



EDIÇÃO 1 | 19 NOVEMBRO 2020
LANÇAMENTO

REVISTA Conecta



CONECTADAS PELO MUNDO

Representantes mundiais:
Pollyana Leal, Antoniella Castro,
Paula Adjuto, Mariza Daniele

Jornalista: Maiza Silva

Madrinha da Rede: Mafalda
Lourenço

CRIS ARCANGELI

Fala sobre seu novo projeto de
empreendedorismo feminino
e como vencer a crise



Editorial

Responsável pela linha editorial dessa **REVISTA**, um sonho que acaba de nascer, quero dividir a primeira página da nossa **CONECTA** com todas essas mulheres que mudaram e fazem parte da minha vida.... Com vocês a história da **REDE CONEXÃO MULHER**.

Parece até a Bossa Nova! Assim como o movimento musical que encantou o planeta no final dos anos 50, a Rede Conexão Mulher saiu do universo carioca e ganhou mundo.

O Dia é 8 de março de 2018, uma data histórica para todas nós. Um dia de comemoração e lembrança a quem reescreveu a história do empoderamento feminino. É isso mesmo, no dia Internacional da Mulher, nasce a Conexão Mulher Empreendedora, uma rede pensada para conectar mulheres do "mundo".

A nossa história, um projeto que era apenas um sonho vivo dentro do coração, se mistura ao acaso. Uma bagagem que foi carregada de um país para outro, Portugal/Brasil, Brasil/Portugal. Em cada viagem com destino a esses dois países, um pedacinho da Rede foi construído junto à tantas outras mulheres que precisavam se conectar e alçar voos mais altos.

Chegamos tímidas! O primeiro evento foi modesto e sem planejamento, mas, importante o suficiente para reunir vinte e três mulheres num restaurante em Lisboa. Estava certo! Começava ali um caminho novo a trilhar.

No segundo evento somamos 50 mulheres, todas conectadas e com um objetivo em comum: empreender.

Nesse interim, uma nova dobradinha Portugal/Brasil aconteceu, e, no meio da viagem, mais um evento. Agora, éramos 80 mulheres empreendedoras reunidas, no Leblon, Rio de Janeiro.

Mais uma vez fizemos as malas e colocamos essa experiência na bagagem. A partir daí, os eventos ganharam ainda mais força. Expandimos para Londres e Itália, e deixamos nossa marca em um dos melhores hotéis de São Paulo, a megalópole brasileira.

Os Estados Unidos também nos receberam. Reunimos mais de 40 mulheres pela costa leste do país.

Entre idas e vindas, um ano se passou e o propósito da Conexão se tornou grande demais para caber numa só definição. Foi assim que a então Conexão Mulher Empreendedora passou por um rebranding e se transformou na Rede Conexão Mulher.

O empreendedorismo feminino é nossa maior bandeira, está na nossa veia, porém, percebemos a necessidade e a importância de reformular nossa marca. Precisava caber nela todo o poder que só uma rede de mulheres conectadas tem, a competência para fazer o que é diferente.

Somos mulheres, somos emoção e também razão. Somos companheiras!

E sabe aquela história de que santo de casa não faz milagre? Mentira! A Rede Conexão Mulher também conquistou, além das portuguesas, italianas, inglesas americanas e brasileiras.

E assim segue a minha, a sua, a nossa Rede Conexão Mulher, que, como a Bossa Nova, embala o sonho de milhares de mulheres empreendedoras espalhadas mundo afora ●

Por Maiza Silva
Jornalista

[Acesse meu perfil.](#)



conecta

**FALE COM A
REVISTA CONECTA**
revista@redeconexaomulher

Atendimento:
+55 21 975108793
+351 914941235

Edição de lançamento
Primeira Edição
19 de novembro de 2020

Equipe:
Jornalista: Maiza Silva/21810/MG
Revisora - Priscila Trevizani
Capa - Rui Lourenço
Arte - Just Fraimeit
Fotógrafos: Ana Lu Rocha
Luíza Barbosa

Responsável
Catarina Coelho



TOM DE VOZ

Pretende comunicar tanto com quem já se posicionou no mercado e encontra-se em estabilidade do negócio, bem como com mulheres que buscam inspiração para começar seu empreendimento.

Dessa maneira, vamos promover uma interlocução capaz de transitar por assuntos técnicos, de forma descontraída, mas também acolhedora e curiosa. Assim, nosso público alvo se sentirá mais confortável e acolhido no propósito de empreender e destacar-se profissionalmente.

Com linguagem acessível vamos tanto informar quanto instruir nossas leitoras sobre os benefícios e adversidades do empreendedorismo feminino.

POLÍTICA EDITORIAL

Abordará temas relacionados a carreira, gestão, capacitação e identidade feminina de forma mais atraente e relevante para o público em questão.

Nossa abordagem principal será estimular a geração de negócios inovadores, por meio de conteúdos objetivos e cases de sucesso, com profissionais qualificados e comprometidos com o bem-estar e saúde emocional de mulheres empreendedoras.

índice

Revista Conecta | edição de lançamento | 2020



12

CINEMA X PANDEMIA

Por Carol Brasil

14

A ROTINA DE UMA ESCRITORA

Catarina Vargas fala sobre como a matemática e a literatura fazem parte da sua vida

19

DESBRAVADORA

CEO de duas empresas do ramo da estética conta como DESBRAVOU o mundo até encontrar seu lugar

23

MATERNIDADE NA VEIA

Por Samara Felippo

30

MOUNDI FOOD CAFÉ

Sabores pelo mundo

32

ESPECIAL

Cris Arcangeli fala sobre mercado e pandemia



LÍLIAN SÁ

PRODUTORA DE CONTEÚDO



Lílian Sá - Produtora de Conteúdo

CONNECTIVIDADE E PANDEMIA

Em 11 de março de 2020, a OMS declarou que o surto da doença causada pelo novo coronavírus, COVID-19, caracterizava uma pandemia. Seguiu-se o fechamento de estabelecimentos e escritórios, dos mais diversos setores, em todo o mundo. Um ser acelular, de estrutura simplória e parasitário revirou o mundo e a normalidade na qual estávamos inseridos.

Empresas que ainda permaneciam numa cultura desconectada, “analógica”, viram-se diante da urgência de se digitalizarem num ritmo sem precedentes, ou correrem o risco de deixarem de existir. O vírus forçou a reformulação de contextos, ressaltou novas necessidades e sacudiu, além dos negócios, as famílias. Quase como num piscar de olhar, acordamos num mundo diferente. Sabemos que nada será como antes, mesmo quando esta pandemia estiver realmente controlada.

A necessidade de isolamento, para desacelerar a pandemia, implicou uma grande recessão global da economia. Por outro lado, esta situação complexa também produziu um senso de urgência por conectividade remota e digital, tanto para o trabalho, quanto para o consumo.

Assim, para muitos trabalhadores, o “home office” passou a ser uma necessidade imediata e não exatamente temporária. Diversas empresas anunciaram o retorno à nova “normalidade”, apenas a partir do início de 2021. Outras, tornaram o home office permanente.

Ao mesmo tempo, enquanto consumidores, canais 100% digitais tornaram-se a forma de dar seguimento às necessidades de consumo do dia-a-dia.

Tudo isto tem grandes implicações na forma como as empresas se organizam e se relacionam com seus clientes e com sua própria força de trabalho. Muitas empresas e empreendedores que, até então, ignoravam os desafios e oportunidades decorrentes da digitalização da economia foram “acordados” pelo choque desta pandemia. E agora?

Da perspectiva do consumo, as empresas que saíram na frente nessa corrida digital pela sobrevivência, já endereçavam experiência de omnicanalidade para seus clientes, mesmo que em graus distintos. Contudo, empresas que eram totalmente “analógicas”, tem o desafio urgente de desenvolver canais digitais para se reconectarem com seus clientes.

“ Novos tempos demandam novas formas de acordos e cooperação ”

Se estou trabalhando de casa, quando parar? E, como empreendedor, como mensurar esse trabalho? Novos tempos demandam novas formas de acordos e cooperação.

Marcia Salgado, Diretora de Pessoas, Jurídico e Atendimento ao Cliente da Recovery, aponta as vantagens da proximidade com os filhos, mas sem deixar de lado a realidade que nos bate a porta: "Tem sido bastante estressante conciliar o que fazer para o almoço de manhã com o orçamento de 2021, lembrar de por a roupa pra lavar, pensar no bem-estar dos colaboradores da empresa, ver se as crianças tomaram banho, reunião de equipe.. me sinto mentalmente esgotada, não tive um minuto de tédio até agora."

Sandro Manteiga, COO do Picpay, ressalta que "nem a falta nem o excesso. O equilíbrio negociado sobre quando fazer o home office, ou não, é o que faz mais sentido para mim", diz o executivo. "O home office dá flexibilidade quanto à gestão de tempo da vida profissional e pessoal. Isto pode aumentar a satisfação com o trabalho e reduzir os custos com turnover das empresas", enfatiza.

Equilíbrio. Essa precisa se tornar a bola da vez. Se por um lado a busca de inovações/conectividade e o trabalho exercido remotamente tiveram a função de manter as "máquinas funcionando", por outro produziram exaustão pela ausência de limites claros. Exaustão justificada, em algum grau, pelo momento de exceção.

E se empreender, etimologicamente, significa "assumir riscos" é isto que o vírus obrigou a sociedade a fazer. Quando ele for definitivamente vencido, teremos a oportunidade de adequar o conhecimento adquirido pelo esforço de todos na crise, transformando-o em melhorias permanentes ●

Lílian Sá é palestrante, professora e advogada. Visite as redes sociais da Lílian, [aqui](#).

Donna Taça
ART & WINE

Fernanda Rosa

- + 351 21 602 2085
- + 351 937 513 919
- Rua do Telhal, 4 - Código Postal: 1150-346 Lisboa
- WWW.DONNATAÇA.PT

SIGA-NOS NAS REDES

Facebook, Instagram, LinkedIn, YouTube icons

Publicidade

PANDEMIA, OPORTUNIDADE E PRESENÇA NO DIGITAL

Em meio à crise, Keyla Piccoli se consolida como coach e migra, totalmente, para o digital.

Mudar não é fácil! Agora, imagine fazer uma das maiores escolhas da sua carreira e tirar a prova do sucesso em meio a uma das maiores pandemias dos últimos tempos.

Foi bem isso que aconteceu com a coach Keyla Piccoli, após dedicar um ano inteiro ao processo de transição de carreira. Especializada pelas melhores escolas de formação de coaches, a empreendedora enxergou na crise oportunidades.

Enquanto muita gente se desesperava diante das incertezas causadas pela pandemia provocada pelo novo coronavírus, Keyla usou todo o seu conhecimento, deu o primeiro passo e deslanchou. “Eu não controlo a pandemia, mas tenho o poder de controlar minha vida e agir”, afirma Piccoli. “Terminei minha formação em outubro de 2019 e já tinha clientes. Em fevereiro de 2020, formei minha primeira turma de coaching em grupo”.

Com a necessidade de utilizar as tecnologias virtuais para realizar os atendimentos, antes feitos de forma presencial, a coach abriu os olhos para internet e acabou com as limitações físicas impostas pela distância. “Hoje atendo pessoas de diversas partes do mundo, como Angola, Nigéria e Dinamarca”, afirma Keyla Piccoli, ao contar sobre a expansão do seu negócio.

A nova forma de atender os clientes deu tão certo que ela precisou investir. Além de estruturar um espaço para home office, Keyla se organizou, estabeleceu metas e migrou totalmente para o digital. “Durante o isolamento social, o meu



faturamento triplicou, graças ao fortalecimento da minha marca e a presença no digital. Toda a dedicação ao Projeto de Coaching em Grupo Só Para Mulheres também ajudou bastante na consolidação do meu trabalho.”

Embora sempre existam dúvidas quanto à qualidade do atendimento on-line, Keyla diz ter apenas elogios sobre a nova forma de trabalhar. Para ela, a atenção dada ao cliente e a forma de estabelecer uma conexão com eles é seu maior diferencial. “Faço da minha profissão verdadeira fonte de servir”, enfatiza a coach sobre a profissão que escolheu.

Diante de tanto sucesso, a coach revela que não vai parar por aí. Principalmente, depois de receber a premiação de coaches com mais horas em atendimento de 2020, TOP 01, em Portugal ●



Veja o novo e-book da MasterCoach, Keyla Piccoli, aqui.



ANTONIELLA CASTRO

CONSULTORA ORGANIZACIONAL



Antoniella Castro - Consultora Organizacional

PANDEMIA X PRODUTIVIDADE

A COVID- 19 trouxe muitas mudanças para as nossas vidas e, hoje, o que mais se fala é sobre o “Novo Normal”, a forma como vamos nos adaptar para conviver com esta ameaça, com as “sequelas” ou “aprendizados”.

A medida adotada do isolamento Social, seguida pelo “Lockdown”, para conter o avanço da doença, fez com que passássemos 24 horas do nosso dia em casa, o que afetou significativamente nossa rotina.

As incertezas sobre a doença, o agravamento dos casos pelo mundo, assim como a demora em uma resposta sobre a vacina aumentaram o medo e a ansiedade. Dois sentimentos que dificultaram ainda mais nossa adaptação em meio a pandemia.

A cobrança pela produtividade passou a ser mais forte, alicerçada na ideia de que estaríamos com tempo extra, tudo isso em um “pano de fundo” de sobrevivência, ser produtivo parece ter virado sinônimo de estar vivo. Esta cobrança, aliada a tomada de decisão rápida, levou muitas pessoas ao esgotamento, “burnout”, em um ambiente nada comum para essa palavra, nosso próprio lar.

Hoje, apesar das medidas de liberação gradual, ainda há muitas incertezas sobre a doença e, principalmente, sobre a vacina. Então, como ser produtivo no “Novo Normal”?

O primeiro passo é entender:

- O que é produtividade para você?
- Para se sentir produtivo, o que precisa acontecer?
- Como você enxerga uma pessoa produtiva?

Continue essa reflexão aprofundando-se no processo de autoconhecimento, o entendimento de:

- Quem é você?
- O que você faz e o porquê?
- O que espera e quer para a sua vida?
- Se um propósito ou uma missão.

Olhe para si e veja como e quando você é mais produtivo. Pela manhã? À tarde? À noite? Madrugada? O que te estimula? Quais são os papéis que você desempenha (Mãe, esposa, filha, amiga, profissional)? Quais são os resultados esperados por cada um desses papéis? Exerça cada um deles nos momentos devidos, por exemplo, quando estiver em um momento de família com os seus filhos seja a mãe, não a profissional.

Produtividade x tempo

A Produtividade está intimamente relacionada a organização do seu tempo e em como você o utiliza. Para tanto, você deve eliminar as atividades que são desnecessárias. Normalmente, elas são as que estão menos alinhadas com o seu "EU", seus papéis, o seu "PORQUÊ", o seu objetivo. Por isso, o autoconhecimento é fundamental, já que ele te permite incluir, em sua rotina, o que estará alinhado a quem você é e, desta forma, tudo fará muito mais sentido para realizar as suas tarefas e seguir dia após dia com consistência.

Ambiente de trabalho

Observe e analise o seu ambiente. O trabalho em casa, "home office" envolve dois núcleos distintos, a família e o trabalho. Por isso, a organização do ambiente é fundamental.

Verifique com quem você divide o seu lar. Os objetivos, horários, as atividades de cada um estão compartilhadas? Determine as regras para utilização do espaço, os horários, a divisão de recursos tecnológicos, internet, entre outros.

Utilize um quadro ou a própria parede e crie junto à família o compartilhamento de atividades, recursos e horários de todos.

O ambiente da nossa casa, normalmente, não foi pensado para o trabalho por isso, tenha atenção para a iluminação, se está adequada e suficiente para evitar a fadiga ocular.

Além disso, verifique a altura da cadeira e mesa utilizada para evitar incômodos posturais.

Tecnologia

A tecnologia pode ser uma grande aliada neste momento, mas não se limite caso não a tenha. Existem muitos softwares, inclusive gratuitos, para produtividade como Trello, Remember the Milk, Wunderlist, Evernote, Asana, Onenote, entre outros. O importante é utilizar o que funciona para você. Pode ser a boa e velha agenda ou caderninho, que eu amo e utilizo.

Desacelere, pise no freio, busque o alinhamento entre corpo, mente e espírito. Dê a devida importância a atenção plena, "mindfulness", por meio de incentivo à meditação, prática de Yoga, exercícios físicos, leitura, aproveitar o seu lar, curtir o ambiente, praticar hobbies.

Um lado positivo da pandemia é o movimento solidário com a oferta de aulas e cursos on-line que te permite conhecer novas atividades e adquirir novos hábitos.

O fato é que trabalhar em casa é uma atividade que nem todas as pessoas estão preparadas ou tem o perfil para fazer. Respeite a sua individualidade e foque no que deve ser feito, tudo no seu tempo.

Cada um de nós tem algo especial para contribuir na vida e no mundo, cada um tem o seu próprio ritmo, as suas paixões e o seu propósito. Descubra suas individualidades e tire o maior proveito de tudo isso desenvolvendo um processo moldado e personalizado para você ●



Clique [aqui](#) e acesse as redes sociais de Antonietta Castro

BEM VIVER... UM ESTILO DE VIDA

Arquivo pessoal



Anna Guedes

Adepta, por anos, aos mais diversos tipos de terapias, foi ao descobrir um dos seus valores mais intrínsecos, o prazer em ajudar pessoas, que a terapeuta, Anna Guedes, mergulhou nas técnicas de autoconhecimento e resolveu fazer da própria experiência um negócio. Começava ali, a construção do seu maior projeto, a BemViver - Terapias Complementares.

“Eu não conseguia perceber, dentro da minha antiga profissão, o quanto eu contribuía para o outro”, conta Anna. “Ter descoberto o que tanto me incomodava no meu antigo modo de vida, foi tão satisfatório, que eu quis oferecer as ferramentas que me ajudaram nesse processo”.

Há dois anos ajudando mulheres no processo de autotransformação e mudança de vida, a BemViver não é apenas um empreendimento da Anna, mas a consolidação da sua busca por um novo sentido à vida.

Conheça um pouco das ferramentas disponibilizadas pela BemViver - Terapias Complementares.

Expansão da consciência

Desperta no paciente o autoconhecimento, permitindo a ele perceber o mundo de forma mais consciente. Conhecedor dos próprios sentimentos e saberes internos, transformar determinadas atitudes que lhe incomodam é muito mais “fácil e tangível”.

Aromaterapia

Desperta sensações e sentimentos por meio da inalação de aromas específicos. Memórias e reações físicas também são trazidas à tona por meio da aromaterapia.

Óleos essenciais

São produtos extraídos das plantas e 100% naturais. Podem ser utilizados para aliviar a ansiedade e a depressão. Combater o estresse, induzir o sono e intensificar a energia também são benefícios proporcionado pelos óleos essenciais.

Saiba mais sobre as técnicas e ferramentas utilizadas pela terapeuta, Anna Guedes, por meio das redes sociais da BemViver - Terapias Complementares ●



BemViver

[Clique e acesse as redes sociais da BemViver](#)





CAROLINA BRASIL

Branding Consultant



Carolina Brasil - Branding Consultant

CINEMA X PANDEMIA

Essa é a pergunta que não quer calar: como ficará a indústria do Cinema que move Zilhões e trilhões de dólares nesse momento de Pandemia?

Vejo um efeito dominó tomando conta dessa indústria. Contudo, empresários já buscam soluções imediatas por meio dos serviços “on demand” que vem arrecadando os lucros.

Sem poder sair de casa, a única alternativa, momentânea, tem sido o Streaming em plataformas como a Netflix. Empresa que cresceu mais de 9%, desde o início da pandemia e, hoje, vale cerca de 158 bilhões de dólares, tomando em consideração a existência de inúmeras outras como Amazon, Hulu, Youtube...

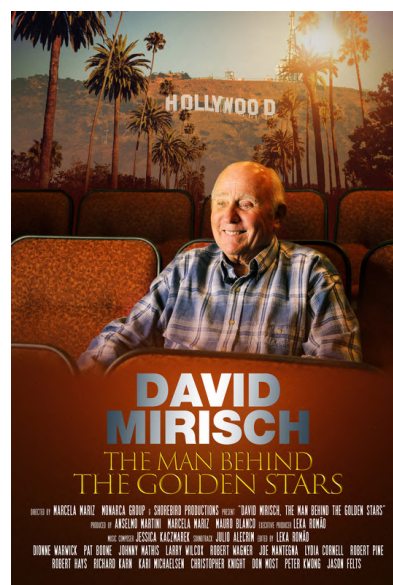
O novo hábito em assistir os lançamentos de filmes pelas plataformas digitais pode causar uma grande mudança no mundo do “Entertainment Business”. Essa nova rotina poderá, inclusive, resultar no fechamento de inúmeros teatros de cinema.

Assim que a situação se estabilizar e os estúdios, bem como as distribuidoras, começarem a se preparar com seus calendários de lançamentos, vamos nos deparar com outra situação bastante preocupante a todos os envolvidos nesse universo cinematográfico, os filmes que tiveram suas estreias adiadas irão competir entre eles, de forma que a bilheteria seja diluída.

E o momento Red Carpet?

Vale lembrar que os valores investidos em marketing e em noites de estreia, muitas vezes, chegam a ser maiores ou equivalentes aos custos da produção de determinados filmes. Esse formato, seguramente, sofrerá uma mudança radical.

A pandemia não vai nos parar! E foi conversando com a Marcela Mariz que vibrei novamente com entusiasmo. Essa mulher brasileira, que representa um pedacinho da gente no cinema, acaba de dirigir o documentário “The Man Behind The Golden Stars” (“O Homem Por Trás das Estrelas de Ouro”), produziu em parceria com Anselmo Martini (vencedor do “Aprendiz”) que, hoje, atua nesse universo cinematográfico.



O documentário dirigido por Marcela Mariz é sobre o visionário David Mirisch, membro da família fundadora da lendária Mirisch Film Company, responsável pela produção de filmes aclamados como "Some Like It Hot" ("Quanto mais Quentemelhor"), "West Side Story" ("Amor, Sublime Amor"), "The Pink Panther" ("A Pantera Cor de Rosa"), entre outros.

Com mais de 50 anos de carreira no universo do entretenimento, David conquistou um nome para si mesmo como publicitário das estrelas de elite de Hollywood, sem mencionar a descoberta de Farrah Fawcett (Charles Angels).

O que torna a história de David Mirisch ainda mais notável, a fim de ser contada no cinema, são suas contribuições humanitárias, responsáveis por arrecadar

David Mirisch

mais de 35 milhões de dólares para organizações de caridade e sem fins lucrativos por meio de eventos que contam com a participação de inúmeras celebridades.

"É uma história que merece ser contada agora, pois o mundo está muito fraturado e dividido. Falamos sobre um homem que assumiu um compromisso pessoal de ajudar ao próximo, criando um efeito dominó de altruísmo", me diz Marcela.



À esquerda da foto Marcela Mariz e à direita Pat Boone

Essa brasileira, que despertou esperança em mim, mudou-se para Nova York, há quinze anos, para aumentar sua proficiência em artes cênicas e análise de estudo de cena; posteriormente, mudou-se para a Costa Oeste dos Estados Unidos, onde iniciou a transição do teatro para o cinema. Recentemente, ela escreveu, dirigiu e produziu um curta-metragem, intitulado "Red" — uma versão sombria e provocadora de um antigo conto de fadas, "Chapeuzinho e o Vermelho", que foi finalista no "Women in Horror Film Festival" em 2020.

Marcela diz está, atualmente, trabalhando em projetos que possuem potencial para superar tabus e trazer personagens de etnias consideradas minoritárias em Hollywood para os holofotes

By Carolina Brasil



A ROTINA DE UMA ESCRITORA

Arquivo pessoal



Catarina Vilar

Acostumada a registrar pensamentos e ideias desde muito cedo, escrever é uma prática que não sai mais da rotina da escritora Catarina Vilar. Em entrevista à Rede Conexão Mulher, ela conta como é conciliar as carreiras de engenheira e escritora.

Por que você escolheu cursar engenharia de sistemas de energias renováveis ao invés de algo mais próximo do universo de um escritor?

Eu sempre adorei matemática e ciências, portanto algo que envolve a prática das coisas, sempre me chamou à atenção. Como referenciei, eu sou muito dinâmica e gosto de saber de tudo daí a dualidade entre línguas e matemática na minha vida.

Como você concilia o trabalho na área de engenharia com a literatura? Um influencia o outro?

Cada um tem o seu espaço importante na minha vida. Como sou bastante organizada, há o tempo de engenharia e há o tempo de escrita, não permito que um tropece no outro.

Por que você escolheu o gênero romances psicológicos para escrever?

A parte de psicologia, ou de perceber o comportamento humano, vem de uma fase complicada que passei na minha vida; eu tive uma depressão e passei por ansiedade extrema, através do autoconhecimento fui trabalhando em mim o que era necessário para voltar a ter a minha vida sobre rédeas.

Sobre a pandemia, como você utilizou o período para escrever?

Escrevo assiduamente desde muito nova, a pandemia não influenciou muito no tempo de escrita.

Sobre o que se trata a obra que você está escrevendo?

A nova obra é a continuação do meu primeiro livro, "Encontra-me aqui". Nele, vai estar exposto, através de uma história de amor próprio da personagem principal, o quanto é importante cuidar da forma como pensamos, na força que nossa mente tem e o quanto isso influência a nossa vida.

O isolamento social foi relevante para a composição da sua nova obra?

Não acho que a pandemia influenciou de alguma forma na minha forma de escrever, sempre tive a visão bem delineada daquilo que pretendo passar ao mundo.

Que lição a pandemia deixou?

A pandemia veio ensinar-nos como somos seres individuais e como os nossos atos individuais influenciam no mundo coletivo. Nos ensinou, ainda, como passar mais tempo conosco próprios, a perceber os nossos sentimentos, a fim de encontrarmos o bem-estar. Viver de forma mais consciente também foi outra lição. Tudo isso são coisas que eu já defendia e demonstrava nas minhas obras.

Por que você não acredita em inspiração para escrever?

Quanto mais treinamos a escrita, menos precisamos de inspiração para escrever. Escrever só quando há inspiração, pode limitar-nos e bloquear-nos a longo prazo ●

"Encontra-me Aqui" e "Carência dos Deuses" são os dois livros publicados por Catarina Vilar, saiba mais sobre as obras da autora [aqui](#)

Além de informações sobre as obras, você vai encontrar mais detalhes sobre Catarina e textos inéditos escritos por ela.



PAULA ADJUTO

Consultora Criativa



Paula Adjuto - Consultora Criativa

HOME OFFICE, ESTILO QUE VEIO PARA FICAR

Olá! Sou Paula Adjuto Consultora Criativa focada em estratégia de Imagem. Esse é o primeiro artigo da nossa revista e gostaria de falar sobre um assunto super-recente, moda acima da cintura.

Nos últimos tempos, tivemos que lidar com uma realidade diferente, trabalhar de casa e on-line. A presença digital ficou bem mais frequente que o normal e muitas pessoas tiveram que reinventar-se e usar a internet para se autopromover ou promover sua marca.

Sei que para nós, ocidentais, ficar arrumada dentro de casa parece bem estranho. Quando pensamos em roupa de casa, logo vem à cabeça um pijama ou aquela camisa velha de eleição bem mais confortável. Com toda essa necessidade, a tendência "Home Style" veio para ficar.

Entre as principais características da "Home Style" está o conforto das peças. Nela, os tecidos são mais valorizados, assim como a modelagem, que deve dar liberdade aos movimentos.

“ Mangas
megabufantes ”

Outra característica superimportante são as peças estruturadas na parte de cima das roupas, pensada, justamente, para emoldurar o rosto. Mangas mega bufantes, tecidos estruturados, blazers, colares próximos ao pescoço e acessórios de cabelo também são características marcantes da "Home Style".





No caso das cores, os tons pastel continuam relevantes porém, vão ser resinificados. Atualmente, essa nuance já traz uma sensação, muito forte, de calma e bem-estar.

A diferença é que, agora, os tons pastel deixam de ser tão açucarados para serem mais empoeirados, trazendo um toque de simplicidade e natureza, aspecto extremamente relevante para o momento que vamos viver.

“sustentabilidade do produto”

A lavagem das roupas também foi bem questionada. Com a necessidade de serem lavadas com muito mais frequência, sustentabilidade do produto entra em voga. Peças que não necessitam de grande quantidade de água serão, com certeza, bem mais valorizadas a partir de agora.

Quanto às marcas, elas começaram a pensar não apenas como fica aquela peça no presencial mas também no digital pois, o consumidor dessa nova era, pós pandemia, será extremamente mais exigente quanto à qualidade, conforto, sustentabilidade e beleza presencial/digital ●

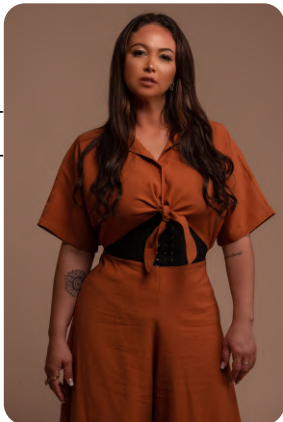
Até a próxima!



Ficou com alguma dúvida? Mande um e-mail para paula.m.adjuto@gmail.com direct do Instagram [@paula.adjuto](https://www.instagram.com/paula.adjuto)

DANI FERNANDES MODELADORES

Arquivo pessoal



Dani Fernandes

A relação das mulheres com o corpo, ou melhor com a busca pelo corpo perfeito é tão antiga quanto o espartilho. Sim, essa peça que ganhou relevância durante o Renascimento, já passou por diversas transformações, mas foi, durante a Primeira Guerra Mundial, que o acessório passou a ser feito por mulheres e para mulheres.

Faixa, espartilho, cinta tudo isso já foi pensado, feito e refeito. E foi, em busca da peça perfeita, que a empresária, Daniela Fernandes, resolveu agregar a própria experiência à queixa de tantas mulheres que, como ela, recorreram aos modeladores para se sentirem melhor com a própria imagem.

“Minha mãe e eu desenvolvemos uma modelagem baseada em estudos feitos por mim durante o período que fui consultora de outras marcas”, diz Dani, “Claro que cada corpo é único, porém, todo nosso produto é pensado, estrategicamente, para proporcionar o máximo de conforto à nossas clientes, do corte ao posicionamento das barbatanas”.

“#juntassomosmais”

Como se não bastasse criar um produto que considerasse as diferenças de cada mulher, pensando, inclusive, na etnia de suas consumidoras, Dani quis ir além. Com sua marca presente em 19 países, mais do que elevar a autoestima das portuguesas, africanas, brasileiras, americanas, entre tantas outras mulheres mundo à fora, ela criou a #juntassomosmais.

“A gente não é só uma empresa que vende modeladores, somos um movimento”, afirma Dani sobre o diferencial da marca. “Juntas somos mais fortes, eu sempre falo para todas elas que não somos concorrência, somos uma equipe”.

Com séculos de história e sempre presente no guarda-roupa feminino, mais uma vez a transformação dos modeladores representa a liberdade feminina. Se durante a guerra, a peça precisou se adaptar para atender às mulheres que sustentaram as fábricas, hoje, os modeladores, por meio da facção da Dani Fernandes modeladores, simbolizam sororidade e independência financeira ●

SUCESSO DA MARCA

Atualmente, Dani conta com 52 revendedoras autorizadas espalhadas pelo mundo. Foi por querer que essas mulheres alcançassem a liberdade, que a empreendedora faz questão de dar, a todas elas, o suporte necessário, não apenas para vender seus produtos, mas para alcançar a autoestima e a independência financeira.

Saiba mais sobre os modeladores desenvolvidos pela Dani, [aqui](#).

Arquivo pessoal



DESBRAVADORA



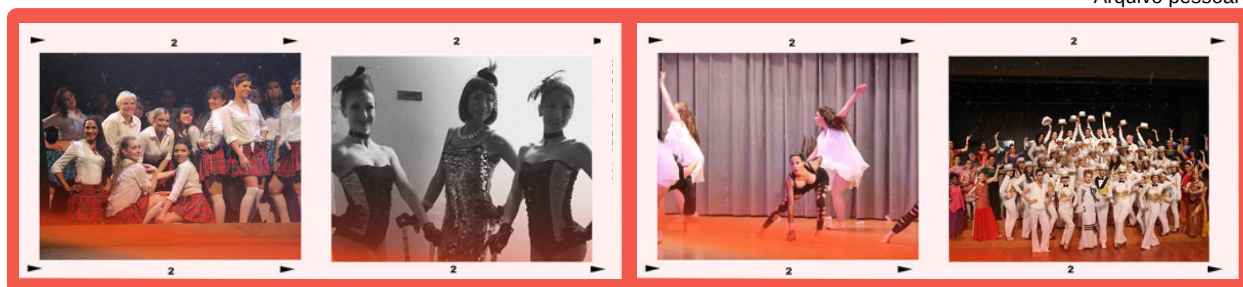
Angella de Carvalho Lemos

Arquivo pessoal

Certas pessoas são de fato desbravadoras. Levam a vida, talvez, sem ao menos perceber que o caminho delas é feito de ciclos. Meio nômades, elas vão descobrindo o mundo e, ao mesmo tempo, escrevendo a própria história.

Em meio uma cena e outra, no espetáculo da vida, Angella de Carvalho Lemos conta, no lançamento da nossa revista, como saiu dos palcos e tornou-se CEO de duas empresas do ramos da estética em Portugal.

Arquivo pessoal



Como você iniciou a carreira de atriz?

Eu era muito jovem quando um diretor de teatro me descobriu na cidade de Oeiras- Piauí. Foi durante um teste com várias crianças. Tínhamos que encenar uma sementinha brotando da terra. Acho que ele ficou tão impressionado com minha interpretação, diante de toda a minha ingenuidade, que me chamou para fazer parte da equipe de teatro dele. De lá pra cá, não parei mais.

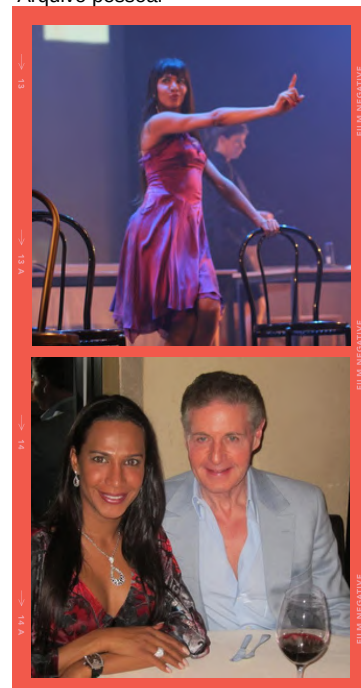
Como foi fazer parte do elenco de um dos filmes que é referência para o cinema brasileiro - O Auto da Compadecida, de Ariano Suassuna?

Foi superinteressante ter estado muito próximo de Selton Mello, Matheus Nachtergaele, Fernanda Montenegro e tantos outros grandes nomes do cinema brasileiro. Eu fiquei, realmente, muito encantada de poder ter estado com eles e de sentir a energia deles. O que valeu para mim, na verdade, não foi nem a atuação propriamente dita, mas sim, ter participado do filme, de ter encontrado aquelas pessoas, ter contato com essas pessoas, não só os moradores da cidade como também o elenco. Eles se tornaram meus amigos e fazem parte do meu ciclo de amizades, até hoje. Foi incrível essa experiência.

Como você chegou em Portugal?

Vim para Portugal com objetivo de prestar concurso público para enfermagem. Naquela época, o teatro era apenas uma forma de ganhar um extra e também uma oportunidade de fazer o que eu gostava. Quando surgiu a ideia de vir para Portugal, eu já trabalhava como enfermeira em Angra dos Reis, no Rio de Janeiro.

Arquivo pessoal





Angella de Carvalho Lemos

E a Suíça, como você foi parar lá?

O que me levou para a Suíça foi o amor da minha vida. Conheci meu esposo durante um período de férias que passei lá, há 13 anos atrás. Nesse mesmo período ele convidou para viver com ele e que me ajudaria a conquistar minha independência financeira. Sua primeira atitude foi matricular-me em um curso intensivo de francês, depois incentivou-me em meus estudos de consultoria de moda em Lyon. Sempre me apoiou em todos os meus projetos. Sou muito grata a ele por todo o carinho e dedicação a mim.

Como Lyon entrou nessa história?

Na verdade, eu não cheguei a morar em Lyon, na França. Eu estudei lá e fazia um percurso, da Suíça para Lyon, de 2 horas, ida e volta, todas as semanas, durante 2 anos. Para um curso de moda e consultoria de imagem. Queria muito essa formação que, a meu ver, era também uma superação, pois eu era a única latina do curso, todas as outras alunas e professores eram francófonos*. Fiz todo esse trajeto porque eu queria frequentar um curso de consultoria de moda que me oferecesse uma certificação reconhecida pelo governo francês.

Como nasceu o Angel's Institute?

O Angel's Institute começou de forma bem modesta, em um espaço bem pequeno, onde eu podia atender minhas clientes.

Quando eu abri o Institute eu já possuía algumas formações na área da estética como limpezas de pele, micropigmentação, make-up artística etc, o que me permitiu fazer atendimentos personalizados e ter meu próprio espaço para isso. Sem ter que trabalhar para terceiros.

Rapidamente, eu consegui um leque de clientes muito expressivos, aqui em Portugal. Figuras públicas, pessoas da mídia que são, de fato, influenciadores. Dessa forma, muitas portas se abriram para mim, o que deu notoriedade ao meu trabalho.

E o Angel's Academy?

O Angel's Academy surgiu por acaso. Na medida que eu ia postando meus trabalhos nas redes sociais, as pessoas me procuravam em busca de aprendizado. Filha de professora, ou seja, está no DNA o dom de ensinar.

E assim, na mesma sala que fazia meus atendimentos comecei a dar formações personalizadas de acordo com as necessidades de cada aluna. Hoje, o Angel's Academy possui seu próprio espaço no andar de cima do Angel's Institute.

ANGELLA LEMOS
CEO & OWNER

+351 215 888 459 | +351 910 231 929

angella@angels-institute.com

www.angels-institute.com

@angels.institute
@angellalemos.pro



O que te motiva a continuar seu trabalho, principalmente, os relacionados a área da estética avançada?

O que mais me motiva no meu trabalho, na verdade, pode parecer piegas, mas é ver o sorriso no rosto das minhas clientes. Para mim, isso não tem preço, é fazer o bem sem olhar a quem. Tudo que eu faço é com muito carinho e amor. Acredito ter um objetivo nesse mundo, eu não vim para cá para passar no anonimato, eu vim com o objetivo de trazer luz para vida dessas pessoas que, automaticamente, acabam trazendo luz para minha vida também.

O que o teatro representa para você, hoje?

Para mim, o teatro representa a vida, a dialética a transformação. O teatro é a quebra de tabus, é a luz no palco, é vida. Eu sinto muita falta de estar nos palcos, assim como a grande maioria dos artistas que não estão podendo subir aos palcos como antes. Com certeza, essa pandemia vai passar logo e todo mundo vai voltar a ter uma vida normal e feliz como tínhamos antes. Eu também, como artista nata, não vejo a hora de voltar aos palcos e encenar.

Angella nasceu em Oeiras no Piauí, nordeste do Brasil. Filha única do senhor Geraldo Batista Lemos e Rita de Cácia de Carvalho Lemos, ela está na Europa há 15 anos.



Arquivo pessoal

Angella e os pais: à esquerda a Sra Rita de Cácia e direita o Sr. Geraldo Batista

Embora não tenha visitado sua terra natal, esse ano, por causa da pandemia provocada pela COVID-19, ela diz visitar a família, anualmente. “Eu amo minha família e sou grata a eles por tudo que me tornei”, afirma Angella, emocionada ●



Arquivo pessoal



Arquivo pessoal



Arquivo pessoal

Entrevista cedida via zoom para a jornalista Maíza Silva



SAMARA FELIPPO

Mãe e Atriz



Samara Felipo - Atriz

MATERNIDADE NA VEIA

Quando fui convidada para integrar essa Rede linda, materna e feminina, confesso que tive um certo receio em aceitar. Fiquei tensa! A única vez que escrevi pra uma coluna falei sobre basquete. Ou melhor, sobre como era ser a esposa de um jogador de basquete.

Sim, fiz isso.

O tempo passou, me tornei mãe nesse período, duas vezes. Me separei, me reergui e entendi, há poucos anos, o que é maternidade na veia e qual é o meu propósito. E não, não é ser mãe. Eu posso criar muitas coisas além de filhos.

“Ser mãe foi o que me levou a conduzir minha fala”



Arquivo pessoal

Ser mãe foi o que me levou a conduzir minha fala, levar minha experiência e oferecer escolhas a muitas mulheres. Foi a forma que decidi, por meios dolorosos, outros não, a tomar as rédeas da minha vida, ser ativista e levantar bandeiras que percebi serem necessárias.

Quando perguntei qual tema estrearíamos na coluna, brinquei dizendo: "Maternidade na veia?" E, prontamente, elas amaram.

Parece clichê, mas na hora fui transportada pro meu "fantástico" mundo da maternidade real. Me imaginei sentada naquelas cadeiras de exames de sangue, tomando uma dose de maternidade na veia. Tomei dose alta na separação. E agora na pandemia... overdose.

Mas mesmo com toda a overdose e passando por tudo que já passamos, faríamos tudo de novo.



à esquerda Lara e à direita Alícia

Arquivo pessoal



Arquivo pessoal

A impressão que tenho é que nós mulheres, precisamos da maternidade na veia. Mesmo as que dizem, hoje em dia, veementemente que "não pensam ou não querem ter filhos".

Temos a necessidade de sermos mãe de alguém ou alguma coisa o tempo todo, mesmo que inconscientemente.

Mulheres se intitulam o tempo todo: "Mãe de pet", "mãe de planta", "mãe de marido"...

De onde vem isso? Que autocobrança é essa? Que necessidade de maternar é essa?

Entre pesquisas, até a idade é quase imposta para que você tenha filho logo, antes dos 30, porque: "Do ponto de vista médico, o período dos 20 aos 30 anos é considerado ideal para a gravidez. Afinal, é nessa fase que a fertilidade da mulher está em alta, que o corpo apresenta um risco menor de ter problemas durante a gestação e de o bebê apresentar falhas genéticas, pois os óvulos são mais novos." Ou seja, corra mana.

Se eu disser que fui mãe pela primeira vez aos 30, exatamente, por isso e nem tinha lido esses artigos, você acreditaria? Pois é. Caímos em mitos e crenças o tempo todo, em prol de uma dose de maternidade.

A maternidade é dosada, vem em gotas durante toda nossa vida. Tipo soro no hospital. Desde crianças, a sociedade manipula, induz, introjeta sem sequer pedir nossa licença ou oferecer escolhas.

Ainda aqui nas minhas pesquisas, me deparei com isso: "Como tomar a decisão de ser mãe?"

Deve ser uma escolha sua e do seu parceiro, que deve ser bem pensada e planejada. Se depois de dar muitas voltas você decidir que ser mãe não é para você e que prefere levar uma vida em casal ou sozinha, não se preocupe. Talvez seu momento ainda não tenha chegado"

Primeiro, a decisão é bem mais sua do que dele. Segundo, eu estava, inclusive, achando bacana até chegar no: "Talvez seu momento não tenha chegado", porque minha amiga, segundo nossa cultura machista, não há possibilidade desse momento não chegar.

E ele não chega pra muitas mulheres, seja por algum fator de saúde ou porque elas "burlaram" o sistema desde crianças ●

Samara Felippo é atriz, mãe, produtora, ativista



Clique [aqui](#) e acesse as redes sociais da Samara

NASCE UMA MARCA

Educadora desenvolve marca especializada em preparar profissionais da educação à nova realidade das EaDs



Fernanda Campos

As 5.800 conexões da educadora Fernanda Campos no LinkedIn não aconteceram por acaso, são resultado de muito trabalho e dedicação dispensados por ela para fazer um propósito acontecer.

Somente em Portugal, segundo dados do Jornal *O Globo*, cerca de um milhão de alunos ficaram longe das escolas durante o isolamento social.

E foi, justamente, diante desse cenário de incertezas, provocado pelo novo coronavírus, que Fernanda quis ajudar os colegas de profissão e levar até eles toda a sua experiência em educação à distância (EaD).

“Quando percebi que diversos professores estavam totalmente despreparados para encarar a realidade do ambiente virtual, eu passei a noite sem dormir”, afirma Fernanda. “Percebi que existia uma dor ali e eu poderia ajudar”.

Foi então que nasceu o projeto *Educações em Rede*, um espaço colaborativo, totalmente desenvolvido para que professores, de diversas áreas do conhecimento, pudessem relatar suas maiores preocupações e problemas com EaD.

Junto a outros 3 amigos, Fernanda arregaçou as mangas e levou compartilhado todo o seu conhecimento para as plataformas digitais. O que, a princípio, duraria alguns dias, se tornaram-se meses de muito trabalho e troca de experiências entre profissionais da educação de diversos lugares do mundo como , por exemplo, Portugal, Brasil, Angola e outros países de língua portuguesa.

Entre uma live e outra, posts no Instagram e artigos no LinkedIn, Fernanda tirou um projeto antigo da gaveta. A procura pelo trabalho dela foi tão grande que a educadora resolveu criar uma marca própria, a *Fernanda Campos Educações*.

O serviço desenvolvido e pensado estrategicamente para profissionais do ramo da educação, o serviço oferece serviços de consultoria educacional, com foco em soluções pedagógicas para educação on-line, e cursos virtuais de curta duração.

Sobre o *Educações em Rede*, o projeto não acabou. Fernanda ressalta que está desenhando, junto a outros colaboradores, estratégias para oferecer mentoria a professores e profissionais ligados ao mercado educacional ●

[Saiba mais, aqui.](#)





Karine Vargas

CONSTELAÇÃO FAMILIAR

Técnica que transforma vidas

A família sempre ocupou lugar de destaque na sociedade, sendo considerada, inclusive, como o primeiro lugar de interação social e responsável principal pelo aprendizado cultural do indivíduo.

Com tanta responsabilidade na formação do caráter das pessoas, a família também é vista como uma das maiores responsáveis pelos fracassos e obstáculos no desenvolvimento, seja pessoal ou profissional, de alguém.

Com objetivo de minimizar os transtornos adquiridos pelo indivíduo em razão dos relacionamentos familiares, surge como opção terapêutica a constelação familiar, uma grande aliada para quem deseja transformar o modo de vida.

“A constelação familiar é uma ferramenta fundamental para quem deseja parar de culpar a própria família por não conquistar seus objetivos”, afirma a terapeuta familiar, Karine Vargas.

Depois de trabalhar, durante anos, atendendo como coaching de mulheres, a ex-gestora de negócios, quis ajudar ainda mais as pessoas por meio da constelação familiar. Segundo ela, o desejo de tonar-se uma terapeuta na área aconteceu ao perceber a capacidade da técnica em transformar vidas.

“É fascinante a mudança que a constelação familiar gera na vida das pessoas”, afirma Karine, “Na época em que eu realizava atendimentos como coaching de mulheres, já indicava a terapia para minhas clientes”.

Constelação Familiar X Pandemia

Diante do cenário impelido pela pandemia, provocada pelo novo coronavírus, Karine afirma ter sido necessário abrir mão dos atendimentos presenciais e começar a atender de modo digital. Com 95% das consultas acontecendo via plataformas online, a terapeuta afirma ter acelerado, em um ano, o processo de digitalização programado por ela.

“No momento em que as pessoas estavam reclusas em casa, com graves questões emocionais e de convivência familiar, poder atuar de forma online foi muito importante”, afirma a terapeuta. “Em casos como o que estamos vivendo, esse tipo de atendimento tornou-se um alívio e abriu a possibilidade para que as pessoas se cuidassem, emocionalmente, sem precisar sair de casa”.

Ativa no universo online, Karine diz estar trabalhando no desenvolvimento de um produto digital para auxiliar pessoas e apoiá-las na construção de uma nova postura na vida, após aderirem a constelação familiar como terapia ●

*A constelação familiar tem sido utilizada também nos tribunais com objetivo de acelerar acordos entre as partes. Clique aqui e veja como.

[Visite o perfil de Karine](#)



Simone Galvão
Investidora



Simone Galvão - Investidora

PRIMEIRO PASSO: SE ORGANIZE

O momento pelo qual o mundo vem passando, até então incerto devido ao Covid 19, não é apenas o momento ideal para começar investir, mas também a hora de pensar em como não perder o que já se tem.

Muita gente busca aconselhamento quando o tema é investimentos, e, sinceramente, vejo nesse tempo de quarentena uma ótima oportunidade para buscar conhecimento sobre o assunto, já que no mundo dos investidores é preciso, ao menos, ter uma pequena noção sobre o que está sendo feito, e, com esse conhecimento, começar a enxergar oportunidades que antes estavam invisíveis.

Para começarmos, você vai precisar saber da sua situação financeira atual, a importância de parar e olhar para o quanto você ganha e o quanto gasta. Coloque tudo isso no papel.

Encare sua real situação financeira. Assim, você conseguirá, com mais clareza, organizar seu dinheiro, criar um caixa emergencial e se "planejar". Palavra muito importante quando falamos de investimentos.

Crie uma planilha onde você vai anotar todos os seus gastos no mês. Não deixe escapar nenhuma despesa extraordinária. Anote também todos os seus rendimentos, faça isso por, pelo menos, seis meses.

Pronto! Com tudo isso, você já vai sabendo da sua real situação.

Observe se você se paga ou se o dinheiro vai todo para pagar contas. É muito importante você se pagar.

Agora, pegue pelo menos 10 % da sua renda mensal e invista em ativos financeiros. Se você não sabe qual ou como fazer isso, procure uma consultoria financeira no seu banco ou em uma empresa especializada no assunto.

Conheça o seu perfil de investidor, pois não existe fórmula mágica, cada um sabe das suas necessidades e aquilo que suporta perder.

Muitos podem até te aconselhar, mas só você decidirá o que é melhor para você. Então, daí a importância do conhecimento.

E parabéns, o primeiro passo você já deu ...

Agora, é continuar nessa busca pelo conhecimento, pois ele é o único que vai te dar as ferramentas e, mais do que isso, vai te mostrar os instrumentos certos e como usá-los na hora de fazer os seus investimentos ●

Simone Galvão é mãe do Carlos e da Alice -11 e 3 Anos - casada com Ricardo Galvão. É Investidora, Coach de Investimentos e Analista de Perfil Comportamental

QUERIA E PRECISAVA...

estar com pessoas



Patrícia Castro

Onde morar, porém tão importante quanto isso é o visto, existe outro pequeno grande detalhe: buscar uma casa, com antecedência, para morar.

De acordo com a consultora imobiliária, Patrícia Castro, existem inúmeros riscos na hora de adquirir um imóvel em Portugal para quem está fora do país. Segundo ela, as surpresas ao chegar à nova moradia podem ser desde a compra de uma casa falsa, situação em que os verdadeiros donos não a colocaram à venda, até aquisição de uma residência em áreas não legalizadas.

“Sou os olhos do cliente quando ele não está aqui”, afirma Patrícia sobre o serviço que oferece em Portugal. “É extremamente necessário ter alguém para efetuar as visitas, verificar o estado estrutural da casa, analisar a documentação e demais procedimentos”.

Patrícia chegou a Portugal, há cerca de dois anos, em busca de mais segurança e qualidade de vida. Depois de dedicar-se, inteiramente, ao processo de adaptação dos filhos, era hora de se especializar em alguma atividade que fizesse sentido para ela.

“Com o passar do tempo, tive necessidade de fazer algo, ser produtiva, queria estar com pessoas”, diz Patrícia. “Quando fui convidada

Mudar nunca foi algo fácil, principalmente, quando esse processo envolve deixar para trás amigos e familiares com a finalidade de realizar sonhos, investir na carreira ou buscar um novo meio de vida.

Se viver em outro país está nos seus planos, para que algum desses objetivos aconteça, é hora de saber que, segundo o Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF) português, em 2019, cerca de 500 mil permissões para residência no país foram emitidas.

pela diretora comercial da Home Tailors, para fazer parte da equipe, fiz várias formações até sair em campo. A experiência está sendo incrível, me encontrei no ramo imobiliário”.

Para ela, ver o brilho nos olhos dos seus clientes faz toda a diferença, já que adquirir uma casa representa, para a maioria deles, a realização de um sonho.

“Vê-los felizes e saber que fiz parte da concretização de um sonho, só aumenta minha vontade em continuar o meu trabalho, melhorando cada dia mais”, afirma a consultora imobiliária. “Toda venda finalizada, com clientes satisfeitos, para mim é uma história de sucesso.”

Se assim como Patrícia, que veio para Portugal em busca de mais tranquilidade e segurança, você pensa em começar uma nova vida no país lusitano, nem tente fazer essa grande mudança sem contar com a ajuda dela, uma profissional capacitada em realizar sonhos e concretizar, “literalmente”, mudanças.

Claro que alguns fatores como bons índices de qualidade de vida, segurança e educação são bastante atrativos na hora de escolher ●

[Visite o perfil de Patrícia, aqui.](#)



MUNDI FOOD CAFÉ E OS SABORES DO MUNDO

A alimentação, cada vez mais, tem sido pensada como um estilo de vida e, por causa disso, quem nunca deixou de se reunir com os amigos devido as opções do restaurante?

Pelo menos, no restaurante Mundi Food Café, esse não é mais um problema, já que o proprietário do estabelecimento, Marcos Alcântara, resolveu montar um cardápio com opções variadas e capaz de atender aos mais diversos gostos.

“Trabalhei durante anos na restauração, e, uma das minhas maiores preocupações, era tentar agradar todos os clientes, diz Marcos. “Infelizmente, na maioria das vezes, eu não pude atender todo mundo, justamente, pelos conceitos dos restaurantes em que trabalhei”.

Dentre as opções oferecidas pelo local, estão as comidas veganas, não veganas e também as saudáveis para atender os amantes da boa forma. A diversidade cultural, a partir da gastronomia, também é um dos vários conceitos do lugar, já que no Mundi Food Café, são preparadas comidas típicas de diversos países, como guacamole, do México; o poke bowls, do Havaí; a tapioca, do Brasil; entre outros.

É daí, da variedade de sabores, proporcionado pelas características de cada lugar do mundo, que surgiu a inspiração para o nome do lugar.

“Saí muito cedo do Brasil para o mundo”, conta Marcos. “Por tanto, eu não tinha definição certa de onde gostaria de morar; amo viajar, conhecer culturas diferentes, e o nome, Mundi, veio para dar a sensação de sabores do mundo em um restaurante”.

Outra especificidade do Mundi Food Café são os horários. Especialista em Brunch, refeição que, geralmente, é servida nos cafés convencionais até o final da manhã, no Mundi é diferente.

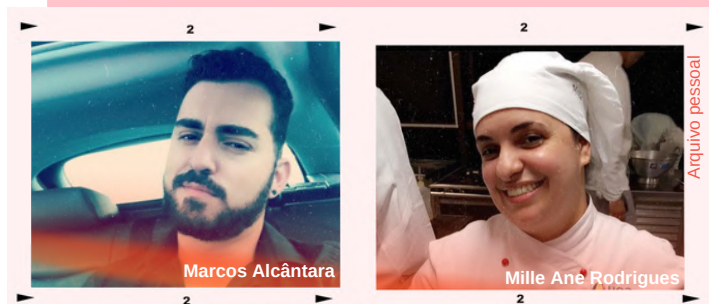


Arquivo pessoal

No restaurante, que fica próximo às praias, você pode tomar seu lanche reforçado na hora que sentir vontade, das 9 às 22 horas.

E não para por aí, quem é preocupado com as questões ambientais, também pode e deve frequentar o Mundi Food Café, pois lá, as embalagens utilizadas no restaurante são biodegradáveis e auto sustentáveis. "O Mundi tem um conceito saudável, estamos há 10 minutos das praias", afirma Marcos ao falar sobre como a natureza tem sido preservada e pensada na hora definir as características do lugar ●

Na Cozinha, **A CHEFE**



Arquivo pessoal

Formada pela Faculdade Una, em Belo Horizonte, quem dá sabor aos pratos do Mundi Food Café é a Chefe de cozinha, Mille Ane Rodrigues. Marcos e ela se conheceram num restaurante e, de lá pra cá, nunca mais deixaram de apostar no projeto que une comida saudável e os sabores do mundo.

[Clique aqui](#) e acesse as redes sociais do Mundi Food Café.



ESPECIAL - CRIS ARCANGELI

ESPECIAL - CRIS ARCANGELI

Foto publicidade



Cris Arcangeli

No lançamento da nossa revista, a empresária, Cris Arcangeli, referência para diversas mulheres mundo afora, fala sobre pandemia, empreendedorismo e como cuidar dos negócios em momentos de crise.

Durante a pandemia, você aprendeu algo novo?

Pandemia é um momento de grande aprendizado. Aproveitamos esse tempo para rever alguns hábitos, que há muito tempo gostaríamos de mudar, mas que nunca arranjamos tempo para fazê-los. Agora, foi um momento para fazer tudo isso.

Profissionalmente, como foi ter tudo fechado por causa da pandemia?

Para mim foi muito bom, profissionalmente. Primeiro, porque eu já estava, desde o ano passado, digitalizando tudo na minha companhia. Então, de certa forma, foi uma coisa já estava encaminhado. Aproveitamos para a quarentena para abrir um braço para venda direta, pois como o desafio do desemprego, muita gente vai procurar a venda direta. Essa é uma oportunidade boa para que as pessoas ganhem uma renda extra. Trabalhei mais do que eu trabalhava antes.

As pessoas vão se acostumar com uma vida completamente "online"? Sem estar, presencialmente, em um shopping, por exemplo?

Acho que 100% online não, pois nada substitui o fato de as pessoas estarem juntas, conversar, olhar nos olhos, tocar nas coisas. Agora, sobre o crescimento do online, algo em torno de 50%, isso sim vai se manter.

Como você acredita que será a economia do Brasil daqui pra frente?

Não apenas a economia do Brasil, mas do mundo está bastante desafiada. Essa é uma boa pergunta e que ninguém sabe, ao certo, a resposta.

Existe alguma coisa que ajude a melhorar a crise que estamos enfrentando?

Tem sim, a união do povo, da política. Falta mais união, mais simpatia e menos oportunismo. Com certeza, se isso existisse as coisas estavam melhores.

Como é empreender em tempos de crise?

É preciso analisar o mercado, novas necessidades acontecem, novas oportunidades acontecem. Dá para inovar, se diferenciar. É uma questão de observação na verdade.

O que mais pode ajudar os autônomos nessa fase?

O autônomo tem que ir, realmente, para a venda direta. Nesse caminho, existem oportunidades de trabalho com bons ganhos.

Como será o novo perfil do consumidor frente, as pessoas vão gastar menos?

Poupar era uma das coisas que o brasileiro fazia no passado. Antigamente, havia muita campanha de poupança. Na maioria das famílias, sempre que uma criança nascia, logo se abria uma poupança para o recém-nascido. Esse costume deixou de existir. É preciso economizar sim, pois nunca sabemos como será o dia de amanhã. Precisamos nos preparar para enfrentar os dias piores que podem acontecer.

Podemos esperar algum tipo de estudo sobre o novo jeito de consumir pós crise feito por você?

Desde março que eu venho realizando alguns trabalhos para ajudar os novos empreendedores. Já fiz vários projetos como o “Desafio do Sofá”, “Todos de Máscara”, Shark em Ação”, “Maratona de Empreendedorismo”, “Juntos na Retomada”. Fiz muitos projetos relacionados a mentoria, com informações e capacitação

Foto publicidade



Acesse esses outros livros digitais da Cris Arcangeli, [aqui](#)

COMO FAZER UM PITCH DE SUCESSO E VENDER SUA IDEIA PARA UM INVESTIDOR

V.U.C.A:
você está pronto para o mundo volátil??

7 Ensinamentos de Jesus

Que você pode aplicar na sua empresa.



Anna Carolina Luciano
Business Developer



Anna Carolina Luciano - Business Developer

UM SETOR GRANDIOSO QUE APARENTEMENTE ESTÁ INVISÍVEL, SE REERGUE

Ano, 2020. Uma nova década promissora é iniciada e em seu terceiro mês já temos um grande questionamento: será um ano naturalmente disruptivo ou de uma forçada disrupção?

Assim como este questionamento muitos outros foram feitos, pelos mais diversos setores que regem a nossa sociedade, perante a rápida crise provocada pela pandemia do Covid-19. De forma severa e impactante o conhecido setor de eventos, entretenimento e MICE (sigla em inglês para Reuniões, Incentivos, Conferências e Exposições) que possui um longo histórico de sucesso, seja no Brasil como em qualquer outro país do mundo, neste momento não passa de um mero setor invisível aos governantes.

Com a flexibilização do distanciamento físico e a retomada da economia em alguns países, o setor assim como outros, irá se adaptar aos novos protocolos de segurança e tendências. Mas ainda dentro do questionamento anterior, há minimamente mais um a ser levado em consideração: "Mas até quando será totalmente limitado a realização dos eventos presenciais?"

Pois o que tem se analisado ao longo destes seis meses de pandemia, a regra não é regida para todos do mesmo modo. E com isso o futuro do setor demonstra estar cercado de incertezas. Talvez daí surjam naturais disrupções, por parte de muitas empresas que compõem esta indústria de eventos, que já possuíam a tecnologia e a inovação como seus maiores aliados e fomentaram neste momento para solucionar estes impactos, principalmente em um cenário pós-covid.

Partindo para uma transformação saudável, em que utilizaram este tempo para melhorar suas lacunas, criaram novos serviços e produtos, criação de conteúdos ainda mais relevantes, aumentaram sua carteira de clientes, aprimoraram suas expertises e fortaleceram suas parcerias. Aumentando o engajamento do seu propósito e entrega junto ao seu público. Surgimento de plataformas digitais, como é o caso da plataforma da Business Experience para a realização de qualquer formato de evento sendo 100% remoto ou híbrido, de acordo com os novos protocolos oficiais para eventos presenciais.

Por outro lado, houve uma disrupção forçada para muitas empresas em que infelizmente estão sofrendo com essa nova adaptação, algumas estão quase se reinventando do zero. E o fato do setor estar ainda cheio de incertezas perante à esta retomada, torna a situação ainda mais delicada para muitas dessas empresas.

Claro que, todo este cenário gerou um ambiente de muita insegurança e incerteza para ambos os lados disruptivos gerados nesta nova realidade que a pandemia trouxe. Mas o fato irrevogável de tudo isso que nos tem acontecido desde o início de março, é que nunca o lado humano foi tão importante e precioso, conseguimos gerar novas experiências através da tecnologia mas não conseguiremos nunca superar o capital humano de nossas empresas e principalmente de nossos eventos. Portanto, não devemos tornar invisível este setor e sim, reerguê-lo através das inovações tecnológicas para nos impulsionar para este novo cenário ●

[Visite o perfil de Anna, aqui](#)

DE DELIVERY A EVENTOS o sushi vai até você



Há oito anos vivendo em Portugal, Lillian Rôse conta como é realizar eventos tendo o sushi como prato principal. Dona da segunda loja, das franquias Sushi em Tua Casa, que mais vende em Portugal, ela fala como entrou para o ramo de eventos e até como foi confeccionar um bolo do tradicional prato japonês.

Como surgiu a ideia de realizar eventos?

Naturalmente. Comecei decorando os almoços e jantares do sushi da mesma forma que preparo uma recepção para meus convidados. No início, utilizava as peças da minha própria casa, hoje, tenho um acervo para realizar todo tipo de evento, de festa infantil a casamentos.

Como você administra a rotina do sushi com a de eventos?

A loja de sushi e os eventos são departamentos à parte. Um não interfere na rotina do outro, inclusive tenho sushimans preparados apenas para a organização dos eventos.

Sobre o bolo, conta para gente como foi a experiência?

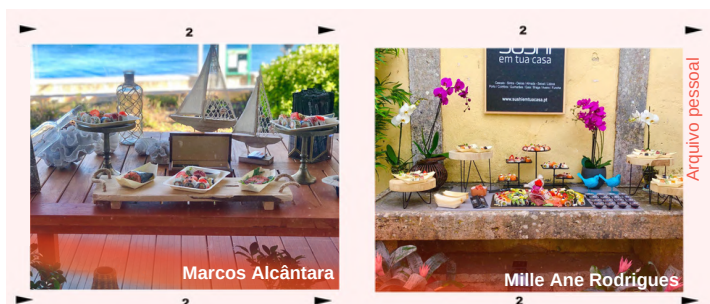
Já tínhamos recebido várias propostas para prepararmos um bolo de sushi e sempre recusávamos, justamente, por fugir às características dessa profissão que é centenária, o sushiman. Preparar um prato tradicional fora dos padrões convencionais foi muito desafiador, porém favorável e com um final impecável, o que serviu, ainda, para alavancar as vendas dos pedidos de aniversários.

Quais foram os impactos gerados pela pandemia?

No nosso negócio as vendas triplicaram, mesmo com diversas atividades econômicas paralisadas em função da pandemia provocada pela COVID-19. Há 10 anos no mercado e sempre disponibilizando entregas por delivery, a procura por nossos produtos foi tão grande que foi preciso realizar contratações.

Durante a pandemia, como você sustentou os eventos?

Durante a pandemia não houve grandes eventos. Quando éramos requisitados pelas famílias em isolamento social, não permanecíamos no local. Os pratos eram, delicadamente, montados em lousas de ardósias decoradas, com variadas peças de sushi, e entregues em caixas apropriadas, prontas para irem à mesa ●



Agende seu evento:
(351) 966176089
(351) 92507-0700

sushiemtuacasa.eventos@gmail.com
[Acesse aqui as redes social da Lillian](#)

ANUNCIANTES

B R A É

Business
Experience
CORPORATE SOLUTIONS

Abreu:
advogados



JUST FRAME IT
photography/video

SERVIÇOS DE FOTOGRAFIA E VÍDEO - CASAMENTOS E BATIZADOS
PRÉ-MAMÁ E NEWBORN - MODA E PUBLICIDADE
JOALHARIA E PRODUTO - CORPORATIVO E INSTITUCIONAL
PRODUTO E SOCIAL MEDIA - SESSÕES TEMÁTICAS E FESTIVAS
ESPAÇOS E ARQUITETURA - HOTELS E IMOVEIS

SERVIÇOS PROFISSIONAIS DE MAKEUP
ALUGUER DE ESTÚDIO EQUIPADO
LISBOA - PORTO - ALGARVE

WWW.FRAMEIT.PT - GERAL@FRAMEIT.PT
961 313 642 - 966 575 152 - 213 470 483

Fernanda Rosa

+ 351 21 602 2085
+ 351 937 513 919

Rua do Telhal, 4 - Código Postal: 1150-346
Lisboa

WWW.DONNATAÇA.PT

SIGA-NOS NAS REDES

**DONNA
TAÇA**
ART & WINE

#lojadaconectada



WWW.REDECONEXAOMULHER.COM

www.redeconexaomulher.com