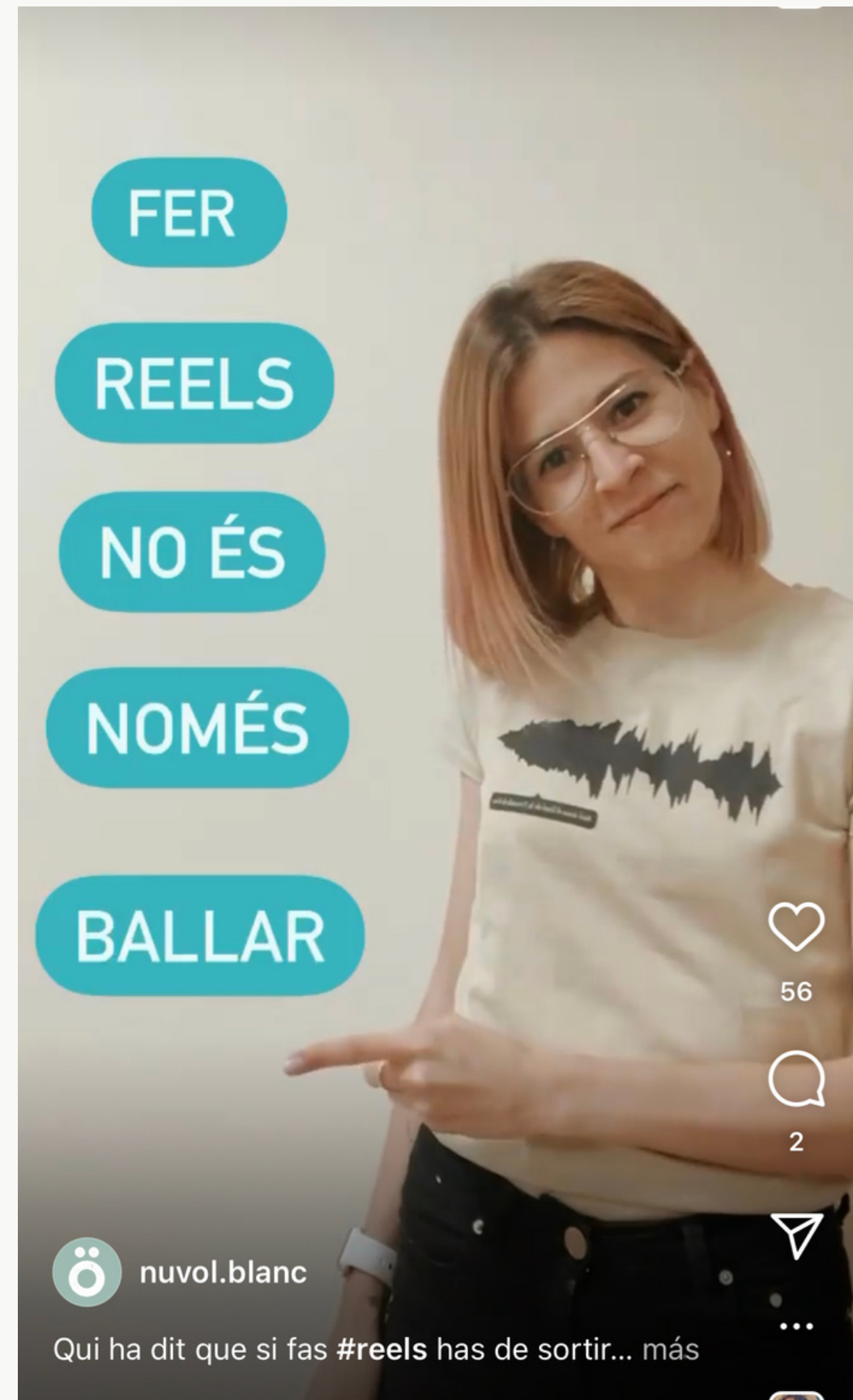
- Tenir-lo o crear-lo!

Transicions

- **Salts + canvi de roba o de lloc:** [Exemple 1](#) | [Exemple 2](#) | [Exemple 3](#) | [Exemple 4](#)
- **Tapar la pantalla (diferents modalitats):** [Exemple 1](#) | [Exemple 2](#)
- **"Chasquido":** [Exemple 1](#) | [Exemple 2](#) | [Exemple 3](#)
- **Patada o xafada:** [Exemple 1](#) | [Exemple 2](#)
- **Volta:** [Exemple](#)
- **Duplicar-te:** [Exemple](#)

Com explicar el que fas sense sortir tu

- Gravació de vídeos amb transicions
- Sortir només al principi: [Exemple](#)
- Veu en off: [Exemple](#)
- Mostrar el producte i característiques: [Exemple](#)
- Post its, canva amb tips: [Exemple](#)
- Stop motion: [Exemple](#)
- Jugar amb la càmera ràpida: [Exemple](#) | [Exemple](#)
- Resultat final: [Exemple](#)



Text



Important que el Reel es pugui entendre sense so

- **COM POSAR TEXT**
- **COLORS/FORMATS**
- **ENQUADRAMENT TEXT**



Música/veu en off



Important detectar la música que està en tendència

- COM AFEGIR MÚSICA
- COM AFEGIR VEU EN OFF

Títols inici

Els tres primers segons són els més importants.

El número tres és màgic.

- "El secret de..."
- "3 coses sobre..."
- "Com aconseguir..."
- "Coses que no saps sobre..."
- "Estalvia temps fent això..."
- "Tres errors sobre..."
- "La millor manera per..."
- "Fes X per aconseguir X"
- "X raons per fer X"
- "X errors que no t'ajuden..."
- "Mites sobre..."
- "Claus per..."
- "Tres idees per..."
- "Descobreix com..."



**Des de Reels o
des de App externa
(ex:Canva)**

Títols final

Crida a la interacció de l'usuari

- CTA (Call to action)
- "Detalls a la descripció"
- "Segueix-me per..."
- "Guarda't el contingut..."
- "Etiqueta a un amic..."
- "Explica'm la teva experiència..."
- "Inscriu-te gratis fent..."
- "Disponible per temps limitat..."

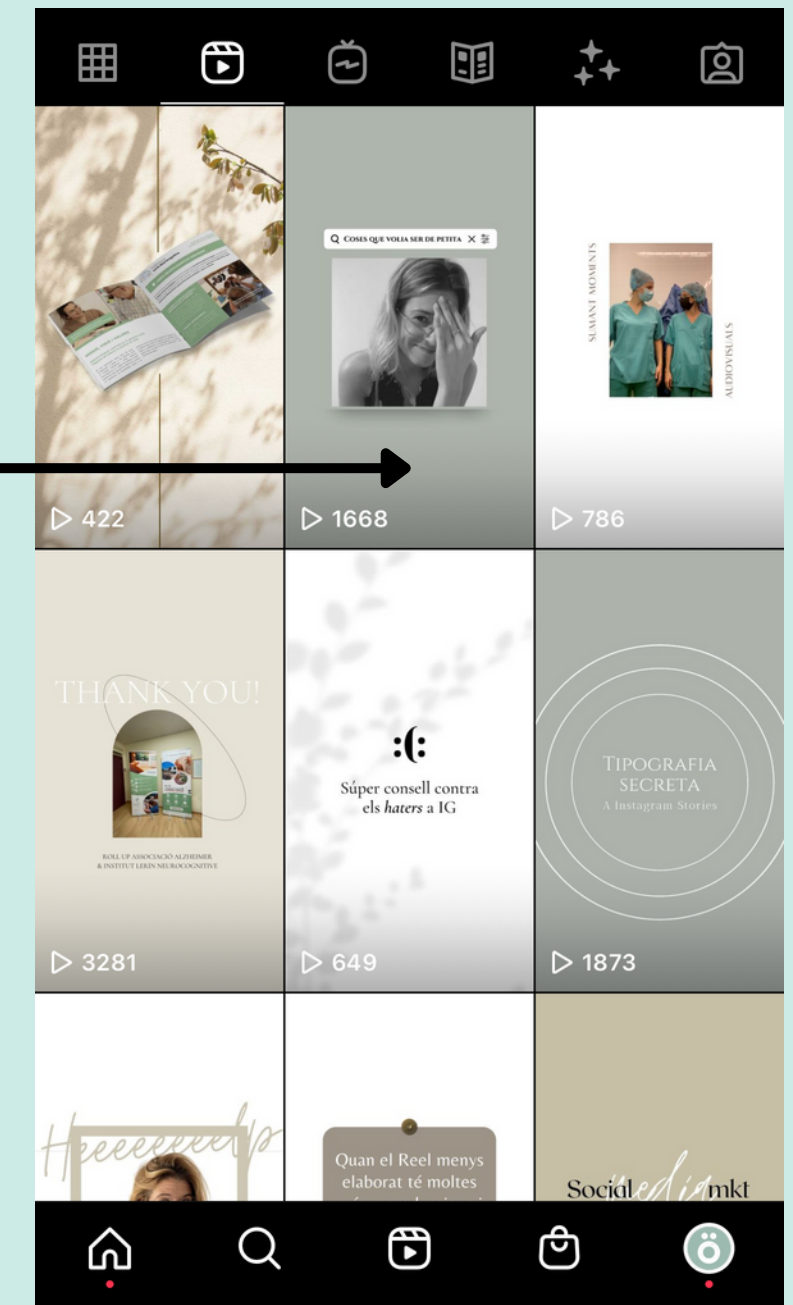


**Des de Reels o
des de App externa
(ex:Canva)**

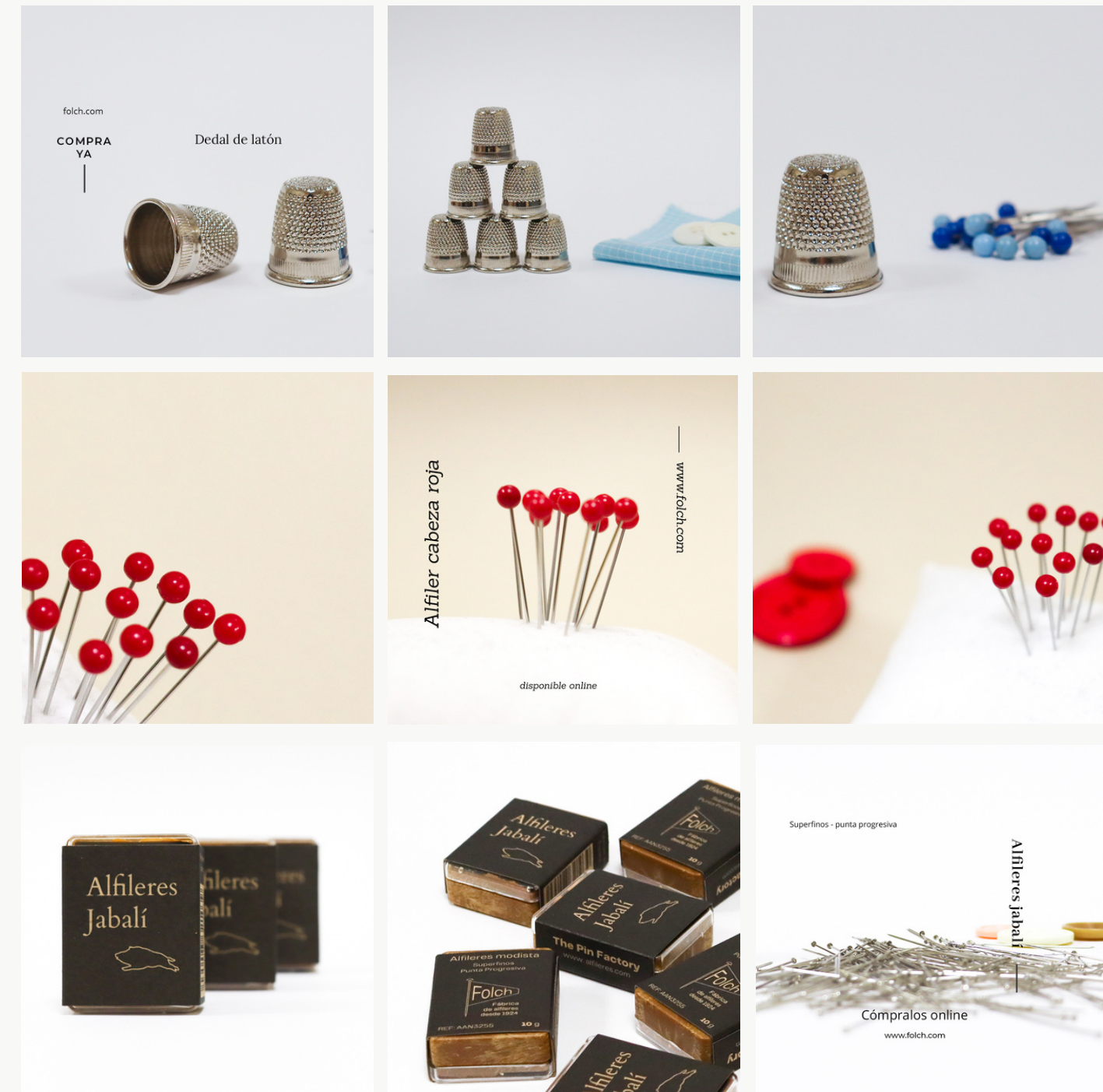
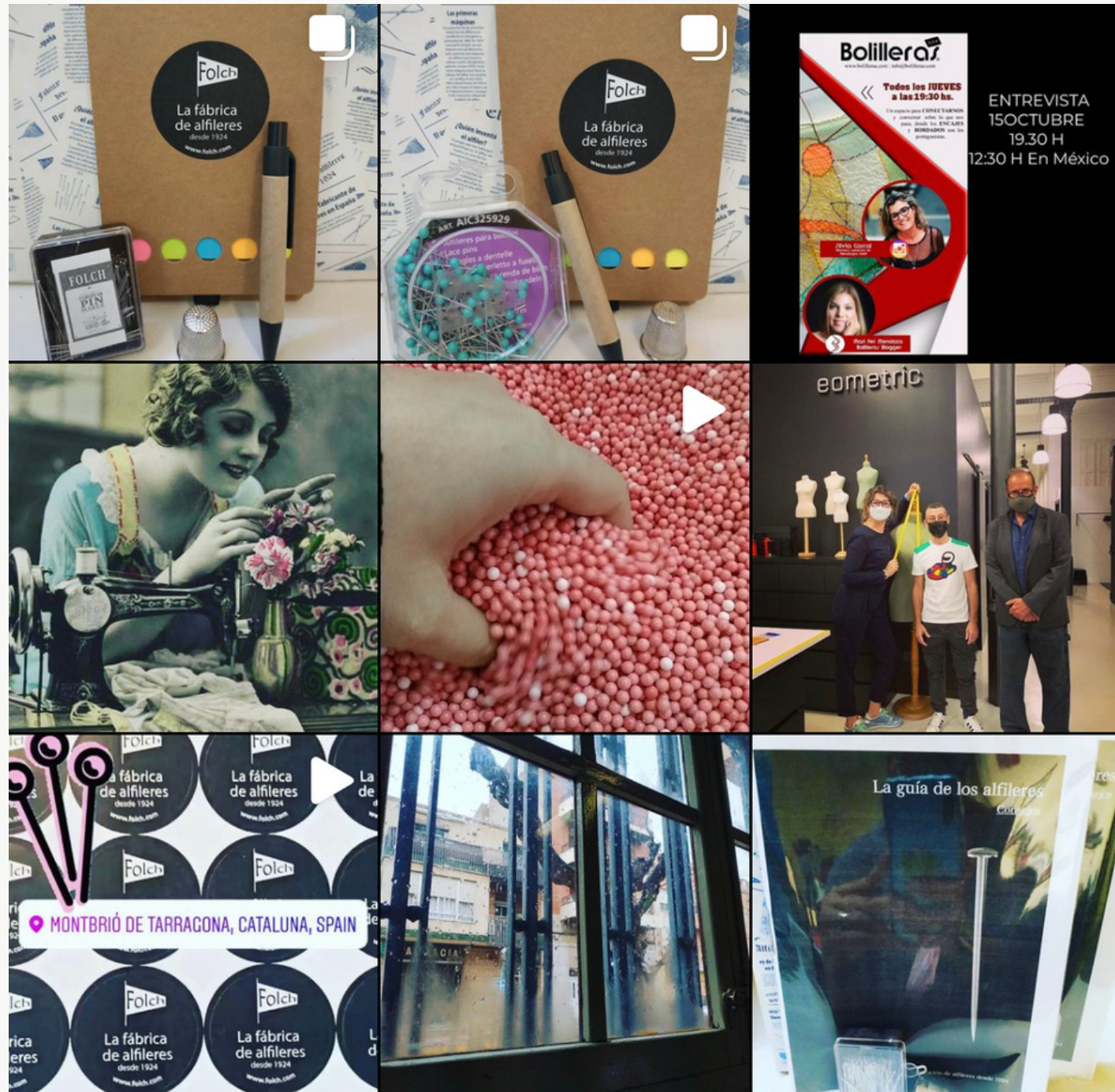
Portada

Tenir en compte que es veura a 1080x1080px i a 1080x1920px

- CANVA
- Captura del vídeo o foto prèvia
- Seguir una línia corporativa colors/tipografia
- Com pugem una portada o com triar un fotograma
- Com enquadrar la portada al perfil



L'estètica és important



L'estètica és important



TÉCNICAS DE MASAJE EGIPCIO

13 y 14 de marzo
Sábado y domingo de 10h a 14:30h y de 16h a 20h

MÁS INFORMACIÓN
680 910 933

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

www.escuelaafic.com

AMMA MASAJE EN SILLA

11 de marzo
Jueves de 10h a 15h

5h

TITULACIÓN OFICIAL

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

680 910 933
www.escuelaafic.com

VENTOSAS DE FUEGO

Días a elegir

15 de Marzo
Lunes de 9:30 a 14:30

18 de Marzo
Jueves de 15 a 20h

20 de Marzo
Sábado de 9:30 a 14:3

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

Más información
www.escuelaafic.com

PUNTOS GATILLO

Jueves 4 de Marzo de 15 a 20h

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

Más información
www.escuelaafic.com

QUIROMASAJE

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

ESTIRAMIENTOS THAI (MASAJE TAILANDÉS APLICADO)

23 de febrero
2, 9 y 16 de marzo
Martes de 10h a 14h

Técnica de estiramientos vivos aplicados, basados en masaje tailandés. Recuperar la flexibilidad y conseguir una relajación muy profunda. Aplicar la técnica en colchoneta su adaptación a la camilla de masaje. Tratamientos específicos para zona lumbar, dorsal y cervical.

680 910 933
www.escuelaafic.com

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

CURSO DE DIAGNÓSTICO Y SANACIÓN DE CHAKRAS

28 de febrero
domingo de 10h a 14h y de 15:30h a 19:30h

Conocimiento de la anatomía de las chakras para despertar la habilidad energética. Rotaciones profundas con intención y sonido para limpiar y armonizar los chakras. Sendero a Testar, limpiar y alinear el uso de la Rodaxesta (Rendul). Espasmos vibratoriales para el uso xifocico en chakras. Merceles aplicados a los chakras. Omaterapia aplicada a los chakras.

680 910 933
www.escuelaafic.com

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

ESTIRAMIENTOS THAI (MASAJE TAILANDÉS APLICADO)

23 de febrero
2, 9 y 16 de marzo
Martes de 10h a 14h

Técnica de estiramientos vivos aplicados, basados en masaje tailandés. Recuperar la flexibilidad y conseguir una relajación muy profunda. Aplicar la técnica en colchoneta su adaptación a la camilla de masaje. Tratamientos específicos para zona lumbar, dorsal y cervical.

680 910 933
www.escuelaafic.com

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

REIKI NIVEL I

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas

MEDITACIÓN ACTIVA

QUIROMASAJE

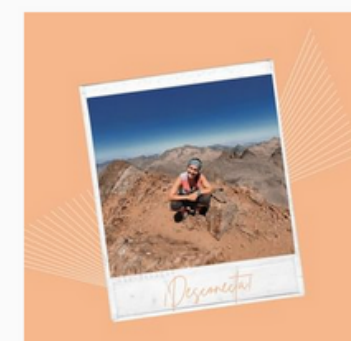


CURSOS SEPTIEMBRE 2022

Calendar grid showing dates from 1 to 30.

OCCLUSIÓN DENTAL EN OSTEOPATÍA

Escuela Reconocida por la Fundación Europea de Medicinas Alternativas



NO HAGAS ESTO

ACCIONES PARA APOYAR A UN EMPRENDEDOR

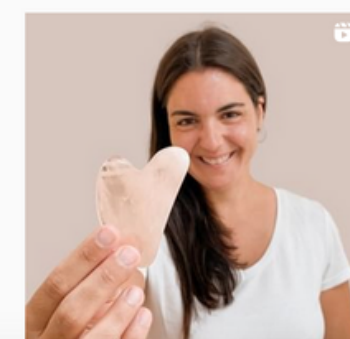
Darle mucho amor a sus publicaciones
Comenta el contenido
Comparte con tus amigos
Guardalo para verlo después



CURSO QUIROMASAJE SEMIPRESENCIAL

Matrícula abierta

escuelaafic.com



PROCESO INSCRIPCIÓN

COM PODEM VEURE COM QUEDARÀ UNA FOTO AL FEED SENSE PUJAR-LA?

PREVIEW: PLANNER FOR INSTAGRAM



Descripció +

- **WEB AJUDA ETIQUETES**

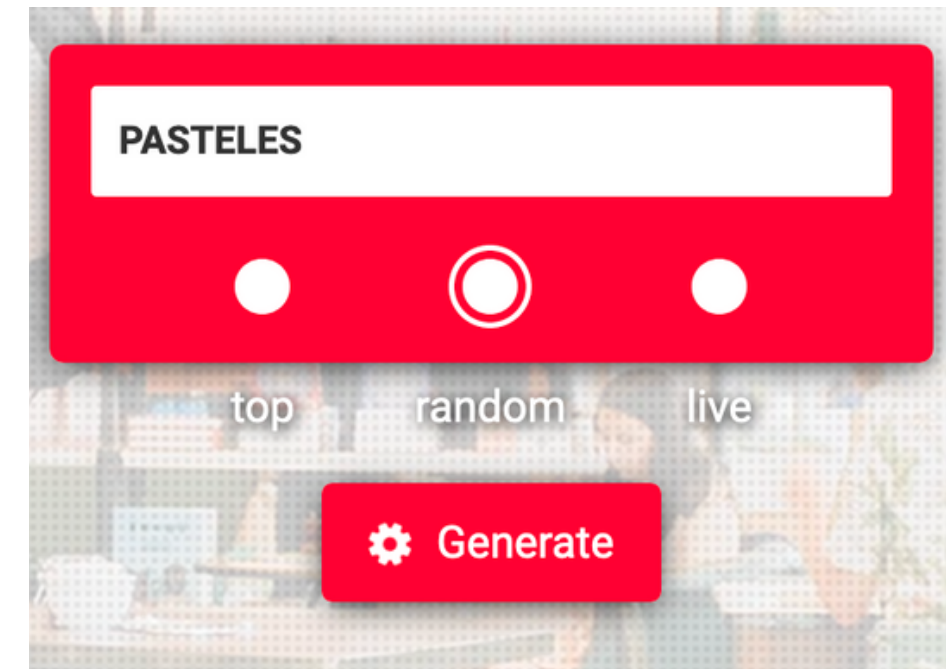
- www.all-hashtag.com
- Crear-ne un de propi

- **AMPLIAR INFO, MAI DUPLICAR**

- **SEPARACIÓ TEXT**

- **MÀX. 30 #**

- **CTA**



BEST 30 #PASTELES HASHTAGS

Here you can find the 30 relevant hashtags based on your searching key. Instagram allows max. 30 Hashtags/Post.

▼ Best random hashtags 30 #Hashtags

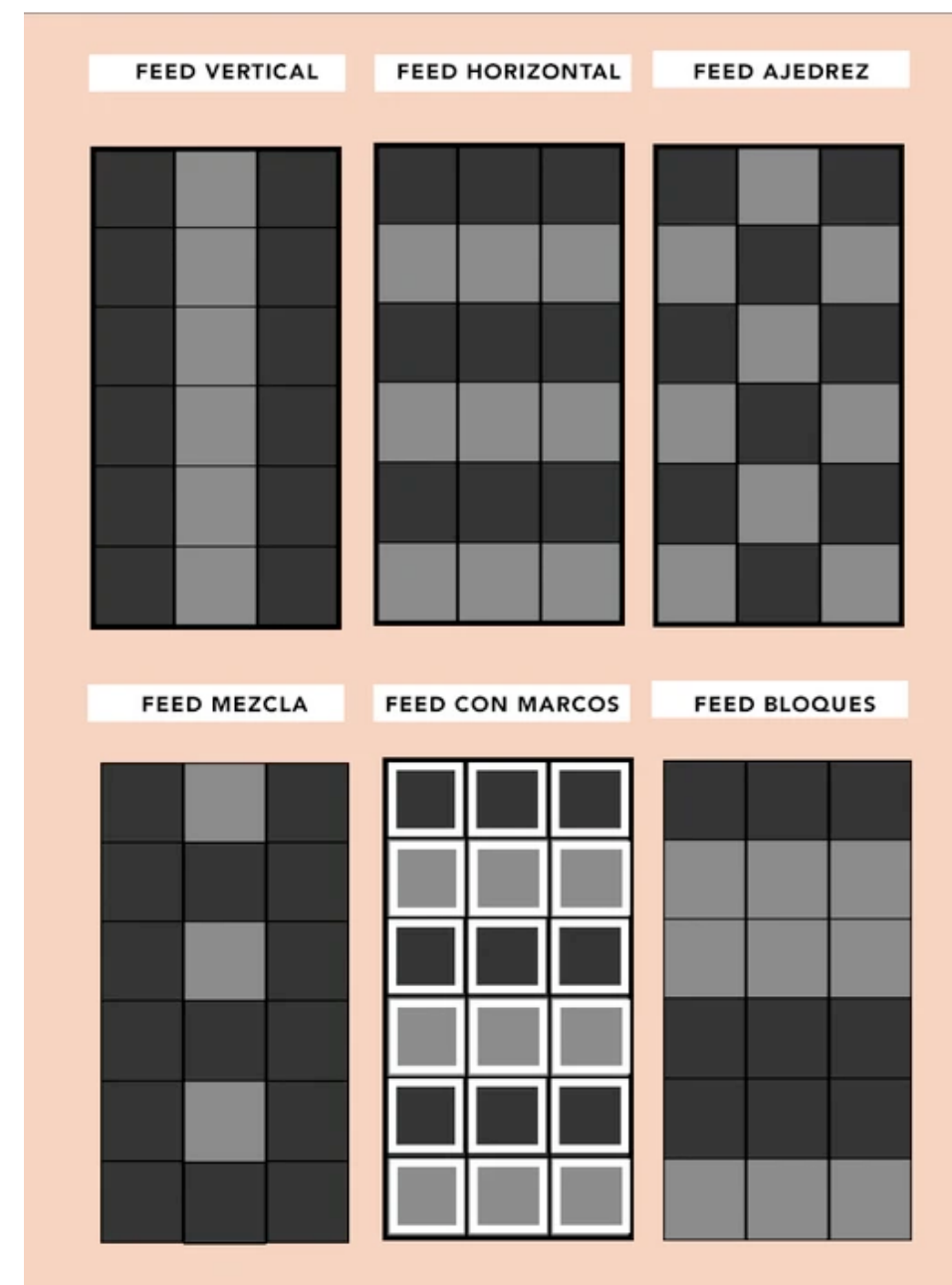
#Pasteles #pastelespersonalizados #pastelesenhoja #pastelesderock
#pastelesdecorados #PastelesGourmet #pastelesfondant #pastelesdefondant
#pastelesveraguas #Pastelesparaperro #pastelesartesanales
#pastelessuperman #pastelesparaperros #pasteleshermosos #pastelesmt
#pastelesandinos #PasteleStew #pastelestematicos #pastelessecos
#pastelespty #pastelesbarcelona #PastelesPantastic #pastelespanama
#pastelesdenata #pastelesleongto #pastelesguate #pastelesbien
#pastelesbogota #pastelesfit #pastelescid

Copy Hashtags

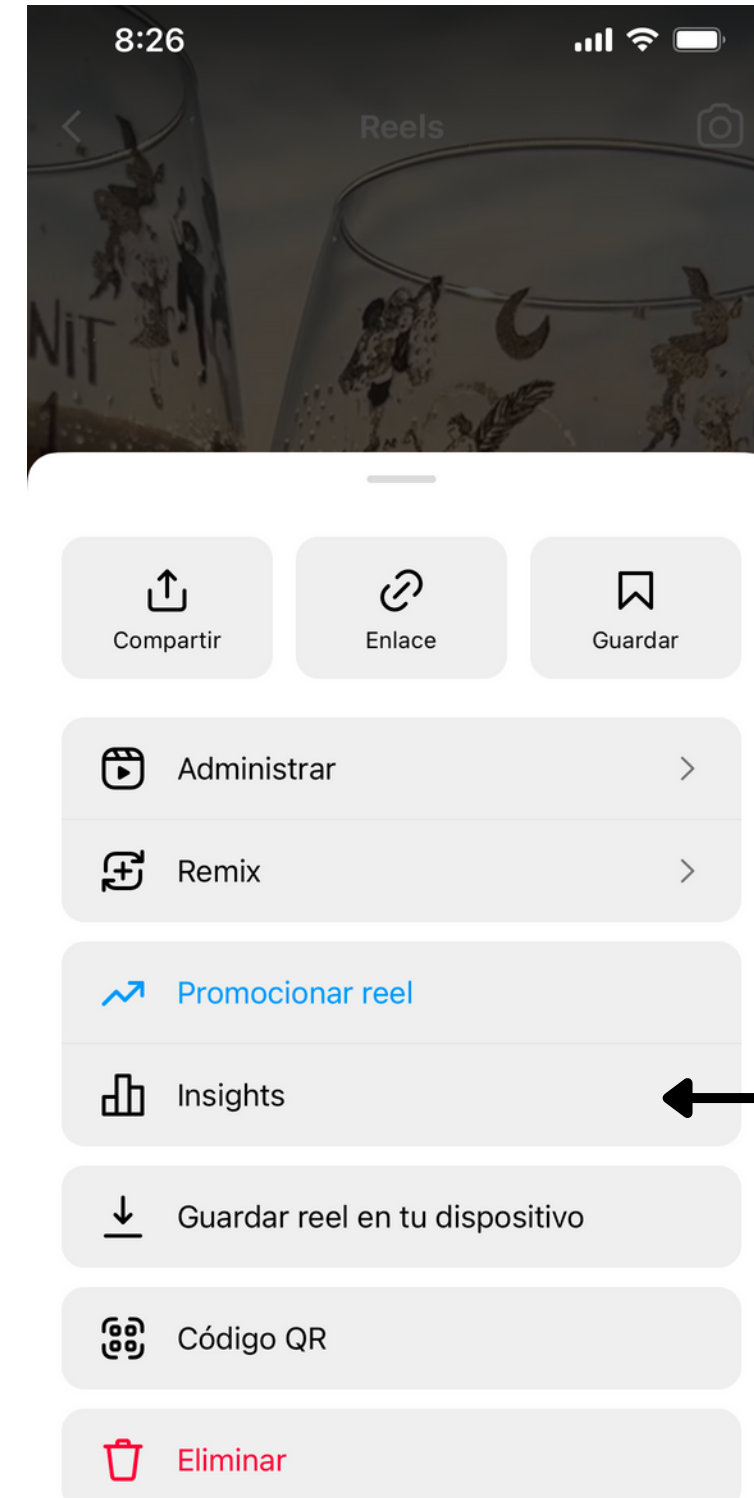
Idees tipus de feed

Per aconseguir un Instagram atractiu

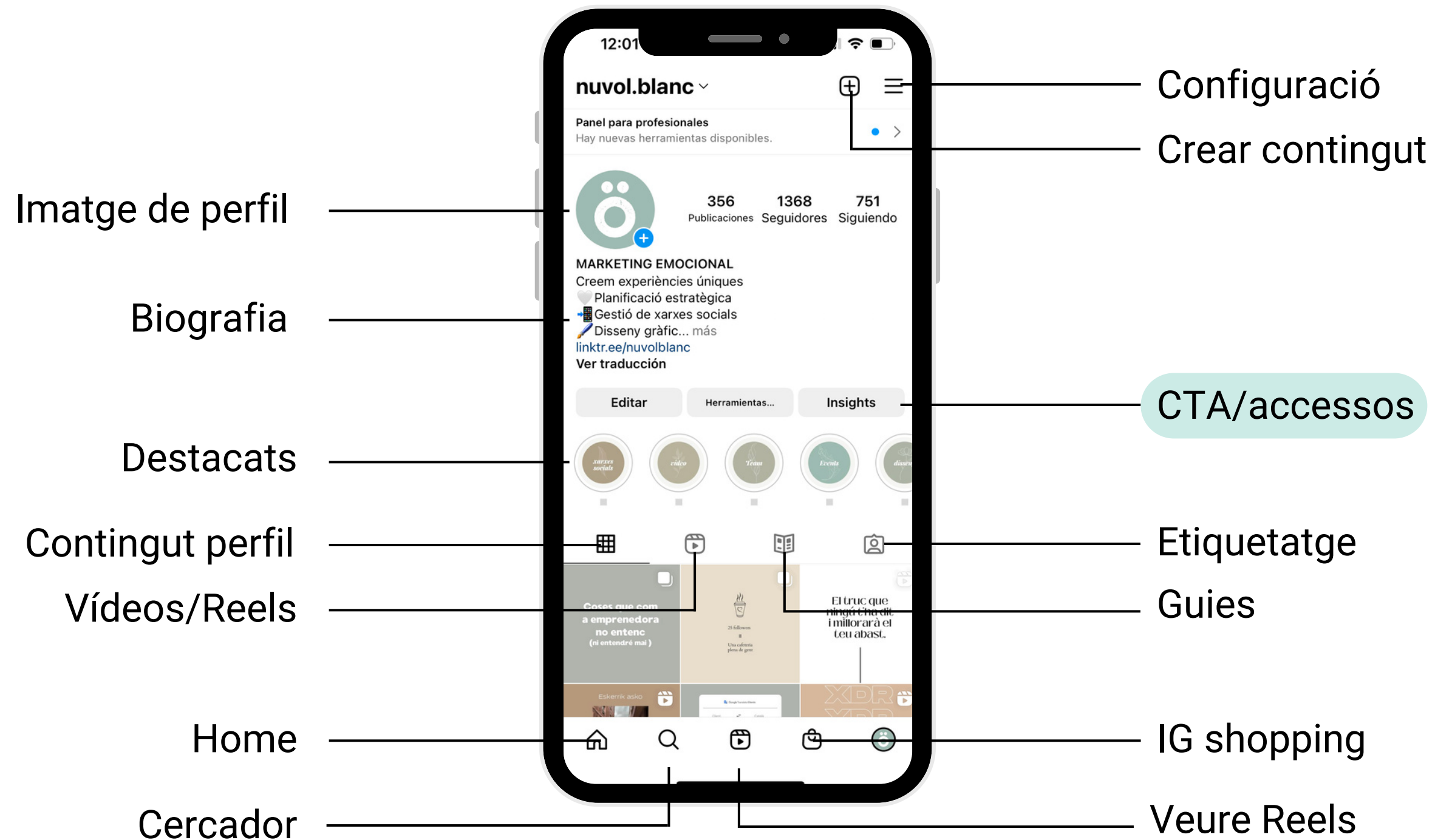
- Feed basat en paleta de colors.
- Feed horitzontal.
- Feed vertical.
- Feed escacs.
- Feed amb marcs.
- Feed amb puzzle.



Estadísticas Reel



Estadístiques generals



Estadístiques generals

MÈTRIQUES

INFORMACIÓ GENERAL

- Permet veure les mètriques de manera general i resumides.

CONTINGUT COMPARTIT

- Resum del què has penjat en el període de temps escollit.

COMPTES ACONSEGUITS

- Comptes que han vist almenys una vegada el nostre contingut (reels, històries, publicacions, directes...)

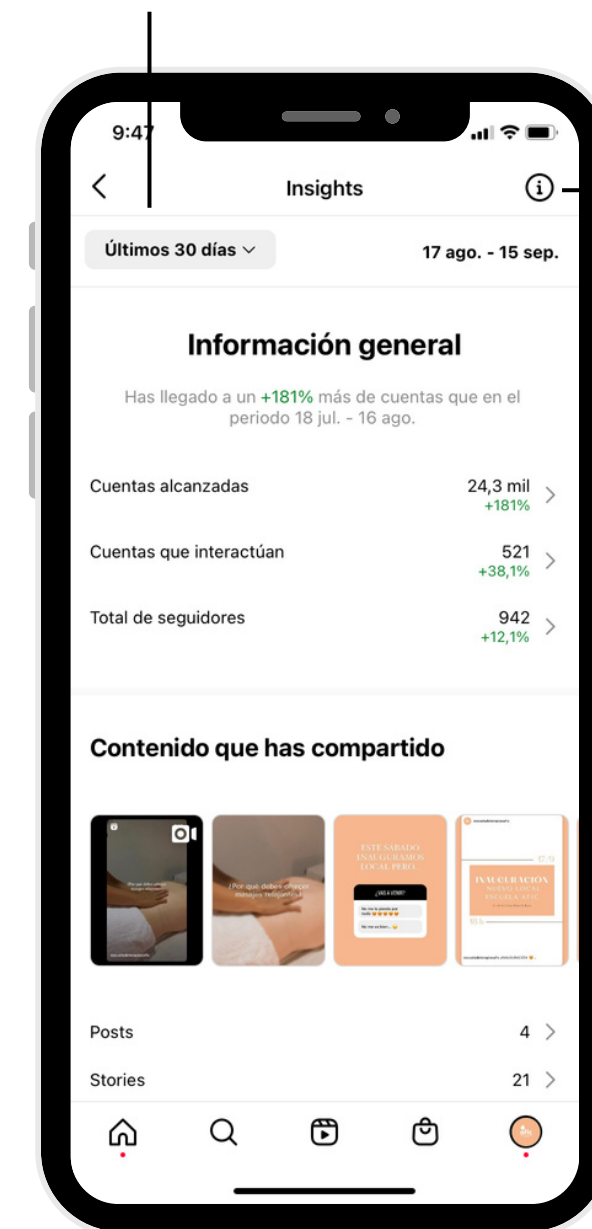
COMPTES QUE INTERACTUEN

- Comptes que interactuen amb el teu contingut (també els anuncis).
M'agrada, comentaris, respostes, guardats o compartir.

TOTAL SEGUIDORS

- Número total dels seguidors que tens.

Elecció període de temps determinat



Explicació mètriques

Si entreu dins de cada mètrica es poden veure en detall els resultats.

**Inspira't amb aquesta llista
d'idees per crear Reels**

Humanitza

- Explica la teva història: qui ets, què fas i quines passions mouen el teu món
- Comparteix els atributs de la teva marca: alegria, passió, inspiració, experiències
- Behind the scene/ darrere l'escena: mostra com és el teu procés creatiu, la magia que hi ha darrere de la creació del teu producte.
- Comparteix algun fracàs i alguna lliçó
- Mostra a aquella persona o aliat que sempre t'ha recolzat en la teva emprenedoria.

Mostra la teva creativitat

- Fes un unboxing o desempaqueta el teu producte
- Presenta al teu equip de manera divertida
- Mostra l'abans o després d'una idea
- Comparteix una anècdota sobre la creació de la teva marca
- Crea un Challenge o uneix-te a algun donant-li personalitat

Confiança

- Comparteix testimonis de clients satisfets
- Mostra un vídeo blog sobre un dia teu
- Comparteix algun èxit professional
- Fes una llista de casos d'èxit dels teus clients
- Mostra la teva trajectòria professional com a marca

Entreteniment

- Comparteix una llista de cançons que t'inspiren
- Fes un top10 de llibres que t'inspiren
- Mostra de manera divertida el teu ambient o espai de treball
- Comparteix pel·lícules relacionades amb la teva marca

Ven!

- Utilitza l'humor per mostrar el teu producte o servei
- Converteix la teva promoció o descompte en un vídeo
- Fes un tutorial demostratiu
- Cronòmetre per anunciar un llançament

Part pràctica

Com presentar-me?

Primer veurem alguns exemples

- **EXAMPLE 1**
- **EXAMPLE 2**
- **EXAMPLE 3**
- **HUMOR**

PART PRÀCTICA: Presentació sortint jo

- **Nom**
- **Professió**
- **Com et puc ajudar?**
- **On em pots trobar?**
- **Hobbie lligat a la professió**
- **CTA**

Tenir en compte:

- **Quines transicions vull utilitzar?**
- **Quin text acompanyarà cada part del Reel?**

PART PRÀCTICA: Presentació sense sortir jo

- **Nom**
- **Professió**
- **Com et puc ajudar?**
- **On em pots trobar?**
- **Hobbie lligat a la professió**
- **CTA**

Tenir en compte:

- **Quines transicions vull utilitzar?**
- **Quin text acompanyarà cada part del Reel?**

PART PRÀCTICA: 5 consells sobre...

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5

Tenir en compte:

- **Quines transicions vull utilitzar?**
- **Quin text acompanyarà cada part del Reel?**