

Thelma Assis



Mídia Kit • 2025

@thelminha



mynd
TALKS

PRAZER,

Thelma Assis



Thelma Assis indica caminhos para lidar com o medo de agir, rompe padrões limitantes e reativa o protagonismo.



Sua presença é mais do que inspiradora:
é transformadora

especialmente para empresas que desejam fortalecer a autonomia emocional, combater a estagnação e a procrastinação e estimular a coragem de inovar.



GLAMOUR 100 ANOS DE GLÓRIA Lifestyle Entrar

Buscar

Thelminha avalia sucesso do 'Sambadela' e presença das mulheres negras no samba

"Eu costumo dizer que o carnaval sempre foi a minha terapia, a escola de samba sempre foi pra mim o lugar de escolha para celebrar as minhas conquistas", contou Thelminha

Por Esmeralda Angélica (@esmeangelica)
09/10/2023 19h14 - Atualizado há um ano

Facebook Twitter WhatsApp Print

Menu Buscar Quem 100 The Town Entrar

Últimas Prata 888 25 Entrevistas Quem Disse? Fitness TV e Novelas Capas Viagem Saúde

Thelma Assis fala sobre carreira de apresentadora na Globo: 'Escola'

Médica ainda lembrou de sufoco que passou ao vivo junto a Patrícia Portia

Por Marina Bonini (@marina_bonini)
10/09/2023 17h51 - Atualizado há um ano

Facebook Twitter WhatsApp

marie claire MODA | ELLE LITERO | BEAUTY TUDO | POWER TOP DOLBY | BELEZA | REVISTA DIGITAL | Assinar

Thelma Assis: 'Descobri que tinha sido adotada aos 14, com um telefonema anônimo'

Filha de pais americanos, Thelma Assis descobriu com um telefonema anônimo, aos 14 anos, que era adotada. O que ela quis se um choque doloroso de sua vida com uma de suas principais características: a realidade. Contando todos os detalhes sobre sua história de adoção, ela se tornou uma das mulheres mais poderosas do Brasil. Thelma Assis também se tornou uma das mulheres mais poderosas do Brasil. Quando todos achavam que ela já tinha encontrado a sua vida, surgiu uma nova história: a de Big Brother Brasil, a maior edição da história do reality show global, o Brasil e a primeira de 101.5 milhões para casa. A Marie Claire, ela não hesita diante de tanta e tanta, de paixão pela dança, do desejo de ser mãe e de como veio se transformando na grande. Com isso, Thelma Assis Marie Claire Assis, a esposa Thelminha.

3.100.000 de visitas

PRINCIPAIS CATEGORIAS
DO NÚMERO ESPECIAL
09/10/2023 19h14 - Atualizado há um ano

gshew CULTURA POP | Buscar | Entrar com login

Thelma Assis lança livro biográfico: 'É um registro de alma, de dentro para fora'

Em 'Quem, poder, vencer', Thelminha narra toda a sua história de vida, desde a sua adoção, passando pelo Brasil, história com o samba, a medicina, a dança, sua trajetória no 'BBB2023'

Por Duda Preta, @duda - 09/10/2023 17h51 - Atualizado há um ano

Facebook Twitter WhatsApp Print



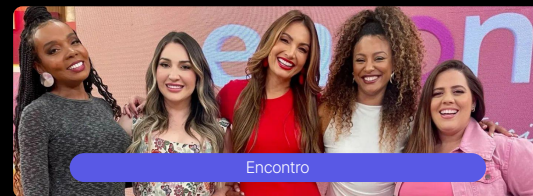
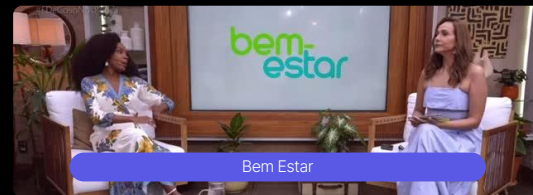
além de palestrante, Thelminha também é:



Médica anesthesiologista formada pela PUC-SP com pós-graduação em Medicina de Família (Einstein)



Escritora, lançou a obra "Querer, poder, vencer" pela editora Planeta,



Apresentadora, esteve à frente dos programas "É de Casa", "Encontro" e "Bem-estar", todos da Rede Globo, além do "Desafio Aceito" (UOL).



4.7M
seguidores

@thelminha



197K
de seguidores



1.3M
de seguidores



254K
de seguidores



305K
de inscritos

por que contratar
Thelminha para
palestras, painéis,
convenções e
eventos?



01

AJUDA A DESTRAVAR TALENTOS ESTAGNADOS PELO MEDO DE SE EXPOR.

Thelma mostra que **a ação vem antes da sensação de estar pronto**. Sua palestra é um convite para sair da paralisia causada pelo perfeccionismo, insegurança ou síndrome do impostor.

Com histórias reais e muita autenticidade, ela inspira equipes a **agir com coragem mesmo diante do medo**, um diferencial decisivo em contextos de mudança, inovação e pressão.

por que contratar
Thelminha para
palestras, painéis,
convenções e
eventos?



*"O conforto é
desconfortável para os
nossos maiores sonhos."*



02

SUGERE ESTRATÉGIAS PARA LÍDERES E EQUIPES AGIREM DIANTE DE DESAFIOS.

A principal estratégia que Thelma compartilha não é técnica, é humana: **movimento com intenção**. Ela ensina a fazer "o próximo movimento possível", mesmo diante do medo, da dúvida ou da falha. Isso gera uma **virada de chave na mentalidade** de profissionais que precisam sair do automático e liderar sua própria trajetória — seja em cargos operacionais ou executivos.

por que contratar
Thelminha para
palestras, painéis,
convenções e
eventos?



*"Existe um perigo imenso
para os nossos sonhos, o
perigo de acreditarmos que
eles são impossíveis."*



03

FORTALECIMENTO DA CULTURA DE DIVERSIDADE E PERTENCIMENTO

Com essa palestra, seus colaboradores se sentem representados e reconhecidos em suas diferenças. A fala da Thelma ativa conversas sobre inclusão com empatia.

As empresas se beneficiam de um ambiente mais aberto à escuta, combatendo silenciamentos e estereótipos.



resultados transformadores

- ✓ Líderes e equipe saem da palestra com mais **coragem para tomar decisões difíceis** e estratégia pra isso.
- ✓ A palestra inspira colaboradores a **tomar iniciativa e buscar soluções**, mesmo em contextos de incerteza ou risco.
- ✓ Redução do comportamento passivo e aumento da **autonomia e da proatividade**.





marcas que já trabalharam com Thelminha

mynd

 globo


Eudora


McDonald's

C&A


FENTY BEAUTY
BY RIHANNA

Ipanema


natura