



Mensagem do Presidente



Bruno Cardoso

É com satisfação que iniciamos a newsletter do InovRural, um projeto da Inovterra orientado para o fortalecimento dos territórios rurais através da cooperação, da proximidade e da valorização dos recursos locais.

Mais do que um conjunto de ações, trata-se de um processo participado, construído com as entidades e com as pessoas que conhecem profundamente a realidade do território.

O acompanhamento das instituições locais tem sido essencial para consolidar este percurso. A articulação entre organizações, poder local e comunidade permite desenvolver respostas mais ajustadas aos desafios existentes, como o envelhecimento demográfico, a desertificação e as desigualdades no acesso a oportunidades, transformando-os em possibilidades de inovação e desenvolvimento sustentável.

Esta newsletter nasce como um espaço de partilha, de transparência e de reforço de parcerias. Pretendemos divulgar resultados, aprendizagens e próximas iniciativas, mantendo um diálogo aberto com todos os que acompanham e contribuem para o projeto.

O desenvolvimento local faz-se com visão, mas sobretudo com compromisso coletivo.



Mentoria Individual

A mentoria individual, no âmbito do InovRural, constitui um acompanhamento personalizado dirigido a participantes do território, com o objetivo de apoiar o seu desenvolvimento pessoal, formativo ou profissional.

Através de sessões estruturadas e orientadas por metas, promove-se a clarificação de objetivos, o reforço de competências, a tomada de decisão informada e a construção de percursos ajustados às necessidades e potencialidades de cada pessoa.

Este processo baseia-se na escuta ativa, na definição de planos de ação concretos e na monitorização progressiva dos resultados, valorizando a autonomia, a responsabilidade e a capacitação individual como pilares do desenvolvimento local sustentável.

Quando investimos no potencial de cada pessoa, estamos a fortalecer o futuro de todo o território.



Eventos do Mês

SESSÕES DE MENTORIA



NETWORKING |
MÊDA



VISITAS DE
ACOMPANHAMENTO



VISITA AO MERCADO
DA TERRA | MÊDA



SESSÃO DE
LANÇAMENTO |
FREGUESIA DA COGULA



WORKSHOP |
TÉCNICAS DE
INFLUÊNCIA E
LIDERANÇA EM REDES
DE DECISÃO





Networking

Atividades de networking são iniciativas que promovem o encontro e a interação entre pessoas, organizações e parceiros, com o objetivo de criar relações de confiança, partilhar conhecimentos, gerar oportunidades de colaboração e fortalecer redes de cooperação em torno de interesses ou objetivos comuns.

Grandes transformações começam quando pessoas certas se encontram com um propósito comum.



Próximos Eventos

COMEMORAÇÕES DO
DIA DA MULHER |
FREGUESIA DE
VALDUJO



WORKSHOP |
LIDERAR E
COMUNICAR NO
SETOR AGRÍCOLA



INAUGURAÇÃO |
ESPAÇO INOVRURAL



VISITA AO MERCADO
DA TERRA | MÊDA



WORKSHOP |
TÉCNICAS DE
INFLUÊNCIA E
LIDERANÇA EM REDES
DE DECISÃO



Sessão de Networking

Casa da Cultura da Mêda

20 de fevereiro de 2026



**Aproximamos
entidades, pessoas
e territórios.**

Visita ao Mercado da Mêda

22 de fevereiro de 2026



Cada conversa é um lembrete de que a força do território nasce das suas pessoas.



Sessão de Apresentação Freguesia da Cogula

22 de fevereiro de 2026

Apresentação do Livro *"Tempo para Mim"* de Patrícia Ventura



Quando a comunidade
se reúne para aprender
e partilhar, o território
cresce com mais
confiança,
proximidade e futuro.

WORKSHOP | Técnicas de Influência e Liderança em Redes de Decisão

28 de fevereiro de 2026

Trancoso Invest



No dia 28 de fevereiro realizou-se o Workshop | Técnicas de Influência e Liderança em Redes de Decisão, uma iniciativa orientada para a apresentação da Associação Inovterra e do Projeto Inovrural, bem como para a introdução aos conceitos fundamentais de liderança e comunicação estratégica.

A sessão contou com a participação de cerca de vinte e cinco pessoas, entre homens e mulheres, refletindo um envolvimento equilibrado e interessado por parte da comunidade local.

Para além da componente informativa, o workshop constituiu um espaço de reflexão e partilha em torno da importância da criação de redes colaborativas e da construção de pontes entre as mulheres do território, reforçando a valorização do capital social, da cooperação interinstitucional e do empoderamento feminino em contextos de decisão.

O balanço da atividade foi francamente positivo. A avaliação final registou 100% de satisfação, evidenciando a pertinência dos conteúdos abordados, a qualidade da dinamização e o interesse despertado junto dos participantes.

Mulheres no Mundo Rural



Patrícia Ventura

Patrícia afirma que sempre foi a mesma pessoa desde criança: movida pelo amor às pessoas, à natureza e a Deus.

Diz que não existe uma "Patrícia" fora da profissão, pois a sua essência é esta e sempre será.

O que mais a inspira na sua vida neste momento?

O que mais me inspira é a minha própria evolução e a minha ligação com Deus, com a vida e com a natureza.

As coisas simples do dia a dia: o vento, as aves, a água, a luz são aquilo que me alimenta e me mantém conectada à essência da vida.

Como descreveria o seu percurso em três palavras?

Amor a Deus, a natureza e a vida.

Qual foi o maior desafio que já enfrentou e o que aprendeu com ele?

O meu maior desafio tem sido manter a minha integridade e a minha criança interior viva, nutrida e acolhida, numa sociedade que anda sempre em alta velocidade. Aprendi que a idade é apenas um número e que a conexão espiritual é fundamental. A minha criança interior sabe o que é o amor, e cabe-me a mim mantê-la próxima e respeitada.

O que mais valoriza no trabalho em comunidade?

Vejo o trabalho em comunidade como um conjunto de células que precisam de funcionar em harmonia. Valorizo a comunicação, a partilha, o respeito e a vontade de crescer juntos.

Cada pessoa tem capacidades próprias e, quando há união, todos evoluímos.

Mulheres no Mundo Rural

Patrícia Ventura

Que mudança gostaria de ver acontecer no território?

Gostaria de ver nascer um "hospital da alma", um espaço onde as pessoas pudessem cuidar da sua dimensão interior, desacelerar, meditar, reconectar-se com a sua essência e com o propósito da sua vida. Muitas doenças vêm do afastamento daquilo que a alma nos pede.



Se pudesse deixar uma mensagem às mulheres da comunidade, qual seria?

Que saiam mais de casa e se conheçam melhor. O amor que damos aos filhos não está apenas no que fazemos por eles, mas na forma como cuidamos das nossas emoções e da nossa história interna. Quando estamos bem connosco próprias, conseguimos transmitir um amor mais verdadeiro e consciente.

"Participar no InovRural é..."

um ato de compaixão e contribuir para a comunidade.



Projeto em Números

(setembro a fevereiro)

40 Sessões de mentoria

10 Visitas de acompanhamento

50 Reuniões

15 Parcerias

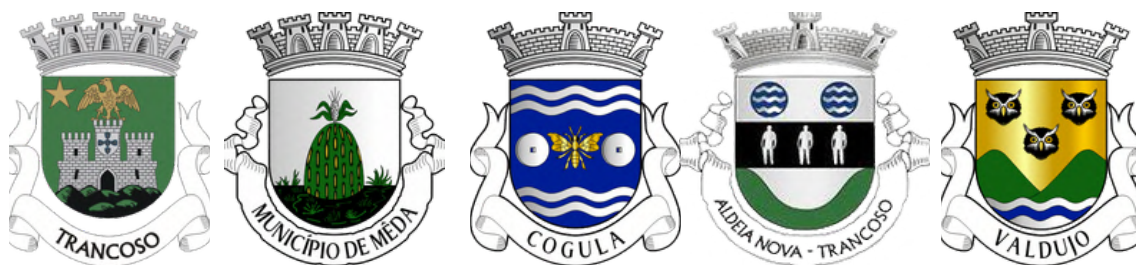
20 Atividades

20 Beneficiárias diretas

40 Beneficiárias indiretas

150 Pessoas envolvidas

Parcerias



Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres



COMISSÃO PARA A CIDADANIA E A IGUALDADE DE GÉNERO



Associação de Desenvolvimento do Interior, de promoção do Comércio Solidário, do Ecoturismo e de luta à Desertificação Rural.



Equipa do Projeto



Bruno Cardoso

Licenciado em Política Social

Presidente da Inovterra

Apaixonado pelo trabalho agrícola e pelo mundo rural



Helena Ferreira

Licenciada em Secretariado e Administração

Técnica da Inovterra

Apaixonada por novos desafios e pela transformação social



Dário Gomes

Licenciado em Educação Social

Doutorando em Ciências da Educação e do Comportamento

Professor Convidado no ISCE Douro

Apaixonado pelo trabalho social com pessoas



Ausenda Frias

Técnica de Gestão Agrícola Nível IV

Apaixonada pela vida e pela inovação social

**Uma equipa unida por
propósito transforma
desafios em
oportunidades e faz do
compromisso diário a
força que move o projeto.**

Edição:

Inovterra

Revisão:

Dr. Dário Gomes

Dr.^a Helena Ferreira

Design:

Dr.^a Daniela Santos

Fotografia/Imagem:

Rodrigo Cardoso