



MARI PASCHOAL

SOCIAL MEDIA | COPYWRITER



@maripaschoalmkt



(65) 9.9991-1264

Prazer, Mariana!

Uma ex-executiva apaixonada por marketing digital.

Me dedico a ajudar empreendedores que não tem tempo ou que não sabem marcar presença nas redes sociais.

Graduada em Administração, possuo formação em Copywriting e em Social Media: pelo "O Novo Mercado" e pelas "Amigas do Marketing". Também curso em andamento pelo "Social Media de Elite".

De estagiária a diretora regional, foram 15 anos dedicados ao Sesc Mato Grosso. Experiência que trago do mundo corporativo para o virtual.



O que faz uma Social Media?

Social Media é a profissional responsável por atualizar, monitorar e criar conteúdo para as páginas ou perfis de sua marca ou de sua empresa nas redes sociais.

Por meio da criação de conteúdo relevante, consistente e estratégico, busca-se a aproximação do seu negócio aos seus seguidores.

Cuidando de sua marca, para torná-la, cada vez mais, encantadora e apaixonante.



Minha missão é ajudar você a chegar às pessoas que precisam do que você tem a oferecer, melhorando o seu conteúdo, criando seu posicionamento online e gerando autoridade em sua área de atuação.

"O conteúdo é a partícula atômica de todo o Marketing Digital"

Rebecca Lieb



Serviços oferecidos:

- Análise de Perfil
- Gestão de posicionamento e presença da marca
- Identificação do público-alvo
- Definição de linha editorial
- Monitoramento das postagens
- Criação de textos e chamadas persuasivas
- Calendário de postagens
- Planejamento de marketing digital
- Programação semanal de conteúdo
- Artes para feed e stories
- Roteiro para Stories
- Roteiro para Reels
- Edição de Reels
- Gestão de tráfego
- Pack de Conteúdos

Cronograma



1

Alinhamento de Ideias

Reunião de Briefing para levantamento das necessidades.



2

Análise das Redes Sociais

Criação ou edição de perfis nas redes sociais.



3

Elaboração do Planejamento de Marketing

Definição do público alvo e linha editorial.



4

Cronograma semanal de postagens

Envio das artes, legendas e datas.

Resultados gerados para clientes



Análise de Perfil

Serviço de avaliação do seu perfil no Instagram, identificando pontos de melhoria, para que esteja atualizado e coerente com o momento da sua marca. Facilitando a percepção do público no entendimento sobre o que você oferece.

Com isso, são avaliados:

- Nome do perfil (@)
- Foto do perfil
- Biografia
- Destaques
- Conteúdo do Feed
- Paleta de cores
- Conteúdo dos stories

Entrega:

- Relatório em PDF com análise completa e pontos de melhoria
- Sessão de 01 hora para esclarecimentos e tira-dúvidas (reunião on-line).

Pack de Conteúdo

Você responde um formulário com as informações necessárias para a execução do projeto.

Sugere os temas a serem trabalhados.

Os conteúdos são enviados para sua avaliação e ajustes. Após aprovados, é realizada a entrega final.

Você decide quais dias e horários postar

Um jeito fácil e prático de se manter ativo e constante em suas publicações.

Sem perder tempo criando posts, nem gastando energia decidindo o que postar!

Todas as artes são enviadas em formato PNG para serem postadas nas redes sociais. Acompanha documento em WORD com as respectivas legendas.

Gestão Estratégica das Redes Sociais

A Gestão de Redes Sociais é para você que não tem tempo para administrar suas redes sociais, não tem ideias de quais conteúdos postar, não sabe qual estratégia adotar para atingir seus objetivos no digital.

Este é um serviço personalizado, no qual é realizado o gerenciamento de sua presença online nas diversas plataformas de mídias sociais.

Após diagnóstico, elaboramos seu planejamento e estratégias que serão implementadas, de acordo com as necessidades da sua marca ou perfil.

Por meio da análise das métricas, acompanhamos os resultados a fim de verificar possíveis adaptações e nos certificarmos de estar no caminho certo.

A Gestão de redes sociais é uma necessidade de toda marca. É graças a ela que você consegue conhecer melhor seu público, aprimorar sua linguagem para atingí-lo e, assim, estreitar o relacionamento com sua audiência.

Contar com uma Gestão Estratégica das Redes Sociais, é ter mais tempo para se preocupar com seus projetos e negócios. A presença digital, fica por minha conta.

Exemplo de Posi:

Envelhecer não significa adoecer!

Você sabe que passará por isso, mas sente insegurança e medo.

É possível envelhecer bem e com saúde, e, para isso, você precisa fazer escolhas certas e adotar bons hábitos.

Cuide da alimentação e da hidratação

Coma de maneira adequada e saudável

Priorize alimentos naturais, ricos em nutrientes como proteína e vitaminas e evite o consumo de produtos processados e industrializados;

Beba, no mínimo, 02 litros de água diariamente

Exercite-se, mantenha uma rotina de exercícios.

A prática de atividade física previne uma série de doenças, combate a ansiedade e a depressão, aumenta a disposição e ajuda na manutenção do peso

Cuide da saúde mental. Dormir bem, ter momentos de lazer, praticar a leitura e a escrita são atitudes que ajudarão a manter o cérebro ativo e saudável.

Consulte seu médico regularmente!

Prevenção é sempre o melhor remédio, e no caso de já ter uma doença instalada, a probabilidade de cura é sempre maior quando a doença é detectada no início.

Assim, busque prevenir o aparecimento e o avanço de enfermidades.

Comece hoje o caminho para ser um idoso com muita saúde e disposição!



Exemplo de Posi:



Exercite-se, é o que você pode fazer de melhor por você!

Você sabia que boa parte dos indivíduos obesos apresentam uma deficiência de testosterona?

O segredo para mudar esse quadro é praticar uma atividade física.

Um estudo recente demonstrou que a prática de exercícios pode ajudar o corpo a liberar mais testosterona.

A testosterona é principal hormônio do homem, sendo responsável pelas características masculinas como crescimento da barba, engrossamento da voz, aumento da massa muscular e menor porcentagem de gordura. Além disso, a testosterona está diretamente relacionada à fertilidade masculina.

Sua deficiência pode promover o aumento da adiposidade e perda de músculos.

Mas, segundo o estudo, a prática de exercícios pode reduzir e até mesmo reverter esse processo de ganho de gordura e perda muscular, uma vez que exercícios como a musculação e exercícios aeróbicos de alta intensidade e curta duração promovem um aumento da síntese de testosterona nos seus praticantes.

Será que você sofre com falta de testosterona?

Nos homens a diminuição da produção de testosterona pode levar aos seguinte sintomas:

- Diminuição da libido; ▪ Menor desempenho sexual;
- Depressão; ▪ Diminuição da massa muscular;
- Aumento da gordura corporal; ▪ Diminuição da barba e perda de pelos no geral;
- Irritabilidade; ▪ Cansaço e indisposição.

Se você está acima do peso e com estes sintomas considere procurar um(a) Médico(a) para iniciar um tratamento.

Vergonha é não se cuidar.

Agende sua consulta.

Exemplo de Post:



Recupere a sua autoestima com
Protocolo Capilar

Você sofre disso?

São inúmeras as causas da queda de cabelo: deficiência nutricional, problemas hormonais, procedimentos químicos e mecânicos (secador, chapinha), entre outros.

Assim que notar um aumento de fios caindo, é bom já iniciar um tratamento preventivo, como o nosso Protocolo Capilar.

Este protocolo visa minimizar os efeitos das agressões, recuperando a saúde e beleza dos fios.

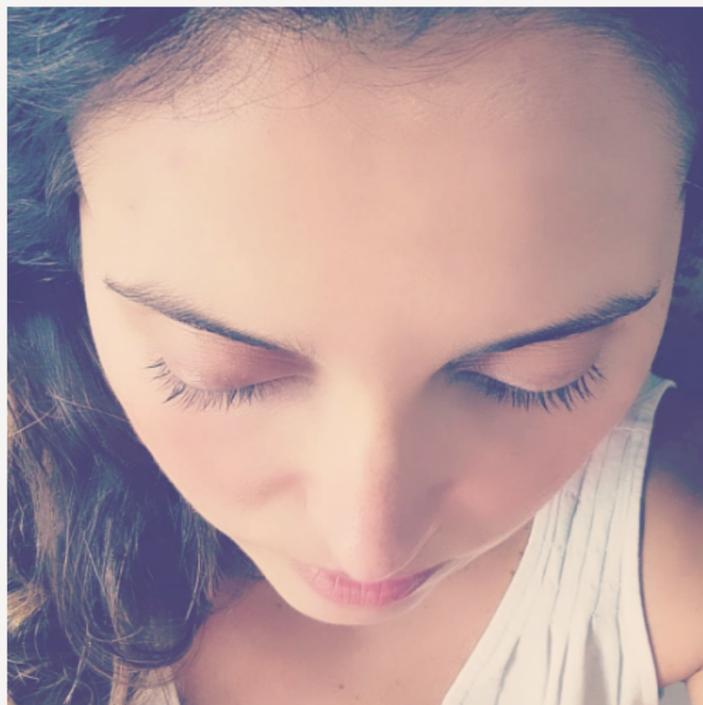
O sucesso do tratamento capilar é multidisciplinar, ou seja, não consiste apenas no procedimento realizado em si, mas também do comprometimento do paciente de seguir todas as orientações do profissional e não abandonar o tratamento, sendo imprescindível que a periodicidade e a duração estabelecida do protocolo terapia sejam respeitadas.

Você está passando por isso?

Agende seu procedimento com a gente.

Compartilhe essa publicação com alguém que esteja passando por esse problema.

Exemplo de Posi:



Por que será que tem dia que é mais difícil? Por que será que tem dia que dói mais?

Talvez porque sonhei com ele na noite passada... ou porque lembrei de quando eu o ensinava a fazer arroz enquanto fazia o almoço... Talvez porque escutei uma música que me fez reviver algumas cenas que tivemos..

Pode ser também porque estou mais sensível pelo final do ano, lembrando planos que foram interrompidos.

Você sabe que isso vai acontecer com todas as pessoas, aliás, com todos os seres vivos existentes nesta Terra. Mas dificilmente você estará preparado.

Você trata como algo distante, que acontece com outras famílias...até que você é obrigado a mostrar sua força, sua resiliência, sua serenidade e sua fé!

Fé que estou reaprendendo seu significado e sua importância em minha vida. Fé que não tem nada a ver com acreditar que me sinta merecedora de um pedido ou que serei atendida por ter passado horas ajoelhada. Fé que pressupõe entrega. Que o melhor será feito, não importa o que aconteça.

Véspera do dia dos pais, ele me contou, em sonho, que eu não precisava mais chorar porque ele estava bem.

Eu não tenho dúvidas disso. Imagino que esteja num lugar de montanhas, com clima fresco, pássaros cantando, noites silenciosas e músicas bem arranjadas, de elevado bom gosto tal qual o dele.

Dói é a certeza de que, neste mundo físico, nós não nos veremos mais.

Não mais ouvirei sua voz grossa e marcante. Não terei mais sua companhia.

Se eu pudesse te dar um conselho, seria:

Aproveite os bons momentos da vida! Encontre as pessoas que ama. Abrace-as. Toque nelas. Conserve bons sentimentos.

Diga o quanto são importantes. Fale que as ame.

Eu sigo na luta por colocar graça em cada novo dia.

Pois como ele costumava dizer:

"A vida é engraçada!"

Exemplo de Post:



Você busca na comida uma forma de recompensa ou alívio de suas tensões?

Cuidado!

Você pode ter fome emocional!

Ela não é um transtorno, mas um comer desordenado com um fundo comportamental ou psicológico.

É quando você busca na comida uma forma de conforto e de se livrar de sentimentos ruins.

O problema é que, a princípio, essas sensações boas são encontradas, mas, logo vem o sentimento de culpa e arrependimento.

E a fome emocional entra como uma vilã da dieta, pois essa alimentação impulsiva acaba se tornando um hábito.

O segredo é ter a capacidade de lidar com suas emoções e, assim, controlar seu comportamento.

Sim, eu sei, não é fácil.

Procure identificar os gatilhos que desencadeiam sua impulsividade.

Quais situações te fazem buscar conforto ao comer?

Muitas vezes a fome emocional está relacionada a sentimentos ruins, mas pode, também, ser disparada por uma emoção positiva, como uma recompensa ou comemoração.

É interessante que você anote, escreva os momentos que te fizeram comer impulsivamente. Como um diário, para que você possa identificar as causas e passar a se observar melhor.

Entretanto, antes de qualquer uma dessas ações, eu te aconselho que procure ajuda profissional.

Enfrentar esse problema com uma pessoa habilitada para te apoiar é essencial.

Agende sua consulta.

Eu posso te ajudar na sua mudança de vida.

Obrigada!

Tem alguma dúvida sobre o meu trabalho?

Terei o maior prazer em responder.

Entre em contato pelo Whatsapp
(65) 99991-1264.



MARI PASCHOAL

SOCIAL MEDIA | COPYWRITER