

## **8h Práticas e Presenciais**

| Dois dias (4h cada) para desbloquear a tua comunicação, encontrar a tua voz autêntica, para aprender a contar histórias com estratégia e confiança - e começar finalmente a aparecer (sem medo) nas redes sociais.



[www.martaneves.pt](http://www.martaneves.pt)

# **WORKSHOP**

## **HISTÓRIAS QUE CONECTAM**

| O GUIA PRÁTICO PARA CRIADORES, MARCAS, EMPRESÁRIOS E INFLUENCIADORES.

# **SOBRE O WORKSHOP.**

---



Como vai ser este dia:

Este workshop é uma **imersão** intensiva de 8h , **ao vivo**, para pessoas **que se querem destacar no digital através de histórias que impactam**.

Neste dia, vamos descobrir a nossa **voz autêntica**, explorando as suas potencialidades únicas, vais **aprender técnicas de storytelling, de comunicação (oral/vídeo)** e de narrativas digitais.

Serão **8 horas** de (Auto)conhecimento, para compreendermos quem somos, o que queremos, como vamos contar as nossas histórias, como **perdemos o medo de falar para uma câmara, montando um plano só nosso!**

Fica a conhecer a programação do workshop!



# PROGRAMAÇÃO.

6 MÓDULOS PRÁTICOS, COM TÉCNICAS  
E MATERIAIS DE APOIO



## 01. ENCONTRA A TUA VOZ E POSICIONAMENTO

Aprende como o autoconhecimento + autenticidade funcionam como a base da tua comunicação. Descobre o teu Posicionamento digital, o teu nicho e a tua mensagem principal.

## 03. ATRAI A TUA COMUNIDADE DIGITAL

Deixa o improviso para os bastidores. Aqui vais ganhar método e clareza. Vais aprender a atrair as pessoas certas e manter uma audiência viva e interessada.

## 02. DOMINA O STORYTELLING CRIATIVO

Aprende a contar histórias que conectam - sem perderes quem és. Conhece as melhores estruturas narrativas, ganchos e estratégias que te podem ajudar a chamar a atenção e a sobressair nos conteúdos digitais.

## 04. FALA PARA A CÂMARA SEM MEDO E IMPACTA EM QUALQUER PLATAFORMA

Guia prático de public speaking e de oratória. Do Instagram ao palco: adapta a tua voz a vários contextos mantendo a tua essência.



# O QUE ESPERAR.

---

WORKSHOP PASSO A PASSO

## O1. AUTOCONHECIMENTO E AUTENTICIDADE

Entra em contacto com a tua essência.

Antes de começares a criar, precisas de saber quem és, o que representas e o que queres dizer. Com exercícios práticos, vais identificar os teus **pilares de conteúdo** e descobrir o teu **posicionamento** digital único (nicho, mensagem e editorias).

## O2. STORYTELLING E CRIATIVIDADE

Aprende a contar boas histórias.

Neste módulo vais descobrir como usar o **storytelling para criar conexão real** com a tua audiência - sem fórmulas artificiais, mas com estrutura e intenção.

Aprenderás a ter ideias criativas e alinhadas contigo e com os teus objectivos. Vais aprender a contar boas histórias que chamam e prendem a atenção no digital.

Vamos ultrapassar o medo da folha em branco. E vais perceber que documentar é melhor do que criar.





# O QUE ESPERAR.

---

WORKSHOP PASSO A PASSO

## O3. ATRAI A TUA COMUNIDADE E DOMINA AS VENDAS

Torna-te uma autoridade no teu nicho.

Chega de criar só por criar. Vais aprender a estruturar conteúdos com propósito, consistência e impacto, usando o **Método de Conteúdo Infinito** e técnicas para ganhares presença e relevância no digital.

Constrói uma comunidade, não só seguidores.

## O4. COMO PERDER O MEDO DE FALAR PARA UMA CÂMARA E IMPACTAR EM QUALQUER PLATAFORMA

Vais praticar técnicas de comunicação para vídeo, dominar o guião, os ganchos, estruturas da narrativa para melhor comunicares a tua **voz em frente à câmara**.

Este será um espaço seguro para testares, falhares e melhorares - sem julgamentos.

Aprende a adaptar a tua mensagem a diferentes formatos (multipresença com autenticidade)

No final, saberás como te expressar com clareza, confiança e autenticidade em qualquer plataforma - seja stories, reels, lives ou apresentações.

Q&A final - Reflexão



“

A minha missão é capacitar profissionais, marcas e equipas para se expressarem com mais confiança, clareza e autenticidade - seja em palco, em vídeo, ao vivo ou nas redes sociais.

MARTA NEVES



## WORKSHOP.



# PARA QUEM É?

01

**EMPREENDEDORES:** homens e mulheres que têm negócios, marcas pessoais ou projetos criativos e que comunicam (ou querem comunicar) nas redes sociais. **Procuram sentir-se mais confiantes em vídeo, comunicar de forma genuína e criar conteúdos que se destaquem sem perder a identidade.**

02

**PROFISSIONAIS LIBERAIS:** por exemplo, psicólogos, terapeutas, coaches, nutricionistas, consultores, dentistas, entre outros, que usam redes para partilhar conhecimento e captar clientes. **Procuram criar uma presença online autêntica, que transmita empatia e profissionalismo, sem parecer forçado.**

03

**CRIADORES/INFLUENCIADORES:** já produzem conteúdos para as redes sociais - seja como hobby ou profissão. Querem monetizar a sua presença com marcas. Procuram que os seus conteúdos reflitam mais verdadeiramente quem são. **Procuram ferramentas para comunicar com mais autenticidade, falar para a câmara com confiança e criar conteúdos que gerem conexão real com a comunidade.**

04

**criativos em transição digital:** escritores, atores, ilustradores, designers, artesãos, músicos e outros criadores que querem dar visibilidade ao seu trabalho e conectar com audiências online. **Procuram manter a alma do seu trabalho na comunicação digital, fazer destas plataformas novos veículos criativos e perder o medo de aparecer em vídeo.**

## **WORKSHOP.**

**HISTÓRIAS QUE CONECTAM -  
APRENDE A CONTAR  
HISTÓRIAS TODOS OS DIAS!  
ENCONTRA A TUA VOZ  
AUTÊNTICA. CONQUISTA A  
TUA COMUNIDADE DIGITAL.**

*Ajudo pessoas e marcas a sentirem-se mais à vontade na sua voz, mais seguras no seu corpo e mais alinhadas com a sua mensagem, para poderem contar histórias autênticas que conectem no digital.*



# **MARTA NEVES.**

---

Apresentadora | Speaker | Creator |  
Consultora em Comunicação |  
Investigadora

# CONHEÇAM A **MARTA NEVES.**

---

Com mais de 15 anos de experiência, já trabalhei para os três canais de televisão generalista portugueses, como repórter, apresentadora e guionista. Mais recentemente fui a cara digital do Big Brother Portugal. Ajudei a fundar o gabinete de comunicação da Assembleia da República Portuguesa.

Mestre em Ciências da Comunicação, licenciada em Jornalismo, faço parte da equipa de investigação portuguesa do OBITEL- Observatório Iberoamericano de Ficção Televisiva, onde tenho produzido conhecimento sobre as áreas da transmediação e narrativas digitais.

Atualmente, além de continuar o meu trabalho como comunicadora, sou professora convidada de vários cursos sobre criatividade, conteúdo digital, storytelling, posicionamento e influência na Universidade Católica Portuguesa.

Paralelamente, trabalho como consultora onde tenho ajudado pessoas e marcas a contar histórias autênticas que conectam e impactam no Digital. O meu mais recente projeto é o Podcast (A)Traídos Pela Atenção, um espaço de reflexão, iteracia digital e conversa a solo ou com convidados sobre as dinâmicas da Economia Criativa, Storytelling e Posicionamento Digital, numa época em que a Atenção é o nosso maior ativo, o petróleo do Séc. XXI.



**A minha abordagem é prática, personalizada e centrada na autenticidade. Trabalho com técnicas de storytelling, psicologia da comunicação e ferramentas digitais, mas sobretudo crio um espaço seguro onde as pessoas podem testar, falhar e ajustar - sem julgamentos.**

# COMO INCREVER.



[www.martaneves.pt](http://www.martaneves.pt)

## CONDIÇÕES E INSCRIÇÃO.

### > 2 DIAS DE FORMAÇÃO

(Sessão de 4h cada dia, com intervalo de 30 minutos para coffee break e networking final);

### > REALIZADO EM LISBOA E NO PORTO

Espaço Atmosfera - R. Castilho, 5. Lisboa;  
Espaço Atmosfera - R. Júlio Dinis, 158 Porto.

> CAPACIDADE para 40 pessoas;

### VALOR POR PESSOA (almoço incluído):

Associados - 75€

Não associados - 120€

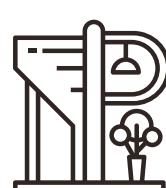
**CONDIÇÕES DE PAGAMENTO:** 100% NA DATA DE INSCRIÇÃO.

**CONDIÇÕES DE CANCELAMENTO:** O cancelamento da presença no workshop deve comunicar com alma deverá ser feito até 5 dias úteis antes da realização do mesmo, cumprindo essa condição terá direito à devolução do valor total da sua inscrição. A menos de 5 dias úteis da realização do workshop, o valor da inscrição não poderá ser devolvido nem na totalidade, nem em parte.

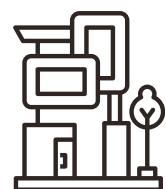
## O QUE CONTEMPLA:



**Sessão Prática e Participativa:** Privilégio de uma sessão mais participada, com perguntas e respostas e com role play.



**Materiais de Apoio:** Sessão ao vivo com utilização de muitos materiais de apoio, desde o documento de Posicionamento Digital e Método do Conteúdo Infinito.



**Storytelling e Escrita Criativa:** Fomento a autoexpressão e autoconhecimento para implementar alguns exercícios criativos.



# LETS CONNECT!

---



info@martaneves.pt



@martaneves\_oficial



Inscrição aqui:  
<https://www.montepio.org/vantagens-montepio/experiencias-agenda/saber/workshop-storytelling-digital-historias-que-conectam/>

**WORKSHOP.**