

**SILVANA RAMIRO**

Jornalista | Apresentadora | Media Trainer | Palestrante

---

## **PROPOSTA TÉCNICA - MEDIA TRAINING**

Tribunal Regional Federal da 2ª Região – TRF2  
Gabinete da Presidência  
Presidente Des. Federal Luiz Paulo da Silva Araújo Filho

---

### **1. OBJETO**

Prestação de serviços especializados de Media Training, por meio de treinamento individualizado, destinado ao aprimoramento da comunicação institucional, preparação para entrevistas e qualificação da performance comunicacional em ambientes de exposição pública.

---

### **2. OBJETIVO DO TREINAMENTO**

Capacitar o participante para atuação estratégica diante da imprensa e em apresentações públicas, promovendo maior clareza na transmissão das mensagens institucionais, segurança na condução das entrevistas e fortalecimento da imagem institucional.

---

### **3. DESCRIÇÃO DOS SERVIÇOS**

O treinamento compreenderá:

- abordagem técnica sobre comunicação institucional e relacionamento com a imprensa;
  - estratégias de construção e organização de mensagens-chave;
- orientações sobre linguagem verbal e não verbal;



- condução de entrevistas em situações de pressão;
  - simulação prática de entrevista;
  - análise técnica e feedback individualizado;
  - palestra com recomendações práticas para apresentações e entrevistas.

---

#### 4. PERÍODO, CARGA HORÁRIA E LOCAL

- **Horário:** das 10h às 13h
- **Carga horária total:** 3 (três) horas
  - **Data:** a ser definida
- **Local:** sede do Tribunal Regional Federal da 2ª Região – TRF2
  - **Formato:** treinamento individual presencial

---

#### 5. VALORES

##### Media Training

Prestadora: SR Comunicação e Treinamentos LTDA

- Valor total: R\$ 9.000,00 (nove mil reais)
- Valor com impostos, encargos e demais custos já inclusos.
- Pagamento mediante emissão de Nota Fiscal pela empresa contratada.

---

#### 6. CONDIÇÕES DE PAGAMENTO

Pagamento à vista e por empenho, em até **05 (cinco) dias úteis**, contados da:

- apresentação da Nota Fiscal;
- entrega dos certificados de aprovação no treinamento;
- emissão do atesto pelo gestor do contrato.

