



Relatório de Atividades e Contas 2025

Associação Mãe das Raízes — Organização privada sem fins lucrativos dedicada ao desenvolvimento integral e à saúde socioemocional.

NIPC: 516 937 855 | Rua do Paço, n.º 374, Bustelo, Penafiel

Um Ano de Consolidação e Crescimento

O ano de 2025 marcou a consolidação nacional do **Projeto Desafiar Limites**, reunindo jovens com percursos distintos num contexto seguro, estruturado e acolhedor. Cada participante teve oportunidade de trabalhar competências socioemocionais, beneficiando da riqueza que nasce do encontro entre histórias, ritmos e necessidades diferentes.

Com processos internos mais robustos e reforço de parcerias institucionais, 2025 tornou-se um ano de maturidade — preparando a Associação para um ciclo de expansão e impacto ainda maior.





📅 2025

O Ano do Projeto Desafiar Limites



7 Campos Intensivos

Realizados entre maio e agosto, proporcionando experiências imersivas de desenvolvimento pessoal e regulação emocional.



Saúde Socioemocional

Reforço da intervenção especializada com articulação direta entre hospitais, escolas e equipas técnicas.



Maturidade Institucional

Consolidação de processos, parcerias e capacidade organizacional para expansão futura sustentável.

Missão, Visão e Valores

Missão

Promover o desenvolvimento integral do ser humano através de vivências de capacitação, fortalecendo a saúde socioemocional e mental, estimulando a reflexão crítica e sustentando uma forma de vida mais equilibrada e em harmonia com a natureza.



Amor



Colaboração

Visão

Ser uma organização de seres humanos livres e responsáveis, que vivem em harmonia consigo próprios, com os outros e com a Natureza.



Responsabilidade



Criatividade

Modelo de Atuação: 4 Pilares de Intervenção

Educação Integral

Fortalecimento de competências sociais, emocionais e relacionais através de metodologias ativas e participativas que promovem o crescimento pessoal.

Saúde e Bem-Estar

Criação de contextos seguros e acolhedores para regulação emocional, com destaque para o Projeto Desafiar Limites e acompanhamento especializado.

Expressão e Criatividade

Uso da arte — música, teatro, movimento — como força transformadora para exploração identitária e expressão autêntica de emoções.

Ecologia e Sustentabilidade

Promoção da ligação profunda à Natureza através de práticas ecológicas, atividades ao ar livre e consciência ambiental.

Projeto Desafiar Limites: Resultados Chave

7

Campos Imersivos

Entre residenciais e fins de semana, proporcionando experiências transformadoras

100+

Jovens Apoiados

Participantes com percursos diversos e necessidades específicas

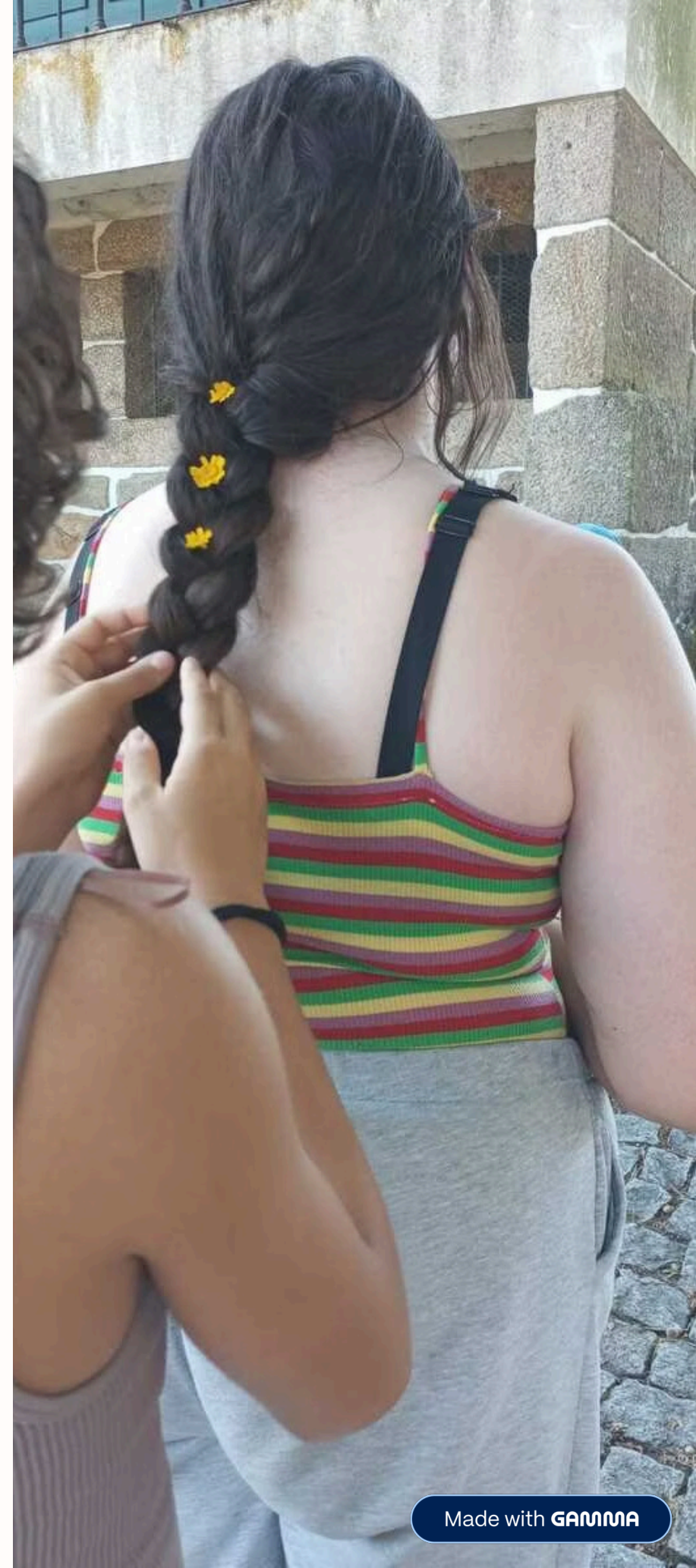
100%

Financiamento

Assegurado por donativo da Associação Coração JAP

Eixos de Trabalho

- **Regulação emocional** — Ferramentas para gestão de emoções e stress
- **Autonomia** — Desenvolvimento de competências de vida independente
- **Competências sociais** — Relacionamento interpessoal e trabalho em equipa
- **Ligação à natureza** — Reconexão com o meio ambiente natural



Demonstrações Financeiras 2025

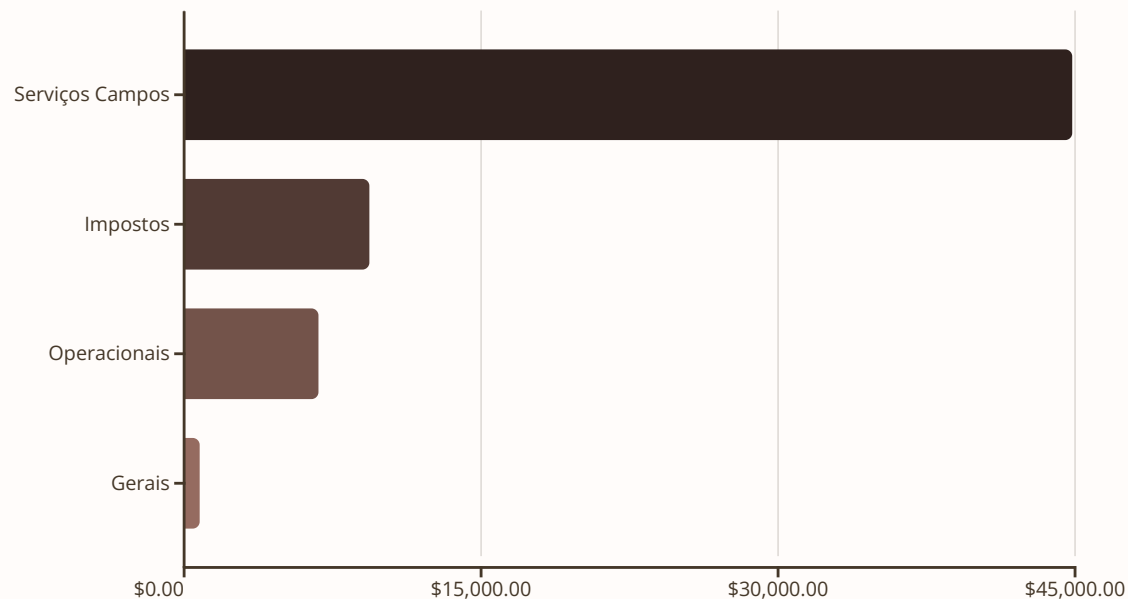
Receitas



■ Donativos ■ Apoios ■ Quotas

Total: 72.703€ — Quase a totalidade (99%) provém do mecenato social da Associação Coração JAP.

Despesas



Total: 61.843€ — Investimento prioritário (72,6%) em honorários e serviços técnicos para qualidade do Projeto.

Resultado do Exercício e Situação Financeira

Receitas

72.703

€

Despesas

61.843

€

Resultado

+10.86

0€

Saldo Bancário

11.611€

Dívidas Pendentes

0€

Ativos Imobilizados

0€

Fundos Próprios

11.611€

A Associação encerra 2025 com uma situação financeira saudável, sem dívidas pendentes e com fundos disponíveis para investimento futuro.

Perspetivas para 2026



Acompanhamento Pós-Campo

Aprofundamento do apoio aos jovens após experiências imersivas, garantindo continuidade do desenvolvimento.



Continuidade dos Campos

Manutenção e expansão dos campos imersivos, consolidando o modelo de intervenção de sucesso.



Formação de Monitores

Capacitação de novos monitores para garantir qualidade e expandir a equipa técnica especializada.

Expansão Comunitária

Desenvolvimento de iniciativas específicas para famílias e escolas, alargando o raio de impacto positivo na comunidade.

Sustentabilidade Institucional

Reforço da estrutura financeira, diversificação de fontes de financiamento e consolidação organizacional.

"2025 consolidou o modelo. 2026 será o ano da expansão responsável e do impacto alargado — mantendo sempre a qualidade e os valores que nos definem."

