

[Susana Helena de Sousa]

Portuguesa, 41 anos / Monte do Malhão Cx Pt 272 8950-191 Castro Marim

Telefone: 00351964211557 / E-mail: [susanahelenadesousa@outlook.pt/](mailto:susanahelenadesousa@outlook.pt) Redes

Sociais: <https://www.linkedin.com/in/susana-helena-de-sousa-a606a1a4/> Cartão

Cidadão: 11768566/Carta de Condução: Sim



FORMAÇÃO

Formação Superior em Jornalismo:

- **2001:** Tese de Licenciatura Bietápica: «Serviço Público de Televisão», sob a orientação do jornalista Leonídio Paulo Ferreira que deu «elevado grau de distinção» à publicação dedicada à temática com entrevista ao jornalista português Carlos Pinto Coelho.
- **1999-2004:** Licenciatura Bietápica em Comunicação Social, vertente Jornalismo. Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Setúbal

Formação Adicional em Jornalismo:

- **2016:** Formação de Imprensa para jornalistas sobre Fundos Estruturais e Política de Coesão (Representação em Portugal da Comissão Europeia e Parlamento Europeu). Lisboa.

- Contacto com fontes;

- Técnicas de Comunicação;
- Dossier de Imprensa.
- **2015:** Formação de Imprensa para jornalistas pela Representação do Parlamento Europeu e da Comissão Europeia em Portugal. Faro
 - Contacto com fontes;
 - Workshop sobre fundos de apoio à comunicação social;
 - Dossier de Imprensa.
- **2014:** Formação para jornalistas no âmbito da cobertura das eleições europeias (Comissão Europeia em Portugal). Faro.
- **2009:** Formação de Imprensa para jornalistas na Comissão Europeia e Parlamento Europeu. Bruxelas.
 - Masterclass em Informação da EU;
 - Contacto com Fontes;
 - Visita a instituições da EU;
 - Contacto com agência de notícias na EU.
- **2008:** Formação no âmbito da importância do Design em jornal (Jornal I). Lisboa.
- **2001:** Curso de Formação em Imprensa Escrita. Centro Nacional de Formação de Jornalistas (CENJOR). Lisboa.

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

[Desde Maio 2022 até ao presente] – «Ruralizarte»

Cargo: Co-Autora

Principais atividades: Co-Autora de um projeto artístico a ser executado no Monte do Malhão - Art, Eco & Spa (Castro Marim, Algarve) denominado por «Ruralizarte» e financiado pelo «Garantir Cultura» do Ministério da Cultura. Tem como objetivo a implementação de diversas artes plásticas no espaço de turismo rural e promover a arte no seio de uma comunidade algarvia rural. Produção da instalação e aquisição de serviços. Dinamização de eventos culturais no âmbito do projeto.

Artes plásticas contempladas: Pintura, Xilogravura, Grafitti, Fotografia, Performance, Tapeçaria, Escultura e Cinema.

[Desde Janeiro 2022 até ao presente] – Muros

Cargo: Autora

Principais atividades: Autora de um projeto que tem como objetivo quebrar os muros que na nossa sociedade global entropõem o desenvolvimento e a qualidade de vida das comunidades. O pedido da marca «Muros» foi concedida em Janeiro de 2022 pelo Instituto Nacional da propriedade Industrial. O projeto em si está a ser colocado no terreno. A comunicação na sua melhor missão!

[Desde Dezembro de 2021 até ao presente] – Loulé Film Office

Cargo: Jornalista

Principais atividades: Moderação dos debates no âmbito da Algarve Film Week.

«Saúde Mental na Pandemia» - Psicólogo Luís Neves e Enfermeiro de psiquiatria Nuno Murcho

«Inteligência Artificial» - Jornalista Carlos Albino e Miguel Fernandes [Algarve Tech Hub]

[Desde Abril de 2021 até ao presente] – Rádio Rua FM [Rádio Universitária do Algarve]

Cargo: Jornalista

Principais atividades: Realização de entrevistas para o programa «A Rua da Europa», coordenado pelo Europe Direct Algarve e o Centro de Documentação Europeia do Algarve

[Desde Setembro de 2021 até ao presente] – Bloco D: Design e Comunicação

Cargo: Copywriter

Principais atividades: Escrita em português dos textos para os roteiros que estão a ser produzidos no âmbito da Eurocidade do Guadiana [Vila Real de Santo António, Castro Marim e Ayamonte]. São cinco rotas culturais e duas de natureza.

1. Rota Arquitetura Defensiva
2. Rota Cultural da Tradição e da Fé
3. Grande Rota Marinheira do Guadiana
4. Rota do Património e da Memória Popular
5. Rota da Literatura e das Artes
6. Rota da Natureza
7. Rota Ciclista
8. Rota das Caminhadas

[Outubro de 2021] – Cooperativa «Terras de Sal»

Cargo: Responsável de comunicação

Principais atividades: Escrita de Press Release para os media sobre o atribulado processo de atribuição do selo biológico ao sal na união Europeia.

Facilitadora de reunião entre Cooperativa «Terras de Sal» e Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve

Contacto com os deputados e eurodeputados da UE.

Exemplo de notícia escrita a partir do press release:

<https://jornaleconomico.pt/noticias/certificacao-produtores-artesanais-denunciam-total-subversao-do-conceito-de-sal-biologico-798902>

[Setembro de 2021] – Espetáculo «A Raposinha»

Cargo: Leitura ao vivo acompanhada ao piano

Principais atividades: Leitura do Capítulo XXI da obra «O Príncipezinho» de Antoine de Saint-Exupéry. Acompanhada ao piano por Fernando Pessanha e vídeos produzidos por Adela M. Sevilla, Neuza Monteiro e Tiago Monteiro.

[Junho 2021 até Dezembro de 2021] – Rede Europeia Anti-Pobreza Cargo: Moderação de Debates e Redatora do Relatório

Principais atividades: Moderação dos debates dedicados a: «Empregabilidade e Migrações» e «Empregabilidade e Etnia Cigana».

Redação do Relatório dos cinco debates do Ciclo «Na Rota da Empregabilidade» realizados em formato de webinars.

[Até ao final de 2020 e desde Junho 2020] – Revista de arte «Esfera»

Cargo: Autora

Principais atividades: Na «Esfera» N.9 escrevi um texto ilustrado pela fotografia de Eduardo Soares Pinto subordinado ao tema «O Medo no Amor». Na «Esfera» N.10 realizei uma entrevista ao antigo combatente anti-fascista Carlos Brito subordinado ao tema «Vazio». Entrevista esta também ilustrada pelas fotografias de Eduardo Soares Pinto.

[Até ao final de 2020 e desde Outubro 2020] – «Diálogos na região: O que é que a Europa faz por mim?»

Cargo: Moderadora, na plataforma Zoom, dos seminários produzidos pelo Centro Europe Direct do Algarve, Comissão de Comissão de Desenvolvimento Regional do Algarve e Associações de Desenvolvimento Locais do Algarve com o objetivo de celebrar os resultados da política de coesão na região, mostrando o que a Europa tem feito nos territórios e pelas gentes, constituindo igualmente uma oportunidade para ouvir os cidadãos sobre o futuro destes territórios em cada um dos temas escolhidos.

Principais atividades: Preparação das entrevistas, moderação, entrevistas, facilitação do debate e escrita de dois textos sobre o cada seminário. O texto com formato longo para ser enviado para a Comissão Europeia (CE) e o texto com formato reduzido para ser publicado na imprensa regional do Algarve.

16 de Outubro: ALGARVE RURAL + DIGITAL

19 de Novembro: “Sustentabilidade dos sistemas alimentares locais”

17 Dezembro: tema em aberto

[Até ao presente desde Julho 2020] – Caminho à Flor da Pele Podcast

Cargo: Autora

Principais atividades: Criação de layout, Produção e autoria dos conteúdos para o Podcast «Caminho à Flor da Pele». Gestão do Podcast.

Disponível:

<https://anchor.fm/susana-helena-de-sousa>

<https://www.breaker.audio/caminho-a-flor-da-pele>

<https://www.google.com/podcasts?feed=aHR0cHM6Ly9hbmNob3IuZm0vcy8zYzQ3MTFIOC9wb2RjYXN0L3Jzcmw==>

<https://pca.st/c3rqwphi>

<https://radiopublic.com/caminho-flor-da-pele-WxoJg3>

<https://open.spotify.com/show/3yHcS6BAoTabkA6oS3gD0B>

[Até ao presente desde Março 2017] – Caminho à Flor da Pele Blog

Cargo: Autora

Principais atividades: Criação de layout e conteúdos para o Blog «Caminho à Flor da Pele». Gestão do blog.

www.caminho-a-flor-da-pele.webnode.pt

[2018-2019] Projeto «Esta Vez eu Voto» Eleições Europeias

Cargo: Facilitadora e Redactora

Principais atividades: Facilitação de diversos grupos de debate acerca das eleições da União Europeia em 2019. Redação de textos acerca das sessões para a Comissão Europeia (relatórios alargados) e Imprensa Regional (artigos).

[Abril 2007 a Abril 2019] – Jornal do Baixo Guadiana

Cargo: Chefe de Redação

Principais atividades: Assistente de re-layout em 2017, dando apoio ao design assinado por Eduardo Soares Pinto. Chefe de Redação, coordenado a redação e seus colaboradores de acordo com editoria. Gestão de agenda, reportagem, cobertura noticiosa, redação de notícias, breves, reportagens, histórias de vida, Especiais, entrevistas. Moderação de debates, Conferências e realização de tertúlias e outros eventos. Estabelecimento de diversas parcerias em Portugal e Espanha. Distribuição do jornal no território do Baixo Guadiana. Assistência à criação de site do Jornal do Baixo Guadiana, fazendo cumprir editoria num site criado pelo designer Bruno Boto da «Boto Design».

[Outubro de 2007 a Outubro de 2016] – Rádio Guadiana

Cargo: Jornalista

Principais atividades: Gestão de agenda, reportagem, cobertura noticiosa, redação de notícias, leitura de notícias, edição de notícias. Programas de autor. Moderação debates em direto. Programação, produção e pós-produção áudio.

[Janeiro 2013 a Outubro 2015] – Revista «Her Ideal»

Cargo: Jornalista

Principais atividades: Gestão de agenda, reportagem, cobertura noticiosa, redação de notícias, entrevistas.

[Fevereiro 2008 a Maio 2011] – Jornal «I»

Cargo: Jornalista correspondente Algarve.

Principais atividades: Gestão de agenda, reportagem, cobertura noticiosa, redação de notícias, entrevistas.

[Fevereiro 2008 a Maio 2011] – Semanário «O Algarve»

Cargo: Jornalista correspondente Baixo Guadiana e moderadora de debates

Principais atividades: Gestão de agenda, reportagem, cobertura noticiosa, redação de notícias, inserção de notícias online, entrevistas. Moderação de debates de índole diversa.

[Fevereiro de 2004 a Dezembro de 2010] – Take 5, Produções Audiovisuais. Sede em Faro e Delegação no Porto.

Cargo: Jornalista/Account/Produtora/Assistente de Realização/Diretora de Casting

Principais atividades:

a) Jornalista (estágio profissional): Função desenvolvida para departamento de Informação:

Repórter, Pesquisa de Informação, Escrita e locução de peças noticiosas para a TVI (Fevereiro a Julho 2004).

Jornalista (nos quadros da empresa): Função desenvolvida para departamento de Produção e Realização:

Repórter, Pesquisa de Informação, Entrevistas, Escrita de Textos para peças noticiosas, reportagens de televisão para a RTP, Canal História e AXN.

Vídeos promocionais, videos institucionais, documentários e filmes documentais para diversas entidades: Municípios de São Brás de Alportel, Faro, Vila Real de Santo António, Loulé, Macedo de Cavalheiros, Torre de Moncorvo, Póvoa de Varzim, Manteigas. Odiana, Santa Casa da Misericórdia de São Brás de Alportel e Cooperativa Agrícola de Barcelos.

b) Account: Atendimento e Gestão de Clientes:

Estabelecimento de contactos com empresas e gestão de produto audiovisual: reuniões preparatórias, briefings para propostas financeiras e criativas.

Gestão de cliente com acompanhamento de execução total de trabalho.

c) Produtora:

Desenvolvimento de Produção Audiovisual para a realização de diversos produtos audiovisuais. Contactos, construção e liderança de equipas de produção para filmagens.

d) Assistente de Realização

Trabalho de assistente de realização para reportagens televisivas e produtos audiovisuais diversos (doc/filmes/videos). Assegurar a execução de guiões de Realização AV.

e) Diretora de Casting

Direção de castings para apresentação de programas de televisão para o canal espanhol AXN (Sony Pictures Television).

[Maio de 2001 a Setembro 2002] – Jornal de Setúbal

Cargo: Jornalista/Repórter

Principais atividades: Cobertura noticiosa: eventos, debates, entrevistas. Redação de notícias, breves, reportagens e entrevistas.

[Outubro de 1998 a Novembro de 1999] – ArClasse/Grupo Multinacional Honeywell

Cargo: Administrativa

Principais atividades: Secretariado, Arquivo, Redação e Entrega de Propostas, Acompanhamento de técnicos em Avenças da Empresa, Gestão de Encomendas.

[Junho a Setembro de 1997] – Rádio Voz D'Almada

Cargo: Jornalista/Pivot

Principais atividades: Escrita e Leitura de notícias da secção Cultura

QUALIFICAÇÕES E ATIVIDADES COMPLEMENTARES

RÁDIO:

- Produção, Realização, Montagem e Apresentação do programa de rádio : «A Cultura chegou em bicos dos pés, veios e ficou!». Rádio Guadiana. 2007-2010.
- Produção, Realização, Moderação do programa de política: «Presidente presente». Rádio Guadiana. 2008.
- Co-produção com Núcleo de Estudos e Intervenção em Psicologia (NEIP), realização e apresentação do programa de psicologia: «Se Dúvidas Existem...». Rádio Guadiana- 2008-2014.
- Co-produção com Alto Comissariado para o Diálogo Intercultural e Cruz Vermelha Portuguesa de VRSA, realização, montagem e moderação do programa: «Viver Aqui». Rádio Guadiana. 2008-2014
- Entrevistas e Moderação de debates com candidatos para eleições autárquicas. Rádio Guadiana. 2009 e 2013
- Repórter para a RDP Internacional no programa itinerante de Verão pelas praias de Portugal. Entrevistas em directo aos emigrantes portugueses de férias no Algarve. Entrevistas realizadas no areal ao longo de 3 horas. 2017

TELEVISÃO:

- Reportagens Dedicadas ao Euro 2004. Take 5. 2004
- Textos para Filme Promocional de Faro no Euro 2004. Take 5. 2004
- Pesquisa e Textos para Vídeo Promocional de São Brás de Alportel. Take 5. 2004
- Pesquisa e Textos para Vídeo Promocional de Macedo de Cavaleiros. Take 5. 2005
- Escrita de reportagens desportivas das modalidade de Asa Delta e Parapente para RTP2. Take 5. 2006
- Pesquisa e Textos do Filme Documental dedicado aos 75 anos da I Cooperativa Agrícola de Portugal - Barcelos. Take 5. 2007
- Escrita do texto do Filme Documental «Contrabando Tradicional do Baixo Guadiana». Take 5 e ODIANA. 2005-2008
- Produção e Assistente de Realização do Filme Oficial do Festival Med. Loulé. Take 5. 2007
- Entrevistas, texto e figuração para Filme Documental «Um Dia na Santa Casa», de Eduardo Soares Pinto. SCM Castro Marim. 2012.

**PRODUÇÃO&REALIZAÇÃO DE EVENTOS/
CERTAMES/DEBATES/CONFERÊNCIAS/CAMPANHAS:**

- Apresentação Gala de Aniversário Associação Juvenil «Ganda Cena». 2008
- Moderação de Jornadas Sociais. CLDS Castro Marim. 2009.
- Moderação do Debate dedicado às Políticas locais. Com Secretário de Estado das Autarquias Locais. Semanário «O Algarve». 2010
- Apresentação de Gala de Beneficência para causa «Cheias na Madeira». Casino de Vilamoura. Lions Club Portugal. 2010
- Apresentação Gala no Dia Mundial da Bengala Branca. Faro. Lions Clube Portugal. 2010
- Apresentação Jornadas Empresariais em Alcoutim. 2011
- Produção e Organização do «Encontro Sobre o Sal». Castro Marim. 2011
- Apresentação da Gala de Homenagem à acordeonista Eugénia Lima. Mito Algarvio. 2011
- Moderação em «Dia Mundial do Teatro». Agrupamento de Escolas Castro Marim. 2012
- Moderação de Jornadas Sociais. VRSA. 2013
- Moderação de encontro dedicado à «Mulher». Liga Manuel Cabanas. VRSA. 2013
- Co- Produção e Co- Organização com Fernando Pessanha de «Literatura no Monte», no âmbito das comemorações dos 140 anos de Lutegarda Guimarães de Caires. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2013
- Moderação de debate «Made in Algarve» dedicado ao Turismo. Loulé. 2014
- Organização de Encontro com Pintura, Documentário, Fado e Jantar típico. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2014
- Organização do recital «Contribuição da poesia para a eclosão do 25 de Abril», pelo Comendador da Ordem da Liberdade Alexandre Castanheira. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2014
- Produção da Apresentação do Livro «Barriga de Poemas» de Ana Marques. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2014
- Jurada em Concurso de Fado Amador VRSA. 2008-2014
- Produção da Apresentação do livro «Aterrem em Portugal», de Carlos Guerreiro. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2015
- Produção do espetáculo intimista com apresentação do CD «Mar Deserto» de Ricardo Gordo. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2015.
- Apresentação de VI Campus Guarda-Redes 2015 com Vítor Baía. 2015
- Apresentação do Livro Vidadupla, de Sérgio Godinho, na Biblioteca Municipal de VRSA. 2015
- Apoio à Digressão no CCB, Lisboa e Auditório de Olhão do espetáculo «Fado &Further» do pianista Júlio Resende com Sílvia Perez Cruz e Moreno Veloso. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2015
- Co-organização e co-curadoria da exposição internacional de arte «Minha Fukushima» na Eurocidade do Guadiana (Castro Marim, VRSA e Ayamonte). Exposição da Peace and Art Society. 2015
- Co-organização e co-curadoria da exposição internacional de arte «Minha Fukushima» nas localidades fronteiriças Alcoutim e Sanlúcar do Guadiana. Exposição da Peace and Art Society. 2015
- Co-mentora e co-organizadora com Abraham Lopez Feria e Jorge Machado da Mostra Internacional de Cinema «FRONTEIRAS». I edição 2016. II edição 2017. 2015-2017

- Apresentação de Livro O primeiro carimbo comemorativo dos CTT do Concelho de Casto Marim", de Francisco Galveias. Castro Marim e VRSA. 2016
- Acolhimento do Curso de Escrita e Fotografia de Viagem por Tiago Salazar. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2016
- Apresentação do Livro «Eu sou prosa, tu poema», de Ana Francisco e Carla Nobre. Castro Marim/VRSA/Tavira. 2016. Apresentação do Livro «Um desejo, um pedido, uma homenagem» de Mário Rolla. VRSA. 2016
- Co-mentora com CIED Algarve e CCDR Algarve da campanha pioneira a nível europeu «30 Anos 30 Iniciativas», que assinalou os 30 anos de adesão de Portugal e Espanha à EU. 2016/7
- Moderação debate dedicado à cooperação transfronteiriça e EU. Dia da Europa 2016. Castro Marim. 2016
- Apresentação da antologia poética «5.50», dos Poetas do Guadiana. Ayamonte (Espanha). 2016
- Apresentação do livro «Lugares Sinónimos» de Pedro Tavares e João Pereira. VRSA. 2016
- Moderação do Debate dedicado ao 25 de Abril com José Mendes de Moraes, Carlos Brito e Carlos Albino. Alcoutim. 2016
- Integração no departamento de Comunicação da Candidatura a «365 Algarve» do projeto «Filmando a Luz». Algarve Film Comission. 2016
- Organização do «Encontro sobre o Contrabando Tradicional do Baixo Guadiana». Com Professor António Covas e Antropólogo Rafael Cáceres Feria. Acompanhados pelos antigos: Guarda-Fiscal José Galrito e Contrabandista Tradicional do Baixo Guadiana Manuel Melo. 2016. Alcoutim (inserido nas comemorações do Dia da Europa)
- Apoio ao alojamento na produção do certame «Sinónimos de Leitura» 2017, em VRSA. Monte do Malhão Art&Eco Hotel. Castro Marim. 2017
- Publicação na antologia poética «5.50» (Poetas do Guadiana). Portugal/Espanha. 2016
- Co-organização da Organização da Exposição «Aline's Project» em VRSA, da Peace and Art Society. 2016
- Curadoria de exposição «Fotografias de Trabalho» de Eduardo Soares Pinto, Espanha. 2016
- Produção e Realização de Tertúlias no Baixo Guadiana. Até ao presente, desde 2008

TURISMO:

- Sócia-gerente da Unidade Turística Art&Eco Hotel Monte do Malhão. Castro Marim. Desde 2009
- Membro do grupo de análise e estudo do setor turístico para criação de Unidade de Serviços Partilhados (USP) no Baixo Guadiana. Odiana. 2013.

FUNDOS COMUNITÁRIOS DA UNIÃO EUROPEIA:

- Redação e Submissão de Candidatura ao PRODER para aquisição aumento de tiragem e número de páginas do Jornal do Baixo Guadiana. ODIANA. 2009. Resultado: Aprovada.
- Redação e submissão de Candidatura ao PRODER para construção de Edifício de Pastelaria «A Prova» e Aquisição de Carrinha de Frio (Azinhal, Castro Marim). 2013. ODIANA. Resultado: Aprovada.
- Coordenação do programa Erasmus + na Associação ODIANA. 2016 até presente

- Co-redactora com Jorge Machado, Maria Manuel Faria e Ana Paula Lopes de candidatura com parceria estratégica internacional «BRIDGES» ao programa «Europe for Citizens». Parceiros YouNet (Itália) CCDRALg (Portugal) Ayuntamiento de Ayamonte (Espanha) e Cooperativa Contextos (Portugal). Chefe de Fila ODIANA. 2017. Resultado: Em fase de análise.

FUNDOS NACIONAIS DE APOIO À CULTURA&TURISMO

- Co-redactora com Abraham López Feria e Jorge Machado de Candidatura de «I Mostra Internacional de Cinema FRONTEIRAS» ao programa «365 Algarve». 2016. Resultado: Aprovado em 90%
- Co-redactora com Abraham López Feria, Jorge Machado, Laura Carlos e Eduardo Soares Pinto de Candidatura de «II Mostra Internacional de Cinema FRONTEIRAS» ao programa «365 Algarve». 2017. Resultado: Em análise.

FORMAÇÃO ADQUIRIDAS NA ÁREA ARTÍSTICA:

- Formação Avançada em Dança Contemporânea. Atleta da Classe de Representação do CIRL, Almada. 1991-1997
- Formação Inicial de Representação em artes de palco. Teatro com encenadora Isabel do Canto na Escola Secundária Francisco Simões. 1996/97
- Formação Inicial de Danças de África CIRL, Almada. 1998
- Formação Inicial Interpretação para Televisão com o realizador Aloysio Filho. ACT- Escola de Atores. Lisboa. 1999
- Formação Inicial em Teatro de Rua. Companhia de Teatro «O Elefante». Setúbal. 2000
- Integração no elenco de Peça Infantil de ServiSport para Festa de Natal da Novotel. Setúbal. 2001

INFORMAÇÕES ADICIONAIS

TECNOLOGIAS DE INFORMAÇÃO:

Nível Avançado: Word, Excel, Power Point, Paint,

Nível Médio: Photoshop, Final Cut Pro, Protools 9, Adobe Indesign, Audacity.

Idiomas estrangeiros:

Fluente: Espanhol/Inglês/Francês.

VOLUNTARIADO:

Assessoria de Comunicação para IPSS's e Desde 2011 até presente.

Locutora para programa da Cruz Vermelha Portuguesa de Vila Real de Santo António dedicado aos migrantes. 2009-2011

Produção cultural para alertas ambientais: 2015 e 2016

Comunicação para plataformas ambientalistas: 2016

Facilitadora de debates, conferências. Produção de eventos e programas de rádio. Desde 2013 até ao presente.

COMPETÊNCIAS ADQUIRIDAS EM SITUAÇÃO LABORAL CURTA DURAÇÃO:

Operadora de Call Center. Operadoras: OPTIMUS e PT. Lisboa. 2000 (6 meses)

Comercial de Enciclopedia Interactiva. 2000 (1 mês)

Animação Turística no Resort Turístico de Tróia. ServiSport. 2001 (3 meses)

Degustação de produtos em supermercados. 2001 Almada. (3 meses intercalados)

Empregada de Balcão no Bar Cultural «Outubro's Bar». Setúbal. 2002 (6 meses)

Empregada em Loja de pronto-a-vestir «Cortefiel». CC Vasco da Gama. Lisboa. 2003 (6 meses)

Empregada de Reposição e Caixeira em Loja «Pingo Doce». Almada. 2003 (3 meses)