

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



				<p><b>1</b>          Poste uma frase relacionada ao seu negócio e que desperte emoções          #anonovo</p>	<p><b>2</b>          Aproveite esse momento e planeje na prática como será a retomada do seu negócios e publique com detalhes para ajudar o seu publico a ter clareza de quando ele poderá consumir seu produto/serviço.</p>	<p><b>3</b>          Faça um post de resultado de algum cliente seu ou que você mesmo teve</p>
<p><b>4</b>          Faça uma selfie em algum lugar e relacione aquele momento com seu negócio</p>	<p><b>5</b>          Pergunte algo sobre o tema que você vem ensinando e os desafie a achar a resposta</p>	<p><b>6</b>          Faça perguntas que levem as pessoas a refletirem sobre o mês anterior e as coisas que elas ainda não fizeram acontecer</p>	<p><b>7</b>          Faça um #tbt de fotos ou videos seus do mesmo periodo do anos passados passados e comente sobre o contexto das imagens</p>	<p><b>8</b>          Compartilhe sua expertise para que audiência saiba o que você faz</p>	<p><b>9</b>          Quais são as referencias profissionais que você acompanha quase que diariamente no instagram? Compartilhe sobre elas e não esqueça de marcar os @</p>	<p><b>10</b>          Crie uma lista de ações em que ajude seu público a economizar tempo</p>
<p><b>11</b>          Conte uma história aplicando o que você faz mostrando a solução de um problema</p>	<p><b>12</b>          Faça uma pesquisa rápida na internet para descobrir um pouco da história relacionada a seu produto e compartilhe com seus seguidores curiosidades relacionadas</p>	<p><b>13</b>          Conte sobre um desafio que você esteja passando e mostre que você é um ser humano comum como eles</p>	<p><b>14</b>          Faça uma sequência de stories relatando a diferença de quem consome o seu produto e de quem não consome</p>	<p><b>15</b>          Mostre os bastidores do que você está trabalhando neste dia</p>	<p><b>16</b>          Compartilhe uma foto de algum livro, curso ou conquista sua, fazendo ligação com alguma história sua de superação</p>	<p><b>17</b>          Poste uma frase com um espaço em branco e pede para a sua audiência completar com a visão dela sobre o assunto</p>
<p><b>18</b>          Faça um checklist com coisas que as pessoas devem parar de fazer</p>	<p><b>19</b>          Compartilhe os desafios de empreender na sua área e a importância do conteúdo que você posta diariamente</p>	<p><b>20</b>          Relacione as 3 principais dúvidas enviadas pela sua audiência nessa semana. Responda-as e abra espaço para tirar mais dúvidas</p>	<p><b>21</b>          Reconheça seu público, seus seguidores, seus clientes de sucesso. Compartilhe depoimentos que eles te enviaram em seus Stories e no feed de suas redes sociais</p>	<p><b>22</b>          Conte quais coisas você acredita estar errado no seu nicho e conte o que você realmente acredita. Pelo que você luta?</p>	<p><b>23</b>          Grave um vídeo sobre que ações podem impedir o sucesso deles e alerte os perigos</p>	<p><b>24</b>          Compartilhe uma rotina sua de todo domingo, revele detalhes e aproveite para gerara conexão com o seu público</p>

<b>25</b> Lance um desafio relacionado ao seu produto ou serviço e promova uma recompensa para quem melhor se sair no desafio	<b>26</b> Mostre o seu processo de criação de algo. Isso irá ampliar sua autoridade	<b>27</b> Compartilhe sobre algo que você percebeu seja técnica/processo que ao ser implementada no seu negocio seu cliente ficará mais satisfeito	<b>28</b> Crie uma lista com as 10 principais recomendações da sua especialidade	<b>29</b> Poste uma foto que demonstre seu ritual da manhã com pitadas de conhecimento e planejamento da semana	<b>30</b> Comente sobre como foi esse primeiro mês de 2021 e fale das expectativas pra os próximos	<b>31</b> Indique um filme para seus seguidores assistirem esse final de semana, e abra espaço para que eles façam indicações também
--	--	---	---	--	---	---



# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



<p><b>1</b></p> <p>Planeje uma promoção para o mês de fevereiro e publique para seu público deixando claro os detalhes e vantagens</p>	<p><b>2</b></p> <p>Peça seus seguidores para mencionar um amigo que precise dos seus serviços</p>	<p><b>3</b></p> <p>Quais os termos técnicos da sua área que geralmente o seu público não compreende com clareza? Compartilhe de maneira didática que eles possam compreender</p>	<p><b>4</b></p> <p>Tire fotos de alguns instrumentos ou recursos do seu trabalho e escreva comentando com detalhes a função de cada um</p>	<p><b>5</b></p> <p>Poste uma foto de algum momento que demonstre seus valores. Por exemplo, se você é cristão, pode ser uma foto de você na igreja</p>	<p><b>6</b></p> <p>Aproveite para ver quais coisas da sua vida pessoal e profissional, você pode separar para doação. Documente isso e incentive a sua audiência a fazer o mesmo</p>	<p><b>7</b></p> <p>Compartilhe quais são seus planos para esse feriado de carnaval mesmo, por mais diferente que seja nesse ano</p>
<p><b>8</b></p> <p>Reforce a promoção do mês mostrando depoimentos de clientes que já consumiram esses produtos ou serviços</p>	<p><b>9</b></p> <p>Fale sobre os erros que as pessoas normalmente cometem, temem ou escolhem</p>	<p><b>10</b></p> <p>Ensine seu público a fazer algo que faça parte da sua rotina</p>	<p><b>11</b></p> <p>Faça uma postagem de situações que podem dar errado, caso ele continue fazendo alguma coisa que não deveria</p>	<p><b>12</b></p> <p>Reposte nos seus stories ou Feed um post antigo e comente sobre quais foram as evoluções do produto durante esse tempo</p>	<p><b>13</b></p> <p>O que você tem usado/feito e que sempre funciona bem? Grave um vídeo e compartilhe isso com eles</p>	<p><b>14</b></p> <p>Monte um "passo a passo" de determinado tema com sua visão geral, mas incompleta. Indique um caminho e mostre em que sua audiência precisa ficar atenta</p>
<p><b>15</b></p> <p>Dê uma dica de solução inesperada para um problema comum da sua audiência</p>	<p><b>16</b></p> <p>Publique um resumo de como você aproveitou ou o que fez esses dias de carnaval. Publique apenas o que aumente sua autoridade no seu mercado</p>	<p><b>17</b></p> <p>Fale de uma transformação que seu produto produziu na vida de um cliente</p>	<p><b>18</b></p> <p>Pegue um dos maiores medos da sua audiência e mostre porque eles não devem se preocupar com isso</p>	<p><b>19</b></p> <p>Qual pessoa ou evento incentivaram você a ingressar nessa sua área de trabalho? Compartilhe com detalhes o contexto</p>	<p><b>20</b></p> <p>Peça para seus seguidores te fazerem alguma pergunta e responda-os</p>	<p><b>21</b></p> <p>Faça um vídeo que mate alguma objeção ou dúvida que sua audiência possa ter em relação ao produto que você vai vender depois</p>
<p><b>22</b></p> <p>Grave um vídeo apresentando uma novidade que descobriu recentemente ou que criou para o seu mercado</p>	<p><b>23</b></p> <p>Quais são os principais erros de quem consome seu produto-serviço ou conteúdo? Compartilhe 3 principais erros com seus seguidores</p>	<p><b>24</b></p> <p>Indique uma leitura recente e relevante que você curtiu, que agregue valor à sua audiência</p>	<p><b>25</b></p> <p>Quais são suas principais parcerias na sua área de trabalho? Compartilhe-as com seu público deixando claro os benefícios de consumir os produtos delas.</p>	<p><b>26</b></p> <p>Compartilhe uma foto ou vídeo de momentos que despertem a curiosidade, mostrando algum projeto novo que você esteja preparando</p>	<p><b>27</b></p> <p>Quais são seus principais cursos e certificados que podem ser usados para aumentar a percepção de valor do seu produto-serviço? Compartilhe detalhes sobre o contexto</p>	<p><b>28</b></p> <p>Compartilhe um meme, relacionando ao seu negócio</p>

--	--	--	--	--	--	--

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



<p><b>1</b></p> <p>Escreva uma fonte de conhecimento útil para sua audiência</p>	<p><b>2</b></p> <p>Comente sobre o tema e faça um sorteio com um parceiro neste nicho</p>	<p><b>3</b></p> <p>Faça um post pedindo que sua audiência faça perguntas sobre você ou seu negócio</p>	<p><b>4</b></p> <p>Tire fotos de alguns instrumentos ou recursos do seu trabalho e escreva comentando com detalhes a função de cada um</p>	<p><b>5</b></p> <p>Compartilhe em seus stories um relato positivo do seu trabalho na vida das pessoas, pode ser um print ou um vídeo rápido. (Dica: crie um destaque</p>	<p><b>6</b></p> <p>7 coisas que você aprendeu na sua leitura do mês</p>	<p><b>7</b></p> <p>Conte sua maior vitória do dia</p>
<p><b>8</b></p> <p>Faça um poste sobre esse dia, fazendo ligação com o seu mercado #diadamulher</p>	<p><b>9</b></p> <p>Explique através de uma publicação qual melhor forma que o seu público pode entrar em contato com seu negocio</p>	<p><b>10</b></p> <p>Escreva sobre uma ferramenta ou serviço que você acredite ser válida para seu nicho</p>	<p><b>11</b></p> <p>Compartilhe com detalhes o que atualmente está funcionando para os seus clientes ou para seu produto/serviço</p>	<p><b>12</b></p> <p>Poste uma foto dos seus bastidores, rotina, equipe</p>	<p><b>13</b></p> <p>Conte uma história sobre seu atual local de trabalho. O porque escolheu esse lugar. Se pretende mudar de lugar. Se existe alguma limitação no local atual.</p>	<p><b>14</b></p> <p>Compartilhe um de seus "dotes" culinários ou tentativas. Torne-a engraçada para sua audiência</p>
<p><b>15</b></p> <p>Conte para as pessoas os hábitos que acontecem nos bastidores do seu negócio e como isso te faz único</p>	<p><b>16</b></p> <p>Publique uma foto de um acontecimento muito importante na sua vida que esteja relacionado ao seu negócio</p>	<p><b>17</b></p> <p>Crie um desafio e peça para as pessoas comentarem "eu quero" nos comentários e cite a "X" comentários você libera um conteúdo gratuito em seguida (live ou post).</p>	<p><b>18</b></p> <p>Mostre um conteúdo de oportunidade em grande destaque atualmente que tenha relação com o seu negócio</p>	<p><b>19</b></p> <p>Faça um vídeo com os maiores mitos da sua área de atuação e as verdades sobre cada um desses mitos</p>	<p><b>20</b></p> <p>Conte sobre sua jornada de herói. Como você começou, até chegar onde está hoje</p>	<p><b>21</b></p> <p>Faça um video e comente a importância de estar próximo de pessoas com o mesmo propósito e missão que você</p>
<p><b>22</b></p> <p>Compartilhe um elogio ou depoimento que algum cliente deixou para você no direct</p>	<p><b>23</b></p> <p>Peça feedback nos stories ou feed a sua audiência, sobre tipos de conteúdos que eles querem consumir</p>	<p><b>24</b></p> <p>Compartilhe um passo a passo simples que ajude a sua audiência a resolver um problema comum</p>	<p><b>25</b></p> <p>Faça uma enquete nos stories e peça para que seus seguidores te respondam com a opinião deles</p>	<p><b>26</b></p> <p>Compartilhe algo que te ajudou recentemente</p>	<p><b>27</b></p> <p>Compartilhe um resumo das partes boas e ruins da sua semana, e estimule o as sua audiência a comentare como foi a semana delas</p>	<p><b>28</b></p> <p>Ensine-os a fazer algo que facilitará a vida deles</p>

<b>29</b> Mostre seu processo de estudo e evolução na sua área de atuação, isso irá ajudar a aumentar a percepção de valor do seu negócio	<b>30</b> “Comente um fato engraçado da sua trajetória. Use fotos antigas para ilustrar”	<b>31</b> Compartilhe dados verídicos sobre a quantidade de pessoas que “sofrem” uma “dor” por ainda não terem a solução que você oferece				
--	---	--	--	--	--	--

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



			<b>1</b> Dia da mentira aproveite para compartilhar os principais mitos e verdades relacionadas ao seu produto	<b>2</b> Tire uma foto e publique-a com uma frase que represente o seu momento atual	<b>3</b> Apresente uma ferramenta ou recurso que você utiliza diariamente no seu negócio, explique com detalhes	<b>4</b> Páscoa: Aproveite para compartilhar algo que represente os valores que estão relacionados a esta data
<b>5</b> Publique um vídeo ou foto engraçado relacionado ao seu nicho e peça a sua audiência para darem uma legenda nos comentários	<b>6</b> Ensine a sua audiência a fazer algo simples mas eficaz que faz parte da sua rotina	<b>7</b> Selecione um problema recorrente mencionado pela sua audiência e faça um publicação de dica especial que resolve esse problema	<b>8</b> Compartilhe um conteúdo que quebre objeções da sua audiência em relação ao seu produto ou serviço	<b>9</b> Dê uma dica para que seu público aproveite bem o feriado. Indique uma leitura, uma atividade, um documentário... Poste uma foto do que você indicar	<b>10</b> Conecte as pessoas a você através de uma curiosidade sobre o início do seu negócio.	<b>11</b> fale sobre como normalmente as pessoas tem feito algo, explique os erros, e depois mostre como ela deveria fazer para ter melhores resultados
<b>12</b> Demonstre um passo a passo de uso de um produto/serviço seu, em formato de foto ou vídeo. Compartilhe detalhes na legenda	<b>13</b> Compartilhe com eles a técnica que você mais usa para fazer uma ação comum e necessária na vida da sua audiência	<b>14</b> Mostre o resultado de uma transformação de um cliente seu após encontrar seu produto ou serviço	<b>15</b> Construa uma jornada que leve a sua audiência do zero a um nível a mais de melhoria com o que você oferece	<b>16</b> Faça uma análise sua mostrando algo que já funcionou na sua área mas que já não funciona mais. Exponha uma nova solução e amplie sua autoridade	<b>17</b> Separe algumas recordações da sua vida profissional e compartilhe detalhes da cada uma delas	<b>18</b> Compartilhe um truque simples para solucionar um problema comum que o seu cliente enfrenta.
<b>19</b> Compartilhe uma foto sua descontraída em seu local de trabalho e fale sobre o orgulho que tem em desempenhar o seu trabalho diariamente	<b>20</b> Poste um infográfico com dados e análises importantes para sua audiência	<b>21</b> Feriado de Tiradentes. Compartilhe alguns detalhes de como (ou não) você esta aproveitando o feriado	<b>22</b> Gere novos leads para o seu negócio divulgando um material seu para baixar. Peça nome e e-mail das pessoas, de preferência em uma página	<b>23</b> Poste um vídeo no IGTV sobre um tema importante no seu mercado, demonstrando a sua visão	<b>24</b> Peça a seus seguidores recomendações de atividades para você fazer no domingo	<b>25</b> Compartilhe um "hack", demonstrando como fazer algo (vida, negócios, relacionamento)

<p><b>26</b></p> <p>Compartilhe com sua audiência o que você carrega pra cima e pra baixo dentro da sua bolsa ou carro onde quer que você vá</p>	<p><b>27</b></p> <p>Aula ao vivo sobre como evitar um erro comum vivido pelo seu cliente dos sonhos, no final explique como seu negócio pode ajudá-lo</p>	<p><b>28</b>                      Divida</p> <p>com sua audiência uma foto pessoal sua. Ela faz com que seus seguidores se sintam parte da sua vida</p>	<p><b>29</b>                      Peça</p> <p>para seu público responder: “Se a resposta para um dos seus pedidos fosse “SIM” o que você pediria hoje?”</p>	<p><b>30</b>                      Liste</p> <p>3 coisas (ou mais) que a sua audiência precisa saber sobre o seu mercado</p>		
--	---	---	---	---	--	--

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



					<p><b>1</b> Homenageie sua equipe ou fale sobre a importância do seu trabalho na vida de outras pessoas</p>	<p><b>2</b> Compartilhe alguma pesquisa ou artigo que impressione o seu público e peça para comentar</p>
<p><b>3</b> Peça opinião para sua audiência: "O que você faria se estivesse em determinada situação?". Interaja com as respostas, gerando conexão</p>	<p><b>4</b> Escolha uma dica que pode resolver um problema do seu cliente e demonstre na prática a sequência desse "passo a passo"</p>	<p><b>5</b> Poste um vídeo ou uma foto de viagens ou momentos antigos seus</p>	<p><b>6</b> Liste 5 dicas que descrevem uma pessoa que está enfrentando um problema que seu produto ou serviço tenha a solução</p>	<p><b>7</b> Quebre falsas crenças da sua audiência. Compartilhe alguma crença que você quebrou depois que aprendeu algo</p>	<p><b>8</b> Dia do Profissional de Marketing Faça homenagem a algum profissional na área ou conte a sua história com este nicho</p>	<p><b>9</b> Selecione fotos suas com sua mãe(ou de algumas clientes que são mães) e faça uma homenagem a todas as mães</p>
<p><b>10</b> Compartilhe um vídeo detalhando as etapas de como fazer algo muito específico que agrada ao seu cliente ideal</p>	<p><b>11</b> Compartilhe um vídeo do seu IGTV no storie e recomende que sua audiência assista</p>	<p><b>12</b> Crie um desafio com alguma #Hashtag do seu negócio. Premie a melhor foto, vídeo, frase ou resultado com algo do seu negócio</p>	<p><b>13</b> Mostre uma solução prática e fácil, que inicie com "O que" ou "Como" para alguma dor da sua audiência, usando algo prático e fácil</p>	<p><b>14</b> Compartilhe detalhes técnicos envolvidos na elaboração do seu produto/serviço para ajudar a aumentar a percepção de valor do seu produto</p>	<p><b>15</b> Construa uma história que conecte dores da sua audiência com a falta de tempo para a família, por exemplo. Use você como exemplo</p>	<p><b>16</b> Compartilhe uma novidade ou tendência em seu nicho</p>
<p><b>17</b> Faça perguntas que seu público não pergunta, mas gostaria de saber (ou pelo menos deveria)</p>	<p><b>18</b> Você tem um produto físico ou algo que mostre a sua marca? Tire uma foto com ele e poste comentando algo que informe seu público</p>	<p><b>19</b> Insira o post de uma frase com um espaço em branco, pedindo para sua audiência completar com a visão dela sobre o assunto</p>	<p><b>20</b> Grave um vídeo dando 3 dicas rápidas que solucionam dores da sua audiência</p>	<p><b>21</b> Poste um fato interessante sobre você. Lembre de um momento-chave importante para você que mudou sua vida</p>	<p><b>22</b> Repense o formato de um produto ou serviço e anuncie de maneira diferente ou dê uma condição exclusiva</p>	<p><b>23</b> Crie um conteúdo sobre o foco do seu negócio, gerando conexão com as pessoas</p>
<p><b>24</b> Apresente um caso de sucesso de algum de seus clientes. Use depoimento em texto, print de WhatsApp, stories ou vídeos</p>	<p><b>25</b> Selecione uma pergunta de seus clientes e responda em formato de vídeo explicativo</p>	<p><b>26</b> Compartilhe seu melhor momento no mês, relacionando ao seu negócio</p>	<p><b>27</b> Compartilhe prêmios e conquistas que você ou seu negócio já receberam</p>	<p><b>28</b> Poste uma de um trecho de uma anotação ou conhecimento técnico importante para o seu negócio que seja relevante para sua audiência</p>	<p><b>29</b> Coloque uma caixa de perguntas nos stories e peça para as pessoas te responderem. Faça perguntas simples e lembre-se de interagir</p>	<p><b>30</b> Compartilhe uma rotina de domingo, revele detalhes e aproveite para gerar conexão com sua audiência</p>

**31**

Dia Mundial das Comunicações  
Homenageie as empresas e  
empreendedores  
desta área e mencione algo  
histórico e curioso

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



	<b>1</b> Homenageie sua equipe ou fale sobre a importância do seu trabalho na vida de outras pessoas	<b>2</b> Compartilhe alguma pesquisa ou artigo que impressione o seu público e o peça para comentar	<b>3</b> Compartilhe um pouco da sua rotina pessoal nesse dia	<b>4</b> Grave um vídeo rápido com dicas básicas que solucionam problemas da sua audiência	<b>5</b> Demonstre sua opinião sobre uma tendência no seu mercado e cite como isso pode agregar ou não para a audiência	<b>6</b> Liste 5 coisas que aprendeu com seu negócio e te fizeram ter certeza de que estava no caminho certo, gerando aproximação com seu público
<b>7</b> Monte um checklist de ações que seu público não pode deixar de fazer	<b>8</b> Compartilhe o depoimento em vídeo de um cliente + chamada para ação com “Eu Quero” para quem quiser saber mais sobre como você pode ajudá-lo a resolver o mesmo problema	<b>9</b> Selecione e publique incentivando outras pessoas a marcar seus amigos no post. Ex. marque alguém que te inspira na vida.	<b>10</b> Indique uma ferramenta ou recurso que otimiza seu trabalho ou ajude a administrar seus negócios. Dica de produtividade	<b>11</b> Poste uma frase de efeito que conecte com seu produto/serviço	<b>12</b> “Faça uma homenagem e tente buscar uma conexão com o seu produto ou serviço. Faça um oferta de ação do dia dos namorados	<b>13</b> Construa e compartilhe um mapa mental com 5 aprendizados que podem ser aplicados em seu negócio
<b>14</b> Compartilhe sobre erros comuns de quem não consome seu produto/serviço	<b>15</b> Faça uma LIVE oferecendo um conteúdo prático e aplicável	<b>16</b> Crie uma chamada “se você pudesse...”. Use sua criatividade usando temas relevantes para o seu negócio e sua audiência	<b>17</b> Convide um especialista do seu mercado, escolha um tema para ser abordado com ele. Prepare algumas perguntas antecipadamente	<b>18</b> Crie um conteúdo sobre os erros mais comuns que os seus clientes ou concorrentes cometem no seu mercado	<b>19</b> Compartilhe um passo a passo de simples que ajudam a sua audiência a resolver problemas específicos	<b>20</b> Escolha uma objeção recorrente, pense em uma frase que a solucione
<b>21</b> Apresente sua análise sobre um tema específico do seu nicho que chame atenção da audiência	<b>22</b> Crie uma lista de ações que devem ser feitas e outra com as que não devem ser feitas para a audiência obter melhores resultados	<b>23</b> Compartilhe 3 dicas do porque consumir o seu produto/serviço	<b>24</b> Quais os principais erros de quem não consome o seu produto?	<b>25</b> Solicite um vídeo de até 1 minuto de um cliente que fale sobre o motivo de ter se tornado seu cliente foi a melhor escolha. E publique-o	<b>26</b> Abra um box de perguntas com o seguinte tema: Vamos conversar o que vocês querem saber? Depois responda através de stories ou Live	<b>27</b> Selecione os 5 hábitos mais comuns que impedem as pessoas de alcançarem o que desejam. Exemplo: “5 hábitos nocivos que você deve eliminar”

<p><b>28</b></p> <p>Poste uma foto de sua rotina de trabalho e descreva sobre isso</p>	<p><b>29</b></p> <p>Crie uma tabela desmentindo 7 mitos do seu mercado e relacione cada um deles com uma verdade</p>	<p><b>30</b></p> <p>Sugira um desafio para você e sua audiência, com tarefas para três semanas. Peça para te marcarem e compartilhem as etapas com as hashtags: #desafioNOME. Dê um bônus para o seguidor mais ativo</p>				
--	--	--	--	--	--	--

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



			<b>1</b> Compartilhe com sua audiência a sua experiência ao tentar executar algo e seu ponto de vista do que foi bom ou ruim	<b>2</b> Pergunte algo sobre o tema que você vem ensinando e os desafie a achar a resposta	<b>3</b> O que aconteceu hoje que você pode tirar uma reflexão para sua audiência?	<b>4</b> Conte quais coisas você acredita estar errado no seu nicho e conte o que você realmente acredita. Pelo que você luta?
<b>5</b> Quem é uma referência profissional para você? Porque? Compartilhe	<b>6</b> Divulgue alguma estratégia que esteja funcionando pra você na área profissional ou pessoal	<b>7</b> Qual a frase que te inspira muito e tem um grande significado para você? Publique e comente sobre o significado dela pra você	<b>8</b> Responda uma pergunta que você recebe dos seus clientes frequentemente em formato de vídeo	<b>9</b> Grave um vídeo sobre que ações podem impedir o sucesso deles e alerte os perigos	<b>10</b> Qual é a prática comum em seu nicho que você não concorda? Grave um vídeo e dê sua visão pessoal sobre isso. Gere polêmica	<b>11</b> Grave um vídeo contando a história de alguém que teve o resultado que sua audiência quer ter, que você o ajudou a chegar lá
<b>12</b> Faça uma postagem de situações que podem dar errado, caso ele continue fazendo alguma coisa que não deveria	<b>13</b> Demonte um detalhe técnico interessante relacionado ao seu produto/serviço	<b>14</b> O que você tem usado/feito e que sempre funciona bem? Grave um vídeo e compartilhe isso com eles	<b>15</b> Pegue um dos maiores medos da sua audiência e mostre porque eles não devem se preocupar com isso	<b>16</b> E se... Mate alguma insegurança da sua audiência quanto ao que você venderá depois	<b>17</b> Faça um post pedindo que sua audiência faça perguntas sobre você ou seu negócio	<b>18</b> Faça um vídeo sobre os erros mais comuns que a sua audiência comete
<b>19</b> Compartilhe uma frase motivacional e incentive a sua audiência a comentar	<b>20</b> Hoje é dia do amigo compartilhe uma homenagem e marque seus amigos, incentive a sua audiência a fazer o mesmo	<b>21</b> Quais são os tipos de clientes você tem? Crie um poste com humor e faça sua audiência interagir	<b>22</b> Faça um TBT sobre um projeto que você esteve inserido e fale sobre o significado disso para você	<b>23</b> Faça um vídeo contando sobre como o que você prega impactou sua vida enormemente	<b>24</b> Poste uma foto dos seus bastidores, rotina, equipe	<b>25</b> Faça um vídeo com os maiores mitos da sua área de atuação e as verdades sobre cada um desses mitos

<b>26</b> Tutorial. Ensine-os a fazer algo que facilitará a vida deles	<b>27</b> Comente um fato engraçado da sua trajetória. Use fotos antigas para ilustrar”	<b>28</b> Compartilhe com eles a técnica que você mais usa para fazer uma ação comum e necessária na vida da sua audiência	<b>29</b> Use os stories para demonstrar um processo relacionado ao seu produto/serviço	<b>30</b> Fale sobre suas expectativas para esse fim de semana e faça sua audiência comentar sobre suas expectativas também		
---	--	---	--	--	--	--

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



						<b>1</b> Faça um post de resultado de algum cliente seu ou que você mesmo teve
<b>2</b> Compartilhe sua expertise para que audiência saiba o que você faz	<b>3</b> Reposte algo de um amigo, mentor ou influencer que agregue em seu negócio	<b>4</b> Conte uma história aplicando o que você faz mostrando a solução de um problema	<b>5</b> Compartilhe um momento seu fora do ambiente profissional. Hobby ou rotina pessoal	<b>6</b> Reconheça seu público, seus seguidores, seus clientes de sucesso. Compartilhe depoimentos que eles te enviam	<b>7</b> Compartilhe com seu público uma mudança de hábito que foi realmente impactante na sua vida	<b>8</b> Dia dos Pais: Homenagei todos os pais compartilhando fotos seus clientes com os pais deles. Lembre-se de marcar os @
<b>09</b> Poste um vídeo ou foto mostrando o produto/serviço que você oferece	<b>10</b> Poste uma foto sobre seu nicho e peça uma legenda para seus seguidores	<b>11</b> Peça para seus seguidores te fazerem alguma pergunta e responda-os	<b>12</b> Liste 3 sinais de quem está enfrentando um problema que seu produto/serviço pode resolver	<b>13</b> Escreva uma fonte de conhecimento útil para sua audiência	<b>14</b> Poste algo de algum livro que você esteja lendo ou que leu e achou relevante para seu negócio	<b>15</b> Escreva sobre uma ferramenta ou serviço que você acredite ser válida para seu nicho
<b>16</b> Conte para as pessoas os hábitos que acontecem nos bastidores do seu negócio e como isso te faz único	<b>17</b> Compartilhe um desafio que você teve recentemente	<b>18</b> Conecte as pessoas a você através de uma curiosidade sobre você ou seu negócio.	<b>19</b> Quais são os aplicativos de celular que você usa diariamente, mostre o porque eles falam bem do seu trabalho	<b>20</b> Apresente erros mais comuns no seu nicho e peça comentários no feed	<b>21</b> Compartilhe sua história / lutas / sucessos / crenças	<b>22</b> Faça uma análise sua mostrando algo que já funcionou na sua área mas que já não funciona mais. Exponha uma nova solução e amplie sua autoridade
<b>23</b> Compartilhe um "Tutorial", demonstrando como fazer algo (vida, negócios, relacionamento)	<b>24</b> Divida com sua audiência uma foto pessoal sua. Ela faz com que seus seguidores se sintam parte da sua vida	<b>25</b> O que não pode faltar no seu negócio que o torna tão importante e especial para o seu público? Fale sobre isso em detalhes	<b>26</b> Compartilhe um pouco do que geralmente você faz no dia a dia após o horário de trabalho.	<b>27</b> Compartilhe alguma pesquisa ou artigo que impressione o seu público e o peça para comentarem	<b>28</b> Crie uma sequência de stories mostrando e comentando sobre trabalhos que você desenvolveu para seus clientes	<b>29</b> Compartilhe um vídeo detalhando as etapas de como fazer algo muito específico que agrada ao seu cliente
<b>30</b> Compartilhe uma novidade ou tendência em seu nicho	<b>31</b> Compartilhe com sua audiência um princípio que te fez ter sucesso no seu negócio					

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



		<b>1</b> Compartilhe um spoiler de algo novo. Processo, produto ou melhoria no serviço que está em desenvolvimento e "quase" chegando	<b>2</b> Compartilhe quais eram os medos e inseguranças que você tinha antes de começar o seu negócio	<b>3</b> Compartilhe dicas sobre algo muito relevante em seu nicho que ajudarão seus clientes a avançarem	<b>4</b> Pra quem deseja ingressar na sua área de trabalho quais livros você pode indicar?	<b>5</b> Faça uma selfie em algum lugar e relacione aquele momento com seu negócio
<b>6</b> Lance um desafio relacionado a seu produto/serviço e crie uma recompensa para quem se sair melhor	<b>7</b> Mostre para sua audiência como está sendo seu feriado	<b>8</b> Porte uma entrevista sua com algum influencer ou expert do seu nicho	<b>9</b> Quais as pessoas que você pode evidenciar gratidão, que fazem parte de algum processo do seu negócio no dia a dia	<b>10</b> Poste uma dica que pode minimizar ou resolver algum problema da sua audiência	<b>11</b> Compartilhe uma foto de algum livro, curso ou conquista sua, fazendo ligação com alguma história sua de superação	<b>12</b> Mencione o perfil do seu mentor e comente algo que gere valor para sua audiência
<b>13</b> Poste algo fazendo um apanhado do que você trabalhou nesta última semana	<b>14</b> Fale sobre os erros que as pessoas normalmente cometem, temem ou escolhem	<b>15</b> Crie uma oferta com 30% de desconto para aqueles que já são seus clientes e envie por WhatsApp ou e-mail. Para os que ainda não se tornaram clientes, crie uma oferta com 15% de desconto, divulgando nas mídias sociais	<b>16</b> Compartilhe um meme, relacionando ao seu negócio	<b>17</b> Indique um filme ou livro recente e relevante que você curtiu, que agregue valor à sua audiência	<b>18</b> Conte sua maior vitória do dia	<b>19</b> Publique nos seus stories um box de perguntas com a seguinte frase: Consultoria online grátis deixe sua pergunta
<b>20</b> Mostre um conteúdo de oportunidade em grande destaque atualmente que tenha relação com o seu negócio	<b>21</b> Ensine a sua audiência a fazer alguma atividade da sua rotina	<b>22</b> Mostre o resultado de uma transformação de um cliente seu após encontrar seu produto ou serviço	<b>23</b> Compartilhe um truque simples para solucionar um problema comum que o seu cliente ideal enfrenta	<b>24</b> Aula ao vivo sobre como evitar um erro comum vivido pelo seu cliente dos sonhos, no final explique como seu negócio pode ajudá-lo	<b>25</b> Liste 3 coisas (ou mais) que a sua audiência precisa saber sobre o seu produto	<b>26</b> Faça perguntas que seu público não pergunta, mas gostaria de saber (ou pelo menos deveria)

<p><b>27</b></p> <p>Poste um fato interessante sobre você. Lembre de um momento-chave importante para você que mudou sua vida</p>	<p><b>28</b></p> <p>Mostre a rotina do seu negócio, o que acontece nos bastidores desse dia</p>	<p><b>29</b></p> <p>Mostre uma ferramenta ou recurso indispensável para o seu negócio</p>	<p><b>30</b></p> <p>Compartilhe seu melhor momento no mês, relacionando ao seu negócio</p>			
---	---	---	--	--	--	--

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



				<b>1</b> Compartilhe curiosidades da sua cidade, lugares pouco conhecido	<b>2</b> Coloque uma caixa de perguntas nos stories e peça para as pessoas te responderem. Faça perguntas simples e lembre-se de interagir	<b>3</b> Grave um vídeo rápido com dicas básicas que solucionam problemas da sua audiência
<b>4</b> Compartilhe os desafios diários de empreender na sua área de atuação	<b>5</b> Compartilhe uma dica de como você lida com problemas inesperados no seu dia a dia	<b>6</b> Poste uma foto que demonstre seu ritual da manhã com pitadas de conhecimento e planejamento dasemana	<b>7</b> Faça uma oferta surpresa de grande valor, gerando oportunidades para seu público	<b>8</b> Mostre como você gerencia o estresse e equilibra as responsabilidades em sua vida profissional	<b>9</b> Compartilhe em seus stories um relato positivo do seu trabalho na vida das pessoas, pode ser um print ou um vídeo rápido. (Dica: crie um destaque para deixar isso registrado)	<b>10</b> Compartilhe algo do seu lazer revele qual seu hobby ou paixão nas horas vagas
<b>11</b> Compartilhe dados verídicos sobre a quantidade de pessoas que “sofrem” uma “dor” por ainda não terem a solução que você oferece	<b>12</b> Homenageie suas crianças ou faça alguma conexão com o seu produto ou serviço, caso tenha	<b>13</b> Poste um vídeo no IGTV sobre um tema importante no seu mercado, demonstrando a sua visão	<b>14</b> Faça uma análise de algo que já funcionou na sua área mas hoje não funciona mais	<b>15</b> Hoje é dia do professor. Quem foi o professor que marcou sua vida positivamente? Faça um post em homenagem aos professores e faça sua audiência interagir também	<b>16</b> Explique as 3 principais dúvidas em relação a entrega do seu produto/serviço	<b>17</b> Mostre a seus seguidores uma curiosidade que eles não sabem ainda sobre você
<b>18</b> Peça opinião para sua audiência: “O que você faria se estivesse em determinada situação?”. Interaja com as respostas, gerando conexão	<b>19</b> Mostre uma solução prática e fácil, que inicie com “O que” ou “Como” para alguma dor da sua audiência, usando algo prático e fácil de aplicar	<b>20</b> Repense o formato de um produto ou serviço e anuncie de maneira diferente ou dê uma condição exclusiva	<b>21</b> Poste uma de um trecho de uma anotação ou conhecimento técnico importante para o seu negócio que seja	<b>22</b> Crie uma lista de ações em que ajude seu público a economizar tempo	<b>23</b> Quais foram as viagens que você fez, que tiveram conexão com sua vida profissional? Compartilhe detalhes com sua audiência	<b>24</b> Compartilhe um resumo de como foi as partes boas e não boas da sua semana e gera conexão com sua audiência
<b>25</b> Foto de um trecho de sua leitura perferida que esteja minimamente concetado com seu negócio	<b>26</b> Grave um vídeo apresentando uma novidade que descobriu recentemente ou que criou para o seu mercado	<b>27</b> Conte uma história de superação da sua jornada que te levou a se tornar apaixonado pelo que faz	<b>28</b> Compartilhe um conteúdo que quebre objeções da sua audiência em relação ao seu produto ou serviço	<b>29</b> Demonstre algo que você está estudando relacionado a sua área de atuação e negócio	<b>30</b> Faça uma sequência de stories com enquetes de verdades e mentiras relacionadas a você ou seu negócio	<b>31</b> Faça um Post de 5 motivos pelo que você é grato nesse mês de outubro, e incentive a sua audiência a fazer o mesmo nos comentários

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



<p><b>1</b></p> <p>Faça um repost de algum depoimento ou conteúdo de algum cliente seu, usando seu produto ou serviço</p>	<p><b>2</b></p> <p>Mostre os bastidores do que você está fazendo nesse dia de trabalho</p>	<p><b>3</b></p> <p>Grave um vídeo dando 3 dicas rápidas que solucionam dores da sua audiência</p>	<p><b>4</b></p> <p>Compartilhe o resultado de uma transformação do seu cliente após encontrar seu produto ou serviço</p>	<p><b>5</b></p> <p>Compartilhe o depoimento em vídeo de um cliente + chamada para ação com “Eu Quero” para quem quiser saber mais sobre como você pode ajudá-lo a resolver o mesmo problema</p>	<p><b>6</b></p> <p>Faça uma LIVE oferecendo um conteúdo prático e aplicável</p>	<p><b>7</b></p> <p>Crie um conteúdo sobre os erros mais comuns que os seus clientes ou concorrentes cometem no seu mercado</p>
<p><b>8</b></p> <p>Comemore publicamente com sua audiência uma conquista atual que você teve, mesmo que seja pequena</p>	<p><b>9</b></p> <p>Compartilhe detalhes de onde vem as suas inspirações para utilizar no seu produto/serviço</p>	<p><b>10</b></p> <p>Poste uma frase com um espaço em branco e pede para a sua audiência completar com a visão dela sobre o assunto</p>	<p><b>11</b></p> <p>Mostre o seu processo de criação de algo. Isso irá ampliar sua autoridade</p>	<p><b>12</b></p> <p>Convide as pessoas a interagirem com você, pedindo indicação de algum livro, filme ou série inspiradores</p>	<p><b>13</b></p> <p>Compartilhe com sua audiência quais foram suas experiências profissionais passadas, até chegar nessa condição atual</p>	<p><b>14</b></p> <p>Crie uma recompensa digital e disponibilize para sua audiência (ebook, checklist, planilha, mapa mental) Que resolva uma dor aguda deles</p>
<p><b>15</b></p> <p>Mostre aos seus seguidores como você está aproveitando seu feriado</p>	<p><b>16</b></p> <p>Faça enquetes de ideias de produtos que ainda não existem, e deixe sua audiência escolher qual melhor na opinião delas</p>	<p><b>17</b></p> <p>Poste uma foto de um trecho de leitura marcado ou sublinhado com uma mensagem para sua audiência</p>	<p><b>18</b></p> <p>Compartilhe nesse #TBT como você iniciou sua jornada, inspirando outras pessoas e mostrando que é possível</p>	<p><b>19</b></p> <p>Gere novos leads para o seu negócio divulgando um material seu para baixar. Peça nome e e-mail das pessoas, de preferência em uma página</p>	<p><b>20</b></p> <p>Dia da consciencia negra. Se achar relevante, poste algo que aborde este assunto</p>	<p><b>21</b></p> <p>Comente quais coisas no seu trabalho dependem exclusivamente de você mas você odeia fazer. Dê um tom humanístico ao contexto</p>
<p><b>22</b></p> <p>Prepare e divulgue uma campanha para a black Friday</p>	<p><b>23</b></p> <p>Pergunte a sua audiência o que elas gostariam de comprar nessa black Friday, relacionado aos seus produtos/serviços</p>	<p><b>24</b></p> <p>Peça para seu público responder: “Se a resposta para um dos seus pedidos fosse “SIM” o que você pediria hoje?”</p>	<p><b>25</b></p> <p>Crie um conteúdo sobre o foco do seu negócio, gerando conexão com as pessoas</p>	<p><b>26</b></p> <p>Compartilhe prêmios e conquistas que você ou seu negócio já receberam</p>	<p><b>27</b></p> <p>Faça uma divulgação massiva dos seus produtos/serviços que estão com condições exclusivas nessa black Friday</p>	<p><b>28</b></p> <p>Liste 5 coisas que aprendeu com seu negócio e te fizeram ter certeza de que estava no caminho certo, gerando aproximação com seu público</p>
<p><b>29</b></p> <p>Demonstre sua opinião sobre uma tendência no seu mercado e cite como isso pode agregar ou não para a audiência</p>	<p><b>30</b></p> <p>Conte uma história de sua vida profissional onde você se sentiu muito frustrado, e como você venceu esse desafio</p>					

# 330 IDÉIAS DE CONTEÚDO PARA INSTAGRAM



		<b>1</b> Monte um checklist de ações que seu público não pode deixar de fazer	<b>2</b> Crie uma tabela desmentindo 3 mitos do seu mercado e relacione cada um deles com uma verdade	<b>3</b> Apresente sua análise sobre um tema específico do seu nicho que chame atenção da audiência	<b>4</b> Poste uma foto de sua rotina de trabalho e descreva sobre isso	<b>5</b> Compartilhe com sua audiência qual atividade você mais gosta de fazer no domingo e qual você menos gosta
<b>6</b> Indique uma ferramenta ou recurso que otimiza seu trabalho ou ajude a administrar seus negócios	<b>7</b> Crie uma chamada “se você pudesse...”. Use sua criatividade usando temas relevantes para o seu negócio e sua audiência	<b>8</b> Compartilhe um aprendizado que você gostou relacionado a sua área de negócio	<b>9</b> Relacione 3 diferenciais verdadeiros do seu negócio e faça um vídeo compartilhando esse conteúdo com sua audiência	<b>10</b> Crie uma lista de ações que devem ser feitas e outra com as que não devem ser feitas para a audiência obter melhores resultados	<b>11</b> Compartilhe seus principais valores, seus pontos fortes, ajudando seu público a conhecer melhor o seu negócio	<b>12</b> Compartilhe com sua audiência sua programação de fim de ano, e incentive-os a comentar sobre a deles
<b>13</b> Faça um relato de quão positivo é o seu trabalho na vida das pessoas	<b>14</b> Poste 5 lembretes para sua audiência nunca esquecer sobre determinado tema do seu nicho	<b>15</b> Construa e compartilhe um mapa mental com 5 aprendizados que podem ser aplicados em seu negócio	<b>16</b> Expresse sua opinião sobre algum tema pergunte ao seu público: “Só eu que pensava assim?” Identifique a dor do seu cliente dos sonhos e cite algo sobre isso	<b>17</b> Selecione os 5 hábitos mais comuns que impedem as pessoas de alcançarem o que desejam. Exemplo: “5 hábitos nocivos que você deve eliminar.”	<b>18</b> Aborde o que não pode faltarmos seu negócio para torná-lo tão especial e único para sua audiência	<b>19</b> Crie uma lista com as 10 principais recomendações da sua especialidade
<b>20</b> Faça uma live sobre algum tema relevante para sua audiência e peça para darem um print, repostarem ele nos stories, marcando o seu @perfil e dê um bônus disponibilizado em alguma página de captura de e-mails. Envie o link pelo direct	<b>21</b> Mostre uma oportunidade e os porquês de aproveitarem o que você oferece antes das festas de final de ano	<b>22</b> Poste uma frase agradecendo por algo relacionado ao seu negócio no ano que passou	<b>23</b> Faça uma lista com 20 compromissos indispensáveis para ter um novo ano completamente diferente	<b>24</b> Compartilhe a sua preparação para o Natal com família / amigos. Se quiser grave uma mensagem de natal para sua audiência	<b>25</b> Mostre como está sendo seu feriado e o seu descanso de Natal	<b>26</b> Escreva à mão em um papel: “2023 será o ano de _____”. Tire uma foto e poste. Na legenda explique o porquê e peça para seu público escrever nos comentários a palavra que desejar para completar

<p><b>27</b></p> <p>Faça uma retrospectiva do ano de 2021 com fotos e video, desafios e vitórias desse ano</p>	<p><b>28</b></p> <p>Crie um diálogo de inspiração com uma foto e uma frase inspiradora para o novo ano que está chegando</p>	<p><b>29</b> Mostre</p> <p>etapas do principal projeto que você fez no mês e relate a sua experiência. Acrescente pequenos relatos dos seus clientes</p>	<p><b>30</b> Faça</p> <p>uma enquete e pergunte a sua audiência o que elas querem que você ofereça nesse novo ano</p>	<p><b>31</b> Mostre</p> <p>como está sendo seus preparativos para a virada de ano. Agradeça a sua audiência por estarem conectada com você durante todo o ano</p>		
--	--	--	---	---	--	--