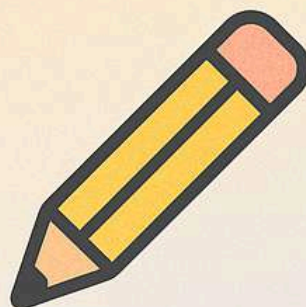


PLANNER INTERATIVO

ROTEIRO DE 30 DIAS
PARA CRIADORES INICIANTES



Nome da Criadora



SEMANA I – ORGANIZAÇÃO

Data:

SEGUNDA-FEIRA

1. Escolher um nicho ou foco principal de conteúdo:



2. Definir um objetivo claro com o Instagram:



3. Anotar 3 criadores parecidos com você que te inspiram:



4. Avaliar o estado atual do perfil no Instagram



O que já está funcionando:



O que ainda está confuso:

NOTAS





Data:

TERÇA-FEIRA

☐ Mudar para perfil de criador ou profissional

☐ Escolher a categoria mais adequada



☐ Ativar métricas e insights

☐ Verificar se o botão de contato está visível

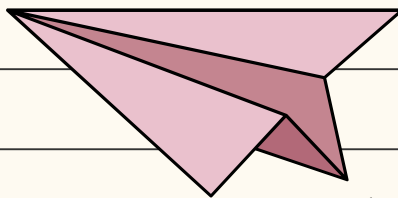
Toque em "Editar perfil"

Selecione "Opções de contato"

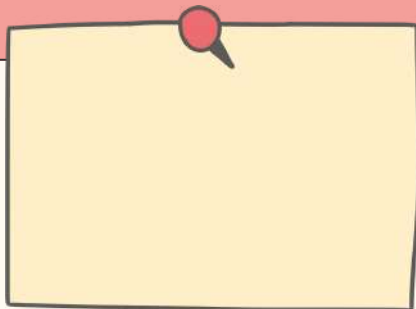
Adicione as informações desejadas (e-mail, telefone, WhatsApp, endereço)

☐ Atualizar o link na bio do Instagram

☐ Criar Linktree, Beacons ou similar



NOTAS





Date:

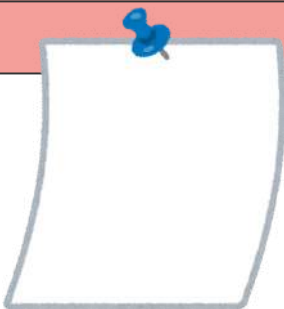
QUARTA-FEIRA

☐	Escrever uma bio clara e objetiva com o que você oferece
	
☐	Adicionar palavras-chave que seu público busca
☐	Escolher uma boa foto de perfil

QUINTA-FEIRA

☐	Criar capas de destaque
	1 "Sobre mim"
	2 "Serviços"
	3 -----
☐	Organizar stories salvos nos destaques
☐	Fazer pelo menos 1 story novo para cada destaque

NOTAS





Data:

SEXTA-FEIRA

Planejar o que você vai postar em consistência nas próximas semanas

Escolher os formatos principais de conteúdo:

☐ Carrossel

☐ Reels

☐ Lives

☐ Outros:



Por que esses formatos fazem sentido pra você?

SÁBADO | DOMINGO

☐ Refletir: o que ainda falta ajustar?



☐ Anotar 1 aprendizado e 1 desafio da semana

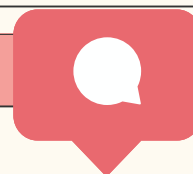
Aprendizado:



Desafio:



NOTAS





SEMANA 2 – CONTEÚDO

Data:

SEGUNDA-FEIRA



O objetivo dessa semana é produzir conteúdo com intenção



Definir Temas para os Dias da Semana

SEG:

TER:

QUA:

QUI:

SEX:

SÁB:

DOM:

☐

1 Post no feed – História pessoal ou bastidor

☐

Stories com enquetes/ caixa de pergunta ...

☐

1 Reel de + ou – 30 segundos





Data:

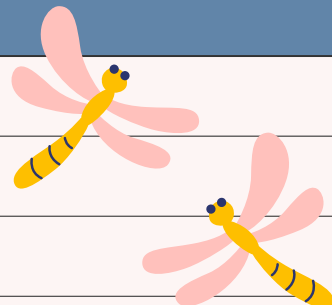
TERÇA-FEIRA



1 Post no feed - Dica prática ou tutorial



Stories com enquetes/ caixa de pergunta ...



Criar um quadro de conteúdo fixo

(ex. "Dica da Semana", "Segredos do Meu Negócio", "Antes e Depois")



Nome do quadro:



Formato:



Dia da semana:



QUARTA-FEIRA



1 Post no feed - Prova social ou resultado



Stories com enquetes/ caixa de pergunta ...



Análises dos insights - observar: alcance, compartilhamentos e salvamentos



Nº de contas alcançadas: Stories ___ Reels ___ Feed ___ (👁️)



- Tem dicas de como olhar essas métricas na próxima página.





Data:

DICA PRÁTICA



Para acompanhar o alcance, os compartilhamentos e os salvamentos das suas publicações em uma conta profissional do Instagram, siga este passo a passo:

- ★ Perfil > Três linhas > Informações/Insights
- ★ Escolha “Atividade” para ver o alcance geral ou “Conteúdo” para ver o desempenho individual de cada publicação.
- ★ Em cada post, toque em “Ver Insights” para ver alcance, compartilhamentos e salvamentos.

Essas métricas ajudam a entender como seu conteúdo está performando e quais tipos de postagens geram mais engajamento e valor para seu público

QUINTA-FEIRA



Stories com enquetes/ caixa de pergunta ...



Análises dos insights - observar: alcance, compartilhamentos e salvamentos



Nº de contas alcançadas: Stories ___ Reels ___ Feed ___.



Nº de compartilhamentos: Stories ___ Reels ___ Feed ___.



Nº de salvamentos: Reels ___ Feed ___.





Data:

SEXTA-FEIRA

BRAINSTORM DE 10 IDÉIAS DE POST

1 -

2 -

3 -

4 -

5 -

6 -

7 -

8 -

9 -

10 -

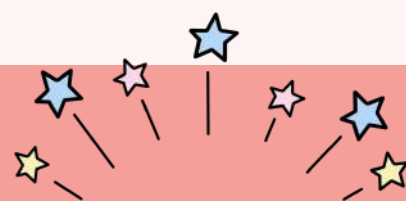
SÁBADO I DOMINGO

REFLEXÃO

O que funcionou melhor nesta semana?

O que quero ajustar para a próxima?

NOTAS





SEMANA 3 – MONETIZAÇÃO

Data:

SEGUNDA-FEIRA

Objetivo dessa semana: testar formas reais de ganhar dinheiro com o Instagram

☐ Listar pequenas marcas do seu nicho

1.

2.

3.

4.

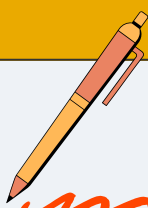
5.

6.

☐ Interagir com elas
(*interaja com essas marcas antes de mandar mensagem*)



NOTAS





Data:

TERÇA-FEIRA

MARKETING DE AFILIADOS

Cadastre-se em uma plataformas de afiliados (escolha uma ou mais)

☐ Hotmart

☐ Eduzz

☐ Amazon Afiliados

☐ Outra:

☐ **Produtos que você pode divulgar**

Produto 1:

Produto 2:

Produto 3:

Produto 4:

Produto 5:

☐ **Como você vai usar o link de afiliado nos seus conteúdos?**





Data:

QUARTA-FEIRA



Você já tem um produto?

☐

Sim → Qual?

☐

Não → Ideia de produto:



Verificação para ativar sua loja:

☐

Tenho uma página no Facebook

☐

Conectei ao Instagram

☐

Acesso ao Commerce Manager



Produto para cadastrar:

Nome:

Descrição:

Link de compra:



Produto para cadastrar:

Nome:

Descrição:

Link de compra:





Data:

QUINTA-FEIRA



Verificar se tenho acesso à ferramenta "Assinaturas"



Criar um grupo de Close Friends



O que você pode oferecer de exclusivo?

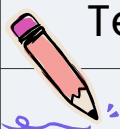
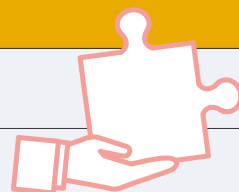




Data:

SEXTA-FEIRA

CURSOS, WORKSHOPS E CONSULTORIAS



Tema que você domina e pode ensinar:



CRIAR GOOGLE FORMS

Data:



Nome:



Email:

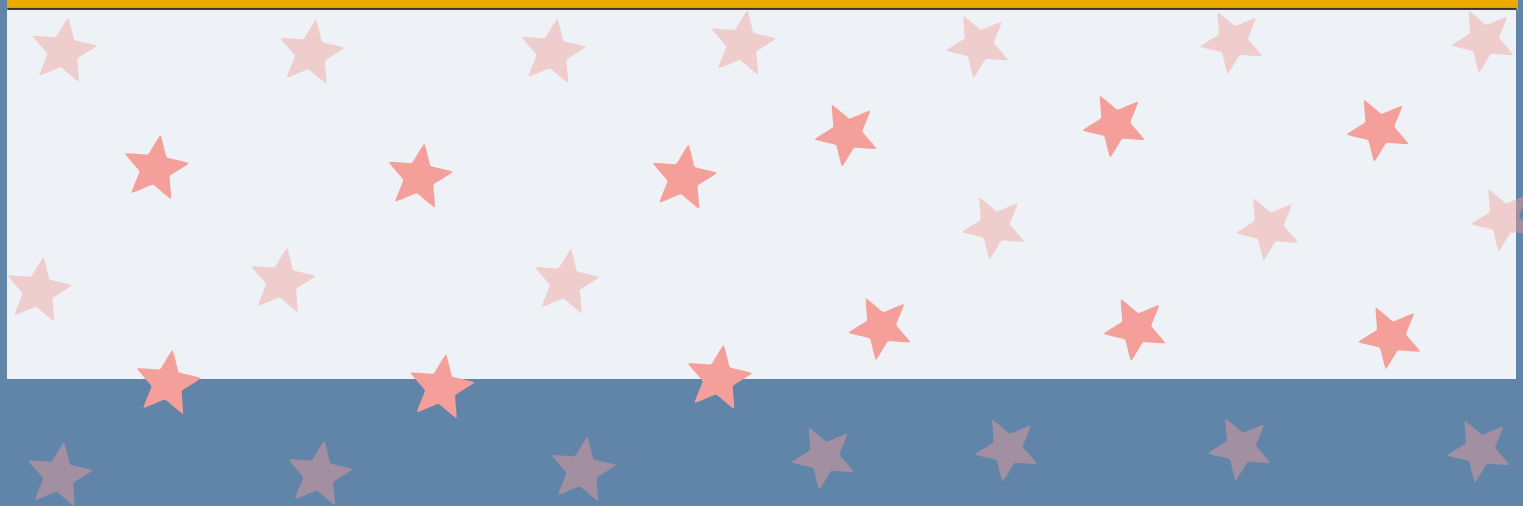


Interesse no tema:



Fazer uma chamada nos stories – Ex: Abrindo 3 vagas para consultoria em Me responde aqui!!!

NOTAS





Data:

SÁBADO | DOMINGO

ATIVAR A FERRAMENTA DE SELOS EM:

PAINEL PROFISSIONAL > FERRAMENTAS DE MONETIZAÇÃO > SELOS

Ideia de Live que posso fazer: -



Tema -

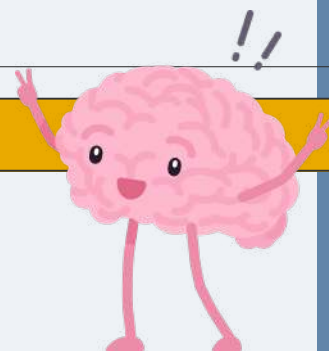


Data -

O que descobri essa semana sobre monetizar no Instagram?



NOTAS





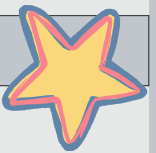
SEMANA 4 – AUTORIDADE

Data:

FAÇA NETWORKING E VALIDE SUA AUTORIDADE.

O objetivo dessa semana é: Construir conexões e mostrar que você entrega resultados reais.

SEGUNDA-FEIRA



Networking intencional!

Comente e interaja com 3 perfis parecidos com o seu

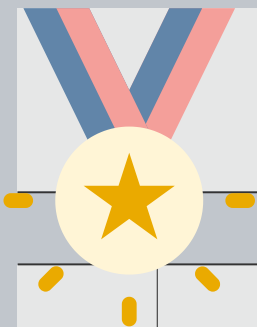
* 1

* 2

* 3

O que você pode comentar que agregue valor?





Data:

TERÇA-FEIRA

Propostas de parceria de troca

Escolha 3 marcas pequenas do seu nicho para abordar:

1.

2.

3.



Rascunho da mensagem para DM (produto x conteúdo):

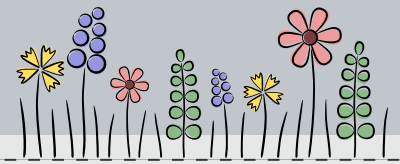
NOTAS

97

222

55





Data:

QUARTA-FEIRA

Mostre resultados nos stories



1 resultado ou transformação que você gerou:



Depoimento ou mensagem que pode virar prova social:

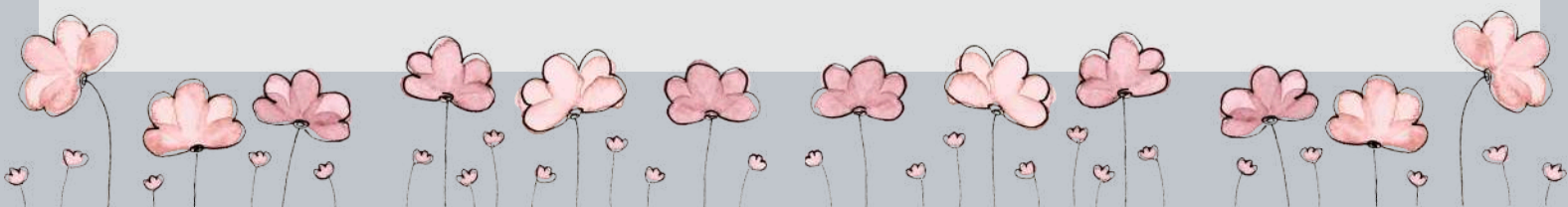


Story planejado (ideia ou frase principal):



You did it!

NOTAS



Data:

QUINTA-FEIRA

 Revise seus destaques e organize:

Resultados



Provas sociais (print de depoimentos, antes e depois)



Bastidores (stories mostrando seu processo)



O que falta criar ou salvar nos destaques?

SEXTA-FEIRA



Reforço de marca pessoal



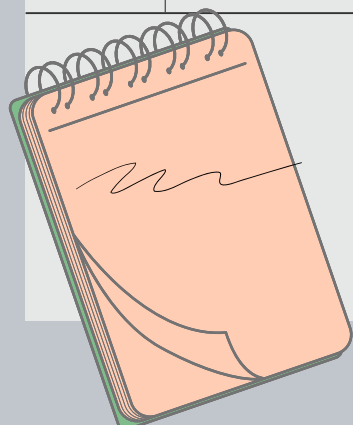
Faça 1 story com sua opinião ou bastidor do dia

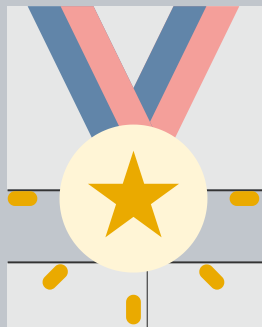


Foto ou frase para usar:



Como isso reforça sua autoridade?





Data:

SÁBADO | DOMINGO

Reflexão Final e Aprendizados.

Com quem me conectei essa semana?

O que me ajudou a validar minha autoridade?

O que posso continuar fazendo para crescer com consistência?



CONQUISTAS E REFLEXÕES



O que você aprendeu nesses 30 dias?



Quais resultados ou conquistas te deixaram feliz?



O que você vai manter para o próximo mês?



DON'T FORGET

Monetização não vem do dia pra noite, mas com consistência e estratégia, qualquer perfil com propósito pode virar uma fonte de renda. Teste, ajuste e aprenda com os resultados

