



**Auto
bio
grafia**

**Quem sou eu
na fila do pão!**

by Lulu Sanchez

ÍNDICE

Prefácio

6

Apresentação Pessoal

7-9

Propósito

10-12

Agradecimento

13

ÍNDICE

CAPÍTULO

01

Início da Jornada - 14-17

CAPÍTULO

02

Formação e Primeiros Passos - 18-30

CAPÍTULO

03

Momentos que moldaram minha
Carreira - 31-36

CAPÍTULO

04

Novos Caminhos Profissionais - 37-41

CAPÍTULO

05

Principais lições que moldaram
minha carreira - 42-46

ÍNDICE

CAPÍTULO

06

Como superei os desafios da minha
vida - 47-51

CAPÍTULO

07

Ascensão Profissional - 52-56

CAPÍTULO

08

Desenvolvimento da Marca Pessoal
57-61

CAPÍTULO

09

Cursos e Mentorias - 62-66

CAPÍTULO

10

Filosofia e Metodologia - 67-72

ÍNDICE

CAPÍTULO

11

Diferenciais - 73-76

CAPÍTULO

13

Visão de Futuro - 77-82

CAPÍTULO

14

Enfim...quem sou eu
na fila do pão - 88-90

Conecte-se Comigo

91-95

Prefácio

"Quem Sou Eu na Fila do Pão" é um convite para você conhecer a minha jornada de vida, desde os primeiros passos até a construção da minha marca pessoal e o desenvolvimento dos meus cursos e mentorias.

Este livro nasceu do desejo de compartilhar minhas experiências, desafios e conquistas, com o objetivo de inspirar e motivar aqueles que buscam realizar seus próprios sonhos.

Ao longo destas páginas, você encontrará histórias de superação, momentos decisivos e lições valiosas que moldaram quem eu sou hoje.

Espero que, ao ler este short book, você se sinta encorajada (o) a enfrentar seus próprios desafios e a acreditar no seu potencial para alcançar o sucesso.

Apresentação Pessoal

Meu nome é Lulu Sanchez, e sou uma profissional dedicada à comunicação, educação e inovação. Minha trajetória é marcada por uma busca incessante por conhecimento e superação de desafios.

Nascida em Santo André, cresci em uma família simples, onde aprendi o valor da resiliência e da determinação.

Minha formação acadêmica inclui graduação em Comunicação Social, mestrado em Comunicação Científica e Tecnológica, doutorado em Comunicação Organizacional, além de pós-doutorados em Administração pela Fundação Getúlio Vargas e em Educação Virtual pela UNED, em Madri.

Minha carreira começou como estagiária de secretariado na Volkswagen e evoluiu para consultoria em comunicação em empresas multinacionais. Fui docente, coordenadora de curso, pró-reitora e gestora de educação a distância, implantando cursos EAD e inovando na área acadêmica.

Sempre busquei inovar, e uma das minhas atividades prazerosas e inovadora é o Marketing Olfativo, que une fragrâncias e estratégias de comunicação para criar experiências sensoriais únicas. A construção da minha marca pessoal foi baseada em educação contínua, experiências diversas, inovação e autenticidade.

Meu propósito é ajudar marcas e pessoas a encontrarem seus caminhos por meio da comunicação. Acredito que a comunicação eficaz é a chave para conectar pessoas, ideias e sonhos. Minha trajetória é um testemunho de que, com determinação e coragem, podemos superar qualquer obstáculo e alcançar nossos objetivos.

Espero que minha história inspire você a seguir seus próprios sonhos e a não desistir diante das dificuldades. A vida é uma jornada incrível, e cada um de nós tem o poder de escrever a sua própria história.

Propósito

"Quem Sou Eu na Fila do Pão" é mais do que uma simples biografia; é um relato inspirador de uma jornada de autodescoberta, superação e realização. Este livro tem como propósito:

Compartilhar Minha História:

- Contar a trajetória que me levou de um começo humilde a uma posição de destaque na minha área de atuação.
- Mostrar os desafios que enfrentei e as lições que aprendi ao longo do caminho.

Inspirar e Motivar:

- Oferecer uma fonte de inspiração para aquelas ou aqueles que estão em busca de seus próprios sonhos e objetivos.

. Demonstrar que, independentemente das circunstâncias, é possível alcançar o sucesso com determinação e resiliência.

Posicionar Minha Marca Pessoal:

- Apresentar a evolução da minha marca pessoal e como ela se tornou um reflexo dos meus valores e princípios.
- Mostrar a importância de construir uma marca autêntica e consistente.

Apresentar Meus Cursos e Mentorias:

- Explicar como meus cursos e mentorias foram desenvolvidos a partir das minhas experiências e conhecimentos adquiridos.
- Oferecer uma visão detalhada dos benefícios e resultados que meus programas podem proporcionar aos participantes.

Compartilhar Conhecimento:

- Fornecer insights práticos e estratégias que podem ser aplicadas pelos leitores em suas próprias jornadas.
- Compartilhar metodologias e técnicas que utilizo para alcançar resultados positivos.

Criar um Legado:

- Deixar um legado que possa impactar positivamente a vida das pessoas e contribuir para o seu crescimento pessoal e profissional.
- Inspirar futuras gerações a perseguirem seus sonhos e a nunca desistirem, independentemente dos obstáculos.

Agradecimentos

Agradeço a todos que fazem parte da minha vida... minha família, meu marido e companheiro, amigos e amigas que sempre estão contribuindo para que minha jornada seja mais leve e iluminada.

Desejo que "Quem Sou Eu na Fila do Pão" seja uma fonte de inspiração e um guia prático para sua própria trajetória

CAPÍTULO

01

Início da Jornada

Nasci em uma família simples, sendo a primeira filha de um casal proletário. Minha infância foi marcada por momentos de liberdade e alegria, onde a simplicidade das brincadeiras ao ar livre era a maior diversão. Cresci em um ambiente onde a imaginação e a criatividade eram os principais ingredientes das nossas brincadeiras.

Lembro-me das tardes ensolaradas em que subia em árvores, sentindo a brisa suave e o cheiro das folhas frescas. Andar de carrinho de rolimã com meus primos era uma aventura emocionante, onde a velocidade e a adrenalina nos faziam sentir invencíveis. Soltar pipas era outra paixão, e passávamos horas tentando fazer nossas pipas voarem mais alto que as dos outros.

Além das brincadeiras ao ar livre, também adorava brincar de bonecas e de professora. Montava minha "sala de aula" improvisada e ensinava minhas bonecas com a seriedade de uma verdadeira educadora. Essas brincadeiras não só alimentavam minha imaginação, mas também plantavam as sementes do que viria a ser minha paixão por ensinar e orientar.

Minha juventude foi uma fase de rebeldia e energia inesgotável. Com um espírito aventureiro e uma sede de viver intensamente, eu frequentemente pulava a janela de casa para ir aos bailinhos da época. Esses eventos eram o ponto alto dos meus finais de semana, onde a música, a dança e a companhia dos amigos faziam cada noite inesquecível.

Namorar fazia parte dessa fase de descobertas e emoções. Cada relacionamento trazia novas experiências e aprendizados, contribuindo para a formação da minha personalidade.

A praia, o sol e o mar eram meus refúgios favoritos. Passava horas na praia, sentindo a areia quente sob os pés e o som relaxante das ondas.

Esses momentos de conexão com a natureza me proporcionavam uma sensação de liberdade e paz interior.

Minha juventude foi marcada por uma busca constante por novas experiências e pela vontade de explorar o mundo ao meu redor.

Essa fase de rebeldia e energia foi fundamental para moldar quem eu sou hoje, ensinando-me a importância de viver intensamente e de seguir meus instintos.

Onde Nasci e Cresci

Nasci na cidade de Santo André em um hospital municipal. Vim ao mundo através de um parto normal, e dizem que quem nasce assim tende a ser mais independente. Talvez haja alguma verdade nisso, pois sempre lutei pela minha independência desde muito jovem.

Cresci em Santo André, em um bairro operário. Quando nos mudamos para a casa que meu pai e meu tio construíram, uma casa geminada, simples, mas cheia de amor e diversão, a vida ganhou um novo colorido.

Tios e primos eram nossos vizinhos, e essa proximidade familiar transformava cada dia em uma nova aventura.

O bairro era novo, nem asfalto tinha. Lembro-me com carinho das chuvas de verão, quando a enxurrada transformava as ruas em rios temporários.

Eu e meus amigos, junto com meus primos, corríamos pela água, sentindo a adrenalina e a liberdade que só a infância pode proporcionar.

Para desespero de nossas mães, esses momentos eram pura alegria e diversão, criando memórias inesquecíveis que carrego comigo até hoje.

Formação e Primeiros Passos

Primeiras Influências e Inspirações

Desde muito jovem, sempre fui muito comunicativa e falante. Minha mãe frequentemente recebia reclamações da escola porque eu falava demais durante as aulas. O chinelo corria solto logo depois, mas, para o desespero dela, nunca "melhorei".

Essa característica de ser comunicativa cresceu comigo e se tornou uma parte essencial da minha personalidade. Minha habilidade de fazer amigos facilmente e minha paixão por ouvir os problemas das minhas amigas foram marcantes durante minha infância e adolescência.

Eu adorava entender o que estava acontecendo na vida delas e tentar ajudar da melhor forma possível. Acredito que, desde sempre, fui uma boa ouvinte, e essa habilidade se tornou uma das minhas maiores forças.

Essas características não só me ajudaram a construir relacionamentos sólidos, mas também influenciaram minhas escolhas acadêmicas e profissionais.

Desde cedo, percebi que tinha uma inclinação natural para a comunicação e para ajudar os outros. Isso me levou a escolher uma faculdade que me permitisse desenvolver essas habilidades e trilhar um caminho acadêmico que refletisse minhas paixões e talentos.

Ao longo dos anos, essas primeiras influências e inspirações moldaram minha visão de mundo e minha abordagem para a vida.

A comunicação eficaz e a empatia se tornaram pilares fundamentais na minha jornada, tanto pessoal quanto profissional.

Essas qualidades não só me ajudaram a construir uma rede de apoio sólida, mas também me prepararam para os desafios e oportunidades que surgiriam no futuro.

Desafios e Conquistas Iniciais

Os primeiros desafios que enfrentei foram os típicos da adolescência: os complexos, as mudanças, a vontade de crescer e, ao mesmo tempo, de continuar criança.

Essa dualidade acompanha essa fase tão complexa de nossas vidas. Amores não correspondidos e uma "sofrência" constante marcaram minha adolescência. Passei por ela, não totalmente ileso, mas sobrevivi. Esse foi o primeiro grande desafio ultrapassado.

O segundo desafio surgiu ainda no Colégio Técnico de Secretariado: encontrar um estágio na área. Consegui um estágio na Volkswagen, o que foi uma grande conquista para mim.

Era muito difícil ser selecionada, e eu me senti extremamente orgulhosa de mim mesma por ter conseguido. Esse foi o segundo desafio conquistado.

O próximo desafio foi entrar na faculdade. Nunca me preocupei em entrar numa faculdade pública, pois na época, morando no ABC Paulista, a faculdade pública mais próxima ficava a quilômetros de distância e sem condução fácil para chegar até lá.

No entanto, consegui passar em oitavo lugar em uma das melhores faculdades de Comunicação Social da região do ABC, que na época ocupava o primeiro lugar no ranking de melhor faculdade de comunicação. Mais um desafio vencido e mais um motivo de orgulho para mim.

Os desafios seguintes vieram com a luta para trabalhar, pagar a faculdade, estudar e conseguir me formar. Me orgulho de ter pagado todo o meu curso e custeado todas as minhas despesas acadêmicas sem onerar os meus pais.

Na época, não tinha dinheiro para comprar um sapato ou um brinco, e foi uma fase difícil, mas que me ensinou a lutar, a não desistir, a enfrentar as dificuldades e a ter a consciência de que nada nesta vida é conquistado sem sacrifícios.

Cada um desses desafios me ensinou lições valiosas sobre resiliência, determinação e a importância de nunca desistir dos meus sonhos. Me orgulho de ter conseguido ultrapassar um a um os obstáculos que a vida foi colocando no meu caminho, e essas experiências moldaram a pessoa que sou hoje

Formação Educacional

Minha formação até o colégio sempre foi em escolas públicas, que, diga-se de passagem, eram excelentes na época. Essas instituições me proporcionaram uma base sólida e me prepararam para os desafios acadêmicos que viriam a seguir.

Fiz graduação em Comunicação Social, uma escolha que refletia minha paixão por comunicação e minha habilidade natural de me conectar com as pessoas. Durante a graduação, aprofundei meus conhecimentos e desenvolvi habilidades que seriam fundamentais para minha carreira futura.

Após a graduação, decidi continuar meus estudos e fiz um mestrado em Comunicação Científica e Tecnológica.

Esse período foi crucial para expandir minha compreensão sobre a importância da comunicação na disseminação do conhecimento científico e tecnológico.

Minha jornada acadêmica não parou por aí. Em busca de mais conhecimento e especialização, concluí um doutorado em Comunicação Organizacional na Universidade Metodista.

Esse doutorado me permitiu explorar profundamente as dinâmicas da comunicação dentro das organizações e como ela pode ser utilizada para promover eficiência e coesão.

Além disso, realizei um pós-doutorado em Administração na Fundação Getúlio Vargas (FGV) em São Paulo, uma das instituições mais renomadas do Brasil. Esse pós-doc ampliou minha visão sobre gestão e administração, complementando minha formação em comunicação.

Minha busca por conhecimento me levou ainda mais longe, até a Espanha, onde cursei um pós-doc em Educação Virtual na UNED - Universidad Nacional de Educación a Distancia, em Madri.

A UNED é uma das instituições mais tradicionais e de referência na área de educação virtual.

Esse curso foi fundamental para entender as nuances e os desafios da educação a distância, uma área que se tornaria cada vez mais relevante no mundo moderno.

Cada etapa da minha formação educacional foi um degrau importante na construção da minha carreira e na consolidação da minha marca pessoal.

Essas experiências acadêmicas não só enriqueceram meu conhecimento, mas também me prepararam para os desafios que viriam a seguir.

Aperfeiçoamento Contínuo: Cursos de Especialização

Minha busca por conhecimento e aprimoramento profissional sempre me impulsionou a buscar novas especializações. Acredito que a aprendizagem é um processo contínuo e fundamental para o crescimento em qualquer área.

Ao longo dos anos, participei de diversos cursos que complementaram minha formação acadêmica e me proporcionaram ferramentas valiosas para minha atuação profissional.

Dentre os cursos de especialização que realizei, destaco:

Tecnologia Educacional e Comunicação:

- Planejamento e Gestão em EAD - USP
- Desenho Instrucional para Educação Virtual - IBDIN
- Gestión e Administración de Foros - UNED
- Diseño e Evaluación de Asignaturas Virtuales - UNED
- Conferência Online - Uso e Aplicaciones - UNED
- WEB 2.0 - Compreensão e Solução de Problemas - FGV
- CAPDOC TV - UMESP
- Pesquisa e Análise: Enfoque Cualitativo y Adecuación para Investigación - UNED
- Usos Analíticos sobre Textos e Discursos - UNED

- Pesquisa de Mídia - Metodologias - UMESP
- Pesquisa de Marketing e Opinião Pública - ABRABCORP

Gestão, Liderança e Marketing:

- Gestão de Mídias Sociais
- Liderança Organizacional
- Gestão de Pessoas
- Autoridade Digital
- Vendas Consultivas
- Marketing Olfativo

Outras Áreas Interessantes:

- Mentoria Online
- Aromaterapia e Perfumista
- Arquétipos de Marca

Cada um desses cursos contribuiu significativamente para minha formação, ampliando meus horizontes e me capacitando a atuar de forma mais completa e eficiente em minhas áreas de interesse.

A variedade de temas demonstra minha vontade de explorar diferentes campos e de buscar sempre novos conhecimentos e habilidades.

Empregos e Experiências

Meu primeiro emprego foi como estagiária de secretariado na Volkswagen, como já mencionei anteriormente.

Com esta experiência aprendi a importância da precisão e da eficiência, habilidades que carrego comigo até hoje.

Após o estágio, segui trabalhando como secretária em diversas empresas. Nesse tipo de atuação, aprendi muito sobre organização, atendimento ao cliente e a necessidade de uma escrita profissional impecável.

Esses aprendizados são valiosos e aplicáveis em diversas áreas da vida profissional e pessoal.

Enquanto ainda cursava a faculdade de Comunicação Social, consegui meu primeiro emprego como comunicóloga, atuando com o público interno de uma grande empresa nacional.

Esse foi um dos trabalhos mais gratificantes que tive, pois aprendi a importância de saber me comunicar com todos os tipos de público, respeitando cada um dentro de sua condição social e nível de conhecimento.

Essa experiência me ensinou a adaptar minha comunicação para ser eficaz e inclusiva, um aprendizado que se mostrou inestimável ao longo da minha carreira e da minha vida.

A partir daí, minha trajetória na área de comunicação não parou mais. Atuei por muitos anos, gerenciando equipes, montando e aplicando projetos que tornavam a comunicação fluida e eficaz com todos os públicos de interesse das organizações nas quais trabalhei.

Trabalhar com comunicação permitiu um crescimento pessoal inacreditável. Você treina todos os aspectos da sua capacidade de se expressar, de ouvir e de entender as necessidades dos outros.

A Comunicação te habilita a ter relacionamentos menos conflituosos e muito mais assertivos.

Cada experiência profissional contribuiu para o meu desenvolvimento, não apenas como profissional, mas também como pessoa.

A comunicação é uma área que exige constante aprendizado e adaptação, e cada desafio enfrentado me preparou para os próximos passos na minha carreira.

CAPÍTULO

03

Momentos que Moldaram Minha Carreira

Durante este período de trabalho intenso e crescimento pessoal e profissional, passei por momentos que moldaram profundamente minha carreira e minha vida.

Um desses momentos foi quando me casei e, após cinco anos, tive minha primeira filha. Foi então que um dos dilemas mais angustiantes da minha vida deu as caras: continuar trabalhando ou cuidar do bebê?

Naquela época, eu tinha um trabalho que exigia mais de 15 horas do meu dia. Como cuidar de uma criança com esse ritmo alucinado? Deixar no berçário significava muitas horas longe de mim.

Meus pais moravam longe e, mesmo que estivessem perto, não os ocuparia com tamanha responsabilidade.

Eles já tinham criado a mim e a minha irmã; esta era uma tarefa minha e do meu marido.

Com muita dor no coração, optei por abandonar minha carreira, que estava em ascensão, para cuidar do meu bebê. Não foi uma decisão fácil.

Embora o amor pela minha filha fosse imenso, estava deixando de lado todo um esforço, trabalho e estudo para me tornar dona de casa. A dualidade de sensações entre ser mãe em tempo integral e voltar ao trabalho era dolorosa demais.

Nós, mulheres, sofremos muito com essas questões, e confesso que chorei muito e diariamente por um longo tempo. Como se não bastasse isso, a culpa por me sentir assim era lancinante.

Essa fase foi um dos maiores desafios da minha vida. A decisão de deixar minha carreira para cuidar da minha filha me ensinou muito sobre sacrifício, amor e resiliência.

Foi um período de intenso crescimento pessoal, onde aprendi a valorizar ainda mais o tempo e a importância de estar presente nos momentos que realmente importam.

Apesar das dificuldades, essa experiência me fortaleceu e me preparou para os desafios futuros. Aprendi a equilibrar minhas responsabilidades e a encontrar um novo propósito, mesmo quando parecia que estava deixando tudo para trás.

Essa decisão, embora dolorosa, moldou minha visão de mundo e minha abordagem para a vida e a carreira.

Depois de nove meses de vida da minha filha, recebi um convite para voltar ao meu antigo trabalho, onde era muito bem-vista profissionalmente. Isso me deixou numa felicidade imensa. Poderia pensar em voltar, pois minha filha já estava maiorzinha e ficaria bem na escolinha.

Mas a vida tem seus caprichos, não é mesmo? Nesse período, descobri que estava grávida do meu segundo filho.

Dessa forma, meus planos tiveram que ser adiados e aceitar que meu retorno à vida profissional seria um mais demorado.

Mais um período de desafios se iniciou, com enjoos e duas crianças pequenas com uma diferença de idade pequena entre elas. Durante seis anos, fui mãe em tempo integral.

Durante esse período, mudamos de casa novamente e, com eles já crescidos e mais independentes, voltei a estudar e me preparar para retornar ao mercado de trabalho.

Foi a partir daí que fiz meu mestrado e meu doutorado, me preparando para o que a vida estava prestes a colocar no meu caminho e eu não sabia. Esses anos de dedicação à família e aos estudos foram fundamentais para meu crescimento pessoal e profissional.

Aprendi a importância do equilíbrio entre vida pessoal e carreira, e como cada fase da vida traz seus próprios desafios e oportunidades.

Desafios e Superação

Mas a vida caprichosa como sempre aprontou das suas. Meu marido perde o emprego e com ele nosso convenio médico e nós com duas crianças pequenas que a esta altura já estavam na escola.

Foi um dos períodos mais angustiantes pelo qual passei. Ficamos totalmente sem recursos durante meses e meses.

Mas da mesma forma que a vida tira algo de nós ela nos devolve, de uma forma diferente claro, mas sempre nos apresenta outras possibilidades, abre novas portas e nos apresenta novos caminhos.

Como já tinha finalizado meu mestrado, fui convidada para dar consultoria na área de comunicação em uma empresa multinacional, por indicação de um amigo que sabia de nossa situação. Que alegria poder retornar à ativa e poder voltar a pagar as contas.

Depois dessa consultoria, fiz inúmeras outras em várias empresas multinacionais, nacionais, pequenas e grandes.

Cada nova consultoria era uma oportunidade de aplicar meus conhecimentos e aprender ainda mais sobre diferentes contextos e desafios organizacionais e principalmente de vida.

Minha trajetória deu uma nova guinada quando fui convidada para ministrar aulas no curso de Secretariado Executivo em uma instituição de ensino superior.

A partir dessa experiência acadêmica, não parei mais e levei meu marido junto.

Entrei de vez no mundo acadêmico do ensino Universitário, onde fui docente, coordenadora de curso, pró-reitora e gestora de educação a distância. Implantei cursos na modalidade EAD, inovei, criei e me destaquei.

O mundo acadêmico nos abraçou e foi com ele que superamos as dificuldades e retomamos a nossa vida depois de mais de 2 anos sofrendo com a angústia do desemprego.

CAPÍTULO

04

Novos Caminhos Profissionais

Depois de mais de 20 anos na área acadêmica, resolvi dar uma guinada e mudar tudo na minha vida novamente. Desta vez, por minha própria conta e vontade. Essa decisão marcou o início de uma nova fase, onde pude aplicar toda a experiência acumulada ao longo dos anos em novos projetos e desafios.

Queria me testar, me desafiar e dar vazão aos meus sonhos e planos empreendedores! Eu merecia isso. Sempre tive uma paixão desenfreada por moda, então resolvi fazer consultoria de moda. Doce ilusão... Descobri que eu gostava de moda, mas não de trabalhar com moda.

Foi então que me descobri artesã. Comecei a criar acessórios de moda cheios de charme, únicos e diferenciados.

No entanto, essa empreitada não deu certo, pois não pagava as contas. Em busca de algo que unisse minha criatividade e minha necessidade financeira, segui para a área de velas, perfumes para casa e beauty care, tudo natural e vegano.

A partir dessa experiência, desenvolvi o Marketing Olfativo das Gardêneas&Magnólias algo que amei e amo trabalhar até hoje. Essa área me permitiu unir minha paixão por fragrâncias e bem-estar com estratégias de comunicação e marketing, criando experiências sensoriais únicas para marcas e consumidores.

Toda essa trajetória, que pode parecer desconectada, me fez ver que o que mais amo na realidade é ensinar, criar e ajudar marcas e pessoas a encontrarem seus caminhos por meio daquilo que mais amo e acredito: a comunicação.

Cada experiência, desde a consultoria de moda até o marketing olfativo, contribuiu para meu crescimento e me ajudou a entender melhor minhas verdadeiras paixões e habilidades.

Hoje, retomo toda minha experiência de vida e acadêmica, inaugurando uma nova fase da minha vida. Ofereço aquilo que sei fazer melhor: trabalhar com comunicação. Minha trajetória me ensinou que a comunicação é a chave para conectar pessoas, ideias e sonhos.

E é isso que me motiva a continuar, a ensinar e a inspirar outros a encontrarem seus próprios caminhos.

Minha jornada foi repleta de altos e baixos, de momentos de dúvida e de conquistas.

Cada passo, cada tentativa, cada erro e acerto me trouxeram até aqui. Se há algo que aprendi ao longo dessa trajetória, é que a vida é uma série de capítulos, cada um com seus próprios desafios e oportunidades.

Acredite nos seus sonhos, mesmo quando eles parecem distantes ou impossíveis. Não tenha medo de se testar, de sair da sua zona de conforto e de explorar novos caminhos.

Cada experiência, por mais desconectada que possa parecer, contribui para o seu crescimento e para a construção da sua história.

Não desista diante das dificuldades. Os obstáculos são oportunidades disfarçadas, que nos ensinam resiliência, paciência e a importância de lutar pelo que acreditamos. Lembre-se de que cada desafio superado é uma vitória que nos fortalece e nos prepara para os próximos passos.

Permita-se sonhar grande, mas também valorize as pequenas conquistas do dia a dia. Elas são os tijolos que constroem o caminho para os seus maiores objetivos.

E, acima de tudo, mantenha-se fiel a quem você é e ao que você acredita. A autenticidade é a base de uma vida plena e realizada.

Hoje, ao olhar para trás, vejo que cada decisão, cada mudança de rumo e cada novo desafio foram essenciais para me tornar quem sou.

E é com essa certeza que encorajo você a seguir seus sonhos, a não desistir e a se permitir tentar, errar e aprender.

A vida é uma jornada incrível, e cada um de nós tem o poder de escrever a sua própria história.

Que minha trajetória sirva de inspiração para que você também encontre o seu caminho, siga seus sonhos e nunca desista de ser a melhor versão de si mesmo.

Acredite, você é capaz de realizar coisas extraordinárias.

CAPÍTULO

05

Principais Lições que Moldaram Minha Vida

Ao longo da minha jornada, aprendi inúmeras lições que moldaram minha vida e minha abordagem tanto pessoal quanto profissional. Essas lições são fruto de experiências diversas, desafios superados e momentos de reflexão profunda. Aqui estão algumas das principais lições que carrego comigo:

Resiliência é Fundamental:

A vida é cheia de altos e baixos, e a capacidade de se recuperar diante das adversidades é essencial. Desde os desafios da adolescência até as dificuldades de equilibrar carreira e maternidade, aprendi que a resiliência nos fortalece e nos prepara para os próximos passos.

A Importância da Comunicação:

A comunicação eficaz é a chave para conectar pessoas, ideias e sonhos. Seja no ambiente corporativo, acadêmico ou pessoal, saber se comunicar de maneira clara e empática é fundamental para construir relacionamentos sólidos e alcançar objetivos.

Nunca Pare de Aprender:

A busca pelo conhecimento é um processo contínuo. Minha formação acadêmica e os diversos cursos de especialização que fiz ao longo dos anos me ensinaram que sempre há algo novo a aprender. O aprendizado constante nos mantém atualizados e preparados para enfrentar novos desafios.

Equilíbrio Entre Vida Pessoal e Profissional:

Encontrar um equilíbrio entre as responsabilidades pessoais e profissionais é crucial para o bem-estar e a realização.

Aprendi a valorizar o tempo com minha família e a importância de estar presente nos momentos que realmente importam, sem deixar de lado minhas aspirações profissionais.

A Importância de Seguir Seus Sonhos:

Nunca desista dos seus sonhos, mesmo quando eles parecem distantes ou impossíveis. Cada tentativa, cada erro e cada acerto são passos importantes na jornada para alcançar seus objetivos. Acredite no seu potencial e siga em frente, mesmo diante das dificuldades.

Adaptabilidade e Inovação:

A capacidade de se adaptar a novas situações e de inovar é essencial para o sucesso. Desde a criação de acessórios de moda até o desenvolvimento do marketing olfativo, aprendi que a inovação e a disposição para explorar novos caminhos são fundamentais para se destacar e crescer.

A Força do Amor e do Sacrifício:

O amor pela minha família e a disposição para fazer sacrifícios por eles me ensinaram lições valiosas sobre dedicação e compromisso. Ser mãe em tempo integral por seis anos foi um desafio, mas também uma oportunidade de crescimento e aprendizado.

Autenticidade é a Base do Sucesso:

Ser autêntico e fiel a quem você é e ao que você acredita é a base para uma vida plena e realizada. A autenticidade constrói confiança e respeito, tanto no ambiente pessoal quanto profissional.

A Importância de Ajudar os Outros:

Ajudar marcas e pessoas a encontrarem seus caminhos é uma das minhas maiores paixões. A satisfação de ver o crescimento e o sucesso dos outros é uma recompensa inestimável. Acredito que compartilhar conhecimento e experiências é uma forma poderosa de fazer a diferença no mundo.

A Vida é uma Jornada Incrível:

Cada fase da vida traz seus próprios desafios e oportunidades. Aprendi a valorizar cada momento e a ver cada experiência como uma parte importante da minha jornada. A vida é uma série de capítulos, e cada um deles contribui para a construção da nossa história.

Essas lições moldaram minha visão de mundo e minha abordagem para a vida e a carreira. Espero que, ao compartilhar minha trajetória, eu possa inspirar você a seguir seus próprios sonhos, a não desistir diante das dificuldades e a se permitir tentar, errar e aprender. A vida é uma jornada incrível, e cada um de nós tem o poder de escrever a sua própria história.

CAPÍTULO

06

Como Superei os Desafios da Minha Vida

Ao longo da minha jornada, enfrentei diversos desafios que testaram minha resiliência, determinação e capacidade de adaptação. Cada obstáculo superado me ensinou lições valiosas e me preparou para os próximos passos. Aqui está como superei alguns dos principais desafios da minha vida:

Desafios da Adolescência:

A adolescência foi uma fase de complexos, mudanças e dualidades. Enfrentei amores não correspondidos e a "sofrência" típica dessa fase. Superei esses desafios buscando apoio em amigos e familiares, e aprendendo a valorizar minhas próprias qualidades e conquistas. A resiliência emocional desenvolvida nessa fase me preparou para os desafios futuros.

Equilíbrio Entre Carreira e Maternidade:

Quando tive minha primeira filha, enfrentei o dilema de continuar trabalhando ou cuidar do bebê. Optei por abandonar minha carreira em ascensão para ser mãe em tempo integral. Essa decisão foi dolorosa, mas necessária. Encontrei forças no amor pela minha filha e na certeza de que estava fazendo o melhor para ela. Mais tarde, quando recebi um convite para voltar ao trabalho, descobri que estava grávida do meu segundo filho. Aceitei que meu retorno à vida profissional seria adiado, mas usei esse tempo para fortalecer meus laços familiares e me preparar para o futuro.

Retorno ao Mercado de Trabalho:

Após seis anos como mãe em tempo integral, voltei a estudar e me preparar para retornar ao mercado de trabalho. Fiz meu mestrado e doutorado, o que me deu a confiança e as qualificações necessárias para reingressar no mundo profissional. A dedicação aos estudos e o apoio da minha família foram fundamentais para superar esse desafio.

Exploração de Novos Caminhos:

Decidi explorar novos caminhos profissionais, como consultoria de moda e criação de acessórios. Embora essas empreitadas não tenham sido financeiramente viáveis, elas me ensinaram a importância de seguir minhas paixões e a resiliência necessária para tentar algo novo. Essa experiência me mostrou que a inovação e a adaptabilidade são essenciais para o sucesso.

Transição para o Mundo Acadêmico:

Fui convidada para ministrar aulas no curso de Secretariado Executivo, o que marcou minha entrada no mundo acadêmico. Enfrentei o desafio de me adaptar a um novo ambiente e de desenvolver habilidades de ensino. Com dedicação e paixão pela educação, me tornei docente, coordenadora de curso, pró-reitora e gestora de educação a distância. Implantei cursos na modalidade EAD, inovar e me destaquei na área acadêmica.

Reinvenção Profissional:

Após mais de 20 anos na área acadêmica, decidi dar uma guinada na minha vida e explorar novos desafios. Essa decisão foi motivada pela vontade de me testar e de seguir meus sonhos empreendedores. Embora tenha enfrentado dificuldades, cada experiência me ensinou algo valioso e me ajudou a entender melhor minhas verdadeiras paixões e habilidades.

Apoio e Rede de Suporte:

Em todos os momentos de desafio, o apoio da minha família e amigos foi crucial. Eles me ofereceram suporte emocional, conselhos e encorajamento. Aprendi que não precisamos enfrentar os desafios sozinhos e que uma rede de apoio sólida pode fazer toda a diferença.

Autoconhecimento e Resiliência:

Através de cada desafio, desenvolvi um profundo autoconhecimento e resiliência. Aprendi a confiar em mim mesma, a valorizar minhas conquistas e a não desistir diante das dificuldades. A resiliência emocional e a capacidade de adaptação foram fundamentais para superar os obstáculos e seguir em frente.

Esses desafios moldaram minha visão de mundo e minha abordagem para a vida e a carreira. Cada obstáculo superado me tornou mais forte e mais preparada para enfrentar os próximos desafios. Espero que minha trajetória inspire você a seguir seus próprios sonhos, a não desistir diante das dificuldades e a se permitir tentar, errar e aprender. A vida é uma jornada incrível, e cada um de nós tem o poder de escrever a sua própria história.

Ascensão Profissional

Minha trajetória profissional foi marcada por uma série de marcos importantes, conquistas significativas e iniciativas de destaque que moldaram minha carreira e me levaram a alcançar novos patamares. Cada etapa foi uma oportunidade de crescimento e aprendizado, e cada conquista foi um reflexo do meu esforço, dedicação e paixão pelo que faço.

Marcos na Carreira

Primeiro Emprego e Estágio na Volkswagen:

Meu primeiro emprego como estagiária de secretariado na Volkswagen foi um marco inicial na minha carreira. Essa experiência me proporcionou uma base sólida em organização, atendimento e escrita profissional, habilidades que se mostraram valiosas ao longo da minha trajetória.

Primeiro Emprego como Comunicóloga:

Ainda na faculdade de Comunicação Social, consegui meu primeiro emprego como comunicóloga, atuando com o público interno de uma grande empresa nacional. Essa experiência me ensinou a importância de adaptar a comunicação para diferentes públicos e foi um dos trabalhos mais gratificantes que tive.

Consultoria em Comunicação:

Após concluir meu mestrado, fui convidada para dar consultoria na área de comunicação em uma empresa multinacional. Esse convite marcou meu retorno ao mercado de trabalho e abriu portas para inúmeras outras consultorias em empresas multinacionais, nacionais, pequenas e grandes.

Entrada no Mundo Acadêmico:

Fui convidada para ministrar aulas no curso de Secretariado Executivo em uma instituição de ensino. Essa experiência acadêmica foi um divisor de águas na minha carreira, levando-me a entrar de vez no mundo acadêmico e ensino universitário.

Principais Conquistas

Desenvolvimento de Cursos e Programas:

Como docente, coordenadora de curso, pró-reitora e gestora de educação a distância, desenvolvi e implantei diversos cursos na modalidade EAD. Inovei e criei programas que se destacaram pela qualidade e pela capacidade de atender às necessidades dos alunos.

Criação do Marketing Olfativo para as Gardêneas&Magnólias:

A partir da minha experiência com velas, perfumes para casa e beauty care, criei o conceito de Marketing Olfativo para minha empresa. Essa inovação permitiu que marcas criassem experiências sensoriais únicas para seus consumidores, destacando-se no mercado.

Reconhecimento Acadêmico:

Ao longo da minha carreira acadêmica, recebi diversos reconhecimentos por minhas contribuições à educação e à comunicação. Esses reconhecimentos são um reflexo do meu compromisso com a excelência e com a inovação.

Iniciativas de Destaque

Implantação de Cursos EAD:

Implantei e coordenei cursos na modalidade EAD, inovando na forma de ensinar e aprender. Essas iniciativas permitiram que mais pessoas tivessem acesso à educação de qualidade, independentemente de sua localização geográfica.

Mentoria e Desenvolvimento de Talentos:

Atuei como mentora de muitos estudantes e profissionais que trabalharam comigo ajudando-os a desenvolver suas habilidades e a alcançar seus objetivos. A mentoria é uma das minhas maiores paixões, e ver o crescimento e o sucesso dos meus mentorados é uma recompensa inestimável.

Projetos de Comunicação Interna:

Desenvolvi e implementei projetos de comunicação interna em diversas organizações, melhorando a comunicação entre os colaboradores e promovendo um ambiente de trabalho mais coeso e eficiente.

Inovação em Marketing Olfativo:

A criação do Marketing Olfativo foi uma das minhas iniciativas mais inovadoras. Essa abordagem permitiu que marcas criassem conexões emocionais com seus consumidores através de experiências sensoriais únicas.

Esses marcos, conquistas e iniciativas de destaque são um reflexo do meu compromisso com a excelência, a inovação e a paixão pelo que faço. Cada etapa da minha carreira foi uma oportunidade de crescimento e aprendizado, e cada conquista foi um passo importante na construção da minha trajetória profissional.

Desenvolvimento da Marca Pessoal

O desenvolvimento da minha marca pessoal foi um processo contínuo e intencional, baseado em minhas experiências, habilidades e valores. A construção de uma marca pessoal forte e autêntica é fundamental para se destacar no mercado e alcançar o sucesso profissional. Aqui está como construí e desenvolvi minha marca pessoal, e as estratégias que utilizei ao longo do caminho.

Identificação de Valores e Propósitos

Autoconhecimento:

O primeiro passo para construir minha marca pessoal foi um profundo processo de autoconhecimento. Refleti sobre minhas paixões, habilidades, valores e objetivos de vida. Entender quem eu sou e o que me motiva foi essencial para definir a base da minha marca pessoal.

Definição de Propósito:

Defini meu propósito profissional e pessoal, que é ajudar marcas e pessoas a encontrarem seus caminhos por meio da comunicação. Esse propósito guiou todas as minhas ações e decisões, garantindo que minha marca pessoal fosse autêntica e alinhada com meus valores.

Estratégias de Desenvolvimento

Educação e Qualificação:

Investi continuamente na minha educação e qualificação. Fiz graduação, mestrado, doutorado e diversos cursos de especialização. Esse investimento em conhecimento me permitiu desenvolver habilidades e competências que fortaleceram minha marca pessoal.

Experiência Profissional:

Acumulei uma vasta experiência profissional em diferentes áreas, desde consultoria de comunicação até o ensino acadêmico. Cada experiência contribuiu para a construção da minha marca, mostrando minha versatilidade e capacidade de adaptação.

Inovação e Criatividade:

Sempre busquei inovar e ser criativa em minhas abordagens. Essa capacidade de pensar fora da caixa e criar soluções únicas foi um diferencial importante na construção da minha marca.

Networking e Relacionamentos:

Construí uma rede sólida de contatos profissionais e pessoais. Participei de eventos, conferências e grupos de discussão, onde pude compartilhar conhecimentos e aprender com outros profissionais. O networking foi fundamental para expandir minha influência e fortalecer minha marca pessoal.

Presença Online e Mídias Sociais:

Desenvolvi uma presença online forte e consistente. Utilizei as mídias sociais para compartilhar conteúdo relevante, interagir com meu público e construir minha reputação. A gestão de mídias sociais foi uma estratégia crucial para aumentar minha visibilidade e alcançar um público mais amplo.

Autenticidade e Transparência:

Mantive minha autenticidade e transparência em todas as minhas interações.

Ser verdadeira e honesta sobre minhas experiências, desafios e conquistas ajudou a construir confiança e credibilidade com meu público.

Mentoria e Desenvolvimento de Talentos:

Atuei como mentora para de estudantes e profissionais ajudando-os a desenvolver suas habilidades e a alcançar seus objetivos. A mentoria não só fortaleceu minha marca pessoal, mas também me permitiu retribuir e contribuir para o crescimento de outros.

Resultados e Impacto:

O desenvolvimento da minha marca pessoal me permitiu alcançar novos patamares na minha carreira e impactar positivamente a vida de muitas pessoas. Minha marca pessoal é um reflexo de quem eu sou, do que acredito e do que sou capaz de realizar. Através de uma combinação de educação, experiência, inovação, networking e autenticidade, construí uma marca forte e respeitada no mercado.

Espero que minha trajetória inspire você a desenvolver sua própria marca pessoal, a seguir seus sonhos e a não desistir diante das dificuldades. A construção de uma marca pessoal é um processo contínuo, mas os resultados são recompensadores e podem abrir portas para inúmeras oportunidades.

CAPÍTULO

09

Cursos e Mentorias

Como e Por Que Comecei a Oferecer Cursos e Mentorias

Minha jornada na educação e na comunicação sempre foi guiada por uma paixão profunda por ensinar e ajudar os outros a alcançarem seu potencial máximo. Após anos de experiência acumulada em diversas áreas, percebi que tinha muito a compartilhar e que poderia impactar positivamente a vida de muitas pessoas através de cursos e mentorias.

Motivações para Oferecer Cursos e Mentorias

Compartilhar Conhecimento:
Ao longo da minha carreira, adquiri um vasto conhecimento em comunicação, marketing e educação.

E esta bagagem de conhecimento me fez sentir uma necessidade crescente de compartilhar esse conhecimento com outros profissionais e ajudando-os a desenvolver suas habilidades e a alcançar seus objetivos.

Impactar Vidas:

Sempre acreditei no poder transformador da educação. Oferecer cursos e mentorias me permite impactar diretamente a vida das pessoas, proporcionando-lhes as ferramentas e o suporte necessários para seu crescimento pessoal e profissional.

Desenvolvimento Pessoal:

Ensinar e mentorar também é uma forma de continuar meu próprio desenvolvimento pessoal. Cada interação com alunos e mentorados traz novas perspectivas e aprendizados, enriquecendo minha própria jornada.

Desenvolvimento e Expansão do Trabalho

Início dos Cursos e Mentorias

Comecei oferecendo serviços de implantação marketing olfativo. Essa experiência inicial confirmou minha crença no valor do que eu tinha a oferecer e me motivou a expandir ainda mais meu trabalho.

Expansão para Comunicação de Resultados

Com o tempo, percebi que a comunicação eficaz é a base para o sucesso em diversas áreas. Decidi então ampliar meu foco, passando do marketing olfativo para uma abordagem mais abrangente de comunicação de resultados. Essa expansão permitiu que eu abordasse uma gama mais ampla de tópicos e necessidades, ajudando meus alunos e clientes a alcançarem resultados tangíveis em suas carreiras e negócios.

Desenvolvimento de Novos Programas

Cursos Online e Presenciais:

Criei uma série de cursos online e presenciais, cobrindo tópicos como comunicação organizacional, comportamental, estratégica e comunicação de resultados para marcas e negócios e principalmente para Personal Branding. Esses cursos foram projetados para serem práticos e aplicáveis, proporcionando aos participantes as habilidades necessárias para se destacarem em suas áreas de atuação.

Mentorias Personalizadas:

Desenvolvi mentorias personalizadas, adaptadas às necessidades específicas de cada cliente. Essas mentorias focam em desenvolver estratégias de comunicação eficazes, melhorar a presença corporativa, online e alcançar objetivos profissionais específicos.

Workshops e Palestras:

Preparei workshops e palestras para empresas e eventos, onde compartilho insights e estratégias sobre comunicação de resultados.

Essas sessões interativas permitem aos participantes aplicarem imediatamente o que aprenderam em seus contextos profissionais.

Resultados e Impacto:

A expansão do meu trabalho para comunicação de resultados tem o objetivo de gerar um impacto significativo e notável nas habilidades de comunicação, no aumento da eficácia das estratégias de marketing e resultados positivos na carreira e negócios dos meus clientes e alunos. Gerar esses resultados é extremamente gratificante e reforça minha paixão por ensinar e mentorar.

Visão de Futuro

Continuo comprometida em expandir e inovar meus programas de cursos e mentorias. Meu objetivo é continuar impactando positivamente a vida de mais pessoas, ajudando-as a desenvolver habilidades de comunicação eficazes e a alcançar resultados extraordinários. Acredito que a comunicação é a chave para o sucesso, e estou dedicada a compartilhar esse conhecimento com o maior número possível de pessoas.

Filosofia e Metodologia

Abordagem Filosófica, Princípios e Valores

Minha abordagem filosófica é fundamentada em princípios e valores que considero essenciais para o sucesso pessoal e profissional. Esses princípios guiam todas as minhas ações e decisões, tanto na vida quanto no trabalho, e são a base sobre a qual construí minha carreira e minha marca pessoal.

Princípios e Valores que Guiam Meu Trabalho

Autenticidade:

Acredito que ser autêntico é fundamental para construir confiança e credibilidade. Em todas as minhas interações, busco ser verdadeira e transparente, compartilhando minhas experiências e conhecimentos de forma honesta.

Resiliência:

A resiliência é a capacidade de se recuperar diante das adversidades. Enfrentei muitos desafios ao longo da minha jornada, e a resiliência me ajudou a superá-los e a seguir em frente. Esse valor é central na minha abordagem, incentivando meus alunos e clientes a nunca desistirem, mesmo diante das dificuldades.

Inovação:

A inovação é essencial para se destacar e crescer. Sempre busquei pensar fora da caixa e criar soluções únicas para os desafios que enfrentei. Acredito que a inovação impulsiona o progresso e abre novas oportunidades.

Educação Contínua:

A aprendizagem é um processo contínuo. Investir em educação e qualificação é crucial para o desenvolvimento pessoal e profissional. Encorajo meus alunos e clientes a buscarem constantemente novos conhecimentos e habilidades.

Empatia:

A empatia é a capacidade de entender e compartilhar os sentimentos dos outros. Em meu trabalho, valorizo a empatia como uma forma de construir relacionamentos sólidos e de oferecer suporte genuíno às necessidades dos meus alunos e clientes.

Impacto Positivo:

Meu objetivo é causar um impacto positivo na vida das pessoas. Seja através de cursos, mentorias ou consultorias, busco proporcionar ferramentas e suporte que ajudem meus alunos e clientes a alcançarem seus objetivos e a realizarem seu potencial.

Metodologias e Técnicas Utilizadas

Para alcançar resultados eficazes e duradouros, utilizo uma combinação de metodologias e técnicas que são adaptadas às necessidades específicas de cada aluno ou cliente. Essas abordagens são baseadas em princípios comprovados e em minha própria experiência prática.

Metodologias e Técnicas

Análise de Necessidades:

Antes de iniciar qualquer mentoria, realizo uma análise detalhada das necessidades e objetivos do meu cliente. Isso me permite personalizar o conteúdo e as estratégias para atender às suas demandas específicas. Em relação aos cursos analiso as dores mais frequentes dos meus clientes.

Aprendizagem Ativa:

Utilizo técnicas de aprendizagem ativa, que envolvem os alunos de forma prática e interativa. Isso inclui estudos de caso, exercícios práticos, discussões em grupo que ajudam a consolidar o conhecimento e a desenvolver habilidades aplicáveis.

Feedback Contínuo:

O feedback contínuo é uma parte essencial do meu método. Forneço feedback construtivo e orientações ao longo do processo de aprendizagem, ajudando os alunos e clientes a identificar áreas de melhoria e a celebrar suas conquistas.

Mentoria Personalizada:

Ofereço mentorias personalizadas, adaptadas às necessidades e objetivos individuais. Essas sessões de mentoria focam em desenvolver estratégias específicas, melhorar habilidades e alcançar metas profissionais.

Comunicação Eficaz:

Ensino técnicas de comunicação eficaz, que incluem habilidades de apresentação e estratégias comportamentais. A comunicação clara e persuasiva é fundamental para o sucesso em qualquer área.

Inovação e Criatividade:

Encorajo a inovação e a criatividade em todas as minhas abordagens. Isso inclui a criação de soluções únicas para desafios específicos e a exploração de novas ideias e perspectivas.

Desenvolvimento de Marca Pessoal:

Ajudo meus alunos e clientes a desenvolverem suas marcas pessoais, identificando seus valores, habilidades e objetivos. Isso inclui estratégias de branding, presença online e networking.

Avaliação de Resultados:

Realizo avaliações periódicas para medir o progresso e os resultados alcançados. Isso permite ajustar as estratégias conforme necessário e garantir que os objetivos sejam atingidos.

Minha abordagem filosófica, baseada em autenticidade, resiliência, inovação, educação contínua, empatia e impacto positivo, guia todas as minhas ações e decisões. As metodologias e técnicas que utilizo são projetadas para proporcionar resultados eficazes e duradouros, ajudando meus alunos e clientes a alcançarem seus objetivos e a realizarem seu potencial. Acredito que, com a combinação certa de princípios, valores e estratégias, podemos superar qualquer desafio e alcançar o sucesso.

Diferenciais

Ao longo da minha carreira, desenvolvi uma série de diferenciais que me destacam no mercado e que são fundamentais para o sucesso dos meus alunos e clientes. Esses diferenciais são resultado de minha experiência, conhecimento e abordagem única, e são o que me permite oferecer um valor excepcional em tudo o que faço.

1. Experiência Diversificada:

Minha trajetória inclui uma vasta experiência em diferentes áreas, desde consultoria de comunicação até ensino acadêmico e empreendedorismo. Essa diversidade me permite abordar problemas e oportunidades de múltiplas perspectivas, oferecendo soluções abrangentes e eficazes.

2. Educação e Qualificação:

Minha formação acadêmica sólida, que inclui graduação, mestrado, doutorado e pós-doutorados, me proporciona uma base teórica robusta. Além disso, os diversos cursos de especialização que realizei me mantêm atualizada com as últimas tendências e práticas do mercado.

3. Inovação e Criatividade:

Sempre busquei inovar e ser criativa em minhas abordagens. Minha capacidade de pensar fora da caixa é um diferencial importante que agrega valor aos meus projetos.

4. Abordagem Personalizada:

Ofereço mentorias e cursos personalizados, adaptados às necessidades específicas de cada aluno ou cliente. Essa abordagem individualizada garante que cada pessoa receba o suporte e as ferramentas necessárias para alcançar seus objetivos.

5. Comunicação Eficaz:

Ensino e aplico técnicas de comunicação eficaz, que são fundamentais para o sucesso em qualquer área. Minha habilidade de comunicar de forma clara e persuasiva é um diferencial que me permite conectar pessoas, ideias e sonhos.

6. Empatia e Relacionamentos:

Valorizo a empatia e a construção de relacionamentos sólidos. Entender e compartilhar os sentimentos dos meus alunos e clientes me permite oferecer um suporte genuíno e construir confiança e credibilidade.

7. Desenvolvimento de Marca Pessoal:

Ajudo meus alunos e clientes a desenvolverem suas marcas pessoais, identificando seus valores, habilidades e objetivos. Minhas estratégias de branding, presença online e networking são projetadas para destacar suas qualidades únicas e alcançar o sucesso.

8. Compromisso com a Educação Contínua:

Acredito que a aprendizagem é um processo contínuo. Meu compromisso com a educação contínua me permite oferecer conteúdo atualizado e relevante, garantindo que meus alunos e clientes estejam sempre à frente das tendências do mercado.

9. Impacto Positivo:

Meu objetivo é causar um impacto positivo na vida das pessoas. Seja através de cursos, mentorias ou consultorias, busco proporcionar ferramentas e suporte que ajudem meus alunos e clientes a alcançarem seus objetivos e a realizarem seu potencial.

Meus diferenciais são o resultado de anos de experiência, educação contínua e uma abordagem única e inovadora. Eles me permitem oferecer um valor excepcional em tudo o que faço, ajudando meus alunos e clientes a se destacarem no mercado e a alcançarem resultados extraordinários. Acredito que, com a combinação certa de experiência, conhecimento e empatia, podemos superar qualquer desafio e alcançar o sucesso.

CAPÍTULO

12

Visão de Futuro

Visão de Futuro, Metas e Objetivos

Minha jornada até aqui tem sido repleta de desafios, conquistas e aprendizados. Cada experiência me preparou para o que está por vir, e estou mais motivada do que nunca para continuar crescendo e impactando positivamente a vida das pessoas. Minha visão de futuro é guiada por metas e objetivos claros, que refletem minha paixão pela comunicação, educação e inovação.

1. Expansão da Marca Pessoal:

Continuar a fortalecer e expandir minha marca pessoal é uma das minhas principais metas. Pretendo aumentar minha presença online, utilizando plataformas digitais para alcançar um público mais amplo e diversificado. A autenticidade e a transparência continuarão a ser os pilares da minha marca, construindo confiança e credibilidade com meu público.

2. Desenvolvimento de Novos Cursos e Programas:

Planejo desenvolver novos cursos e programas que abordem temas emergentes e relevantes no campo da comunicação e do marketing. Esses cursos serão projetados para serem práticos e aplicáveis, proporcionando aos participantes as habilidades necessárias para se destacarem em suas áreas. Além disso, pretendo explorar novas modalidades de ensino, como microlearning para tornar a aprendizagem mais envolvente e eficaz.

3. Expansão das Mentorias Personalizadas:

As mentorias personalizadas continuarão a ser uma parte central do meu trabalho. Pretendo expandir esse serviço, oferecendo mentorias em grupo e programas de mentoria contínua, que proporcionem suporte e orientação a longo prazo. A personalização e o foco nas necessidades individuais dos mentorados serão mantidos, garantindo que cada pessoa receba o suporte necessário para alcançar seus objetivos.

4. Inovação em Comunicação de Resultados:

A comunicação de resultados é uma área em constante evolução, e pretendo continuar inovando e explorando novas estratégias e técnicas. Isso inclui o uso de tecnologias emergentes, como inteligência artificial e análise de dados, para melhorar a eficácia das estratégias de comunicação e marketing. Meu objetivo é ajudar meus clientes a alcançarem resultados tangíveis e mensuráveis, que impulsionem seus negócios e carreiras.

5. Projetos de Impacto Social:

Acredito que a comunicação tem o poder de causar um impacto positivo na sociedade. Pretendo desenvolver projetos de impacto social que utilizem a comunicação para promover causas importantes como sustentabilidade, meio ambiente e proteção animal. Esses projetos serão uma forma de retribuir e contribuir para um mundo melhor, utilizando minhas habilidades e conhecimentos para fazer a diferença.

6. Publicações:

Escrever artigos, e-books e short books contribuindo para o avanço do conhecimento nas áreas de comunicação e educação. Pretendo explorar novos temas e colaborar com outros profissionais e acadêmicos, ampliando o alcance e o impacto das minhas pesquisas.

7. Parcerias Estratégicas:

Estabelecer parcerias estratégicas com outras empresas e profissionais é uma meta importante para o futuro. Essas parcerias permitirão a troca de conhecimentos e experiências, além de abrir novas oportunidades de crescimento e inovação. A colaboração será um elemento chave para alcançar objetivos maiores e mais ambiciosos.

8. Desenvolvimento de Produtos e Serviços Inovadores:

Desenvolvimento de novos produtos e serviços que atendam às necessidades emergentes do mercado. Isso inclui a criação de ferramentas e recursos que facilitem a comunicação e o marketing, bem como a oferta de serviços de consultoria especializados. A inovação e a criatividade continuarão a ser os motores que impulsionam esses desenvolvimentos.

9. Expansão Internacional:

Expandir minha atuação para o mercado internacional é uma meta ambiciosa de longo prazo. Pretendo explorar oportunidades em outros países, oferecendo meus cursos, mentorias e consultorias para um público global. A diversidade cultural e a troca de experiências internacionais enriquecerão minha abordagem e abrirão novas perspectivas.

10. Equilíbrio Entre Vida Pessoal e Profissional:

Manter um equilíbrio saudável entre vida pessoal e profissional é uma prioridade. Continuar dedicando tempo à minha família e ao meu bem-estar, garantindo que meu crescimento profissional não comprometa minha qualidade de vida. Acredito que o equilíbrio é essencial para uma carreira sustentável e gratificante.

Enfim, minha visão de futuro é guiada por metas e objetivos claros, que refletem minha paixão pela comunicação, educação e inovação. Estou comprometida em continuar crescendo, aprendendo e impactando positivamente a vida das pessoas. Acredito que, com determinação, criatividade e uma abordagem centrada em valores, podemos alcançar resultados extraordinários e construir um futuro brilhante.

Legado e Impacto

Como Quero Ser Lembrada?

Ao longo da minha jornada, busquei não apenas alcançar meus objetivos pessoais e profissionais, mas também deixar um legado significativo. Quero ser lembrada como alguém que fez a diferença, que inspirou e ajudou outras pessoas a realizarem seus sonhos e a alcançarem seu potencial máximo.

1. Inspiradora e Motivadora:

Quero ser lembrada como uma fonte de inspiração e motivação. Alguém que, através de sua história e ações, mostrou que é possível superar desafios, seguir sonhos e alcançar o sucesso. Espero que minha trajetória inspire outras pessoas a acreditarem em si mesmas e a nunca desistirem, independentemente das dificuldades que enfrentem.

2. Educadora e Mentora:

Desejo ser lembrada como uma educadora dedicada e uma mentora atenciosa.

Alguém que compartilhou seu conhecimento e experiência de forma generosa, ajudando alunos e profissionais a desenvolverem suas habilidades e a alcançarem seus objetivos. Quero que meus alunos e mentorados se lembrem de mim como alguém que acreditou neles e os apoiou em sua jornada.

3. Inovadora e Criativa:

Quero ser lembrada como uma inovadora, alguém que trouxe novas ideias e abordagens para a comunicação e o marketing. Minha capacidade de pensar fora da caixa e de criar soluções únicas é algo que espero que seja reconhecido e valorizado. Desejo que meu trabalho continue a inspirar inovação e criatividade nas gerações futuras.

4. Autêntica e Transparente:

A autenticidade e a transparência são valores fundamentais para mim. Quero ser lembrada como alguém que foi verdadeira em todas as suas interações, que compartilhou suas experiências de forma honesta e que construiu confiança e credibilidade com seu público.

Espero que minha autenticidade sirva de exemplo para outros.

5. Impacto Positivo: Meu objetivo sempre foi causar um impacto positivo na vida das pessoas e na sociedade. Quero ser lembrada como alguém que usou suas habilidades e conhecimentos para fazer a diferença, seja através de projetos de impacto social, mentorias ou consultorias. Desejo que meu legado seja um reflexo do impacto positivo que causei no mundo.

O Impacto que Desejo Causar

O impacto que desejo causar vai além das realizações profissionais. Quero contribuir para um mundo melhor, onde a comunicação eficaz e a educação de qualidade sejam acessíveis a todos. Aqui estão algumas formas específicas de impacto que espero alcançar:

1. Empoderamento Pessoal e Profissional:

Desejo empoderar pessoas a desenvolverem suas habilidades de comunicação e a alcançarem seus objetivos profissionais. Acredito que a comunicação eficaz é uma ferramenta poderosa para o sucesso, e quero ajudar o maior número possível de pessoas a dominarem essa habilidade.

2. Promoção da Educação Contínua:

A educação contínua é essencial para o crescimento pessoal e profissional. Quero promover a importância da aprendizagem ao longo da vida e oferecer recursos e oportunidades para que as pessoas continuem a se desenvolver e a se atualizar.

3. Inovação e Criatividade:

Quero incentivar a inovação e a criatividade em todas as áreas. Acredito que novas ideias e abordagens são fundamentais para o progresso, e desejo inspirar outros a pensarem fora da caixa e a explorarem novas possibilidades.

4. Impacto Social:

Desejo usar minhas habilidades e conhecimentos para promover causas importantes. Quero desenvolver projetos de impacto social que utilizem a comunicação para promover mudanças positivas e contribuir para um mundo mais justo e inclusivo.

5. Construção de Relacionamentos Sólidos:

Acredito que os relacionamentos são a base de qualquer sucesso duradouro. Quero ajudar as pessoas a construírem relacionamentos sólidos e significativos, tanto no âmbito pessoal quanto profissional, através de uma comunicação eficaz e empática.

Minha jornada é um testemunho de que, com determinação, resiliência e uma abordagem centrada em valores, podemos alcançar nossos objetivos e causar um impacto positivo no mundo. Quero ser lembrada como alguém que fez a diferença, que inspirou e ajudou outras pessoas a realizarem seus sonhos. O impacto que desejo causar é um reflexo do meu compromisso com a educação, a inovação e a comunicação eficaz. Espero que minha história inspire você a seguir seus próprios sonhos e a fazer a diferença na vida das pessoas ao seu redor.

CAPÍTULO

14

Enfim... Quem Sou Eu na Fila do Pão!

Ao longo deste short book, compartilhei com você os altos e baixos da minha vida, desde a infância simples em Santo André até os desafios e conquistas que moldaram minha carreira. Cada capítulo da minha história é uma peça do quebra-cabeça que responde à pergunta: "Quem Sou Eu na Fila do Pão?"

Sou a menina que subia em árvores e corria pela enxurrada, a jovem rebelde que pulava janelas para ir aos bailinhos, e a estudante dedicada que superou obstáculos para conquistar uma educação de excelência. Sou a mãe que enfrentou o dilema entre carreira e família, e a profissional que, mesmo diante das adversidades, nunca desistiu de seus sonhos.

Minha trajetória me levou por caminhos inesperados, desde a consultoria de moda até o marketing olfativo, passando pela criação de acessórios e produtos naturais. Cada experiência, cada tentativa e cada erro me ensinaram lições valiosas sobre resiliência, paixão e a importância de seguir o coração e encontrar minha verdadeira essência.

Hoje, sou a educadora, a consultora e a mentora que se dedica a ajudar marcas e pessoas a encontrarem seus próprios caminhos. Minha paixão pela comunicação e pelo ensino é o fio condutor que une todas as fases da minha vida, e é isso que me motiva a continuar crescendo e inspirando outros.

"Quem Sou Eu na Fila do Pão?" Sou alguém que nunca desistiu, que sempre buscou novos desafios e que acredita no poder dos sonhos. Minha história é um testemunho de que, com determinação e coragem, podemos superar qualquer obstáculo e alcançar nossos objetivos.

Espero que minha trajetória inspire você a seguir seus próprios sonhos, a não desistir diante das dificuldades e a se permitir tentar, errar e aprender. A vida é uma jornada incrível, e cada um de nós tem o poder de escrever a sua própria história. Que você também encontre seu lugar na fila do pão, com a certeza de que é capaz de realizar coisas extraordinárias.

Conecte-se Comigo!

As lições que compartilhei ao longo deste livro são apenas o começo. Acredito que a comunicação eficaz e a educação contínua são ferramentas poderosas para transformar vidas e alcançar o sucesso. Se você se sentiu inspirado pela minha história e deseja desenvolver suas habilidades de comunicação, marketing ou qualquer outra área abordada, convido você a se conectar comigo e a explorar as oportunidades que ofereço.

1. Cursos e Programas de Formação:

Ofereço uma variedade de cursos e programas de formação, tanto online quanto presenciais, que cobrem uma ampla gama de tópicos, incluindo comunicação de resultados, comunicação comportamental e estratégica. Esses cursos são projetados para serem práticos e aplicáveis, proporcionando a você as habilidades necessárias para se destacar em sua área.

2. Mentorias Personalizadas:

Minhas mentorias personalizadas são adaptadas às suas necessidades e objetivos específicos. Se você está buscando orientação para desenvolver sua marca pessoal, melhorar suas habilidades de comunicação ou alcançar metas profissionais específicas, estou aqui para ajudar. Juntos, podemos criar um plano de ação que o levará ao sucesso.

3. Workshops e Palestras:

Participe dos meus workshops, lives, palestras e podcasts, onde compartilho insights e estratégias sobre comunicação eficaz, inovação e desenvolvimento pessoal. Essas sessões interativas são uma excelente oportunidade para aprender, se inspirar e se conectar com outros profissionais.

4. Consultorias Especializadas:

Ofereço serviços de consultoria para empresas e indivíduos que desejam melhorar suas estratégias de comunicação e marketing. Com minha experiência e conhecimento, posso ajudar você a alcançar resultados tangíveis e mensuráveis.

Como Se Conectar!

Estou sempre aberta a novas conexões e oportunidades de colaboração. Aqui estão algumas maneiras de se conectar comigo e acessar meus cursos e mentorias:

1. Site Oficial:

Visite meu site oficialpara obter mais informações sobre meus cursos, mentorias, workshops e consultorias. No site, você encontrará detalhes sobre os programas oferecidos, depoimentos de alunos e clientes, e a possibilidade de se inscrever diretamente.

2. Redes Sociais:

Siga-me nas redes sociais para ficar atualizado sobre as últimas novidades, eventos e conteúdos exclusivos. Estou presente nas seguintes plataformas:

Linkedin:

<https://www.linkedin.com/in/lucia-sanchez-495b6223/>

Instagram: @gardeniasemagnolias

Facebook:

https://web.facebook.com/gardeniasemagnolias/?_rdc=1&_rdr

3. Newsletter:

Inscreva-se na minha newsletter para receber conteúdos exclusivos, dicas, artigos e informações sobre novos cursos e eventos diretamente no seu e-mail. A inscrição pode ser feita através do meu site oficial.

4. Contato Direto:

Se você tiver perguntas ou desejar mais informações, sinta-se à vontade para entrar em contato diretamente comigo. Você pode enviar um e-mail para ou utilizar o formulário de contato disponível no meu site.

Acredito que juntos podemos alcançar grandes coisas. Se você está pronto para dar o próximo passo em sua jornada de desenvolvimento pessoal e profissional, convido você a se conectar comigo e a explorar as oportunidades que ofereço. Vamos trabalhar juntos para transformar seus sonhos em realidade e alcançar o sucesso que você merece. Sigamos para um próximo nível.