INOV RURAL
NEWSLETTER

Ed. 08- outubro de 2026



Mensagem



Helena Ferreira

Ser uma jovem no mundo rural é carregar comigo muito mais do que o orgulho de pertencer a uma terra. É trazer no coração histórias, valores, tradições e sonhos que fazem de mim aquilo que sou. Crescer no mundo rural ensinou-me a valorizar as pequenas coisas, a reconhecer a beleza da simplicidade e a perceber que as maiores conquistas nascem, muitas vezes, do esforço, da dedicação e da coragem de nunca desistir.

Para mim, o mundo rural não é sinónimo de passado, nem de falta de oportunidades. É sinónimo de identidade, de autenticidade e, acima de tudo, de futuro. Um futuro que também depende de nós, jovens, da nossa vontade de inovar, de sonhar mais alto e de mostrar que as nossas origens não limitam aquilo que podemos alcançar.

Sei que nem sempre é fácil ser jovem num meio onde tantas vezes nos fazem acreditar que, para termos sucesso, precisamos de partir. Mas eu acredito que podemos ir longe sem esquecer de onde vimos. Que podemos conquistar o mundo e continuar a ter orgulho no lugar a que chamamos casa. Quero fazer parte de uma geração que não olha para o mundo rural como algo que ficou para trás, mas como algo que merece ser valorizado, vivido e levado mais longe. Uma geração que respeita o passado, abraça o presente e tem coragem de construir um futuro diferente. Não quero que as minhas raízes sejam vistas como algo que me prende, mas como aquilo que me dá força para voar.

Porque ser uma jovem do mundo rural não é ter sonhos mais pequenos. É ter sonhos tão grandes como os de qualquer outra pessoa, mas com a sorte de saber que, por mais longe que a vida me leve, haverá sempre uma terra, uma história e um conjunto de valores que farão parte de mim. Tenho orgulho de onde venho, orgulho naquilo que sou e, acima de tudo, orgulho em acreditar que o futuro do mundo rural também pode ser escrito pelas minhas mãos. Porque as minhas raízes não definem até onde posso chegar, mas lembram-me sempre de onde vem a minha força.

Os Fundos Europeus mais próximos de si. Cofinanciado pela União Europeia

Eventos

- MENTORIA INDIVIDUAL
- LABORATÓRIO PINHEL
- I JORNADAS DAS MULHERES RURAIS ARMAMAR
- REUNIÃO DA COMISSÃO DE ACOMPANHAMENTO
- EVENTO DE NETWORKING RURAL TALKS
- FEIRA DA CASTANHA TRANCOSO

Próximos Eventos

- Ação | Oportunidades do Mundo Rural
- Webinar | Políticas e Desafios da Mulher Rural
- Ação | Freguesia de Valdujo
- Laboratório | Mêda
- Visitas ao Território



Os Fundos Europeus mais próximos de si.
Cofinanciado pela União Europeia

LABORATÓRIO - PINHEL

8 de outubro de 2026







No dia 8 de outubro, a Inovterra marcou presença no quarto Laboratório de Capacitação e Incubação da I3S BSE – Incubadora Itinerante para o Empreendedorismo de Impacto, realizado no Pavilhão de Multiusos de Pinhel. A iniciativa reuniu 28 participantes, num dia dedicado ao desenvolvimento de projetos, à partilha de experiências e à criação de novas ligações no território.

A participação da Inovterra incluiu a realização de mentoria, contribuindo para o acompanhamento de projetos e para a partilha de conhecimentos e experiências na área do empreendedorismo de impacto. Este momento permitiu apoiar o desenvolvimento de ideias e reforçar a importância de criar iniciativas capazes de responder às necessidades e aos desafios dos territórios.

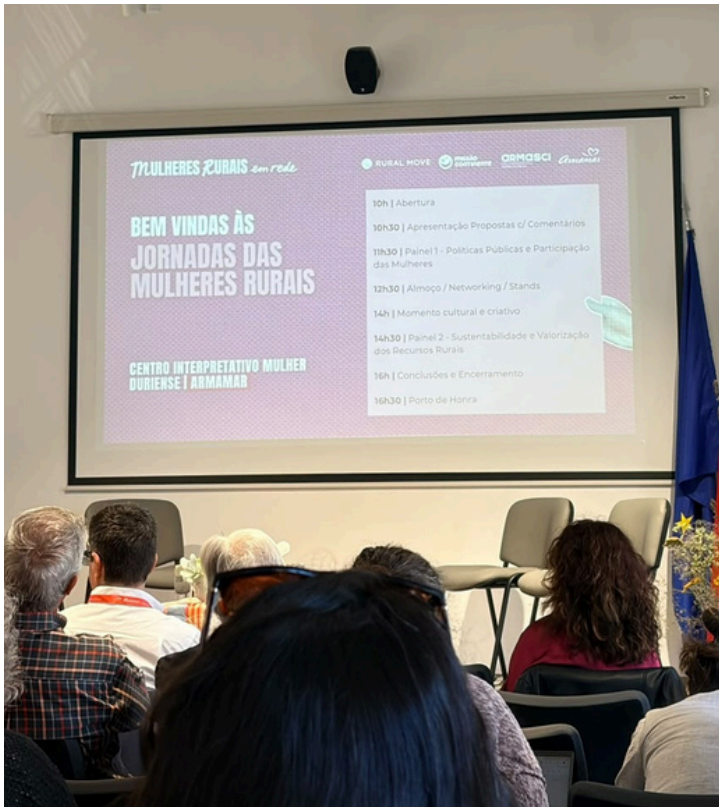
O laboratório contou ainda com representantes dos municípios de Pinhel, Mêda e Figueira de Castelo Rodrigo, bem como de várias associações e entidades regionais, promovendo a articulação entre diferentes agentes locais.

A presença da Inovterra nesta iniciativa reforça o seu compromisso com a inovação social, o empreendedorismo e o desenvolvimento local, valorizando a mentoria e o trabalho em rede como ferramentas para capacitar pessoas, apoiar projetos e criar oportunidades nos territórios rurais.

Cofinanciado pela União Europeia

I JORNADAS DAS MULHERES RURAIS - ARMAMAR

16 de outubro de 2026



No dia 16 de outubro, a Inovterra marcou presença nas I Jornadas das Mulheres Rurais, realizadas em Armamar, no âmbito do encerramento do projeto Mulheres Rurais em Rede.

Através de uma banca de divulgação, demos a conhecer o trabalho desenvolvido pela associação e o projeto INOV RURAL, reforçando a importância da capacitação, valorização e participação das mulheres no desenvolvimento dos territórios rurais. O encontro permitiu ainda partilhar experiências, estabelecer contactos e fortalecer redes de colaboração entre entidades comprometidas com a valorização das mulheres rurais.





REUNIÃO DA COMISSÃO DE ACOMPANHAMENTO

17 de outubro de 2026

No dia 17 de outubro, realizou-se a reunião da Comissão de Acompanhamento do projeto INOV RURAL, com a participação dos parceiros e das entidades envolvidas na implementação do projeto. Durante a reunião, foi apresentado o ponto de situação das atividades desenvolvidas, partilhados os principais avanços e analisadas as próximas etapas de execução. Foram também abordados aspetos relacionados com a concretização das ações previstas e a articulação entre as entidades parceiras.

A reunião permitiu acompanhar a evolução do projeto, avaliar o trabalho realizado e alinhar prioridades para os próximos meses, reforçando o compromisso conjunto com os objetivos definidos.

O acompanhamento regular é essencial para assegurar a concretização das atividades e promover uma intervenção articulada nos concelhos de Trancoso e Mêda, contribuindo para a capacitação, valorização e participação das mulheres rurais.





Cofinanciado pela União Europeia

NETWORKING RURAL TALKS

17 de outubro de 2026





No dia 17 de outubro, o Rural Talks assinalou o Dia Internacional da Mulher Rural, em Trancoso, reunindo oito mulheres com percursos inspiradores nas áreas da agricultura, do empreendedorismo, da inovação e do desenvolvimento rural.

Carla Sequeira, Cátia Afonso, Diana Valente, Fernanda Amaral, Filipa Barros, Graça Gonçalves, Inês Cunha e Inês Mota partilharam experiências e projetos que demonstram como o conhecimento, a iniciativa e a determinação das mulheres geram novas oportunidades e contribuem para transformar as comunidades rurais.

A sessão destacou a importância de valorizar o talento feminino e reforçar a liderança das mulheres, reconhecendo o seu papel fundamental na construção de territórios rurais mais dinâmicos e sustentáveis.







Inov rural · INOVTERRA · Portugal Inovação Social · CENTRO 2030 · Os Fundos Europeus mais próximos de si. · PORTUGAL 2030 · Cofinanciado pela União Europeia

IV MOSTRA DE VOLUNTARIADO DO ISCE DOURO

28 de outubro de 2026





No dia 28 de outubro de 2026, a Inovterra participou na IV Mostra de Voluntariado, uma iniciativa organizada pela Comissão de Voluntariado em parceria com a Associação de Estudantes, dedicada à promoção da solidariedade, da cidadania ativa e do envolvimento da comunidade académica em projetos de voluntariado. Realizada no Campus Educativo do Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, a iniciativa proporcionou um espaço de encontro e partilha entre estudantes, docentes, colaboradores e entidades parceiras, dando a conhecer diferentes causas sociais e oportunidades de participação em projetos com impacto na comunidade. Nesta mostra, apresentamos o projeto INOVRURAL, e debatemos a importância da igualdade de género.



Cofinanciado pela União Europeia

FEIRA DA CASTANHA - TRANCOSO

30 e 31 de outubro de 2026





A Inovterra marcou presença na Feira da Castanha de Trancoso 2026, divulgando o trabalho desenvolvido pela associação e as suas iniciativas junto da comunidade.

Esta participação foi uma oportunidade para reforçar a proximidade com os agentes locais, valorizar os produtos endógenos e destacar a importância dos recursos do território. A presença neste evento reforça o compromisso da Inovterra com a dinamização da economia local e a promoção do desenvolvimento rural.







Inov rural · INOVTERRA · Portugal Inovação Social · CENTRO 2030 · Os Fundos Europeus mais próximos de si. · PORTUGAL 2030 · Cofinanciado pela União Europeia

Mulheres no Mundo Rural



Judite Leite

Uma mulher humana e trabalhadora, que há 22 anos assume o papel de mãe e pai, fazendo da família uma parte central do seu percurso. Empreendedora e determinada, construiu os seus próprios negócios com dedicação e persistência. Valoriza o trabalho, a independência e o respeito mútuo, mantendo a vontade de continuar a crescer, a enfrentar desafios e a concretizar objetivos.

O que mais a inspira na sua vida neste momento?

O que mais me inspira neste momento é ver as empresas que construí a funcionar todas em plenitude. É gratificante olhar para o trabalho desenvolvido e ver os projetos que criei a continuar o seu percurso e a manter-se ativos.

Como descreveria o seu percurso em três palavras?

Feliz, realizada e com muitos objetivos cumpridos! São estas as palavras que melhor resumem o meu percurso e o caminho que tenho vindo a construir, com muito trabalho e dedicação ao longo dos anos.

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

Criar os meus filhos foi um dos grandes desafios da minha vida. A doença oncológica foi também uma experiência marcante. São desafios que fazem parte do meu percurso e que se cruzam com a forma como encaro o presente: vivendo e desafiando-me todos os dias.

O que mais valoriza no trabalho em comunidade?

O que mais valorizo no trabalho em comunidade é o respeito mútuo. Considero que o respeito é essencial na relação entre as pessoas e na forma como cada um se posiciona perante os outros. De resto, acredito que cada um tem de seguir o seu próprio caminho e assumir as suas responsabilidades.

Cofinanciado pela União Europeia

Mulheres no Mundo Rural

Judite Leite

Que mudança gostaria de ver acontecer no território?

Gostaria de ver mais empresas, mais oportunidades de formação profissional e iniciativas capazes de atrair os jovens para o território. Acredito na importância de promover um desenvolvimento sustentável, tanto a nível empresarial como rural, criando condições para que os territórios continuem a crescer. É igualmente importante apoiar os jovens na construção e consolidação de uma vida melhor, com mais oportunidades para o seu futuro.

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

Mulheres, lutem pela vossa independência pessoal, profissional e financeira! Acreditem na importância de terem a vossa própria autonomia e de poderem tomar as vossas decisões. Nunca se calem! É importante fazer ouvir a nossa voz e defender aquilo em que acreditamos.

"Participar no InovRural é..."

um gosto. É fantástico poder fazer parte desta iniciativa e participar num projeto que promove a participação e a valorização das mulheres rurais.

Dedicação para construir, força para enfrentar desafios e determinação para conquistar objetivos. Entre a família, o trabalho e a independência, encontra motivação para continuar a crescer, valorizar o respeito mútuo e acreditar num futuro com mais oportunidades para as mulheres, os jovens e as comunidades rurais.



Mulheres no Mundo Rural

Aquela mulher da aldeia

já foi jovem e bonita

ainda agora não é feia!

O tempo trouxe a desdita.

Vejo-a com os olhos da alma

mas perguntas não lhe faço

vejo-a apressada, ora calma

Sigo-a com a memória e com o passo.

Natália Nuno



Parcerias

Região Beiras e Serra da Estrela
COMUNIDADE INTERMUNICIPAL

AJAP
Associação dos Jovens Agricultores de Portugal

geota
Grupo de estudos de ordenamento do território e ambiente

3S BSE
Incubadora Itinerante para o Empreendorismo de Impacto

RAIA HISTÓRICA
castelos do côa

animar

CITE
COMISSÃO PARA A IGUALDADE NO TRABALHO E NO EMPREGO

laboratórios de igualdade

iGen
FÓRUM ORGANIZAÇÕES PARA A IGUALDADE

ISCE Douro
Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro

IPG
Politécnico da Guarda

APQ

APEM
Associação Portuguesa de Estudos sobre as Mulheres

CIG
COMISSÃO PARA A CIDADANIA E A IGUALDADE DE GÉNERO

BUSINESS as NATURE

CAP MAGELLAN
AGITATEUR LUSOPHONE
DEPUIS 25 ANS!

ceesg
colexio de educadoras e educadores sociais de galicia

EPT
ESCOLA PROFISSIONAL DE TRANCOSO

Politécnico Castelo Branco
Polytechnic University

ANNEIDE

Politécnico de Viseu

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

REDE NACIONAL PAC
Transferimos Conhecimento
Impulsionamos a Agricultura

AEP
ASSOCIAÇÃO EMPRESARIAL DE PORTUGAL

Inov rural · INOVTERRA · Portugal Inovação Social · CENTRO 2030 · Portugal 2030 · Cofinanciado pela União Europeia
Os Fundos Europeus mais próximos de si.

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



Daniela Santos

Licenciada em Gestão Turística, Cultural e Patrimonial
Apaixonada pelo desenvolvimento do mundo rural

Edição: Inovterra
Revisão: Dr. Dário Gomes e Dr.ª Helena Ferreira
Design: Dr.ª Daniela Santos
Fotografia/Imagem: Rodrigo Cardoso