



15 Maio 2018
25 Maio 2018

Formadora do Módulo “Cortesia, Etiqueta e Protocolo no Atendimento”

Centro de Formação Sindical e Aperfeiçoamento Profissional (CEFOSAP) | <http://www.cefosap.pt>

- Elaboração de todo o material formativo e acção formativa de 50h

12 Julho 2017
27 Julho 2017

Formadora do Módulo “Reuniões de Trabalho – Organização e Planificação”

Centro de Formação Sindical e Aperfeiçoamento Profissional (CEFOSAP) | <http://www.cefosap.pt>

- Elaboração de todo o material formativo e acção formativa de 25h

23 Junho 2017
19 Julho 2017

Formadora do Módulo “Cortesia, Etiqueta e Protocolo no Atendimento”

Centro de Formação Sindical e Aperfeiçoamento Profissional (CEFOSAP) | <http://www.cefosap.pt>

- Elaboração de todo o material formativo e acção formativa de 25h

18 Abril 2016
8 Junho 2016

Formadora do Módulo “Elaboração de Planos para a Gestão do Protocolo em Eventos”

Centro de Formação Sindical e Aperfeiçoamento Profissional (CEFOSAP) | <http://www.cefosap.pt>

- Elaboração de todo o material formativo e acção formativa de 50h

28 Abril 2015
16 Junho 2015

Formadora do Módulo “Planeamento das Relações com os Órgãos de Comunicação Social”

Centro de Formação Sindical e Aperfeiçoamento Profissional (CEFOSAP) | <http://www.cefosap.pt>

- Elaboração de todo o material formativo e acção formativa de 100h

EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

4 Abril 2016
31 Julho 2020

CIDESD – Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

Vila Real (Portugal) | www.cidesd.utad.pt

- Produção de conteúdos (website, newsletter e redes sociais)
- Secretariado

2012
2016

Produtora de Conteúdos Televisivos para a EDP-on

Pixbee – Tv Bzzness | <http://www.pixbee.pt>

- Entrevistadora (em regime de freelancer) em eventos, iniciativas e actividades que envolvem a EDP

15 Janeiro 2014
31 Março 2016

Notify – Atelier de Comunicação

Vila Real (Portuga) | <http://notify.pt>

- Consultora de Comunicação (assessoria política, empresarial, desportiva, cultural, etc.)
- Gestora de Conteúdos (websites e redes sociais)
- Produção e Revisão de Conteúdos
- Comunicação Digital
- Media Training



1 Junho 2013
15 Outubro 2013

Assessora de Comunicação do Projecto «Entre Margens»

Fundação Museu do Douro | <http://www.entremargens.org/pt>

- Produção de notas de imprensa
- Contactos com a comunicação social (local, nacional e internacional)
- Gestão de conteúdos (website e redes sociais)
- Produção e revisão de conteúdos (material promocional, newsletters, etc.)

1 Junho 2013
30 Setembro 2014

Assessora de Comunicação do Projecto «Douro e Estrela – in Tourism»

NERGA e AETUR | <http://projeto.douroestrela.com>

- Produção de notas de imprensa e dossier de imprensa
- Contactos com a comunicação social (local e nacional)
- Organização de conferências de imprensa

18 Janeiro 2011
31 Maio 2013

Correspondente do Jornal de Notícias

Controlinveste | <http://www.jn.pt>

- Cobertura do distrito de Vila Real e, pontualmente, dos distritos de Bragança e Viseu
- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias

1 Março 2012
31 Maio 2013

Colaboradora da revista técnico-científica Agrotec

Publindústria, Lda | <http://www.agrotec.pt>

- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias relacionadas com o sector primário nas regiões do Douro e de Trás-os-Montes

1 Março 2012
31 Maio 2013

Colaboradora do Nós Cá Fora – Portal da Comunidade Portuguesa na Bélgica

NCF.be | <http://www.noscafora.be>

- Produção de reportagens e entrevistas sobre personalidades e projectos dos emigrantes portugueses em território belga
- Actualização diária do portal, com notícias da Agência Lusa sobre a actualidade nacional

1 Abril 2012
31 Maio 2013

Colaboradora da revista DESCLA – Desporto, Cultura e Lazer

Gomes & Canoso, Lda | <http://descla.pt>

- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias relacionadas com as áreas temáticas da publicação (desporto, cultura e lazer) nos distritos de Vila Real e Bragança

8 Dezembro 2009
31 Maio 2013

Colaboradora do jornal Repórter do Marão/revista Mais Norte

Tamegapress – Comunicação e Multimédia, Lda | <http://www.maisnorte.pt>

- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias nos distritos de Vila Real e Bragança

1 Dezembro 2009
31 Maio 2013

Colaboradora do jornal Voz das Misericórdias

União das Misericórdias Portuguesas | <http://www.ump.pt/inicio/jornal>

- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias relacionadas com o universo das Santas Casas dos distritos de Vila Real e de Bragança



1 Março 2012
30 Dezembro 2013

Revisora de revistas temáticas e institucionais

Editora CódigoPro | <http://www.codigopro.pt>

- Correção gramatical e ortográfica
- Revisão de estilo e formatação

Abril a Junho
2012

Co-autora do roteiro “Saberes e Sabores”

Associação Douro Alliance | <http://www.douroalliance.org/gabineteturismo/pt/gabinete-de-turismo/repositorio-de-catalogos/catalogos.html>

- Realização de entrevistas para produção de conteúdos turísticos

Julho e Agosto
2012

Produtora de conteúdos do “Guia das Praias Fluviais e Zonas Balneares de Portugal”

Blanche, Lda

- Produção de conteúdos e fotografias das praias fluviais e zonas balneares dos distritos de Bragança e de Vila Real

19 Novembro 2007
31 Maio 2013

Colaboradora da revista Visão

MEDIPRESS, Sociedade Jornalística e Editorial, Lda | <http://visao.sapo.pt>

Novembro 2013

- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias nos distritos de Vila Real e Bragança
- Produção de notícias sobre eventos culturais e turísticos para o suplemento “Visão 7”
- Colaboração na edição verde da revista, publicada anualmente

2011 | 2012
2013 | 2014

Cliente Mistério

Ideiateca Consultores | Instituto de Marketing Research (IMR)

- Visitas a lojas de telecomunicações, de vestuário, de equipamento informático, restaurantes, etc. para avaliar aspectos qualitativos (atendimento ao público, merchandising, etc.)

1 Fevereiro 2010
30 Novembro 2010

Jornalista da revista Tribuna Douro

Edições, Marketing e Publicidade, Lda

- Produção de notícias, reportagens, entrevistas e fotografias sobre a Região Demarcada do Douro

12 Outubro 2009
29 Janeiro 2010

Jornalista da Imais.TV

Múltiplas Origens | <http://videos.sapo.pt/imaistv/play/2>

- Produção de notícias, reportagens e entrevistas no distrito de Vila Real
- Apoio na edição de vídeo

1 Junho 2009
30 Junho 2009

Jornalista da Vila Real TV

Vila Real TV

- Produção de notícias, reportagens e entrevistas no concelho de Vila Real



2 Janeiro 2008 **Jornalista (estágio profissional) do semanário Mensageiro Notícias**

30 Abril 2009 **Fundação Mensageiro de Bragança**

- Produção de notícias, reportagens e entrevistas nos distritos de Vila Real, Bragança e Viseu
- Revisão dos conteúdos da edição semanal

8 Outubro 2007 **Rececionista**

15 Novembro 2007 **Estalagem Turismo – Bragança** | <http://hotelestalagemturismo.com/pt>

- Atendimento ao público
- Apoio administrativo

1 a 20 Setembro 2007 **Colaboradora da publicação «Confratri»**

Confraria Gastronómica das Tripas à Moda do Porto

- Produção de entrevistas de perfil a personalidades homenageadas na gala anual da Confraria

Junho a Agosto 2007 **Estagiária do jornal Diário de Notícias**

Controlinveste | <http://www.dn.pt>

- Produção de notícias e reportagens no Grande Porto para diferentes editorias (cultura, política, local, etc.)

Março a Maio 2007 **Estagiária do ciberjornal JornalismoPortoNet (JPN)**

Universidade do Porto | <https://jpn.up.pt>

- Produção de notícias e reportagens no Grande Porto para diferentes editorias (cultura, política, local, etc.) e em diferentes suportes (multimédia, televisivo, radiofónico)

Março 2006 **Co-produtora do programa «PortOuvido»**

Junho 2007 **Universidade do Porto | Webrádio JornalismoPortoRadio (JPR)**

- Edição de programas semanais sobre lugares emblemáticos da cidade do Porto

Abril 2005 **Colaboradora do Jornal Nordeste**

Março e Junho 2006 **Jornal Nordeste** | <http://www.jornalnordeste.com>

- Reportagens sobre o impacto social das Piscinas Municipais e sobre as Livrarias Brigantinas (ambas foram também publicadas no site BCD – Bragança Comunidade Digital e no Diário de Trás-os-Montes)

1999 – 2000 **Elemento da equipa redactorial do Clube de Jornalismo**

Escola E.B. 2.3 Paulo Quintela



EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

- Julho 2019 Formação “Como promover o Pensamento Crítico na minha Unidade Curricular”
CRITHINKEDU - Critical Thinking across the European Higher Education Curricula
- Setembro 2018 Formação em Fotografia e Vídeo com Smartphones
CENJOR - Centro Protocolar de Formação Profissional para Jornalistas
- Fevereiro 2018 Formações modulares: Marketing Digital, Comércio electrónico e E-business, Plano de Negócios – criação de micronegócios
Servirege
- Setembro 2017 Curso de Marketing Digital
Atelier Digital Google
- Conhecimentos sobre otimização para motores de pesquisa (SEO), marketing para motores de pesquisa (SEM), marketing nas redes sociais e mobile, análise da presença web e internacionalização
- Agosto 2017 Cursos “Situações de Crise: comunicação e redes sociais” e “Construção do Discurso e Falar em Público”
Escola de Jornalismo do Porto
- Conhecimentos sobre as melhores soluções para diversos tipos de crises nas redes sociais
 - Conceitos, técnicas e metodologias da arte de comunicar através do discurso; estratégias para elaboração do discurso e experimentar a sua aplicação através do treino das habilidades da expressão corporal e da dicção
- Fevereiro 2016 Curso de Formação “Comunicação de Crise”
Faculdade de Letras da Universidade do Porto
- Conhecimentos sobre tipologia e morfologia das crises de comunicação, manual de crise e modelos de actuação
 - Classificação obtida: 18 valores
- Setembro 2010
Novembro 2011 Mestrado em Ciências da Comunicação – Variante em Estudos de Média e Jornalismo
Faculdade de Letras da Universidade do Porto
- Conhecimentos direccionados para a produção e análise da comunicação, nomeadamente na área do ciberjornalismo
 - Tese “Ciberjornalismo à Escala Regional: Aproveitamento das Potencialidades da Internet nos oito jornais com presença online activa nos distritos de Bragança e Vila Real” (disponível em: <http://hdl.handle.net/10216/67077>)
 - Classificação obtida: 16 valores



Março 2010 **Formação “Mediadores de Cursos EFA”**

CEFOLGEST – Formação e Consultoria

- Conhecimentos da metodologia de avaliação e certificação dos cursos de Educação e Formação de Adultos, papel e competências inerentes à figura do mediador
- Classificação obtida: Bom

Agosto 2009 **Curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores**

CEFOLGEST – Formação e Consultoria

- Conceitos fundamentais da formação profissional, comunicação pedagógica, comportamento humano, dinâmica de grupos, planificação e avaliação da formação
- Classificação obtida: Muito Bom

2003 – 2007 **Licenciatura em Jornalismo e Ciências da Comunicação**

Faculdade de Letras da Universidade do Porto

- Jornalismo radiofónico, televisivo, online e de imprensa; novas Tecnologias da Informação e da Comunicação
- Classificação obtida: 15 valores

2000 – 2003 **Curso Secundário de Humanidades**

Escola Secundária Emídio Garcia – Bragança

- Classificação obtida: 18 valores

COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna **Português**

Outras línguas

| | COMPREENDER | | FALAR | | ESCREVER |
|---------|------------------|---------|-----------------|---------------|----------|
| | Compreensão oral | Leitura | Interacção oral | Produção oral | |
| Inglês | A2 | B1 | A2 | A2 | B1 |
| Francês | A2 | B1 | A2 | A2 | B1 |

Níveis: A1/A2: utilizador básico - B1/B2 utilizador independente - C1/C2: utilizador avançado



Competências de comunicação

- Facilidade de comunicação adquirida no âmbito da experiência profissional, das actividades extracurriculares, desportivas, sociais e recreativas;
- Capacidade de colocar as habilidades comunicativas ao serviço de causas sociais: promoção da oficina de escrita e leitura para crianças e adolescentes residentes em bairros sociais, ao abrigo do Programa de Voluntariado +Social (Abril 2013 – Agosto 2014);
- Flexibilidade de adaptação a diferentes contextos comunicacionais, em função da experiência profissional como recepcionista em que contactava com diferentes públicos e, também, pelo envolvimento no Programa de Ocupação dos Tempos Livres (OTL) promovido pelo Instituto Português da Juventude (IPJ): de 2000 a 2002 num projecto de apoio à infância e em 2004 num projecto de preservação do património histórico.

Competências de organização

- Organização e apoio à produção de eventos (exposições, concertos, workshops no âmbito do projecto Entre Margens; congresso internacional do CIDESD em 2016 e em 2019);
- Organização de informação e gestão administrativa, adquiridas enquanto Secretária da Direcção do Club de Voleibol de Vila Real (Março 2015 – Fevereiro 2016);
- Facilidades de pesquisa e arquivo, em função das tarefas desenvolvidas como secretária de redacção no âmbito do estágio curricular no ciberjornal universitário (2007);
- Arquivo e gestão documental, decorrentes do *hobbie* de coleccionar calendários de bolso.

Competências relacionadas com o trabalho

- Blogger desde 2004 (www.apfp.blogspot.com)
- Membro da Rede SciCom – Rede de Comunicação de Ciência e Tecnologia de Portugal
- Júri da eliminatória regional do FameLab – Concurso Internacional de Comunicação de Ciência (2019)
- Bons conhecimentos na área da fotografia, como consequência de formações e da experiência profissional:
 - Workshop Criativa de Fauna Selvagem do Festival Internacional de Imagem de Natureza e Workshop prático de fotografia do Instituto Português de Fotografia (2018)
 - Júri de um concurso de fotografia sobre viagens (Junho 2014)
 - Participação na 2ª edição do Encontro “Fotografar Vila Real” (Novembro 2011)
 - Workshop “Eu e a Minha Máquina” (Abril 2011)
 - Participação na exposição de fotografia “Os Sete Pecados Mortais” (2008)
- Bons níveis de relacionamento interpessoal e facilidade na coordenação de recursos humanos, em virtude do trabalho desenvolvido como Chefe de Redacção durante o estágio curricular no ciberjornal universitário (2007);
- Participação em concursos literários (3º e 4º Prémio Literário da Lusofonia; O Amor a concurso no Museu da Imprensa em 2009 e 2010; II concurso de poesia Poetas em Desassossego).

Competência digital

| AUTOAVALIAÇÃO | | | | |
|-----------------------------|---------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| Processamento de informação | Comunicação | Criação de conteúdos | Segurança | Resolução de problemas |
| Utilizador Avançado | Utilizador Avançado | Utilizador Independente | Utilizador Independente | Utilizador Independente |

Níveis: utilizador básico - utilizador independente - utilizador avançado

Certificado(s) TIC

- Cursos de Informática: WinJunior; Módulos – Windows, Word, Excel, Internet, PowerPoint, Internet
- Experiência em software de edição de imagem e de som (Adobe Audition, Adobe Premiere, Adobe Photoshop, Adobe InDesign, Macromedia FreeHand), de organização de eventos (Gantt Project, Project Libre) e plataformas colaborativas (Microsoft Teams, Google Classroom)
- Experiência em Adobe Acrobat, Access, DreamWeaver, MailChimp



- Competências desportivas**
- Equipa de Futsal da Diogo Cão (2017/18)
 - Equipa de Futsal Feminino da Casa do Pessoal do Hospital de Vila Real (Abril 2016 – Junho 2017)
 - Equipa Sénior do Club de Voleibol de Vila Real (Março 2015 – Fevereiro 2016)
 - Equipa de Basquetebol da Escola Secundária Emídio Garcia
 - Equipa de Futebol da Escola E.B. 2.3 Paulo Quintela

Carta de Condução Categoria B desde 09-06-2003

INFORMAÇÃO ADICIONAL

- Publicações** POSSE, Patrícia (2012). Aproveitamento da interactividade nos oito jornais com presença online activa dos distritos de Bragança e Vila Real. Livro de Actas – Ágora – Jornalismo de Proximidade: Limites, Desafios e Oportunidades, Universidade da Beira Interior, Portugal, Dezembro 2012 (disponível em: http://www.livrosiabcom.ubi.pt/pdfs/20121224-agora_ebook.pdf)
- Apresentações** Participação no Ágora – Encontro de Media, Proximidade e Participação, na Universidade da Beira Interior (Abril 2010) com a comunicação “Interactividade: uma outra forma de cimentar a proximidade”
- Conferências
Seminários** Oradora no I Encontro Livreiro de Trás-os-Montes e Alto Douro (Março 2013)
Participação no 19º Ignite Portugal – Vila Real, com o tema “Jornalismo: um ofício de paixão” (Março 2012)
Presença no II Congresso Internacional de Ciberjornalismo (Porto, Dezembro 2010)
- Cursos** Workshop de Marketing Digital, com Vasco Marques (Novembro 2017)
Formação de Mentoring e Coaching – Projecto Novo Rumo a Norte (Outubro/Novembro 2017)
Formação Modular de Cozinha (2014 – 2016)
Curso de Formação em Empreendedorismo (Setembro 2013)
Curso Escrever um Livro – Por onde começar (nível I) (Julho 2013)
Curso de Órgão (de 1994 a 1997)
- Certificações** Seminário de Literacia Mediática – Sindicato dos Jornalistas (Dezembro 2017)
Formação “Empreenda em 5 Passos” (Setembro 2015)
Oficina de Escrita Criativa (Fevereiro 2013)
Formação “Jornalismo de Ciência na Imprensa Regional” (Junho 2012)