



# CONTRIBOIR

## MENTORING POD

Mentoria de Desenvolvimento Humano e  
Transições Conscientes, da base ao board.

Por Daniel Domingues.

# GUIA DO DOCUMENTO

Este é um documento preparado com muita autenticidade para contar sobre o programa de mentoria Contriboír - de onde emerge e por que, os impactos que co-cria e aspira, como co-cria, por quem e para quem co-cria.

Explicar o trabalho como nossa troca com o mundo é mais complexo do que parece - em especial um programa de jornada individualizada, co-criada com atenção, intenção e ação pragmática.

Melhor que um ppt bonito, são os feedbacks, palavras e sentimentos compartilhados por quem passou pela mentoria - eles estão ao longo do documento.

Por fim você também vai encontrar informações práticas de metodologia, duração e valores.

## TEMPO DE LEITURA

7-10 minutos lendo com atenção.

## O QUE VOCÊ NÃO VAI ENCONTRAR AQUI:

- 3 formas rápidas de ganhar seu primeiro milhão.
- A felicidade em 5 passos rápidos.
- Pílulas de motivação coach.

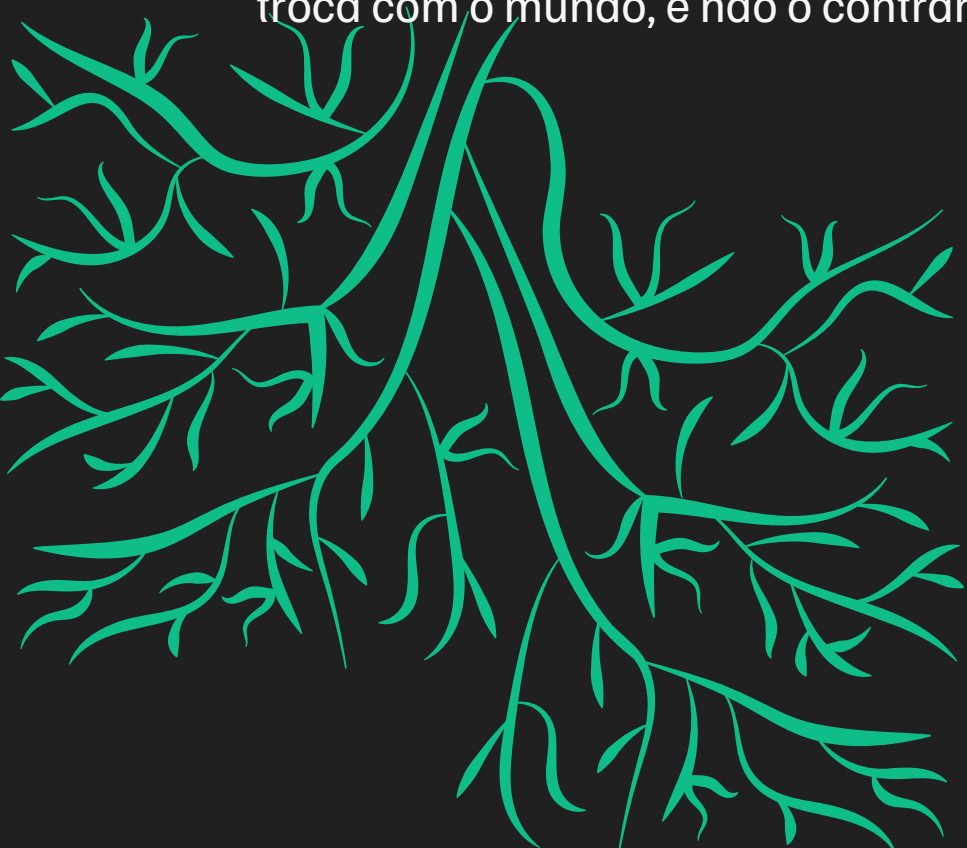
# QUEM QUEM SOMOS SOMOS

CONTRIBOIR

No coração dos Andes, onde as árvores sussurram segredos ancestrais, foi onde encontrei inspiração para criar a CONTRIBOIR.

Encostado em uma araucária chilena, com um caderno em mãos, mente e espírito em harmonia e silêncio, percebi que o verdadeiro crescimento vem de reconhecer nossas raízes e história como alavanca para autoconsciência e desenvolvimento.

Assim nasceu um espaço de mentoria que conecta líderes e futuros líderes às suas raízes internas, trazendo consciência a necessidade de nutrir o SER, para que o TER seja uma consequência óbvia da nossa troca com o mundo, e não o contrário.



## CONECTOU?

### O PROPÓSITO

O trabalho é, muito além do sustento, a nossa troca com o mundo. Em CONTRIBOIR, acredito que o sucesso está ancorado na co-criação e poder da experiência coletiva e alavancado no talento individual. Aprendi com +15 anos liderando equipes e inspirado nos povos originários que a força reside na união e no apoio mútuo, onde o ECO supera o EGO.

### A ABORDAGEM

Assim como uma árvore que primeiro desenvolve suas raízes antes de emergir, a mentoria foca em criar auto-consciência / conhecimento como plataforma para futuros emergentes e autorais. Abordo com muito respeito e sensibilidade a história de cada indivíduo e temas cruciais como burnout, transição de carreira, parentalidade no mundo corporativo, descoberta de talentos e competências e como/onde aplicá-las, buscando equilíbrio e satisfação na relação pessoal-profissional.

### DO MAPA AO TERRITÓRIO

"Contribuir" é sobre o compartilhar genuíno de saberes e vivências; "Tribo" é encontrar apoio em uma comunidade autêntica, cheia de gente boa e disposta a conectar; "Ir" é o convite ao campo, o movimento e à ação propositiva. Co-criar futuros possíveis e histórias onde o trabalho não é apenas o que fazemos, mas uma expressão autêntica de quem somos amplia os horizontes com coragem e propositividade.

Se você está na busca de transformar seu desafio atual em oportunidades e se conectar com seu verdadeiro potencial, a CONTRIBOIR pode ser seu próximo passo, já que aqui a jornada de autoconhecimento e crescimento é desenhada para refletir a essência de quem você realmente é.

# PARA QUEM É → A CONTRIBOIR ?

ConTriboiR embarca repertório contemporâneo para apoiar profissionais experientes com 7+ anos carreira, que buscam equilíbrio e alinhamento de valores na relação com trabalho, estão em processo de questionamento e/ou transição de carreira, enfrentam desafios comuns da base ao board como criação de times, relações líder-liderado, política-politicagem, burnon, burnout, ansiedade e esgotamento, movimentações equivocadas ou até se preparando para a jornada da parentalidade aliado a vida executiva.

1

## AUTOCONSCIÊNCIA E APRENDIZADO CONECTADO

### Reconecte com sua história

Entenda como ela contribui para o momento atual e o estado desejado/futuro.

### Você na sua melhor versão

Descubra habilidades e competências CORE e como elas podem ser aprimoradas, posicionadas e monetizadas.

### Getting your “SHIT” together

Trabalhe conscientemente os pilares de uma performance sustentável: Self-Care, Happiness, Inner Peace, Time Management.

2

## DESENVOLVIMENTO PESSOAL-PROFISSIONAL INTENCIONAL

### Acessando suas “fontes” geradoras de confiança

Construa autoconfiança para transições, reconhecendo sua história e aprendizados como base para caminhos de desenvolvimento propositivo e intencional.

### Planejamento de Carreira Consciente

Repense trilhas de carreira ancoradas em potencialidades, alinhamento com cosmovisão e entendimento do ciclo de vida pessoal-profissional.

### Entenda e supere desafios da relação com o trabalho

Entenda, identifique e encare os sintomas e efeitos de burnon, burnout, quiet quitting e quiet ambitioning - palavras bonitas para retratar a desconexão com o trabalho.

3

## FUNDAMENTOS DE LIDERANÇA E HABILIDADES PRÁTICAS

### Desenvolvimento de Liderança Autêntica

Encontre seu estilo de liderança a partir de consciência e intencionalidade com habilidades interpessoais e construa equipes de alta performance que você se orgulhará no futuro.

### Preparação para Novas Responsabilidades

Inicie novos desafios com consciência, serenidade e estratégia, partir do engajamento com o coletivo, entendimento de cultura e talento, comunicação e plano de ação de 100 dias.

### Entendimento da Cultura Organizacional

Entenda os principais aspectos de uma cultura e como isso pode habilitar, limitar ou alavancar o desenvolvimento do seu trabalho, sua equipe e o potencial combinado com a sua liderança.

4

## TRANSIÇÕES INTENCIONAIS E CONSCIENTES

### Metamorfose Ambulante e o espírito da nossa época

Lide com mudanças de maneira fluida e consciente, já que o mundo é líquido, conectado e a única constante atemporal é a mudança.

### Mentalidade de mudança ambidestra

Desafie paradigmas antigos e novos (inclusive os próprios) e prepare para descer ao “território” com intenção, planejamento, preparação e mente aberta, antecipando cenários e aumentando as chances de sucesso.

### Suporte em Transições Conscientes

Navegue por mudanças organizacionais, transições de carreira ou pessoais, como parentalidade ou mudança de país, de forma equilibrada e intencional com o suporte de quem já passou por situações parecidas.

# O PROGRAMA, A ENTREGA

ESCUTAR COM ATENÇÃO,

CO-CRIAR COM INTENÇÃO,

AGIR COM CONEXÃO.

UMA JORNADA DE 5 FASES E +20H DE 1:1s  
PARA PESSOAS-PROFISSIONAIS CONSCIENTES

9 Encontros de até 1h30 cada.

5 5 encontros de até 60 minutos  
com a tribo.

1 Encontro com Especialista de Talent  
para feedback de posicionamento de  
Linkedin e preparação para processos.

## 1 (Do Mapa ao Território)

- Explicar o processo da Mentoria;
- Alinhar expectativas e acordos mútuos;
- Definir objetivos claros para a jornada;
- Compartilhar o espaço digital e as ferramentas.

## 3 (Intenção) Co-criando a Troca com o Mundo

- Identificar o que te torna “o melhor do mundo”;
- Trazer perspectivas científicas, reais e percebidas de suas competências;
- Trazer clareza a suas competências-chave e fortalezas, bem como o impacto que elas geram;
- Mapear atividades/escopos/carreiras onde suas competências são chave;
- Analisar, estudar e entender a Cultura ideal para que seu potencial seja realizado.

## 5 (Do Território ao Mapa: Reflexão Final)

- Reconhecer o desenvolvimento e amadurecimento;
- Refletir sobre os aprendizados da jornada.

## 2 (Atenção) Explorando como você chega nessa Mentoria - O que Somos

- Acessar valores, virtudes e talentos;
- Explorar uma retrospectiva apreciativa de vida ;
- Entender o ciclo de vida pessoal e profissional;
- Co-criar os objetivos da mentoria.

## 4 (Ação) ContriboINDO com Intenção no Campo

- Criar o “Mapa da Tribo” que vai ajudar a trazer perspectivas sobre as possibilidades criadas;
- Conexão com pessoas-profissionais referência para troca de ideia-experiência e potencialmente oportunidades futuras;
- Revisão de Linkedin e CV com especialista de Talent Acquisition para um posicionamento que reflita o objetivo traçado.

DA FERIDA

Da FERIDA nasce o DOM

DA FERIDA

NASCE O DOM

NASCE O



DA FERIDA

DA

NASCE O DOM

Da FERIDA nasce o DOM



DA FERIDA

DA FE

DOM

NASCE O

DA FERIDA



NASCE O DOM

Da FERIDA nasce o DOM

N

# MENTOR E GUIA DA JORNADA

## DA FERIDA NASCE O DOM

Neto de sobreviventes do Holocausto, filho de pai negro pobre e mãe ruiva, e membro recente do clube dos 40enta, me encontro com a mochila cheia de histórias vividas em cinco cidades e três países diferentes, privilegiado por experienciar, por aprender e nutrir relações saudáveis com pessoas e organizações incríveis que cruzaram meu caminho.

Essas conexões vieram das mais diversas tribos, backgrounds, ciclos de vida, culturas, experiências, indústrias e mercados possíveis, que me revelaram um grande generalista, questionador de status-quo, e apaixonado por transformações ancoradas em pessoas, suas histórias de vida, talentos e valores individuais ampliados pela magia coletiva.

Liderei negócios e times de 2, 20, 50, 80, +100 pessoas na vida executiva. Seja em times comerciais ou em categorias, online, offline e omnichannel...de Gillette, Pampers, Pantene, Always, Eno, Sensodyne, Cataflan e Corega, de Veja, Vanish, SBP e Bom Ar a Jontex. Criei negócios de campos diversos ancorados na pura curiosidade e "drive"... de cozinha de delivery e chocolate orgânico via ecommerce, a proptech e coliving. De consultoria de vendas omnichannel, a marketplace B2B, de cleantech a energytech e mentoria.

Apreendi sobre... Neurolingüística em meio a natureza a Teoria U nos Andes chilenos, ao Futuro das coisas do sofá de casa no virtual. Do sério burnout em São Paulo ao "bornout" em Londres, transitei por muitos territórios e vivi "mapas" diversos ao longo dos mais de 20 anos de desenvolvimento profissional e pessoal.

Com a mudança do centro de gravidade da minha vida - a parentalidade da Maitê - passei a questionar estruturas, condutas, valores, estereótipos, verdades e mentiras, tanto internas quanto externas.

Num mundo ansioso, líquido e hiperconectado, entendi que, muito além de TER (carreira, patrimônio, status), está a riqueza e leveza de SER e viver o luxo nas coisas simples que a vida oferece: tempo, liberdade e autenticidade.

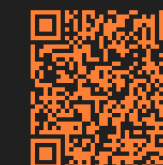


Assim, a mentoria vem como parte central de um portfólio de vida, é a minha troca com o mundo.




É um movimento de serviço ao próximo a partir de relações baseadas em tecnologia humana (escuta, intenção, intuição e criatividade), conversas que realmente importam e conexão em rede. É uma maneira de gerar impacto positivo, empoderamento pessoal, satisfação, direcionamento para transições, progressos e caminhadas mais conscientes e propositivas aos que me confiam a jornada. Tudo isso enquanto sigo humildemente aprendendo sobre mim mesmo.

Quer conhecer mais? Algumas dessas histórias - em especial de liderança e desenvolvimento estão documentadas em posts lindos no LinkedIn - dá uma olhada aqui!



/DEPOIMENTOS

# O QUE DIZEM OS MENTORADXS

BRUNA NOBRE  
/GER SR MARKETING 

“Dani é uma pessoa incrível. Todas as nossas trocas são extremamente enriquecedoras. Ele nasceu para desenvolver pessoas, extrair o melhor delas, explorar as sombras e trazer a luz de uma forma direta, genuína, fácil e muito verdadeira. Suas experiências enriquecem ainda mais nossas discussões, tornando-as não apenas teóricas, mas profundamente conectadas com a vida real.”

CAMILA PAIVA  
/GERENTE CONTAS 

“Graças a escuta atenta e orientação precisa, o Dani não apenas abriu portas ao me conectar com pessoas incríveis do mercado, mas também me ajudou a abrir a porta mais importante: a de olhar para dentro. Ele me fez refletir sobre quem eu sou, minha jornada e, principalmente, sobre a profissional que me tornei ao longo dos anos e a que eu queria me tornar. Dani foi essencial nessa jornada.

Ele não me deu respostas prontas, mas soube me provocar e me desafiar a enxergar o que, naquele momento, parecia impossível. Sou imensamente grata por ter tido sua orientação em um momento tão crucial da minha vida, e não tenho dúvidas de que ele será uma inspiração para muitos outros profissionais que buscam reencontrar sua essência.”

ANTONIO SUSSMAN  
/GER MARKETING 

“A mentoria do programa contribuir, vai além do convencional, suas metodologias estão além do que vemos por aí, agregando um real valor em como me identificar como pessoa dentro e fora do ambiente profissional, fora sua experiência de mercado e contatos, Daniel está atualizado de ferramentas de auto conhecimento que agregam muito nas sessões num verdadeiro mergulho a si mesmo”

ISADORA DELGADO  
/HEAD FINANÇAS E ESTRATÉGIA 

“Você é demais e apareceu na minha vida em um momento ideal. Não vou cansar de agradecer a você por tamanha paciência com o meu tempo mais extenso. Sinto que agora estou me encontrando, me fortalecendo e ganhando o direcionamento que faltava para expor todo o meu potencial a partir das conversas, já que você direciona a nos escutar e não nos dá o roteiro pronto.

Cada vez saio mais confiante, sinto que não estou sozinha, mas apoiada por alguém que tem muita consciência, conhecimento, noção, vivência, e que não faria algo sem acreditar. Obrigada por acreditar em mim.”

FELIPE CUSATO  
/GERENTE DE TRADE MKT 

Eu recomendaria a mentoria porque foi uma experiência transformadora, tanto no aspecto profissional quanto pessoal. A abordagem humanizada do Daniel faz toda a diferença, criando um espaço seguro e acolhedor para reflexões e aprendizados profundos. A vasta experiência dele no universo corporativo trouxe insights práticos e relevantes, sempre ilustrados com exemplos que tornam o conteúdo fácil de absorver.

Além disso, a mentoria mergulha em temas que vão além do profissional, ajudando a alinhar propósito, competências e bem-estar, o que permite passar pelo processo de forma mais completa e equilibrada.”



FELIPE CUSATO  
/GER TRADE MKT



“Sua abordagem é muito clara, humana e bem estruturada, o que cria uma sensação de confiança muito grande. Em um ambiente seguro como esse, é possível compartilhar todas as sombras sem o medo de ser julgado, e isso é extremamente importante para quem está sendo mentorado. Como se tudo isso não fosse suficiente, o que mais me impressionou foi você compartilhar seus próprios exercícios e os resultados que obteve com eles. Ter acesso à sua vulnerabilidade elimina qualquer barreira que possa existir.”

MARINA AFONSO  
/HEAD



“A mentoria foi um dos melhores investimentos que já fiz em mim mesma. Todos que têm a oportunidade deveriam vivenciar essa experiência. Esses meses de trabalho juntos foram incríveis e impactaram diretamente a forma como eu enxergo minha carreira e minhas possibilidades. Dani tem uma empatia única e conseguiu me ajudar a visualizar coisas simples sob uma perspectiva completamente nova. Nossa afinidade, especialmente na maneira de enxergar o 'copo meio cheio', fez com que cada sessão parecesse um café descontraído entre velhos amigos – mas com muito aprendizado e reflexão.

Uma das partes mais valiosas, para mim, foi sua capacidade de me conectar com pessoas que têm carreiras e skills semelhantes às minhas. Essa rede de contatos me trouxe insights e inspirações que eu não imaginava acessar. Sou muito grata por essa jornada. Foi transformadora e, sem dúvida, levarei esse aprendizado comigo daqui para frente.”

MARTHA BELTRÁN  
/ECOMMERCE MANAGER



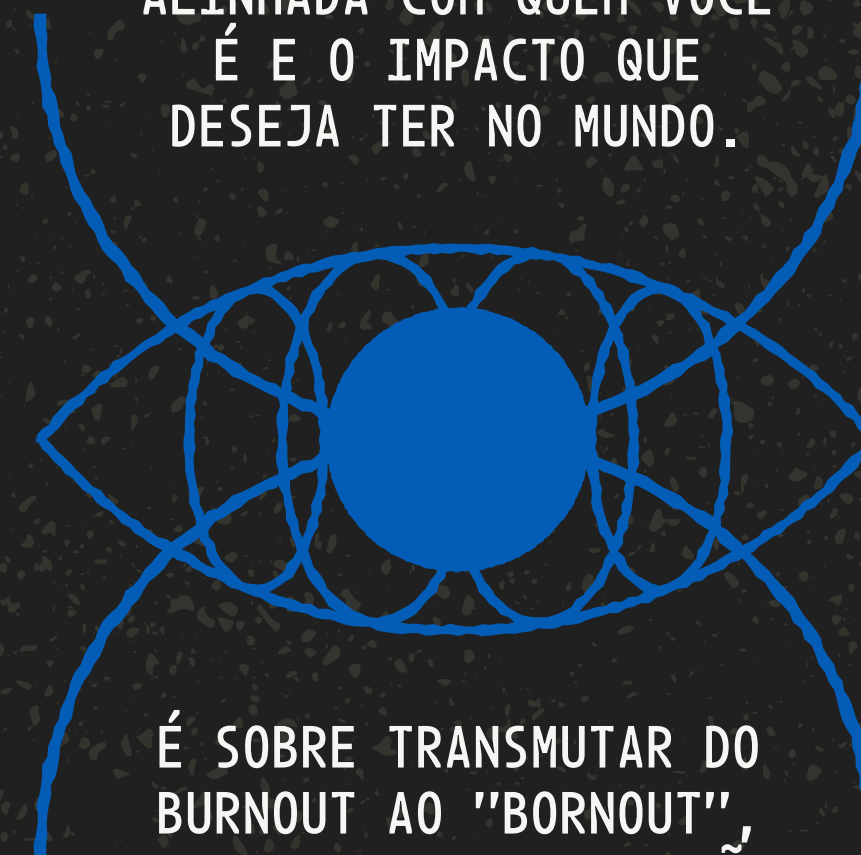
“Siento que puedo hablar sin ataduras. Dani, estas para escucharme y para darme tu feedback pero siempre escuchando primero y eso me encanta. Siento que soy yo la que tiene que hacerse más tiempo para realmente sacarle todo el jugo a esta mentoria contigo. Esto realmente es un life changing acontecimiento que me estoy dando oportunidad de vivir. Need to take more advantage of it. Pero gracias por saber darme tiempo”

BRUNA NOBRE  
/GER SR MARKETING



“Com maior clareza sobre habilidades, valores e caminhos possíveis, tive um aumento notável na minha coragem para encarar pessoas e situações desafiadoras. Os exercícios e discussões provocativas durante as sessões me estimularam a sair da zona de conforto e a enxergar o mundo ao meu redor de uma nova forma, graças a prática de olhar para além do óbvio e questionar minhas próprias percepções.”

CONTRIBOIR É UM CONVITE  
PARA REDESCOBRIR O  
SIGNIFICADO DO TRABALHO  
E CO-CRIAR UMA CARREIRA  
ALINHADA COM QUEM VOCÊ  
É E O IMPACTO QUE  
DESEJA TER NO MUNDO.



É SOBRE TRANSMUTAR DO  
BURNOUT AO "BORNOUT",  
EQUILIBRANDO A RELAÇÃO  
COM O TRABALHO E  
ENCONTRANDO REALIZAÇÃO  
PESSOAL E PROFISSIONAL.

# O "COMO" É O CORE

# O TRABALHO É A NOSSA

ConTriboiR não é mais uma mentoria no mercado,  
e muito menos um lance coach-caga-regra - #pelamordedeus.

Este programa não busca escala, mas profundidade. Cada mentoria é única, desenhada para refletir a essência de quem você realmente é. Abordo temas relevantes da base ao board, alinhados ao momento de vida, talentos e afinidades, para um equilíbrio da relação com o trabalho, já que hoje o burnout se tornou epidêmico e a desconexão entre o ser e o fazer é a norma.

# TROCA COM O MUNDO

## O QUE TORNA CONTRIBOIR MENTORING POD UMA TROCA ÚNICA?

### PREPARAÇÃO E INTENÇÃO EM CADA SESSÃO

Todos encontros são planejados com base no seu momento, desafios e objetivos.

### RESPEITO AO SEU TEMPO E O NOSSO RITMO

Sem pressa ou pressão, o programa desenvolve no seu ritmo, num prazo máximo de 5 meses. Esse é o prazo máximo, onde ainda é possível construir algo fluido.

### TECNOLOGIA HUMANA

Competências humanas como criatividade, imaginação e empatia, ancoradas em práticas de reflexão, escrita e escuta regenerativa. Quanto + conectado consigo e o processo, melhor o resultado.

### TECNOLOGIA QUE FACILITA SUA JORNADA

Todas as sessões são gravadas, transcritas e documentadas com insights e próximos passos. Exercícios, conversas e referências são gerenciados propositivamente para que nenhum detalhe seja esquecido. Utilizo stack de tecnologia e algoritmos para garantir uma UX organizada, detalhada e robusta.

# POR QUE AGIR AGORA?

NÃO É UMA MENTORIA ESCALÁVEL / DE VOLUME E O PROCESSO SELETIVO SE ENCERRA EM 24/03.

## PROGRAMA COMPLETO +20h de interações 1:1

- 9 encontros de até 1h30 cada.
- 5 encontros de 1 hora com "a Tribo".
- 1 encontro com especialista de Talent Acquisition.

Acesso ao Espaço Personalizado no Notion para organização e documentação da jornada.

Acesso aos pods de mentoria coletiva e convidados externos com conteúdo co-criado em comunidade.

Acesso ao Grupo Contriboair Pod: um espaço de troca e aprendizado coletivo, co-criado entre mentores, mentorados e "significant others".

Acesso às sessões gravadas e transcritas com AI.

Acesso ao resumo/mindmap da biblioteca de referências da mentoria.

Tempo processo: É oferecida uma flexibilidade para adaptação às necessidades do mentorado, mantendo um prazo máximo de 5 meses à partir da 1ª sessão.

**INVESTIMENTO: R\$ 6.345**

Condições de pagamento flexíveis, emissão NF para empresas disponível.

## VERSÃO SELF-PACED +6h de interações 1:1

- 3 encontros de até 1h30 cada.
- 2 encontros de 1 hora com "a Tribo".

Acesso ao Espaço Personalizado no Notion para organização e documentação da jornada.

Acesso aos pods de mentoria coletiva e convidados externos com conteúdo co-criado em comunidade.

**INVESTIMENTO: R\$ 3.618**

Condições de pagamento flexíveis, emissão NF para empresas disponível.

9 VAGAS  
PROGRAMA  
COMPLETO

9 VAGAS  
PROGRAMA  
SELF-PACED

A MENTORIA PODE SER EM PORTUGUÊS, INGLÊS OU ESPANHOL!

# Vamos ContriboIR juntos?

O PRIMEIRO PASSO É SIMPLES!

Escaneie o QR code abaixo e preencha o questionário.



É um questionário prévio, não significa aplicação ou obrigação.

Quem já preencheu diz:  
"Só de preencher o questionário já aprendi + algo sobre mim e valeu a experiência".

NÃO DEIXE ESSA OPORTUNIDADE PASSAR.

As vagas são limitadas, e o prazo de inscrição vai até 10/3 - depois do carnaval!

CONTRIBOIR

Há mais na vida do que apenas "sobreviver" no trabalho.



WHATSAPP



INSTAGRAM



LINKEDIN





"Uma caminhada entre mente e coração, com bilhete de volta."