

Alexandre

R. f. H. A. J.



2025

RELATÓRIO E CONTAS

LIGA DOS AMIGOS DO CENTRO DE SAÚDE DE ALFÂNDEGA DA FÉ
LARGO ARCEBISPO D. JOSÉ DE MOURA, 5350-009 ALF.FÉ



N.º 1
Alexandre C.
[Handwritten signature]



RELATÓRIO DE ATIVIDADES



Alexandre B
[Handwritten signatures]

Senhores Associados,

Em conformidade com as disposições legais e estatutárias em vigor, a Direção da “**Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé**”, vem submeter à apreciação de V. Exas. o Relatório e Contas referentes ao exercício de 2025.

Relatório de Atividades 2025

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ALFÂNDEGA DA FÉ - USAF

A Universidade Sénior de Alfândega da Fé (USAF) é uma resposta social da Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé que visa criar e dinamizar atividades sociais, culturais, educacionais e de convívio.

São objetivos da USAF contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população sénior do concelho de Alfândega da Fé e prevenir o isolamento e a exclusão social, dando primazia à divulgação cultural e ao convívio social, num sistema de educação informal. Considera-se a Universidade Sénior como um meio de aprendizagem que não conduz à certificação tradicional, sendo, todavia, estruturada em termos de objetivos, duração e recursos

No ano letivo 2025/2026 estão a ser ministradas na Universidade Sénior as aulas de: Artes manuais, Atividade Física, Expressão Dramática, Psicologia positiva, Estimulação Cognitiva, TIC, Inglês, Saúde, Francês, Dança, Hidroginástica, Jornalismo, Ciências Vivas e da Terra, Walking Football e Música.



Handwritten signatures and initials, including 'Alexandre' and a large signature.

USAF
Ano letivo 25/26

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
9:30 - 10:30		FRANCÊS PROF. INÊS V			
10:00 - 11:00	JORNALISMO PROF. SORAIA ESTEVES		HIRODINÂMICA (POMBAI)	EXPRESSION DRAMÁTICA PROF. PATRICIA CAPELO	TIC PROF. JOÃO C
	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO	ALMOÇO
14:00 - 15:00	SAÚDE PROF. PAULA GOMES E SANDRA C	PSICOLOGIA POSITIVA PROF. FERNANDO M HELENA M	CIÊNCIAS DA TERRA E DA VIDA PROF. MÁRIO LOPES		ATIVIDADE FÍSICA PROF. LILIANA F. 15H00
15:30 - 16:30 16:30 - 18:00	INGLÊS PROF. CARLOS SAUCES	ESTIMULAÇÃO COGNITIVA PROF. SANDRINA L. CATARINA R.	ATIVIDADE FÍSICA PROF. LILIANA F. 15H30	MÚSICA PROF. IVETE POUSADA 15H00	WALKING FOOTBALL (PAVILHÃO ESCOLA) 16H30

Alfândega da Fé
Freguesia de Alfândega da Fé, 22 de Dezembro de 2025
Freguesia de Póvoa do Varzim, 20 de Março de 2026
Freguesia de São João do Oitavo, 10 de Junho

	Ano letivo 2024/2025	Ano letivo 2025/2026
Nº de Alunos/as	214	256
Nº de Professores/as	20	17
Nº de Disciplinas	13	14

Freguesias	Nº de Alunos/as Ano letivo 2024/2025	Nº de Alunos/as Ano letivo 2025//2026
Alfândega da Fé	40	62
Castelo	6	6
Sambade	22	25
Saldonha	8	6
Agrobom	7	1
Cerejais	8	7
Valverde	4	4
Eucísia	9	12
Cabreira	3	7
Sendim da Serra	10	9
Ferradosa	4	6
Sardão	4	1
Vales	8	7
Valpereiro	19	20
Gouveia	2	3
Vilarelhos	21	21
Pombal	0	0
Vilares da Vilarça	21	22
Santa Justa	1	0
Vilar chão	8	14
Gebelim	5	5
Parada	2	2
Picões	0	14

Caraterização das Atividades

Para além das aulas realizadas e estabelecidas no horário, realizaram-se diversas atividades. Algumas delas restritas aos alunos da USAF, outras abertas à comunidade em geral.

► Ida ao Programa “A Máscara” | 20 de Janeiro

No dia 20 de Janeiro, a nossa Tuna da USAF teve a oportunidade de assistir às gravações do programa "A Máscara" da SIC. Um dia diferente para os nossos seniores, marcado pela boa disposição e alegria que lhe são tão características.



► Cantar de Reis | 26 de Janeiro

O cantar dos reis ou reisadas é uma tradição secular portuguesa que decorre entre o Natal e o Dia de Reis. Como é habitual, o município de Alfândega da Fé promoveu, no dia 26 de janeiro, o encontro de cantar de reis, onde estiveram presentes os diversos grupos de cantares do concelho. A nossa Tuna também marcou presença.



► Desfile de Carnaval | 3 de Março

Tendo como mote as Burricadas, a USAF e os colaboradores da LACSAF saíram à rua para desfilarem com o seu burro professor! Foi uma tarde divertida, participaram diversas entidades e associações locais, municipais e outras pessoas que se quiseram juntar para festejar o Carnaval. Embora as condições meteorológicas não tenham permitido a realização do desfile, o convívio foi feito nas instalações dos Bombeiros.



► Visita da Universidade Sénior de Chaves | 9 de abril

Foi com muito agrado que recebemos a visita dos alunos da Universidade Sénior de Chaves nas nossas instalações. Foi feita uma visita guiada à nossa instituição e foram ainda brindados com uma pequena atuação da nossa Tuna e um pequeno lanche.



► **Visita dos deputados da Assembleia Municipal | 9 de abril**

No âmbito das comemorações dos 51 anos da Revolução dos Cravos, recebemos a visita dos dois Deputados da Assembleia Municipal, representantes das bancadas do PS, Orlando Borges, e da coligação PSD/CDS, Bruno Veríssimo — para uma atividade muito especial com os nossos seniores na LACSAF. Foi uma tarde de partilha, memórias e convívio, onde se recordaram os valores de liberdade, democracia e participação cívica, pilares essenciais da nossa história coletiva.



► **Viagem Anual USAF | 24 de abril**

No dia 24 de Abril, a USAF realizou a sua habitual viagem anual, desta vez à vila de Figueira de Castelo Rodrigo. Visitámos a histórica aldeia de Castelo Rodrigo, explorámos o Centro Interpretativo da Batalha de Castelo Rodrigo e ainda passeámos pela vila, desfrutando da sua beleza e hospitalidade.



► **Comemoração dos 51 anos do 25 de Abril | 25 de Abril**

A convite da Junta de Freguesia de Alfândega da Fé e do Município, a equipa de walking football marcou presença nas comemorações dos 51 anos do 25 de abril, que decorreram no Parque Verde. Um dos momentos auge foi a estreia da nossa equipa – Amigos da Bola, que animou a tarde e proporcionou grandes gargalhadas a todos os presentes.



► **VIII Encontro das Universidades Seniores do Nordeste Transmontano | 7 de Maio**

A USAF marcou presença no VIII Encontro das Universidades Seniores do Nordeste Transmontano, em Bragança. Este evento anual dedica-se à valorização do envelhecimento ativo e à partilha de experiências entre instituições da região.

A participação incluiu momentos de convívio, apresentações culturais e ainda um pequeno passeio pela cidade.



► **Encontro Intermunicipal de Desporto Sénior | 21 de maio**

As turmas de atividade física da nossa Universidade Sénior marcaram presença no Encontro Intermunicipal de Desporto Sénior, em Miranda do Douro!

Foi um dia repleto de energia, movimento e partilha.



► **Encontro Intermunicipal de Desporto Sénior | 25 de junho**

No dia 25 de Junho, os nossos seniores participaram em mais um Encontro de Desporto Sénior, desta vez em Mesão Frio. Um dia de muita diversão e muito convívio.



► **Encerramento Ano letivo 2024/2025 da USAF | 27 de junho**

A Festa de Encerramento do ano letivo 2024/2025 da USAF realizou-se na aldeia de Gebelim. Uma festa que marcou o final das aulas com um momento de convívio e partilha entre alunos/as e professores/as e restante equipa da LACSAF. O evento incluiu a celebração da eucaristia, almoço convívio e muita animação.

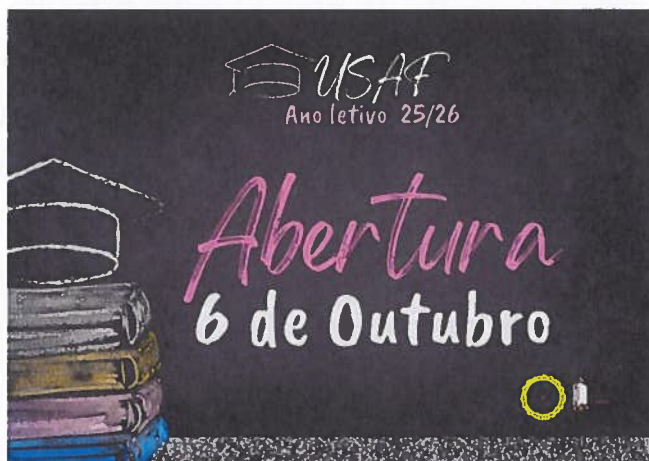
A iniciativa foi promovida em parceria com a Junta de Freguesia de Gebelim e Comissão de Festas de S. Bernardino, que nos confecionou o almoço. O balanço foi positivo, destacando-se o envolvimento de todos e o impacto das atividades promovidas pela USAF.



► **VII Taça Transmontana de Futebol | 3 de Agosto**

A convite da Associação de Futebol de Bragança, a nossa equipa de Walking Football - Amigos da Bola - teve oportunidade de participar na VII Taça Transmontana de Futebol, em Macedo de Cavaleiros.





► **Abertura do Ano letivo 2025/2026 | 6 de Outubro**

A cerimónia de abertura decorreu durante o dia 6 de Outubro, na sede da LACSAF. Foi uma tarde bastante animada, onde foram apresentados os professores/as e as disciplinas para o novo ano letivo.

► **Encontro amigável de walking football | 3 de Novembro**

No dia 2 de novembro realizou-se, em Miranda do Douro, um encontro amigável de Walking Football entre a nossa equipa - “Os Amigos da Bola” e a equipa da Universidade Sénior de Miranda do Douro. A iniciativa decorreu num ambiente de grande camaradagem e espírito desportivo, promovendo o convívio, a atividade física e o bem-estar entre os participantes.



► **Magusto | 14 de Novembro**

Esta atividade decorreu no dia 14 de Novembro, na aldeia de Picões, com o objetivo de celebrar a tradição popular associada ao São Martinho. Estiveram presentes alunos/as da USAF, professores/as, colaboradores/as e dirigentes da LACSAF, numa tarde marcada pelo convívio, boa música e muita animação. Durante o evento, foram distribuídas castanhas assadas acompanhadas de sumos e/ou jeropiga, e também a partilha de um pequeno lanche.



► **Desfile Aldeia Natal | 5 de Dezembro**

No dia 5 de Dezembro, a USAF, juntamente com os/as colaboradores/as da LACSAF, marcou presença no Desfile da Aldeia Natal. Vestidos de coroas de natal, os nossos seniores ajudaram na tão aguardada chegada do Pai Natal.



► Concerto de Natal | 14 de Dezembro

O concerto de Natal decorreu no dia 14 de dezembro, no Lagar D'El Rei, promovido pelo município, no âmbito da agenda da aldeia natal. Para além da nossa tuna, estiveram presentes outros grupos locais.



LOJA SOCIAL DE ALFÂNDEGA DA FÉ

Esta valência está em funcionamento na LACSAF desde Maio de 2011, e visa colmatar e/ou atenuar necessidades precárias evidenciadas pelos indivíduos e/ou famílias de maior vulnerabilidade, constituindo-se como um recurso complementar à promoção de um melhor ajustamento social e qualidade de vida dos munícipes. Este serviço conta com a colaboração da Administrativa Ivete, que é responsável pela receção, atendimento e organização dos bens doados.

O horário de atendimento é o seguinte:

- 3ª Feira das 09.00h às 13.00h
- 6ª Feira das 09.00h às 13.00h



No ano de 2025 foram efetuados cerca de 23 donativos à Loja Social, tendo sido na sua totalidade de cariz pessoal. O tipo de doações resumiu-se essencialmente a vestuário e calçado de adulto e criança, bem como artigos têxtil-lar. Quanto aos beneficiários, a Loja Social registou cerca de 200 atendimentos, tendo em média apoiado 36 famílias, na sua maioria de nacionalidade búlgara.



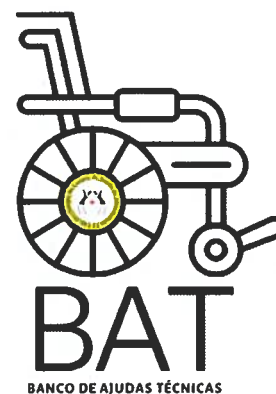
BANCO DE AJUDAS TÉCNICAS- BAT

Esta resposta está em funcionamento na LACSAF desde 2014, altura em que viu aprovado um apoio para a aquisição de material de ajudas técnicas. O Banco de Ajudas Técnicas visa, através de empréstimo de equipamentos mediante o pagamento de uma caução, apoiar pessoas em situação de dependência permanente ou temporária, cuja situação de saúde imponha a utilização de ajudas técnicas, minorando as dificuldades de mobilidade e facultando uma melhoria de cuidados na dependência, face a terceiros.

O **horário de atendimento** é de:

- 2ª Feira a 6ª Feira das 09h às 17h

No ano de 2025 foram feitos 35 novos pedidos de ajudas técnicas, na sua maioria para pessoas idosas, ou com alguma capacidade temporária.



GABINETE DE INSERÇÃO E APOIO À VÍTIMA (GIAV)

No decorrente ano de 2025, o GIAV manteve a sua área de atuação territórios da zona sul do distrito de Bragança, no que concerne ao atendimento e acompanhamento de vítimas de violência doméstica e de género, nomeadamente, nos concelhos de Mirandela, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Macedo de Cavaleiros, garantindo uma resposta de proximidade às vítimas.

Caraterização das Atividades

Estrutura de atendimento a vítimas

Esta atividade incidiu sobretudo na sinalização, encaminhamento e acompanhamento de vítimas de violência doméstica de acordo com as necessidades evidenciadas, a nível social, jurídico e

psicológico, por forma a garantir um serviço de proximidade, sigiloso e personalizado a cada vítima.

DADOS 2025			
Nº de Processos	Nº de vítimas apoiadas	Nº Atendimentos	
		Presenciais	Não Presenciais
43	43	132	319

No decorrer do ano de 2025 foram apoiadas pelo GIAV 43 vítimas, 24 dos quais correspondem a processos novos.

O atendimento, acompanhamento e aconselhamento às vítimas de violência doméstica e de género abarcou as diversas áreas de apoio (jurídico, psicológico, social e psicossocial), tendo sido realizados um total de 451 atendimentos, 132 de forma presencial e 319 de forma não presencial (Email, telefone, SMS, Videochamada).

Ações de sensibilização / Datas comemorativas:

► **Novembro a Janeiro | Programas Psicoeducativo “Hora de Ser | SER+”**

Este programa acompanhou o ano letivo 2024/2025, tendo o seu início ainda no mês de novembro do ano transato. Implementado junto das turmas de pré-escolar do Agrupamento de Escolas de Alfândega da Fé, na turma do Infantário da Sta. Casa da Misericórdia de Alfândega da Fé e no pré-escolar de Sambade, o programa tem como objetivo a prevenção da violência nos relacionamentos interpessoais, através da promoção de competências pessoais e do treino de competências sociais/relacionais, tendo em vista o desenvolvimento pessoal, social e relacional saudável. As dinâmicas enquadradas neste programa contribuem para o desenvolvimento competências socioemocionais das crianças e para o desenvolvimento de uma sociedade mais igualitária. No total está a ser implementado a 8 turmas com cerca de 77 alunos/as.



► **14 de Fevereiro | Dia dos Namorados – *Mal-me-quer, mas... Bem-me-quero!***

Para assinalar a data do dia 14 de fevereiro, Dia de São Valentim, foi produzido e divulgado um vídeo de sensibilização que retrata dinâmicas de uma relação abusiva, culminando com a

decisão de um dos elementos do casal em procurar ajuda junto do gabinete. O vídeo foi partilhado nas redes sociais institucionais, acompanhado dos contactos de apoio. O objetivo foi sensibilizar para a problemática da violência no namoro, reforçando que a violência não é uma forma de amor e divulgando os recursos de apoio disponíveis. A iniciativa gerou interações e partilhas nas redes sociais, demonstrando interesse e envolvimento da comunidade. Contribuiu para a consciencialização e prevenção da violência no namoro.

► **03 de Abril| Panfleto Teatro – O Amor Não Dói! Se Dói, é Violência!**

No âmbito de uma ação promovida pela CPCJ e CLDS 4G, o GIAV associou-se através da elaboração e distribuição de um panfleto informativo dirigido aos adolescentes, contendo informação sobre violência no namoro, sinais de alerta, estratégias de ajuda, um termómetro da violência e contactos do gabinete. O objetivo foca-se na prevenção da violência no namoro junto de adolescentes, promovendo relações saudáveis, respeito e não violência.

A ação permitiu sensibilizar os jovens e reforçar a visibilidade do GIAV enquanto estrutura de apoio local, facilitando o acesso à informação e ao pedido de ajuda.



► **07 de Março| Luto Nacional pelas Vítimas de Violência Doméstica**

Para assinalar a data do dia 7 de março, foi elaborado e divulgado um cartaz informativo com mensagens de alerta, dados estatísticos nacionais, apelo à não omissão e contactos de apoio. O cartaz foi divulgado nas redes sociais e em locais estratégicos da comunidade.

Pretendeu-se sensibilizar a comunidade para a violência doméstica, homenagear as vítimas e reforçar a importância da denúncia e do apoio.

A ação gerou envolvimento da comunidade nas redes sociais e contribuiu para a consciencialização sobre a gravidade da violência doméstica e a importância da atuação preventiva.



► **08 Março| Dia Internacional da Mulher**

Para assinalar esta data e, à semelhança dos anos anteriores, o GIAV - Gabinete de Inserção e Apoio à Vítima de Violência Doméstica, “saiu à rua” para sensibilizar e consciencializar sobre a importância deste dia. Desta forma, foram desenvolvidas duas iniciativas: a divulgação de um cartaz comemorativo nas redes sociais e a entrega de espelhos com mensagem motivacional durante um jantar comemorativo, em parceria com a Comissão de Festas Mártir S. Sebastião.

A ideia principal era homenagear as mulheres, promover a autoestima e sensibilizar para a importância da igualdade, respeito e dignidade. As ações tiveram uma receção positiva, com interação nas redes sociais e impacto significativo junto das participantes, promovendo reflexão, valorização pessoal e reconhecimento do papel das mulheres.



► **28 e 29 Julho| Atividade ATL – O meu corpo, as minhas regras**

Nestes dias realizaram-se duas ações de sensibilização, onde foram realizadas várias atividades como: a leitura da história “*Pipo e Fifi*”, a construção de uma “mão dos adultos de confiança” e uma dinâmica de identificação de toques (bons, maus e confusos). Destinou-se às crianças do ATL.

O objetivo principal destas ações foi prevenir a violência sexual na infância, promovendo o conhecimento do corpo, a identificação de toques adequados/inadequados e o pedido de ajuda.

Participaram 31 crianças. A ação permitiu aumentar a literacia sobre limites corporais, segurança e confiança, promovendo um espaço seguro de aprendizagem e prevenção.



► **4 Outubro | Dia Municipal para a Igualdade**

Para assinalar-se o dia 24 de outubro - Dia Municipal para a Igualdade, realizou-se um conjunto de atividades dedicadas ao bem-estar e à sensibilização Social.

Na parte da manhã, decorreu um workshop “Stressless” sobre gestão do stress e equilíbrio emocional. Já na parte da tarde, foi realizada uma palestra “Recuso Ser Vítima”, sobre a prevenção da violência e promoção da autoestima.

A iniciativa proporcionou momentos de reflexão e partilha, sensibilizando a comunidade para a importância da igualdade, do autocuidado e da prevenção da violência, reforçando o compromisso municipal com uma sociedade mais justa e inclusiva.



► **25 de Novembro | Dia Internacional pela Eliminação da Violência Contra as Mulheres**

No âmbito da assinalação do Dia Internacional pela Eliminação da Violência contra a Mulher, o Gabinete de Apoio a Vítimas de Violência Doméstica desenvolveu uma campanha de sensibilização comunitária de carácter inovador, estruturada em duas fases.

Numa primeira fase, foram colocados em vários pontos da comunidade lençóis/cartazes com a frase “*Maria, volta para mim*” e outras expressões típicas de arrependimento utilizadas por agressores. Esta intervenção foi propositadamente ambígua, com o objetivo de despertar a curiosidade da comunidade e estimular o questionamento sobre o seu significado. Esta estratégia gerou conversas, interpretações e envolvimento espontâneo da população, que procurou compreender quem seria “Maria” e o contexto das mensagens.

Numa segunda fase, no próprio dia 25 de novembro, foi revelada a mensagem final da campanha através do cartaz “*Não voltes, Maria*”, esclarecendo o significado da ação inicial. A

campanha alertou para o falso arrependimento como uma das fases do ciclo da violência doméstica, integrando ainda dados estatísticos nacionais, nomeadamente o registo de 21 mulheres mortas em Portugal em 2025, reforçando a gravidade e urgência da temática.

A ação foi complementada com a divulgação nas redes sociais institucionais, onde foi explicada a intencionalidade da campanha e reforçada a mensagem de prevenção, denúncia e pedido de ajuda. A campanha atingiu o objetivo de envolver ativamente a comunidade, promover a reflexão e aumentar a consciencialização para uma fase frequentemente invisibilizada da violência doméstica, reforçando simultaneamente a visibilidade do gabinete enquanto estrutura de apoio.



► **23 de Dezembro | Campanha de Natal – “Não deixes que a violência desembrulhe o que o Natal tem de melhor”**

Para sinalizar a época natalícia, período tradicionalmente associado à união, à família e ao afeto, o GIAV desenvolveu uma campanha de sensibilização com o objetivo de alertar para a realidade vivida por muitas vítimas de violência doméstica nesta fase do ano.

A campanha consistiu na criação e divulgação de um vídeo de sensibilização com forte carga simbólica. No vídeo, são construídos laços que representam os vínculos e as relações afetivas, colocados em elementos associados ao Natal. A narrativa é interrompida por sons de violência, simbolizando a rutura desses laços. Posteriormente, os laços são recolhidos e reconstruídos, transmitindo a mensagem de que é possível procurar ajuda, reconstruir relações saudáveis e recomeçar.

A mensagem central da campanha foi: “*Não deixes que a violência desembrulhe o que o Natal tem de melhor. Reconstrói os teus laços, procura ajuda.*”

O vídeo foi divulgado através das plataformas digitais institucionais, acompanhado de um texto de sensibilização que apelava ao fim do silêncio, à denúncia e ao pedido de ajuda, incluindo os contactos do gabinete. A campanha permitiu reforçar a visibilidade do GIAV, sensibilizar a comunidade numa época particularmente sensível e promover a reflexão sobre a discrepância entre o ideal do Natal e a realidade da violência doméstica.



RESPOSTAS DE APOIO PSICOLÓGICO- RAP

A Resposta de Apoio Psicológico -RAP visa dar resposta através de ações dirigidas para o atendimento, acompanhamento e apoio especializados a crianças e jovens vítimas de violência doméstica. De uma forma integrada e multidisciplinar pretende adotar uma metodologia de intervenção abrangente e especializada para crianças e jovens vítimas, privilegiando abordagens psicoterapêuticas focadas no trauma.

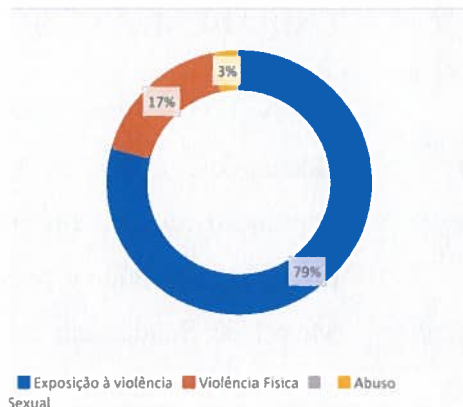
1. Caraterização das Atividades

A RAP visa reforçar e complementar o trabalho dinamizado pelo GIAV, atuando especificamente com crianças e jovens vítimas de violência em contexto familiar. Desde Julho de 2024 que esta valência está integrada oficialmente no GIAV.

2. Destinatários

Durante o ano de 2025 foram acompanhadas 73 crianças / jovens, sendo 39 do sexo feminino e 34 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 3 e os 21anos. A maioria destas crianças / jovens tem nacionalidade portuguesa, existem alguns casos com dupla nacionalidade (1 - Portuguesa/angolana, 2 – portuguesa/brasileira; 1 – portuguesa/inglesa). Durante este período foram arquivados 17 processos – 11 do sexo feminino e 6 do sexo masculino. 15 das crianças relatam ter sido vítimas de violência física, 68 foram expostas à violência doméstica e 3 narram abuso sexual. Todas elas sofreram de violência psicológica.

Alexandra C.
[Handwritten signature]



Estas crianças/jovens foram encaminhadas para a RAP pelas forças de Segurança – NIAVE (7 crianças/jovens), pela CPCJ (3 criança/jovens), pelas Estruturas de Atendimento da RNAVVD – NAVVD (32 crianças/jovens); GIAV (17 criança/jovens); NIIV (1 jovem); Casa Abrigo (10 criança/jovens); RAP Penafiel (1 criança) e pelos progenitores (2 jovens).

No total foram contabilizados 989 atendimentos, destes 258 foram presenciais, 731 não presenciais.

Nº Destinatários Total	Nº Atendimentos	
	Presenciais	Não presenciais
73 (39 F; 34 M)	258	731

A RAP durante este período deu resposta / apoio às 3 estruturas da RNAVVD do distrito de Bragança, mais concretamente ao Gabinete de Inserção e Apoio à Vítima (GIAV), ao Núcleo Intermunicipal de Intervenção em Vítimas de Violência Doméstica e de Género (NIIV) e à Associação de Socorros Mútuos dos Artistas de Bragança (ASMAB).

3. Área Geográfica

A RAP está a dar resposta e apoio especializado com crianças e jovens vítimas de violência doméstica aos concelhos que integram a Comunidade Intermunicipal das Terras de Trás-os-Montes (CIM-TTM), alargando a nossa atuação aos restantes concelhos do distrito de Bragança, nomeadamente Torre de Moncorvo, Carrazeda de Ansiães e Freixo de Espada à Cinta.

Durante 2025, a RAP teve como área de atuação de 12 concelhos, nomeadamente Alfândega da Fé, Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Torre de Moncorvo, Vimioso, Macedo de Cavaleiros, Mirandela, Vinhais, Carrazeda de Ansiães, Vila Flor e Freixo de Espada à Cinta.



UNIDADE MÓVEL DE SAÚDE (UMS)

A UMS presta apoio aos utentes que residem nas aldeias do concelho de Alfândega da Fé com maior foco na população idosa e em situação de isolamento, atuando na promoção da saúde e prevenção da doença seja na Unidade Móvel de Saúde seja no seu domicílio. São realizadas as seguintes atividades:

- Avaliação de parâmetros vitais (Tensão Arterial, Glicémia Capilar, Peso, Perímetro Abdominal, Índice de Massa Corporal, Saturação de Oxigénio, Temperatura Timpânica ou com recurso a termómetro digital, entre outros);
- Execução de tarefas simples como pedidos de receitas/ análises, marcação de consultas, levantamento de medicamentos;
- Criação de uma ficha individual do utente com os seus dados de saúde, terapêutica, contactos e avaliações para ajudar numa melhor vigilância da sua saúde;
- Execução de domicílios de vigilância e prevenção de riscos;
- Preparação de terapêutica aos utentes que necessitem de ajuda na gestão diária dos seus medicamentos;
- Facilitar o acesso a outras respostas na área da saúde, quer de outros técnicos ou de outras instituições, ajudando no processo;
- Execução de ensinamentos aos utentes ou cuidadores tendo em conta as suas necessidades;
- Marcação e execução do exame MAPA 48H, na Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé;
- Realização do relatório mensal de atendimentos da Unidade Móvel de Saúde, do horário bimestral da Unidade Móvel de Saúde e do Plano das Enfermeiras do Município para ano corrente;
- Realização de Rastreamentos e Ações de sensibilização nas Tardes de Literacia em Saúde.



► **Equipa de Atenção Biopsicossocial à Pessoa Idosa (EABPI)**

Trata-se de uma equipa que se desloca pelo concelho de Alfândega da Fé para prestar apoio a pessoas idosas e aos seus cuidadores informais, com o objetivo de retardar ou mesmo evitar a institucionalização. Destina-se a pessoas com idade superior a 65 anos e tem como missão prestar cuidados de natureza física, psicológica e/ou nutricional à pessoa idosa e à sua família, contribuindo para o seu equilíbrio e bem-estar.

No âmbito desta equipa, desempenho as mesmas atividades que realizo na equipa d UMS, com exceção da elaboração de relatórios mensais, do plano de enfermagem e da definição de horários. Sempre que a equipa considera necessário o meu apoio na vertente farmacêutica, sou contactada e passo a realizar visitas quinzenais, assegurando todas as atividades inerentes a essa intervenção.



► **USAF – Universidade Sénior de Alfândega da Fé**

É uma resposta social da Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé (LACSAF). É da minha responsabilidade a realização e preparação das aulas de Saúde, que acontecem todas as semanas às segundas-feiras pelas 14h30, na sede da LACSAF. Divido essa responsabilidade com a Enf Paula de Faria, enfermeira do município e a Nutricionista Sandra Camelo, técnica da LACSAF. Sempre que algum sénior precise ou tenha curiosidade, é-lhe realizada a avaliação de parâmetros bioquímicos. O esquema abaixo refere-se apenas às aulas na sede da LACSAF.



► **ATL de Verão**

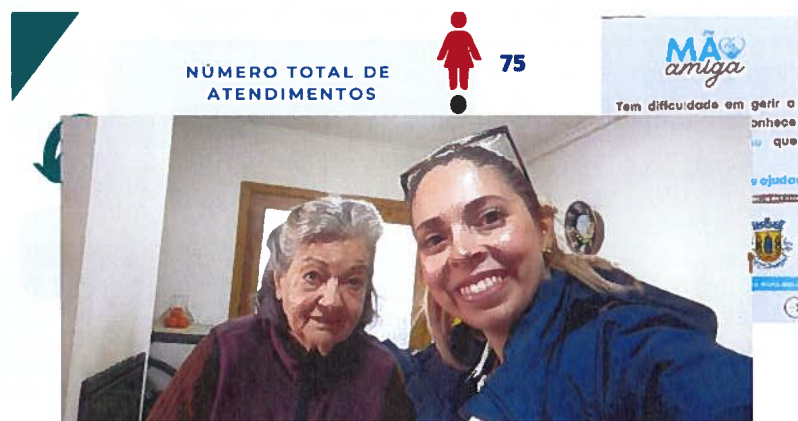
As atividades de tempos livres para as crianças da Escola Básica e pré-escolar de Alfândega da Fé, são organizadas pela LACSAF em parceria com o Município. Colaborei, participando cerca de 1 semana como monitora e na preparação e realização de um ateliê de Saúde.

► **Projeto Mão Amiga – Junta de Freguesia de Alfândega da Fé**

Este projeto tinha como objetivo apoiar e acompanhar a população idosa da freguesia de Alfândega da Fé (e Castelo) na gestão da sua medicação diária. A sinalização podia ser efetuada pela própria pessoa idosa ou por familiares, vizinhos ou conhecidos. O projeto iniciou funções em outubro de 2022 e manteve-se em funcionamento até outubro de 2025. A intervenção começava com uma primeira visita domiciliária, durante a qual era realizada a avaliação da situação clínica e social da pessoa, bem como a explicação do modo de funcionamento do apoio prestado. Após esta avaliação inicial, o acompanhamento passava a ser realizado semanalmente.

Uma vez por semana, deslocava-me a cada domicílio para proceder à organização e preparação da medicação em caixas individuais. Em algumas situações, era também responsável pela aquisição da medicação e pelo levantamento das respetivas receitas médicas. Sempre que necessário, era igualmente efetuada a avaliação de parâmetros vitais.

As minhas funções no âmbito deste projeto sofreram alterações em abril de 2025, tendo a maior parte da responsabilidade pelo serviço transitado para uma das enfermeiras do Município, mantendo eu apenas o acompanhamento de dois utentes, no que respeita à preparação da terapêutica.



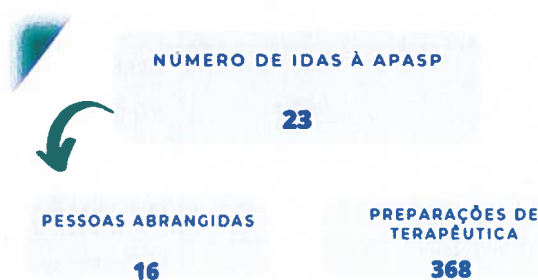
► **Gabinete de Saúde da LACSAF**

O gabinete situa-se na sede da LACSAF, e promove algumas repostas na área da saúde/enfermagem. Ao longo do ano de 2025 foram realizados MAPAS 48H, avaliação de parâmetros bioquímicos, ajuda e monitorização da terapêutica, leitura de exames e aconselhamento farmacêutico.



► **Colaboração com a APASP – Associação para o Apoio Social da Parada (lar de idosos)**

A Associação Para o Apoio Social de Parada é uma Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos (IPSS), com sede na aldeia de Parada, concelho de Alfândega da Fé. Esta associação tem como principal objetivo, responder a carências sociais e atuar na comunidade que a envolve, contribuindo assim para a melhoria das condições de vida da população. Através de um protocolo de colaboração com a LACSAF, tenho a responsabilidade da Preparação Individualizada da Terapêutica de todos os utentes do lar, bem como a realização das encomendas mensais às farmácias.



ATENDIMENTO NUTRICIONAL

Descrição Sumária

O envelhecimento é um processo natural, em que o organismo é submetido a alterações fisiológicas, com sentidas repercussões na saúde e nutrição do idoso. As alterações ocorridas na vida do idoso afetam o seu consumo alimentar, refletindo-se na sua qualidade de vida, nutrição e saúde.

A qualidade de vida dos idosos depende da capacidade de eles próprios lidarem eficazmente com as perdas relacionadas com a sua idade, em preservarem a sua saúde através de estilos de vida ativos e de lidarem com as situações no dia-a-dia.

Sabe-se hoje que as populações em situação de vulnerabilidade económica, nomeadamente os idosos, alteram frequentemente os seus hábitos alimentares, por razões que têm a ver com a indisponibilidade económica ou física para aceder a alguns alimentos, por questões de desconhecimento ou incapacidade para cozinhar e por preferências alimentares ou outras.

Todos estes aspetos contribuem para uma alimentação desadequada, levando a situações de carência alimentar e conseqüente carência nutricional, por consumo desadequado de nutrientes, nomeadamente excesso de açúcares, gordura e sal, ingredientes de baixo custo e muito acessíveis.

Para proporcionar uma Saúde equilibrada e levar conhecimento sobre saúde e alimentação aos idosos é essencial aumentar a capacidade de entender e compreender conceitos sobre estes assuntos. É necessário aumentar a Literacia em Saúde e em todos os temas relacionados, fornecendo a capacidade de obter, ler, compreender e usar informações de saúde para tomar decisões de saúde apropriadas e seguir instruções de tratamento.

1. Caraterização das Atividades

Nº atividades	Atividade	Descrição	Cronograma	Objetivos
1	Consulta de Nutrição	Atendimento, acompanhamento e apoio especializado.	02/01/2025 a 31/12/2025	Garantir apoio nutricional e alimentar especializado aos Idosos, sócios da Liga no concelho de Alfândega da Fé
2	Serviço de Elaboração de Ementas e respetivas fichas técnicas	Apoio especializado aos lares e residências seniores	02/01/2025 a 31/12/2025	Garantir uma alimentação mais saudável oferecida em Lares e Residências Sénior no concelho de Alfândega da Fé.
3	Aulas de Literacia em Saúde em colaboração com a Enfermeira Paula de Faria e a Técnica Paula Gomes	Aulas na Universidade Sénior	02/01/2025 a 31/12/2025	Garantir o esclarecimento e o conhecimento por parte da população sénior abrangida pela Universidade Sénior em Saúde, Alimentação e Nutrição



Handwritten signature and initials.

Handwritten text: "Alfândega da Fé"

Handwritten signature and initials.

► **Consulta de Nutrição**

A consulta de nutrição tem como objetivo orientar os utentes que procuram a consulta como forma de mudança de hábitos, para reeducar a nível da alimentação, apoio no emagrecimento e na hipertrofia muscular, orientação na Diabetes, entre outras doenças crónicas.

► **Serviço de elaboração de ementas em lares e residência sénior**

Este serviço foi criado para proporcionar orientação aos responsáveis sobre o fornecimento de uma Alimentação Saudável e Equilibrada aos seus utentes e elaboração de Ementas.

► **Aulas de Literacia em Saúde**

Estas aulas, na Universidade Sénior (Alfândega da Fé e aldeias aderentes), fornecem o conhecimento e o desenvolvimento de capacidades de decisão dos idosos pertencentes à Universidade Sénior, para além de fornecer um aumento de conhecimento na área da Alimentação e Nutrição. Sendo que um dos principais focos nestas aulas são a Literacia Nutricional (concentra-se nas capacidades para compreender informações relacionadas com nutrientes) e Literacia Alimentar que aborda conhecimentos e competências necessários para escolhas alimentares e comportamentos mais saudáveis, atendendo às características pessoais, culturais e alimentares de cada dos seniores. Tem ainda o foco em algumas doenças crónicas: Diabetes Melitus, Hipertensão, Obesidade, Polimedicação.

No ano letivo de 2025/26, houve um aumento das aldeias aderentes, pelo que a equipa (Paula Faria - enfermeira, Paula Gomes – técnica de farmácia, Sandra Camelo – nutricionista) teve de ser dividida, tendo eu ficado com as aulas de Saúde nas aldeias de Cerejais, Vilarchão, Saldonha, Vilarelhos, Eucisia, Vales, Vilares da Vilariça, Vale Pereiro. Em Alfândega da Fé vão sendo dadas, conforme a disponibilidade, alternadamente por mim e pela Técnica de Farmácia Paula Gomes.

Nas aldeias dos Vilares da Vilariça, Eucisia e Saldonha, até ao dia 19 de Dezembro, a presença dos seniores foi abaixo do esperado, havendo dias em que não tive ninguém.

De ano para ano, ajustamos os temas do Ano letivo, consoante o grupo-alvo nas aldeias, proporcionando ainda a realização de receitas saudáveis.

PROJETO + ECONOMIA

O Projeto + Economia, dinamizado em parceria com a Associação Industrial e Comercial de Alfândega da Fé (AICAF), iniciou a 21 de março de 2025 e tem como objetivo promover o desenvolvimento económico e social do concelho de Alfândega da Fé. Através da capacitação, incubação e aceleração de diferentes públicos-alvo, nomeadamente crianças e jovens,



Handwritten signatures and initials in blue ink, including the name 'Alfândega C'.

empreendedores locais, diáspora e desempregados, pretende, de forma integrada, estimular competências empreendedoras, apoiar a modernização dos negócios existentes e contribuir para a criação de um ecossistema local mais dinâmico, sustentável e inclusivo.

O projeto visa ainda reforçar a aproximação entre entidades educativas, empreendedores e comunidade, promovendo iniciativas formativas, atividades práticas e ações de sensibilização que permitam gerar impacto real na economia local e criar condições favoráveis ao surgimento de novas ideias e oportunidades de negócio.

Atividades dinamizadas

1. Crianças e Jovens:

1.1 Atividade de Sensibilização para o Empreendedorismo

► Educação para o Mercado (Caça ao Preço)

Através de uma visita guiada a supermercados locais, 22 crianças aprenderam a desmistificar a formação de preços. A atividade permitiu-lhes compreender que o valor de um produto não é arbitrário, mas sim o resultado de custos operacionais, margens de lucro e estratégias de concorrência, desenvolvendo o seu espírito crítico enquanto consumidores e futuros empreendedores.

► Empreendedorismo na Prática (Fazer Crepes também é um negócio)

Com a participação da empreendedora local Sra. Gislaine, 24 crianças exploraram o mundo dos pequenos negócios através da confeção de crepes. Mais do que a componente culinária, a sessão permitiu um diálogo direto sobre os desafios reais de gerir um negócio próprio, demonstrando como a criatividade e a iniciativa pessoal podem transformar uma ideia simples num projeto de sucesso.

► Literacia Financeira e Poupança (Mini-Heróis da Poupança)

Esta ação, que envolveu 40 alunos do 3.º e 4.º ano em parceria com a DSI Crédito. Através de um jogo de tabuleiro gigante e da entrega de cofres personalizados, as crianças foram desafiadas a gerir orçamentos fictícios e a tomar decisões entre o consumo imediato e a



poupança. O objetivo central foi inculcar a ideia de que a gestão responsável do dinheiro e a criatividade para gerar rendimento próprio são bases fundamentais para a autonomia pessoal.

Impacto Consolidado: Estas iniciativas permitiram que o público escolar começasse a visualizar o empreendedorismo não como um conceito abstrato, mas como uma ferramenta prática para a vida, reforçando a ligação entre a escola, a economia local e as metas pessoais de cada aluno.

1.2. Ações de Desenvolvimento para o Empreendedorismo

Inserida nas Atividades de Enriquecimento Curricular para 22 alunos do 4.º ano, esta iniciativa quinzenal transforma conceitos complexos como “orçamento”, “investimento” e “necessidade vs. Desejo” em dinâmicas práticas e jogos de simulação. Mais do que uma formação técnica, o programa foca-se em converter os alunos em “pequenos empreendedores”, desafiando-os a identificar problemas na comunidade e a desenhar soluções criativas.

Impacto: A atividade tem gerado uma mudança visível na postura das crianças, que demonstram agora maior espírito crítico e capacidade de planeamento. Além do desenvolvimento de competências sócio emocionais como a resiliência e o trabalho em equipa, o impacto estende-se às famílias, onde os alunos promovem o diálogo sobre a gestão doméstica, demonstrando uma mentalidade mais consciente e proativa em relação ao valor dos recursos.

1.3. Bootcamp Criar um Negócio + Mostra de Projetos

Durante três dias intensivos no Santuário dos Cerejais, 14 jovens do 9.º ano e ensino profissional participaram numa experiência de capacitação prática e experiencial. Utilizando ferramentas como o Canvas simplificado, os alunos foram desafiados a identificar problemas reais do território e a desenhar soluções com impacto. O programa culminou numa “Mostra de Projetos”, onde cada grupo apresentou um pitch das suas ideias, trabalhando competências de comunicação, argumentação e confiança pública.

Impacto: O Bootcamp revelou-se transformador, resultando num aumento notável da autoconfiança e do pensamento crítico dos jovens. Mais do que aprender a criar empresas, os participantes integraram o conceito de “Intra empreendedorismo”, passando a olhar para os desafios da comunidade com uma postura mais proativa e resiliente — o que descreveram como passar a “olhar com outros olhos” para as oportunidades à sua volta.

2. Empreendedores Locais

2.1. Workshop: A Transição Digital nas Empresas

Este workshop, dinamizado voluntariamente pelo Dr. Francisco Manuel Vicente (programa “Acelerar o Norte”), reuniu 11 empreendedores no Espaço Cowork para debater o impacto da tecnologia na competitividade. A sessão focou-se na digitalização de processos como ferramenta para reduzir custos, aceder a novos mercados e diferenciar o negócio num cenário de mudança acelerada. Foi dado especial destaque aos apoios práticos disponíveis, como os vouchers de transição digital até 2.000 €.

Impacto: A atividade foi considerada inspiradora e de elevada utilidade estratégica. O resultado mais imediato foi o forte interesse dos participantes em candidatar as suas empresas aos apoios do “Acelerar o Norte”, demonstrando uma vontade clara de modernizar as estruturas locais e adotar soluções tecnológicas para evitar a estagnação dos seus negócios.

2.2. Bootcamp “Comunica o teu Negócio”

Durante três dias, 11 empreendedores trabalharam a identidade das suas marcas, storytelling e estratégia digital. A formação prática permitiu alinhar a imagem das empresas com os seus objetivos de negócio.

Impacto: Elevado nível de envolvimento e utilidade imediata das ferramentas. Os participantes adquiriram maior clareza na comunicação do negócio e confiança na utilização de meios digitais, potenciando a visibilidade e sustentabilidade das suas empresas.

2.3. Workshop “Redes Sociais”

Sessão focada na utilização estratégica das plataformas sociais para criar proximidade com o cliente e gerar oportunidades de venda (leads). Contou com 5 participantes.

Impacto: Compreensão clara de que uma gestão adequada das redes sociais fortalece a marca e contribui diretamente para o aumento das vendas e para uma relação contínua e personalizada com o público-alvo.

2.4. Workshop Importância do Storytelling para venda de Produtos Locais

Workshop sobre marketing emocional para 3 produtores locais, focado na criação de narrativas que valorizam a origem e autenticidade dos produtos endógenos.



Alexandre C.
(Handwritten signature)

Impacto: Melhoria na capacidade de comunicar o valor e a identidade territorial dos produtos, promovendo uma ligação emocional mais forte com os consumidores e reforçando a diferenciação no mercado.

2.5. Workshop Análise de Mercado

Dotou 3 empreendedores de competências para analisar o mercado de forma estruturada e identificar oportunidades através de ferramentas de gestão.

Impacto: Elevada perceção de utilidade prática na tomada de decisões estratégicas. Os participantes passaram a conseguir interpretar informações de mercado para um planeamento de negócio mais assertivo.

2.6. Experiência em Contexto Real (“Rural Castanea”)

Visita à feira em Vinhais (2 participantes) como complemento ao workshop de storytelling, para observar a aplicação prática das narrativas na promoção de produtos endógenos.

Impacto: Reforço da motivação através da observação de estratégias reais e acessíveis de outros produtores, despertando novas ideias para a aplicação nos seus próprios projetos locais.

2.7. Intercâmbio Transfronteiriço (Valladolid)

Missão externa com 8 participantes à Feira Internacional de Turismo em Espanha para contacto com tendências globais e novos modelos de negócio.

Impacto: Experiência enriquecedora que permitiu o contacto com conceitos inovadores e o estabelecimento de contactos estratégicos (networking) com profissionais internacionais, alargando a visão sobre a promoção turística do território.

3. Diáspora

3.1. Bootcamp “Como Criar um Negócio na Área do Turismo” + Concurso de Ideias

Evento intensivo de três dias focado no empreendedorismo aplicado ao setor do turismo. Os 8 participantes (incluindo 3 da diáspora) trabalharam a validação de ideias, planeamento e valorização dos recursos locais através do modelo Canvas.



Alexandre C.

Impacto: Elevado nível de motivação e preparação para o autoemprego. O resultado mais concreto foi o surgimento de novas ideias de negócio, destacando-se uma participante da diáspora que venceu uma bolsa de consultoria especializada para implementar o seu projeto.

3.2. Workshop Redes Sociais

Sessão individualizada para um membro da diáspora sobre o uso estratégico das plataformas digitais para fortalecer a marca e a proximidade com clientes.

Impacto: Permitiu refletir sobre a comunicação atual do projeto e identificar falhas. Embora a mobilização da diáspora para ações presenciais seja um desafio, o impacto individual foi positivo na consciencialização para a promoção territorial.

3.3. Participação na Feira “Rural Castanea” (Vinhais)

Visita à feira Rural Castanea focada na observação real de estratégias de venda e comunicação de produtos endógenos por outros produtores da região.

Impacto: Reforço da compreensão sobre o papel das feiras locais como espaços de networking e valorização da identidade, apesar da dificuldade logística de envolver este público em eventos presenciais.

3.4. Bootcamp Comunica o teu Negócio

Formação de três dias em marketing e branding, integrada com empreendedores locais, focada na definição de identidade e canais digitais.

Impacto: Reforço da capacidade de adaptar a mensagem a diferentes mercados. O participante destacou a utilidade das ferramentas para estruturar uma comunicação profissional que valorize a ligação a Alfândega da Fé em contextos externos.

3.5. Workshop Importância do Storytelling

Sessão sobre marketing emocional e construção de narrativas autênticas que ligam o produto ao território de origem.

Impacto: Capacitação para comunicar o valor dos produtos locais a públicos que não conhecem a região, potenciando a aceitação em mercados internacionais através de histórias inspiradoras.

3.6. Workshop Análise de Mercado

Formação prática sobre ferramentas de recolha e interpretação de dados para apoiar a tomada de decisões estratégicas e reduzir riscos de investimento.

Impacto: Maior segurança na tomada de decisão informada. O participante sublinhou a importância de alinhar o potencial do território com as exigências de mercados mais amplos onde a diáspora se insere.

3.7. Intercâmbio Transfronteiriço “INTUR” (Valladolid)

Missão externa à Feira Internacional de Turismo em Espanha para análise de tendências, modelos de negócio e networking internacional.

Impacto: Alargamento da perspetiva estratégica sobre o turismo. A experiência posicionou a diáspora como um agente facilitador de pontes entre o concelho e mercados externos, abrindo portas para futuras parcerias transfronteiriças.

4. Desempregados

4.1. Bootcamp Criar um Negócio

Programa intensivo de 5 dias focado na conversão de ideias abstratas em projetos concretos. Abordou temas como mentalidade empreendedora (mindset), validação de conceitos, planeamento e o pitch final.

Impacto: Os 20 participantes revelaram sentir-se mais preparados e motivados para a criação do próprio emprego, solicitando a continuidade deste tipo de iniciativas de cariz prático.

4.2. Bootcamp “Criar um Negócio na Área do Turismo” + Concurso de Ideias

Formação de 3 dias dedicada à identificação de nichos no setor turístico local, culminando num concurso onde os alunos apresentaram os seus modelos de negócio.

Impacto: Balanço extremamente positivo na valorização pessoal de 23 desempregados. O resultado mais tangível foi o amadurecimento de várias ideias, com uma participante a vencer uma bolsa de consultoria para implementar o seu projeto inovador.

4.3. Workshop Da Terra ao Produto Final

Visita técnica guiada pelo Dr. Artur Aragão para acompanhar o ciclo produtivo da azeitona, focando na transformação industrial como motor de valorização económica.

Impacto: Os 19 participantes adquiriram conhecimentos sólidos sobre a realidade industrial e exportadora. O grupo compreendeu que a inovação na transformação de produtos tradicionais é a chave para a sustentabilidade de novos projetos agrícolas.

4.4. Workshop Economia Circular na Agricultura

Sessão orientada por um Engenheiro Agrónomo sobre a reutilização de recursos, redução de desperdícios e valorização de subprodutos habitualmente descartados.

Impacto: Impacto elevado na sensibilização para o empreendedorismo sustentável. Como resultado prático imediato, todos os 22 participantes desenvolveram e apresentaram uma proposta de negócio baseada em princípios circulares.

4.5. Workshop Fruta que Vale Ouro: o doce lado do empreendedorismo rural

Evento que aliou a partilha de experiências de empreendedores reais à componente técnica de licenciamento e à oficina prática de confeção de compotas.

Impacto: Eficaz na desmistificação dos processos legais e técnicos para 15 participantes. Motivou os formandos a encarar a fruta local não apenas como produção primária, mas como uma oportunidade real de autoemprego com valor acrescentado.

4.6. Participação na Feira “Rural Castanea” (Vinhais)

Visita focada na observação de estratégias de storytelling e marketing territorial em ambiente real de mercado.

Impacto: A imersão permitiu ao participante desempregado (inserido num grupo diversificado) validar que a identidade territorial é um ativo económico acessível, reforçando a confiança para aplicar estas técnicas nos seus projetos pessoais.

5. Trabalho de Campo e Acompanhamento

O trabalho de campo foi a base operacional do projeto, garantindo a proximidade com os beneficiários e a preparação técnica das ações. Este dividiu-se em quatro eixos principais:

► Proximidade e Divulgação Territorial

Realização de visitas presenciais porta-a-porta a estabelecimentos comerciais e instituições do concelho. O objetivo foi apresentar o projeto diretamente aos comerciantes, identificar as suas necessidades reais e incentivar a participação nas ações de capacitação.

Esta abordagem personalizada permitiu superar a resistência inicial e converter contactos informais em inscrições efetivas nos workshops de transição digital e marketing. No segundo semestre, este trabalho resultou numa rede de contactos mais sólida e numa maior confiança da comunidade na equipa do projeto.

► Mentorias e Acompanhamento Individualizado

Para além dos eventos coletivos, a equipa técnica assegurou sessões de mentoria individual para apoiar o amadurecimento de ideias de negócio. No segundo semestre, este acompanhamento focou-se especialmente nos vencedores das bolsas de consultoria dos Concursos de Ideias. Garantiu a transição da “ideia teórica” para o “plano prático”. O acompanhamento próximo ajudou a desmistificar processos burocráticos (licenciamentos) e a estruturar modelos de negócio financeiramente sustentáveis, especialmente para o público desempregado e jovens.

► Dinamização Digital e Identidade Visual

Criação e gestão ativa das plataformas digitais (redes sociais) e produção de materiais físicos de suporte (roll-ups, flyers, sinalética). No primeiro período, o foco foi a criação da marca; no segundo, a partilha de conteúdos de valor sobre economia circular, storytelling e boas práticas agrícolas. Estabeleceu o projeto como uma referência credível no ecossistema empreendedor da região. A presença digital constante permitiu manter o vínculo com a diáspora e criar uma comunidade virtual que partilha os sucessos e as oportunidades do território.

► Articulação Institucional e Redes de Parceria

Trabalho contínuo de articulação com o Agrupamento de Escolas, Câmara Municipal, IEFP e entidades privadas (como o Lagar Casa Aragão). Envolveu reuniões de planeamento, validação de currículos formativos e organização logística de visitas técnicas.

A cooperação institucional foi o que permitiu integrar as ações do projeto nos currículos escolares (AEC) e nos cursos de formação profissional (Vida Ativa), garantindo uma taxa de ocupação elevada nas atividades e a validação oficial das competências adquiridas pelos participantes.

6. Conclusão

O ano de 2025 representou para o Projeto +Economia o ciclo completo desde a sua génese e estruturação até à fase de impacto direto e aceleração de resultados. Com um alcance total de 280 participantes e a concretização de 30 atividades estruturantes, o projeto consolidou-se como um pilar de dinamização económica em Alfândega da Fé.

6.1. Balanço de Impacto

- Capacitação Geracional: Desde a literacia financeira no ensino básico até ao Intra empreendedorismo no ensino profissional, foi plantada a semente de uma cultura proativa nas novas gerações.
- Modernização do Tecido Empresarial: A transição digital deixou de ser um conceito abstrato para se tornar uma prática real, com os empreendedores locais a adotarem ferramentas de marketing, storytelling e a candidatarem-se a apoios à digitalização.
- Inclusão e Autoemprego: O foco no público desempregado permitiu transformar competências tradicionais em modelos de negócio sustentáveis, combatendo a passividade e promovendo a autonomia económica.
- Vínculo com a Diáspora: Apesar da barreira geográfica, iniciou-se um canal de comunicação que posiciona o território como um destino viável para investimento e projetos de retorno.

6.2. Desafios Superados

Ao longo do ano, a equipa adaptou-se com sucesso a diversos constrangimentos, nomeadamente:

- A articulação com o calendário escolar e institucional;
- A superação de barreiras motivacionais em públicos em situação de vulnerabilidade;
- A mobilização presencial da diáspora, colmatada pelo reforço da presença digital.

CLDS 5G – ALLFANDEGA

A implementação do projeto encontra-se estruturada em quatro eixos de intervenção, definidos de acordo com os objetivos estratégicos do programa CLDS e com as necessidades identificadas no diagnóstico social do território. Cada eixo integra um conjunto de ações direcionadas para diferentes públicos-alvo, procurando promover a inclusão social, a capacitação das pessoas e comunidades e o reforço da coesão social.

O presente relatório apresenta a análise da execução física das ações desenvolvidas no âmbito de cada eixo de intervenção, considerando o número de ações realizadas e o número de participantes envolvidos, em comparação com as metas estabelecidas no plano de ação do projeto. Importa

referir que as metas definidas correspondem ao período global de execução do projeto, compreendido entre 2025 e 2029, encontrando-se atualmente a intervenção ainda numa fase intermédia de implementação. Assim, a análise apresentada reflete o progresso alcançado até ao momento, bem como a evolução gradual da concretização das ações previstas.

• Eixo 1 – Emprego, Formação e Qualificação

No âmbito do Eixo 1 foram desenvolvidas diversas iniciativas orientadas para a promoção da empregabilidade, qualificação e estímulo ao empreendedorismo da população-alvo. As ações implementadas procuraram responder às necessidades identificadas no território, promovendo competências de procura ativa de emprego, acesso à informação sobre medidas de apoio e integração no mercado de trabalho. Relativamente às sessões de técnicas de procura de emprego, foram realizadas 8 ações, envolvendo um total de 13 participantes. O número de ações previstas foi integralmente cumprido, embora a participação se situe abaixo da meta global estabelecida de 40 participantes para o período total de execução do projeto.

No que respeita à criação de materiais sobre medidas e oportunidades de emprego, foram dinamizadas 3 ações, com a participação de 41 pessoas. Apesar de o número de ações realizadas ser inferior ao previsto na meta global (8 ações), foi possível atingir e ultrapassar ligeiramente o número de participantes definido (40 participantes), evidenciando o interesse e utilidade deste tipo de recursos informativos. Quanto ao apoio a iniciativas de autoemprego e empreendedorismo, foi realizada 1 ação que contou com 40 participantes, atingindo a meta de participantes prevista para o conjunto do projeto. No entanto, o número de ações encontra-se ainda abaixo da meta global estabelecida de 4 ações.

No âmbito da sensibilização de empresários e instituições, foram realizadas 4 ações, envolvendo 30 participantes, correspondendo ao cumprimento integral das metas estabelecidas para esta iniciativa, tanto ao nível do número de ações como do número de participantes.

Relativamente ao encaminhamento de migrantes para integração profissional, foram realizadas 3 ações, com a participação de 16 pessoas. Estes valores encontram-se ainda abaixo das metas globais definidas (8 ações e 30 participantes), prevendo-se o reforço desta intervenção ao longo da continuidade do projeto. No âmbito do Bootcamp de Empreendedorismo Jovem, foi realizada 1 ação com a participação de 18 jovens. Face à meta estabelecida de 4 ações e 70 participantes, verifica-se ainda uma margem significativa de execução, estando previstas novas iniciativas que permitirão ampliar o alcance desta atividade. No que diz respeito ao encaminhamento para formação e qualificação, foram registados 18 participantes encaminhados para oportunidades

formativas. A meta global definida prevê o encaminhamento de 80 participantes ao longo do período de implementação do projeto. De forma global, no Eixo 1 foram realizadas 20 ações face a uma meta global de 36 ações e envolvidos 176 participantes face a uma meta de 330 participantes. Estes valores correspondem a uma taxa de execução de aproximadamente 55,6% ao nível das ações e 53,3% ao nível dos participantes.

• Eixo 2 – Combate à pobreza e à exclusão social

No âmbito do Eixo 2 foram implementadas diversas ações direcionadas à promoção do desenvolvimento saudável, bem-estar e inclusão social de crianças e jovens, bem como ao reforço das competências parentais e comunitárias. As iniciativas desenvolvidas procuraram responder às necessidades identificadas no território, através de ações de acompanhamento, sensibilização e dinamização de atividades educativas, recreativas e formativas. Relativamente ao gabinete de acompanhamento individualizado na infância, foram acompanhados 40 participantes, através da realização de 16 ações. Estes valores correspondem ao cumprimento da meta global de participantes definida para esta intervenção, encontrando-se ainda em curso a concretização do número total de ações previsto (36 ações). No que diz respeito às sessões de esclarecimento acerca do desenvolvimento infantil e juvenil, foram realizadas 16 ações, envolvendo 200 participantes, correspondendo ao cumprimento integral das metas estabelecidas para esta iniciativa. No âmbito das sessões lúdicas, recreativas, culturais e desportivas, foram dinamizadas 5 ações, com a participação de 200 participantes. Embora o número de participantes tenha atingido a meta global definida, o número de ações encontra-se ainda abaixo do previsto, sendo a meta global de 10 ações. Relativamente à colaboração com o Conselho Municipal da Juventude, foram realizadas 4 ações, envolvendo 40 participantes, correspondendo ao cumprimento integral das metas estabelecidas. No domínio da promoção da igualdade e inclusão, foram realizadas 6 sessões de sensibilização de combate à discriminação, envolvendo 30 participantes, correspondendo igualmente ao cumprimento das metas definidas para esta iniciativa. Por fim, no âmbito das ações de sensibilização desenvolvidas em colaboração com a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ), foi realizada 1 ação, envolvendo 144 participantes. Embora o número de participantes se aproxime da meta global estabelecida (150 participantes), o número de ações previstas é de 4, encontrando-se ainda margem para reforçar esta intervenção.

De forma global, no Eixo 2 foram realizadas 48 ações face a uma meta global de 76 ações e envolvidos 654 participantes face a uma meta de 660 participantes, correspondendo a uma taxa de execução de aproximadamente 63,2% ao nível das ações e 99,1% ao nível dos participantes.



Alexandra
Ost

• **Eixo 3 – Autonomia, envelhecimento ativo e longevidade**

No âmbito do Eixo 3 foram desenvolvidas diversas ações orientadas para a promoção da autonomia, participação social e qualidade de vida da população idosa, incentivando simultaneamente dinâmicas intergeracionais e comunitárias. As iniciativas implementadas procuraram estimular o envelhecimento ativo, reforçar redes de apoio e promover a participação dos idosos na vida social e cultural do território. Relativamente ao acompanhamento individualizado a idosos através do Gestor 60+, foram acompanhados 12 participantes, face a uma meta global de 40 participantes definida para o período de execução do projeto. Esta intervenção visa assegurar um acompanhamento de proximidade, promovendo respostas adequadas às necessidades identificadas junto da população idosa.

No que respeita à participação em eventos culturais, foram envolvidos 50 participantes, correspondendo ao cumprimento da meta global estabelecida para esta iniciativa. No âmbito das sessões de educação não formal e convívios, foram realizadas 30 ações, envolvendo um total de 200 participantes, correspondendo ao cumprimento integral das metas definidas, tanto ao nível das ações como da participação.

Relativamente à dinamização de uma horta comunitária intergeracional, foram realizadas 15 ações, envolvendo 100 participantes, correspondendo igualmente ao cumprimento das metas definidas para esta atividade. No domínio das sessões de informação acerca da prestação de cuidados, foram realizadas 3 ações, envolvendo 57 participantes. Estes valores situam-se ainda abaixo das metas globais estabelecidas (100 participantes e 4 ações), prevendo-se o reforço desta intervenção ao longo da continuidade do projeto. Relativamente às ações de voluntariado, até ao momento não foram ainda registadas ações nem participantes, encontrando-se esta atividade prevista para uma fase posterior da implementação do projeto, tendo como meta global o envolvimento de 40 participantes em 8 ações. Por fim, no âmbito do Calendário Sénior, foram realizadas 2 ações, envolvendo 48 participantes, correspondendo ao cumprimento da meta de participantes prevista, mantendo-se ainda margem para a realização das restantes ações planeadas.

De forma global, no Eixo 3 foram realizadas 50 ações face a uma meta global de 61 ações e envolvidos 467 participantes face a uma meta de 578 participantes, correspondendo a uma taxa de execução de aproximadamente 82,0% ao nível das ações e 80,8% ao nível dos participantes.

• **Eixo 4 – Desenvolvimento social e capacitação comunitária**

No âmbito do Eixo 4 foram desenvolvidas diversas ações orientadas para o reforço da coesão social, promoção da cidadania ativa e capacitação da comunidade, procurando fomentar a

participação cívica, o acesso à informação e a valorização da diversidade cultural presente no território. Relativamente às sessões de informação e divulgação sobre práticas de saúde, foram realizadas 3 ações, envolvendo 18 participantes. Estes valores encontram-se ainda abaixo das metas globais estabelecidas para esta iniciativa, que prevêem a realização de 4 ações e o envolvimento de 40 participantes ao longo do período de execução do projeto. No que respeita à dinamização da Aldeia Natal, foram realizadas 4 ações, envolvendo 140 participantes. O número de ações corresponde ao cumprimento da meta definida, enquanto o número de participantes se aproxima da meta global estabelecida de 150 participantes.

No âmbito das sessões de mediação, foram realizadas 8 ações, envolvendo 40 participantes, correspondendo ao cumprimento integral das metas definidas para esta atividade.

Relativamente à comemoração do Dia Nacional da Bulgária, foi realizada 1 ação, envolvendo 80 participantes. Embora a meta de participantes tenha sido atingida, a meta global prevê a realização de 4 ações ao longo da execução do projeto. No domínio da dinamização de seminários, foi realizada 1 ação, envolvendo 90 participantes. Face às metas estabelecidas (200 participantes e 4 ações), verifica-se ainda margem para reforçar esta iniciativa ao longo da continuidade do projeto.

Por fim, no âmbito das ações de esclarecimento sobre direitos e deveres, foram realizadas 3 ações, envolvendo 33 participantes. Estes valores encontram-se ainda abaixo das metas globais definidas (40 participantes e 8 ações), prevendo-se a continuidade destas ações de sensibilização junto da comunidade. De forma global, no Eixo 4 foram realizadas 20 ações face a uma meta global de 32 ações e envolvidos 401 participantes face a uma meta de 550 participantes, correspondendo a uma taxa de execução de aproximadamente 62,5% ao nível das ações e 72,9% ao nível dos participantes.

• Execução global

A análise global da execução das ações desenvolvidas no âmbito do projeto permite verificar uma implementação progressiva e consistente das atividades previstas no plano de ação. Considerando o conjunto dos quatro eixos de intervenção, foram realizadas até ao momento 138 ações face a uma meta global de 205 ações, correspondendo a uma taxa de execução de aproximadamente 67,3%. No que respeita à participação, foram envolvidos 1698 participantes face a uma meta global de 2118 participantes, o que corresponde a uma taxa de execução de cerca de 80,2%.

Estes resultados evidenciam uma adesão significativa da população às iniciativas dinamizadas no âmbito do projeto, particularmente ao nível da participação nas diferentes ações promovidas. Importa, contudo, referir que as metas estabelecidas correspondem ao período total de execução

do projeto, compreendido entre 2025 e 2028, encontrando-se atualmente o projeto apenas no segundo ano de implementação. Neste sentido, os níveis de execução alcançados demonstram uma evolução positiva da intervenção desenvolvida, sendo expectável que os indicadores de realização e participação continuem a aumentar ao longo dos próximos anos.

De forma global, o projeto tem contribuído para a dinamização de respostas sociais e comunitárias no território, promovendo a empregabilidade, o desenvolvimento de competências, o apoio a crianças, jovens e famílias, bem como o envelhecimento ativo e a participação cívica da comunidade. A continuidade das ações previstas permitirá consolidar os resultados já alcançados e reforçar o impacto social da intervenção junto da população-alvo.

OUTRAS ATIVIDADES DINAMIZADAS PELA LACSAF:

Para além das atividades executadas no âmbito dos projetos anteriores, a LACSAF desenvolveu e colaborou em outras atividades, dinamizadas por si ou por outras entidades parceiras.

► ATL'S de Páscoa | 10 a 21 de Abril

Entre os dias 10 e 21 de abril, decorreram as habituais ATL de Páscoa. Esta valência é promovida pela LACSAF, em parceria com o Município de Alfândega da Fé, dirigida às crianças do pré-escolar, 1º ciclo e 2º ciclo.



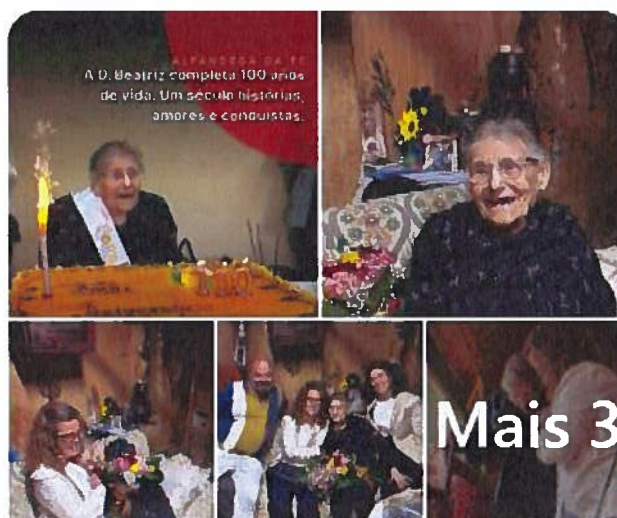
► ATL Verão | 30 de junho a 22 de Agosto

O ATL de Verão proporcionou às crianças e jovens um período de férias dinâmico, com atividades recreativas, culturais e desportivas. As atividades incluíram jogos ao ar livre, oficinas criativas, sensibilização sobre cidadania e visitas educativas. No total, participaram 104 crianças, 38 do Pré-escolar, 55 do 1º ciclo e 11 do 2º ciclo.



► **Celebração do centenário da sócia Beatriz Araújo |23 de outubro**

Em colaboração com a Freguesia de Alfândega da Fé, organizamos uma festa surpresa para celebrar os 100 anos da nossa querida sócia D. Beatriz Araújo. Um século de vida é motivo de grande celebração, e a D. Beatriz é um verdadeiro símbolo de força, sabedoria e dedicação à comunidade.



► **Tomada de Posse dos novos órgãos sociais |4 de Novembro**

No dia 4 de novembro teve lugar a eleição e tomada de posse dos novos órgãos sociais da nossa instituição, que irão representar e orientar os destinos desta casa durante o próximo quadriénio 2025-2029.

Com este novo mandato, esta equipa reforça o compromisso de continuar o bom trabalho que tem vindo a ser feito pelos anteriores órgãos diretivos.



► **ATL Natal 2025**

As ATL de Natal decorreram entre os dias 22 de Dezembro de 2025 a 2 de Janeiro de 2026, num primeiro período, e na semana de 4 a 6 de fevereiro de 2026, no decorrer da pausa letiva. Esta é uma resposta promovida pela LACSAF, em parceria com o Município de Alfândega da Fé. No total, participaram 50 crianças, 15 do pré-escolar e 35 do 1º ciclo.

► **Almoço de Natal da LACSAF | 20 de Dezembro**

O tradicional almoço de Natal da LACSAF realizou-se no dia 20 de dezembro, nas instalações da Associação de Bombeiros Humanitários de Alfândega da Fé, onde estiveram presentes cerca de 71 pessoas, entre as quais sócios/as, frequentadores/as, colaboradores/as, membros do executivo e da direção da LACSAF.



► **Natal Solidário | Distribuição de cabazes de bens alimentares e brinquedos | 20**
Dezembro

Através da campanha de recolha de bens alimentares e brinquedos, em alguns comércios da vila, e da campanha “Doar um bem para fazer o bem” que decorreu no dia da abertura da aldeia natal, a LACSAF conseguiu ajudar cerca de 40 famílias carenciadas do nosso concelho, referenciadas pelo serviço de ação social do município.





Alexandre
Alexandre



RELATÓRIO DE GESTÃO

1. Análise da situação económica e financeira

1.1. Rendimentos e ganhos

As rubricas com maior realce são as apresentadas no quadro abaixo, perfazendo os rendimentos obtidos, no ano 2025, um total de **337.005,46€**.

Rendimentos e Ganhos (em Euros)	2025	2024	Diferença
Prestações de serviços (ATL e Quotas)	8.941,00	9.287,00	-346,00
Subsídios, doações e legados à exploração	325.651,44	167.924,37	157.727,07
Outros rendimentos e ganhos	2.413,02	2.375,45	37,57
Total Rendimentos e Ganhos	337.005,46	179.586,82	157.418,64

1.2. Gastos e Perdas

As rubricas de maior relevo são as apresentadas no quadro seguinte, perfazendo os gastos, no período em análise, um total de **294.910,79€**.

Gastos e Perdas (em Euros)	2025	2024	Diferença
Custo das merc.vendidas e mat.consumidas	0,00	0,00	0,00
Fornecimentos e serviços externos	50.329,18	30.180,87	20.148,31
Gastos com Pessoal	237.320,23	161.470,95	75.849,28
Gastos de depreciação e amortização	2.174,19	830,83	1.343,36
Outros gastos e perdas	5.087,19	5.783,37	-696,18
Gastos e perdas de financiamento	0,00	58,89	-58,89
Total Gastos e Perdas	294.910,79	198.324,91	96.585,88



1.3. Resultado

Face a tudo o que se expôs, tendo em conta que os “rendimentos e ganhos” totais foram de 337.005,46€ face a “Gastos e Perdas” no valor de 294.910,79€, temos um **resultado líquido positivo** do período de **42.094,67€**.

Rubricas	2025	2024
Rendimentos e ganhos	337.005,46	179.586,82
Gastos e perdas	294.910,79	198.324,91
Resultado Líquido do Período	42.094,67	-18.738,09

2. Proposta de Aplicação de Resultados

A Direção da Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé propõe que o lucro apurado no exercício de 2025, no valor de **42.094,67€** (quarenta e dois mil e noventa e quatro euros e sessenta e sete cêntimos), seja transferido para a conta **Resultados Transitados**.

3. Nota Final

A Direção agradece e reconhece o trabalho, dedicação e empenho de todos os colaboradores internos e externos da Liga, que contribuíram de forma crucial para a concretização dos resultados alcançados.

Serão incorporadas, neste documento as Demonstrações Financeiras com os respectivos Anexos, elaboradas de acordo com a Norma Contabilística e de Relato Financeiro para as Entidades do Sector Não Lucrativo (NCRF-ESNL).

Alfândega da Fé, 27 de março de 2026

A Direção

Ana Alexandra Aires Ribeiro
João Manuel Vazquez Ribeiro
Artur José de Almeida
Ana Catarina Ramos Teixeira
Alexandra Isabel Morgado Sacinto
Alexandre Henrique Simões Araújo Castelo
Patrícia Alexandre D. José Amal




D. Alexandre C.





DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS



Alexandra C.
[Signature]

BALANÇO
31 de Dezembro 2025

LIGA DOS AMIGOS DO CENTRO DE SAÚDE DE ALFÂNDEGA DA FÉ

Montantes expressos em EURO

RUBRICAS	NOTAS	PERÍODOS	
		2025	2024
ATIVO			
Ativo não corrente:			
Ativos fixos tangíveis.....	5	26.021,84	19.280,96
Bens do Património histórico e Cultural			
Propriedades de investimento.....			
Ativos intangíveis.....			
Investimentos Financeiros.....		361,81	361,81
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros...			
		26.383,65	19.642,77
Ativo corrente:			
Inventários.....			
Clientes.....		835,00	685,00
Adiantamentos a fornecedores.....			
Estado e outros entes públicos.....			
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros			
Outras contas a receber.....		729.665,76	698.372,19
Diferimentos.....			
Outros ativos financeiros.....			
Caixa e depósitos bancários.....		9.527,66	54.233,18
		740.028,42	753.290,37
Total do Ativo		766.412,07	772.933,14
FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO			
Fundos Patrimoniais			
Fundos.....			
Excedentes técnicos.....			
Reservas.....			
Resultados transitados.....		21.007,31	39.745,40
Excedentes de revalorização.....			
Outras variações nos fundos patrimoniais.....		49.634,43	50.039,71
		70.641,74	89.785,11
Resultado liquido do período.....		42.094,67	(18.738,09)
Total do fundo de capital		112.736,41	71.047,02
Passivo			
Passivo não corrente:			
Provisões.....			
Financiamentos obtidos.....		8.500,00	
Outras contas a pagar.....			
Passivo corrente:			
Fornecedores.....		5.147,70	131,62
Adiantamentos de clientes.....			
Estado e outros entes públicos.....		11.499,61	4.656,27
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros			
Financiamentos obtidos..			
Outras contas a pagar.....		615.805,31	687.573,09
Diferimentos.....		12.723,04	9.525,14
Outros passivos financeiros.....			
		653.675,66	701.886,12
Total do passivo		653.675,66	701.886,12
Total dos Fundos Patrimoniais e do Passivo		766.412,07	772.933,14

O Contabilista Certificado

Assinado por: **Sónia de Jesus Pires Escobar Cortinhas**

Num. de Identificação: 11387426

Data: 2026.03.24 01:26:42+00'00'

A Direção

Alexandra Aires Ribeiro

[Signature]

[Signature]

[Signature]

Alexandre Gashilo

Alice Catarina Ramos Teixeira
Alexandra Manuel Rosgado Sorindo



DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS
31 de Dezembro 2025

LIGA DOS AMIGOS DO CENTRO DE SAÚDE DE ALFÂNDEGA DA FÉ

Montantes expressos em EURO

RUBRICAS	NOTAS	PERÍODOS	
		2025	2024
RENDIMENTOS E GASTOS			
Vendas e serviços prestados.....		8.941,00	9.287,00
Subsídios, Doações e Legados à exploração.....		325.651,44	167.924,37
Varição nos inventários da produção.....			
Trabalhos para a própria entidade.....			
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas.....			
Fornecimentos e serviços externos.....		(50.329,18)	(30.180,87)
Gastos com o pessoal.....		(237.320,23)	(161.470,95)
Ajustamentos de inventários (perdas/reversões).....			
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões).....			
Provisões (aumentos/reduções).....			
Outras Imparidades (perdas/reversões).....			
Aumentos/reduções de justo valor.....			
Outros rendimentos e ganhos.....		2.413,02	2.375,45
Outros gastos e perdas.....		(5.087,19)	(5.842,26)
Resultados antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		44.268,86	(17.907,26)
Gastos/reversões de depreciação e de amortização.....		(2.174,19)	(830,83)
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		42.094,67	(18.738,09)
Juros e rendimentos similares obtidos.....			
Juros e gastos similares suportados.....			
Resultado antes de impostos		42.094,67	(18.738,09)
Imposto sobre o rendimento do período.....			
Resultado líquido do período		42.094,67	(18.738,09)

O Contabilista Certificado

Assinado por: **Sónia de Jesus Pires Escobar Cortinhas**
 Num. de Identificação: 11387426
 Data: 2026.03.24 01:28:55+00'00'

A Direção

Ana Alexandra Alves Ribeiro
João Isabel Borges Ribeiro
Artur João
Ana Caterina Ramos Teixeira
Alexandra Isabel Rogado Sorindo
Alexandra Regénia Sampaio Araújo Gashillo
Joana Alexandra F. Pires Coelho



Handwritten signatures and initials in blue ink, including the name "Alexandre C." and a large stylized signature.

Anexo

1. Identificação da Entidade

A “**Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé**” é uma instituição sem fins lucrativos, constituída sob a forma de “Associação” com estatutos publicados no Diário da República n.º 154 de 05/07/1999, Série III, com sede em Alfândega da Fé. Tem como atividade “Outras Atividades Associativas, N.E. ” para que possa prosseguir os seguintes objetivos:

- Objetivo principal : a promoção social;

2. Referencial Contabilístico de Preparação das Demonstrações Financeiras

Em 2025 as Demonstrações Financeiras foram elaboradas no pressuposto da continuidade das operações a partir dos livros e registos contabilísticos da Entidade e de acordo com a Norma Contabilística e de Relato Financeiro para as Entidades do Sector Não Lucrativo (NCRF-ESNL) aprovado pelo Decreto-Lei n.º 36-A/2011 de 9 de Março. No Anexo II do referido Decreto, refere que o Sistema de Normalização Contabilística para Entidades do Sector Não Lucrativos é composto por:

- Bases para a Apresentação das Demonstrações Financeiras (BADF);
- Modelos de Demonstrações Financeiras (MDF) – Portaria n.º 105/2011 de 14 de Março;
- Código de Contas (CC) – Portaria n.º 106/2011 de 14 de Março;
- NCRF-ESNL – Aviso n.º 6726-B/2011 de 14 de Março; e
- Normas Interpretativas (NI).

3. Principais Políticas Contabilísticas

As principais políticas contabilísticas aplicadas pela Entidade na elaboração das Demonstrações Financeiras foram as seguintes:

Bases de mensuração usadas na preparação das demonstrações financeiras:

As Demonstrações Financeiras foram preparadas de acordo com as Bases de Apresentação das Demonstrações Financeiras (BADF).

Ativos Fixos Tangíveis

Os "Ativos Fixos Tangíveis" encontram-se registados ao custo de aquisição, deduzido das correspondentes depreciações.

As despesas de conservação e reparação que não aumentem o período de vida útil dos ativos nem resultem em benfeitorias ou melhorias significativas nos elementos dos ativos fixos tangíveis foram registadas como gastos no período em que ocorrem.

As depreciações são calculadas, assim que os bens estão em condições de ser utilizados, pelo método da linha reta, em conformidade com o período de vida útil estimado para cada grupo de bens.

As taxas de depreciação utilizadas correspondem aos períodos de vida útil estimada que se encontra na tabela abaixo:

Ativo Fixo Tangível	Vida útil estimada
Edifícios e outras construções	entre 10 e 50 anos
Equipamento básico	entre 2 e 8 anos
Equipamento administrativo	entre 2 e 8 anos
Outros ativos fixos tangíveis	entre 2 e 8 anos

As mais ou menos valias provenientes da venda de ativos fixos tangíveis são determinadas pela diferença entre o valor de realização e a quantia escriturada na data de alienação, as sendo que se encontra espelhadas na Demonstração dos Resultados nas rubricas "Outros rendimentos operacionais" ou "Outros gastos operacionais".

Ativos Fixos Intangíveis

Os "Ativos Fixos Intangíveis" encontram-se registados ao custo de aquisição.

As depreciações são calculadas, pelo método da linha reta, em conformidade com o período de vida útil estimado para cada grupo de bens.

As taxas de depreciação utilizadas correspondem aos períodos de vida útil estimada que se encontra na tabela abaixo:

Ativo Fixo Intangível	Vida útil estimada
Programas de computadores	3 anos

Instrumentos Financeiros

Os instrumentos financeiros encontram-se valorizados de acordo com os seguintes critérios:

Outras Dívidas de terceiros

As dívidas de “*outros terceiros*” encontram-se mensuradas ao custo e são registadas pelo seu valor nominal dado que não vencem juros.

Caixa e Depósitos Bancários

A rubrica “*Caixa e depósitos bancários*” inclui caixa e depósitos bancários de curto prazo que possam ser imediatamente mobilizáveis sem risco significativo de flutuações de valor.

Fornecedores e outras contas a pagar

As dívidas registadas em “*Fornecedores*” e “*Outras contas a pagar*” são contabilizadas pelo seu valor nominal.

Empréstimos obtidos

Os “*Empréstimo Obtidos*” encontram-se registados, no passivo, pelo custo. Os “*Encargos Financeiros*” são reconhecidos como gastos do período, constando na Demonstração dos Resultados na rubrica “*Juros e gastos similares suportados*”.

Impostos sobre o Rendimento

Nos termos do n.º 1 do art.º 10 do Código do Imposto sobre o Rendimento das Pessoas Coletivas (CIRC) estão isentos de Imposto sobre o Rendimento das Pessoas Coletivas (IRC):

- a) “*As pessoas colectivas de utilidade pública administrativa;*
- b) *As instituições particulares de solidariedade social e Entidades anexas, bem como as pessoas colectivas àquelas legalmente equiparadas;*
- c) *As pessoas colectivas de mera utilidade pública que prossigam, exclusiva ou predominantemente, fins científicos ou culturais, de caridade, assistência, beneficência, solidariedade social ou defesa do meio ambiente.”*

No entanto o n.º 3 do referido artigo menciona que:

“*A isenção prevista no n.º 1 não abrange os rendimentos empresariais derivados do exercício das atividades comerciais ou industriais desenvolvidas fora do âmbito dos fins estatutários, bem como os rendimentos de títulos ao portador, não registados nem depositados, nos termos da legislação em vigor, e é condicionada à observância continuada dos seguintes requisitos:*

- a) *Exercício efectivo, a título exclusivo ou predominante, de atividades dirigidas à prossecução dos fins que justificaram o respectivo reconhecimento da qualidade de utilidade pública ou dos fins que justificaram a isenção consoante se trate, respectivamente, de Entidades previstas nas alíneas a) e b) ou na alínea c) do n.º 1;*

- b) *Afectação aos fins referidos na alínea anterior de, pelo menos, 50% do rendimento global líquido que seria sujeito a tributação nos termos gerais, até ao fim do 4.º período de tributação posterior àquele em que tenha sido obtido, salvo em caso de justo impedimento no cumprimento do prazo de afectação, notificado ao director -geral dos impostos, acompanhado da respectiva fundamentação escrita, até ao último dia útil do 1.º mês subsequente ao termo do referido prazo;*
- c) *Inexistência de qualquer interesse directo ou indirecto dos membros dos órgãos estatutários, por si mesmos ou por interposta pessoa, nos resultados da exploração das atividades económicas por elas prosseguidas.”*

Assim, os rendimentos previstos no n.º 3 do art.º 10 encontram-se sujeitos a IRC à taxa de 21% sobre a matéria coletável nos termos do n.º 5 do art.º 87. Acresce ao valor da coleta de IRC apurado, a tributação autónoma sobre os encargos e às taxas previstas no artigo 88º do CIRC.

As declarações fiscais estão sujeitas a revisão e correção, de acordo com a legislação em vigor, durante um período de quatro anos (dez anos para a Segurança Social, até 2000, inclusive, e cinco anos a partir de 2001), exceto quando estejam em curso inspeções, reclamações ou impugnações.

4. Políticas contabilísticas, alterações nas estimativas contabilísticas e erros:

Não se verificaram quaisquer efeitos resultantes de alteração voluntária em políticas contabilísticas.

5. Ativos Fixos Tangíveis

Bens do domínio público

A Entidade não usufrui de “*Ativos Fixos Tangíveis*” do domínio público:

Bens do património histórico, artístico e cultural

A Entidade não usufrui de “*Bens do património, histórico, artístico e cultural*”:

Outros Ativos Fixos Tangíveis

A quantia escriturada bruta, as depreciações acumuladas, a reconciliação da quantia escriturada no início e no fim do período 2025, mostrando as adições, os abates e alienações, as depreciações e outras alterações, foram desenvolvidas de acordo com o seguinte quadro:



Alfonso

[Handwritten signature]

	Saldo em 01-Jan-2025	Adições	Abates	Transferências	Saldo em 31-Dez-2025
Custo					
Edifícios e outras construções	25.085,86				25.085,86
Equipamento Transporte	14.100,00				14.100,00
Equipamento administrativo	49.811,51	447,15			50.258,66
Outros Ativos fixos tangíveis	39.284,91	8.467,92			47.752,83
Total	128.282,28	8.915,07			137.197,35
Depreciações acumuladas					
Edifícios e outras construções	6.461,65	501,71			6.963,36
Equipamento transporte	14.100,00				14.100,00
Equipamento administrativo	49.646,46	349,08			49.995,54
Outros Ativos fixos tangíveis	38.793,21	1.323,40			40.116,61
Total	109.001,32	2.174,19			111.175,51

6. Ativos Intangíveis

A quantia escriturada bruta, as depreciações acumuladas, a reconciliação da quantia escriturada no início e no fim do período 2025, mostrando as adições, os abates e alienações, as depreciações e outras alterações, foram desenvolvidas de acordo com o seguinte quadro:

	Saldo em 01-Jan-2025	Adições	Abates	Transferências	Saldo em 31-Dez-2025
Custo					
Projetos de desenvolvimento					
Programas de computadores	2.925,00				2.925,00
Total	2.925,00				2.925,00
Depreciações acumuladas					
Projetos de desenvolvimento					
Programas de computadores	2.925,00				2.925,00
Total	2.925,00				2.925,00

7. Locações

A Instituição não detém ativos adquiridos com recurso à locação financeira.

8. Custos de Empréstimos Obtidos

Os encargos financeiros relacionados com empréstimos obtidos são reconhecidos como gastos à medida que são incorridos.

9. Inventários

Em 31 de dezembro de 2025 e de 2024 os inventários finais apresentavam os seguintes valores:

Descrição	2025 Inventário final	2024 Inventário final
Mercadorias	0,00	0,00
Matérias-primas, subsidiárias e de consumo	0,00	0,00
Total	0,00	0,00

10. Rédito

Para os períodos de 2025 e 2024 foram reconhecidos os seguintes Réditos:

Descrição	2025	2024
Prestação de Serviços		
Quotas dos utilizadores		
Quotas e Jóias	954,00	312,00
Prestação de serviços-ATL	7.987,00	8.975,00
Rendimentos de patrocinadores e colaborações		
Total	8.941,00	9.287,00

11. Provisões, passivos contingentes e ativos contingentes

Não aplicável.

12. Subsídios do Governo e apoios do Governo

A 31 de Dezembro de 2025 e 2024, a informação relativa aos Subsídios do Governo é a seguinte:

Subsídios do Estado e Outros Entes Públicos	2025	2024
Reconhecidos como <i>Subsídios à exploração</i>		
Segurança Social- ISS,IP(PESSOAS/NORTE2030)	226.772,87	81.292,28
IEFP	19.377,67	29.548,30
Município de Alfândega da Fé	61.820,80	35.000,00
Juntas de freguesia	7.700,00	7.500,00
Total	315.671,34	153.340,58

13. Efeitos de alterações em taxas de câmbio

Não aplicável.

14. Imposto sobre o Rendimento

Não aplicável.

15. Benefícios dos empregados

Os Órgãos Diretivos da Entidade não auferem qualquer remuneração, de acordo com os estatutos e legislação aplicável às IPSS.



Alexandre
Alexandre

O número médio de pessoas ao serviço da Entidade em 31/12/2025 foi de dez funcionários.

Os gastos que a Entidade incorreu com os funcionários foram os seguintes:

Descrição	2025	2024
<u>Gastos com pessoal</u>		
Remunerações	198.037,45	136.650,84
Encargos sobre Remunerações	36.964,50	21.659,14
Seguro acidentes Trabalho	1.959,13	2.470,97
Segurança no trabalho/Formação	359,15	690,00
Total	237.320,23	161.470,95

16. Divulgações exigidas por outros diplomas legais

A Entidade não apresenta dívidas ao Estado em situação de mora, nos termos do Decreto-Lei 534/80, de 7 de Novembro.

Dando cumprimento ao estabelecido no Decreto-Lei 411/91, de 17 de Outubro, informa-se que a situação da Entidade perante a Segurança Social se encontra regularizada, dentro dos prazos legalmente estipulados.

17. Outras Informações

De forma a uma melhor compreensão das restantes demonstrações financeiras, são divulgadas as seguintes informações.

17.1 Investimentos financeiros

Nos períodos de 2025 e 2024, a Entidade detinha os seguintes “ *Investimentos Financeiros*”:

Descrição	2025	2024
Outros Investimentos financeiros		
Fundo de compensação do trabalho (FCT)	361,81	361,81
Total	361,81	361,81

17.2 Cliente e Utentes

Para períodos de 2025 e 2024, a rubrica “ *Clientes e Utentes*” encontra-se desagregada da seguinte forma:

Descrição	2025	2024
Clientes e Utentes c/c		
Clientes	835,00	685,00
Total	835,00	685,00

17.3 Outras contas a receber

A rubrica “*Outras contas a receber*” tinha, em 31 de Dezembro de 2025 e 2024, a seguinte decomposição:

Descrição	2025	2024
Outros Devedores		
Instituto da Segurança Social, IP-PESSOAS/NORTE 2030	686.907,06	675.071,97
I.E.F.P- C.E.I./Estagio/Aluguer sala	7.499,52	13.300,22
Município	35.259,18	10.000,00
Total	729.665,76	698.372,19

17.4 Diferimentos

Em 31 de Dezembro de 2025 e 2024, a rubrica “*Diferimentos*” englobava os seguintes saldos:

Descrição	2025	2024
Gastos a reconhecer		
Seguros	0,00	0,00
Total	0,00	0,00
Rendimentos a reconhecer		
Subsidio a reconhecer- C.E.I./Estagio	7.499,52	13.300,22
Subsidio a reconhecer –/CLDS/GIAV/+ECONOMIA	608.305,79	674.272,87
Total	615.805,31	687.573,09

17.5 Caixa e Depósitos Bancários

A rubrica de “*Caixa e Depósitos Bancários*”, a 31 de Dezembro de 2025 e 2024, encontrava-se com os seguintes saldo:

Descrição	2025	2024
Caixa	3.342,59	3.795,66
Depósitos à ordem	6.185,07	50.437,52
Total	9.527,66	54.233,18

17.6 Fundos Patrimoniais

Nos “*Fundos Patrimoniais*” ocorreram as seguintes variações:

Descrição	Saldo em 01-Jan-2025	Aumentos	Diminuições	Saldo em 31-Dez-2025
Resultados transitados	39.745,40		18.738,09	21.007,31
Outras variações nos fundos patrimoniais (Subs Investimento –/CLDS/GIP/Missão Sorriso)	50.039,71		405,28	49.634,43
Total	89.785,11		19.143,37	70.641,74

17.7 Fornecedores

O saldo da rubrica de “*Fornecedores*”, a 31 de Dezembro de 2025 e 2024, é discriminado da seguinte forma:

Descrição	2025	2024
Fornecedores c/c		
Silvia Rocha	97,50	97,50
Galp Power,SA	-161,88	-161,88
Nuno Fernandes	-212,50	0,00
Tuacar,SA	201,81	0,00
Sónia Escobar	196,00	196,00
Distrialfa,Lda	61,75	0,00
Marisa Joaquina Francisco	1.395,00	0,00
Alfandegatur	126,02	0,00
Ana Sousa & David Correia,Lda	2.214,00	0,00
Persil Noir,Lda	1.230,00	0,00
Total	5.147,70	131,62

17.8 Estado e Outros Entes Públicos

A rubrica de “Estado e outros Entes Públicos” está dividida da seguinte forma:

Descrição	2025	2024
Passivo		
Imposto sobre o Rendimentos das Pessoas Singulares (IRS)	1.966,35	1.032,00
I.V.A	0,00	51,52
Segurança Social	9.533,26	3.572,75
Total	11.499,61	4.656,27

17.9 Outras Contas a Pagar

A rubrica “Outras contas a pagar” desdobra-se da seguinte forma:

Descrição	2025		2024	
	Não Corrente	Corrente	Não Corrente	Corrente
Outros credores	0,00	0,00	0,00	0,00
Remunerações a pagar	0,00	12.723,04	0,00	9.525,14
Total	0,00	12.723,04	0,00	9.525,14

17.10 Subsídios, doações e legados à exploração

A Entidade reconheceu, nos períodos de 2025 e 2024 os seguintes subsídios, doações, heranças e legados:

Descrição	2025	2024
Subsídios do Estado e Outros Entes Públicos	315.671,34	153.340,58
Instituto Seg. Social. IP – Proj. PESSOAS -CLDS	107.931,24	13.543,07
Instituto Seg. Social. IP – Proj. NORTE 2030-+Economia	19.550,83	0,00
Instituto Seg. Social. IP – Proj. PESSOAS-GIAV	99.290,80	49.217,87
Instituto Seg. Social. IP – Proj. POISE-CIG	0,00	18.531,34
I.E.F.P. – Estágio Emprego	6.370,92	7.358,40
I.E.F.P. - Contrato Emp. Inserção	13.006,75	22.189,90
Juntas de Freguesia	7.700,00	7.500,00
Município Alfândega da Fé	50.000,00	35.000,00
Município Alfândega da Fé-Proj +Economia	11.820,80	0,00
Subsídios de outras entidades		
Donativos	9.980,10	14.583,79

Diversos	9.980,10	14.583,79
Total	325.651,44	167.924,37

17.11 Fornecimentos e serviços externos

A repartição dos “Fornecimentos e serviços externos” nos períodos findos em 31 de Dezembro de 2025 e de 2024, foi a seguinte:

Descrição	2025	2024
<i>Fornecimentos e serviços externos</i>		
Trabalhos Especializados	6.342,76	418,20
Honorários	7.960,02	9.841,49
Publicidade e propaganda	186,96	236,00
Conservação e reparação	620,37	901,95
Ferramentas e Utensílios	3.710,13	2.689,26
Serviços bancários (Comissões)	1.372,38	1.463,71
Material de Escritório	4.118,52	1.023,12
Comunicações	2.369,27	2.030,34
Artigos Limpeza hig.	214,88	353,20
Água	189,59	165,83
Eletricidade	4.245,69	3.308,56
Combustíveis	894,45	1.138,31
Deslocações e Estadas	1.515,67	1.245,33
Seguros	2.430,85	1.862,26
Rendas e alugueres	2.782,32	2.782,32
Despesas ClDs(Calendario Senior/Aldeia Natal)	9.549,63	201,63
Despesas ATL	770,21	378,15
Outros	1.055,48	141,21
Total	50.329,18	30.180,87

17.12 Outros rendimentos e ganhos

A rubrica de “Outros rendimentos e ganhos” encontra-se dividida da seguinte forma:

Descrição	2025	2024
Descontos de pronto pagamento obtidos		
Outros rendimentos e ganhos	0,00	0,00
Correções exercícios anteriores	231,74	18,17
Aluguer sala para formação	1.776,00	1.952,00
<i>Subsídios ao Investimento</i>		
Imputação de Subsídios a Investimentos-CLDS	395,53	395,53
Imputação de Subsídios a Investimentos-GIP	9,75	9,75
Total	2.413,02	2.375,45

17.13 Outros gastos e perdas

A rubrica de “Outros gastos e perdas” encontra-se dividida da seguinte forma:



Descrição	2025	2024
Outros Gastos e Perdas		
Imposto selo viatura/Taxas	0,00	0,00
Correções exercicios anteriores	943,21	1.978,36
Despesas nao devidamente documentadas	53,98	0,00
Insuficiência de estimativa para impostos	0,00	0,00
Multas e Outras Penalidades	0,00	0,00
Donativos	4.005,00	3.745,01
Quotizações	85,00	60,00
Total	5.087,19	5.783,37

17.14 Resultados financeiros

Nos períodos de 2025 e 2024 foram reconhecidos os seguintes gastos e rendimentos relacionados com juros e similares:

Descrição	2025	2024
Juros e gastos similares suportados		
Juros suportados	0,00	58,89
Outros gastos e perdas de financiamento	0,00	0,00
Total	58,89	58,89
Juros e rendimentos similares obtidos		
Juros obtidos		
Outros rendimentos similares		
Total	0,00	0,00
Resultados financeiros	0,00	-58,89

17.15 Acontecimentos após data de Balanço

Não são conhecidos à data quaisquer eventos subsequentes, com impacto significativo nas Demonstrações Financeiras de 31 de Dezembro de 2025.

Após o encerramento do período, e até à elaboração do presente anexo, não se registaram outros factos suscetíveis de modificar a situação relevada nas contas.

Alfândega da Fé, 27 de março de 2026.

O Contabilista Certificado

Assinado por: **Sónia de Jesus Pires Escobar Cortinhas**
Num. de Identificação: 11387426
Data: 2026.03.24 01:30:15+00'00'

A Direção

Ana Alexandra Amor Ribeiro
João Manuel Borges Ribeiro
A.T. João
Ana Catarina Ramos Teixeira
Alexandra Manuel Rosgado Sarinho
Alexandra Margarida Simões Araújo Costa
[Assinatura]



Alexandre C.



RELATÓRIO E PARECER DO CONSELHO FISCAL



RELATÓRIO E PARECER DO CONSELHO FISCAL

Senhores Associados,

O Conselho Fiscal da “**Liga dos Amigos do Centro de Saúde de Alfândega da Fé**”, depois de analisar atentamente o relatório de gestão elaborado pela Direção e as contas da Liga, as quais compreendem o Balanço, Demonstração dos Resultados e Anexo em 31 de Dezembro de 2025, vem submeter à vossa apreciação o seu parecer.

Nesta conformidade, este Conselho considera que os documentos acima referidos permitem no seu conjunto, uma boa compreensão da situação financeira da Liga em 31 de Dezembro de 2025 e dos seus resultados no período então findo, satisfazendo também as disposições legais e estatutárias aplicáveis.

Assim, o Conselho Fiscal é de parecer que:

- a) Sejam aprovados o Relatório de Gestão e as contas referentes ao exercício de 2025;
- b) Seja aprovada a proposta de aplicação de resultados contida no Relatório de Gestão;
- c) Seja depositada total confiança na Direção da Liga.

Alfândega da Fé, 27 de março de 2026

O Conselho Fiscal:

Petronio Aguiar Mesquita e Póh

Júlia Dora Batista Soares

Ana Maria Ribeiro Pereira