

Efektywne Social Media

Kalendarz postów

Propozycje działań

ELA WOLIŃSKA
www.akademiazdalna.pl

PRAWA AUTORSKIE

COPYRIGHT ©ELA WOLIŃSKA - AKADEMIAZDALNA.PL, 2024
ALL RIGHTS RESERVED.

Wszystkie treści umieszczone w e-booku są a chronione prawem autorskim, które przysługuje ELŻBIETA WOLIŃSKA / AKADEMIAZDALNA.PL

e-book stanowi własność ELA WOLIŃSKA - AKADEMIAZDALNA.PL i jest utworem w rozumieniu ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych (Dz. U. Nr 90, poz. 631). Żadna jego część nie może być rozpowszechniana lub kopiowana w jakikolwiek sposób (elektroniczny, mechaniczny lub inny) bez pisemnej zgody.

e-book ma wyłącznie charakter informacyjny i nie stanowi oferty w rozumieniu przepisów prawa cywilnego.

Autor e-booka dokłada starań, aby zawarte w nim treści były rzetelne i pomocne, jednakże nie ponosi żadnej odpowiedzialności za skutki działań podejmowanych w oparciu o nie.

Kopiowanie zawartości e-booka bez pisemnej zgody właściciela jest zabronione. Materiały zawarte w niniejszej publikacji mogą być wykorzystywane lub rozpowszechniane jedynie w celach informacyjnych oraz wyłącznie z notą o prawach autorskich i ze wskazaniem źródła informacji.

Wszelkie prawa zastrzeżone..

SŁOWO WSTĘPU

DROGI CZYTELNIKU

Masz problem z regularnym planowaniem postów w mediach społecznościowych? Ten kalendarz Ci w tym pomoże.

Twój profil w Social Media to podstawowe źródło kontaktu z potencjalnymi klientami. Jeśli nie wstawiasz postów przez dłuższy czas, Twoi Klienci tracą kontakt z Tobą i mogą pomyśleć, że firma nie istnieje, że już nie działasz na rynku.

Dlatego w Twoje ręce oddaję ten harmonogram. Za jego pomocą łatwo i wygodnie rozpiszesz oraz zaplanujesz posty. Jest uniwersalny, więc możesz używać go przez cały rok.

Wskazówka?

Wykorzystaj go również do pracy nad mediami swoich Klientów.

Trochę samozaparcia i przejrzysty układ tego planera i już nie zapomnisz o regularnym publikowaniu postów.

Mogą to być wydarzenia i treści związane z życiem firmy, ale również nowinki lub informacje związane z dziedziną prowadzonego prowadzonym przez Ciebie lub Twojego Klienta biznesu.

Ściskam i trzymam kciuki,

Ela Wołoszka



KALENDARZ POSTÓW - POMYSŁY

Miesiąc:

Plany na ten miesiąc	Inspirujący cytat	Podziel się wpisem na blogu	Pokaż nad czym pracujesz	Pokaż jedno z narzędzi, z którym pracujesz	Kulisy pracy	Jak spędzasz wolny czas
1	2	3	4	5	6	7
Pokaż swój produkt	Co czytasz?	Wskazówka, nowinka z branży	Inspirująca historia	Promuj swoje inne miejsce w sieci	Podsumuj ostatnie dwa tygodnie	Za co jesteś wdzięczna?
8	9	10	11	12	13	14
Motywacja	Ile czasu minęło odkąd zaczęłaś?	Przypomnij, od czego to się zaczęło	Pokaż swój produkt	Zadaj pytanie	Pokaż się zza kulis	Podziel się kontem osoby, którą podziwiasz
15	16	17	18	19	20	21
Plany na ten tydzień	Cytat z posta na blogu	Zachęć do zapisu do newslettera	Pochwal się sukcesem	Poleć pomocny /ciekawý artykuł eksperta w Twojej branży	Poleć ciekawy film	Grafika z motywującym cytatem
22	23	24	25	26	27	28
Pokaż swój produkt	Podsumuj miesiąc					
29	30					

Liczba obserwujących

1-go dnia:

Liczba obserwujących

30-go dnia:

POMYSŁY NA POSTY

Każda z nas korzysta z różnych narzędzi. Do mierzenia czasu pracy, zarządzania zadaniami, czy obsługi poczty e-mail.

To świetne tematy postów!

Przykładowy post na Facebooka:

Przejrzystość zadań przekłada się na wydajność pracy [↑]TOP.

W aplikacjach typu Messenger, czy nawet w mailach łatwo pogubić się w natłoku zadań 😞

Na szczęście istnieje całkiem sporo aplikacji stworzonych wręcz do tego, by Twoje zadania były poukładane 😊

Najpopularniejsze to:

- ➡ Trello
- ➡ Asana
- ➡ Nozbe
- ➡ Slack

i wiele innych.

A Twoje jakie jest ulubione?



POMYSŁY NA POSTY

Przejrzystość zadań przekłada się na wydajność pracy [↑]TOP.

W aplikacjach typu Messenger, czy nawet w mailach łatwo pogubić się w natłoku zadań 😞

Na szczęście istnieje całkiem sporo aplikacji stworzonych wręcz do tego, by Twoje zadania były poukładane 😊

Najpopularniejsze to:

- ➡ Trello
 - ➡ Asana
 - ➡ Nozbe
 - ➡ Slack
- i wiele innych.

Pamiętaj
o dodaniu emotek

A Twoje jakie jest ulubione?

Zakończ post call-to-action



POMYSŁY NA POSTY

Bardzo często WA prowadzą działalność gospodarczą. Niektóre jednak działają na zasadzie działalności nierejestrowanej, Useme czy nawet w oparciu o umowę o pracę.

To dobry temat na post na przykład na LinkedIn (pamiętaj, by umieścić 2-4 hashtagów):

Jakie są możliwe formy współpracy z Wirtualną Asystentką ?

- ✓ Umowa o pracę
- ✓ Umowa zlecenie
- ✓ Umowa o dzieło
- ✓ Działalność nierejestrowana
- ✓ Działalność gospodarcza
- ✓ Useme
- ✓ Inkubatory przedsiębiorczości
- ✓ StartUp

#umowa #współpraca #wa #formyzatrudnienia

← Pamiętaj
o hashtagach

Na LinkedIn
wystarczą 2-4 #



POMYSŁY NA POSTY

Jak to jest być freelancerem? Krąży wiele mitów na ten temat. Może więc je rozwiejesz?

Luźny, lifestylowy temat, idealny na Instagram. Pamiętaj o hashtagach.

Post na instagram - pamiętaj o emotkach

Życie freelancera to leżenie na plaży z laptopem na kolanach i zimne drinki ?

Nie do końca to tak wygląda 🙄 Freelancing to praca, jak każda inna. Może nawet trudniejsza, bo wymaga od nas dużo wewnętrznego samozaparcia do działania 🧐 Jesteśmy w domu lub kawiarni, nie stoi nad nami szef. Pokus i rozpraszaczy jest dużo. I to takich, które mogą skutecznie oderwać nas od pracy 😊

Co najczęściej rozprasza właśnie Ciebie? 🤔

#freelancer #freelancing #zyciefreelancera #wa #wirtualnaasystentka #pracazdalna #pracazdomu

Pamiętaj o hashtagach

Na Instagram do 30 ##. Optymalnie do 15 ##



*Życie
freelancera*

POMYSŁY NA POSTY

Działasz, pracujesz? Bądź motywacją i wsparciem dla innych.

Post motywacyjny śmiało może zawierać cytaty osoby, która Cię inspiruje. Gdzie go umieścić? Facebook, Instagram. Pamiętaj dodać hashtagi do postu na Instagram.

Emotki, symbole pożądane są na wszystkich kanałach

Dla większości motywacja to impuls 💡

To chwilowy przyptyw energii i chęci działania 🔥

Jednak to coś więcej, znacznie więcej. Motywacja jest siłą.

Siłą, która napędza nas do osiągnięcia zaplanowanych celów 🏆

Kto motywuje Ciebie? 🔥🔥

Pamiętaj, by publikując post na Instagram i LinkedIn dodać hashtagi

"Ludzie, którzy tracą czas czekając,
aż zaistnieją najbardziej
sprzyjające warunki, nigdy nic nie
zdziałają.
Najlepszy czas na działanie jest
teraz!"

Mark Fisher

POMYSŁY NA POSTY

Prowadzisz blog, vlog, nagrywasz podcasty? W postach możesz, a nawet powinnaś podzielić się nowym wpisem, czy też nagraniem.

Gdzie? Taki post możesz udostępnić wszędzie, na Facebooku, Instagramie i LinkedIn:

Kochani !

Pamiętaj o emotkach

Już jest nowy wpis na moim blogu/nagranie podcastu/film na YouTube 🥳

Poruszam w nim temat Zapraszam Was serdecznie do przeczytania/odsłuchania/obejrzenia.

Koniecznie dajcie w komentarzach znać, jakie są Wasze odczucia.

Podzielcie się swoimi wrażeniami 😊

Pamiętaj o call-to-action



KALENDARZ POSTÓW

Tydzień 1

Poniedziałek

Środa

Piątek

Tydzień 2

Poniedziałek

Środa

Piątek

Tydzień 3

Poniedziałek

Środa

Piątek

Tydzień 4

Poniedziałek

Środa

Piątek

Notatki

Miesiąc:

KALENDARZ POSTÓW

pn	wt	śr	czw	pt	sb	nd

Liczba obserwujących
1-go dnia:

Liczba obserwujących
30-go dnia:

Tydzień 1

[illegible]

Tematyczne kategorie postów:

1. Motywacyjne i inspiracyjne
2. Edukacyjne i informacyjne
3. Lifestyle i praca
4. Opinie i referencje
5. Promocje i oferty
6. Za kulisami i procesy
7. Wydarzenia i aktualności
8. Zabawy i wyzwania
9. Porady i wskazówki
10. Interaktywne i pytania do odbiorców

18 Tematów postów dla pracujących zdalnie - zainspiruj się!

1. Pomysł: Jak rozpocząć dzień efektywnie.

- Tekst: "Moje poranne rytuały pomagają mi rozpocząć dzień z pełną energią. Jak wygląda Twój idealny poranek?"
- Hasztagi: #porannyrytuał #produktywność #motywacja #pracaonline #zdalnapraca #biznesonline #rozwojosobisty #czasdlasiebie #organizacja #dziendobry

2. Pomysł: Największe wyzwanie w pracy zdalnej.

- Tekst: "Każdy staje przed wyzwaniami w pracy zdalnej. Jakie było Twoje największe wyzwanie i jak sobie z nim poradziłeś?"
- Hasztagi: #wyzwanie #pracazdalna #produktywność #motywacja #pracaonline #biznesonline #organizacja #rozwojosobisty #worklifebalance #zarządzanieczasem

3. Pomysł: Ulubione narzędzia pracy.

- Tekst: "Bez tych narzędzi nie wyobrażam sobie codziennych obowiązków. A jakie są Twoje niezbędniki?"
- Hasztagi: #narzędziapracy #produktywność #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #musthave #rozwojosobisty #biznes #narzędzia #technologia

4. Pomysł: Idealne miejsce do pracy.

- Tekst: "Miejsce, w którym pracuję, ma ogromne znaczenie dla mojej kreatywności. Gdzie Ty najbardziej lubisz pracować?"
- Hasztagi: #workspace #homeoffice #produktywność #pracaonline #biznesonline #organizacja #kreatywność #inspiracja #pracaoddomu #biuro

5. Pomysł: Zarządzanie czasem na co dzień.

- Tekst: "Czas to najcenniejszy zasób. Oto moje sprawdzone sposoby na zarządzanie nim efektywnie."
- Hasztagi: #zarządzanieczasem #produktywność #organizacja #pracaonline #biznesonline #planowanie #samodyscyplina #rozwojosobisty #motywacja #działanie

6. Pomysł: Radzenie sobie ze stresem w pracy.

- Tekst: "Stres to codzienność wielu z nas. Oto kilka moich sposobów na radzenie sobie z nim."
- Hasztagi: #stres #worklifebalance #zdrowie #relaks #rozwojosobisty #produktywność #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #zdrowienapierwszymmiejsce

7. Pomysł: Jak stworzyć portfolio, które przyciąga uwagę.

- Tekst: "Portfolio to klucz do zdobycia nowych klientów. Jakie elementy warto w nim umieścić?"
- Hasztagi: #portfolio #klienci #marketing #biznesonline #pracaonline #pracazdalna #kreatywność #motywacja #branding #markaosobista

8. Pomysł: Dzisiejsza inspiracja do działania.

- Tekst: "Każdy dzień to nowa szansa na rozwój. Co inspiruje Cię dziś do działania?"
- Hasztagi: #inspiracja #motywacja #produktywność #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #kreatywność #rozwojosobisty #cytatdnia #działanie

9. Pomysł: Jak zdobywać nowych klientów online.

- Tekst: "Pozyskiwanie klientów w sieci to wyzwanie. Oto moje sprawdzone metody na zdobywanie nowych zleceń."
- Hasztagi: #klienci #pozyskiwaniezleceń #biznesonline #marketing #pracaonline #pracazdalna #samozatrudnienie #motywacja #rozwojosobisty #sprzedaż

10. Pomysł: Praca z domu – jak zachować produktywność.

- Tekst: "Praca w domu może być wyzwaniem. Oto moje rady na utrzymanie produktywności przez cały dzień."
- Hasztagi: #produktywność #homeoffice #pracaoddому #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #organizacja #rozwojosobisty #samodyscyplina #workfromhome

11. Pomysł: Najważniejsze cechy osoby pracującej zdalnie.

- Tekst: "Co czyni skuteczność w pracy zdalnej? Oto cechy, które są dla mnie najważniejsze."
- Hasztagi: #cechypracy #skuteczność #produktywność #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #rozwojosobisty #samodyscyplina #motywacja #profesjonalizm

12. Pomysł: Inwestowanie w rozwój osobisty.

- Tekst: "Rozwój osobisty to inwestycja w przyszłość. Jakie kursy i książki polecasz?"
- Hasztagi: #rozwojosobisty #edukacja #inwestycjawsiebie #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #motywacja #nauka #samorozwój #kursy

13. Pomysł: Jak radzić sobie z przestojami w pracy.

- Tekst: "Przestoje to naturalna część pracy. Jakie masz strategie na przetrwanie gorszych dni?"
- Hasztagi: #produktywność #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #strategia #motywacja #rozwojosobisty #zarządzanie #worklifebalance #czaswolny

14. Pomysł: Budowanie marki osobistej w sieci.

- Tekst: "Budowanie marki osobistej to klucz do sukcesu online. Oto moje wskazówki."
- Hasztagi: #markaosobista #branding #biznesonline #pracaonline #pracazdalna #samozatrudnienie #motywacja #rozwojosobisty #personalbranding #marketing

15. Pomysł: Praca z dowolnego miejsca – jak łączyć przyjemne z pożytecznym.

- Tekst: "Praca zdalna daje możliwość podróżowania. Jakie są Twoje ulubione miejsca do pracy?"
- Hasztagi: #pracawpodróży #digitalnomad #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #podróże #motywacja #kreatywność #workandtravel #inspiracja

16. Pomysł: Jak utrzymać równowagę między pracą a życiem prywatnym.

- Tekst: "Znalezienie balansu między pracą a życiem prywatnym jest kluczowe dla zdrowia i szczęścia. Jakie są Twoje sposoby na utrzymanie równowagi?"
- Hasztagi: #worklifebalance #równowaga #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #zdrowie #relaks #czasdlasiebie #motywacja #wellbeing

17. Pomysł: Efektywność pracy w różnych porach dnia.

- Tekst: "Czy jesteś bardziej produktywny rano czy wieczorem? Jakie pory dnia są dla Ciebie najlepsze do pracy?"
- Hasztagi: #produktywność #efektywność #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #organizacja #czaspracy #samodyscyplina #motywacja #workroutine

18. Pomysł: Jakie są Twoje cele na ten miesiąc?

- Tekst: "Nowy miesiąc, nowe cele! Jakie są Twoje plany na ten miesiąc? Podziel się nimi w komentarzach."
- Hasztagi: #cele #planowanie #motywacja #pracaonline #biznesonline #pracazdalna #samorozwój #rozwojosobisty #nowymsc #działanie



Akademia Zdalna

Ela Wolińska



www.akademiazdalna.pl
www.elawolinska.pl



info@elawolinska.pl



akademiazdalna



ela-wolinska



elawolinska
