



# Fernando Rocha

## Jornalista e apresentador

Fernando Rocha foi apresentador do programa Bem Estar da TV Globo durante 5 temporadas. Na sua trajetória profissional, também já atuou em assessorias de imprensa e repórter de filiações da TV Globo. Foi vencedor de diversos prêmios e sua atuação como apresentador, palestrante e mediador em eventos corporativos sempre é muito elogiada.

Recentemente, Fernando lançou o livro homônimo “Na Medida do Possível” graças ao sucesso do jornalista em suas aventuras e desventuras do programa “Bem Estar”.

Em suas palestras, Fernando Rocha fala sobre a dificuldade de alcançar objetivos e também sobre temas como comunicação e saúde.



### Na medida do possível

A vida saudável e seus muitos desafios. De um lado, os padrões de estética, dietas, circuitos de academia, alimentação equilibrada. Do outro lado, a vida real!



### Decisões

Os desafios e mitos da tão difícil – ou nem tanto – missão de alcançar nossos objetivos e estabelecer nossas metas pessoais e profissionais