



GUIA MÃE20 – 7 DIAS,
20 MIN/DIA

**SUA PRIMEIRA RENDA EM
DÓLAR SEM APARECER**

Copyright Notice

Este material é para uso exclusivo
em processo de aprendizagem.

A cópia e reprodução não está autorizada.
Sua divulgação em meios eletrônicos e offline
sem devida autorização do autor não é permitida.

Copyright (c) 2023 Evelize Padua

Este produto é protegido por leis
internacionais dos Direitos Autoriais.

Material educacional. Resultados variam.
Não é promessa de ganhos.



O que você irá encontrar aqui

- Checklist + modelos + passo a passo para publicar seu primeiro produto digital com checkout em USD

Como usar:

- Tempo: 20 min/dia por 7 dias.
- Foco: escolher 1 oferta simples, publicar e validar rápido.
- Resultado esperado: 1º ativo digital no ar com checkout em USD.

Pra quem é:

Mães com pouco tempo; introvertidas;
imigrantes e brasileiras que querem ganhar
em dólar sem aparecer



DIA 1 – Escolha sua oferta + promessa + preço (USD)

Objetivo: decidir 1 oferta simples (eBook, Pack Canva ou checklist), com promessa clara e preço em dólar.

Entregáveis do dia 1: título, subtítulo (promessa), preço, 3 bullets de benefício.

- Timer 20 min
- 0–7 min: escolha do formato (eBook / Pack / PLR/ checklist).
- 7–15 min: defina título + promessa.
- 15–20 min: escolha preço (US\$7, US\$9 ou US\$17).

Passo-a-passo:

- Formato (escolha 1):
 1. Mini eBook (10 págs) – passo a passo rápido (ex.: “Rotina 20 Min para Mães”).
 2. Pack Canva (20 artes) – posts prontos por nicho.
 3. Planner de algo que você domina – ex. organização de 1 semana de refeições
 4. PLR melhorado – guia com direitos + melhoria com IA e diagramação no Canva.
- Promessa (sem floreio): [Resultado simples] em [tempo curto] sem [obstáculo].
- Preço (USD): US\$7 (entrada) / US\$9 (mais comum) / US\$17 (pack maior).

DIA 2 – Capa no Canva + estrutura do conteúdo

Objetivo: criar capa e índice/estrutura do produto.

Entregáveis do dia 2: capa feita + índice/estrutura pronto(a).

- Timer 20 min
- 0–10 min: capa no Canva (template minimal, tipografia grande).
- 10–20 min: índice/estrutura.

Passo-a-passo

- Capa (modelo pronto): você sabia que eu tenho um ebook com mais de 60 páginas que você pode copiar a arte? Se quiser, eu tenho um cupom de 70% pra você que chegou até aqui. Me manda uma DM pra pegar seu cupom!
- Na capa coloque título, subtítulo e Selo Download imediato
- Autora: coloque seu nome



DIA 2 – Capa no Canva + estrutura do conteúdo

Estrutura

- eBook (10 págs): Promessa, Como usar, Checklist prático, Dicas de foco, Próximos passos, Recursos...
- Pack (20 artes): 8 de oferta, 6 de dicas, 6 de engajamento (todas com espaço para preço/logo/CTA “link na bio”).
- PLR: Tópicos que você vai reescrever/melhorar com a sua experiência, onde entra checklist, e como vai ficar a capa/diagramação.

✓ Entregáveis do dia: capa feita + índice/estrutura pronto(a).

DIA 3 – Conteúdo mínimo que vende (MVP)

Objetivo do dia: conteúdo base pronto (eBook 8–10 págs ou Pack 20 artes ou PLR melhorado), o mínimo necessário para já vender.

- Timer (20 min)
- 0–5 min: rascunho rápido (pode usar IA pra ideias)
- 5–15 min: escrever checklist/conteúdo base
- 15–20 min: revisão sem perfeccionismo

Se escolheu eBook — copie e cole:

- Promessa (pág.1)
- Como usar (pág.2)
- Checklist diário (pág.3) e assim por diante

Se escolheu Pack Canva:

- Monte 20 artes duplicando templates: 8 ofertas, 6 dicas, 6 engajamento.
- Deixe texto editável, campo de preço e CTA.

Se escolheu PLR:

- Reescreva em tom simples e acolhedor.
- Adicione checklist prático em 1 página.
- Diagrame no Canva (capa + páginas limpas).

Dicas de foco: timer • modo avião • música sem letra • 3 tarefas no máximo.

DIA 4 – Precificação final (USD) + bônus + mockup

Objetivo do dia: fechar preço, escolher 1 bônus e criar mockup.

- Timer (20 min)
- 0–7 min: confirmar preço USD
- 7–12 min: escolher bônus
- 12–20 min: mockup 3D simples no Canva
- Preço (confirme 1): US\$7 • US\$9 • US\$17

Como irá funcionar: cliente compra → download imediato → aplique hoje.
Precisa ser algo simples.



DIA 5 – Publicação + checkout (USD) + e-mail de entrega

Objetivo do dia: colocar o produto no ar e ativar entrega automática.

- Timer (20 min)
- 0–10 min: criar produto e upload (PDF/ZIP)
- 10–15 min: configurar checkout em USD
- 15–20 min: e-mail de entrega
- Plataforma que eu indico: [Systeme.io](https://systeme.io) (página simples + Stripe/PayPal)

<https://systeme.io/?sa=sa019269144373af418eaf1317b009a0e462f1935f>

- E-mail de entrega (copiar/colar):

Assunto: Seu acesso — [nome do produto] 🧡

Corpo:

“Oi, [nome]!

Aqui está seu [nome do produto] + [bônus].

Clique para baixar: [link/download].

Qualquer dúvida, responda este e-mail.

[Seu nome]”



DIA 6 – Post de venda (sem aparecer) + legenda + DM

Objetivo do dia: postar 1 conteúdo que chama sua cliente ideal e gera DMs.

- Timer (20 min)
- 0–10 min: gravar vídeo curto sem aparecer (ou só texto na tela)
- 10–15 min: legenda + 2 comentários fixados
- 15–20 min: postar + story com enquete
- Roteiro de vídeo (30s – copiar/colar):
- Texto na tela: “[Sua cliente ideal], a promessa do seu produto”
- Voz opcional (ou texto): Exemplo: “Se você tem 20 minutos, dá pra começar hoje. Eu montei um checklist simples e um passo a passo pra você publicar seu primeiro eBook/Pack/PLR em USD por US\$7–US\$17. Quer? Comenta QUERO que eu te envio.”
- Legenda (curta):
- “Sua promessa + Comenta QUERO que eu te mando o XXX.”
- DM (automática – copiar/colar):
- “Chegou! 🧡 Aqui está o XXX (PDF + checklist + modelos).
- Quer que eu te mande também o link para facilitar?”

DIA 7 – Distribuição rápida + métrica simples + ajuste

Objetivo do dia: dar um empurrão no alcance e ajustar o próximo post.

- Timer (20 min)
- 0–5 min: Story com enquete
- 5–10 min: responder todos comentários
- 10–20 min: anotar 3 números do seu post:
 1. % de não-seguidores
 2. Tempo médio de exibição
 3. Saves e Shares
- Se estiver baixo:
 - se preocupe com os 2 primeiros segundos do vídeo.
 - Cortes rápidos (a cada 1–2s) e letra grande.
 - CTA duplo: “me segue + comenta QUERO”.

✓ Entregáveis do dia: story postada + respostas feitas + 1 ajuste anotado.



Checklist diário (imprimível)

- ☐ Agendar 20 min hoje
- ☐ Fazer 1 micro-tarefa do produto
- ☐ Postar/comentar/story (1 ação de distribuição)
- ☐ Anotar 1 melhoria pro próximo post

Ferramentas úteis

Criação: Canva, Google Docs

Entrega/checkout: Systeme.io, Stripe/PayPal

IA: ChatGPT , Canva

Verifique a disponibilidade de pagamentos em USD na sua região.

Aviso legal: material educacional; resultados podem variar.



**Próximo passo: quer acelerar
comigo, ter mais de 7 produtos
prontos para vender e ter mais de
10 fontes de renda online?**

**Clica aqui e aproveite umas das 3
vagas com mentoria individual
gratuita**

Se conecte comigo:
@evelizepadua 

Evelize Padua

Checklist diário (imprimível):

- [] Agende 20 min hoje
- [] 1 micro-tarefa do produto (capa, índice, upload)
- [] 1 ação de distribuição (post, story, comentário)
- [] Revise métricas e anote 1 melhoria