



Projetando

—Pessoas—
com Sandra Portugal

mentoria coaching e palestras

@projetandopessoas

@sandraportugal_pp

**Portfólio de Serviços
Janeiro 2023**

Sou **Sandra Portugal**, empresária da **Projetando Pessoas!**

Minha **Missão de Vida é Projetar Pessoas**,
alavancando suas vidas e suas carreiras
Rumo à trajetória de realização dos seus sonhos!

Matemática, Executiva de Tecnologia da Informação e
Líder de Pessoas por 38 anos de carreira.
Empreendedora há 3 anos.

Sólida Formação e Vivência em:
Gestão de projetos, processos e de pessoas,
Liderança e Gestão de times de alta performance,
Governança corporativa de PMEs e grandes empresas,
Consultoria Empresarial,
Conselho Consultivo em PMEs e *Startups*,
Mentoria, *Coaching*, Cursos, Palestras e *Workshops*.

Orientação de Carreira

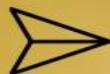
Compreendendo suas aptidões,
interesses, dificuldades



curta



comente



compartilhe



salve

Orientação e Transição de Carreira

Para quem quer (re)definir sua carreira e quer:

- conhecer melhor seu perfil, suas forças, habilidades e talentos;
- escolher sua carreira em tempos de vestibular:
 - palestras em escolas e instituições educacionais;
 - trabalhos individuais;
- buscar novas alternativas de carreira, ingressar no empreendedorismo, etc;
- ingressar no mercado de trabalho e se preparar para participar de processos de estágio, programas de *trainee*, entrevistas de emprego, etc;
- trabalhar sua marca pessoal profissional, seu perfil nas redes sociais e CV.



Suporte a recolocação

Metodologias e treinamentos



curta



comente



compartilhe

Projetando
Pessoas



salve

Suporte à Recolocação

Para quem busca um novo emprego

Para quem quer retornar após uma pausa profissional

E precisa:

- conhecer melhor seu perfil, suas forças, habilidades e talentos;
- trabalhar sua auto-estima;
- trabalhar frustrações após empreendimentos e negócios próprios;
- potencializar sua marca pessoal profissional, seu perfil nas redes sociais;
- revisar seu CV;
- estabelecer genuíno *networking*;
- buscar vagas e oportunidades aderentes ao perfil;
- (re)ingressar no mercado de trabalho e se preparar para participar de processos de emprego, dinâmicas de grupo, *pitches*, *cases* empresariais;

Carreira & Maternidade

Como conciliar a maternidade com
a vida profissional?



curta



comente



compartilhe



salve

Equilíbrio de Carreira e Vida Pessoal

Pausas por Maternidade, Aposentadoria ou Motivos Pessoais

Retorno pós Pausas de Maternidade ou Carreira

Para quem busca equilibrar sua vida

Para quem interrompeu carreira e se prepara para voltar

E precisa:

- conhecer melhor seu perfil, suas forças, habilidades e talentos;
- trabalhar sua auto-estima e crenças limitantes;
- potencializar sua marca pessoal profissional, seu perfil nas redes sociais;
- revisar seu CV;
- estabelecer genuíno *networking*;
- buscar vagas e oportunidades aderentes ao perfil;
- (re)ingressar no mercado de trabalho e se preparar para participar de processos de emprego, dinâmicas de grupo, *pitches*, *cases* empresariais;



Gestão de tempo e prioridades

Técnicas infalíveis para a sua produtividade



curta



comente



compartilhe

Projetando
Pessoas



salve

Estratégia e Ação para sua vida e seu negócio

Para quem busca construir uma visão estratégica e operacional das suas ações e dos seus negócios

E precisa:

- Definir Planejamento Estratégico;
- Planejar Orçamento de Vida e de Negócio;
- Definir Planejamento Operacional Anual e Mensal;
- Saber Priorizar ações;
- Trabalhar Primeiro o mais Importante;
- Saber dizer não;
- Gerenciar seu tempo;
- Ter foco em resultados com qualidade de vida;

Palestras

Para o desenvolvimento de habilidades e competências profissionais e pessoais



curta



comente



compartilhe



salve

Portfólio de Palestras, *Workshops* e *Lives* **Temas personalizados ao contexto da sua empresa**

- Felicidade alavanca da Produtividade nos Negócios;
- Bem-estar e Qualidades Humanas;
- Hábitos Eficazes ;
- Marca Pessoal de Sucesso;
- Quem é você no mercado de trabalho;
- Liderança *Coach* , Servidora, Inspiradora;
- Empreendedorismo Feminino;
- Valorização e Reconhecimento;
- Gestão de Prioridades e de Tempo;
- Comunicação Assertiva;
- Metas e Ação;
- (Trans) Formação de Cultura Organizacional;
- Transformação Digital ;
- Excelência de Atendimento ao Cliente;
- Qualidade e *Compliance*;
- Etarismo

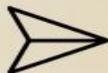
Mentoria de Líderes e de Empreendedores



curta



comente



compartilhe



salve

Mentoria para quem está nos seguintes momentos:

- Formação de 1ª. liderança nas competências específicas e plano de desenvolvimento de *gaps*;
- Para quem quer ser líder;
- Para quem se tornou líder;
- Para quem se tornou líder de líderes;
- Evolução de líderes nos diversos desafios empresariais e pessoais;
- Formação de equipes de alta performance;
- A arte de motivar pessoas e engajar times;
- Conversas poderosas e *feedbacks*;
- Lideranças empreendedoras em expansão;
- Lideranças femininas em momentos de crescimento;

Consultoria Estratégica Empresarial

Governança Corporativa e Inovação



curta



comente



compartilhe



salve

Consultoria Empresarial:

- Em Conselhos Consultivos
- E como Consultor Independente

- Para PMEs
- Para *startups*

Em:

- Formação e transformação de Cultura Organizacional;
- Formação de sucessores;
- Gestão de mudanças;
- Processos e procedimentos;
- Formação de equipes e de lideranças;
- Tecnologia da Informação;
- Inovação e Transformação Digital;
- Gerenciamento de Projetos;
- Agilidade;
- Governança Corporativa;

Coaching Positivo e a Ciência da Felicidade



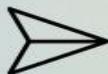
Coaching com foco total na ação positiva



curta



comente



compartilhe



salve

Psicologia Positiva e Ciência da Felicidade como Metodologia para:

Auto-conhecimento:

Assessments de Forças e Qualidades

Bem-estar e Qualidade de Vida:

Dinâmicas Individuais ou em Grupo
Intervenções Positivas

Ambientes de Trabalho:

Workshops, palestras, eventos para

Bem-estar

Mais saúde emocional

Motivação de Pessoas

Engajamento de Times

Produtividade

Potencialização de Resultados



POsitive
STudy

Positive
PRACTITIONER & TRAINER

STRENGTHS
MENTOR
INTERVENTIONS
MENTOR
HAPPINESS
MENTOR

Poets

Positive Educator, Trainer & Speaker



Projetando
Pessoas

Formações e Práticas :

Andrea Perez Correa
IFAC- Instituto Felicidade
Agora é Ciência
Gustavo Arns
Henrique Bueno

Estudos inspirados em :

Martin Seligman
Mihaly Csikszentmihalyi
Sonja Lyubomirsky
Tal Ben-Sharar
Shawn Achor
Ruth Pierce
e outros



O que você e sua empresa

QUEREM

e no que

PRECISAM

investir!

Agenda de 2023 ABERTA!

Entre em contato para a
Personalização dos serviços
de acordo com sua necessidade.

Celular/Whatsapp:
21-98819-7560

Email:
apf_sandra@hotmail.com

Instagram:
<https://www.instagram.com/projetandopessoas/>

Facebook:
<https://www.facebook.com/projetandopessoas/>

Linkedin:
Página Projetando Pessoas
<https://www.linkedin.com/company/projetando-pessoas/>
Perfil Sandra Portugal
[Sandra Portugal | LinkedIn](#)

Site:
[Projetando Pessoas - Sandra Portugal](#)



Projetando
Pessoas

Como um cometa
impulsionando sua vida
e sua **carreira.**