

Sofia Costa Lima

# PORTEFÓLIO

content & social media marketing

hello@sofiacostalima.pt

2025



## Sofia Costa Lima

copywriter, social media manager & content writer

O meu lugar preferido do mundo para estar é entre palavras. Escrevo em blogs desde 2009. Atualmente sou responsável pelo departamento de Marketing da Liga Portuguesa Contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte.

Ferramentas:

- SEO
- Canva
- Redes Sociais
- Blogging
- E-mail Marketing

## **content writer**

Experiência de escrita em blogs desde 2009;

Escrevi para a Arrow Plus, Livrarias Bertrand, ESCS Magazine, além do blog onde escrevo desde 2015.

**01.**

**Quero comprar um e-reader  
(daylight)**

Artigo escrito no meu blog pessoal com análise detalhada sobre os e-readers disponíveis no mercado português.

**02.**

**Sophia, Livre Como o Mar  
(Livrarias Bertrand)**

Artigo escrito para o blog das Livrarias Bertrand a propósito do centenário do nascimento de Sophia de Mello Breyner.

**03.**

**Investir em REITs  
(Arrow Plus)**

Artigo escrito para a Arrow Plus para explicar o que são REITs e como investir nas mesmas.

# 01.

## Quero comprar um e-reader (daylight)

Aquilo que cada vez mais debato com quem usa e-reader é o facto de a escolha da marca já não recair nas funções, no preço ou na qualidade — ambos estão ao mesmo nível, sinceramente. Agora, sinto que cada vez mais a escolha se vai prender com a oferta literária disponível e aqui o Kindle pode perder para o Kobo, uma vez que em Portugal o serviço de subscrição Kindle Unlimited não existe, mas tens o Kobo Plus, que te permite aceder a centenas de livros mediante uma subscrição mensal.



[ARTIGO COMPLETO](#)

# 02.

## **Sophia, Livre Como o Mar (Livrarias Bertrand)**

Sophia de Mello Breyner Andresen morreu em Lisboa, a 2 de julho de 2004, aos 84 anos. Para muitos, faltou algo importante na sua carreira: o Prémio Nobel da Literatura. Ela, no entanto, não se impressionava com prémios. Era comum ouvi-la dizer que pensar muito em prémios “é um mau pensamento”.

A neta Rita Sousa Tavares não deixou esquecer esta característica da avó e, em 2014, na cerimónia de transladação de Sophia para o Panteão Nacional proferiu uma frase que certamente resume a poetisa portuguesa: “Se lhe dessem a escolher entre um prémio literário e um último mergulho no mar, preferia o mergulho no mar”.



[ARTIGO COMPLETO](#)

# 03.

## Investir em REITs (Arrow Plus)

Como já deve ter percebido, não há apenas uma forma de investir em imobiliário. Certamente terá a sua forma de investir preferida, aquela que se adequa melhor aos seus objectivos e ao capital disponível. No entanto é necessário conhecer muito bem o mercado. Por exemplo, se quiser jogar futebol não vai apenas preocupar-se em saber chutar uma bola. Vai certamente preocupar-se em saber as regras de funcionamento do jogo, vai treinar para ser melhor, vai querer estudar os melhores jogadores e as melhores equipas. No investimento imobiliário precisa de fazer o mesmo: saber as regras, conhecer os investimentos e tentar ser o melhor. Uma das formas de investimento que pode atraí-lo são os *REITs*, de que já lhe falámos anteriormente.



[ARTIGO COMPLETO](#)

# social media manager

Criação de vídeos e imagens através de Canva;  
Escrita de copy para redes sociais;  
Gestão de páginas de Instagram, Facebook e LinkedIn.

**01.**

## **Arfit Climatização**

Páginas geridas entre agosto de 2022 e abril de 2023, incluiu rebranding/atualização e criação de templates de publicações

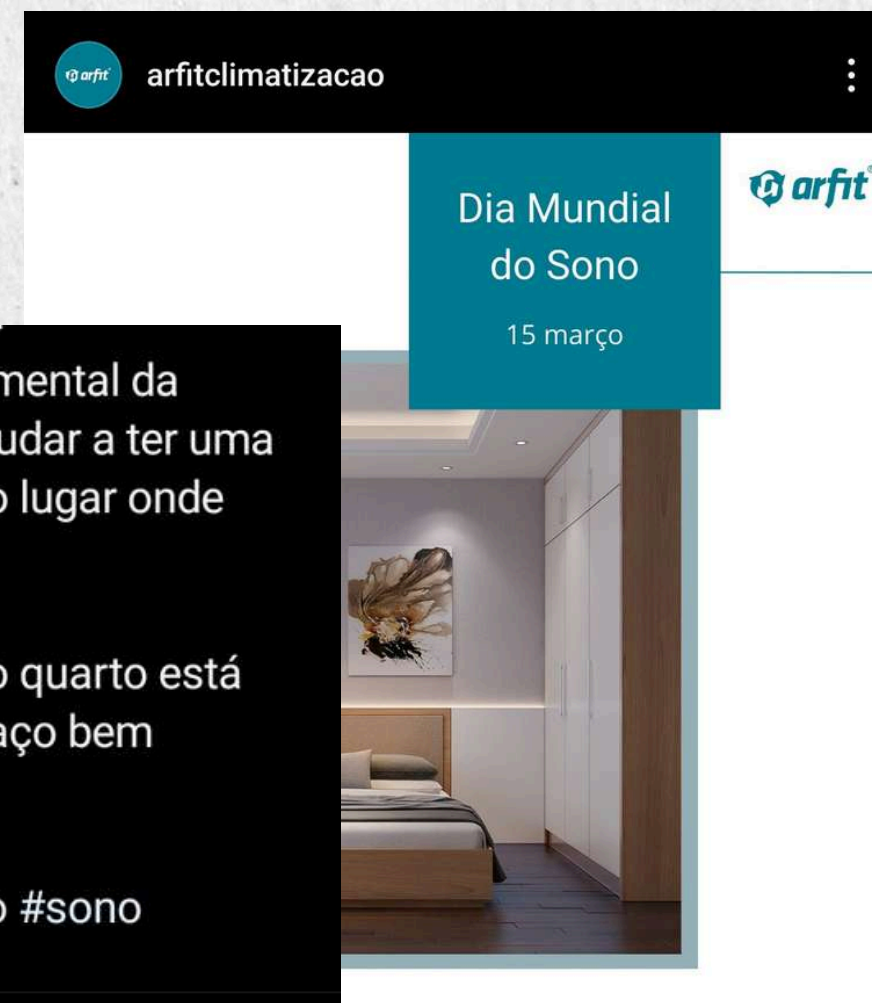
**02.**

## **Liga Portuguesa Contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte**

Páginas geridas desde julho de 2024. Em meio ano, a página de LinkedIn cresceu de 30 seguidores para 1700.

# 01.

## Arfit Climatização

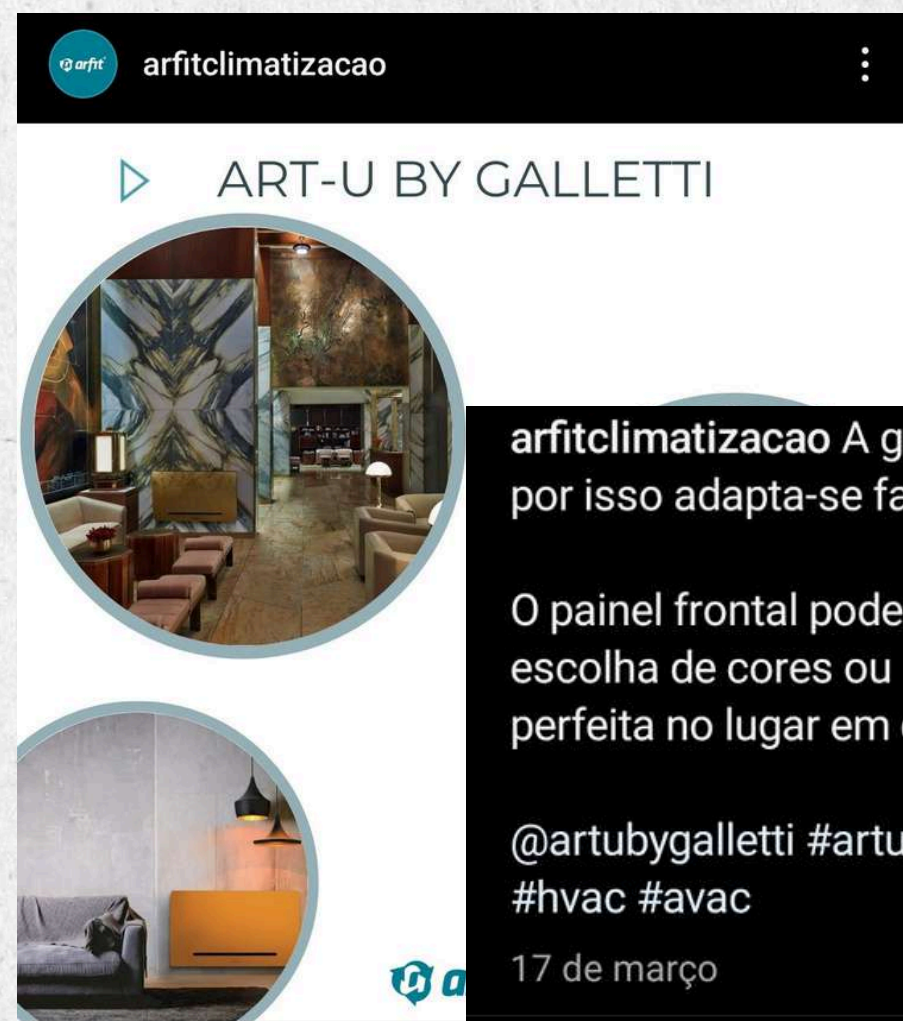


arfitclimatizacao O Sono é uma parte fundamental da saúde. Entre os vários fatores que podem ajudar a ter uma melhor qualidade do sono, a climatização do lugar onde dorme é essencial.

Tenha sempre em conta se a temperatura do quarto está no nível ideal de conforto e mantenha o espaço bem ventilado. E bons sonhos!

#arfit #arfitclimatizacao #diamundialdosono #sono

15 de março



arfitclimatizacao A gama Art-U da Galletti é personalizável por isso adapta-se facilmente a qualquer espaço.

O painel frontal pode ser impresso com uma infinita escolha de cores ou imagens, para se integrar de forma perfeita no lugar em que se encontra.

@artubygalletti #artubygalletti #arfit #arfitclimatizacao #hvac #avac

17 de março



# 01.

## Liga Portuguesa Contra o Cancro - Núcleo Regional do Norte

