

mm7

EMPREENDEDORISMO E SAÚDE MENTAL

COM MARIANA RIOS



QUEM É MARIANA RIOS?

Mariana Rios nasceu em Araxá, Minas Gerais, em 1985, e desde jovem demonstrou talento e determinação. Aos 18 anos, mudou-se para o Rio de Janeiro para seguir sua paixão pela arte, enfrentando desafios financeiros ao vender trufas, trabalhar em lojas de shopping e distribuir panfletos.

Apesar das dificuldades, Mariana nunca desistiu e, após quatro anos de esforço, conquistou um papel de destaque na TV. Além de ser uma **artista versátil**, ela também é uma **empresária de sucesso**, gerenciando seus negócios com habilidade. Mariana enfatiza a importância do **autoconhecimento** e da gestão emocional, valores que a ajudaram em sua trajetória.

Hoje, ela é uma influência positiva, **inspirando seguidores** com seus textos e mostrando como transformar perdas em oportunidades de **crescimento**.

EMPREENDEDORISMO E SAÚDE MENTAL

Você sabia que, no mundo do empreendedorismo, o sucesso não é apenas sobre metas alcançadas, mas também sobre como você cuida de si mesmo ao longo do caminho?

Mariana Rios, artista, escritora e empresária, compartilha sua trajetória única de como conciliar os desafios do empreendedorismo com o cuidado da saúde mental.

Nesta palestra, Mariana aborda temas essenciais para quem busca empreender com propósito e equilíbrio:

- **Gestão de Ansiedade e Estresse no Empreendedorismo:** Como lidar com os altos e baixos dessa jornada sem comprometer o bem-estar emocional.
- **Autoconhecimento e Desenvolvimento Pessoal:** Estratégias para manter a motivação e a confiança, mesmo nos momentos mais difíceis.
- **Construção de Negócios Sustentáveis:** O equilíbrio entre as demandas do trabalho e a necessidade de preservação da saúde mental, promovendo um ambiente produtivo e saudável.
- **Histórias Inspiradoras:** Como Mariana superou seus próprios desafios e encontrou maneiras de prosperar tanto pessoal quanto profissionalmente.

Com a experiência adquirida no universo da atuação e nos bastidores do empreendedorismo, Mariana Rios traz uma abordagem autêntica, sensível e prática para quem deseja alcançar sucesso de forma equilibrada.



mm7

Fale com nosso time:

☎ (11) 98281-4747

Palestras:

✉ maira@mm7palestras.com.br