

**🗓 Exemplo de Cronograma de Postagens – Formato Semanal**

| **Dia da Semana** | **Tipo de Conteúdo** | **Descrição / Objetivo** |
| --- | --- | --- |
| **Segunda-feira** | 📚 Conteúdo Educativo | Dica prática, curiosidade, tutorial, bastidor |
| **Terça-feira** | 🗣 Prova Social | Depoimento, print de feedback, antes e depois |
|  |  |  |
| **Quarta-feira** | 🎥 Vídeo Reels | Dica rápida em vídeo, bastidores, rotina do dia |
|  |  |  |
| **Quinta-feira** | 💡 Dica + Engajamento | Carrossel com dica + pergunta para o público |
|  |  |  |
| **Sexta-feira** | 🎯 Chamada para Ação / Oferta | Promoção, agendamento, CTA com urgência |
|  |  |  |
| **Sábado** | 😍 Conteúdo leve / bastidor | Bastidor, rotina, curiosidade, making of |
|  |  |  |
| **Domingo** | (Opcional) Inspiração ou Repost | Mensagem leve, repost de cliente, frase motivacional |

**✅ Dicas extras:**

* **Stories todos os dias** com bastidores, enquetes e interações rápidas
* **Planeje com 1 semana de antecedência**.
* Utilize **Canva** para preparar os criativos com base nos temas
* Separe os posts em cores ou etiquetas: “Educar”, “Engajar”, “Vender”

*.*