



RELATÓRIO DE ATIVIDADES e CONTAS DA PRESSLEY RIDGE EM 2025

Pressley Ridge
Associação de Solidariedade Social
Av. Fernando Lopes Graça 7 B, Casal da Mira
2650-439 Amadora
www.pressleyridge.pt
Tel. 214934268 | email. contacto@pressleyridge.pt

Contactos

Conteúdos

	Sumário Executivo	3
1.	Quem somos?	4
	1.1. Missão	
	1.2. Visão	
	1.3. Valores	
2.	Qual o problema onde atuamos?	5
	2.1. A árvore do problema	5
3.	O que fazemos?	6
	3.1. Modelo de Transformação da Pressley Ridge	6
	3.2. Descrição dos programas por eixo de intervenção e atividades	6
	3.2.1. Os números	7
	3.2.2. Dados demográficos	7
	3.2.3. Intervenção com crianças e jovens em situação de vulnerabilidade	8
	3.2.4. Preservação & Reunificação familiar	13
	3.2.5. Formação	18
	3.2.6. Eventos	23
4.	Impacto	24
	4.1. Histórias de sucesso	
5.	Resultados financeiros	28
	5.1. Proveitos	
	5.2. Custos	
6.	A equipa	29
	6.1. Órgãos Sociais	
	6.2. A nossa equipa	
7.	Parcerias	30
8.	Anexos	32

Sumário executivo

Em 2025, a Pressley Ridge teve o privilégio de trabalhar no território nacional com 640 crianças e jovens e 262 famílias, com um total de 4 programas nos Concelhos da Amadora, Cascais, Lisboa e Almada.

Mantivemos resultados com impacto positivo no aumento das competências sócio emocionais, comportamento pró-social e autonomização das famílias.

Contámos com 41 colaboradores - 18 a tempo inteiro, 4 a tempo parcial e 3 voluntários regulares -, e integrámos ainda 16 estagiários.

Todo este trabalho não seria possível sem a dedicação da equipa da Pressley Ridge, o comprometimento dos parceiros, e dos que acreditam no nosso trabalho. A todos, deixamos o nosso profundo agradecimento por estarem connosco nesta missão de transformar vidas.

A Direção da Pressley Ridge

1. Quem somos?

A Pressley Ridge é uma Instituição Particular de Solidariedade Social de reconhecida utilidade pública (registo nº 31/2010). Foi fundada nos EUA em 1832 enquanto organização não governamental sem fins lucrativos.

A Pressley Ridge está presente no território nacional há cerca de 36 anos (desde 1988). Iniciou o seu trabalho na área da formação para profissionais, ensino superior (pós-graduação e mestrados) e consultoria a organizações governamentais e não governamentais portuguesas, contribuindo para influenciar modelos, práticas e legislação nas áreas da proteção e justiça juvenil. A partir de 2000, iniciou a implementação de programas de prevenção seletiva junto de crianças e jovens em comunidades vulneráveis e em 2008 lançou o serviço de preservação e reunificação familiar. Em 2010 constituiu-se enquanto IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social). Em 2015 contratualizou um protocolo de cooperação com o ISS (Instituto da Segurança Social) para a implementação de uma resposta social – CAFAP (Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental).

Ao longo dos anos, a Pressley Ridge foi atualizando e renovando os serviços de formação e supervisão para profissionais que trabalham com crianças, jovens e famílias vulneráveis, enquadrando toda esta oferta na Academia Pressley Ridge.

1.1. Visão

Todas as crianças prosperam.

1.2. Missão

Tudo o que for necessário para criar o sucesso junto de crianças e famílias.

1.3. Valores

- O idealismo é imperativo.
- As relações interpessoais são fundamentais
- É essencial divertirmo-nos
- A reeducação é a nossa fundação
- Lutamos pela qualidade – nada menos do que o melhor
- Somos todos professores... e somos todos aprendizes.

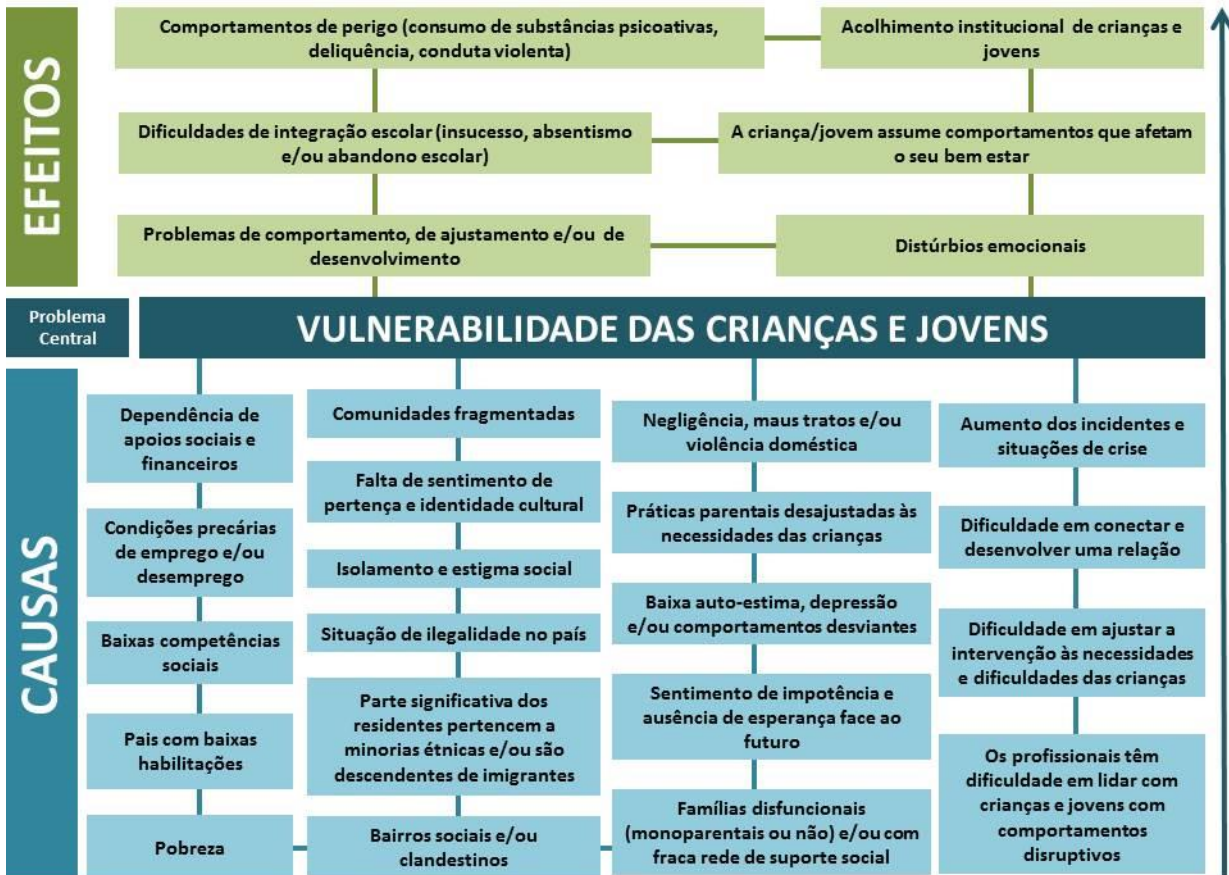
2. Qual o problema onde atuamos?

O **principal problema** que queremos resolver é a **situação de vulnerabilidade de crianças e jovens**, que por algum motivo não conseguem ter as suas necessidades de desenvolvimento satisfeitas, por manifestarem problemas de comportamento, ajustamento e/ou desenvolvimento. A maior parte destas crianças e jovens, já foi intervencionada ao longo de vários anos sem sucesso e/ou as intervenções disponíveis no sistema não conseguiram ser eficazes.

2.1. A árvore do problema

No quadro em baixo, ilustramos de uma forma resumida a “árvore do problema”, que decorre da análise da sua anatomia – a vulnerabilidade das crianças e jovens, ajudando-nos a compreender as principais causas e efeitos. Tivemos em conta os territórios e as populações com quem a Pressley Ridge tem atuado ao longo dos últimos 20 anos (principalmente o Concelho da Amadora).

Quadro 1 – Árvore do problema



Descrevemos de seguida alguns dados que reforçam a pertinência do problema que queremos resolver.

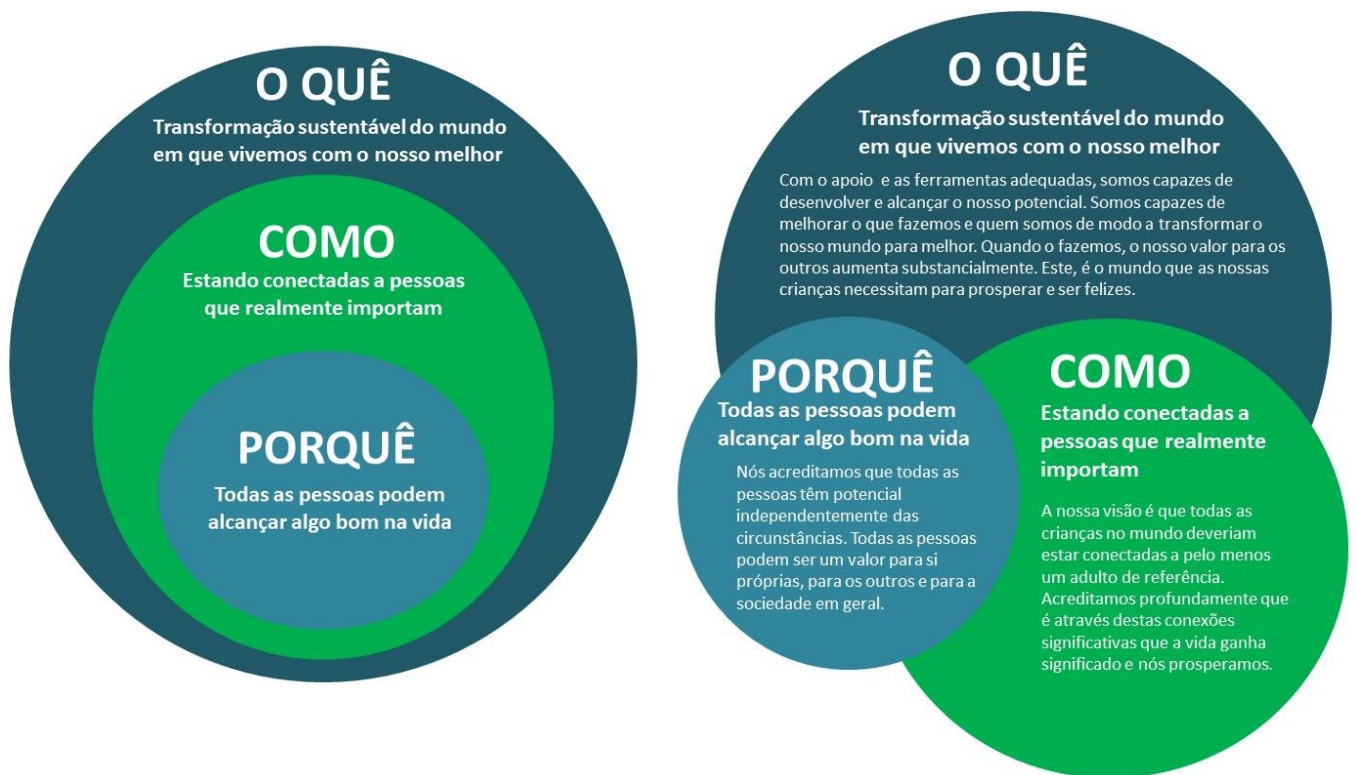
3. O que fazemos?

Desenhamos programas à medida, focados em todos os domínios da vida das crianças e jovens que incluem a intervenção junto das crianças e jovens, famílias, comunidade e profissionais.

3.1. Modelo de Transformação da Pressley Ridge

Qual o nosso modelo de transformação?

Quadro 2 – Modelo de transformação da Pressley Ridge



3.2. Descrição dos programas por eixo de intervenção e atividades

Os eixos de intervenção e as atividades da Pressley Ridge em 2025, incluíram:

- 1 – Intervenção com crianças e jovens em situação de vulnerabilidade;
- 2 – Preservação e reunificação familiar;
- 3 – Formação;
- 4 – Eventos.

3.2.1. Os números

Em 2025, a presença da Pressley Ridge em Portugal, possibilitou o acompanhamento regular de **640 crianças e jovens** e **262 famílias** nos **Concelhos da Amadora, Cascais, Lisboa e Almada**.

Relativamente aos colaboradores, a Pressley Ridge contou com 41 colaboradores - 18 a tempo inteiro, 4 a tempo parcial e 3 voluntários regulares -, e integrámos ainda 16 estagiários.

3.2.2. Dados demográficos

O quadro em baixo apresenta os dados demográficos relativos às crianças e jovens com quem intervimos diretamente e de forma regular em 2025. A distribuição por géneros é relativamente equilibrada. A maioria das crianças e jovens intervencionados fazem parte dos escalões etários dos 7-12 anos e dos 13-17 anos de idade.

Quadro 3 – dados demográficos relativos às crianças e jovens

GÉNERO		IDADE	
Raparigas	50,2%	Até 6 anos	7%
		7-12 anos	60%
Rapazes	49,8%	13-17 anos	26%
		Mais de 18	7%

Em relação à distribuição das crianças e jovens com quem trabalhamos por programa, as intervenções no concelho da Amadora foram as mais representativas em termos percentuais (66%) tendo sido o território que beneficiou de um maior número de crianças e jovens acompanhados pela Pressley Ridge.

Quadro 4 – percentagem de crianças e jovens acompanhados por programa

Programa	CoolBrave	CAFAP	Surf.ART	Be.Live	TOTAL
Nº de crianças/jovens	229	145	218	48	640
Percentagem	36%	23%	34%	7%	100%

3.2.3. Intervenção com crianças e jovens em situação de vulnerabilidade

Relativamente a este eixo de intervenção, dinamizámos 3 programas, 2 no Concelho da Amadora e 1 em Cascais, Lisboa e Almada, respetivamente: CoolBrave, Be.Live, e Surf.ART.

CoolBrave – Despert'ARTE – E9G

8

Concelho da Amadora – Freguesia de Águas Livres - Bairro da Estrada Militar do Alto da Damaia e Reboleira

Objetivos: O CoolBrave – Despert'ARTE – E9G, é um projeto que tem como foco a promoção do crescimento individual e do autoconhecimento de crianças e jovens (C/J), através do treino de competências de vida, capacitando-os para as mudanças pessoais e sociais, procurando semear valores para o respeito na relação com os outros e com o mundo, promovendo a sua participação ativa na comunidade e na abertura a outros grupos socioculturais.

O tema da mudança e a capacidade de adaptação será transversal a todas as atividades, uma vez que nesta geração, a comunidade do BEMAD que foi intervencionada desde 2004 pela PR irá sofrer a perda do espaço no bairro onde usufruíam das diversas atividades do projeto, até aqui.

O desenvolvimento do seu auto-conceito vai permitir a cada jovem descobrir os seus pontos fortes, e consequentemente a acreditar mais no seu potencial.

Para promover um maior comprometimento, sentimento de pertença, e respeito, definimos com os participantes 5 regras de participação, que são transversais a todas as atividades do programa:

- 1) Respeitar os colegas e os REP's*
- 2) Estar disponível para aprender
- 3) Guardar os pés e as mãos para mim**
- 4) Dar e aceitar o feedback
- 5) Respeitar o momento da reflexão e da partilha

*Reeducadores Psicossociais – denominação que usamos para identificar os técnicos que trabalham diretamente com as crianças, jovens e famílias, cuja intervenção se baseia nos princípios da Reeducação de Nicholas Hobbs.

**Regra que relembra a importância do respeito pelo outro e a necessidade do nosso autocontrolo para também podermos ser respeitados.

Destinatários: 165 crianças e jovens (entre os 6 e os 25 anos) residentes no Bairro da Estrada Militar do Alto da Damaia e Reboleira.

Parceiros formais: Câmara Municipal da Amadora; Junta de Freguesia de Águas Livres; Agrupamento de Escolas Dr. Azevedo Neves; Comissão de Proteção de Crianças e Jovens da Amadora; Associação para a Igualdade AEQUALITAS; Escola EB 2,3 Dr. Correia Alexandre; Damaia Ginásio Clube; DGRSP; Clube de Futebol Estrela da Amadora.

Parceiros informais: PSP, ASFAC, NIJ, KASA, Motel X.

Promotor: Programa Escolhas 9ª Geração - IPDJ.

<https://www.facebook.com/BRAVE.E9G/> - página do facebook do Cool.BRAVE-E9G

RESULTADOS

No ano de 2025, o CoolBRAVE.E9G tem para destacar mais uma participação no MotelX com uma curta-

metragem sobre os medos reais que foi escrita e realizada pelo grupo de crianças e jovens. Contámos com a presença de três jovens do secundário no júri.

Voltámos a estar presentes no Clube Escolhas e no Torneio Rui Costa com as nossas equipas de futsal e também participámos na Corrida New Generation EDP. Também tivemos aulas de Ténis no Clube de Ténis da Amadora; aulas de Paddel na Cidade Universitária.

A nível das artes, mantivemos a parceria com a Quorum Academy, desenvolvendo uma aula semanal de dança contemporânea para um grupo de 13 jovens.

Solidificámos a parceria com o Agrupamento de Escolas Pioneiros da Aviação iniciando o ano letivo com um programa anual de treino de competências pessoais e sociais com 3 turmas na Escola Roque Gameiro.

Mais uma vez fizemos a entrega de mais de 50 Cabazes de Natal com algumas empresas a apoiar: Holmes Place Tejo; Silvex; Cabot financial, e pessoas individuais que realizaram donativos em dinheiro e géneros.

Assim, globalmente, a participação nas atividades do Projeto foi amplamente consistente, positiva, gratificante, demonstrando o forte envolvimento de participantes diretos e indiretos bem como o sucesso das estratégias implementadas pela equipa. Os objetivos definidos foram plenamente alcançados, destacando-se a adesão expressiva de participantes indiretos crianças e jovens, cuja presença regular e compromisso constante demonstram um elevado grau de interesse, fidelização e identificação com o projeto, o que, de certo modo, também, permite a vontade de estar dos participantes diretos.

Tanto os participantes diretos como indiretos mostraram-se disponíveis, colaborativos e muito participativos em todas as atividades, assumindo frequentemente papéis ativos na organização e execução das mesmas: o grupo da faixa etária 17-21 anos ajuda os mais pequenos na realização de TPC, acompanha a equipa sempre que é necessário ganhando um papel de madrinha/padrinho, preparam o lanche com o apoio de alguém das faixas etárias mais novas. Esta postura de corresponsabilidade reforçou o sentimento de pertença e a confiança mútua entre crianças e jovens, equipa técnica e estagiários, consolidando o projeto como um espaço de referência, seguro e valorizado no território.

Relativamente a familiares de participantes, a participação é mais discreta, mas relevante. Muitas mães e encarregados de educação mantêm contacto frequente com a equipa, por telefone, para acompanhar o percurso das crianças e jovens e definir estratégias conjuntas de apoio, o reforça a confiança e a comunicação entre o projeto e as famílias e faz com que as crianças e jovens percebam que há uma articulação entre a equipa e as suas famílias revelando um compromisso conjunto pelo seu bem-estar

Projeto SURF.ART – Atreve-te. Realiza-te. Transforma-te **(desde Setembro 2013)**

Concelhos de Cascais, Amadora, Lisboa e Almada

Objetivos: O SURF.ART é uma iniciativa social que envolve ativamente crianças e jovens na prática desportiva do Surf e no contacto com a Natureza utilizando uma abordagem ecológica, para que aprendam a aceitar a responsabilidade pelo seu comportamento e decisões pessoais, a lidar com desafios individuais e familiares e a investirem no seu próprio futuro. Em setembro de 2011 realizámos uma candidatura ao II Bootcamp do Instituto de Empreendedorismo Social (IES) powered by INSEAD, desenvolvemos o conceito e desenhámos a iniciativa, e fomos uma das ideias finalistas, tendo recebido mentoria por parte do IES. O projeto piloto arrancou em 2013 através da parceria com a Câmara Municipal de Cascais, a qual nos tem vindo a apoiar até hoje. Acreditamos que todas as crianças e jovens têm potencial e o SURF e o contacto com a Natureza permitem aumentar a sua resiliência e conquistar maior bem-estar e sucesso nas suas vidas.

A problemática do Surf.ART aborda crianças e jovens inseridas em bairros com perspetivas desfavoráveis sobre a vida. São contextos pouco estimuladores e construtivos onde estão presentes vários fatores de risco.

O Surf.ART foi financiado pelo BPI la Caixa – Prémio BPI Infância durante 3 anos consecutivos, desde 2020.

O apoio financeiro dos prémios BPI Infância nestes três anos letivos permitiu a continuidade e o fortalecimento do projeto, aumentando a capacidade de resposta, garantindo uma equipa com mais recursos humanos, alargando assim a nossa intervenção a mais crianças e jovens de novos agrupamentos de escolas.

Este crescimento e consolidação promoveu a parceria e relação de confiança entre a Pressley Ridge e a Câmara Municipal de Cascais, colaboração esta que nos permitiu estender a intervenção a todo o território de Cascais, estando agora em todos os agrupamentos escolares.

A Câmara Municipal de Almada apostou no segundo ano de intervenção do SurfART no município, procurando oportunidades de alargamento no território.

Destinatários: 160 crianças (7-14 anos) e suas famílias.

Duração: por ano letivo (cerca de 11 meses)

Parceiros: Câmara Municipal de Cascais; BPI & Fundação la Caixa; Câmara Municipal de Almada; Junta de Freguesia Carcavelos Parede; Junta de Freguesia da Falagueira Venda Nova; PwC Portugal; APPDA; CCRQL; e muitos outros parceiros operacionais.

Página do facebook do projeto: <https://www.facebook.com/ProjetoSurfart/>

Vídeos do projeto:

Reportagem SportTV - <https://vimeo.com/130560345>

Curta metragem Surf.ART - <https://vimeo.com/79908765>

Filme de animação Surf.ART - <https://vimeo.com/54281381>

Filme oficial – primeiro dia - <https://vimeo.com/60789624>

RESULTADOS

Os dados que se seguem referem-se à intervenção efetuada com os grupos de crianças e jovens de Cascais e Almada no ano letivo 2024/2025.

As regras mais cumpridas pelas C/J durante as sessões foram: Estar presente, Aceitar o feedback e Estar disponível para aprender. Isso reforça o sentimento de pertença, o ambiente de segurança criado dentro do grupo para que a aprendizagem ocorra através do brincar e a disponibilidade para aceitar as opiniões dos outros.

Este padrão mantém-se quando observamos os grupos de forma separada, porém, com variações nas regras Guardar as mãos e os pés para mim e Respeitar os colegas e professores.

Analisando a relação das presenças com os dados de avaliação preenchidos pelas C/J (ICC, LOT-R, IDPJ), com uma presença igual ou superior a 75% demonstraram:

- Uma tendência positiva no Sentimento de Pertença e mudanças significativas no otimismo e comportamento pró-social.

A avaliação da equipa técnica para este grupo de C/J indicou uma redução significativa nos:

- Sintomas Emocionais e nas Dificuldades Gerais.

Na avaliação dos professores, verificaram-se melhorias significativas em:

- Hiperatividade
- Problemas Relacionais
- Dificuldades Gerais

Na avaliação dos pais, observou-se uma estabilidade global, com melhorias pontuais ao nível do comportamento pró-social.

Entre aqueles com presença igual ou superior a 85%, houve impacto mais significativo na Regulação Emocional e uma tendência positiva na inclusão Social.

A análise estatística t-test para amostras emparelhadas dos SDQs revelou alterações significativas em:

- Comportamento Pró-Social
- Sintomas emocionais
- Dificuldades Gerais

Foram também observadas tendências negativas (diminuição) em:

- Problemas de Comportamento

A correlação entre os diferentes instrumentos (SDQ, LOT-R, ICC e YES 2.0) revelou associações consistentes entre:

- Aumento do comportamento pró-social
- Melhoria da regulação emocional
- Redução das dificuldades comportamentais

Os resultados do LOT-R indicaram um aumento do otimismo, sugerindo uma maior expectativa positiva face ao futuro e maior confiança pessoal.

Relativamente ao ICC, embora sem diferenças estatisticamente significativas, observaram-se tendências positivas nas dimensões de pertença, mestria e independência.

Na escala YES 2.0, os participantes reportaram experiências positivas sobretudo ao nível do esforço, feedback, relação com o grupo e integração na família, sendo baixos os níveis de stress, exclusão social e influência negativa dos pares.

Com uma assiduidade média de 82%, percebeu-se uma alta fidelidade na implementação do projeto, indicando que os resultados obtidos refletem o impacto real da metodologia aplicada.

O cumprimento das regras de Estar presente, aceitar o Feedback e Estar disponível para aprender nas sessões, criou um ambiente seguro e de pertença, promovendo o autoconhecimento e a interação positiva entre os participantes. Isso impactou o desenvolvimento do autocontrolo, a regulação emocional e a redução de problemas de comportamento.

A melhoria na compreensão dos próprios sentimentos permitiu uma redução dos sintomas emocionais e comportamentais, fortalecendo a capacidade de regulação emocional e diminuindo a vulnerabilidade a problemas psicológicos.

Estes resultados reforçam a importância de desenvolver a inteligência emocional das C/J, ajustando as intervenções às necessidades específicas de cada grupo. Observou-se uma melhoria no bem-estar social e no conhecimento interno, refletindo-se positivamente no dia a dia, tanto emocional como comportamental.

Resumindo, a avaliação confirma a adequação da metodologia como ferramenta eficaz de avaliação e intervenção na regulação emocional, ampliando a compreensão das dificuldades emocionais na infância e adolescência.

OUTPUTS

	Cascais	Costa	Total
Sessões de terapia individual	218	-	218
Nº de grupos	12	5	17
Beneficiários diretos	133	97	218
Beneficiários indiretos	532	340	872

Sessões em praia	153	39	192
Sessões em escola	25	22	47
Atividades extra	36	3	39
Supervisão	12		12
Reuniões de professores	7	2	9
Reuniões de pais	9	8	17
Outras reuniões (parceiros)	22	10	32
Reuniões de equipa	42		42

Be.Live – cria a tua mudança

Concelho da Amadora

Objetivo: combater a falta de oportunidades de crescimento e valorização pessoal das crianças e jovens que têm processos de promoção e proteção.

O Be.Live – Cria a tua mudança surge da necessidade de criar uma resposta de promoção da resiliência de crianças e jovens (C/J) em situação de vulnerabilidade familiar, e por isso, as suas famílias são acompanhadas por um CAFAP - Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental.

O nosso CAFAP visa a capacitação das famílias ao dotá-las de ferramentas para responder eficazmente às necessidades dos seus filhos, evitando que os mesmos sejam acolhidos.

Contudo, o trabalho individualizado com as C/J não tem sido suficiente para as fortalecer e as ajudar a lidar com a escassez de recursos a nível da educação e saúde (física; mental). Este ciclo de pobreza intensifica a desigualdade de oportunidades, reduzindo a possibilidade destas C/J prosperarem.

Todas as crianças têm o direito a relações de confiança. Por isso, a nossa primeira prioridade é desenvolver relações próximas entre a criança e as suas redes na família e comunidade. Pretendemos que as crianças comecem a confiar em si próprias, nos outros e em novas formas de suporte, fazendo escolhas positivas e trabalhando o seu projeto de vida.

Este projeto foi lançado através do apoio do Prémio Caixa Social 2019 (2ª Edição), e atualmente é apoiado pela empresa KREST no âmbito da sua Responsabilidade Social Corporativa.

Destinatários: 60 crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 18 anos, cujas famílias sejam acompanhadas pelo nosso CAFAP, ou que estejam em Acolhimento residencial.

Apoio: KREST (Responsabilidade Social Corporativa)

RESULTADOS

No decorrer do ano de 2025, o projeto Be.Live deu continuidade às sessões individuais com alguns dos jovens acompanhados no ano anterior, encaminhados pelo CAFAP da associação, pelo projeto Cool.BRAVE, pelo Núcleo de Infância e Juventude da Amadora (NIJ) e por diversas escolas na zona da Amadora.

O Be.Live tem como um dos seus principais objetivos a promoção do bem-estar geral dos jovens e o desenvolvimento da sua flexibilidade psicológica, entendida como a capacidade de lidar, aceitar e ajustar-se a situações desafiadoras, respondendo de forma funcional e alinhada com os seus valores pessoais. As sessões mantiveram-se estruturadas segundo o modelo da Terapia da Aceitação e

Compromisso (ACT), complementado por outras abordagens cognitivas, bem como por metodologias assentes na arte e criatividade, adaptadas às dificuldades e necessidades de cada jovem.

Com a permanência da nova colaboradora, agora psicóloga efetiva da Ordem dos Psicólogos Portugueses, e com a continuidade da integração de uma estagiária curricular de Mestrado, foi possível a ampliação do número de vagas no projeto, possibilitando o acompanhamento psicológico de um maior número de crianças e jovens. No total e entre os 3 elementos, o projeto Be.Live, ao nível das sessões individuais, conseguiu chegar a 25 jovens.

Além do acompanhamento individual, em 2025 foram implementadas atividades em grupo em parceria com o projeto Cool.BRAVE. No âmbito desta colaboração, foram dinamizadas seis sessões de grupo, num total de 12 horas, destinadas a promover o autoconhecimento e a relação interpessoal, a comunicação, a resolução de problemas, a liderança e a flexibilidade psicológica, bem como a estimular a reflexão sobre pensamentos, emoções, valores, objetivos e ações. Nestas sessões de grupo, foi possível integrar 23 jovens.

Importa destacar que a permanência da anterior estagiária profissional foi novamente viabilizada graças ao apoio financeiro da KREST, cujo contributo foi essencial para o fortalecimento da intervenção do projeto.

Por fim, com a permanência desta colaboradora e da estagiária curricular, foi possível retomar e concretizar ideias anteriormente delineadas, dando continuidade ao desenvolvimento de um baralho de cartas para adultos e um jogo de tabuleiro para jovens. Este novo projeto visa não apenas expandir a intervenção do Be.Live à comunidade em geral, mas também contribuir para a angariação de fundos que assegurem a continuidade e crescimento do projeto.

3.2.4. Preservação & Reunificação familiar

CAFAP – Centro de Apoio Familiar e Aconselhamento Parental

(desde Abril de 2015)

Concelho da Amadora

Objetivo: Trata-se de um serviço de apoio especializado às famílias com crianças e jovens, tendo como finalidade a prevenção e reparação de situações de risco psicossocial através do desenvolvimento de competências parentais, pessoais e sociais das famílias, partindo sempre dos seus pontos fortes e visando uma parentalidade positiva.

Este serviço resulta de um acordo de cooperação, celebrado em Abril de 2015, com o Instituto da Segurança Social para o acompanhamento de 80 famílias em risco psicossocial no município da Amadora, no entanto foi revisto em 2017 para 76 famílias - 70 na modalidade de Preservação Familiar (PF) e 6 em Reunificação Familiar (RF).

Destinatários: 76 famílias residentes no município da Amadora

Apoio: Instituto da Segurança Social, IP

O CAFAP teve como base a experiência adquirida no **Nova_Mente** - um projeto piloto de 3 anos de preservação familiar e formação parental no Concelho da Amadora, financiado pela Fundação Calouste Gulbenkian (FCG) em 2008, onde obtivemos uma taxa de sucesso de 70% na prevenção do acolhimento institucional. Todos os resultados alcançados estão descritos no livro editado pela FCG com o título *Crianças e Jovens em Risco: a família no centro da intervenção* (2011).

METODOLOGIAS DE INTERVENÇÃO

- Plano Integrado de Apoio Familiar (PIAF) elaborado em conjunto com a família;
- Registo de Evidências através da sua descrição e identificação das causas e fatores associados;
- Registo de histórias de sucesso.

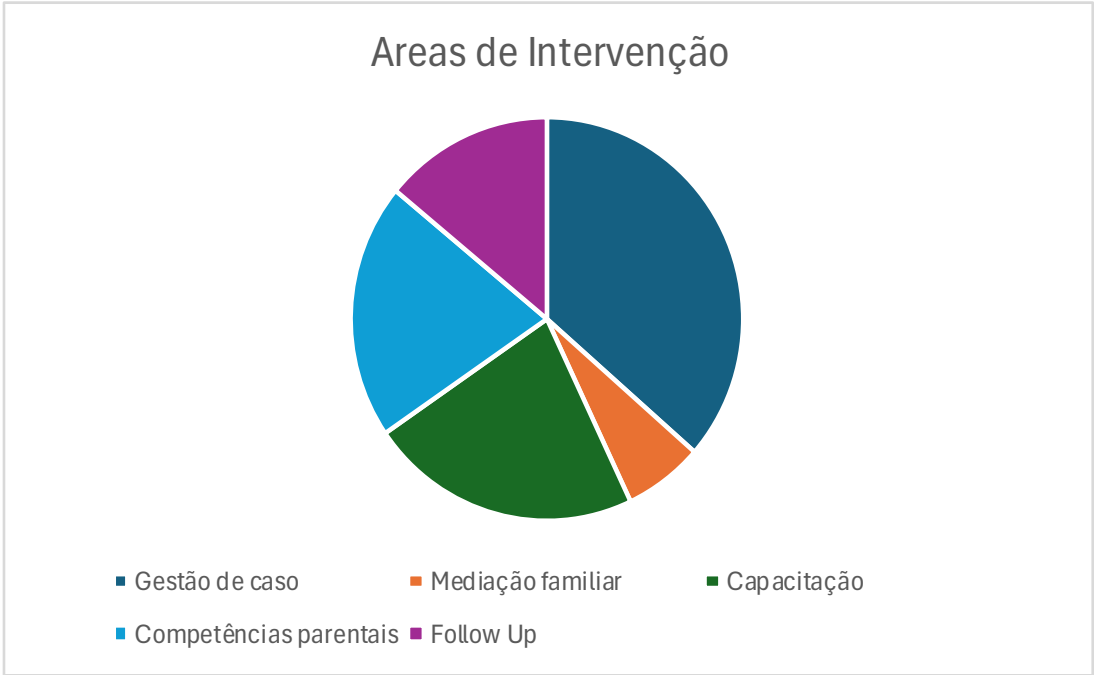
OUTPUTS

- Nº Total de Famílias: 76 (70 de preservação familiar e 6 de reunificação)
- Nº Famílias com PIAF: 62
- Nº Crianças/Jovens sinalizadas em 2025: 33
- Nº Crianças acompanhadas: 145
- Nº médio de sessões domiciliárias por família - 1 sessão de oito em oito dias - cerca de 1h por sessão. Mínimo – 1 de quinze em quinze dias. Máximo – 2 sessões por semana/por família.
- Nº médio de horas de intervenção com as famílias (inclui também contactos telefónicos) – 2 horas e meia por semana por família;
- Tempo médio de articulação com parceiros é de 1,5 hora por semana.

1	Objetivo	Aumentar os fatores de proteção no seio da família, atitudes e envolvimento parental
	Indicadores de medida	<p>Percentagem das famílias que se esforçam por cumprir com os objetivos definidos no Plano Integrado de Apoio Familiar (PIAF)</p> <p><u>Meta:</u> As famílias acompanhadas cumprem com pelo menos 70% dos objetivos do PIAF</p> <p><u>Resultado 2025:</u> <i>Das 62 famílias com PIAF, 50 cumpriram com pelo menos 70% dos objetivos definidos (81%)</i></p>
		<p>Percentagem das famílias tem uma rede de suporte social (2 ou mais pessoas com quem podem contar em situações adversas)</p> <p><u>Meta:</u> Pelo menos 70% das famílias acompanhadas tem uma rede de suporte social</p> <p><u>Resultado 2025:</u> <i>Das 76 famílias, 54 têm uma rede de suporte social (71%)</i></p>
2	Objetivo	Capacitar as famílias para a preservação e/ou reunificação familiar, das suas crianças e jovens
	Indicador de medida	<p>Percentagem de crianças e jovens acompanhados que se mantém no lar ou regressa ao seio familiar</p> <p><u>Meta:</u> Pelo menos 70% das crianças e jovens permanecem/ regressam ao lar</p> <p><u>Resultado 2025:</u> <i>Das 145 crianças/jovens acompanhadas, 142 permanecem no seu lar (97%) e 3 regressaram a casa</i></p>

ÁREAS DE INTERVENÇÃO

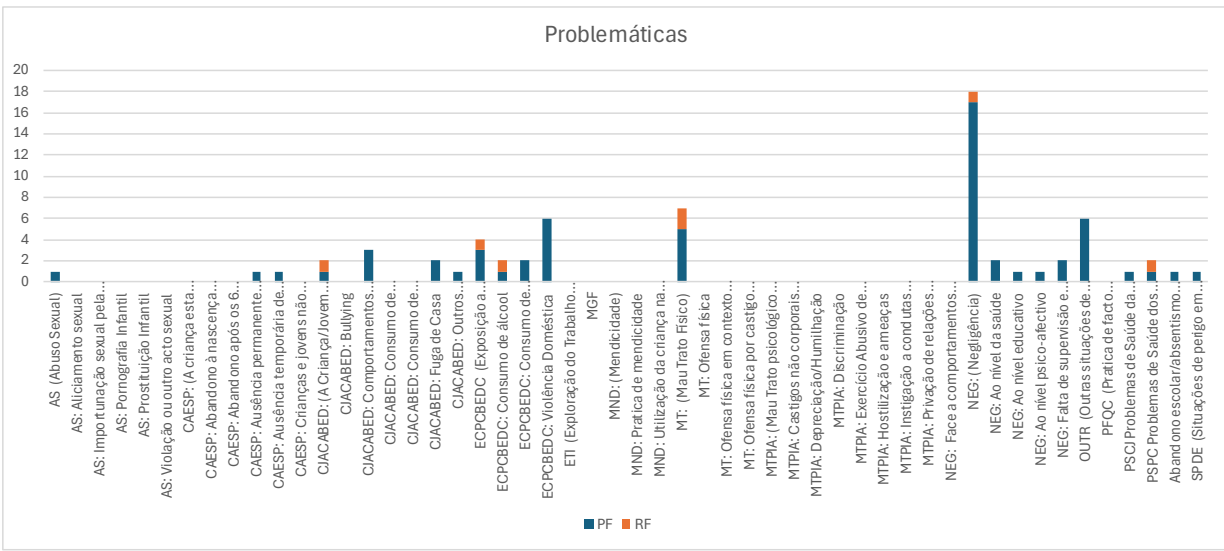
A maioria das áreas trabalhadas a nível da Preservação Familiar e da Reunificação Familiar foram: a) Gestão de Caso que engloba a articulação de serviços/prestações sociais/documentação/Saúde e emprego; sendo em seguida a B) Capacitação - Higiene e organização da habitação/Documentação/Emprego/Saúde (acompanhamento aos serviços) e a C) Competências parentais.



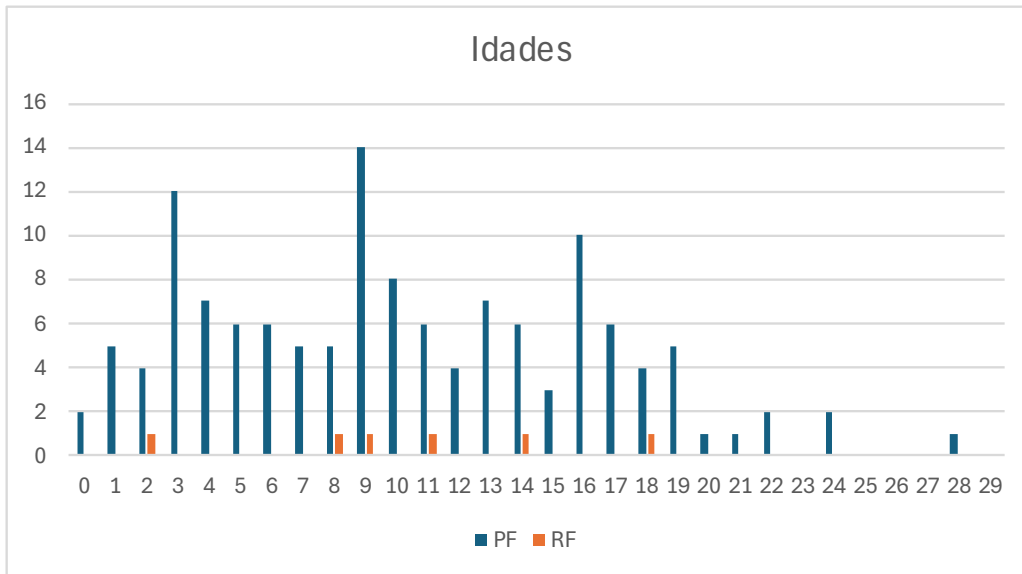
PROBLEMÁTICAS ACOMPANHADAS

No que refere à **Preservação Familiar**, a problemática da negligência teve maior ênfase, seguida da problemática de maus-tratos físicos e violência doméstica.

Relativamente à **Reunificação Familiar** sobressaem duas problemáticas: mau trato físico e a criança/jovem assume comportamentos que afetam o seu bem-estar e desenvolvimento sem que os pais se oponham de forma adequada.



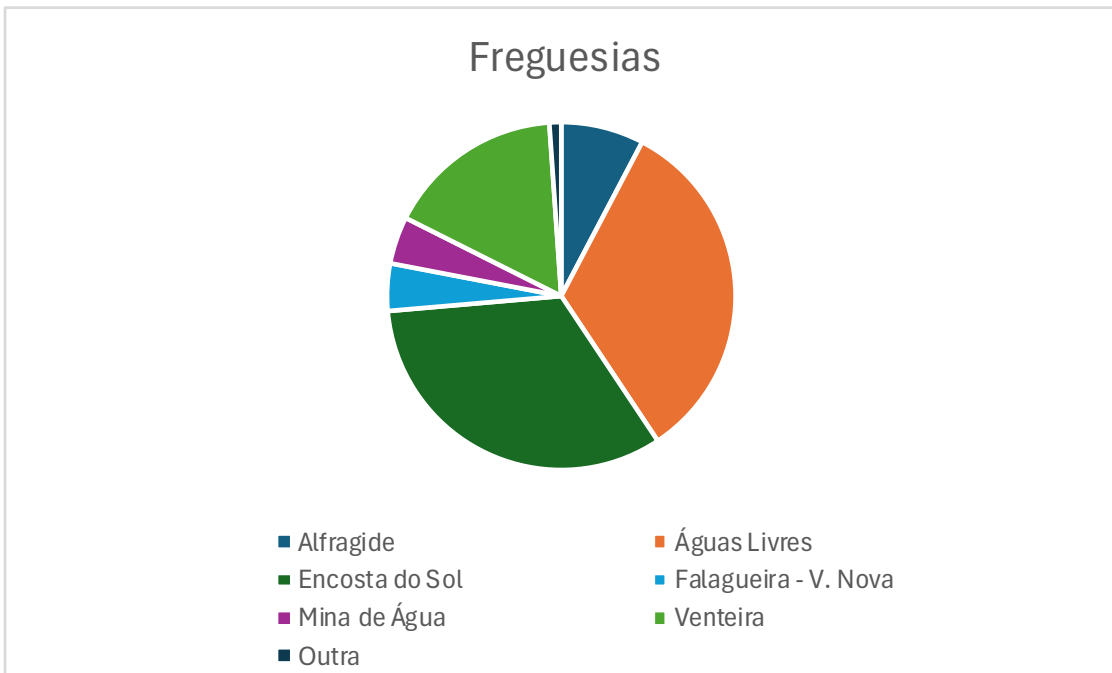
IDADE DOS CRIANÇAS E JOVENS



Neste gráfico podemos verificar a idade de todas as crianças e jovens que acompanhámos no ano de 2025.

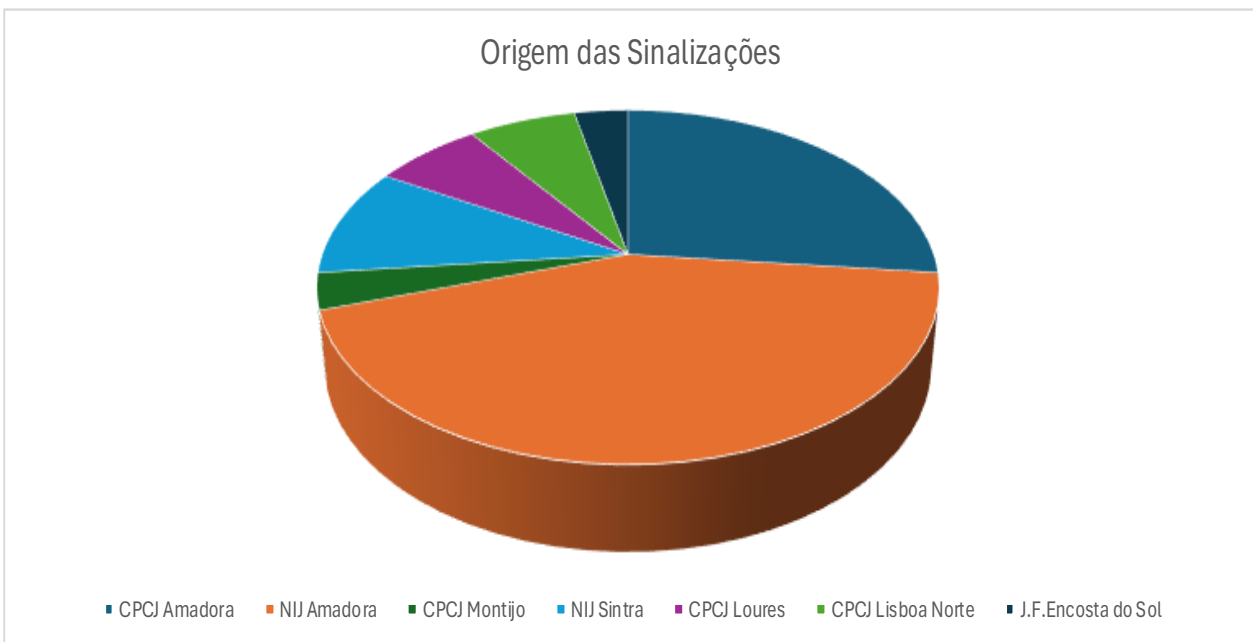
JUNTAS DE FREGUESIA

No que refere à Preservação e Reunificação Familiar, as freguesias de residência com maior acompanhamento são Encosta do Sol e Águas Livres.



ORIGEM DAS SINALIZAÇÕES

No que refere à Preservação e Reunificação Familiar o NIJ da Amadora é largamente a Entidade que nos sinalizou mais casos em 2025.



3.2.5. Formação

Âmbito nacional.

Academia Pressley Ridge

A Academia Pressley Ridge desenvolve ferramentas para profissionais, famílias e organizações através da codificação de conhecimento, formação, supervisão e consultoria, principalmente nas áreas da intervenção terapêutica na crise, liderança, trabalho em equipa, desenvolvimento de competências pessoais e sociais e gestão das emoções. O conhecimento é transformado em ferramenta para a “aplicação no terreno” e pretende ajudar profissionais e instituições a melhorar as práticas individuais e coletivas, fortalecer sistemas e fazer a diferença junto dos seus públicos-alvo. A Pressley Ridge é uma organização de referência na capacitação de profissionais, com mais de duas décadas de experiência no nosso país.

Pela sua história e experiência, a Pressley Ridge desenvolve programas de formação dirigidos inicialmente aos seus profissionais, procurando através de módulos com uma forte componente prática, capacitar estes técnicos para intervir mais eficazmente junto das crianças, jovens e famílias.

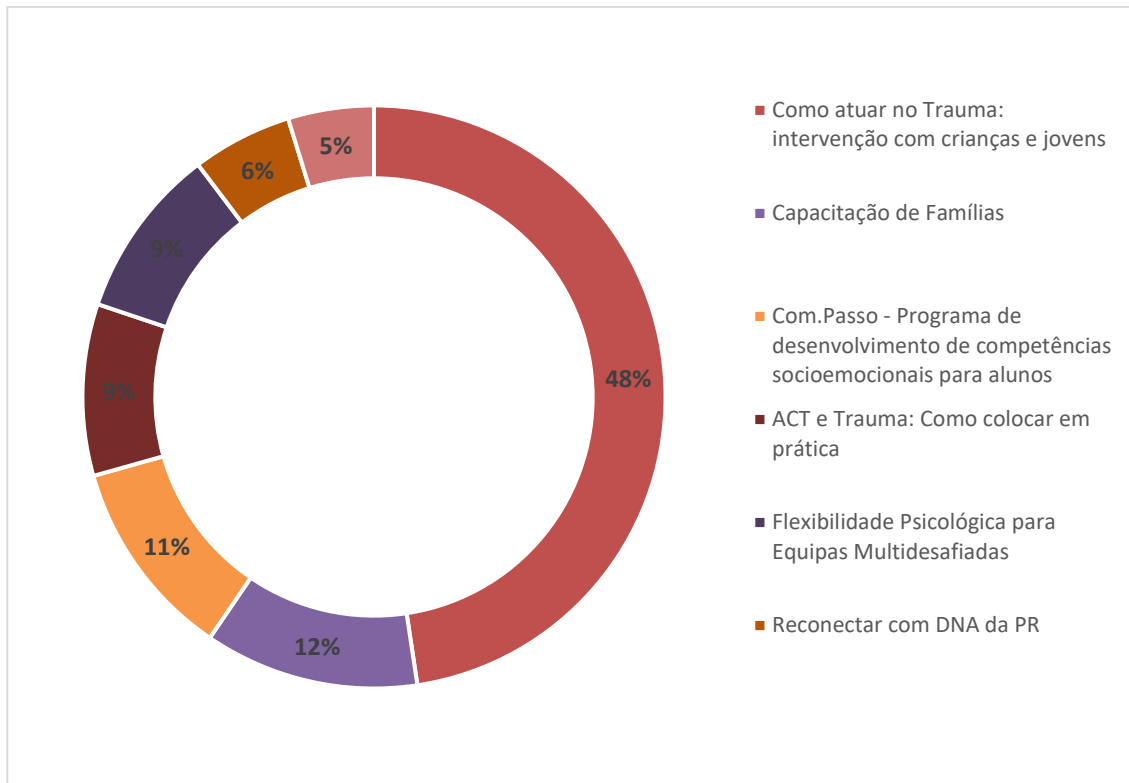
Em Portugal, a adaptação e desenvolvimento deste programa de formação, tem permitido ajudar instituições e profissionais a melhorar as práticas e, por conseguinte, o sistema de cuidados para crianças, jovens e famílias em situação de vulnerabilidade.

A Pressley Ridge tem cerca de 30 anos de experiência (desde 1996) a formar profissionais em Portugal continental e ilhas na área social, educação, justiça e saúde, com uma média de 300 horas de formação por ano e formou mais de 7.000 profissionais. A Pressley Ridge é certificada pela DGERT nas áreas da formação e educação.

Como definido no plano de atividades, este ano focamo-nos nas **3 dimensões da Academia**, sendo elas a codificação do conhecimento, a formação e a investigação/avaliação dos programas.

Em 2025, dinamizámos 126 horas de formação e formámos 163 pessoas através de 11 ações. Relativamente aos TEMAS DA FORMAÇÃO, estes foram bastante diversificados. Contudo, a temática associada ao “Trauma em crianças e jovens” assumiu uma maior prevalência durante este período.

Quadro 1– Percentagem de horas de formação por tema, num total de 126 horas de formação



Relativamente aos LOCAIS onde a Pressley Ridge dinamizou as diferentes ações de formação estes passaram pelos concelhos de Lisboa e Alcochete. Todas as nossas formações foram realizadas em sessões PRESENCIAS.

As ENTIDADES que recorreram à formação da Pressley Ridge em 2025 foram:

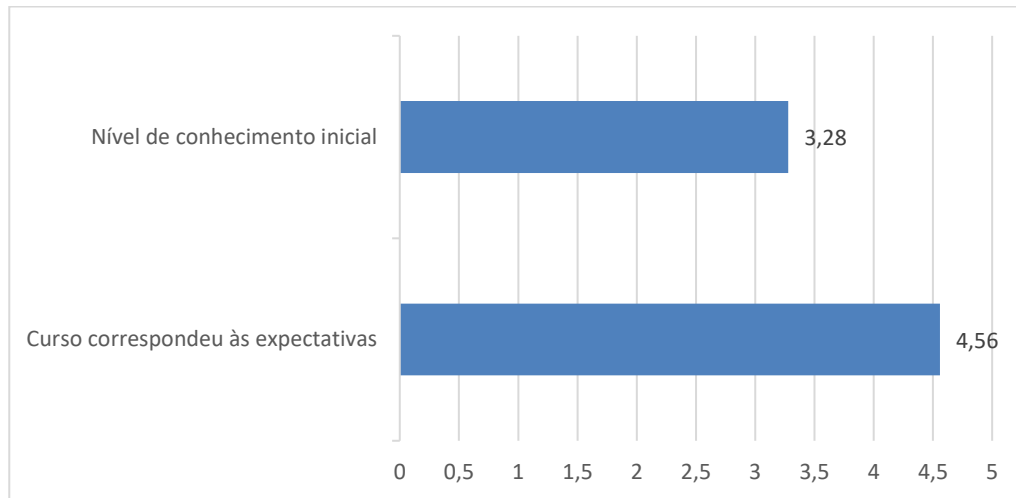
- Academia Cristiano Ronaldo
- Casa Pia de Lisboa
- Fidelidade
- Movimento de Defesa da Vida

Sobre a SATISFAÇÃO DOS PARTICIPANTES com a formação, obtida pelos 108 formandos que preencheram o questionário de avaliação da satisfação cujos resultados apresentamos de seguida. As questões colocadas são avaliadas numa escala de 1 a 5, sendo que 1 representa o valor menos positivo e 5 o mais positivo.

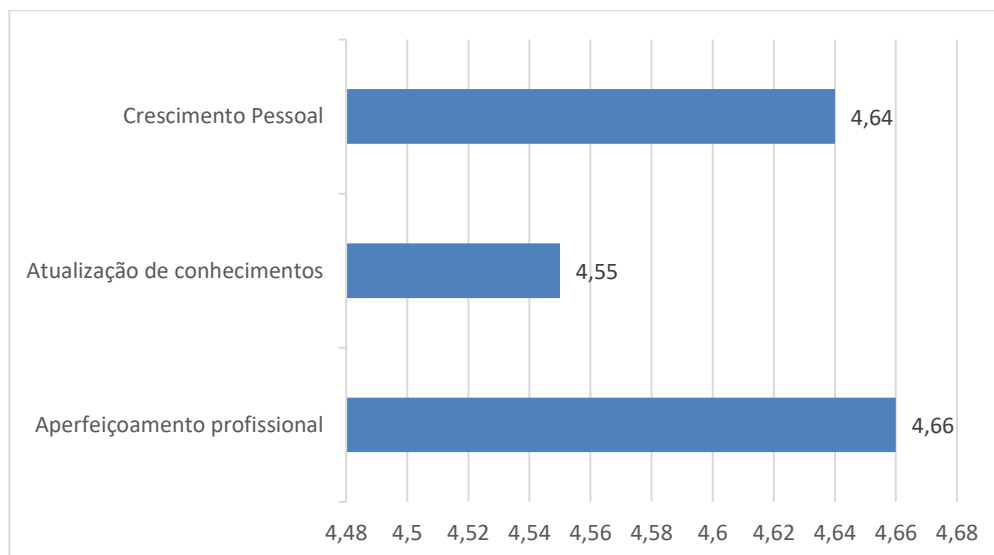
Os resultados este ano continuam a ser bastante positivos. Assim, destacamos:

- 99% reportou que voltaria a participar numa formação da Pressley Ridge.
- 38% dos participantes nas formações de 2025 nunca tinham estado numa formação da Pressley Ridge.
- O nível global de satisfação dos formandos com a formação é de 4,7.
- Os formandos avaliaram de forma muito positiva o contributo da formação para o crescimento pessoal (4,6), atualização de conhecimentos (4,6) e aperfeiçoamento profissional (4,7).

Quadro 2 –Nível de conhecimento antes da formação e expectativas

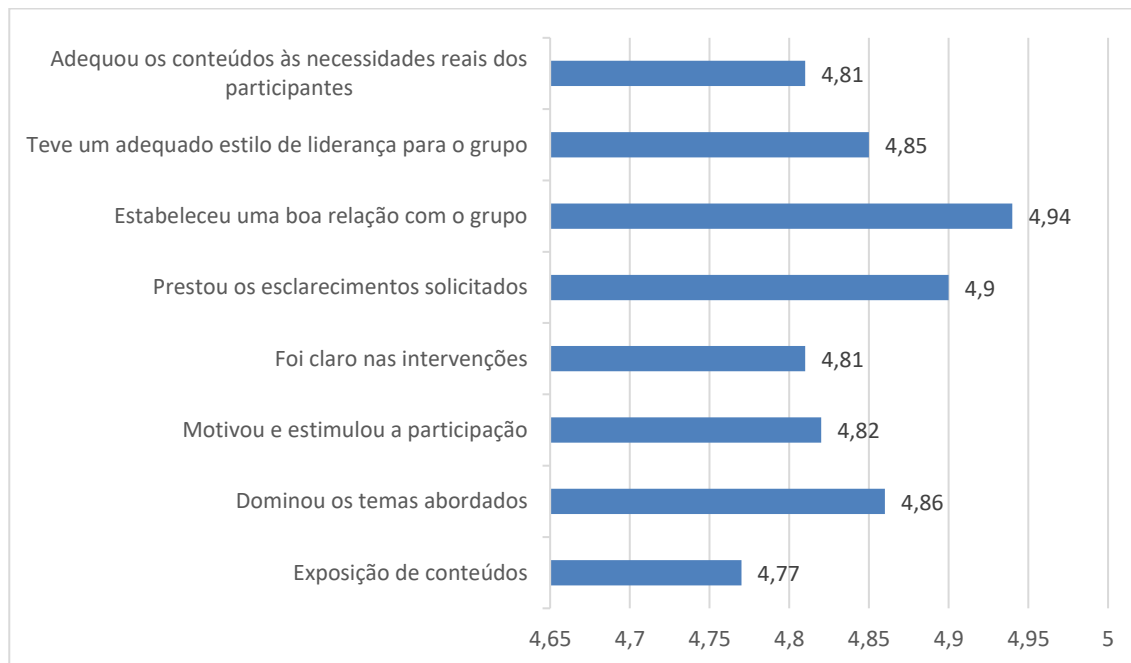


Quadro 3 –os temas abordados contribuíram para:



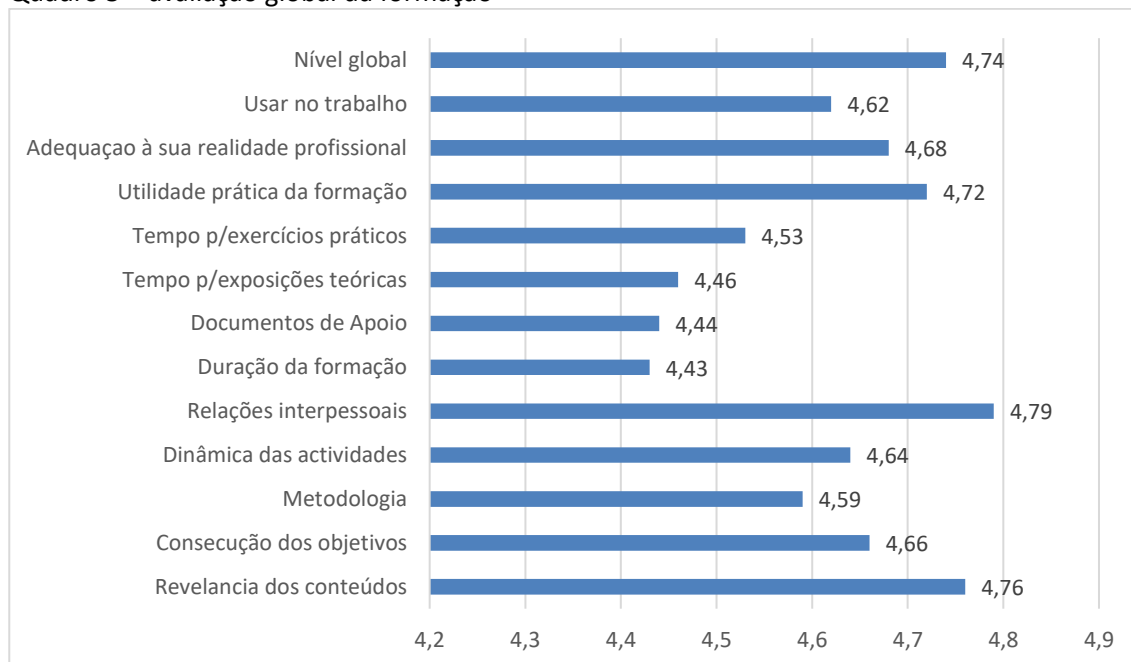
Quanto à satisfação com os formadores, estes têm uma avaliação global de 4,8 (sendo que 5 é o máximo). No quadro seguinte, apresentamos os vários parâmetros avaliados relativamente aos formadores:

Quadro 4 - avaliação da satisfação com os formadores



Quanto à avaliação global da formação, o nível global de satisfação foi 4,7. No próximo quadro, apresentamos os resultados de todos os parâmetros avaliados.

Quadro 5 – avaliação global da formação



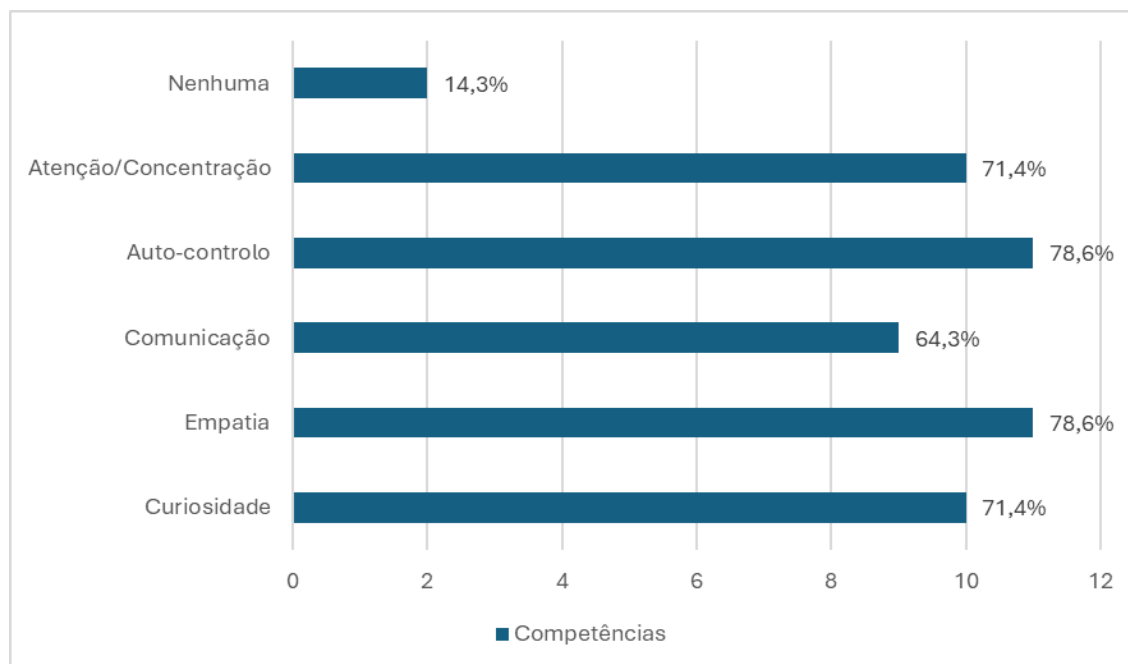
Quanto à avaliação qualitativa, partilhamos alguns comentários finais dos formandos relativamente à formação em que participaram:

- *“Foram 3 dias bastante gratificantes e que me “obrigaram” a parar e a cuidar do meu eu profissional, que vai além das 4 paredes. Poder sentir que não estou sozinha em alguns desafios ou explicar melhor o meu papel foi igualmente benéfico. Obrigada pelo vosso empenho e dedicação”*

- *“A formação na sua totalidade foi útil, mas os exercícios práticos ajudam ainda mais na compreensão e conhecimento dos conceitos/ técnicas/ ferramentas”*
- *“Foi um dia muito dinâmico, de boas reflexões e, de novas aprendizagens tanto a nível individual como profissional”*
- *“Retiro aprendizagens muito importantes e aplicáveis ao meu trabalho e dia a dia”*
- *“Formadoras muito empáticas e assertivas, permitindo a plena expressão do grupo sem deixar desorganizado o fio condutor da matéria da formação”*
- *“Obrigada por me trazerem consciência e espaço para refletir sobre a nossa intervenção”*
- *“Só participo em formações dadas pela Pressley Ridge”*
- *“Perceber que os adultos também têm de trabalhar o nosso “eu” para conseguirmos levar a cabo a nossa missão”*

Relativamente ao Programa Com.Passo para alunos, dos 14 jovens inquiridos, concluímos que após o programa, 78,6% dos alunos sentem que o seu Auto-controlo melhorou (Sinto que me consigo controlar perante uma situação desagradável), 78,6% a Empatia (Consigo perceber melhor o que o outro está a sentir), 71,4% dos jovens referiram ter melhorado a sua Atenção/ Concentração (Sinto que me consigo concentrar melhor), 71,4% a Curiosidade (Estou mais disponível para aprender e sair da minha zona de conforto), 64,3% a Comunicação (Consigo expressar melhor as minhas ideias) e 14,3% considera não ter adquirido nenhuma competência.

Quadro 6 – Competências adquiridas após programa



Outros dados importantes recolhidos demonstraram que:

- 61,5% dos alunos sentiu melhorias relacionais entre colegas;
- 75% dos alunos sentiu melhorias relacionais com os professores;
- 92,3% dos alunos convidaria um amigo(a) para participar num programa semelhante.

Supervisão

A Pressley Ridge assumiu um protocolo de prestação de serviços com uma organização nacional para supervisionar equipas de intervenção com famílias desde 2017. E em setembro de 2022 iniciou um protocolo de supervisão de equipas do Acolhimento Residencial.

A supervisão tem como foco a gestão da comunicação e do trabalho em equipa, explorando os sentimentos/ emoções de cada técnico e seu impacto na equipa, analisando em conjunto as potencialidades e fragilidades da própria equipa, perspetivando novas estratégias de comunicação e suporte.

Na avaliação da satisfação das equipas de apoio à família (último semestre de 2025) relativamente ao desempenho dos supervisores da Pressley Ridge, foram referidos os aspetos mais valorizados pelas equipas supervisionadas:

- a) Características dos supervisores: empático(a); disponível e flexível; empático(a); capacidade de incentivo; conhecimentos e experiência.
- b) Características das sessões: diversidade das dinâmicas e seu ajustamento; olhar fora da caixa; tempo e espaço para a equipa se pensar; foco na relação; boa preparação das sessões; oportunidade de crescer e evoluir; espaço de aprendizagem com utilidade prática.

Quanto à supervisão corresponder às expectativas (de 55 respostas):

- a) 47% disse que corresponde totalmente – média de 4,91 (numa escala de 1 a 6)

A nível da satisfação (de 55 respostas):

- a) 47% considera-se bastante satisfeito – média de 4,96 (numa escala de 1 a 6)

A nível da utilidade (de 55 respostas):

- a) 100% consideram que a supervisão de referência deve ser mantida

Porque é que a Supervisão Emocional é importante:

- *“Esta supervisão é importante para desenvolver estratégias e promover o bem estar pessoal e profissional dos técnicos para fazer face às exigências da área de intervenção do risco e perigo”*
- *“O investimento no fortalecimento da equipa é essencial numa intervenção de proximidade com as crianças, jovens e famílias”*
- *“É um apoio nos processos de melhoria contínua relativamente ao funcionamento da equipa designadamente através da reflexão sobre a dinâmica da equipa desenvolvimento estratégias de comunicação, gestão de mal entendidos, conflitos e reforço da coesão”*
- *“Impacto na qualidade da intervenção decorrente do ambiente de confiança e harmonia na equipa”*
- *“Apoio na gestão do impacto emocional devido ao contato continuado com situações de grande complexidade em que o sofrimento humano especialmente de crianças é uma constante”*
- *“Favorece a aprendizagem contínua”*
- *“Contribui para a estabilidade emocional da equipa e para a função do suporte e hetero cuidado que a mesma deve ter nestes contextos de intervenção”*

3.2.6. Eventos

PARTICIPAÇÃO EM EVENTOS

- Participação das colaboradoras Susana Bernardo e Inês Francisco enquanto oradoras do workshop “*Aplicação da Terapia de Aceitação e Compromisso na intervenção no trauma: Estratégias práticas para o desenvolvimento e bem-estar*” no **XV Congresso Internacional da Criança e do Adolescente**, da Universidade Lusíada, o no dia 7 de maio.
- Participação da colaboradora Susana Bernardo enquanto oradora do painel “Casos de sucesso” em parceria com o MDV, no **II Encontro Distrital dos CAFAP “Conexões que transformam: colaborar para a Preservação Familiar”** no dia 27 de maio, no auditório do Instituto da Segurança Social, em Lisboa.
- Participação da colaboradora Susana Bernardo enquanto oradora do painel “Exemplos de práticas”, na Tertúlia “**Ser agente de mudança: realidade e desafios**” promovida da CPCJ de Lisboa Ocidental no dia 28 de maio, na Biblioteca do Centro Cultural Casapiano, em Lisboa.
- Participação da colaboradora Susana Bernardo como oradora sobre o tema *Flexibilidade psicológica para profissionais multidesafiados* nas **VIII Jornadas de Reflexão “Silêncios que falam: caminhos de auto cuidado para os técnicos sociais”**, no dia 4 de novembro no Templo da Poesia, em Oeiras, organizado pelo Centro Social Paroquial Nossa Senhora de Porto Salvo.

OUTRAS INICIATIVAS

- **Comissão Organizadora do II Encontro Distrital dos CAFAP “Conexões que transformam: colaborar para a Preservação Familiar”** que se realizou no dia 27 de maio, no auditório do Instituto da Segurança Social, em Lisboa. A Pressley Ridge integrou esta comissão juntamente com mais quatro organizações: Movimento de Defesa da Vida (MDV), Movimento ao Serviço da Vida (MSV), Centro Social Paroquial de Póvoa de Santo Adrião e, Interagir.
- **PLANO LOCAL DE PROMOÇÃO DOS DIREITOS DAS CRIANÇAS E JOVENS 2025-2027 (PLPDCJ)**. O PLPDCJ pretende refletir uma prática planificada e integrada para a promoção e proteção da infância e juventude do concelho da Amadora, integrando o Plano Municipal contra a Violência, de modo que as ações se possam desenvolver concertadamente, de forma holística e sistémica. O PLPDCJ tem como missão promover o desenvolvimento de uma rede que contribua para a transformação da família, entendendo a Criança no centro das decisões e atendendo ao seu superior interesse (princípios consagrados no art.º 4º da Lei 147/99 de 01/09). Assim sendo este plano é integrado e desenvolvido pelos comissários da CPCJ Amadora na modalidade da alargada, envolvendo uma grande diversidade de entidades do município, com competência na área da infância e juventude. A Pressley Ridge é representada pela Susana Bernardo – enquanto elemento da modalidade alargada, que participa no desenvolvimento e concretização dos eixos: a) Eixo II “Prevenção Seletiva – Cuidar da Família como um Todo: Estratégias Sistémicas de Proteção e Ação”; b) Eixo III “Prevenção Indicada – Garantir Direitos de Crianças e Jovens em Perigo”
- Participação da Pressley Ridge no Projeto “**Empowering the Child Protection System in Portugal Towards Deinstitutionalised Approaches**” que foi lançado no dia 5 de fevereiro no auditório do Instituto da Segurança Social. Este projeto tem como foco a capacitação do Sistema de Promoção e Proteção de Crianças e Jovens em Portugal, que visa promover a desinstitucionalização de crianças e jovens do acolhimento residencial, através do reforço dos serviços de apoio e de reintegração familiar, do acolhimento familiar e de respostas de acompanhamento na autonomia de vida. Tal iniciativa visa reforçar a capacidade das instituições nacionais e subnacionais de modo a garantirem a transição dos cuidados institucionais para os cuidados familiares e comunitários de crianças e jovens no âmbito do

Sistema de Promoção e Proteção. O projeto decorre da colaboração liderada pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social e pelo seu Instituto da Segurança Social, financiado pela União Europeia, através do Instrumento de Apoio Técnico, e implementado pela UNICEF - Europe and Central Asia Regional Office (ECARO), em cooperação com a Comissão Europeia - Direcção-Geral de Apoio às Reformas Estruturais. Neste sentido, foi constituído um grupo de trabalho temático na área do Apoio Familiar e Reunificação, do qual a Pressley Ridge integra.

- **Plano Local de Saúde Almada-Seixal 2026-2030** – este plano pretende trazer ganhos em saúde, otimizando recursos através de sinergias entre os parceiros dentro e fora da saúde. Tem como objetivos gerais: Identificar e priorizar os problemas de saúde; Definir estratégias de promoção/proteção da saúde e prevenção da doença; Promover a implementação das estratégias através da integração das mesmas nos projetos, programas e outras intervenções comunitárias; Estabelecer um modelo de governação sustentável e inclusivo. A Pressley Ridge integra este Plano, no eixo da Saúde Mental, na pessoa do Nuno Fazenda.

4. Impacto

4.1. HISTÓRIAS DE SUCESSO

SURF.ART

História de Sucesso – protagonizada pela equipa

O João chegou até nós com uma bagagem muito pesada para a idade que tem. A perda da mãe ainda bebé marcou profundamente o seu percurso e acabou por influenciar a forma como foi construindo relações ao longo do tempo. Cresceu com várias mudanças, poucas figuras de referência consistentes e uma sensação difícil de explicar, mas muito presente, a de que as pessoas podem desaparecer a qualquer momento.

Tudo isto foi-se refletindo na forma como se relaciona com o mundo. Durante muito tempo, o João mostrou-se um menino muito explosivo. Na escola, os conflitos eram frequentes e intensos, tendo existido situações em que foi necessária a intervenção da Escola Segura. Era-lhe muito difícil parar, confiar no adulto ou encontrar outras formas de lidar com aquilo que sentia. Muitas das suas reações pareciam vir de um lugar onde nunca se sente suficiente, onde está sempre em alerta.

Quando iniciou o seu percurso no Surf.ART, trazia essa intensidade consigo. Havia resistência, dificuldade em aceitar limites e em gerir frustrações. Mas, com o tempo, e com um trabalho consistente e próximo, começaram a surgir mudanças.

Hoje, o João procura o adulto com mais frequência. Já não fica tão sozinho nas suas emoções. Começou a nomeá-las. Em vários momentos, consegue aproximar-se, pedir ajuda ou, pelo menos, não reagir de forma tão imediata como antes. São conquistas que podem parecer pequenas, mas que representam um caminho muito importante.

Também na escola estas mudanças têm sido sentidas. A professora refere que o João está mais tranquilo, mais disponível para aprender e com maior capacidade de se regular no contexto de grupo. Continua a ser um menino intenso, mas já com mais ferramentas para lidar com isso.

Recentemente, iniciou acompanhamento individual, e tem sido muito positivo ver o seu interesse e envolvimento neste espaço. Mostra curiosidade, vontade de participar e abertura para este processo, o que reflete a confiança que começa a construir.

Paralelamente, tem sido feito um trabalho próximo com a família. A presença mais ativa de um tio neste percurso tem tido um impacto significativo, trazendo alguma estabilidade e apoio que se têm refletido no comportamento do João.

Ainda há um caminho a percorrer, mas a evolução é clara. O João tem vindo, passo a passo, a construir novas formas de estar, de sentir e de se relacionar. E isso é, sem dúvida, um verdadeiro percurso de sucesso.

CAFAP

História de Sucesso – protagonizada pela equipa

Em finais de 2024, a nossa equipa começou a acompanhar uma família monoparental, cujo pai tinha a seu cuidado um bebé, na altura, de 1 ano.

Face ao nascimento do filho e sendo o seu único cuidador, este pai está desempregado desde então. Não tendo outras alternativas, devido às dificuldades económicas e escassa rede de suporte social, este pai e o filho encontram-se a viver num quarto, em casa de uma tia materna.

Uma das nossas evidências de sucesso, foi termos conseguido, a meio do ano de 2025, articular com outra associação, de forma a conseguirmos uma vaga, no serviço de ama para o bebé, onde está integrado desde então. Em paralelo, conseguimos também apoio económico, após articularmos com a Junta de Freguesia, durante uns meses, face às despesas de renda do quarto e passe.

Ao conseguirmos ama para o bebé, o pai conseguiu ter mais tempo para se organizar e começar a autonomizar-se. Assim, este pai conseguiu realizar um curso de Vigilante, de forma a conseguir procurar emprego nessa área e conseguiu também realizar alguns trabalhos remunerados, estando atualmente empregado.

Este pai é muito cuidador com o seu filho, existindo uma grande vinculação entre ambos. Foram bastante importantes estas articulações realizadas pela nossa equipa, bem como a resiliência do pai, em querer autonomizar-se e garantir o bem-estar do bebé.

História de Sucesso – protagonizada pela equipa

Em novembro de 2025 a equipa iniciou o acompanhamento de um processo de reunificação familiar, onde o objetivo era proporcionar o regresso de uma criança de 1 ano a casa da sua irmã mais velha. Esta tinha alguns constrangimentos, nomeadamente estar em Portugal há poucos meses, e o facto de viver num quarto, não tendo os bens necessários para receber o irmão. Sempre demonstrou muita vontade em receber o irmão, e, desde o primeiro dia que sempre seguiu todas as indicações da equipa, no sentido de agilizar um berço para o irmão dormir, mudar a disposição da mobília do quarto para o irmão não ter acesso à janela, bem como, procurar uma creche que este pudesse integrar.

Em 2 meses conseguiu cumprir com todas as indicações propostas, estando reunidas todas as condições para que o seu irmão fosse para sua casa. A relação entre ambos sempre foi e continua a ser muito forte e positiva, estando a irmã a conseguir proporcionar um ambiente estável e seguro ao seu irmão.

BE.LIVE

Evidências de Sucesso – protagonizada pelas psicólogas

Jovem de 15 anos, sinalizado devido a comportamentos pouco assertivos, baixa auto-estima, dificuldade em manter o contacto visual e expor-se, evitamento de conflitos, assim como dificuldades de interação na relação com os pares, não conseguindo fazer amizades duradouras. Desde o início do acompanhamento que o jovem demonstra evoluções na forma de se expressar, conseguindo manter o contacto visual de forma mais duradoura e frequente. Ingressou numa nova escola e conseguiu fazer amigos, demonstrando uma maior assertividade, um aumento da sua confiança e autoestima.

Jovem de 12 anos, sinalizado devido aos seus problemas a nível do comportamento escolar, nomeadamente comportamentos impulsivos, dificuldades na auto regulação emocional e comportamental, conflitos com os professores, com os pares e em casa. Desde o início do acompanhamento que o jovem demonstra evoluções a nível da expressão das emoções, da compreensão das mesmas, uma maior regulação emocional e comportamental, assim como um melhor entendimento das consequências a longo prazo dos seus comportamentos. É um jovem muito orientado para a família e para o seu futuro.

Jovem de 16 anos, com historial de absentismo escolar há cerca de dois anos e meio, apresentando ausência de relações interpessoais e sociais com os pares, bem como isolamento domiciliário. As sessões foram iniciadas com periodicidade semanal, tendo como principal objetivo o estabelecimento de uma relação terapêutica. Numa fase inicial, o processo revelou-se desafiante, marcado por dificuldades ao nível da confiança e por algumas faltas às sessões. Progressivamente, verificou-se uma evolução positiva, com o jovem a aderir de forma consistente às sessões e a demonstrar maior abertura, partilhando dificuldades de natureza familiar e escolar, incluindo episódios específicos que lhe provocaram elevados níveis de ansiedade. Mediante um trabalho de preparação e motivação, foi incentivado o início da frequência de aulas online, proposta que o jovem aceitou. Com o apoio de entidades competentes, foi possível concretizar a sua integração neste regime de ensino.

Jovem de 16 anos, iniciou o acompanhamento apresentando níveis elevados de ansiedade e medo, rede de suporte social reduzida e alguma dificuldade em expressar pensamentos e emoções junto dos pais, apesar de manter com estes uma relação globalmente positiva. Nas sessões iniciais, evidenciava fragilidade emocional, com episódios frequentes de choro, bem como alguma indefinição ao nível dos seus valores e referências pessoais. Ao longo do processo terapêutico, verificou-se uma evolução significativa, traduzida no aumento da confiança, melhoria da autoestima e desenvolvimento de competências relacionais, o que se refletiu no alargamento do seu círculo social. Paralelamente, estabeleceu uma relação afetiva estável e integrou um curso profissional na área de interesse vocacional previamente identificada. O acompanhamento foi concluído com um balanço globalmente positivo, evidenciando-se progressos consistentes nas várias dimensões de vida trabalhadas.

COOL.BRAVE

História de Sucesso – protagonizada pela equipa

A Carla é uma jovem com resiliência máxima, líder nata e que sempre se distinguiu por ter os seus objetivos de vida muito bem definidos desde o 3º ciclo. Viu na escola a sua forma de projetar o seu futuro e ser o maior motivo de orgulho da sua mãe e um excelente exemplo para o seu irmão mais novo. Foi aluna de quadro de honra e de mérito do Agrupamento de Escolas Dr. Azevedo Neves e Presidente da Associação de Estudantes. Muito sociável e divertida nunca descuroou o seu lado de jovem participando nas atividades do projeto como o Verão Escolhas, o Diverge, os Bootcamps e Treinos de Competências Pessoais e Sociais e acompanhando o seu grupo de amigas e amigos nas saídas típicas da adolescência, demonstrando que sabe conciliar a responsabilidade com a diversão. Começou a trabalhar no Verão para conseguir dinheiro para tirar a Carta de Condução e distinguiu-se com a nota de 20 valores no Exame Nacional de Português de 2025 e entrou no Curso de Enfermagem na Escola Superior de Enfermagem de Lisboa.

Resultados financeiros

A Pressley Ridge terminou o ano 2025 com um resultado líquido positivo no valor de 3.353,27€.

4.2. PROVEITOS

O total de proveitos foi 402.688,41€.

Respetivamente a percentagem de proveitos por rúbrica: Contratos de programa (82,4% - 331.882,20€); Donativos (9% - 36.316,08€); Formação (7,6% - 30.517,70€); Subsídios ao investimento (0,5% - 2.051,09€); Quotizações (0,1% - 550,00€; juros obtidos (0,1%) – 251,58€ e Outros rendimentos (0,2%) - 1.119,76€).

4.3. CUSTOS

O total de custos foi 406.041,68€.

Respetivamente a percentagem de custos por rúbrica: Recursos Humanos (69,2% - 281.154,77€); Custos de funcionamento (30% - 122.374,62€) e depreciação (0,8% - 2.512,29€).

5. A equipa

5.1. Órgãos Sociais

ASSEMBLEIA GERAL

Teresa Martins (Presidente)
Paulo Gomes (1º secretário)
Duarte Lopes (2º Secretário)

DIREÇÃO

Susana Bernardo (Presidente)
Kátia Almeida (Vice-Presidente)
Adelaide Cordovil (Tesoureira)
Celestino Cunha (Secretário)
Ana Vilar (Vogal)

CONSELHO FISCAL

Carlos Santos (Presidente)
Manuel Mendes (1º vogal)
Raquel Santiago (2º vogal)

5.2. A nossa Equipa

Em 2025, a Pressley Ridge conseguiu levar a cabo a sua missão com um total de total de 41 colaboradores - 18 a tempo inteiro, 4 a tempo parcial, 3 voluntários regulares e 16 estagiários.

Descrevemos de seguida a equipa da Pressley Ridge em 2025:

Coordenação

Susana Bernardo (Diretora Técnica. Mestrado em Intervenção Psicossocial com crianças, jovens e famílias. Licenciatura em Psicologia do Desporto).

Ana Vaz (Coordenadora do CAFAP – Centro Apoio Familiar e Aconselhamento Parental. Licenciatura em Psicologia; 3ºano em Intervenção Sistémica pela Sociedade Portuguesa de Terapia Familiar)

Nuno Fazenda (Coordenador do projeto Surf.ART. Curso Instrutor de Surf. Licenciatura em Psicologia do Desporto)

Luisa Sargento (Coordenadora do Programa Cool.BRAVE – E9G. Pós-graduação em Reabilitação e Inserção Social; licenciatura em Estudos Europeus)

Reeducadores psicossociais

Sofia Romba (Técnica de Serviço Social no CAFAP. Pós-graduação em Riscos e Violências nas sociedades atuais – crianças. Licenciatura em Serviço Social)

Rita Ferreira (Técnico Superior no CAFAP. Mestrado em Psicologia Comunitária)

Dinis Teixeira (Técnico Superior no CAFAP. Licenciatura em Educação Social)

Mariana Neves (Psicóloga Júnior no CAFAP)

Renata Prodan (Psicóloga Júnior no CAFAP)

Inês Branco (Técnica no projeto Cool.Brave. Licenciatura em Psicologia Criminal. Mestrado em Psicologia Forense. Pós-graduação em Psicologia Comunitária, Proteção de Crianças e Jovens em Risco)

Nara Semedo (Técnica no projeto Cool.Brave. 12º ano. Curso Auxiliar de Ação Educativa)

Inês Francisco (Técnica no projeto Be.Live. Mestrado em Psicologia Clínica)

Marta Pereira (Psicóloga Júnior no projeto Be.Live)

Raúl Bella (Técnico no projeto Surf.ART. Treinador de surf)

Joana Rodrigues (Técnica Superior no projeto Surf.ART. Mestrado em Psicologia)

António Champalimaud (Psicólogo Júnior no projeto Surf.ART)

Catarina Martins (Psicóloga Júnior no projeto Surf.ART)

Teresa Gonçalves (Psicóloga Júnior no projeto Surf.ART)

Apoio Administrativo

Fátima Carvalho (Assistente Administrativa. Frequência de licenciatura em Gestão)

Colaboradores por prestação de serviços

André Mota (Monitor de Futsal no projeto Cool.Brave. 12ºano)

Mariana Madeira (Treinadora de Surf no projeto Surf.ART. A frequentar Licenciatura em Psicologia)

Quela Lourenço (Monitora de Apoio ao Estudo no projeto Cool.Brave)

6. Parcerias

O impacto da Pressley Ridge jamais seria possível sem o trabalho integrado com um conjunto vastíssimo de parceiros, colaboradores, apoios e voluntários, que contribuíram para o alcance da nossa missão. Descrevemos em baixo todos os parceiros e apoios e deixamos o nosso profundo agradecimento.

CONTRATOS DE PROGRAMA

Instituto da Segurança Social, IP (ISS)

Programa Escolhas – Instituto Português do Desporto e da Juventude (IPDJ)

APOIO FINANCEIRO

BPI & Fundação La Caixa

BNP Paribas

Câmara Municipal da Amadora

Câmara Municipal de Almada

Câmara Municipal de Cascais

Devexperts

Junta de Freguesia de Águas Livres

Junta de Freguesia Carcavelos Parede

KREST

PwC Portugal

PagerDuty

APOIO MATERIAL/GÉNEROS

BANA

BOLDEN

Brands & Co

Cabot Financial Portugal

Compal

Continente

Delta

Domino's Pizza

Entrajuda – Banco de Bens Doados

Fábrica dos Óculos

Igreja Evangélica de Benfica

Mercedes CO

Nasce e Renasce

PagerDuty

Portugal Duty Free

Redley

ReFood Alfragide

ReFood Cascais
Silvex
Single Fin Soul
Sovena

APOIO EM SERVIÇOS

Damaia Ginásio Clube
VDA - Vieira D'Almeida e Associados
Benevity
Devexperts

PARCEIROS FORMAIS

Agrupamento de Escolas Dr. Azevedo Neves
Associação para a Igualdade AEQUALITAS
Associação Para Onde
AURPID – Associação Unitária de Reformados, Pensionistas e Idosos da Damaia
Câmara Municipal da Amadora
Câmara Municipal de Almada
Câmara Municipal de Cascais
Casal Popular da Damaia
Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) da Amadora – na modalidade da Alargada
Escola EB 2,3 Dr. Correia Alexandre
Junta de Freguesia da Encosta do Sol
Junta de Freguesia de Águas Livres
Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
VDA - Vieira D'Almeida e Associados - Sociedade de Advogados

PARCEIROS OPERACIONAIS

Agrupamento de Escolas Alapraia
Agrupamento de Escolas de Alcabideche
Agrupamento de Escolas Frei Gonçalo de Azevedo
Agrupamento de Escolas Ibn Mucana
Agrupamento de Escolas Marquesa de Alorna
Agrupamento de Escolas da Caparica
Agrupamento de Escolas Matilde Rosa Araújo
Agrupamento de Escolas do Monte da Caparica
Agrupamento de Escolas Pioneiros da Aviação
ASFAC - Associação de Instituições de Crédito Especializado
Associação Padre Amadeu Pinto
Câmara Municipal da Amadora
Câmara Municipal de Almada
Câmara Municipal de Cascais
Casa dos Rapazes
CAT de Tercena – Santa Casa da Misericórdia de Cascais
Clube Recreativo e Cultural da Quinta dos Lombos

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) da Amadora
DGRSP - Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais
Dress a Girl
EAPN
EPAR – Escola Profissional Almirante Reis
Escola Secundária Frei Gonçalo de Azevedo
Instituto da Segurança Social - EMAT da Amadora
KASAPT
Lar São Francisco - Centro Social Paroquial Santo Condestável
Lufi Surfschool
Movimento de Defesa da Vida
MotelX
Núcleo de Infância e Juventude (NIJ) da Amadora – Santa Casa da Misericórdia de Lisboa
Polícia de Segurança Pública da Amadora
Rede Ex aequo

PARCEIROS INTERNACIONAIS

A.S.D. Kamaleonte (Parceiro da Itália - Erasmus +)
Circle of Courage Institute
EfeCT – European Federation on Conflict Management and Care
International Surf Therapy Organization
Universidade de Pittsburg
Universidade de Huelva
International Surf Therapy Organization

7. Anexos

- Balanço em 31 de dezembro de 2025
- Demonstração individual dos resultados por naturezas

BALANÇO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025



PRESSLEY RIDGE Associação de Solidariedade Social

Contribuinte: 509148280

33

BALANÇO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

Moeda: Euros

RÚBRICAS		DATAS	
		31-dez-25	31-dez-24
ATIVO			
Ativo não corrente			
Ativos fixos tangíveis	5	75.410,79	77.923,08
Ativos intangíveis	6	216,72	216,72
Investimentos financeiros	12.1	3.581,95	3.581,95
		<u>79.209,46</u>	<u>81.721,75</u>
Ativo corrente			
Créditos a receber	12.3	413,65	4.160,00
Estado e outros entes públicos	12.9	62,89	72,35
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros	12.2	0,00	0,00
Diferimentos	12.5	553,37	1.336,04
Outros ativos correntes	12.4	111.688,01	287.483,07
Caixa e depósitos bancários	12.6	253.332,97	202.887,06
		<u>366.050,89</u>	<u>495.938,52</u>
Total do ativo		445.260,35	577.660,27
FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO			
Fundos patrimoniais			
Fundos	12.7	193.870,42	193.870,42
Resultados transitados	12.7	40.315,39	6.391,11
Ajustamentos / Outras variações nos fundos patrimoniais	8/12.7	69.844,55	71.895,64
		<u>304.030,36</u>	<u>272.157,17</u>
Resultado líquido do período		-3.353,27	33.924,28
Total dos fundos patrimoniais		300.677,09	306.081,45
Passivo			
Passivo corrente			
Fornecedores	12.8	0,00	0,00
Estado e outros entes públicos	12.9	7.133,95	7.968,97
Diferimentos	12.5	117.172,89	238.898,54
Outros passivos correntes	12.10	20.276,42	24.711,31
		<u>144.583,26</u>	<u>271.578,82</u>
Total do passivo		144.583,26	271.578,82
Total dos fundos patrimoniais e do passivo		445.260,35	577.660,27

A Direcção

O Contabilista Certificado

DEMONSTRAÇÃO INDIVIDUAL DOS RESULTADOS POR NATUREZAS



ESSLEY RIDGE Associação de Solidariedade Social
tribuinte: 509148280

DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS

PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

Moeda: Euros

RENDIMENTOS E GASTOS	PERÍODOS	
	2025	2024
Vendas e serviços prestados	31.067,70	36.536,00
Subsídios, doações e legados à exploração	368.198,28	405.399,95
Fornecimentos e serviços externos	(114.920,88)	(121.994,27)
Gastos com o pessoal	(281.154,77)	(284.480,21)
Outros rendimentos	3.170,85	2.901,76
Outros gastos	(7.408,57)	(1.426,52)
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos	(1.047,39)	36.936,71
Gastos/reversões de depreciação e de amortização	(2.512,29)	(3.301,83)
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)	(3.559,68)	33.634,88
Juros e gastos similares obtidos	251,58	289,40
Juros e gastos similares suportados	(45,17)	0,00
Resultados antes de impostos	(3.353,27)	33.924,28
Imposto sobre o rendimento do período	0,00	0,00
Resultado líquido do período	(3.353,27)	33.924,28

A Direcção

O Contabilista Certificado