MEDIA KIT OFICIAL • PALESTRAS, IMPRENSA E EVENTOS CORPORATIVOS

Paulo Narcizo

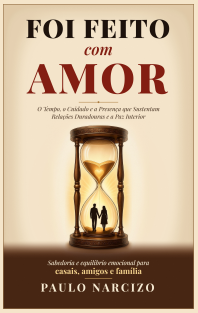
Autor de Foi Feito com Amor • Mestre em Eng. Elétrica e de Computação (UFG) • Docente & Terapeuta Holístico



Apresentação e Posicionamento

Paulo Narcizo é Mestre em Engenharia Elétrica e de Computação pela Universidade Federal de Goiás (UFG) e atua há mais de duas décadas na docência do ensino superior e no desenvolvimento de sistemas. Terapeuta holístico, é estudioso do comportamento humano e da filosofia prática estoica.

Em sua obra e em suas palestras, traduz ideias clássicas de Sêneca, Epicteto e Marco Aurélio e descobertas atuais sobre sistema nervoso, sono e vínculo afetivo em ferramentas claras, objetivas e aplicáveis em minutos.



O Livro de Referência: Foi Feito com Amor

Subtítulo: O Tempo, o Cuidado e a Presença que Sustentam Relações Duradouras e a Paz Interior.
Estrutura: 5 Partes, 9 Capítulos, 23 Práticas Aplicáveis e Plano de 4 Semanas (124 páginas impressas, 16×23 cm com orelhas).
ISBN Impresso (CBL): 978-65-02-99981-3 | ISBN Digital (CBL): 978-65-02-50921-0
Portal do livro e ferramentas gratuitas: foifeitocomamor.com.br

Temas Prontos para Palestras, SIPAT e Lideranças

1. A Biologia da Calma: vencendo a síndrome da urgência (50–60 min)

Como identificar o estado de alerta constante, desacelerar o corpo em minutos com respiração 4-2-6 e reduzir decisões impulsivas no ambiente profissional.

2. Comunicação Sem Ruído, Presença e Limites Saudáveis (60–90 min)

Teste da Câmera (fatos vs. novelas mentais), pausas de 20 minutos em conflitos e combinados claros entre equipe, liderança e família.

3. Oficina de Descompressão e Higiene do Sono Reparador (90–120 min)

Rotina prática para desligar a mente ao fim do expediente, prevenir ruminação noturna e favorecer recuperação cognitiva para o dia seguinte.

Formatos de Eventos, Lotes de Livros e Pautas para Entrevistas

Informações diretas para RH, CIPA, produtores de eventos, podcasts, jornais e programas de TV.

Modelos Comerciais Flexíveis para Organizações

Palestra Online ao Vivo (50 a 90 min)

Transmissão interativa para equipes distribuídas no Brasil inteiro, com dinâmica prática em tempo real e indicação das ferramentas digitais do leitor.

Palestra Presencial (60 a 90 min) ou Oficina (2h)

Formato participativo para SIPAT, Semanas de Qualidade de Vida, universidades, associações e convenções de liderança.

Combo Corporativo: Palestra + Lotes do Livro Impresso

Pacote com exemplares físicos de Foi Feito com Amor (16×23 cm, 124p, com QR Code para Kit Digital) para presentear cada participante (lotes a partir de 20, 50 ou 100 exemplares).

Sugestões de Pautas Prontas para Imprensa e Podcasts

1. Por que a pressa constante destrói a intimidade e o diálogo mesmo quando há afeto.
2. Como um mestre em Engenharia e Sistemas usa filosofia estoica e biologia da calma para ajudar casais e equipes a dialogar melhor.
3. O protocolo físico de 90 segundos antes da conversa difícil: por que tentar argumentar acelerado quase sempre falha.
4. O que muda em casa e no trabalho quando trocamos cobrança por presença e atenção real (Teste da Câmera e Regra das Duas Gavetas).
5. Como desligar a mente à noite e diminuir a ruminação sem telas na cama.

Contato para Agenda, Propostas e Entrevistas

- Site oficial e solicitação de proposta: https://paulonarcizo.com.br/palestras
- Sala de imprensa (bios e fotos em alta): https://paulonarcizo.com.br/imprensa
- E-mail direto: contato@paulonarcizo.com.br
- Portal interativo do livro: https://foifeitocomamor.com.br