



**POTENCIALIZE-SE**

**15 dicas**  
*simples e poderosas*  
para potencializar  
sua *marca pessoal*  
no ambiente digital

Silvana  
Lages 

De alguns anos para cá a forma de se relacionar mudou radicalmente devido a entrada da **internet** e das **redes sociais** de uma forma muito intensa e ampla na nossa vida. Essa mudança foi tão grande e profunda que se você parar um pouco e pensar, atingiu quase que em 100% o nosso cotidiano. Foram gerados impactos na forma de fazer amizade, de fazer negócios, de começar um relacionamento amoroso, de divulgar o seu trabalho, de conseguir uma oportunidade de trabalho, de se divulgar, se informar, de planejar uma viagem, de ouvir música, assistir um filme e muito mais, ficaria aqui dias falando destas mudanças e ainda não conseguiria falar de todos os impactos gerados.

## **Não é novidade para ninguém a profundidade e a intensidade dessas mudanças.**

O que mais me assusta, digo assusta pois todos os dias é uma surpresa, é a velocidade das mudanças, **tudo se REINVENTA em uma velocidade espantosa**, entra uma novidade hoje, aí quando você está lá tentando conhecer a nova forma de fazer/consumir algo, vem um nova versão daquilo que você ainda nem bem se acostumou, ou seja, o que era novidade torna-se ultrapassado e já surge uma forma mais “atualizada” sem mesmo ter dado tempo de você ter se adaptado. Nessa corrida louca para se adaptar, a gente acaba se atropelando e ficando com um sentimento de cansaço, sensação de estar pedida e sem saber onde tudo isso vai parar.

Trazendo todas as questões aqui para o foco da nova forma de se relacionar que quase em 90% se dá, ou pelo menos se inicia, através dos mais variados tipos de redes sociais, e-mails e aplicativos como whatsapp, o que tem acontecido é uma **avalanche de erros**. O que percebo são pessoas tentando se adaptar e vão “tocando o barco” como conseguem, entre erros e acertos, diga-se de passagem muito mais erros do que acertos e assim vão seguindo.

Como disse anteriormente, tudo é muito impermanente e, como muda constantemente, a grande maioria das pessoas não sabe como se comportar adequadamente nos ambientes digitais.

A forma de se comportar sempre foi um fator de grande peso no sucesso da vida pessoal e profissional do indivíduo. No entanto, antes de “sairmos pelo o mundo nos relacionando” tínhamos um bom suporte em casa com os nossos pais e familiares e também na escola com nossos professores. Eles sempre dedicavam tempo para transferir seus conhecimentos para que pudéssemos nos tornar pessoas educadas, ou seja, pessoas sempre bem-vindas em distintos ambientes. Hoje, a mudança aconteceu e impactou a todos. Nossos pais e mestres também estão na luta para reaprender como se comportar de forma elegante e estratégica, os mais velhos, em sua maioria, têm ainda mais dificuldade em lidar com as modernidades relacionais, ou seja, a nossa fonte de sabedoria também está com a sua estrutura abalada.

Como os impactos dos comportamentos inadequados são desastrosos e, como estamos tratando da sua carreira que merece atenção especial, te apresento com este e-book para que possa entender um pouco mais da nova lógica da elegância e das estratégias atuais para que não comprometa a sua Marca Pessoal por falta de traquejo social “on-line”.



Separei aqui os pontos que considero mais relevantes para você se atentar. Perceba que vou dar um foco até maior para o que você não deve fazer, pois errando menos pode ter certeza que já irá acertar muito e se diferenciar da massa.

# Agora chega de papo e vamos às dicas.

1. Existem diversas **redes sociais**, cada uma com suas **características, focos e objetivos específicos**. Mesmo que todas estejam disponíveis para você, nem todas foram feitas para você, ou seja, **you não precisa ter todas**. Escolha criteriosamente qual ou quais são mais adequadas para você de acordo com seus valores.

2. Além disso, **cada rede social tem o seu melhor horário de tráfego** e, ao contrário do trânsito nas ruas, o melhor horário para “sair”, ou seja, navegar, são os horários de pico. Cada uma tem seu horário pico, por isso, aconselho checar qual o horário de maior audiência particularmente. Caso não saiba conferir o melhor horário referente a cada rede social, sugiro a leitura deste artigo

<http://viverdeblog.com/melhores-horarios-para-postar-nas-redes-sociais> que irá contribuir muito no aumento da sua visibilidade. Este site, inclusive, fornece informações incríveis a respeito de valores para quem gerencia sua presença digital e que expor a sua Marca Pessoal de forma adequada no ambiente digital.

MAIS PRESENÇA

## INFOGRÁFICO: OS MELHORES HORÁRIOS PARA PUBLICAR NAS REDES SOCIAIS

27/10/2014, POR HENRIQUE CARVALHO 214 COMENTÁRIOS

f 10K    in 1K    t 495    < 12K

OS MELHORES HORÁRIOS PARA POSTAR NAS REDES SOCIAIS

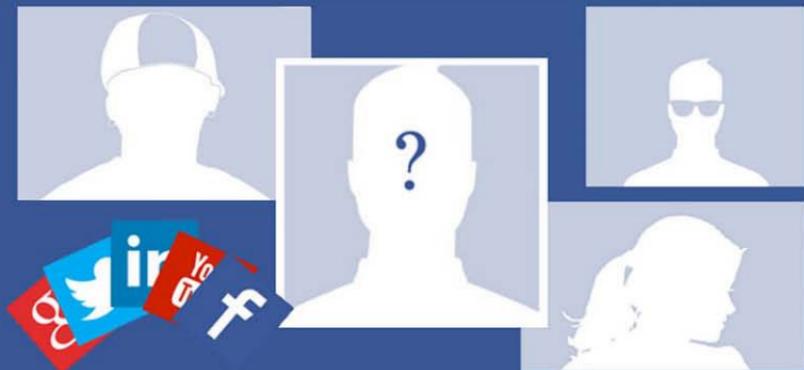
VIVER DE BLOG

The image shows a hand holding a smartphone. The screen displays a clock face with a Twitter bird icon on the right side, and a line graph below it. The background of the phone screen is orange and red.

**3.** Uma questão muito importante que você precisa entender é que **não existe o “eu on-line e o eu off-line”, só existe você.** O que vai mudar é a forma como você irá transmitir os seus valores, se será pessoalmente (impactando um número menor de pessoas) ou virtualmente (impactando um número muito maior de pessoas, podendo até mesmo atravessar oceanos).

**4.** Um passo muito importante dentro das redes sociais é a escolha da foto de perfil. Por parecer algo simples e bobinho as pessoas não lhe conferem a devida importância e cometem sérios erros nessa escolha. Vários pontos relevantes:

- a. A foto do perfil é sua, ou seja, **só deve ter você**
- b. Deve ser uma **foto profissional**, nada de bebidas ou roupa decotada
- c. Precisa ser atual, nada de foto de 20 anos atrás ou 20 quilos atrás.  
**Ela precisa representar a sua verdade.**
- d. Portanto, nada de muitos filtros e retoques ou excesso de maquiagem que a deixe muito diferente de como você se apresenta no seu dia a dia. **Sua versão off-line sempre precisa ser melhor**, e não o contrário.
- e. Nada de foto de costas, de lado, de óculos escuros. **O ideal é que todos possam ver o que dizem os seus olhos, a sua janela da alma.**



f. As fotos de perfil de todas as suas redes sociais **precisam ser as mesmas**. Eu preciso encontrar a “mesma pessoa” em todas as redes, isso facilita na sua comunicação.

g. Não fique trocando a foto do perfil constantemente só para suprir carência e querer ganhar *like* por *like*, sem fundamento. Isso passa uma mensagem de carência nada agregadora. **A foto precisa e deve ser trocada quando houver uma mudança na sua imagem** ou vamos dizer de 6 em 6 meses ou algo do tipo.

h. Já que estamos falando em foto, a **foto de capa do facebook** também precisa de muita atenção, ela é seu outdoor, então, cuide bem da mensagem que deseja transmitir ali. Atenção à qualidade da imagem nesse campo, ele requer um imagem maior e precisa ter uma ótima resolução, caso contrário desvaloriza a sua marca pessoal. A qualidade das imagem deve se estender a toda postagem que você fizer.



5.

Tão importante quanto a foto de perfil é o seu nome. Ele é um forte elemento de representação da sua Marca pessoal. Escolha o seu nome de forma estratégica e não aleatoriamente. **Vou contar como fiz a minha escolha.**

O meu nome completo é **Silvana Bicalho Lages**, na adolescência e na minha escola era conhecida como **Silvana Bicalho** pois este era o nome pelo qual os professores me chamavam na lista de presença. Na rua (sou de uma pequena cidade do interior de Minas Gerais, Conceição do Mato Dentro) como de costume em cidades pequenas, eles te chamam pelo nome do seu “dono\*”, ou seja, seus pais ou marido. No caso, se referiam a mim como **Silvana do Djalma** ou **Silvana da Violeta** (nome dos meus pais). Mas, quando vim morar na capital, percebi que precisava escolher um nome, e instintivamente – pois na época ainda não sabia nada de marca pessoal - **escolhi Silvana Lages**, que considero a melhor escolha:

- Por uma questão de **sonoridade**, acho mais simpático e agradável
- Pois fica um nome mais curto sendo assim mais **fácil de gravar**
- Estava **disponível para registro de domínio de site** tanto [www.silvanalages.com.br](http://www.silvanalages.com.br) quanto [www.silvanalages.com](http://www.silvanalages.com)
- Não existia no **google** uma outra Silvana Lages com muita visibilidade e expressão
- O nome **Lages** é mais forte em Belo Horizonte e me **abriria muitas portas** me associando a primos que já possuíam uma grande expressão e poder pessoal .

Então, seguindo a minha lógica faça a melhor escolha para você. **Para saber mais a respeito**, recomendo visitar a minha fanpage no facebook e assistir a uma live super completa que gravei falando sobre o poder do nome. Se preferir, **clique aqui** para assistir: <http://bit.ly/2tObVs8>

\* Quero deixar claro que esta expressão “dono” é ultrapassada. Ninguém é dono de ninguém, apesar de ainda nos dias de hoje se falar dessa forma no interior. Cada pessoa é única e não deve pensar que pertence a outros.





Não deixe de registrar o domínio com o nome que escolher, mesmo que não precise neste exato momento, é uma ótima garantia para seu futuro e com investimento que hoje (2017) gira em torno de R\$30,00 ao ano e tudo é muito simples, explico em detalhes na live do poder do nome.

6.

Outro elemento fundamental é a descrição do seu perfil na sua bio em sua rede. Ela precisa dizer em poucas palavras quem é você e de que forma você deseja impactar as pessoas. **Você precisa transmitir os seus valores e seu diferencial utilizando uma linguagem coerente com o público de cada rede social.** Para se ter uma noção, te convido a visitar meu site no menu silvana lages ou clicando aqui

<http://silvanalages.com.br/silvana-lages-5>

veja o meu currículo inteiro, ou melhor, ali conto uma parte da minha história. **Agora confira aqui como resumir para a bio de cada rede:**

### *Instagram* 150 caracteres permitidos

*Tenho como propósito de vida fazer com que as pessoas consigam alcançar mais sucesso através da descoberta da sua verdadeira Marca Pessoal.*

### *Perfil do Facebook* 101 caracteres permitidos

*Trabalho para que você alcance mais sucesso através da descoberta da sua verdadeira Marca Pessoal.*

---

## *Página do Facebook* **255 caracteres permitidos**

*Mãe, sonhadora, empreendedora por natureza. Silvana Lages tem como propósito de vida fazer com que o maior número de pessoas possível consiga alcançar mais sucesso através da descoberta da sua verdadeira Marca Pessoal.*

## *YouTube* **1.000 caracteres permitidos**

*Silvana Lages - Coach de Marca Pessoal e Especialista em Empoderamento Pessoal - [www.silvanalages.com.br](http://www.silvanalages.com.br)*

*Tem como missão de vida auxiliar as pessoas a alcançarem sucesso através do Gerenciamento Estratégico da sua Marca Pessoal.*

*Silvana Lages é uma mulher sonhadora que acredita nas pessoas e por isso as auxilia a nunca desistirem de seus sonhos porque sua experiência de vida lhe mostrou que é de sonhos em sonhos que subimos os degraus da vida e crescemos como seres humanos.*

*A cada pessoa que auxilia a se sentir inteira com a descoberta de seu verdadeiro eu, ela também se sente mais inteira e mais feliz por estar cumprindo a missão de vida que lhe foi destinada.*

Obs: Estou escrevendo este e-book em junho de 2017. Neste momento, o meu currículo e as minhas bios estão assim, no entanto, pode ser que em outra data já tenham evoluído. Mas, mesmo com possíveis alterações, a lógica será sempre a mesma.

7.

Preciso também que entenda que **depois do google não existe passado morto e enterrado, tudo que você fizer vai ficar nas suas pegadas digitais.** Não que o google seja um vilão, muito pelo contrário, ele é seu grande aliado, pois vai te divulgar e mandar notícias suas para quem desejar. O google irá contar para as pessoas somente o que você disse a ele a seu respeito. Ele é incrível, mas ainda não consegue adivinhar fatos sobre as pessoas, só considera o que falamos para ele. Vejo hoje muitas pessoas lidando com as suas redes sociais como se fossem diários, aqueles com chaves que escondíamos de tudo e todos e que na grande maioria dos casos já foi destruído. Se nos deparássemos com um diário da época de adolescência iríamos ficar morrendo de medo se alguém soubesse de tudo que está ali. **Por isso, pare e pense muito bem antes de postar tudo sobre a sua vida.**



8.

Por falar em google, **você um dia já teve a curiosidade de pesquisar o seu nome e ver tudo que o google revela sobre você?** Se ainda não fez, sugiro que faça hoje mesmo e no modo espião ou de outro computador que não seja o seu para analisar tudo que vai encontrar e ver se aquela pessoa que você encontrou lá é a pessoa que gostaria de encontrar, se ela preza os seus valores e representa a sua essência. E como será vista e percebida pelo outro.

The screenshot shows a Google search for "silvana lages". The search bar at the top contains the text "silvana lages". Below the search bar, there are navigation tabs: "Todos", "Imagens", "Maps", "Notícias", "Vídeos", "Mais", "Configurações", and "Ferramentas". The search results are displayed in a grid layout. On the left, there are three main results: a profile for "Silvana Lages" with a verified badge, a "Blog | Silvana Lages" link, and a "Palestrante Silvana Lages | Silvana Lages" link. On the right, there is a "Minha conta" (My account) section with a shield icon and a "IR PARA MINHA CONTA" button. Below that, there is a "Do Google+" section with a profile picture and a "Atualizar seu perfil" button. At the bottom right, there is a "Outros:" section with a link to "silvanalages@silvanalages.com.br" and a small profile picture of Silvana Lages.

Silvana  
Lages

9.

As redes sociais mostram a sua visão de mundo, revelam muito da sua essência e valores. Isso se dá pela somatória das suas postagens, curtidas e compartilhamentos e esta leitura é feita pelo outro, que pode interpretar esses fatores de forma totalmente inadequada e prejudicial. Por isso, é necessário que tudo que você poste vá de encontro aos seus valores e ideais de vida e, principalmente, que estejam alinhadas aos seus projetos de vida e sonhos, para que um vacilo não acabe se tornando um pesadelo e te tire da rota dos seus sonhos. Ao postar de forma rápida e automática, sem pensar, as pessoas nem se dão conta de tudo que curtem, comentam e compartilham. Muitas vezes, até se esquecem do que curtiram ou postaram no passado. Na maioria das vezes, os posts que não nos valorizam são aqueles que mais circulam e ganham visibilidade. Então, não aja no automático e pense em como aquele post vai ser percebido pelo outro, lembrando que o outro vive outra vida, outra história, outros valores diferentes dos seus.



10.

“Silvana Lages, desta forma você está dizendo que tudo que eu postar compartilhar, curtir e comentar tem que agradar a todos?” Não! De forma alguma, precisa representar claramente e exatamente seus valores pessoais e, de fato, fazerem parte da sua visão de mundo. É claro que nunca vamos agradar a todos, pois, se tentar algo desse tipo não vai agradar a ninguém e nem a si mesmo. Você precisa se posicionar, se diferenciar. Mas tudo tem que te representar, mesmo sendo analisado por outros ângulos e, se for questionado, precisa ter condições de sustentar a sua visão. Mesmo que desagradando e indo contra valores de muitos, precisa ser real e verdadeiro para você e não um artifício para ganhar likes e/ou parecer algo que não é.

11.

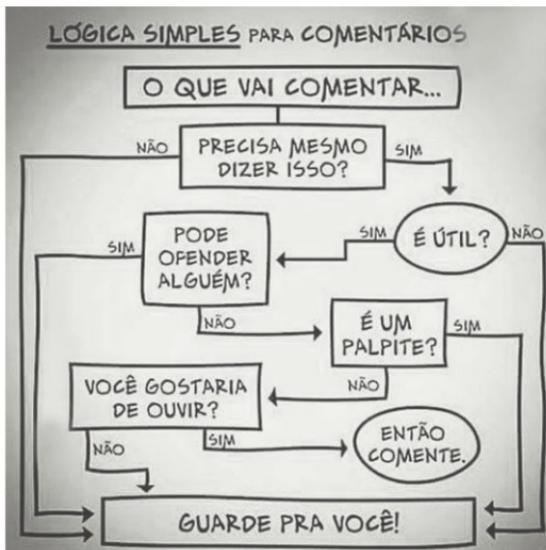
Se ainda estiver em dúvida do que postar, pense em algo que gere valor, que agregue valor na sua vida e na do outro. Que seja coerente com sua verdade, não o que gostaria de ser. Cuidado para não postar notícias falsas ganhando fama de fofoqueira e perder a credibilidade. Um dia recebi esta imagem com ótimas dicas para não cair em contos do vigário do mundo digital e trouxe aqui para você. Pelo que pude entender foi idealizada pelo Senado Federal.



Isso é fundamental não só para não ficar com fama de fofoqueira como também evitar situações em que tenha que responder a questões judiciais dependendo do caso.

Seguindo a mesma linha, só publique, curta e compartilhe o que fala bem do outro, nada de depreciar as pessoas, coloque-se sempre no lugar do outro. Nunca se esqueça: lugar de lavar roupa suja continua sendo em casa ou na lavanderia, nunca nas redes sociais ou em público.

A imagem abaixo, de autor desconhecido, nos dá a base da lógica do comentário que também acho super importante trazer aqui neste momento.



Nunca poste nada somente por vaidade e nem faça da sua rede social uma “auto revista” de celebridade, tudo isso é muito vazio e pequeno. Tenho certeza que você tem muita coisa linda para transmitir.

12.

Você pode pensar que esta minha visão está meio ultrapassada, já que o mundo mudou e tudo está mais livre. Sim, de fato muita coisa mudou, muitas regras se flexibilizaram, mas a base e a essência da boa e velha educação permanecem as mesmas, você nunca perderá por ser uma pessoa bem educada e elegante. **Veja aqui um caso recente que teve repercussão mundial:**

**UOL NOTÍCIAS** Internacional

ÚLTIMAS - CIÊNCIA E SAÚDE - ECONOMIA - INTER - JORNALS - POLÍTICA - UOL CONFERE - TEC

## Harvard veta aprovação de alunos que fizeram postagens obscenas e racistas no Facebook

Colaboração para o UOL 05/06/2017 13h04

f t+ p in e < Ouvir texto & Imprimir & Comunicar erro



Fonte:

<https://noticias.uol.com.br/internacional/ultimas-noticias/2017/06/05/harvard-veta-provaca-de-alunos-que-fizeram-postagens-obscenas-e-racistas-no-facebook.htm>

Silvana  
Lages

---

Este e-book está sendo escrito em junho de 2017 mesmo ano e mês desta matéria. Ou seja, o seu comportamento pode sim vetar você de realizar os seus sonhos por mais inteligente, preparado e bem sucedido que você seja. Cuide muito, uma brincadeira boba feita de forma sem pensar ou inocente pode ficar na sua história para sempre e repercutir mundialmente.

As empresas não contratam as pessoas somente pelo currículo, elas recebem o currículo e procuram conferir nas redes sociais quem é você. Inclusive hoje, ouvi dizer que existem sistemas capazes de acessar até mesmo as postagens que você coloca em modo privado. E esses sistemas já estão sendo utilizados por profissionais de recursos humanos. Então, todo o cuidado é necessário, afinal não adianta você ter um currículo impecável defendendo suas qualidades, se o recrutador se deparar com grande dissociação nas suas redes sociais. Isto é, ver você falando uma coisa, e postando outra totalmente diferente. É nesse momento que as empresas irão identificar qual candidato possui os valores e princípios adequados para representá-las. Vale lembrar que as suas postagens funcionam como registro, e o que está registrado não tem como ser contestado, é um fato.

13.

Já que você convida as pessoas a participarem da sua vida, uma vez que ao aceitar um convite de “amizade” ou pedir amizade você está dando espaço para aquela pessoa na sua vida, então dê atenção a todos. Seja gentil, cortês, agradeça os comentários, respeite os pontos de vista diferentes do seu e responda a todas as pessoas. Não há nada mais deselegante que não responder, isso recai muito negativamente sobre a sua Marca Pessoal. Seja sempre acessível.



# 14. Preciso te dizer algo sério:

NÃO EXISTE PERFIL PESSOAL, todo perfil no fundo tem objetivo corporativo. Muitos ficam bravos comigo quando digo isso, mas é a mais pura verdade, o que você coloca na rede é público, não é nada pessoal. Ali você pode e deve mostrar o seu lado pessoal, um pouco da sua vida e do seu cotidiano, mas muito cuidado para não exceder e pular do pessoal para o íntimo. Nas redes você não deve postar nada que seja íntimo, pois isso só deve ocorrer entre um pequeno número de pessoas com estreita relação de amizade. Ou seja, não deve estar nas redes sociais.

# 15.

Como dica final, gostaria de te recomendar a explorar o poder do vídeo. Hoje o mundo clama por autenticidade, chega de “Control + C”, “Control + V”. Em vídeos você pode se mostrar mais verdadeiramente para as pessoas, gerar mais conexão. Não é à toa que o YouTube é uma das redes que mais cresce e tem mais expectativas de crescimento. Mas, muito cuidado, não faça isso sem um estratégia ou fundamento. Recomendo, portanto, mais uma vez que você estude mais sobre esse assunto para que possa fazer algo profissional, relevante e, de fato, possa agregar valor a sua Marca Pessoal. Para este estudo, também indico o site “viver de blog”, onde você vai encontrar materiais bastante enriquecedores. Separei estes dois artigos como sugestão:



The screenshot shows a blog interface with two article cards. The first card features a profile picture of Henrique Carvalho, a man with glasses, and the article title "ESCREVA PARA A CÂMERA: COMO FAZER UM ROTEIRO RÁPIDO E FÁCIL PARA TORNAR SEUS VÍDEOS MAIS INTERESSANTES E ENGAJAR SUA AUDIÊNCIA". The second card features a thumbnail of a person at a computer and the article title "FAZER VÍDEOS".

**Henrique Carvalho**

Vive exclusivamente de blog desde seus 23 anos e quer ajudar você a Viver de Blog também. [Saiba mais aqui](#) →

**ARTIGOS POPULARES**

- [Infográfica] 80 Erros Comportamentais que Fazem

**ESCREVA PARA A CÂMERA: COMO FAZER UM ROTEIRO RÁPIDO E FÁCIL PARA TORNAR SEUS VÍDEOS MAIS INTERESSANTES E ENGAJAR SUA AUDIÊNCIA**

31 DE JANEIRO DE 2017, POR HENRIQUE CARVALHO - 16 COMENTÁRIOS

**FILED UNDER:** [VÍDEO PRODUÇÃO](#)

Aprender tudo sobre como fazer um roteiro para seus vídeos pode deixar seu conteúdo muito mais interessante, dinâmico e ainda aumentar sua produtividade. Ainda está em dúvida se vale a pena, ...

**FAZER VÍDEOS**

8 DE SETEMBRO DE 2016, POR SALLU TAKAHASHI

Se inspire nos 30 canais do YouTube que estão usando vídeos para criar maior conexão com sua audiência. ...

# Para explorar:

<http://viverdeblog.com/como-fazer-um-roteiro>

<http://viverdeblog.com/?s=videos>

<http://viverdeblog.com/fazer-ideos>

O crescimento do uso de vídeos e o seu alcance é notável. Portanto, essa ferramenta deve ser olhada com atenção. Dessa forma, é altamente recomendável que, caso você tenha uma fanpage, saiba como publicar vídeos no Facebook.

## Vídeos possuem maior alcance orgânico que as outras formas de publicação

Já está constatado que as publicações em vídeo estão não só possuindo o maior alcance entre todas as outras formas, como também maior engajamento e crescimento.

Um estudo elaborado pelo próprio Facebook, em janeiro de 2015, identificou que os usuários da rede social em todo o planeta estão postando 75% mais vídeos em comparação com os doze meses anteriores à pesquisa. Nos Estados Unidos, a porcentagem consegue ser superior, chegando a 94%.

Muito importante que você saiba que rede social é lugar para se relacionar, transmitir confiança e credibilidade, fazer com que as pessoas se identifiquem com você. A partir do momento que a pessoa se identifica com suas ideias, ela sente confiança no seu trabalho e, como consequência, você verá a contratação do seu produto ou serviço acontecendo de forma natural. Para obter melhores resultados no mundo digital, além de gerar experiências, é também essencial você ter um site ou blog, desde que você tenha algo relevante a dizer sobre você e seu mercado, e de forma constante.

*Você pode fazer ofertas do seu negócio nas redes sociais, mas elas devem representar apenas 20% do conteúdo postado. Os 80% restantes devem ter o intuito de contribuir para a evolução do outro através da apresentação dos seus valores e ideais.*



---

Poderia postar centenas de dicas super especiais e estratégicas para você valorizar a sua Marca Pessoal nos ambientes digitais, mas o e-book ficaria muito longo e sairia do propósito. Por isso, fui muito cuidadosa ao escolher 15 dicas que já vão te levar para o outro nível, te diferenciar da massa e te proteger de grandes danos a sua Marca pessoal. São dicas poderosas e ao mesmo tempo fáceis de aplicar, ou seja, hoje mesmo você pode começar as mudanças necessárias.

Caso prefira aprofundar nesse processo e ter o meu suporte, será um prazer te orientar. Posso fazer um trabalho 100% personalizado e te ajudar a turbinar a sua Marca pessoal nos ambientes digitais, faça contato comigo.

Porém, como disse acima, com as dicas apresentadas aqui, você já conseguirá dar um grande salto em direção ao sucesso, pois o objetivo deste e-book não é vender nada, e sim apresentar minhas ideias.

Lembre-se sempre de ser você mesma, mas também nunca seja a mesma. O mundo está evoluindo muito rapidamente e REINVENTAR-SE é fundamental para aqueles que não querem se tornar obsoletos e, muito pelo contrário, para aqueles que querem cada dia mais agregar valor a sua Marca Pessoal e tomar posse do seu poder pessoal.

Nas redes sociais e na vida como um todo, “Gaste mais tempo sendo do que aparecendo. Primeiro seja, depois apareça”

Como já nos disse Gandhi “Seja a mudança que você quer ver no mundo”.

Se deseja revolucionar as suas redes sociais, lembre-se mais uma vez de Gandhi “A única revolução possível é dentro de nós mesmos”. Então, vá para dentro de você, faça uma super faxina, evolua e depois conte para o mundo sobre sua mudança. Sobre mudar nestes últimos dias, aprendi algo muito especial: “quando devo mudar? Antes que seja necessário”. Assim, você pode mudar por opção, não por falta de opção.

---

# Sobre a autora



Mãe, sonhadora, empreendedora por natureza. Silvana Lages tem como propósito de vida fazer com que o maior número de pessoas possível consiga alcançar mais sucesso através da descoberta da sua verdadeira Marca Pessoal.

Ao longo de mais de 11 anos, Silvana Lages foi empresária da moda corporativa e trabalhou no desenvolvimento, implementação e manutenção do dress-code em empresas de pequeno, médio e grande porte. Essa experiência trouxe à ela uma visão que possibilitou a entrada no mercado de palestras , cursos e treinamentos com um conhecimento inquestionável!

Além disso, com o tempo Silvana foi se capacitando e se especializando neste ramo de atuação.

Atualmente, Silvana Lages ministra palestras, cursos e workshops por todo o Brasil e é conhecida por apresentar seu conteúdo de forma espontânea, criativa, dinâmica e divertida – o que faz de seus eventos sucesso entre o público.

*A Palestrante que motiva e te conduz ao (seu) melhor e te mostra que o poder está em você.*  
*#atreva-se #permita-se #reinvente-se #seja feliz*

---

## Gratidão

pela sua companhia até aqui e parabéns para você que está zelando pela sua **Marca pessoal** pois, além de ser o seu diferencial, ela sem sombra de dúvidas é o seu maior patrimônio.

Conte sempre comigo e espero poder ter você em todas as minhas redes sociais, será uma alegria te apoiar na sua jornada.

Para isso, deixo aqui o link de todas as minhas redes e meu whatsapp, você tem canal aberto e direto comigo **+55 31 9 9136-79 73** .

No mais te desejo muita luz em seu caminho.



## Contatos

-  [www.silvanalages.com.br](http://www.silvanalages.com.br)
-  31 9136.7973
-  [silvana@silvanalages.com.br](mailto:silvana@silvanalages.com.br)

## Redes sociais

-  [www.facebook.com/SilvanaLages.Coach](https://www.facebook.com/SilvanaLages.Coach)
-  [www.linkedin.com/in/silvanalages](https://www.linkedin.com/in/silvanalages)
-  [www.youtube.com/Silvanabicalholages](https://www.youtube.com/Silvanabicalholages)
-  [@silvana\\_lages](https://www.instagram.com/silvana_lages)