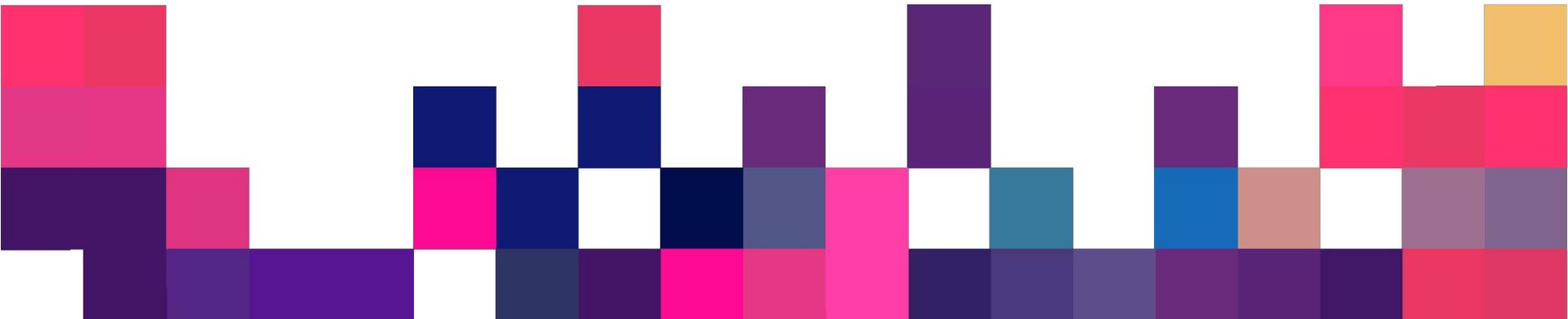
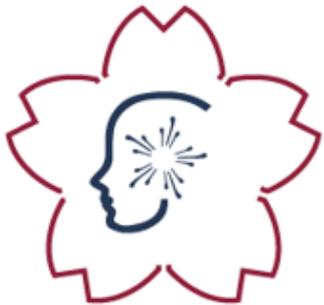


ARTE
CARMINARTE

Portfólio 2020





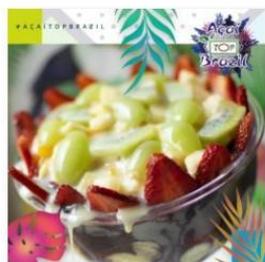
Dolores Toste
vida simples e consciente



vanessa cosentino
coaching e psicanálise



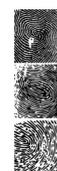
Logotipos



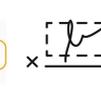
MOODBOARD
Design: Moderno, Sofisticado, Singular, Simples
Características: Feminina, Madura, Empreendedora
Sentimentos: Ativação, Transformação, Autodesenvolvimento



THE
 MAKE A MARK
 AWARDS



MAKE
 YOUR
 MARK



Pacotes de Identidade Visual



NEROLI

O segredo da beleza de Cleópatra

A perfume advertisement for Neroli. It features a woman with dark hair and colorful face paint, reminiscent of Cleopatra. The background is a collage of orange slices and abstract geometric shapes in yellow, pink, and purple.



COISAS DE ROBÔ

Transformar graus em centímetros

A graphic advertisement featuring a stylized robot head with a blue antenna and a smiling face. The background is a vibrant green and yellow gradient.



#AÇAÍTOPBRAZIL

Açaí TOP Brazil

A photograph of a bowl of açaí topped with fresh fruits like strawberries, kiwi, and banana. The background is a mix of green and purple with tropical leaf patterns.

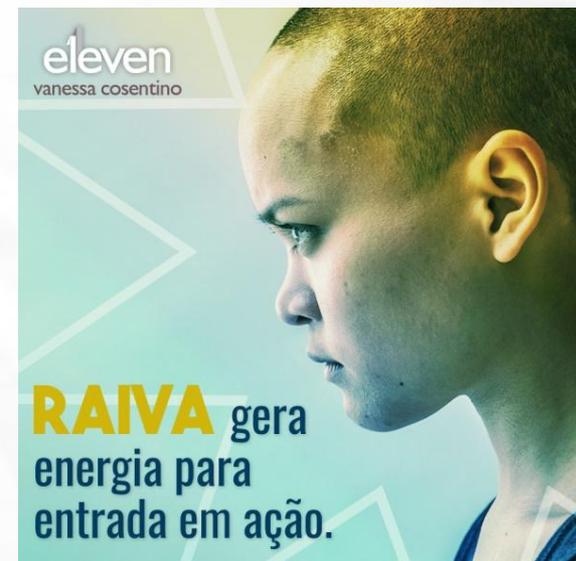
Posts para Mídias Sociais



Caiu a ficha?

Habilidades emocionais no trabalho digital

A graphic advertisement featuring a man's face upside down on the left and a silhouette of a person's head on the right filled with binary code (0s and 1s).



eleven
vanessa cosentino

RAIVA gera energia para entrada em ação.

A profile photograph of a young man with a shaved head, looking to the left. The background is a light blue and green gradient with white geometric shapes.

Ebooks

GUIA DE RECEITAS

Low Carb

Edição Exclusiva para Pacientes



SOS DO PESO

Tortinha de legumes com frango e tomates frescos

9

O destaque dessa receita super prática vai para a massa, totalmente lowcarb, feita apenas com cenoura e abobrinha. A abobrinha é um vegetal rico em vitamina A, capaz de hidratar a mucosa dos olhos, nariz e boca. Possui vitamina C, que atua como antioxidante, prevenindo o envelhecimento precoce. A vitamina do complexo B presente, age na regeneração do sistema nervoso, e a B3 contribui para a melhora da circulação, além de controlar os níveis de colesterol e regular o funcionamento do intestino, uma vez que é rica em fibras. Já a cenoura é rica em vitamina A, vitamina C, vitamina K (essencial para a coagulação do sangue), vitamina B6 (ajuda a prevenir a anemia), biotina e vitamina H (atua no metabolismo de gorduras). A falta de vitamina A ocasiona o ressecamento dos fios capilares e o enfraquecimento das unhas.

Ingredientes:

1 abobrinha italiana ralada
1 cenoura ralada
150gns de parmesão ralado
1 ovo
Sal a gosto

Tempo a gosto (Sugerimos que você monte sua própria mistura de temperos desidratados, como alho, cebolinha, sal, ervas frescas). Dê uma variação nos sabores nas receitas de maneira simples e gostosa!

Modo de Preparo:

Misture todos os ingredientes em uma tigela até formar um creme e coloque em forminhas de silicone ou de papelão untadas. Asse por 30 minutos em forno médio. Retire do forno e rechete conforme as opções disponíveis em seu plano alimentar. Uma sugestão é utilizar frango desfiado, requeijão light, tomates frescos e levar novamente ao forno somente para dar uma "gratinada".



Spicy Nuts (Castanhas Temperadas)



Uma ótima opção de petisco lowcarb para as confraternizações de final de ano. Receita simples e fácil de fazer, porém com o preparo certo para surpreender! Capriche nas especiarias de ação termogênica e dê o seu toque especial. As oleaginosas proporcionam muitos benefícios à saúde, quando inseridas na alimentação. Elas são fontes de boas gorduras, monoinsaturadas e poli-insaturadas, que protegem o coração e oferecem um efeito anti-inflamatório. A castanha é capaz de diminuir o estresse e a ansiedade, além de melhorar o humor, prevenir o câncer, Alzheimer, diabetes, obesidade e hipertensão.

Arroz, feijão, lentilhas e ervilhas



Consuma com moderação (2 a 3 colheres de sopa no almoço).

- Nesse período, evite arroz e feijão se puder! Dessa forma, melhores resultados virão!
- Arroz integral é uma melhor opção pelo fator mais nutritivo.

Mudanças extraordinárias pedem hábitos novos e extraordinários. Adote esse estilo de vida inteligente e eficaz e lembre-se que você pode contar sempre com a família SOS do Peso.



Resgate sua saúde!

Avisos Legais © SOS do Peso
Este material é protegido por leis de direitos autorais.
Todos os Direitos Reservados 2017 © - Este guia foi elaborado especialmente para os pacientes do SOS do Peso. Não será permitida a cópia ou distribuição não autorizada do material, podendo o infrator ser multado de acordo as leis vigentes. Somente os pacientes do SOS do PESO tem acesso a este conteúdo.

MANUAL DE SOBREVIVÊNCIA

em ambientes corporativos



vanessa cosentino
coaching e psicanálise

ANTES DE TUDO

Trabalhei durante 16 anos no universo corporativo, sempre nas áreas de comunicação e marketing. Minha primeira formação é em marketing pela ESPM. Nessa trajetória vivenciei a cultura organizacional de empresa multinacional, empresa familiar e agências.

Sempre gostei de me compreender e entender as pessoas e esses ambientes foram muito ricos para mim.

Redirecionei minha carreira e, desde 2014, atuo como coach de carreira. Sou formada pela Sociedade Brasileira de Coaching, sou também psicanalista, concluí cursos de PNL (Programação Neurolinguística) e Comunicação Não Violenta.

E hoje, dedico-me a auxiliar profissionais a se reconectarem com suas carreiras, buscando propósito e realização.



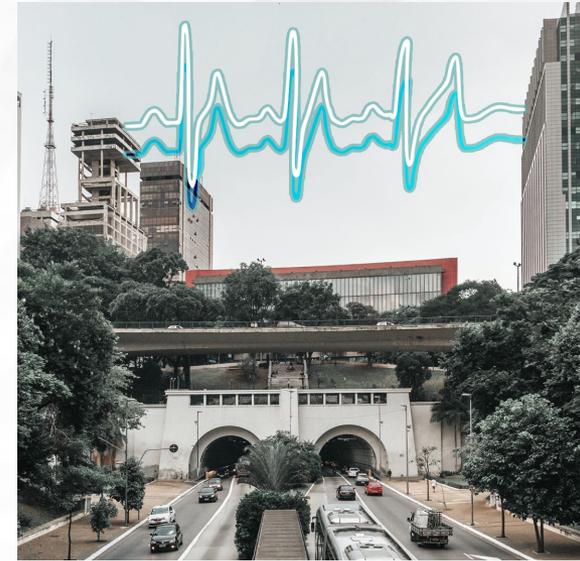
9. Supere os ataques: assim como nosso corpo combate os germes, temos que combater os ataques. O que você pode ganhar ao aprender a lidar com o colega/líder tóxico? Entenda as necessidades dele, veja além do monstro;

10. Ajude os feridos: estenda a mão para aqueles que foram chamuscados para ajudá-los, isso irá melhorar o seu ânimo e

11. Apague a fogueira: responda com gratidão e reconhecimento. Será que sua atitude ameaça o outro? Como virar esse jogo? Como fazê-lo ficar do seu lado?



Anúncios



**SOLUÇÕES INTEGRADAS
IDEIAS PARA A SUA REDE
AVANÇAR AINDA MAIS.**

US FRANCHISING®
FULL SOLUTIONS

ABE ASSOCIAÇÃO
BRASILEIRA DE
FRANCHISING
ASSOCIADO

usfranchising.com.br /usfullsolutions contato@usfranchising.com.br -55 11 4106-5133



Palestra 📅 14 / 12 🕒 10h

MULHERES
com propósito

Tema: O poder de uma vida com propósito

Av. dos Autonomistas, 896
Torre 1 - 12º andar - Cj. 1210
Vila Yara, Osasco/SP

Cris Corrêa

APIS
COWORKING

**A mudança
começa
em você!**



Email Marketing



Site novo no ar!



Aula, oficina, trabalho interdisciplinar e muito mais conteúdos para enriquecer a rotina com o seu método de ensino e desenvolvimento de cada criança.



Muitas aulas, oficinas, atividades, brinquedos que podem ser feitos em casa e muito mais para você e seu filho.



Atividades simples, jogos, livros, canções e muito mais para você aproveitar em seu aprendizado em casa.

A Labirinto é uma iniciativa que nasceu do nosso sonho em criar um mundo melhor através de Ciência e Tecnologia.

Nosso missão é levar conhecimento acessível e qualquer pessoa, em qualquer lugar e em qualquer situação.



CIÊNCIA



É POP

É por isso que o nosso site conta com informações completas dos nossos serviços e produtos para que você, sua família e seus amigos possam fazer parte de um universo educativo que engaja, diverte e une as pessoas!



Você já parou para pensar como anda a sua **Inteligência Emocional**?

Assim como o corpo fala, as nossas emoções também contam muito sobre nós. E a boa notícia é que podemos desenvolver a nossa **Inteligência Emocional** para que não haja ruídos nessa comunicação.

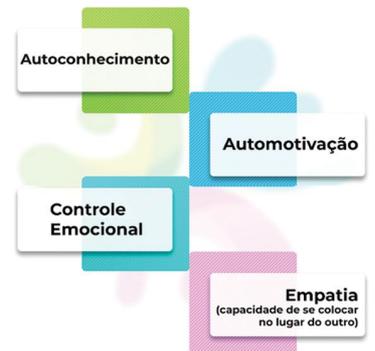
E isso nada mais é do que a capacidade que temos em lidar e expressar nossos sentimentos e emoções. Um conceito que ficou mundialmente conhecido com a obra **Inteligência Emocional**, de **Daniel Goleman**, publicada em 1996.

A **Inteligência Emocional** torna-se uma **forte aliada** para atravessar esse período conturbado que afetou a vida de milhares de pessoas que, de uma hora para outra, tiveram que se adaptar a transformações bruscas e aprender a conviver com o distanciamento social, com as dificuldades financeiras, com os conflitos familiares, e ainda a trabalhar em casa e a cuidar dos filhos ao mesmo tempo.



As **Pílulas de Saúde Mental** desta semana vão te ajudar a entender que **é possível compreender o que sentimos** e encontrar alternativas para **administrar as emoções** conforme as situações se apresentam em nossas vidas.

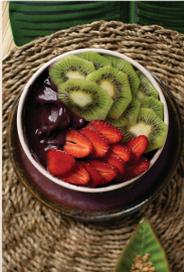
Mas, para isso, precisamos fortalecer a nossa **Inteligência Emocional**, que passa por **4 (quatro) habilidades fundamentais**:



 **Açaí, Cupuaçu ou Frozen Yogurt**

Sem Frutas	Com Frutas
Pequeno	Pequeno
Médio	Médio
Grande	Grande
1L	1L

Frutas à Vontade:
Abacaxi, Banana, Manga, Morango



 **Sucos**

Suco de Açaí
Suco de Açaí com paçoca, granola ou amendoim
Suco de Açaí com fruta
Suco de Açaí com frozen yogurt
Suco de Açaí com Maracujá
Suco Trufado: Açaí, fruta e ganache de chocolate
Suco de Cupuaçu
Suco de Cupuaçu com fruta
Suco de Frozen yogurt com fruta
Suco Bomba: Açaí, 2 frutas, paçoca ou amendoim e xarope de guaraná
Suco Explosão: Açaí, 2 frutas, paçoca ou amendoim e 1 scoop de whey



também quero!
Bolos, Doces e Releções Práticas

+ DE 10 OPÇÕES DE BOLO ENTRE:
FRUTAS, CHURROS, PAÇOÇA, BRIGADEIRO, TRUFADOS, LEITE NINHO

- TORTA DE LIMÃO OU MORANGO
- CHEESECAKE DE RICOTA
- PAVÊS E PUDINS

BOLOS COM SABOR CASEIRO E QUALIDADE GOURMET!

Temos opções de bolo para pets!

facebook.com/tambemquero doces 
instagram.com/tbemquero 
tambemquero doces@gmail.com 



Chegamos ao mercado com a missão de oferecer soluções em tecnologia!



Montagem, estruturação/reestruturação e configuração
Redes de computadores e Estações de trabalho

Para que sua empresa possa produzir adequadamente e entregar as demandas a que se propõe, sua estrutura de rede e estações de trabalho precisam ser bem projetadas e configuradas.

Com base em estudos preliminares, oferecemos a melhor solução em redes de computadores.

Também configuramos a proteção contra Virus e Ameaças Digitais (soluções antivírus, spam e spyware).



 **CONSTRUINDO VALORES** 

Queremos nos tornar cada vez mais uma referência nesse modelo de ensino que engaja, diverte e une pessoas em busca de um lugar melhor.

Por isso, trabalhamos com a formação de pessoas em 3 valores principais:

- O trabalho coletivo que permite resultados impossíveis de se alcançar sozinho.
- o respeito ao outro e a si mesmo essencial para a vida em sociedade.
- As responsabilidades que cada um tem por suas ações e como elas podem influenciar o mundo que a rodeia.

Labirinto também é o nome da nossa marca, que junto fortalece os pilares da:

ROBÓTICA Utilizada como poderosa ferramenta pedagógica aliada à Tecnologia.	CIÊNCIA A base grega que define ciência como todo conhecimento humano.	DIVERSÃO O saber tem um quê lúdico, o saber pode ser muito divertido e isso deve ser divulgado.
---	--	---



Foi então que me encantei pelo coaching e descobri minha verdadeira vocação: fazer com que as pessoas ampliem suas consciências, descubram mais sobre si mesmos, **sejam capazes de atingir seus objetivos** e tenham uma vida **mais feliz e bem sucedida**”.

Atuo como coach desde 2014 e somo mais de 600 horas de atendimento individuais.




PROGRAMAS

SESSÃO REVELAR

Nesta 1ª sessão poderosa você irá: Identificar objetivos, forças antagônicas e forças potencializadoras + bônus.

E ela é gratuita!



Apresentações Comerciais e Catálogos

Fotos de Produtos



BUYER PERSONA

1. Empreendedora
2. Buscadora
3. Corporativa



Conhecer a si mesma, saber o seu propósito de vida e como fazer para cumprir o seu propósito, alcançar resultados através da marca pessoal, tornar-se uma pessoa e marca influente em sua área, fazer um marketing pessoal direcionado ao seu público alvo e que traga geração de contatos e negócios. desenvolver uma marca pessoal atrativa e valorizada pelo mercado corporativo, reajustar prioridades, valores, habilidades e plano de carreira dentro das novas metas.

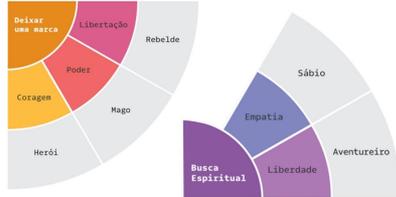


Como se diferenciar e se destacar no mercado, como se enxergar como marca pessoal e perceber como é vista, como identificar pontos fortes e potencializar os seus talentos, como alinhar as características de diferenciação de marca pessoal com a estratégia do seu marketing pessoal, como gerir seu branding pessoal, sem visão de futuro e clareza dos objetivos, falta de conhecimento e noção da importância do marketing pessoal, gestão da marca pessoal e do que isso traz em benefícios para a sua vida, sua carreira e seus negócios.



ARQUÉTIPOS

1. Aventureira, Sábia, Mágica, Criadora, Heroína
2. Aventureira, Sábia, Rebelde, Mágica
3. Sábia, Mágica, Criadora, Governante, Heroína



O arquétipo do sábio é aquele que quer aprender coisas novas e evoluir sempre. Não pode ser enganado, gosta de dados e informações sobre produtos.

Medo: ser enganado ou ser ignorante
Desejo: encontrar a verdade

O arquétipo do mago promete uma enorme transformação, mas sempre ligado a um propósito.

Medo: consequências negativas e não intencionais de seus atos
Desejo: realizar sonhos

COMO PODEMOS AJUDAR?

INTERESSES

Autoconhecimento, Autoestima, Propósito de Vida e Carreira, Imagem & Gestão de Marca Pessoal, Como o Marketing Pessoal pode ajudar a destacar no Mercado, Como Potencializar Talentos, Como Aumentar seu Networking, Como aumentar o seu "passo" no mercado corporativo, Como alinhar sua marca com seus objetivos de negócio, Como fazer plano de carreira, Planejamento e Organização pessoal, Como fazer conexões e apresentações memoráveis, Como se vender com o que você é, Como produzir conteúdo relevante baseado na sua marca pessoal, Como mapear e estabelecer parcerias/novas oportunidades.

INFORMATIVAS

Dados de mercado, Pesquisas, Entrevistas, Tendências, Cases de Personalidades em Marca Pessoal e Empreendedorismo

CLIENTES E PARCEIROS

Depoimentos, Cases, Eventos, Cocriações

SERVIÇOS

Credibilidade: Depoimentos, Cases, Bastidores, Conteúdo Autoral

Conexão: Conteúdos que tangem o ego, mirando na satisfação profissional e realização pessoal - e valorizando a autonomia

Técnico: Workshops, Cursos, Mentorias, Coaching, Metodologias Aplicadas (3 C's, Matriz de Crenças, Plano de Branding)

Matar Objeções: Reflexões, Provoações, Dados Impactantes, Autenticidade na fala e na própria história como exemplo

EQUIPE Artigos, Bastidores, Eventos, Treinamentos e Certificações

VENDAS Anúncios, Campanhas Especiais, Pacotes, Programas de Treinamento

Estratégia Comercial



Branding e Consultoria de Comunicação

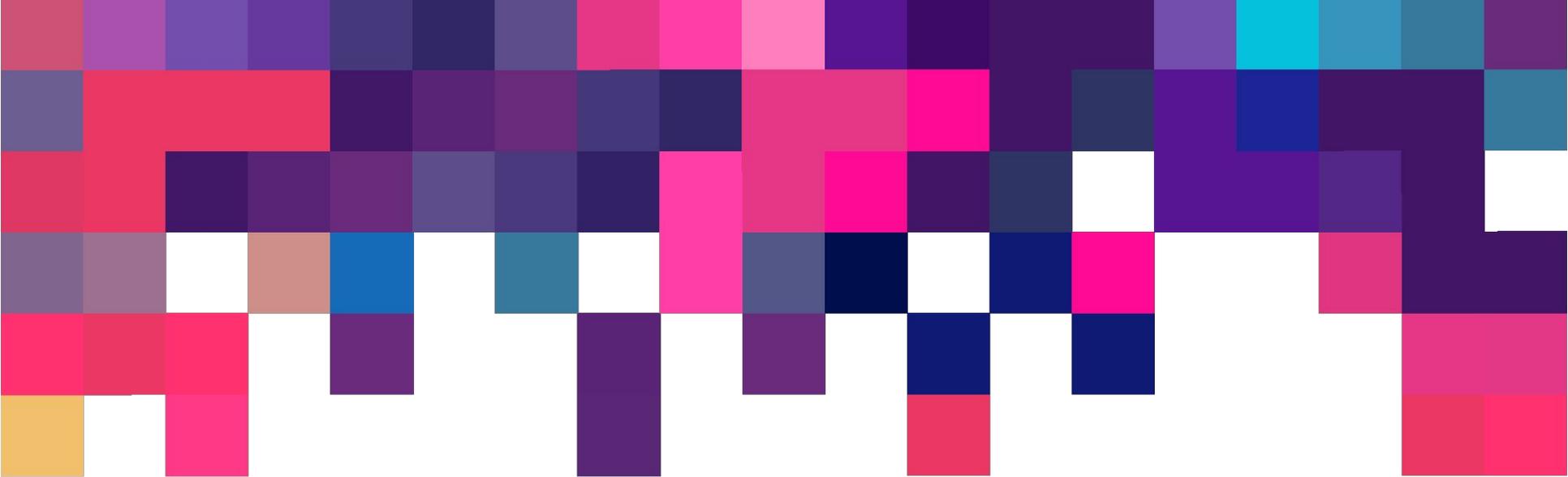
Obrigada!



Carol Carminatti

Designer, Consultora e Produtora de Conteúdo

Comunicação | Audiovisual | Mídias Sociais | MKT Digital



ARTE
CARMINARTE

www.artecarminatti.com.br