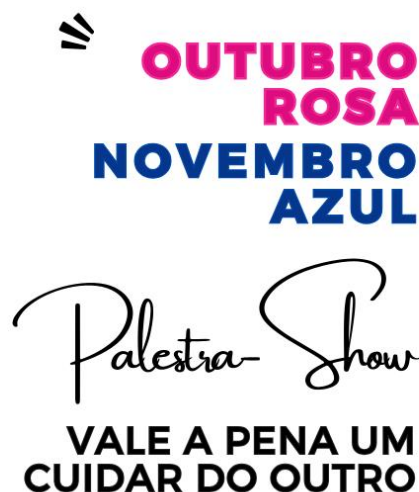


PALESTRA-SHOW MOTIVACIONAL DE CONSCIENTIZAÇÃO



I. APRESENTAÇÃO

As campanhas Outubro Rosa e Novembro Azul nos lembram da importância da prevenção e do cuidado com a saúde. Mas cuidar da vida também é olhar para aquilo que sentimos, para nossa saúde mental, nossos relacionamentos e para as pessoas que amamos. Corpo, mente e emoções precisam caminhar juntos.

Em meio às preocupações e responsabilidades, muitas vezes esquecemos que viver também precisa ter leveza, afeto, esperança e bons motivos para sorrir. Cuidar de si, fortalecer os vínculos familiares, respeitar os próprios limites e valorizar os pequenos momentos são atitudes que promovem saúde e bem-estar.

Com música, histórias, reflexão e bom humor, esta Palestra-Show Motivacional de Conscientização une prevenção, saúde mental e valorização da vida. Um convite para cuidar de si e de quem amamos, manter os sonhos vivos e lembrar que cada novo dia é uma oportunidade de viver melhor e ser feliz.

II. TEMAS ABORDADOS NESSA PALESTRA SHOW

- ✚ Outubro Rosa – a mulher que cuida de todos, agora cuidando de si;
- ✚ Novembro Azul – atitude de homem é cuidar de si, compreendendo a arte de cultivar o próprio legado;
- ✚ Saúde mental e equilíbrio emocional – cuidar das emoções, respeitar limites e aprender a enfrentar os desafios da vida com mais leveza, confiança e bem-estar;
- ✚ Relacionamentos que fortalecem – valorizar o diálogo, a parceria, a família e os vínculos afetivos como fontes de apoio, segurança emocional e felicidade;
- ✚ Motivação, propósito e felicidade – manter sonhos e projetos vivos, cultivar o autocuidado e encontrar razões para seguir em frente com entusiasmo, esperança e vontade de viver.

III. METODOLOGIA

Palestra-Show dinâmica, bem-humorada, musical e de conscientização. O público canta, ri e reconhece o quanto a vida pode valer a pena, quando zelada com responsabilidade e amor.

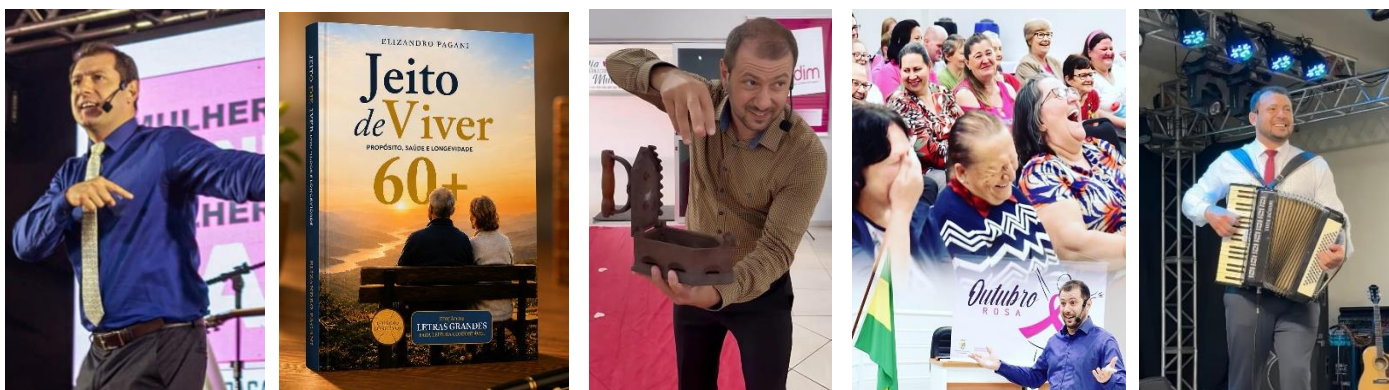
Duração: 1h15.

IV. ORÇAMENTO

R\$ 5.690,00

Inclusas as despesas de nota fiscal, deslocamento, alimentação e hotel, bem como som que atende até 250 pessoas.

Dúvidas ou eventuais ajustes, contatar 49 988617201 ou pagani.elizandro@gmail.com.br



ELIZANDRO PAGANI realizou mais de 700 apresentações, em mais de 200 municípios. Psicólogo, Filósofo pela Organização Internacional Nova Acrópole, Especialista em Filosofia e Psicanálise e Escritor. Foi voluntário no setor de Oncologia, no Hospital Regional do Oeste de Santa Catarina, oferecendo trabalhos com música e acolhimento psicológico. Acessar [Elizandro Pagani Palestras](#) para saber mais.

THOTH CURSOS E
PALESTRAS
LTDA:175143140001
05

Assinado de forma digital por
THOTH CURSOS E PALESTRAS
LTDA:17514314000105
Dados: 2026.10.05 18:23:28
-03'00'