

Strategy brief

Missão do projeto

Transformar o repertório de Nicole em um produto de entrada que seja simples de entender, honesto nos limites e útil no primeiro contato.

Produto a ser construído

Uma experiência educativa de baixo ticket que ajuda a participante a observar a sequência que antecede escolhas alimentares automáticas e testar uma prática de atenção no cotidiano.

Público de trabalho

Mulheres adultas que relatam repetição de tentativas de organização alimentar e desejam mais clareza sobre o comportamento, sem aderir a uma nova lista rígida de regras.

Problema de comunicação

O público já viu muitas promessas. Se o projeto falar como dieta, perde diferenciação. Se falar apenas como teoria, perde aplicação. A resposta deve combinar reconhecimento emocional e prática objetiva.

Mecanismo de trabalho

A sequência invisível da escolha: contexto, pensamento, emoção, impulso e resposta. O produto torna essa sequência observável e propõe uma pausa breve como primeira prática.

Resultado educacional pretendido

Ao final, a participante deve conseguir identificar uma sequência pessoal recorrente, registrar uma situação e repetir uma prática simples de atenção. Isso não equivale a resultado clínico ou corporal.

Tom de voz

Calmo, adulto, acolhedor e direto. Sem infantilização, culpa, medo, promessas absolutas ou excesso de jargão.

Decisões ainda abertas

- nome definitivo;

- formato e duração;
- materiais complementares;
- modelo de suporte;
- arquitetura completa de continuidade.