

CICI
NAVARRO


TIRE SEU
sonho DO
papel

“eu gosto
mesmo é de
sonhar tanto
e de buscar
muito”

@cicinavarro




Dra. Cherie



Olá, sou a Cici Navarro, empreendedora e idealizadora da Dra. Cherie, marca que nasceu da necessidade de me expressar através da roupa, no ambiente que eu mais vivia: no trabalho.

Aqui vai um breve resuminho das coisas que me fizeram chegar até aqui: apaixonada por moda, empreendedora por decisão, esposa, dentista de formação e fundadora das empresas Dra. Cherie e Café Cherie, junto com a minha irmã Ana Carolina Navarro. Reconhecida pela Forbes Under 30 em 2019 e Top 10 entre os perfis para seguir, também pela *Forbes* em 2021.





Introdução



**Tudo começa
com uma ideia?
Tudo começa
com uma decisão!**

@cicinavarro



Quando era criança, **desenhava diversos modelos de roupas** e levava para a costureira desenvolver. Quando surgiu minha necessidade, transformei meu sonho de criança em realidade e, com este e-book quero ajudar você a também transformar o seu sonho em algo concreto. Hoje, trabalho com o que amo e tenho a missão de **atender às necessidades e expectativas dos clientes, oferecendo vestuário profissional criativo, de alta qualidade e que valorize a beleza de quem o utiliza.**

A pergunta que mais me fazem é como tirar o sonho do papel, como ter coragem de começar. E pensando nisso, criei um Mind Storm sobre como tirei meus sonhos do papel, e através dele quero ver muitas pessoas acordarem e viverem seus sonhos e propósitos.

“Quero ver você realizando aquele sonho que você tem e não mostra.”

Sabemos que ter ideias e deixar a imaginação fluir é de extrema importância para as mudanças e evoluções acontecerem.

Por isso criei este material e, com ele, quero ver você acordar e viver seu propósito, contemplar suas realizações e me contar depois que a **mudança de posicionamento em relação aos sonhos é uma mudança de dentro para fora.**

“Só os loucos, com ideias loucas o suficiente para achar que podem mudar o mundo, são os que mudam.”

Steve Jobs

É preciso ter ideias, porém mais do que ideias, é necessário tomar **decisões**, ou você acha que ideias sem decisões saem do papel?

A resposta é bem clara: NÃO!

Eu já tive inúmeras ideias que não passaram de ideias, pois não tomei a decisão de colocá-las em prática. Morreram, antes mesmo de nascerem.

Inclusive este e-book surgiu de uma das minhas ideias. Tirá-lo do papel, aliando-o a uma peça de roupa para fortalecer meu propósito, foi uma decisão linda que espero que te leve muito amor.



Só se torna real
se, algum dia,
foi sonhado e
buscado.

@cicinavarro

CAPÍTULO 1

O que te impede de agir?



Hoje pode ser um
grande dia para
dar um primeiro
passo.

@cicinavarro





Tomar uma decisão nem sempre pode ser algo fácil, mas por trás de todo sonho existe uma possibilidade, e para isso é preciso agir e fazer acontecer aquilo que pulsa em seu coração. Para te ajudar nesse processo, separei algumas questões que irão contribuir com a sua jornada. Para isso, responda as questões abaixo com bastante sinceridade:

Você está confortável como está vivendo hoje?

Você tem medo da mudança?

Tem medo de fracassar?



Toda decisão gera uma renúncia. Está disposto a renunciar?

Sim Não

Tem medo do esforço necessário para essa decisão?

Sim Não

REFLITA SOBRE ESTAS VERDADES:

**Crescer dói, ficar estagnado também.
Qual dor você quer sentir?**

**Se quer viver mais milagres, terá
mais coisas impossíveis à sua frente.**

**Se decidiu que quer ter um
comportamento de sucesso, continue
aqui e agora.**



Não deixe a
fantasia dos seus
medos paralisar
seus sonhos.

@cicinavarro

CAPÍTULO 2

Palavras de ordem

Tudo o que eu conquistei até hoje e o que me proponho a realizar, estão baseadas nestas 5 palavras. Estas 5 palavras regem minhas ações e são fundamentais para tirar qualquer ideia do papel:

coragem

ousadia

determinação

Fé

amor



Penso que somos como um foguete, podemos alçar voos cada vez mais altos. Para isso, é necessário aplicar essas cinco palavras para “furar” a bolha e fazer acontecer. Mas antes de te explicar o significado de cada uma delas, responda:

Você está preparado para comandar seu foguete?

Você está colocando combustível suficiente para que ele decole?

O quanto, de fato, você deseja que seu foguete voe?



Foguete não
dá ré, mas, sem
gasolina, ele
cai...

@cicinavarro

CAPÍTULO 3

Coragem

Coragem não é a ausência do medo. É se movimentar, mesmo diante dele.

• • • • •

Escreva ideias que você deseja realizar, mas ainda está sem coragem para fazer:



Todo sonho vem de um desejo que nasce no coração, por isso ficamos obcecados em realizá-lo e buscamos isso com paixão. É essa busca pelo que realmente acreditamos que nos move e nos faz persistir dia após dia, até a concretização desse sonho. Isso requer coragem, pois nem sempre o caminho é fácil, nem sempre você estará motivada e, muitas vezes, as pessoas vão rir e duvidar de você. Mas com coragem você supera e alcança seu objetivo. **A coragem é o combustível para que seu sonho se torne real.**



Quando tive a ideia da Dra. Cherie, já trabalhava como dentista em diversas clínicas. Queria muito me destacar como profissional, em meio a tantos que falavam mal da profissão. Eu sentia medo. Precisava buscar minha realização profissional, precisava me sustentar financeiramente e tinha muitos sonhos que precisavam sair do papel por meio da ascensão profissional que eu almejava.

A partir de um *insight*, imaginei minha marca. No mesmo dia, parti para a ação, com **muito medo** de ser julgada, afinal, já estava alcançando algum reconhecimento no mercado da odontologia e, em paralelo, estava vendendo meu produto para o mesmo mercado no qual precisava me destacar.

Ainda assim, a decisão e a paixão pela ideia eram maiores do que o medo. Isso me deu a coragem necessária para ir adiante.

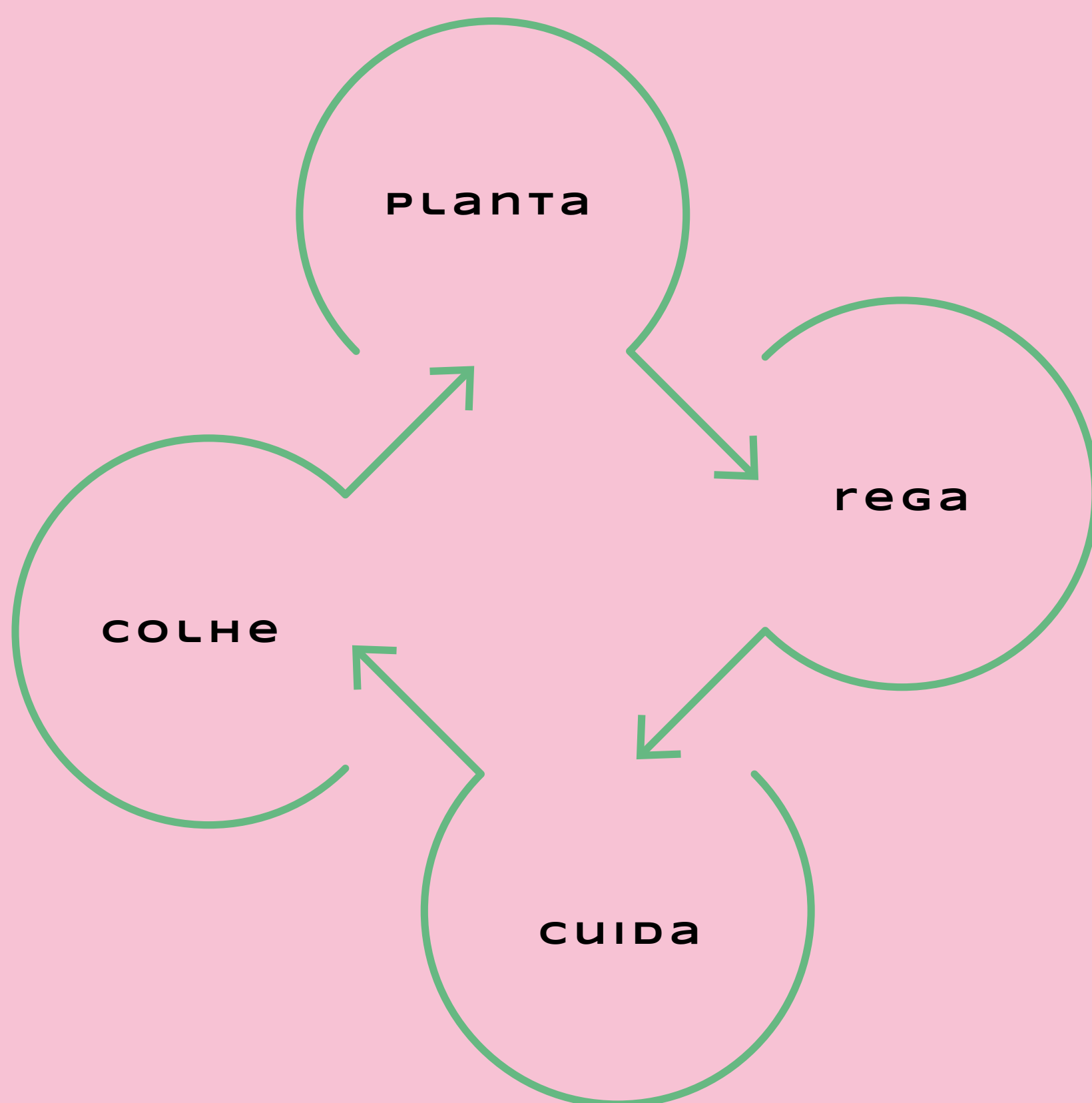


“Com coragem, ousadia, determinação e fé, não parei diante dos desafios, dos julgamentos e do cansaço.”

Isso é o verdadeiro *skin in the game* (pele em jogo, na tradução literal, colocar a própria pele em jogo). É assumir a responsabilidade sobre sua ideia, mergulhar com profundidade e assumir os riscos. **A responsabilidade é grande, mas o resultado é surpreendente.**

Você se desenvolve tanto que entende que a responsabilidade é sua e isso motiva cada vez mais, esta autorresponsabilidade te leva para o caminho do desenvolvimento. Você passa a não se sentir culpada, mas sim responsável por seus passos de coragem.

É um ciclo, você planta, rega, cuida e, depois, colhe.



O caminho não tem atalho. É preciso fazer o melhor que pode ser feito para realizar seus sonhos e conquistar benefícios não só para você, como também para o próximo.

“Sair da zona de conforto te leva a enfrentar situações que você nem imagina, mas também te leva para lugares que você nunca imaginou estar um dia.”



Quem tem medo
do ridículo,
se afasta do
extraordinário.

CAPÍTULO 4

Ousadia

Acredita no poder do *feeling*, sem dar asas para ilusão?

Com passos pequenos, olhando para o alto, podemos sonhar grande e realizar muito! É preciso aprender a não se iludir, mas dar passos consistentes rumo ao tão sonhado objetivo.

**O que os olhos não veem,
a intuição sente.**

Isso vai ampliar a sua visão, um dos pontos principais que você necessita para ter um projeto de sucesso.

No começo você não vai saber fazer tudo! Por isso **ousadia, curiosidade e inconformismo** são fatores que te ajudarão a chegar ao seu objetivo.

Sabe o tal de **POR QUE NÃO? COMO NÃO?**
Aplique na sua vida, pois **isso te move.**

Estabeleça objetivos, metas, e use sua
curiosidade e sede de realização para al-
cançar seu sonho.

**BUSQUE
CONHECIMENTO**

**BUSQUE SEU
DIFERENCIAL**

**BUSQUE SE
INSPIRAR**

Acredite que você pode e se movimente
para **fazer acontecer.**

• • • • •

**“Busque se conhecer.
PRIMEIRO SER, DEPOIS
APARECER.”**

Escreva 3 habilidades que você
precisa desenvolver para chegar ao
seu grande sonho:

**SE DESENVOLVA PARA DAR
ASAS À OUSADIA.**



Não
descobriremos
novos oceanos
se não tivermos
coragem de
perder a terra
de vista.

André Gide

@cicinavarro

CAPÍTULO 5

Determinação



Lembra-se do poder da decisão? Não adianta somente **decidir**, a **determinação** é que vai te mover. Mesmo diante dos problemas, é ela que vai te tornar uma pessoa extremamente realizadora.

Você pode decidir olhar para o problema ou encontrar oportunidades de crescimento diante dele.

A determinação te ensinará outras habilidades importantes que te ajudarão em seu projeto, tais como:

• • • • •

SERVIDÃO

Quando você está obstinado por algo, você se doa de corpo e alma por tudo o que essa ideia envolve;

PERSISTÊNCIA

Você vai entender que não é no primeiro “não” que vai parar. Isso é que separa quem constrói algo de quem não consegue tirar os projetos do papel.

COMPROMETIMENTO COM O RESULTADO

Você não é culpado, mas responsável por esse resultado. Você precisa entender seus pontos fortes e fracos e se desenvolver para atingir seus objetivos.

HUMILDADE

Sempre se colocar na posição de aprendiz. E sempre que puder, acrescentar algo na vida do outro.

Escreva 3 desafios para os quais
você precisa encontrar uma solução:

**Com determinação você
vai conseguir!**

Agora, para cada desafio
desenvolva a solução:



Bendita seja a
vontade de fazer
acontecer.

@cicinavarro



CAPÍTULO 6

Fé

**“Tudo o que empreende,
prospera.” *Salmo 1:3***

Tudo o que existe no mundo, em algum momento, existiu na cabeça de alguém. Observe os objetos que estão ao seu redor, todos eles um dia foram pensados e projetados por alguém. Porém, **antes de algo existir na cabeça, nasceu no coração**, pois é lá que os sonhos e projetos são criados.

Todos somos movidos por sonhos e projetos a serem realizados. Independente da complexidade de cada um, são eles que nos movem no dia a dia e nos impulsionam a fazer as tarefas do cotidiano.

Há, também, os sonhos grandiosos, que você considera “impossíveis”. Mas será que você já fez tudo o que era possível para que eles se realizassem?

“Sem saber que era impossível, foi lá e fez.”

Jean Cocteau

• • • • •

Falando especificamente do seu sonho profissional: você realmente gestou esse sonho grandioso no seu coração? Ou ele é apenas um fogo de palha, algo passageiro?

Gestar os sonhos no coração funciona como uma triagem de Deus para saber se é realmente isso que você quer e se você tem disposição para correr atrás disso. É o que mostra se você consegue “abrir mão” de algumas coisas, correr atrás de outras e dar o seu melhor, humanamente falando. Uma vez que Deus entende que você está pronto para ver esse sonho acontecendo porque, agora, ele já está formado de forma prática na sua cabeça, Ele começa a te ajudar na parte impossível. **Tudo que parecia impossível e não era óbvio, com a intervenção divina, começa a acontecer.**



“**Não vos preocupeis, pois, com o dia de amanhã: o dia de amanhã terá as suas preocupações próprias. A cada dia basta o seu cuidado.**”

Matheus 6:34

Não é fácil tirar projetos e sonhos do papel e, realmente, começar a executá-los. Deve-se existir um plano total, uma rota a se traçar, mas, uma vez iniciado o caminho, **preocupe-se com o necessário de cada dia.** É difícil relaxar quando um sonho tão grandioso começa a tomar forma, mas esse “abandono” em Deus também te trará tranquilidade.

• • • • • *Capítulo escrito com
ajuda de Ceci Portugal*

Resolva as questões necessárias de cada dia, faça tudo o que for possível para ver as coisas acontecendo. E se, em algum momento, tudo parecer fugir do controle, ore, reze, pedindo discernimento para Deus, pois Ele está presente em todo momento, constantemente derramando graças sobre nós. Somos nós que escolhemos se vamos recebê-las ou não. Essas graças valem para o sonho que você está realizando. Deixe Deus te surpreender nesse novo tempo, cheio de desafios, da sua vida.

Você já resolveu dar os primeiros passos e isso é maravilhoso. Agora, confie que tudo dará certo, pois você gestou esse sonho em seu coração. Deixe-o nascer do jeito que você imaginou.

“Buscai em primeiro lugar o Reino de Deus e a sua justiça e todas estas coisas vos serão dadas em acréscimo.”

Mateus 6:33




É com frio na
barriga que eu
falo hoje:
“Vai dar tudo
certo!”

@cicinavarro

CAPÍTULO 7


Amor



Amor é ação. **O amor está nos detalhes.** Por isso, tudo que fazemos com amor gera frutos, pois o amor é sentido e passado adiante! É um ciclo maravilhoso de ser vivido. **É isso que gera o impacto.** Colocar amor e perceber o amor sendo transmitido por meio do que você faz. Ele é o nosso porquê! Ele é que nos move. O mais precioso balizador de decisões é o amor.

O amor é nosso *lifestyle!*

**O amor não busca recompensa,
ele por si só já compensa.**



Faça uma lista com 5 coisas que você
ama fazer e faria de forma gratuita:

Agora, escolha apenas dois itens
dessa lista e coloque abaixo:



Acorde fazendo
aquela ideia que
você teve antes de
dormir!

@cicinavarro

-
-
-
-
-

CAPÍTULO 8

Aprenda a se posicionar

-
-
-
-
-

Agora você precisa aprender a se posicionar. Não adianta seguir as palavras de ordem e se perder no seu posicionamento. É ele que vai te diferenciar do resto do mercado. Ele é essencial para traçar sua jornada.

Você precisa enxergar onde está e aonde quer chegar.”

Transmita o que você faz através da sua marca! As pessoas querem solucionar seus problemas e atender suas necessidades. Se você mostrar com clareza seu posicionamento, **o que você entrega e porque você entrega**, deixará uma marca forte que as pessoas vão procurar e se conectar.

A conexão gerada a partir do seu posicionamento, **será seu diferencial**. O mundo muda o tempo todo e, por meio do seu posicionamento, será preciso continuar acompanhando as necessidades que lhe serão apresentadas.

• • • • •

A questão é: você consegue transmitir com clareza o que sua marca faz? Pessoas de sucesso não viram autoridade à toa. Elas se posicionam e transmitem essa autoridade de várias formas:

Sentem-se seguras de si, pois são sedentas por conhecimento.	Autoconhecimento: entendem seus pontos fortes e fracos e trabalha com eles.
Estão dispostas a se movimentar para fazerem seus enfrentamentos.	Têm conhecimento dos assuntos que as tornam autoridade.
Compartilham sua evolução.	Ganham confiança através dos seus resultados.
São disciplinadas e usam isso como estilo de vida.	Criam uma marca pessoal forte.



São entusiasmadas,
celebram cada
conquista.

Compartilham uma
imagem forte.

São autênticas.

Estão dispostas a servir,
viver o backstage, viver
os desafios e mostrar isso
para o mundo.

Estão dispostas a fazer
networking.

Focam no resultado.

Estabelecem seus
princípios e valores.

Sabem porque fazem o
que fazem.

São apaixonadas e
obcecadas pela ideia.

Têm fé.



“Quero te ver realizando
aquele sonho que você tem
e não posta”.

@contente.voce

Na prática: responda as perguntas abaixo.

Como você avalia seu
posicionamento?

Como está seu nível de conhecimento
nos pontos em que deseja ser
autoridade?

Como está seu nível de
autoconhecimento?

Você já está compartilhando
seus movimentos e evoluções no
mundo digital?

Como está seu nível de disciplina? Já
estabeleceu seus pilares
para evolução?

Como está seu nível de *networking*?

Quais são seus princípios e valores?

Por que você faz o que faz?

Aonde quer chegar com isso?

O que as pessoas sentem a partir de
você ou quando veem seu projeto?

**Seja fã das suas
próprias ideias.**



“Tapa na
cara” de hoje:
não aceite
o mínimo,
achando que é
o máximo.

@cicinavarro

CAPÍTULO 9

Da ideia à ação



Agora que você já sabe o que precisa para tomar uma decisão e seguir seus sonhos, vamos desenvolver sua ideia.

As perguntas abaixo te ajudarão a entender melhor **o que você quer, o que é capaz de realizar e o que precisa fazer para chegar lá.**

Escreva quais assuntos mais pulsam em seu coração:

Qual problema te incomoda muito e você gostaria que fosse solucionado?



Você adoraria receber um elogio
diariamente por qual motivo?

Quais pontos você considera que
sejam seus diferenciais?

Qual adjetivo você gostaria
que a pessoa falasse quando
mencionasse você?



Hoje é um dia
lindo para subir
mais um degrau.

@cicinavarro



CAPÍTULO 10

Pitch de Elevador

Você sabe qual é o seu diferencial ou o diferencial do seu produto?

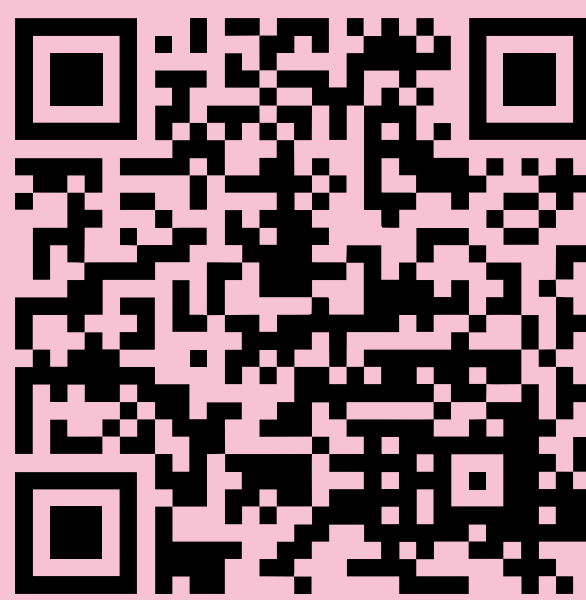
A melhor maneira de fazer isso é usando uma técnica chamada *pitch*. O *pitch* é uma forma de apresentar você ou seu produto rapidamente, como se fosse uma conversa de elevador.

Você estaria preparada para dizer quem é você, o que você faz, como faz e por que faz, em 60 segundos? Este formato é essencial e **as respostas precisam ser-lhe muito claras, antes mesmo de “vender seu peixe” para o outro.**

Ninguém é melhor do que você para falar sobre sua ideia. Desenvolva-se para conseguir comunicar isso com clareza e assertividade, sempre que precisar.

Seu *pitch* de ação deve estar sempre claro para você, assim, quando qualquer oportunidade surgir, você estará preparado.

Veja mais
acessando
o QR CODE:



Pontos básicos para desenvolver seu *pitch*:

Quem é você, qual problema você
soluciona ou quer solucionar?

Para quem soluciona ou quer solucionar?

Como você se diferencia ou quer se
diferenciar nessa solução?

Qual impacto você gera?

**Escreva seu *pitch* de 1 minuto e leve-o
sempre com você.**



É preciso
estar sempre
preparado, nunca
se sabe a hora que
a oportunidade
vai “aparecer”.

@cicinavarro

CAPÍTULO 11

Liderança

Todo negócio precisa de pessoas para crescer. Depois que você já construiu seu negócio, já está colocando em prática tudo o que aprendemos aqui, é hora de pensar na sua equipe.

Ninguém faz nada sozinho. É preciso entender que você vai precisar se desenvolver para exercer várias funções, mas, no caminho, irá contar com muitas pessoas, seja para se desenvolver ou para fazer acontecer.

É uma ilusão achar que vai conseguir fazer tudo sozinho. Seja humilde, se coloque na posição de aprendiz e conte com as pessoas. O sucesso é muito mais lindo quando é construído por mais gente.

Você toma as rédeas da sua vida, das suas escolhas, dos seus sonhos e das suas decisões, mas precisará de pessoas que compartilhem dos mesmos valores e desejos que você; e que tenham vontade de fazer acontecer, para realizar.

**Se você não conhece a estrada,
peça ajuda. Você não precisa
saber fazer tudo e é para isso
que as pessoas estão lá.**

• • • • •

Saiba identificar as lacunas que precisa desenvolver e as que precisam ser preenchidas pelas pessoas que estarão com você nessa jornada. Transforme seu ambiente em um ambiente de desenvolvimento. **Um bom líder desenvolve novos líderes.**

**CARACTERÍSTICAS DE
UM LÍDER DE SUCESSO:**

Humildade	Inconformismo
Determinação	Adaptabilidade
Clareza	Empatia
Comunicação	Foco na solução
Propósito	Desenvolvedor de pessoas
Competitividade	



Você precisa aprender a liderar e lidar com pessoas. Se cada um der sempre o seu melhor, tornaremos nosso ciclo cada vez mais rico em conhecimento.

Pense nas pessoas que você precisa para fazer as coisas acontecerem.

Pense em quais aspectos você pode evoluir.

Pense em pessoas que podem ser sua rede de apoio.



Ninguém
faz nada
sozinho.

@cicinavarro

CAPÍTULO 13

Celebre



Nunca se esqueça: a partir do momento que você tirar seu sonho do papel, a cada passo dado, celebre, pule e não tenha vergonha das suas verdades.



sonhar



planejar



realizar



celebrar

Tudo que está aqui já foi um sonho. Não se esqueça de celebrar cada passo da sua jornada.

CAPÍTULO 12

Fechamento



Enquanto você
duvida de si
mesmo, pessoas
se inspiram com
seu potencial.

@cicinavarro



Para finalizar, deixo três frases que estão em nossa coleção e que escolhemos por motivos específicos:

“Cada um tem a vista da montanha que subir.”

Não há problema em falhar. Nós falhamos o tempo todo. O problema é desistir ou não aprender com a falha. **O problema é não ter objetivo.** Não existe realização sem esforço. Não existe subida sem desafios.

Suba a montanha mesmo que pareça difícil. **Vá subindo degrau por degrau, pedra por pedra.** Entenda que o te fez chegar até aqui não é o que vai te fazer chegar até o próximo nível. A cada nível que subir, ficará mais desafiador, e a responsabilidade será maior. **Mas a vista lá de cima vai recompensar toda a escalada.**

“Nunca amarre minhas asas.”

Este é o lema para quem é obstinado a viver os sonhos. **Quando se encontra o propósito e ele cresce dentro de você,** isso se torna muito maior do que qualquer obstáculo.

Estabeleça seus valores, siga em frente, voando e entendendo sempre onde reside seu solo fértil para uma aterrissagem segura.

“Do limão, uma *pink lemonade*.”

• • • • •

Não se esqueça de focar na solução, é incrível ser fora de cogitação! Olhe para o copo cheio. Enxergue oportunidades de crescimento no desafio e não desista no primeiro que aparecer.

Escolha onde você vai canalizar sua energia e faça tudo com o maior amor do mundo! Ah, e nunca se esqueça: **as pessoas se inspiram com seu potencial. Voe!**

Depois desta leitura, escreva abaixo qual é sua definição de sucesso:

**NÃO SE CANSE DE BUSCAR TUDO
AQUILO QUE SONHA PARA VOCÊ.**

@cicinavarro

Boa jornada rumo ao seu sonho.



Tudo que está
aqui já foi um
sonho, e não
se esqueça de
celebrar cada
passo dele.

@cicinavarro

COORDENAÇÃO E PRODUÇÃO EDITORIAL:
MARIANA COELHO @FALAMAISMARI

REVISÃO ORTOGRÁFICA:
OFÍCIO DAS PALAVRAS @OFICIO_DAS_PALAVRAS

DIAGRAMAÇÃO:
MARIANA FAZZERI @MARIANAFAZZERI

TODOS OS DIREITOS DESTA E-BOOK SÃO RESERVADOS E PROTEGIDOS
PELA LEI 9.610 DE 19/02/1998. NENHUMA PARTE DESTA GUIA PODERÁ SER
REPRODUZIDA OU TRANSMITIDA SEM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DO AUTOR.

COPYRIGHT © 2022
© CICI NAVARRO | TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

CICI
NAVARRO


Dra. Cherie