# BÁSICOS A PREPARAR ANTES DEL LANZAMIENTO

## . GRUPO PRIVADO

Recomendable TELEGRAM pero te puede servir también Grupo Privado de Facebook o Whatsapp

Créela con el nombre de BATCH COOKIN DÉTOX Enero 2022 y acompáñalo con uno de los ares gráficos.

Recuerda modificar TU NOMBRE donde indique " Eva Jordá" y " Sana Tu Vida Coaching" con tus redes o web.

## . LINK O BOTÓN DE COMPRA

Si t ienes web, crea tu producto y prepara con antelación el botón de compra con el precio y la imagen de BDC

**Si no t ienes web, prepara un breve escrito para mandar a las personas interesadas en inscribirse, que incluya el l ink a tu Paypal, Banco u otro medio para que puedan ingresarte. Ejemplo *" Hola ( nombre) ¡ Gracias por tu interés en BATCH COOKING DÉTOX! Saber que has decidido cuidar de t i , a través de la alimentación sana y depurativa, ahorrando t iempo en la cocina, me l lena de emoción. Estaré encantada de recibirte en el grupo de chicas que, como tú, también han dado el paso hacia su bienestar. Para inscribirte dispones de varias opciones: por Paypal ( y poner el enlace), por X o por X. Una vez lo hagas, envíame de vuelta el justificante para que pueda incluirte en el grupo privado ¡ Que i lusión comenzar el año con personas comprometidas con su salud, como tú! Un abrazo, Eva"***

## . ENLACE EN TU IG

Puedes poner directamente un solo l ink a tu IG o utilizar LINKTREE donde esté el botón de " Inscríbete a BATCH COOKIN DÉTOX"

## . SESIÓN DE FOTOS TUYAS

No es necesario que sean profesionales.

Basta con un móvil que haga buenas fotos para hacerte una mini sesión.

Las redes sociales posicionan con más visibilidad si en nuestros posts incluímos nuestra cara y lo muestra a más seguidores sin pagar publicidad. Además, un prospecto siempre va a querer ver quién hay detrás del BCD.

Toma en cuenta las siguientes recomendaciones **:**

utilizar en tu ropa los colores de BCD o simplemente jeans con camisa o camiseta blanca. Nada de estampados que dispersen. En la misma sesión, cámbiate la parte de arriba para que parezcan fotos diferentes Idealmente luz solar indirecta.

C uidar mucho los fondos, que no distraigan como los fondos l impios, claros y ordenados. Ideal Alguna planta, l ibros, cocina bonita...

No hace falta que en todas las fotos que publiques, salgas mirando a cámara, pero hazte la misma composición mirando y sin mirar y luego publica la que más te guste.

Las sugerencias PARA 5 / 6 FOTOS que vas a necesitar son éstas, aunque eres l ibre de publicar otras ideas que publiquen otras personas a las cuales sigues en sus redes y te gusten por sus fotos. Ejemplos:

Tú entre cazuelas, cucharas de cocina de madera u otros utensilios de cocina

Tú con alimentos t ipo calabaza, zanahorias, manzanas, hojas verdes... o con los colores del BCD

Tú con tu ordenador y alguna pieza de fruta sobre el escritorio o comiéndola Tú en tu cocina preparando una ensalada

Tú de forma divertida como t i rando frutas al aire, tapando un ojo o los dos con unas rodajas de pepino o naranja, acostada en el suelo con frutas y verduras al rededor, enseñando un batido con tus brazos extendidos y tú difuminada por detrás, con tuppers en las manos como si fueran una balanza, etc Aquí l ibre para despertar toda tu creatividad....

## . EMAIL DE BIENVENIDA

Ten l isto el email de Bienvenida en " borradores" para cuando recibas las inscripciones.

## . SI TIENES PÁGINA DE VENTAS

Esto es un plus por si t ienes web o PÁGINA DE VENTAS. Te recomiendo que incluya estos apartados fundamentales para compartir el contenido de BCD y l levar a la venta a tu prospecto:

Foto Portada de BCD

Slogan ( Frase inicial con gran promesa) Describe el problema de tu cliente Presenta la solución

explica cómo funciona BCD

Bonus: 1 sesión grupal extra contigo para que aprendan a cuidar su alimentación tras el BCD

Quién lo impartirá con un texto que exprese tu experiencia en détox( una foto tuya)

Si t ienes testimonios de clientes de otros détox Garantía

Botón de compra ( 3 repartidos en la página con textos ¡ Lo quiero! ¡ Me uno! ¡ Entro ya !

Preguntas Frecuentes

## . CREA UNA BOLITA EN INSTAGRAM

En tu primera storie en Instagram, crea una bolita con el nombre BCD para guardar todo lo que vayas compartiendo en tus historias: publicaciones, fotos y comentarios de las participantes, capturas con mensajes...

## . PARTES BÁSICAS PARA HACER UN LIVE

La primera impresión es la que cuenta por lo que cuida tu imagen para que se te vea bien arreglada pero sencilla. Sé como tú eres, natural y cercana ¡ Les vas a hablar a tus seguidores, no a tus enemigos!

Sobre todo, cuida la luz ( ideal estar frente a una ventana o aro de luz si es de noche) y que el fondo no distraiga. Que esté ordenado y l impio. Puedes poner alguna planta o l ibros.

Relájate y disfruta.

***Duración:*** de 30 a 60 minutos ( pero esto es aproximado, puede durar incluso menos) CONTENIDO ( extraído del carrusel que contiene toda la información):

***slogan potente para el LIVE:*** cómo l levar una alimentación sana, que te ayude a depurar los excesos, invirtiendo poco t iempo en la cocina

***Presentarte*** sin t imidez, con naturalidad y decir que eres Experta en Détox, con experiencia en otros programas para tu comunidad y que hoy vas a presentarle tu nuevo programa innovador.

***Comenzar con el punto de dolor*** : .¿ Os pasa que os gusta cuidar vuestra alimentación pero no tenéis t iempo con tantas obligaciones? ¿ Os dificulta saber qué comer cada día que sea saludable? La t ípica frase ¡ No sé qué hacer hoy para comer! ¿ Cómo puedo l levar una alimentación sana y depurativa? No sé por dónde empezar... Me gustaría hacer un détox ¡ Me pasé estas navidades! No sé como organizarme con el resto de la familia. No sé cocinar. Quiero comer sano pero trabajo fuera de casa. No tengo casi t iempo para dedicarle a la cocina....

***Presentar la solución:* Pues chicas, con este programa revolucionario: sabréis qué comer cada día ¡ y sano!**

Ahorrarás t iempo en la cocina y dejarás de hacer mil viajes al súper Dispondrás de un menú planificado con recetas saludables y depurativas para 10 días, cocinando sólo 2 veces

Ahorrarás electricidad cocinando de una sola vez varias recetas No t i rarás ni derrocharás alimentos

Podrás l levarlo al trabajo o compatibilizarlo con el resto de la familia porque ¡ ya lo tendrás l isto para t i !

***Y ahora expl icas el programa*** . Quiero contarte qué es BCD, BATCH COOKING

significa " cocinar por lotes" es decir, dedicar un día de la semana a cocinar varias recetas a la vez, para luego disponer de ellas, a lo largo de varios días.

Con ello, ahorras t iempo en la cocina y en el súper, evitando el derroche de alimentos y electricidad, dejando de improvisar o comer cualquier cosa.

***DÉTOX***

*es un plan de alimentación eventual basado en frutas, verduras, hojas verdes, legumbres y otros alimentos naturales, que está l ibre de azúcares industriales, harinas refinadas y proteína animal.*

*Está destinado a ayudar a tu cuerpo a depurarse de los excesos de los malos hábitos o una alimentación ultraprocesada*

*¿ Entonces qué es...* ***BATCH COOKING DÉTOX?***

***¡*** *La fusión de ambas!. Es un programa planificado con recetas sanas para desayunar, almorzar y cenar durante 10 días, cocinando sólo 2 veces*

un programa de 10 días donde sólo cocinaras 2 veces e incluye:

*Planificador con todas las recetas para los 10 días Paso a paso fácil de los 2 cocinados*

*Lista de compras*

*Tips para conservar las recetas*

*Menaje sencillo y t ipos de tuppers para conservar y almacenar*

2 sesiones *en vivo: La primera de presentación y explicación del programa BCD y La segunda al f inalizar con pautas para seguir saludables tras el détox*

Y *Apoyo por grupo privado para resolver sus dudas durante todo el programa*

Y ahora te detallo las fechas y precio:

BCD iniciará sus 10 días del 17 al 26 de enero, pero comenzaremos antes para que puedas conocer cómo funciona, puedas i r a comprar y hacer el primer cocinado. Por lo que la primera sesion en vivo la realizaremos el JUEVES 13 DE ENERO, así que recuerda inscribirte antes para saber bien el paso a paso del programa.

Su VALOR es de 47 € y tengo diferentes formas de pago. Puedes enviarme un msj privado y te comparto con gusto todos los detalles. ( o si t ienes web, comparte el enlace para que puedan inscribirse)

Si t ienes alguna duda, puedes enviarme un correo o un msj privado. Estaré encantada de apoyarte

CONCLUSIÓN FINAL: Antes de despedirme quiero compartirte el testimonio de una participante de la edición anterior de Détox. Ella me comentó que tenía muy desorganizados sus menús, pero que quería hacer una l impieza en su alimentación porque " se había pasado bastante comiendo mal". Cuando terminó los 10 días, me escribió para contarme su experiencia. Me dijo que hacía t iempo que no se sentía tan bien: energética, con claridad mental, deshinchada, había perdido peso, pero sobre todo, tenía de nuevo ganas de vivir ¡ se sentía saludable!

¿ Te imaginas a t i misma sintiéndote igual? Y lo que es mejor ¿ Te imaginas a t i misma invirtiendo sólo 2 veces en tu cocina y comer saludable durante 10 días? Pues esto es lo que te espera en BCD y te lo revelaré el jueves 13 de enero.

Inscríbete antes para recibir el acceso a la 1 ª sesión privada.

Un gran abrazo a todas

( Guardar el LIVE para que lo puedan ver otras personas en tu muro)

También puedes realizar otro, el mismo día, en diferente hora, en tu Facebook.

# EMAIL DE BIENVENIDA A CLIENTES QUE COMPRAN EL BCD

ASUNTO:

BIENVENIDA A BATCH COOKING DÉTOX - GUARDA ESTE CORREO | CONTIENE TODA LA INFO DE BCDÉTOX

TEXTO:

**¡ Hola ( *nombre)* !**

Enhorabuena y gracias por inscribirte a BATCH COOKING DÉTOX, un plan de 10 días de recetas sanas y depurativas, donde sólo cocinarás 2 veces.

Será para mi todo un honor guiarte en este Nuevo Détox donde comenzarás tu 2022 l impiando tu cuerpo con los mejores alimentos reales y sanos como frutas, verduras, hojas verdes, frutos secos, semillas… accesible, económico y ¡ todo natural!

Y lo más increíble:

Ahorrarás t iempo en la cocina, electricidad y viajes al súper

Podrás compaginarlo con el resto de tu familia ¡ porque sólo cocinarás 2 veces! Podrás l levarte fuera de casa o al trabajo tu tupper saludable y détox Iniciarás este año de la forma súper sana, depurando tu cuerpo de excesos navideños

Y lograrás en poco t iempo, elevar tu bienestar, aumentar tu salud ¡ incluso equilibrar tu peso de forma saludable!

( *Nombre del cliente)* guarda bien este correo pues contiene información muy importante, sólo para t i que te has inscrito a este programa.

Toma nota de estas 5 pautas:

1. **. El reto t iene una duración de 10 días. Puedes hacerlo a tu r i tmo o en grupo. Idealmente te aconsejo en grupo, es más motivante y divertido.**
2. [**Si deseas realizarlo en GRUPO, iniciará este lunes 17 de Enero. Únete al grupo privado de Telegram aquí<<<<<<<<<<<< *(enlaza aquí el l ink a tu grupo de***](https://t.me/BikiniDetoxsanatuvidacoaching) ***Telegram)***
3. **. Tendrás 2 SESIÓNES EN VIVO conmigo y con todas las participantes que quieran unirse, tanto si quieres hacer el BCDétox por tu cuenta o en grupo. Te recomiendo no perdértelas porque compartiré todos los detalles del programa. Agenda estas fechas:**

La primera SESIÓN EN VIVO, será el jueves 13 de Enero, a las 7 pm hora España. Lo realizaré a través de zoom y podrás participar con cámara y micro, si lo deseas. Únete en este enlace:

***( aquí el enlace a Zoom: l ink + ID de la reunión)***

La Segunda y última será al f inalizar, el miércoles 26 de enero. Esta sesión es muy importante porque te contaré cómo seguir a partir de ahora. Se realizará también é a través de zoom y podrás unirte en este enlace:

***( aquí el enlace a Zoom: l ink + ID de la reunión)***

1. **. El Cook Book del programa, con el recetario, el planificador y todo el contenido del BCDÉTOX, lo recibirás al terminar la primera Sesión en Vivo del domingo.**

Primero quiero explicarte cómo funciona, para que lo entiendas, una vez que lo descargues.

1. **. Por último, si quieres que alguna amiga, familia o compañera se una contigo al programa BCDÉTOX, puedes enviarle este enlace. Con ello, contribuirás a crear un mundo más sostenible, l leno de bienestar y salud..** ⬇⬇⬇

***( Aquí el l ink que l leve a tu página de información o venta del BCD)***

¡ De nuevo... BIENVENIDA... y nos vemos el jueves!

Abrazos

***Eva Jordá,***

***( Aquí debajo, puedes poner el l ink a tus redes o web)***