100 SEMENTES PARA A VIDA

Ana Tereza Camasmie lança livro para o leitor   
cultivar sabedoria em pequenas e belas mensagens

Textos curtos e precisos armazenados em um valoroso celeiro. Sementes para a caminhada, sementes para a alma, sementes para a vida. Assim é o lançamento Sementes de **Ana Tereza Camasmie**, a sensível, objetiva e competente psicoterapeuta, filósofa, escritora e palestrante de sucesso que vem tocando e transformando milhares de pessoas ao compartilhar seu conhecimento e sua experiência.

O livro de bolso é composto por uma seleção de textos dos best-sellers “Caminha Que a Vida Te Encontra” e “Palavras para a Alma” escritos pela autora, que revisou e aprimorou cada trecho especialmente para compor este lançamento, resultando em mensagens concisas e ainda mais impactantes.

Autoconhecimento, comportamento, crescimento e muitos outros aspectos que envolvem desafios existenciais, emoções e vida de relação estão presentes. A variedade de temas é grande, abordando: fé, coragem, adversidades, conexão espiritual, autocuidado, perdão, gratidão, desapego, convivência, propósito de vida e muito mais.

A tipografia em sinergia com as ilustrações forma uma capa com simbologia única, expressiva e bela, denotando o ato de semear e a frutífera colheita decorrente. O miolo da obra é impresso em uma cor verde especial, harmonizando com a capa e criando sinergia com o conceito de cultivo. A diagramação leve e moderna com cada mensagem disposta em uma página dupla melhora a legibilidade e facilita a leitura de mensagens escolhidas ao acaso.

A nova publicação integra o crescente catálogo dos práticos livros de bolso da **InterVidas**, elaborados com alta qualidade editorial e gráfica. O tamanho compacto é ótimo para manter o livro sempre ao alcance, convenientemente guardado na bolsa ou no bolso, ou até levado na mão. Os exemplares são produzidos conforme as normas internacionais do FSC®, principal sistema de certificação florestal do mundo. O formato e o conteúdo tornam o título uma excelente opção para presentear.

Indo além de palavras, a autora concretiza a boa sementeira em ações, inclusive cedendo integralmente os direitos autorais para o Centro Espírita Tarefeiros do Bem, sediado na cidade do Rio de Janeiro. Quanto a nós, leitores, resta-nos atender ao chamado:

É preciso mexer na terra de nossos corações, retirar o que não serve mais, oxigenar o terreno com esperança, depositar nele as sementes boas e, por fim, cuidar! Semeie-se!

SOBRE A AUTORA

Ana Tereza Camasmie [Rio de Janeiro, RJ, 14 de outubro de 1964]

É doutora em psicologia clínica pela Universidade Federal Fluminense (UFF), mestre em filosofia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) e psicoterapeuta desde 1990. Formada em constelação familiar pelo Iralem, no Rio de Janeiro, realiza atendimentos e é docente de seus cursos de formação. É autora dos livros “Palavras para a Alma”, “Caminha Que a Vida Te Encontra”, “Mãe, as Faces da Força do Amor Materno” e “Psicoterapia de Grupo na Abordagem Fenomenológico-existencial: Contribuições Heideggerianas”. É apresentadora do programa “Palavras para a Alma” na Web Rádio Fraternidade. É responsável pela capacitação de coordenadores no Centro Espírita Tarefeiros do Bem, no Rio de Janeiro. Faz palestras espíritas em vários congressos brasileiros. Nasceu em família espírita. É casada, mãe de três filhos, avó de três meninos, gosta de fazer cerâmica, cuidar de plantas, caminhar e… semear.

SINOPSE

Sementes para a caminhada, sementes para a alma, sementes para a vida. Este livro apresenta 100 sementes preciosas, únicas, cada uma abordando um importante tema com mestria. A sensibilidade, a objetividade e a competência de Ana Tereza Camasmie estão consolidadas nesta obra, formada por uma seleção de textos dos best-sellers “Caminha Que a Vida Te Encontra” e “Palavras para a Alma” elaborados pela autora, que revisou e aprimorou cada trecho especialmente para compor este livro, resultando em mensagens concisas e ainda mais impactantes. É preciso mexer na terra de nossos corações, retirar o que não serve mais, oxigenar o terreno com esperança, depositar nele as sementes boas e, por fim, cuidar! Semeie-se!

RESPONSABILIDADE SOCIAL

Os direitos autorais da obra são revertidos para o Centro Espírita Tarefeiros do Bem, cujas origens remontam a 1998. A instituição sediada no bairro de Botafogo da cidade do Rio de Janeiro realiza várias atividades gratuitas: estudo e divulgação espírita, evangelização infantojuvenil, atendimento fraterno, sala de conversa, transmissão de passes, assistência espiritual. [[tarefeirosdobem.org.br](https://tarefeirosdobem.org.br/)]

RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

Livro produzido com papel e gráfica certificados FSC®, principal sistema de certificação florestal do mundo, identificando que a matéria-prima usada em produtos de origem florestal é proveniente de uma área manejada de forma ecologicamente correta, com condições justas de trabalho e de maneira economicamente viável. [br.fsc.org]

DIFERENCIAIS

– lançamento de autora de sucesso

– escritora dos best-sellers “Palavras para a Alma” e “Caminha Que a Vida Te Encontra”

– profissional com extensa formação nas áreas psicológica, filosófica e terapêutica

– terapeuta com larga experiência de atuação nos temas abordados

– palestrante renomada em todo o Brasil

– influenciadora com dezenas de milhares de seguidores nas redes sociais

– apresentadora de programa no rádio

– formadora de opinião respeitada

– título original e instigante

– conteúdo preciso, motivador e impactante

– temas importantes englobando autoconhecimento, comportamento, emoções, família, relações humanas, espiritualidade, vida

– 100 mensagens concisas e objetivas, bastante apropriadas para postagem e engajamento nas redes sociais

– linguagem de fácil entendimento

– gênero de grande vendagem no mercado editorial

– obra dirigida ao público geral, excelente opção para presentear qualquer leitor

– livro com bela capa, produção gráfica superior, acabamento de qualidade, diagramação moderna, bela e prática em cor especial

– formato compacto muito conveniente para dispor junto ao caixa no ponto de venda

– preço justo e atrativo

– exemplares produzidos com certificação FSC®

– direitos autorais doados para instituição espírita

PALAVRAS-CHAVE

autoconhecimento; comportamento; psicologia aplicada; Evangelho; espiritismo; autoajuda; desenvolvimento pessoal; desafios existenciais; motivação; emoções; reflexões; família; relações humanas; espiritualidade; vida; caminhada; crescimento; Ana Tereza Camasmie; Web Rádio Fraternidade; Palavras para a Alma; Caminha Que a Vida Te Encontra; psicoterapeuta; psicóloga; consteladora; constelação familiar; filósofa; palestrante; escritora; influenciadora digital; apresentadora; Centro Espírita Tarefeiros do Bem; FSC®

DIVULGAÇÃO

– lançamento em eventos que a autora participa

– divulgação para milhares de seguidores da autora, da editora e de influenciadores digitais

– grande repercussão em redes sociais e veículos de comunicação

– anúncio em importantes rádios, jornais, revistas e catálogos impressos

– postagem em mídias digitais e envio de e-mail marketing

– assessoria de imprensa especializada

– criação de peças digitais personalizadas para distribuidores e livreiros

DADOS TÉCNICOS

– título: *Sementes*

– autoria: Ana Tereza Camasmie

– editora: InterVidas

– edição: 1.ª

– gênero: autoconhecimento

– temas: autoconhecimento, desenvolvimento pessoal, comportamento, reflexões, psicologia aplicada, emoções, saúde, família, relações humanas, espiritualidade, vida, crescimento

– ISBN: 978 85 60960 44 6

– tamanho: 7,5×11×1,2 cm

– páginas: 224

– peso: 80 g

– preço: R$ 39

– produção: brochura com orelhas e cadernos costurados e colados; capa em papel cartão 250 g/m² impresso em 4×1 cores com laminação BOPP fosco e verniz UV brilho com reserva; miolo em papel ofsete 75 g/m² impresso em um cor especial

– tiragem: 5 mil exemplares

– publicação: julho de 2025

AMOSTRA DIGITAL

– [intervidas.com/amostra/sementes](https://intervidas.com/amostra/sementes)

IMAGENS

– autora: [intervidas.com/imagens/anaterezacamasmie](https://intervidas.com/imagens/anaterezacamasmie)

– obra: [intervidas.com/imagens/sementes](https://intervidas.com/imagens/sementes)

PARA SABER MAIS

[intervidas.com](https://intervidas.com/)

Instagram: [@editoraintervidas](https://www.instagram.com/editoraintervidas)

Facebook: [@intervidas](https://www.facebook.com/intervidas)

WhatsApp: 17 99736 9800

assessoria@intervidas.com