

conteúdo mensal

sugestão de posts
para facebook e
instagram



DOMINGO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO
		1 QUOTE Frase inspiracioal Personalizada	2 PERSONAL IMAGE Imagem pessoal em ação produtiva profissional	3 BLOG POST Link do post do seu blog ou promoção do seu site	4 DOWNLOAD Promoção de ebook ou PDF para download	5 MEDIAÇÃO -video Video curto de outra pessoa com os seus comentários
6 DICA DE VALOR sobre a sua atividade/ produto/service – dica pratica	7 MEDIAÇÃO - artigo Compartilhamento de artigo de blog de terceiros	8 PERGUNTA Post com uma pergunta para o usuário. E vc? O que vc faria? Vc prefere isso ou aquilo?	9 VIDEO PESSOAL LIVE Faça uma live de um insight – seja objetivo	10 MEMORIA VINTAGE Conte algo do passado relacionado a sua atividade	11 INDICAÇÃO DE LIVRO Conte sobre um livro que leu ou está lendo	12 PESQUISA OU ESTATISTICAS Pesquisa científica, demográfica ou estatística sobre o seu assunto
13 FERRAMENTAS DE TRABALHO publique mostrando alguma ferramenta	14 TEXTO MOTIVACIONAL Procastinação Desenvolvimento pessoal	15 MEDIAÇÃO – link notícia Publique uma noticia relativa a sua area e comente com a sua opinião.	16 VIDEO PESSOAL YT Faça um video para youtube e compartilhe o link ou carregado direto	17 INDICAÇÃO DE FILME Comente um filme ou documentário que vc assitiu com uma lição e chamada inspiracional	18 PUBLICAÇÃO DIVERTIDA Procure conteudo engraçado e comente	19 DEPOIMENTO testemunhos de clientes sobre o seu trabalho. Bilhetes, mensagens, menções, comentários, avaliações.
20 INDIQUE CANAIS SOCIAS Fale sobre algum blog, perfil, pagina ou canal YT	21 PLACE Comente com imagem e check in um lugar legal, como restaurant e, livraria, pertinente, paisagem	22 SUA HISTÓRIA Poste uma imagem antiga da carreira, foto formatura, colegas de trabalho antigo	23 MEDIAÇÃO – share interno Compartilhe publicações de outros perfis	24 STORYTELLING Conte a historia de um ídolo,personalidade , amigo ou pessoa com seus comentários	25 EVENTO Indique um evento que você vai participar ou que vai acontecer na sua área	26 DICA TECNOLOGIA Conte sobre algum aplicativo ou ferramenta que é útil pra você
27 TENDÊNCIA Pesquise tendências do seu Mercado	28 QUIZZ Faça uma enquete com a sua audiencia	29 CLIENTE Fale sobre uma conquista de um cliente, aluno ou audiencia	30 ASSUNTO LIVRE			



Observe os assuntos pertinentes e decida quais usar em seu caledário.