

COMO RECONHECER A HORA DE MUDAR DE ESTAÇÃO

E se o que está faltando
não for fé?

**Você tem fé.
Mas tem força para mudar?**

Decisões ▪ mudança profissional ▪ empreendedorismo ▪ novos começos

História real • movimento

ANA PAULA **AK**

SOBRE ANA PAULA AK



Ana Paula de Araújo Kishimoto

Executiva de Tecnologia, com trajetória em Vivo | Telefônica Brasil, banco BV, Itaú e Santander.

Atualmente Empresária: Comendadora da Elo Social, fundadora da Body & Face Derm, mentora e escritora.

Experiência que une tecnologia, pessoas e propósito.

FORMAÇÃO

Pós-graduação em Tecnologia
Arquitetura de Soluções Digitais

Faculdade Impacta

Graduação em Processos Gerenciais

UNIP – Universidade Paulista

Curso Técnico em
Processamento de Dados

ETEC

www.anapaulaak.com.br

EXPERIÊNCIA

● Liderança & Gestão

Liderança de pessoas, stakeholders, negociação e visão estratégica.

● Tecnologia

Arquitetura Tech, Segurança da Informação, transformação digital e projetos complexos.

● Comunicação Executiva

Materiais e apresentações para alta liderança e tomada de decisão.

● Empreendedorismo

Criação de negócio, estruturação da empresa, marca, patente, produto e posicionamento.

Você tem fé. Mas continua parado?

“

Há momentos em que não falta fé. Falta força para transformar aquilo em decisão.

O que você já sabe que precisa fazer?

A virada não começou quando eu saí. Começou quando eu parei de normalizar o incômodo.

01 25 anos de carreira

Tecnologia • liderança • arquitetura • grandes empresas

Uma trajetória construída com disciplina, responsabilidade e muitas conquistas.



02 Vida em alta velocidade

Carreira, família, casa, deslocamentos e uma rotina que parecia “normal” porque todo mundo ao redor também vivia assim.



03 O incômodo

Por fora, tudo parecia certo. Por dentro, comecei a perceber que sucesso e propósito não são necessariamente a mesma coisa.



Quando o corpo começa a dizer o que a mente insiste em ignorar

Eu não precisei “quebrar” para perceber que precisava rever a rota.

Sobrecarga

Dar conta de tudo virou parte da identidade.



Sinais

O corpo começou a pedir atenção.



Terapia

Aprendi que pedir ajuda também é força.



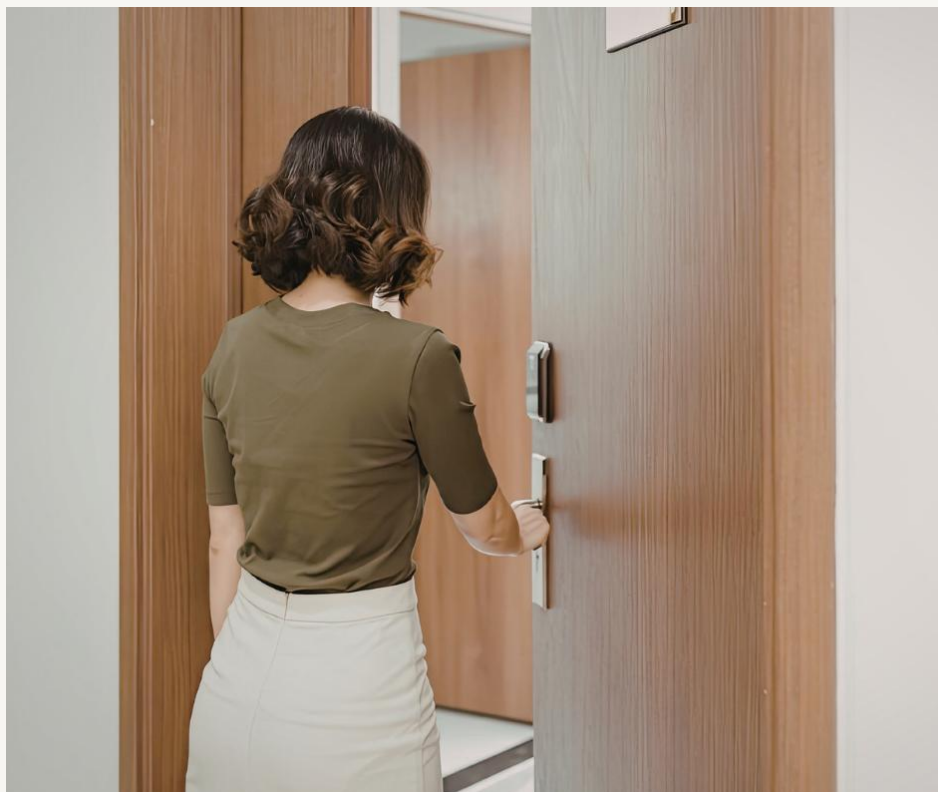
Consciência

Eu precisava decidir o que continuaria levando comigo.



Burnout não é o centro da minha história. Foi um dos sinais de que a rota precisava ser revista.

Nem toda oportunidade chega por uma porta que se abre



Às vezes, a oportunidade começa quando você tem coragem de fechar uma porta.

Portas podem ser destino.
Mas também podem ser passagem, treinamento e preparação.

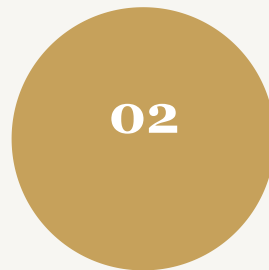
O erro é transformar uma porta de passagem em endereço permanente.

Fé para crer. Força para responder.



FORÇA

Eu decido.



FÉ

Eu creio.



MOVIMENTO

Eu ajo.

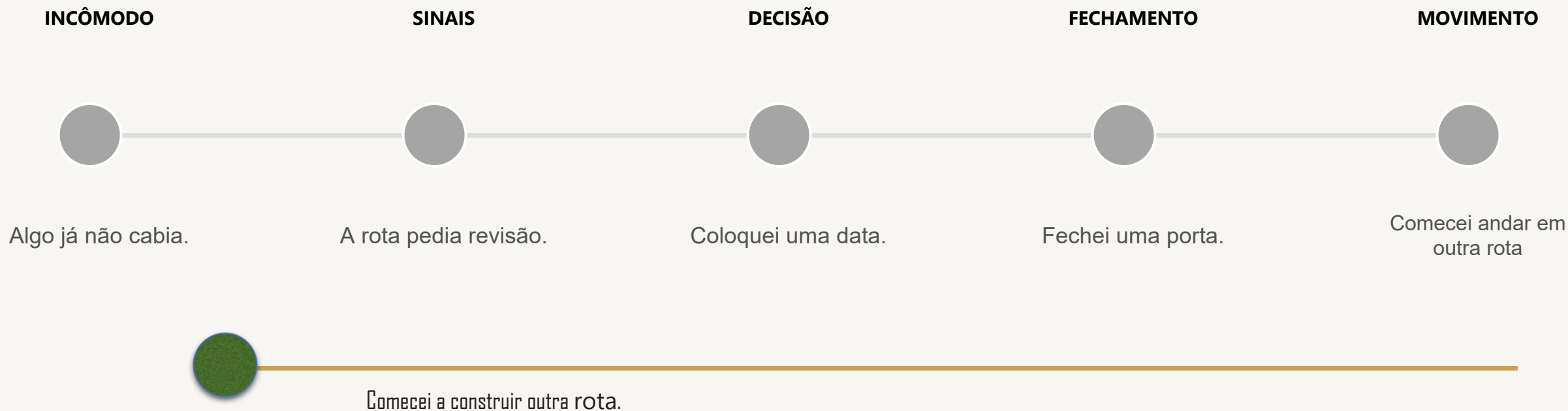


ROTA

Eu ajusto.

A mudança acontece quando aquilo em que você acredita encontra uma decisão prática.

A mudança de estação não começou no dia em que pedi demissão.



O desejo diz “um dia”. A decisão coloca uma data.

A empresa começou a ganhar forma

Empreender começou antes de eu me sentir pronta,

01 Uma ideia específica

Um dermocosmético pensado para uma necessidade que eu enxergava no universo fitness.

Eu não tinha toda a estrutura.

02 Aprender fazendo

Pesquisa, desenvolvimento, marca, patente, site, e-commerce, fornecedores.

Quando o recurso é curto, conhecimento vira capital.

03 Body & Face Derm

O projeto ganhou forma enquanto eu ainda trabalhava.

Não começou perfeito. Começou possível e foi sendo melhorado no caminho.

SONHO QUE SAIU DO PAPEL

**BODY
&FACE**
DERM

"Você não precisa ter tudo para começar.
Você precisa de força para dar o o próximo
passo, sabedoria para respeitar seu tempo e
coragem para continuar."

ANA PAULA AK



@BODYFACEDERM

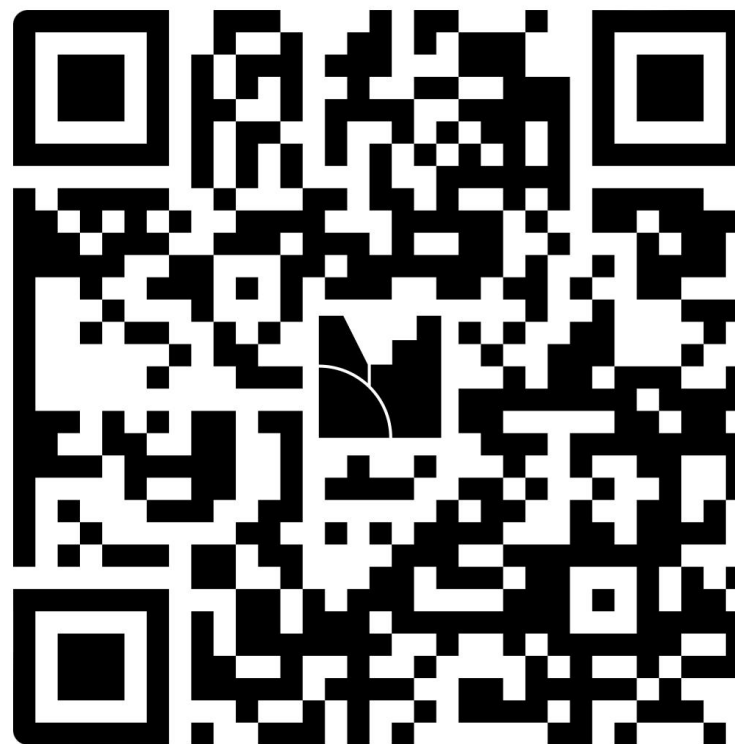


DINÂMICA

"O que te impede de dar o próximo passo?"

- Medo? Dinheiro?*
- Opinião?*
- Falta de direção?*
- Cansaço?*
- Conforto?*

Acesse o Link



Clique para baixar como imagem

<https://www.menti.com/al6ac45dkkqr>



MÉTODO AK4

Um método criado a partir da minha própria jornada para ajudar pessoas a transformar a vontade de mudar em decisões e ações possíveis.

AK4 • O método que desenvolvi a partir da prática

Não é fórmula mágica. É uma forma simples de organizar movimento.

01

DECIDIR

□ que precisa mudar?

FORÇA

02

PLANEJAR

Qual rota é possível?

SABEDORIA

03

COMEÇAR

Qual é o menor passo real?

MOVIMENTO

04

EXECUTAR

□ que precisa continuar até virar resultado?

CORAGEM

Mas uma rota não serve para todo mundo
Antes de mudar de estação, ajuste a rota

MENTORIA

- Empreendedorismo

- Desenvolvimento Pessoal ou Profissional

01 O que preciso ENCERRAR?

Há algo que já cumpriu seu papel, mas continua ocupando energia, tempo ou identidade?

02 O que preciso COMEÇAR?

Qual pequeno movimento eu já consigo fazer sem esperar o cenário perfeito?

03 O que preciso SUSTENTAR?

Qual disciplina, relacionamento, fé ou responsabilidade precisa continuar comigo na próxima estação?

Mudança não é jogar tudo fora. É saber o que deixar, o que levar e o que construir.

MÉTODO AK4

Iniciativas que conectam

Iniciativas que conectam

01

DECIDIR

□ que precisa mudar?

FORÇA

Livro

A força que gera o milagre

Força para mudar de estação

02

PLANEJAR

Qual rota é possível?

SABEDORIA

Palestras

Identificação

Identifica com a história e entende que precisa de mudança

03

COMEÇAR

Qual é o menor passo real?

MOVIMENTO

Curso
R\$ 19,90

Projeto social de empreendedorismo

Conteúdo prático para quem quer começar com poucos recursos.
(Aberto ao público)

04

EXECUTAR

□ que precisa continuar até virar resultado?

CORAGEM

Mentoria

Rotab Personalizada

Mas uma rota não serve para todo mundo

Foi desse processo que nasceu uma mensagem

A FORÇA QUE GERA O MILAGRE

LIVRO

Existe algo antes da fé.

Não é um manual para abandonar sua vida atual.
É um convite para perceber onde você parou e o que precisa acontecer dentro de você para voltar a se mover.

Pré-venda • lançamento em breve

E se o que está faltando não for fé?

Talvez você já tenha fé.
Talvez agora seja hora de transformar aquilo que você acredita em uma decisão.

Qual é o seu próximo passo?

Ana Paula AK ▪ @anapaula.ak ▪ www.anapaulaak.com.br

PRÉ-VENDA

A FORÇA QUE GERA O MILAGRE

Para quem sabe que algo precisa mudar
mas ainda está buscando força para dar o próximo
passo.



PRÉ-VENDA

~~R\$ 79,90~~

R\$ 59,90

A Força que gera o Milagre

Existe algo antes da fé.



PRÉ-LANÇAMENTO



RESERVE SEU EXEMPLAR >

Ana Paula AK

TRABALHANDO COM PROPÓSITO DO REINO DE DEUS

"Transformando de Vidas"



www.anapaulaak.com.br

"Tudo o que fizerem, façam de todo o coração, como para o Senhor, e não para os homens."
Colossenses 3:23



O processo
também faz
parte da
promessa.

(11) 99644-2007

ANA PAULA DE
ARAÚJO KISHIMOTO

Comendadora ▪ Empresária ▪ Mentora ▪ Escritora

www.anapaulaak.com.br
[linkedin.com/in/anapaulaaraujokishimoto](https://www.linkedin.com/in/anapaulaaraujokishimoto)
[@anapaula.ak](https://www.instagram.com/anapaula.ak)
atendimento@anapaulaak.com.br

Obrigada.

QUAL É O SEU PRÓXIMO PASSO?

Você não precisa enxergar a estrada inteira.
Precisa apenas decidir o que fará com a próxima curva.

Obrigada(o)