



**theboard.**  
celina ferreira & teresa amaral  
[www.theboard.pt](http://www.theboard.pt)

SARA CARINHAS

[celinam.ferreira@hotmail.com](mailto:celinam.ferreira@hotmail.com) 968 694 431    [teresa.amaral.prod@outlook.pt](mailto:teresa.amaral.prod@outlook.pt) 967 610 564

# SARA CARINHAS

Atriz/Encenadora

## FORMAÇÃO ARTÍSTICA E LITERÁRIA

- 2018.** Termina o Mestrado em Estudos de Teatro pela Faculdade de Letras das Univ. de Lisboa.
- 2016.** Frequenta o workshop da Companhia Complicité pela mão de Annabel Arden, em Londres.
- 2010.** É aluna de Polina Klimovitskaya, em Nova Iorque - Michael Howard Studio (com quem colabora até hoje – 2020).
- 2010.** Frequenta o workshop “Grau de consciência” com Beatriz Batarda, na ACT.
- 2010.** Frequenta o workshop realizado no âmbito do projecto "O Actor Permanente" com Polina Klimovitskaya, em Lisboa.
- 2009.** Frequenta o Laboratório Internacional – Performer’s Physicality in the Methods of Meyerhold, M.Chekhov, Stanislavsky com o Sergei Ostrenko, em Massa, Itália.
- 2009.** Frequenta o workshop “O Actor Permanente” com Polina Klimovitskaya, Deb Margolin e Renato Ferracini, em Évora.
- 2007.** Termina o Secundário, Agrupamento 2 – Artes.
- 2005.** Curso de Música e Canto na Juventude Musical Portuguesa.
- 1993-1995.** Foi aluna de Ballet, da Mestra Margarida de Abreu.

## EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

### TEATRO

Encenadora

- 2020/2021.** Encenação de *Um quarto que seja delas - Ciclo de leituras encenadas* com textos de Ana Hatherly, Ana Luísa Amaral, Lídia Jorge, Patrícia Portela e Sónia Baptista. São Luiz Teatro Municipal - Sala Bernardo Sasseti. Lisboa
- 2019.** Dramaturgia do espectáculo *Nós como futuro* com criação de Daniel Gorjão para a Companhia Nacional de Bailado. Teatro Camões. Lisboa
- 2019.** Assistência de encenação de *O Dia do Juízo* de Odon von Hórvath, encenação de Cristina Carvalhal. São Luiz Teatro Municipal. Lisboa.
- 2019.** Direção artística e Encenação de *Limbo* - Produção Causas Comuns. (Digressão: Voz do Operário - Lisboa, Rivoli Teatro Municipal - Porto, Festival Vault - Londres e Teatro de Vila Real)
- 2018.** Encenação de "Meninas Exemplares" - leitura encenada de textos de Maria Velho da Costa. Teatro Nacional São João. Porto (digressão: Guarda, Igreja de São Mamede - Lisboa)
- 2016.** Encenação de *Ciclo de Leituras Encenadas* – textos de José Tolentino Mendonça, Maria Velho da Costas, Luisa Costa Gomes, Herberto Hélder e Matilde Campilho. São Luiz Teatro Municipal e Teatro Nacional D.Maria II. Lisboa.
- 2015.** Co-criadora e intérprete em *Baile*, em parceria com Carla Maciel. Teatro Municipal S. Luiz - Lisboa e Rivoli Teatro Municipal – Porto.
- 2015.** Encenação de *A Fada Oriana* – integrado no projecto Companhia Nacional de Bailado nas Escolas -, em criação com Annabelle Barnes, Catarina Lourenço, Mário Franco e Paulina Santos. Digressão pelas escolas de Lisboa, Alfragide e Montemor-o-Novo).
- 2015.** Co-criadora e intérprete em *Orlando* baseado na obra homónima de Virgínia Woolf, em parceria com Victor Hugo Pontes. Espaço do Tempo – Montemor-o-Novo; Rivoli Teatro Municipal – Porto (digressão: Centro Cultural de Belém (Black Box); Plataforma das Artes – Guimarães).
- 2013.** Encenação de *As Ondas*, baseado na obra homónima de Virginia Woolf. No Espaço Ribeira do grupo teatral Primeiros Sintomas - Lisboa. (digressão 2013-2015: Teatro de Vila Real; Teatro Virgínia – Torres Novas; Festival Santiago a Mil – Santiago do Chile; Teatro Municipal S. Luiz; Teatro de la ciudad – Monterrey, México).
- 2011.** Intérprete e criadora em *A Paixão Segundo Eurico*, criação colectiva de Ana Vaz, Cristina Carvalhal, Graça Corrêa, Inês Rosado e Pedro Marques, baseado em “Eurico, o Presbítero” de Alexandre Herculano. Teatro Nacional D. Maria II - Lisboa.

# SARA CARINHAS

Atriz/Encenadora

## TEATRO

Atriz

**2022.** “Blimunda”, ópera encenada por Nuno Carinhas, Teatro Nacional de São Carlos.

**2021.** Intérprete em “Top Girls” de Caryl Churchill, encenação de Cristina Carvalhal. Teatro Nacional D. Maria II. Lisboa.

**2020.** Intérprete em *Comédia de Bastidores* de Alan Ayckbourn, encenação de Nuno Carinhas. Teatro Nacional São João. Porto

**2016.** Intérprete em *As Criadas* (Clara), de Jean Genet, encenação Marco Martins. T.N. D.Maria II. – Lisboa

**2015.** Intérprete e co-criadora em *Baile*, em parceria com Carla Maciel. Teatro Municipal S.Luiz - Lisboa (digressão: Rivoli Teatro Municipal – Porto).

**2015.** . Intérprete e co-criadora em *Orlando* baseado na obra homónima de Virgínia Woolf, em parceria com Victor Hugo Pontes. Espaço do Tempo – Montemor-o-Novo; Rivoli Teatro Municipal – Porto (digressão: Centro Cultural de Belém (Black Box); Plataforma das Artes – Guimarães).

**2015.** . Intérprete em *Cyrano* (Roxana) de Edmond Rostand, encenação de João Mota. T.N. D. M. II – Lisboa.

**2014.** Intérprete no monólogo *A Farsa* baseada na obra homónima de Raúl Brandão, encenação de Luís Castro. Teatro Nacional D. Maria II – Lisboa.

**2014.** Intérprete em *O olhar inabitado das manhãs* de Cátia Terrinca, baseado na obra de Sophia de Mello Breyner, encenação de Daniel Gorjão. Jardim botânico – Lisboa.

**2013.** Intérprete em *Como Queiram* (Célia) de William Shakespeare, encenação de Beatriz Batarda. Teatro Municipal S. Luiz – Lisboa. (digressão: Teatro Viriato – Viseu; Teatro Carlos Alberto – Porto; Centro Cultural Vila Flor – Guimarães; Teatro-Circo – Braga).

**2013.** Intérprete em *I.B.S.E.N.* de Miguel Castro Caldas, encenação de Cristina Carvalhal. Teatro da Trindade – Lisboa.

**2012.** Intérprete em *O Mercador de Veneza* (Pórcia) de William Shakespeare, encenação de Ricardo Pais. Teatro Nacional S. João – Porto.

**2012.** Intérprete em *Medida por Medida* (Isabella), de William Shakespeare, encenação de Nuno Cardoso. Centro Cultural Vila Flor – Guimarães. (digressão: Teatro Nacional S.João – Porto; Teatro Municipal S. Luiz – Lisboa).

**2011.** Intérprete e criadora em *A Paixão Segundo Eurico*, criação colectiva de Ana Vaz, Cristina Carvalhal, Graça Corrêa, Inês Rosado e Pedro Marques, baseado em “Eurico, o Presbítero” de Alexandre Herculano. Teatro Nacional D. Maria II – Lisboa.

**2011.** Intérprete em *Humusarte* de Luis Castro, com textos de Raul Brandão, baseado no espectáculo “Húmus”. Galeria Monumental – Lisboa.

**2011.** Intérprete em *A Pedra* de Marius von Myenburg, encenação de Cristina Carvalhal. Estúdio Zero – Porto.

**2011.** Intérprete em *As Três Irmãs* (Irina) de Anton Chèckov, encenação de Nuno Cardoso. Teatro Nacional D.Maria II – Lisboa.

**2010.** Intérprete em *Húmus* baseado em textos de Raul Brandão, encenação de Luís Castro. Galerias Monumental – Lisboa.

**2010.** Assistente em *Antes de ser*, criação e interpretação de Beatriz Batarda, com textos de William Shakespeare. BES ARTE e FINANÇAS – Lisboa.

# SARA CARINHAS

Atriz/Encenadora

## TEATRO

- 2009.** Intérprete em *Tambores na Noite* (Anna Balicka) de Berthold Brecht, encenação de Nuno Carinhas. Teatro Nacional S. João – Porto.
- 2009.** Intérprete na leitura encenada de *Baal* de Berthold Brecht, encenação de Nuno M. Cardoso. Teatro Nacional S. João – Porto.
- 2008.** Intérprete em *O Mercador de Veneza* (Jessica) de William Shakespeare, encenação de Ricardo Pais. Teatro Nacional S. João – Porto.
- 2008.** Intérprete em *Leôncio e Lena* de Georg Büchner (Rosetta e Lena), encenação de Ricardo Aibéo. Teatro da Cornucópia – Lisboa.
- 2008.** Intérprete em *A Noite Árabe* de Roland Schimmelpfennig (Francisca Manta), encenação de Paulo Felipe Monteiro. Teatro da Politécnica – Lisboa.
- 2007.** Intérprete em *Paraíso* de Olga Roriz. Teatro Camões - Lisboa (digressão: Teatro José Lúcio da Silva - Leiria; Teatro S. Carlos – Lisboa).
- 2007.** Intérprete em *Fedra*, de Jean Racine (Arícia), encenação de Ana Tamen. Teatro Maria Matos – Lisboa.
- 2006.** Assistente de encenação do monólogo *Ódio* de Jorge Humberto Pereira, encenação de Francisco Camacho, com Fernanda Lapa. Galeria Graça Brandão – Lisboa.
- 2006.** Intérprete em *Medeia*, de Eurípidés, encenação de Fernanda Lapa. Teatro Nacional D. Maria II – Lisboa.
- 2005.** Contra-regra em *As Marcas de Sangue* de Judy Upton, encenação de Isabel Medina. Teatro da Comuna – Lisboa.
- 2005.** Intérprete no musical *Cabeças no ar* de Carlos Tê, encenação de Adriano Luz. S. Luiz Teatro Municipal - Lisboa.

## CINEMA

- 2022.** Banzo, de Margarida Cardoso, Produção Baldr Films
- 2020.** Intérprete em Bem Bom de Patrícia Sequeira, Produção de Santa Rita Filmes
- 2018.** Intérprete em *Snu* de Cláudia Clemente e Patrícia Sequeira, realizado por Patrícia Sequeira. Skydreams.
- 2018.** Direcção de Casting e de Elenco de *Snu* de Cláudia Clemente e Patrícia Sequeira, realizado por Patrícia Sequeira. Skydreams.
- 2017.** Intérprete no filme *Ramiro de Manuel Monzos*. O Som e a Fúria.
- 2011.** Intérprete no filme/série *As Linhas de Torres* de Raul Ruiz, realizado por Valeria Sarmiento. (Mariana de Ourém). Paulo Branco.
- 2010.** Intérprete no filme *O estranho caso de Angélica* (Freira Maria das Dores) de Manoel de Oliveira. Filmes do Tejo.
- 2008.** Intérprete na curta-metragem *Alpha* de Miguel Fonseca. O Som e a Fúria.
- 2009.** Intérprete no filme *E o tempo passa* (Marisa) de Alberto Seixas Santos. TAKE 2000, José Mazedo.
- 2007.** Intérprete no filme *Efeitos Secundários* (Cláudia) de Paulo Rebelo. C.R.I.M..
- 2007.** Intérprete na curta-metragem *O senso dos desatinados*, realização de Paulo Guilherme.
- 2007.** Intérprete na curta-metragem *Eu, Luto* de Pedro Marques.
- 2004.** Intérprete em *Coisa Ruim* (Sofia) de Rodrigo Guedes de Carvalho, realizado por Tiago Guedes e Frederico Serra. Clapfilmes.
- 2003.** Intérprete na curta-metragem *Os meus espelhos* (Júlia) de Rui Simões. Produção de Real Ficção.

# SARA CARINHAS

Atriz/Encenadora

## TELEVISÃO

**2023.** Intérprete em *Erro 404*, de Patrícia Sequeira, Santa Rita Filmes, RTP

**2023.** Intérprete em *Matilha*, de João Maia, Arquipélago Films

**2020.** Intérprete em *Doce* de Patrícia Sequeira. Produção de Santa Rita Filmes.

**2018.** Intérprete na série *Três Mulheres*, realização de Fernando Vendrell. RTP

**2017.** Intérprete na série *Sara* de Marco Martins. RTP.

**2017.** Intérprete na série *Madre Paula* (Mariana Sousa), realização de Rita Nunes e Tiago Marques. RTP.

**2016.** Intérprete na série *Mulheres Assim* (Lucinda) de Filipa Leal e Cláudia Lucas Chéu, realização de José António Loureiro – RTP.

**2013.** Intérprete na série *Beirais* - Produzida pela SP Televisão para a RTP

**2011.** Intérprete na série *As Linhas de Torres* (Mariana de Ourém) de Raúl Ruiz, realizado por Valeria Sarmiento

## MÚSICA

**2017.** Canta com Rita Redhoes e Jorge Benvinda no 25o aniversário do Festival *Noites Ritual*. Jardins do Palácio de Cristal – Porto.

**2017.** Canta com António Zambujo nos concertos do álbum *Até pensei que fosse minha* no Teatro das Figuras - Faro e no Auditório de Galícia - Santiago de Compostela.

**2016.** Interpreta a música de genérico final da série *Os Boys* realizada por Tiago Guedes e Stjepan Klein com arranjos de Hélder Gonçalves (Clã) a partir da música "Boys, boys, boys" de Sabrina Salerno.

## PRÉMIOS

**2015 Prémio Sociedade Portuguesa de Autores** de melhor atriz de teatro pela peça *A farsa* de Raúl Brandão, encenação de Luís Castro.

**2015. Globo de Ouro** de melhor atriz de teatro pela peça *A farsa* de Raúl Brandão, encenação de Luís Castro. **2015. Menção honrosa da Associação Portuguesa de Críticos de Teatro** pela peça *A farsa* de Raúl Brandão, encenação de Luís Castro.

**2008. Prémio de Jovem Talento L'Oreal Paris**, do Estoril Film Festival pelo interpretação no filme *Coisa Ruim*.

## IDIOMAS

Idiomas: Inglês (fluentemente) \_ International English Language Testing System: 6.5; e Francês.