

Academia **CEP**



7ª EDIÇÃO

PROMOVA

PROGRAMA EXECUTIVO PARA LIDERANÇA FEMININA





Reforce a sua liderança para assumir maiores responsabilidades e ampliar o seu impacto estratégico na organização.

DATA

1 de junho de 2026
a 18 de junho de 2027

DURAÇÃO

1 ano

INVESTIMENTO

7.500€

FORMATO

Presencial

3 dias por mês, de quarta-feira
a sexta-feira das 9h às 17h

IDIOMA

Português

LOCAL

Carcavelos, Lisboa

[CANDIDATE-SE](#)

[CONDIÇÕES DE ACESSO](#)



**DIRETORA
ACADÉMICA**

Marta Pimentel

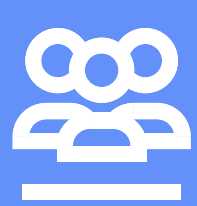


O Promova visa promover a igualdade de género no acesso a cargos de direção em organizações privadas.

O programa tem a **duração de 1 ano** e foi concebido para executivas com pelo menos **10 anos de experiência profissional** que pretendam ou estejam a transitar para funções de maior responsabilidade.

Através de uma abordagem prática, o programa aborda temas como **autoliderança, estratégia, IA, comunicação e corporate governance**, tendo como objetivo reforçar conhecimentos e competências alinhados com os desafios das organizações de cada participante.

Esta abordagem é suportada por:



Assessment 360° que permite às participantes comparar a sua autoimagem com a perceção que os outros têm de si, identificando prioridades no seu desenvolvimento enquanto líderes.



Sessões de **coaching** e mentoria cruzada que permitem o desenvolvimento de um plano de ação e o acompanhamento ao longo do programa.



Networking com executivos séniores, promovendo a partilha de experiências e a aprendizagem entre pares.

IMPACTO COMPROVADO

+179

Participantes

96

Empresas

55%

Alumni promovidas

9.6/10

Média de **avaliação** da qualidade global do ensino**

9.7/10

Média de **recomendação** do programa**



Parabéns pelo Projeto Promova, não só pela componente letiva, mas sobretudo por toda a abrangência do programa. As sessões de coaching e de mentoring foram realmente muito inspiradoras. O grupo desta edição, além de coeso, fomentou um espírito de partilha de experiências genuíno e enriquecedor. Parabéns!



Patrícia Vasconcelos
Area Leader @ SONAE MC



Razões para escolher este programa

PARA SI

- Fortalecer o seu posicionamento enquanto líder, reforçando a comunicação executiva e a influência estratégica em contextos de decisão
- Desenvolver competências para enfrentar contextos complexos e em transformação, com uma visão integrada do negócio e da liderança
- Expandir a sua preparação para assumir maiores responsabilidades, reforçando a confiança, a influência e a capacidade de decisão
- Integrar uma comunidade de executivas sêniores, promovendo *networking* e aprendizagem entre pares

PARA A SUA ORGANIZAÇÃO

- Potenciar o desenvolvimento e a progressão de talento feminino para posições de liderança
- Reforçar a capacidade estratégica da organização através de líderes mais conscientes, informadas e preparadas para contextos complexos
- Contribuir de forma concreta para a igualdade de género, alinhando a organização com boas práticas de diversidade, equidade e inclusão

COMPETÊNCIAS



Self leadership
e inteligência
emocional



Pensamento
estratégico e
visão de futuro



Adaptabilidade
e gestão da
mudança



Liderança
e gestão
de equipas



Comunicação
eficaz e
influência



Tomada
de decisão

PROMOVA PROGRAMA



*A 2ª, 3ª e 4ª sessões de Coaching são flexíveis de serem ajustadas quando for mais oportuno para as participantes, desde que aconteçam entre o fim do primeiro bloco e o princípio do último. Notas: Este roadmap não contempla iniciativas promovidas pela CIP.

METODOLOGIAS



Storytelling



Mindfulness



**Foresight
Scenarios**



**Peer
learning**



Plano de Estudos

→ Pré-programa

ASSESSMENT I | LEADER 360°

- Ferramenta que permite obter uma avaliação 360° sobre cada participante, permitindo comparar a autoimagem de cada pessoa com a imagem que outras pessoas têm da própria.

SESSÃO DE KICK-OFF

- Sessão com o principal objetivo de dar a conhecer o programa de uma forma geral e percorrer os diferentes momentos que fazem parte da jornada das participantes.

→ Programa

1ª sessão de *Coaching*

BLOCO I | PROPÓSITO

 2 dias e meio

- **DIA 1 — O Papel das Emoções (1 dia)**
Proporcionar uma visão integrada sobre a inteligência emocional, qual o seu papel na tomada de decisão e como pode ser desenvolvida, utilizando o *mindfulness* como promotor.
- **DIA 2 — Da Identidade à construção da marca pessoal (1 dia)**
Tendo em conta a visão, aspirações e objetivos individuais, será trabalhado o posicionamento pessoal, alinhado com a forma como cada participante pretende ser percebida.
- **DIA 3 — *Personal Branding & Storytelling* (1/2 dia)**
Introduzir o conceito de *storytelling* na forma como se constrói e comunica a sua marca pessoal, com o intuito de potenciar esse posicionamento individual.
- **LUNCH & DEBRIEF**
Para sistematizar conhecimentos, fomentar a discussão em grupo e incentivar a relação entre as participantes e o *networking*. O programa contempla 4 momentos de debrief, um por cada bloco formativo, recorrendo a metodologias diferentes e experienciais que apoiem a aquisição de conhecimento.



2ª sessão de *Coaching*

BLOCO II | CONTEXTO

 2 dias e meio

- **DIA 1 — *AI & Data Revolution* (1 dia)**
Enquadrar o contexto atual da transformação de dados e IA, trabalhando em quais as implicações e oportunidades que este novo papel das tecnologias traz para as organizações e para a realidade profissional de cada participante.
- **DIA 2 — Sustentabilidade Corporativa + *Business Safari* (1 dia)**
Criar e trabalhar a consciencialização para a sustentabilidade corporativa e toda a envolvente do ESG, crucial para as organizações e participantes que pretendam estar na vanguarda desta temática.
- **DIA 3 — Macroeconomia, Política e Sociedade (1/2 dia)**
Proporcionar uma visão holística sobre as dinâmicas económicas passadas, presentes e expectativas futuras dos países, das empresas, das pessoas e da sociedade.
- **LUNCH & DEBRIEF**

BLOCO III | IMPACTO


 2 dias e meio

- **DIA 1 — Cenários e Exploração do Futuro (1 dia)**
Ganhar conhecimento sobre o framework de cenários preditivos (*foresight scenarios*) e definição da narrativa de futuro da organização.
- **DIA 2 — Estratégia e Novos Modelos de Negócio (1 dia)**
Conhecer as melhores práticas para desenvolver um processo estratégico que permite lidar com mudança e desenvolver novos modelos de negócios.
- **DIA 3 — *Corporate Governance: Women on Board* (1/2dia)**
Compreender a realidade da *corporate governance* e estratégias de atuação com os diversos *stakeholders* com vista à concretização dos objetivos pretendidos. Promover testemunhos de mulheres na liderança de topo.
- **LUNCH & DEBRIEF**



3ª sessão de *Coaching*

BLOCO IV | LIDERANÇA

 2 dias e meio

- **DIA 1 — Comunicação Executiva (1 dia)**
Aprender as principais técnicas para comunicar ideias de modo impactante, conquistando os resultados desejados. Serão utilizadas diferentes metodologias de comunicação de forma a garantir a melhor aprendizagem.
- **DIA 2 — Equipas de Alta Performance (1 dia)**
Adquirir não apenas uma nova visão holística dos fatores que tornam as equipas mais do que a soma das partes, como também ferramentas práticas para potenciar o desempenho das suas equipas no dia-a-dia.
- **DIA 3 — Paradoxos de Liderança (1/2 dia)**
Ganhar conhecimento sobre a dinâmica organizacional e como atuar.
- **LUNCH & DEBRIEF**

→ Pós-programa

4ª sessão de *Coaching*

MENTORIA CRUZADA | EVENTO *MATCHING* + 4 SESSÕES

COACHING

As sessões de *coaching* dividem-se em três grandes momentos: No início do programa formativo, focadas no processo de auto conhecimento para clarificação da identidade e reflexão sobre a marca pessoal. É o primeiro passo do plano de desenvolvimento individual. Entre módulos formativos, acompanhando o plano de desenvolvimento individual. Depois do último módulo, promovendo uma reflexão final sobre a experiência vivida ao longo do Programa, analisando os impactos e fazendo os necessários ajustes ao plano de desenvolvimento individual, preparando-o para a fase de mentoria.

MENTORIA CRUZADA

A Mentoria cruzada é uma peça fundamental do Projeto Promova e que tem um duplo objetivo: para a participante é uma oportunidade única de partilhar os seus projetos profissionais com um quadro da alta direção de outra empresa, que não a sua, num intercâmbio de experiências. Para os mentores é também uma oportunidade de partilhar conhecimento com a sua mentee e com outros mentores em relação a temas e experiências que a ambos enriquecerão. Cada empresa indica um mentor que, na parte final do Projeto, faz mentoria a uma participante de outra empresa.

*A 2ª, 3ª e 4ª sessões de *Coaching* são flexíveis de serem ajustadas quando for mais oportuno para as participantes, desde que aconteçam entre o fim do primeiro bloco e o princípio do último.

Notas: Este *roadmap* não contempla as PROMOVA *Talks* e iniciativas promovidas pela CIP.



A quem se dirige

Executivas com mais de 10 anos de experiência profissional, com o objetivo de promover a sua progressão para cargos de maior responsabilidade.



Requisitos para a candidatura

- **Licenciatura** ou **nível de estudos superiores** equiparável
- Experiência profissional **mínima de 10 anos**
- Exercer um **cargo de responsabilidade** à data atual
- Apresentar uma **carta de recomendação da organização** onde trabalha

Outros fatores que influenciam positivamente a candidatura

- Cargo do **mentor proposto**
- Outros **certificados** e **diplomas**
- Tipo de **experiência profissional**
(número de colaboradores que gere; nível de responsabilidade; posição hierárquica na empresa, etc.)
- **Projeção profissional**
- Experiência **internacional**



Comunidade Promova



Este ano de Promova passou muito rápido! Foi uma ótima oportunidade para refrescar alguns conceitos e adquirir os nossos skills! A heterogeneidade do grupo foi fundamental para a partilha de experiências e tornou as sessões mais ricas. Fica agora o desafio de manter viva esta relação com um grupo de mulheres únicas.



Ana Margarida Cordeiro,
Corporate Affairs
& Communication Manager
@ JTI Portugal



O Promova foi um projeto transformador a nível pessoal e profissional! Uma formação muito valiosa, não só pelos conteúdos lecionados, mas também pela partilha de experiências entre as participantes com backgrounds tão diferentes! Obrigada, Promova, pelo fantástico ano! Saio deste projeto com uma melhor versão de mim e a contar com um grupo fantástico de apoio e networking!



Teresa Dâmaso,
Education Lead
@ Microsoft Portugal



Projeto inspirador, encorajador e motivador para uma liderança mais humana e positiva!



Águeda Lírio,
Deputy Program Quality
Manager SSED @ FORVIA

PERFIL DOS ALUMNI*

89%

Cargos de direção ou
middle management

75%

Mais de 15 anos
de experiência

90%

Das empresas
representadas são
grandes empresas
e/ou multinacionais

* Informação da edição 2025-2026



Direção Académica



MARTA PIMENTEL

É doutorada em Ciências Empresariais, pela Faculdade de Economia da Universidade do Porto (2014), MBA em Administração de Empresas, pela Porto Business School (2006) e licenciada em Psicologia pela Universidade do Porto (1991).

É Diretora Executiva da Formação de Executivos da Nova SBE e Board member da UNICON - The International University Consortium for Executive Education e professora na Fundação Dom Cabral.

MAIS INFORMAÇÃO





Corpo Docente



ANA MONIZ

Guest Speaker @ Nova SBE
Executive Education
O Papel das Emoções



LUÍSA AGANTE

Guest Speaker @ Nova SBE
Executive Education
Da Identidade à Construção da Marca Pessoal



ANTÓNIO ALVARENGA

Founder & CEO @ ALVA
Research and Consulting
Professor Associado
Convidado @ Nova SBE
Cenários e Exploração do Futuro



LUÍS VEIGA MARTINS

Professor Auxiliar Convidado
@ Nova SBE
Executive Director UNITAR
@ CIFAL Cascais
ESG & Reporting Corporativo



CARLA ROCHA

Apresentadora de Rádio & Consultora de Comunicação
Guest Speaker @ Nova SBE
Executive Education
Comunicação Executiva



MIGUEL CALADO

Chairman @ Nanoform
Guest Speaker @ Nova SBE
Executive Education
Corporate Governance:
Women on Board



CRISTINA MORGADO

Guest Speaker @ Nova SBE
Executive Education
Estratégia e Novos Modelos de Negócio



MIGUEL PINA E CUNHA

Professor Catedrático
@ Nova SBE
Paradoxos de Liderança



FILIPA CASTANHEIRA

Professora Catedrática
@ Nova SBE
Equipas de Alta Performance



NUNO MOREIRA

Partner @ UZER Consulting
Guest Speaker @ Nova SBE
Executive Education
Personal Branding & Storytelling



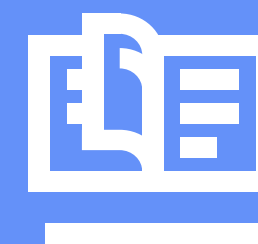
LÉNIA MESTRINHO

Professora Auxiliar
Convidada @ Nova SBE
Diretora Executiva @ Data
Science Knowledge Center
AI & Data Revolution



PEDRO BRINCA

Professor Associado
com Agregação @ Nova SBE
Macroeconomia,
Política e Sociedade



Academia CIP

A Academia CIP nasce no seio da Confederação Empresarial de Portugal e afirma-se como uma plataforma estratégica de capacitação empresarial. Ancorada no seu ecossistema, está orientada para responder aos desafios estruturais da economia portuguesa num contexto de profunda transformação tecnológica, regulatória e geopolítica.

Distingue-se por uma abordagem integrada e orientada para resultados, cruzando áreas críticas como tecnologia, estratégia, regulação, governação, inovação e liderança. Os seus programas são desenhados a partir de problemas reais das empresas e desenvolvidos em estreita articulação com as Associações empresariais associadas da CIP, bem como com parceiros académicos, tecnológicos e institucionais de referência.

Mais do que um modelo tradicional de formação, a Academia CIP foi concebida para apoiar decisores, líderes e equipas na construção de capacidade estratégica aplicada, diretamente ligada à tomada de decisão, à produtividade e à competitividade das empresas portuguesas.

Com uma forte vocação de proximidade ao tecido empresarial, e através da sua rede associativa, a Academia CIP procura chegar a empresas de todas as dimensões, em particular às PME, promovendo a democratização do acesso ao conhecimento estratégico. Desta forma, contribui para que empresas e líderes decidam melhor, mais rápido e com menor risco, reforçando a sua capacidade de adaptação, crescimento sustentável e afirmação competitiva.

A nossa missão é clara:

Capacitar pessoas. Transformar empresas. Liderar com inteligência.



PARCEIRO ACADÉMICO

A Nova SBE Executive Education tem sido constantemente reconhecida pelos programas de formação para executivos. Somos a escola nº1 de Executive Education em Portugal e alcançámos o 15º lugar a nível mundial em Programas Customizados no ranking Financial Times Executive Education 2025.

Na Nova SBE Executive Education, acreditamos que a aprendizagem executiva deve ser tão dinâmica quanto o mundo que pretende transformar. É um processo contínuo, adaptativo e feito à medida do percurso de cada líder. Aqui, preparamos líderes para agir agora e liderar o que vem a seguir.

O campus de Carcavelos, com 90.000 m², destaca-se como o cenário idílico para uma experiência de aprendizagem única, totalmente preparado para receber os participantes e garantir a sua segurança e tranquilidade durante um percurso formativo impactante e transformador.



Processo de Candidatura

Cada candidatura será examinada por uma equipa especializada composta por membros da CIP. Para além dos requisitos de participação exigidos, há outros elementos que serão relevados para a seleção das candidatas como a motivação, generosidade, capacidade de liderança, entre outros.

Todas as candidatas terão de realizar uma entrevista pessoal que constituirá a última fase do processo de seleção. Nenhuma candidata poderá passar à fase da entrevista sem que no seu processo conste: **Curriculum vitae atualizado, Carta de recomendação da organização e Certificado de Inglês.**



01.

Candidate-se
[aqui](#)



02.

Entrevista
pessoal



03.

Comunicação
resultados

INVESTIMENTO

7.500€

Inclui

- Materiais pedagógicos
- Alimentação nos dias de programa
- *Assessment I, Leader 360°*
- 4 sessões de *coaching* individual
- 4 sessões de mentoria cruzada
- Certificado

CANDIDATE-SE

FAQs

Deseja inscrever-se
neste programa?



PROGRAM ADVISOR
NOVA SBE
Inês Ferreira
ines.ferreira@novasbe.pt
(+351) 910 123 637

[Agendar conversa](#)



DIRECTORA
DO PROGRAMA
ACADEMIA CIP
Isabel Cardoso
promova@cip.org.pt
(+351) 918 123 311

Academia **CEP**

7ª EDIÇÃO

PROMOVA

PROGRAMA EXECUTIVO PARA LIDERANÇA FEMININA

CANDIDATE-SE

