CRONOGRAMA DE POSTS

Semana 01

Copy/Pauta do conteúdo	Tipo de conteúdo	Data de publicação
Dicas - conteúdo de valor - stories - feed	Reels	26/08
Terça conteúdo de bastidores - Post - foto / pessoa treinando / roupa / suplementação Feed + linha stories para o feed	Reels	27/08
Linha de carrossel conteúdo - suplementação - dicas suplemento nos stories - foco em um produto por dia	Reels	28/08
Motivação - pessoa treinando - voltado para motivar - bastidores - Carrossel - post -	Reels	29/08
Treino e dicas - dica de treino para o final de semana - alimentos para evitar no final de semana SAB e DOM + STORIES - Equilibrio na parte da criação	Foto/Vídeo	30/08

Semana 02

Copy/Pauta do conteúdo	Tipo de conteúdo	Data de publicação
Frase Twitter/Threads	Post único	10/06
Já parou para pensar que você pode estar travando o crescimento da sua empresa	Vídeo	11/06
Dia dos Namorados (Família)	Post único	12/06
Vídeo rotina do Alcemi	Post único	13/06
Vídeo ajudando e ouvindo a história de alguma pessoa de rua	Vídeo	14/06

Semana 03

Copy/Pauta do conteúdo	Tipo de conteúdo	Data de publicação
Frase Twitter/Threads	Post único	17/06
Foto/Vídeo com a Sophia	Post único	18/06
Vídeo você vive apagando incêndio na sua empresa	Vídeo	19/06
Carrossel ela comprou uma moto após participar de um treinamento	Post único	20/06

Corte de um vídeo no palco treinamento		21/06

Semana 04

Copy/Pauta do conteúdo	Tipo de conteúdo	Data de publicação
Frase Twitter / Threads	Post único	24/06
Vídeo motivação, trechos de vídeos e áudio versículo	Vídeo	25/06
	Post único	26/06
	Post único	27/06
	Comemorativo	28/06

Semana 05

Copy/Pauta do conteúdo	Tipo de conteúdo	Data de publicação

Post 1: Reels de Áudio Original (Dicas de Crescimento Profissional)

VÍDEO: Mostre cenas de um escritório moderno, você em reuniões, escrevendo em um quadro branco, e conversando com clientes.
ÁUDIO: Música motivacional de fundo.
LOCUÇÃO DESCRITIVA DETALHADA:

Headline: "Você não acredita como isso pode transformar seu negócio!"

"Você já se perguntou o que separa os empresários de sucesso dos demais? A resposta está na mentalidade e nas estratégias que eles adotam.

Comece o dia com objetivos claros, foque em resolver problemas e sempre busque melhorar. Não é sobre trabalhar mais, mas sim trabalhar de forma inteligente.

Você está pronto para levar seu negócio ao próximo nível? Comente abaixo quais são suas maiores dificuldades e vamos superar isso juntos!"

Headline: "Transforme Seu Negócio!"
Palavras-Chave: Estratégia, Crescimento, Sucesso

CTA: "Comente suas dificuldades!"

Post 2: Reels de Trend (Motivação)
VÍDEO: Você caminhando na avenida, Video brincando com a Sofia e com uma transição rápida para você em uma sala de reunião.

ÁUDIO: Música inspiradora com batida forte.
EDIÇÃO:

Headline: "De onde vem a motivação?"

Palavras-Chave: Motivação, Inspiração
CTA: "De onde você tira sua motivação? Comente!"

Post 03: Carrossel Visual (Erros a Evitar no Empreendedorismo)
BRIEFING PARA O DESIGNER: Utilize imagens de situações de erro comuns, com ícones de alerta.
CONTEÚDO:

Card 1: "Erros comuns que você deve evitar! ⚠️"
Card 2: "Não planejar adequadamente."
Card 3: "Ignorar o feedback dos clientes."
Card 4: "Curta o post para mais dicas!"
Card 5: "Subestimar a concorrência."
Card 6: "Não investir em marketing."
Card 7: "Comente qual erro você já cometeu!"

Post 04 VÍDEO: Você dando conselhos sobre liderança em um ambiente de trabalho.
ÁUDIO: Música calma e inspiradora.
LOCUÇÃO DESCRITIVA DETALHADA:

Headline: "Seja um líder que inspira!"
"A liderança não é sobre dar ordens, mas sim inspirar sua equipe a alcançar novos patamares. Seja um exemplo, comunique-se de forma clara e mostre empatia. Um bom líder é aquele que conhece suas forças e fraquezas e sabe como extrair o melhor de sua equipe. Como você lidera sua equipe? Comente abaixo!"

Edição:
Headline: "Inspire Sua Equipe!"
Palavras-Chave: Liderança, Inspiração, Equipe
CTA: "Comente suas estratégias!"

Post 05: Reels de Áudio Original (História Inspiradora de Empreendedorismo)
VÍDEO: Você narrando a história de um mentorado de sucesso.
ÁUDIO: Música inspiradora e motivacional.
LOCUÇÃO DESCRITIVA DETALHADA:

Headline: "De zero ao sucesso!"
"Mentorado começou com nada além de uma ideia e muita determinação. Ela enfrentou desafios, superou obstáculos e, com uma visão clara, construiu um negócio de sucesso. Sua história é uma prova de que com foco e perseverança, qualquer um pode alcançar seus sonhos. Qual é a sua história? Compartilhe nos comentários!"

Edição:
Headline: "Inspire-se!"
Palavras-Chave: Sucesso, Empreendedorismo, Inspiração
CTA: "Compartilhe sua história!"

Post 06: Reels de Áudio Original (Tempo de Qualidade em Família)
VÍDEO: Cenas de você passando tempo de qualidade com sua família.
ÁUDIO: Música alegre e reconfortante.
LOCUÇÃO DESCRITIVA DETALHADA:

Headline: "Família é tudo!"
"Dedicar tempo de qualidade à família fortalece os laços e melhora o bem-estar. Seja presente, converse e compartilhe momentos especiais. Como você passa seu tempo com a família? Comente abaixo!"
Edição:
Headline: "Família é Tudo"
Palavras-Chave: Qualidade, Laços, Bem-Estar
CTA: "Comente suas atividades favoritas!"