



# Leila Ferreira

# Sobre Leila Ferreira

**Suas ideias nos ajudam a refletir sobre o atual momento que vivemos e nos conscientizam da importância de fazermos agora as escolhas que nos permitirão viver de forma mais equilibrada depois.**

Já lançou seis livros, entre eles o best-seller “A Arte de Ser Leve”, que já alcançou a marca de mais de 120 mil exemplares vendidos e foi publicado na Espanha. A mais recente de suas obras, “O Amor Que Sinto Agora” alcançou a lista dos mais vendidos da Amazon no mês de seu lançamento.

Leila Ferreira atuou como repórter da Rede Globo e durante 10 anos apresentou o programa “Leila Entrevista” na Rede Minas de Televisão e TV Alterosa (SBT), entrevistando mais de 1.600 pessoas. O programa produziu 13 séries internacionais

**É graduada em Jornalismo e Letras, com mestrado em Comunicação pela Universidade de Londres.**



# VIDA:

## Modos de usar



# Palestras

**Estamos vivendo um tempo diferente de tudo o que conhecíamos até hoje: uma pausa imposta por período indeterminado, a ruptura dos nossos hábitos, um abalar das nossas certezas e a sensação de que o futuro nunca foi uma incógnita tão grande.**

A pandemia roubou nosso chão. Mas não é hora de ceder ao pessimismo ou à desesperança. É hora de aprender com o que estamos vivendo. De repensar. De reavaliar nossas vidas e nossos valores e nos preparar para os tempos que virão.

**“Vida: modos de usar”** não é um receituário. É uma proposta de reflexão, ao mesmo tempo leve e profunda, sobre a importância de fazermos agora as escolhas que nos permitirão viver de forma mais equilibrada depois.

O depois trará um novo mundo, sabemos todos. E é essencial que nos preparemos para ele em todos os sentidos – inclusive, ou talvez acima de tudo, emocionalmente.

**Mais que nunca, precisamos investir na nossa saúde emocional.**

# Palestras

## A ARTE DE SER LEVE

**Não há nada mais penoso do que conviver com pessoas desagradáveis – seja em casa, no trabalho, no prédio onde moramos ou na fila do cinema. E compartilhar um espaço, uma atividade ou uma vida com alguém leve é um dos grandes prazeres da existência.**

Nesta palestra, Leila Ferreira fala sobre valores e posturas que ajudam a reduzir o peso do cotidiano e a melhorar a convivência entre as pessoas, destacando a importância da gentileza, do bom humor, da descomplicação e da desaceleração.