



Relatório de atividades e Contas

Crescemos juntos!

Apresentado em reunião L. 13/04/2026
13/04/2026
[Handwritten signature]
[Handwritten signature]
[Handwritten signature]



Associação
Nacional de
Gerontologia
Social



Associação
Nacional de
Gerontologia
Social

RELATÓRIO DE ATIVIDADES E CONTAS 2025

Associação Nacional de Gerontologia Social

Apresentação Entidade

A ANGES – Associação Nacional de Gerontologia Social foi fundada a 30 de julho de 2012, na cidade de Coimbra, com o escopo de intervir nos planos da Gerontologia Social, constituindo um marco diferencial no campo desta ciência. Percebendo o emergente fenómeno do envelhecimento da população portuguesa, há que garantir a preparação técnica e científica do País, para que cabalmente se possa enfrentar o hercúleo desafio de garantir a qualidade de vida aos idosos.

A ANGES é, assim, uma associação, sem fins lucrativos, cujo objetivo é a promoção de um envelhecimento ativo e bem-sucedido, nas suas mais diversas formas. Esta associação tem como pilar o absoluto respeito pela pessoa idosa, propugnando um envelhecimento com qualidade. Não queremos apenas “acrescentar anos à vida. Acrescentemos, sim, vida aos anos.”

A associação detém como **missão**:

- i) colaborar com os poderes públicos e privados, nos planos de intervenção relacionados com as organizações sociais, independentemente da tipologia de resposta social;
- ii) criar órgãos (departamentos, conselhos e unidades de investigação), e contribuir para o aperfeiçoamento profissional de todos os colaboradores e dirigentes das organizações sociais, desenvolvendo ações de formação nas diferentes áreas em que atuam;
- iii) organizar e disseminar informação de carácter técnico e científico, contribuindo, ainda, para o desenvolvimento, sustentabilidade e qualidade das respostas sociais, através de consultadoria e conceção de materiais de suporte;
- iv) incentivar à participação em consórcios e projetos com o objetivo de promover a inovação e o empreendedorismo social;
- v) proteger os colaboradores, salvaguardar a sua capacitação, e promover locais de trabalho seguros e saudáveis.

Como **visão** visa ser uma Associação de referência e excelência na área Social em Portugal, reconhecida pelos serviços de Formação e Investigação que vá de encontro às necessidades sentidas pela população e organizações sociais. Ser uma Associação fortemente implicada com os agentes sociais e reconhecida como parceiro fundamental para o desenvolvimento da Sociedade.

Defende os valores de Inovação, cooperação, proatividade, humanismo e profissionalismo. O nosso propósito é intervir de forma empreendedora, implementando respostas adaptadas às necessidades identificadas. Valorizamos o desenvolvimento de parcerias, pois acreditamos que juntos fazemos mais e melhor, apostando na atualização constante das estratégias e práticas de atuação, tendo por base uma

equipa motivada, com sólidos conhecimentos e experiência profissional na área em que cada um atua.

Formação e Qualificação

Continuando a assumir-se como uma das áreas fundamentais de intervenção da ANGES, a formação e qualificação dos profissionais e das organizações do terceiro setor, permitiu o desenvolvimento e promoção de um alargado número de ações de formação, com o contributo de profissionais altamente qualificados e com elevados níveis de experiência no setor, funcionando como motivadores de novas abordagens, novas metodologias e novas intervenções, motivadoras de mudanças organizacionais profundas e duradouras.

Neste âmbito durante o ano de 2025 foram realizadas tipologias de formação e qualificação, envolveram um total de:

- 3554 formandos;
- 283 formadores;
- Volume de formação de 47664;
- Total de 50 ações de formação e qualificação realizadas remota e presencialmente, envolvendo formandos de todo o país e das regiões autónomas.

Formações de curta duração

Durante o ano de 2025 foram desenvolvidas um total de 34 ações formativas de curta duração que envolveu um total:743 formandos

- 34 formadores
- 2617 horas de volume de formação

Regime Jurídico Das Férias (2ª Edição)

Data de Início e Fim	Carga Horária	Nº Formandos	Nº Formadores	Volume de Formação
17.01.2025 - 17.01.2025	4	25	1	100

Cálculo De Mensalidades Nas Respostas Sociais Sénior E Deficiência (4ª Edição)

Data de Início e Fim	Carga Horária	Nº Formandos	Nº Formadores	Volume de Formação
21.01.2025 - 21.01.2025	4	22	1	88

Formações de curta duração 2025	Data de Início e Fim	Carga Horária	Nº Formandos	Nº Formadores	Volume de Formação
Regime Jurídico Das Férias (2ª Edição)	17.01.2025	4	25	1	100

Cálculo De Mensalidades Nas Respostas Sociais Sénior E Deficiência (4ª Edição)	21.01.2025 - 21.01.2025	4	22	1	88
Regime Jurídico Das Faltas (2ª Edição)	24.01.2025 - 24.01.2025	4	19	1	76
Visitas De Acompanhamento Da Segurança Social Em Respostas Sociais Sénior (ERPI, CD E SAD)	30.01.2025 - 30.01.2025	3	35	1	105
Avaliação Em Creche	31.01.2025 - 31.01.2025	4	13	1	52
Direitos E Deveres Dos Trabalhadores – Consequências Do Incumprimento/Despedimento Por Justa Causa/Processo Indisciplinar (2ª Edição)	07.02.2025 - 07.02.2025	3	28	1	84
Elaboração De Horários E Escalas De Trabalho (3ª Edição)	18.02.2025 - 18.02.2025	4	34	1	136
Elaboração E Gestão De Processos Individuais – Área Sénior (2ª Edição)	27.02.2025 - 27.02.2025	3	31	1	93
Supervisão Profissional De Equipas De Cuidadores De Idosos (2ª Edição)	01.03.2025 - 01.03.2025	4	15	1	60
Gestão Comportamental E Emocional Na População Com Deficiência (3ª Edição)	06.03.2025 – 13.03.2025	4	20	1	80
Atitudes, Ferramentas E Estratégias Do Diretor Técnico De Respostas Sociais Séniores	22.03.2025 - 22.03.2025	4	14	1	56
Estratégias Para Promover O Bem-Estar Emocional E Cognitivo Na Terceira Idade	02.04.2025 - 02.04.2025	4	20	1	80
Plano Individual De Cuidados – Novas Exigências Em ERPI	02.05.2025 - 02.05.2025	3	12	1	36
Planeamento De Atividades Intergeracionais	16.05.2025 - 16.05.2025	3	18	1	54
Os Instrumentos De Regulamentação Coletiva De Trabalho No Terceiro Setor E Seu Impacto No Processamento Salarial	20.05.2025 - 20.05.2025	3	6	1	18
Cuidados Nas Últimas Horas E Dias De Vida (3ª Edição)	28.05.2025 - 28.05.2025	4	16	1	64
Instrumentos De Intervenção Social Com A População Sénior	14.06.2025 - 14.06.2025	4	8	1	32
Elaboração De Horários E Escalas De	23.06.2025 -	4	19	1	76

Trabalho (4ª Edição)	23.06.2025				
Visitas De Acompanhamento Da Segurança Social Em Respostas Sociais E Sénior (ERPI, CD E SAD)	30.06.2025 - 30.06.2025	3	15	1	45
Saúde Mental No Envelhecimento: Prevenção, Intervenção E Estigma	17.09.2025 - 17.09.2025	3	29	1	87
Elaboração Do Projeto Pedagógico	22.09.2025 - 22.09.2025	3	25	1	75
Elaboração De Horários E Escalas De Trabalho (5ª Edição)	30.09.2025 - 30.09.2025	4	27	1	108
Técnicas De Comunicação Na Demência	06.10.2026 - 06.10.2026	3	39	1	117
Estimulação Precoce: Práticas Pedagógicas Para Crianças De 0 A 6 Anos	14.10.2026 - 14.10.2026	3	38	1	114
Avaliação Diagnóstica Na Prática Do Serviço Social No Envelhecimento	25.10.2025 - 25.10.2025	4	15	1	60
Cálculo De Mensalidades Nas Respostas Sociais Séniores E Deficiência (5ª Edição)	31.10.2025 - 31.10.2025	4	51	1	204
Requisitos Legais Na Elaboração Do Orçamento Para 2026 Nas Organizações Sociais	03.11.2025 - 03.11.2025	4	14	1	56
Intervenção Social Autárquica – Atuação Do Serviço Social no Contexto das Novas Competências das Autarquias	08.11.2025 - 08.11.2025	4	9	1	36
Ajudas Técnicas E A Sua Utilização	11.11.2025 - 11.11.2025	3	14	1	42
Processos Individuais Em Casa De Acolhimento Residencial (CAT E LIJ) – 2ª Edição	17.11.2025 - 17.11.2025	4	24	1	96
Projetos De Vida E Planos De Intervenção Individual Em Casas De Acolhimento (CAT E LIJ)	19.11.2025 - 19.11.2025	4	23	1	92
Sexualidade Na Terceira Idade	24.11.2025 - 24.11.2025	3	16	1	48
Cuidar De Quem Cuida: Prevenção Do Burnout	28.11.2025 - 28.11.2025	3	39	1	117
Os Cuidados De Enfermagem À Pessoa Idosa	03.12.2025 - 03.12.2025	3	10	1	30

Formações de longa duração

Durante o ano de 2025 foram desenvolvidas um total de 8 ações formativas de longa duração que envolveu um total:

- 181 formandos
- 47 formadores
- 8622 horas de volume de formação

Formações de longa duração 2025	Data Início e Fim	Carga Horária	Nº Formandos	Nº Formadores	Volume de Formação
Master executivo em sistemas de gestão da qualidade nas organizações sociais (5ª Edição)	11.10.2024 – 11.04.2025	108	24	5	2592
Especialização Prática em direção técnica nas respostas sociais (1ª Edição)	09.11.2024 – 25.01.2025	40	31	5	1240
Master em liderança de pessoas e equipas	28.02.2025 - 27.03.2025	25	22	1	550
Especialização Prática em direção técnica nas respostas sociais (2ª Edição)	07.03.2025 – 30.05.2025	40	25	5	1000
Master em empreendedorismo, inovação e gestão de projetos sociais	14.03.2025 – 12.09.2025	70	12	9	840
Master executivo em sistemas de gestão da qualidade nas organizações sociais (6ª Edição)	21.03.2025 – 28.11.2025	108	10	4	1080
Curso de Controlo de Infecções, Manutenção e Sustentabilidade Ambiental	26.05.2025 - 23.12.2025	16	45	6	720
Especialização prática em cuidados geriátricos	15.10.2025 – 19.12.2025	50	12	17	600

Networking Camp – Encontro de Dirigentes, Diretores Técnicos e Técnicos das IPSS

No decorrer do exercício de 2025, a ANGES deu continuidade e reforçou a aposta no projeto Networking Camp – Encontro de Dirigentes, Diretores Técnicos e Técnicos das IPSS. Esta iniciativa, já afirmada como um pilar estratégico da associação, reafirmou o seu propósito de apoiar os dirigentes das Organizações Sociais que, diariamente, enfrentam a complexidade de assegurar serviços de excelência a utentes, famílias e equipas.

Reconhecendo que o isolamento institucional é um dos maiores entraves à inovação no setor social, o Networking Camp configurou-se, ao longo de 2025, como um espaço vital de partilha entre Diretores Técnicos, Diretores de Serviços e Coordenadores das áreas da Infância, Sénior e Deficiência.

A continuidade e execução deste projeto em 2025 demonstrou que a união entre dirigentes e técnicos superiores é o motor para a melhoria contínua das respostas sociais. Ao capacitar quem decide e quem coordena, a ANGES contribuiu diretamente para a valorização do capital humano das organizações e,

consequentemente, para o bem-estar dos milhares de utentes por elas abrangidos. Em 2025 foram levados a cabo 3 Networking Camps que envolveram um total de:

- 600 formandos
- 19 formadores
- 4800 horas de volume de formação

Encontros Diretores Técnicos – 2025	Data Início e Fim	Carga Horária	Nº Formandos	Nº Formadores	Volume de Formação
Encontro de Dirigentes, Diretores Técnicos e Técnicos da IPSS em Castelo Branco	07.02.2025 - 07.02.2025	8	188	6	1504
Encontro de Dirigentes, Diretores Técnicos e Técnicos da IPSS em Aveiro	27.06.2025 - 27.06.2025	8	129	7	1032
Encontro de Dirigentes, Diretores Técnicos e Técnicos da IPSS em Sintra	19.09.2025 - 19.09.2025	8	283	6	2264

Congressos, Conferências e Workshops

Por último em relação ao Congressos/Conferências e Workshops foram desenvolvidas um total de 5 ações que envolveram um total:

- 2030 formandos
- 183 formadores
- 31625 horas de volume de formação

Congressos/Conferências /Workshops– 2025	Data Início e Fim	Carga Horária	Nº Formandos	Nº Formadores	Volume de Formação
CIPINE2025 – Congresso Internacional Sobre Projetos de Intervenção no Envelhecimento	23.01.2025 - 24.01.2025	16	465	59 (só comunicações livres)	7440
AGEINGAZORES2025 – I Congresso Internacional Sobre Envelhecimento dos AÇORES	10.04.2025- 12.04.2025	24	-	64	-
AGEINGCONGRESS2025 - Penafiel	22.05.2025 - 23.05.2025	16	1280	20	20160
CIES2025 – Congresso Internacional de Envelhecimento, Educação, Saúde e Sociedade	16.10.2025 - 17.10.2025	16	240	33(só comunicações livres)	3840

Seminário de Empreendedorismo e Inovação Social: Soluções para a interioridade	03.07.2025 - 03.07.2025	4	45	7	185
--	-------------------------------	---	----	---	-----

I Gala de Mérito Social

A ANGES - Associação Nacional de Gerontologia Social entregou, no passado dia 25 de março de 2025, a Bandeira de Mérito Social 2025 a várias entidades, numa cerimónia que teve lugar no Quartel das Artes em Oliveira do Bairro e contou com a presença da Ministra do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, Maria do Rosário Palma Ramalho, distinguida com a Medalha de Mérito Social - Grau Ouro atribuída pela ANGES. Este galardão distingue municípios, juntas de freguesia e instituições que se destacam pelas suas boas práticas na promoção do envelhecimento ativo, digno e saudável, bem como no apoio a cuidadores formais e informais, reforçando a importância de políticas sociais inclusivas e sustentadas. A cerimónia contou com a presença de representantes das diferentes entidades premiadas, técnicos das áreas sociais e profissionais da saúde. Foi também um momento de partilha de projetos inspiradores. Foram distinguidas 160 instituições das 532 que se candidataram ao único reconhecimento nacional do mérito social. A ANGES, através destas distinções, reconhece e estimula o trabalho de proximidade que se faz no terreno e promove uma rede nacional de boas práticas ao serviço do envelhecimento ativo e da coesão social.

Intervenção na Comunidade

Durante o ano 2025 foi dada continuidade ao projeto do Centro Educativo para Sêniores de Pombal.

Centro Educativo para Seniores de Pombal (CESP)

A Organização Mundial de Saúde (OMS) defende que um envelhecimento ativo preconiza três pilares basilares: i) saúde com enfoque na qualidade de vida e no bem-estar físico, social e mental; ii) segurança com proteção e satisfação de necessidades, dignidade e direitos das pessoas idosas; e iii) participação com acesso à educação e aprendizagem ao longo da vida e implementação de programas que apoiam a participação na íntegra em atividades sociais, culturais e espirituais. Outro desafio emergente prende-se com a tendência dos serviços públicos de saúde e sociais privilegiarem o contacto com o cidadão através dos meios digitais em detrimento do contacto pessoal. Os idosos são o grupo mais vulnerável e mais propício a perder-se neste ambiente altamente automatizado, pelo que se torna uma prioridade garantir e facilitar o acesso aos meios digitais por parte dos idosos, permitindo ao idoso ter um papel participativo na comunidade e na promoção da saúde.

Assim, a promoção de um envelhecimento ativo e saudável assenta a valorização da aprendizagem ao longo da vida com desenvolvimento de programas de educação contínua e de atualização para que as pessoas que concluíram a sua vida laboral beneficiem de oportunidades de continuar a sua formação, adquirir novas competências e de atualizar os seus conhecimentos, conferindo-lhes um sentimento renovado de importância, de finalidade e propósito, aumentando desta forma a sua satisfação com a vida, o seu bem-estar e a sua qualidade de vida.

Ao longo de 2025, o projeto consolidou-se como um modelo de inovação social e científica no domínio do envelhecimento ativo, articulando investigação aplicada e intervenção comunitária, com impacto significativo na autonomia funcional, no bem-estar psicológico, na cognição e na integração social das pessoas idosas participantes.

Paralelamente, o Espaço Sénior de Pombal manteve-se como um polo estruturante de intervenção socioeducativa, oferecendo um conjunto diversificado de atividades regulares, complementadas por ações comunitárias, intergeracionais e descentralizadas no território.

Participaram no projeto, ao longo do ano, cerca de 160 pessoas idosas inscritas, das quais aproximadamente 90 participaram de forma regular nas atividades e avaliações, com idades compreendidas entre os 60 e os 86 anos, maioritariamente autónomas e residentes na comunidade.

Instrumentos de Avaliação

A recolha de dados foi assegurada por uma equipa técnica multidisciplinar, composta por profissionais das áreas da psicologia e da atividade física. Foram utilizados instrumentos quantitativos e qualitativos, incluindo baterias de avaliação validadas, questionários de satisfação e de avaliação global, aplicados de forma anónima, bem como a observação direta e sistemática durante as sessões, permitindo uma análise integrada dos progressos dos participantes.

A avaliação dos participantes foi realizada através de uma bateria de instrumentos validados cientificamente para a população idosa portuguesa, permitindo uma análise rigorosa, multidimensional e comparável ao longo dos diferentes momentos de avaliação. Estes instrumentos possibilitaram a monitorização das dimensões física, cognitiva, emocional, social e funcional, assegurando a adequação metodológica do projeto.

O **Mini-Mental State Examination (MMSE)** foi utilizado como instrumento de rastreio cognitivo, permitindo avaliar domínios como orientação, atenção, memória, linguagem e capacidade de construção visual. Este instrumento possibilitou a identificação de alterações cognitivas e a

monitorização da evolução das funções cognitivas ao longo do período de intervenção.

A **Escala de Depressão Geriátrica (GDS)**, na sua versão reduzida, foi aplicada para o rastreio de sintomatologia depressiva, avaliando aspetos cognitivos e comportamentais frequentemente associados à depressão na população idosa.

O **Inventário de Ansiedade Geriátrica (GAI)** permitiu avaliar a ansiedade percebida, constituindo um indicador relevante do estado emocional e do impacto das atividades no bem-estar psicológico dos participantes.

A avaliação da capacidade funcional e do risco de quedas foi realizada através do **Timed Up and Go Test (TUG)**, do **Teste de Sentar e Levantar da Cadeira (30 segundos)** e do **Handgrip Test**, que avaliaram, respetivamente, a mobilidade funcional, a força e resistência dos membros inferiores e a força de preensão manual, indicadores fundamentais da autonomia e da fragilidade em idade avançada.

A fragilidade multidimensional foi avaliada através do **Tilburg Frailty Indicator (TFI)**, permitindo analisar componentes físicas, psicológicas e sociais associadas à vulnerabilidade funcional.

A perceção de qualidade de vida foi avaliada através do **Questionário de Estado de Saúde SF-36v2**, que permitiu aceder à perceção dos participantes relativamente ao seu estado de saúde geral, funcionamento físico, social e emocional.

A **Escala de Solidão UCLA** foi utilizada para avaliar os sentimentos subjetivos de solidão e isolamento social, constituindo um indicador central para a monitorização do impacto das atividades de socialização e participação comunitária.

Por fim, foram utilizados **questionários de satisfação e avaliação global**, com o objetivo de recolher a perceção dos participantes relativamente à qualidade das atividades, ao impacto percebido no bem-estar e à adequação das intervenções às suas necessidades e expectativas.

Momentos de avaliação

O protocolo de intervenção contemplou três momentos distintos de avaliação, devidamente estruturados ao longo do ano:

- **Avaliação Inicial (T0)** – realizada no início de 2025, com o objetivo de caracterizar a linha de base dos participantes ao nível físico, cognitivo, emocional e social;

- **Avaliação Intermédia (T1)** – realizada a meio do período de intervenção, permitindo monitorizar a evolução dos participantes, identificar tendências de mudança e orientar ajustamentos nas atividades desenvolvidas;
- **Avaliação Final (T2)** – realizada no último trimestre de 2025, com vista à avaliação do impacto global da intervenção, analisando os ganhos alcançados e a eficácia do projeto ao longo do ano.

A par destes momentos formais de avaliação, foram ainda realizados acompanhamentos trimestrais da frequência e satisfação dos participantes, reforçando a monitorização contínua e a adaptação da intervenção às necessidades identificadas.

Atividades desenvolvidas

As atividades desenvolvidas ao longo do ano foram organizadas de forma integrada, visando responder às diferentes dimensões do envelhecimento ativo — cognitiva, física, emocional, social e funcional — através de metodologias participativas, adaptadas às necessidades e interesses dos participantes.

Estimulação cognitiva - Centrada no treino das funções cerebrais, nomeadamente memória, atenção, raciocínio lógico, linguagem e vocabulário. As sessões incluíram exercícios estruturados, jogos cognitivos, desafios mentais e tarefas de grupo, com o objetivo de manter e potenciar as capacidades cognitivas, promovendo também a autoconfiança e a interação social.

Oficina da Longevidade - caráter físico-funcional, orientada para o reforço da força muscular, mobilidade, equilíbrio e resistência, com enfoque na prevenção da fragilidade e na manutenção da autonomia nas atividades da vida diária. Paralelamente, integrou momentos de preparação física e funcional para a participação em saídas culturais e comunitárias.

Yoga Sénior - Aulas de yoga adaptadas à população sénior, focadas na mobilidade articular, equilíbrio postural, respiração consciente, relaxamento e consciência corporal. Esta atividade contribuiu para o bem-estar físico e emocional, promovendo a gestão do stress e a melhoria da flexibilidade.

Oficina criativa- Espaço dedicado ao estímulo da criatividade e da expressão pessoal, através do desenvolvimento de projetos temáticos nas áreas artísticas e expressivas. As oficinas promoveram a imaginação, a partilha de experiências, a expressão emocional e o reforço da autoestima.

Oficina musical e cavaquinhos - Atividade musical de grupo que integrou canto coral e prática de

cavaquinhos. Teve como principais objetivos estimular a memória auditiva, o ritmo e a coordenação, bem como promover o convívio, o sentimento de pertença e a valorização cultural.

Literacia digital - Sessões de informática orientadas para o desenvolvimento de competências digitais básicas, incluindo o uso do telemóvel, computador, internet e ferramentas digitais úteis no quotidiano. Esta atividade visou reduzir a exclusão digital, estimular o raciocínio lógico e promover a autonomia no acesso à informação e serviços.

Oficinas de saúde e bem-estar - Atividades de carácter educativo, com especial enfoque na nutrição e em hábitos de vida saudáveis. As sessões promoveram a literacia em saúde, a adoção de comportamentos preventivos e a reflexão sobre escolhas alimentares adequadas ao envelhecimento.

Atividades culturais e comunitárias - Realização de saídas a pontos históricos, culturais e locais de interesse identificados pelos próprios participantes. Estas atividades tiveram como principal intuito promover o contacto com o património local e regional, estimular a participação comunitária, reforçar os vínculos sociais e valorizar as experiências de vida e os interesses individuais dos idosos, contribuindo para o combate ao isolamento social e para o sentimento de pertença à comunidade.

Estas atividades decorreram semanalmente, promovendo a participação ativa, a aprendizagem contínua e o convívio social.

Intervenção nas freguesias

No âmbito de uma parceria com a Câmara Municipal de Pombal, a ANGES desenvolveu, a partir de 12 de setembro de 2025 e até ao dia 18 de dezembro de 2025, sessões semanais de estimulação cognitiva nas várias freguesias:

- Redinha
- Louriçal
- Almagreira
- Pelariga
- Carriço
- Guia
- Vila Cã
- Ilha
- Abiul

- Vermoil
- Carnide
- Mata Mourisca
- Meirinhas

A estimulação cognitiva foi a única atividade assegurada diretamente por profissionais da equipa da ANGES nestes territórios. A participação variou entre 4 a 13 participantes por freguesia, contribuindo para a descentralização da intervenção e para o combate ao isolamento em zonas rurais.

Resultados (Avaliação Quantitativa Estimada)

Capacidade Física

Observou-se uma melhoria global dos indicadores físicos ao longo do ano, indicam maior autonomia funcional e menor risco de quedas.

Indicador	Avaliação Inicial	Avaliação Final	Varição
<i>TUG (s)</i>	8,2 ± 2,4	7,6 ± 2,1	-7%
<i>Sit-to-Stand (30s)</i>	14,6 ± 2,8	16,4 ± 2,6	+12%
<i>Handgrip (kg)</i>	19,2 ± 5,1	21,3 ± 4,8	+11%
<i>Índice de Barthel</i>	99,6 ± 1,6	99,4 ± 1,6	-0,2

Estado Cognitivo

Verificou-se uma melhoria ligeira, mas consistente do desempenho global, acompanhada por uma perceção subjetiva muito positiva por parte dos participantes, que referiram maior confiança na memória, atenção e raciocínio no quotidiano.

Indicador	Inicial	Final
<i>MMSE (média)</i>	26,4 ± 2,8	27,6 ± 2,3

Estado Emocional

Indicador	Inicial	Final
<i>GDS (média)</i>	2,5 ± 2,4	2,1 ± 2,0
<i>GAI (média)</i>	6,0 ± 5,6	5,2 ± 4,9

Os indicadores apontam para uma redução global dos sintomas de ansiedade e depressão, ainda que se mantenham algumas oscilações individuais, especialmente em períodos associados a maior carga emocional, como as festividades.

Fragilidade, Qualidade de Vida e Solidão

Os resultados demonstram uma redução da vulnerabilidade multidimensional, uma melhoria na perceção de saúde geral e uma diminuição do isolamento social, confirmando o contributo das atividades comunitárias e de grupo para o reforço das redes sociais e do sentimento de pertença.

Indicador	Inicial	Final
<i>TFI</i>	5,1 ± 2,6	4,3 ± 2,4
<i>SF-36 – Saúde Geral</i>	47,8 ± 16,9	54,2 ± 15,3
<i>UCLA Solidão</i>	26,3 ± 10,2	22,1 ± 8,9

Satisfação dos participantes

A avaliação da satisfação revelou níveis muito elevados:

- 95% classificaram as atividades como “boas” ou “muito boas”;
- 97% referiram sentir-se mais confiantes no dia a dia;
- 96% reportaram melhorias no humor e bem-estar;
- 100% referiram fortalecimento de vínculos sociais.

Discussão

Os resultados obtidos ao longo de 2025 evidenciam de forma clara a eficácia da intervenção multidimensional desenvolvida no âmbito do AGEING@LAB e do Espaço Sénior de Pombal, confirmando o impacto positivo de abordagens integradas, personalizadas e baseadas na comunidade. A análise conjunta dos dados quantitativos estimados, da observação técnica contínua e da perceção dos participantes permite identificar melhorias consistentes nos domínios físico, cognitivo, emocional e social.

Ao nível da capacidade física, os ganhos observados nos testes funcionais, nomeadamente na mobilidade, força dos membros inferiores e força de preensão manual, indicam uma evolução positiva da funcionalidade global dos participantes. A redução do tempo médio no teste *Timed Up and Go* e o aumento do número de repetições no teste de Sentar e Levantar da Cadeira refletem uma maior confiança motora, melhor equilíbrio e menor risco de quedas, fatores essenciais para a manutenção da autonomia e prevenção da fragilidade.

No domínio cognitivo, a estimulação cognitiva revelou-se uma das componentes mais estruturantes da intervenção. As melhorias registadas nos scores médios do MMSE, aliadas ao elevado número de

participantes que referiram sentir-se cognitivamente mais capazes, demonstram o contributo destas atividades para a manutenção das funções cognitivas. A descentralização da estimulação cognitiva nas freguesias do concelho de Pombal, em parceria com o Município, permitiu alargar o alcance da intervenção, aproximando os serviços das comunidades locais e promovendo maior equidade no acesso às atividades, com impacto positivo na perceção de autonomia, competência e participação social.

Relativamente à dimensão emocional, observou-se uma melhoria global ligeira dos indicadores de ansiedade e depressão, coexistindo com situações de maior vulnerabilidade emocional em alguns participantes. Este fenómeno revelou-se particularmente evidente em períodos específicos do ano, como as festividades, reforçando a necessidade de uma abordagem contínua e atenta às flutuações emocionais inerentes ao envelhecimento. Ainda assim, os elevados níveis de satisfação, autoestima e sentimento de acolhimento evidenciam o papel protetor das atividades de grupo no bem-estar psicológico.

A dimensão social destacou-se como uma das áreas com maior impacto positivo, refletida na diminuição dos níveis de solidão e no fortalecimento dos vínculos interpessoais. As oficinas criativas, musicais, atividades culturais e comunitárias funcionaram como espaços privilegiados de socialização, partilha e valorização das experiências de vida, contribuindo significativamente para o combate ao isolamento social e para o reforço do sentimento de pertença à comunidade.

De forma transversal, a articulação entre investigação aplicada e intervenção comunitária, bem como o trabalho em rede com entidades parceiras, constituiu um fator determinante para a qualidade, sustentabilidade e impacto do projeto.

Concretização de Objetivos

Ao longo de 2025, o AGEING@LAB e o Espaço Sénior de Pombal alcançaram, de forma globalmente consistente, os objetivos definidos para a intervenção, evidenciando impactos positivos nas várias dimensões do envelhecimento ativo.

No que respeita ao **reforço da autonomia funcional e prevenção da fragilidade**, os resultados observados ao nível da capacidade física, mobilidade e força muscular demonstram ganhos funcionais relevantes, associados à participação regular na Oficina da Longevidade, Yoga Sénior e atividades físicas adaptadas. Estes ganhos traduziram-se numa maior confiança na realização das atividades da vida diária e numa redução do risco de quedas.

Relativamente ao objetivo de **estimular as funções cognitivas e a literacia digital**, as sessões regulares de estimulação cognitiva — tanto em contexto central como descentralizado nas freguesias — e as atividades de literacia digital contribuíram para a manutenção e melhoria do desempenho cognitivo, bem como para o aumento da perceção subjetiva de competência mental, autonomia e capacidade de adaptação às exigências do quotidiano.

No domínio do **bem-estar emocional e da autoestima**, observou-se uma melhoria global, ainda que moderada, refletida na redução média dos indicadores de ansiedade e depressão e reforçada pelos elevados níveis de satisfação, sentimento de inclusão e valorização pessoal reportados pelos participantes.

O objetivo de **combate ao isolamento social e reforço das redes de suporte** foi amplamente alcançado, evidenciado pela diminuição dos níveis de solidão percebida, pelo fortalecimento dos vínculos interpessoais e pela elevada participação em atividades de grupo, culturais e comunitárias.

Por fim, o projeto contribuiu para a **produção de conhecimento aplicado**, sustentando práticas baseadas em evidência através da monitorização sistemática, da utilização de instrumentos validados e da articulação entre investigação e intervenção comunitária.

Conclusões

O ano de 2025 consolidou o AGEING@LAB e o Espaço Sénior de Pombal como projetos de referência na promoção do envelhecimento ativo, saudável e participativo em contexto comunitário. A intervenção desenvolvida permitiu alcançar, de forma globalmente consistente, os objetivos definidos, evidenciando impactos positivos nas dimensões física, cognitiva, emocional e social das pessoas idosas participantes.

Os resultados observados demonstram que o reforço da autonomia funcional e a prevenção da fragilidade foram efetivamente alcançados, refletindo-se em melhorias da mobilidade, da força muscular e da confiança na realização das atividades da vida diária. Paralelamente, a estimulação cognitiva regular e as ações de literacia digital contribuíram para a manutenção e melhoria das funções cognitivas, bem como para o aumento da perceção de competência, autonomia e capacidade de adaptação ao quotidiano.

No domínio do bem-estar emocional, verificou-se uma melhoria global, ainda que moderada,

traduzida na redução média dos sintomas de ansiedade e depressão e fortemente reforçada pelos elevados níveis de satisfação, autoestima e sentimento de inclusão reportados pelos participantes. O combate ao isolamento social e o reforço das redes de suporte constituíram um dos objetivos mais claramente alcançados, evidenciado pela diminuição da solidão percebida, pelo fortalecimento dos vínculos interpessoais e pela elevada adesão às atividades de grupo, culturais e comunitárias.

Adicionalmente, o projeto cumpriu o seu papel na produção de conhecimento aplicado, sustentando práticas baseadas em evidência através da monitorização sistemática, da utilização de instrumentos validados e da articulação entre investigação e intervenção na comunidade.

Apesar dos resultados amplamente positivos, reconhece-se que alguns objetivos exigem continuidade e aprofundamento, nomeadamente no reforço da literacia digital aplicada à saúde e no desenvolvimento de respostas mais individualizadas ao nível da saúde mental. Estes desafios constituem oportunidades de melhoria e orientação estratégica para os próximos ciclos de intervenção, assegurando a sustentabilidade, a qualidade e o impacto contínuo do AGEING@LAB e do Espaço Sénior de Pombal.

Perspetivas Futuras

Apesar dos resultados globalmente positivos, alguns objetivos revelaram-se apenas parcialmente concretizados ou exigem continuidade e aprofundamento nos próximos ciclos de intervenção. Entre estes, destaca-se a necessidade de reforçar a literacia digital aplicada à saúde, nomeadamente no uso de plataformas digitais para marcação de serviços, acesso a informação em saúde e comunicação com entidades, ainda condicionada por limitações de acesso a equipamentos e por diferentes níveis de proficiência digital.

Verifica-se igualmente a necessidade de aprofundar a intervenção ao nível da saúde mental, com estratégias mais individualizadas para participantes que apresentam maior vulnerabilidade emocional, particularmente em períodos de maior carga afetiva e social, como as festividades.

Para os próximos anos, propõe-se assim a expansão e consolidação da literacia digital aplicada à saúde, a diversificação das estratégias de promoção do bem-estar emocional, o reforço de respostas de proximidade para situações de maior isolamento ou fragilidade, bem como a continuidade da avaliação sistemática baseada em evidência científica. Estas perspetivas visam assegurar a melhoria contínua da qualidade da intervenção, maximizar os ganhos em saúde e qualidade de vida e reforçar o impacto comunitário do AGEING@LAB e do Espaço Sénior de Pombal

Universidade da Maturidade Portugal - Soure

O município de Soure, no distrito de Coimbra, entrou para a história ao inaugurar a primeira Universidade da Maturidade do país, um projeto pioneiro que promete transformar a forma como a sociedade portuguesa encara o envelhecimento ativo e a inclusão social da população sénior.

A cerimónia decorreu no dia 20 de maio e contou, entre outras, com a presença de uma delegação da Universidade da Maturidade UMA, de Palmas Tocantins Brasil, destacando-se ainda na sessão inaugural animação musical por parte do artista Tiago Silva.

Inspirada em modelos bem-sucedidos do Brasil, a Universidade da Maturidade de Soure distingue-se das tradicionais universidades seniores por integrar uma componente formativa mais abrangente, centrada na promoção do envelhecimento ativo, da participação cívica e da saúde integral. A Universidade da Maturidade de Soure resulta de uma parceria entre a ANGES – Associação Nacional de Gerontologia Social, a Câmara Municipal de Soure, a Universidade Federal de Tocantins (Brasil) — criadora do modelo original — e várias instituições locais de saúde, educação e solidariedade social.

O polo da UMA em Portugal já conta com mais de 100 académicos matriculados e deverá oferecer atividades três vezes por semana, conduzidas por um psicólogo, um educador físico e um Gerontólogo, além de aulas, neste primeiro momento, virtuais, com professores que atuam nos polos do Brasil. Com esta aposta inovadora, Soure assume-se como referência nacional no desenvolvimento de políticas públicas inclusivas e adaptadas ao envelhecimento da população. A expectativa é que o projeto-piloto possa vir a ser replicado noutros municípios portugueses nos próximos tempos.

Projeto INCUBADORA DE INOVAÇÃO SOCIAL VISEU DÃO LAFÕES

A **Incubadora de Inovação Social Viseu Dão Lafões** é um projeto promovido pela **ANGES**, desenvolvido em parceria com a **Comunidade Intermunicipal Viseu Dão Lafões**. Este projeto nasce com a ambição de fortalecer o empreendedorismo de impacto e a inovação social em todo o território da CIM Viseu Dão Lafões, abrangendo os 14 municípios da região, desde Aguiar da Beira até Vouzela.

Desde a sua criação, a incubadora tem como missão criar dinâmicas de ação que promovam respostas inovadoras aos desafios sociais locais. O seu trabalho assenta em **três pilares fundamentais** — incubação, aceleração e capacitação — que estruturam um percurso de apoio contínuo a projetos e ideias que queiram gerar impacto positivo na comunidade.

A incubadora dirige-se a todos os segmentos da população — jovens, adultos, idosos — bem como a entidades da economia social e outros agentes locais interessados em desenvolver ideias de negócio ou iniciativas sociais sustentáveis. Através de processos de mentoria, apoio técnico especializado e ações de capacitação, promove o fortalecimento de competências, a construção de redes colaborativas e a dinamização de um ecossistema regional de inovação social. As atividades são descentralizadas e realizadas em diversos municípios da CIM, facilitando o acesso e a

proximidade aos participantes. -se a todos os segmentos da população — jovens, adultos, idosos — bem como a entidades da economia social e outros agentes locais interessados em desenvolver ideias de negócio ou iniciativas sociais sustentáveis. Através de processos de mentoria, apoio técnico especializado e ações de capacitação, promove o fortalecimento de competências, a construção de redes colaborativas e a dinamização de um ecossistema regional de inovação social. As atividades são descentralizadas e realizadas em diversos municípios da CIM, facilitando o acesso e a proximidade aos participantes.

Este projeto só é possível graças ao contributo dos **investidores sociais — a Comunidade Intermunicipal Viseu Dão Lafões e a Talinamed** — e ao apoio do **Programa Portugal Inovação Social 2030 (PT2030)**, que cofinancia a iniciativa e lhe assegura sustentabilidade financeira e operacional. Esta combinação de investimento regional e apoio público permite à incubadora oferecer um apoio robusto e estruturado, impulsionando projetos que possam criar emprego, responder a desafios sociais e contribuir para a fixação de população no interior do país.

Ao longo do seu funcionamento, a Incubadora de Inovação Social Viseu Dão Lafões tem vindo a afirmar-se como um catalisador de transformação social e territorial, promovendo soluções inovadoras que valorizam o potencial das pessoas e das comunidades, e fortalecendo a resiliência e a coesão da região. -se como um catalisador de transformação social e territorial, promovendo soluções inovadoras que valorizam o potencial das pessoas e das comunidades, e fortalecendo a resiliência e a coesão da região.

Projeto I3G – CENTRO DE INVESTIGAÇÃO E CIÊNCIA DA TERCEIRA GERAÇÃO

O I3G – Centro de Investigação e Ciência da Terceira Geração é um projeto social inovador, que aposta no envolvimento ativo de seniores com mais de 65 anos em processos de investigação participativa, e que pretende dar resposta ao isolamento social e ao sentimento de solidão da população sénior da freguesia de Quarteira.

No I3G, os seniores são convidados a partilhar experiências, identificar desafios, propor soluções e contribuir para a produção de conhecimento científico sobre o envelhecimento e a realidade social da sua comunidade. É promovido pela ANGES – Associação Nacional de Gerontologia Social, e conta com o envolvimento da Junta de Freguesia de Quarteira, que assume um papel central enquanto parceiro local.

O projeto tem duração prevista até dezembro de 2028 e estrutura-se em quatro eixos: investigação científica, promoção da saúde e bem-estar, inter-relação comunitária e disseminação pública de resultados. Esta abordagem permite envolver cerca de 200 seniores em situação de vulnerabilidade, reforçando a participação ativa, a autonomia e o bem-estar, e servindo de inspiração para políticas públicas e projetos semelhantes noutros territórios.

A implementação deste projeto é uma oportunidade que dá a conhecer um modelo inovador de envelhecimento ativo, onde os seniores deixam de ser apenas beneficiários e passam a ser protagonistas no processo de investigação.

Esquadra Sénior – Monte Real

A Esquadra Sénior constitui-se como um centro de atividades multidisciplinares, vocacionado para a estimulação cognitiva, manutenção física e socialização, oferecendo aos militares na reserva e reforma um espaço de partilha, convívio e continuidade de missão. Através desta colaboração, a Base Aérea N.º 5 e a ANGES unem esforços na criação de uma resposta inovadora e humana, que reforça o sentimento de pertença e o cuidado intergeracional dentro da família militar. Durante a cerimónia de assinatura da parceria, a ANGES distinguiu a Base Aérea N.º 5 com a Bandeira de Mérito Social, reconhecendo o contributo exemplar da Unidade na promoção do bem-estar e da coesão social. Na mesma ocasião, o Comandante da Unidade, Coronel, Piloto Aviador, Luís Carlos Frutuoso da Silva, foi agraciado com a Medalha de Mérito Social, Grau Ouro, distinção que homenageia o seu empenho em impulsionar políticas de valorização humana e o desenvolvimento de práticas inovadoras no domínio da saúde e bem-estar. Este momento simbólico reforça a convicção partilhada de que cuidar de quem serviu é continuar a servir o país. Com esta parceria, a Base Aérea N.º 5 e a ANGES abrem novos horizontes de colaboração e lançam as bases de um futuro mais solidário, ativo e consciente — um futuro onde a experiência se transforma em legado e o cuidado em missão

Disseminação científica

CIPINE2025 – Congresso Internacional Sobre Projetos de Intervenção no Envelhecimento

Como parte do seu compromisso com a promoção de práticas inovadoras e investigação científica na área do envelhecimento, a ANGES – Associação Nacional de Gerontologia Social organizou o **CIPINE2025 – Congresso Internacional Sobre Projetos de Intervenção no Envelhecimento**, realizado **online nos dias 23 e 24 de janeiro de 2025**. Esta iniciativa constituiu um espaço privilegiado para a apresentação e discussão de projetos e intervenções direcionados à melhoria da qualidade de vida da população idosa.

O congresso reuniu profissionais, investigadores e académicos de diferentes áreas do conhecimento, permitindo a partilha de experiências e resultados de investigação sobre temas como reabilitação, capacitação de cuidadores, inovação sociocultural, bem-estar, inclusão social, abordagens intergeracionais e práticas comunitárias que promovem um envelhecimento saudável e ativo.

O programa científico incluiu comunicações ao longo de dois dias, com destaque para projetos sobre cuidados paliativos, animação sociocultural, análise de práticas comunitárias de intervenção e avaliação de capacidades funcionais. Esta diversidade temática reforçou a abordagem interdisciplinar e holística da ANGES face aos desafios do envelhecimento populacional.

Adicionalmente, o processo de submissão de resumos e artigos permitiu a publicação dos trabalhos em livro do evento com ISBN, além da possibilidade de publicação dos artigos completos na revista **RIAGE – Revista IberoAmericana de Gerontologia**, conferindo maior visibilidade científica às contribuições dos participantes.

O **CIPINE2025** consolidou-se como uma plataforma estratégica para a divulgação de projetos de intervenção no envelhecimento, fortalecendo redes profissionais e académicas e promovendo práticas e políticas sustentáveis que respondem às complexidades do envelhecimento da população.

AGEINGAZORES2025 – I Congresso Internacional sobre Envelhecimento dos Açores

O **AgeingAzores2025** realizou-se entre **10 e 12 de abril de 2025**, em **Angra do Heroísmo (Açores)**, em formato híbrido (presencial e online). Este foi o 1.º Congresso Internacional dedicado ao envelhecimento na região dos Açores, organizado pela Associação Nacional de Gerontologia Social – ANGES, com a parceria da Câmara Municipal de Angra do Heroísmo e outras entidades.

O congresso reuniu especialistas nacionais e internacionais, investigadores, profissionais de saúde, técnicos e representantes da comunidade, com o objetivo de promover a reflexão, discussão e partilha de conhecimento sobre os desafios e oportunidades do envelhecimento populacional. Foram destacadas temáticas como envelhecimento ativo e saudável, saúde física e mental, inclusão social, tecnologias de assistência, políticas públicas e respostas comunitárias.

A programação incluiu comunicações livres, painéis temáticos e mesas redondas, com participação de oradores de Portugal e de países como Cabo Verde, Brasil e Espanha, abordando questões relevantes para a prática da gerontologia social.

Durante a cerimónia de encerramento foram atribuídas distinções de mérito social a instituições e personalidades que se destacaram no contributo à sociedade e à promoção do envelhecimento ativo, reforçando o papel do evento como um espaço de reconhecimento e estímulo à inovação nesta área.

O sucesso do AgeingAzores2025 consolidou a ANGES como uma referência na promoção do diálogo científico e prático sobre envelhecimento, reforçando a importância da cooperação internacional e da troca de experiências para enfrentar os desafios da longevidade.

AGEINGCONGRESS 2025

Associação Nacional de Gerontologia Social

Entre os dias **20 e 23 de maio de 2025**, realizou-se a oitava edição do **AGEINGCONGRESS – Congresso Internacional sobre Envelhecimento**, que nesta edição teve como palco a cidade de **Penafiel**, no prestigiado espaço **Ponto C – Cultura e Criatividade**. O evento contou com a participação de um excelente grupo de oradores, nacionais e internacionais, estabelecendo-se como um espaço de reflexão e análise do setor da saúde e social num contexto de grande complexidade e exigência.

Realizado em **regime híbrido** (presencial em Penafiel e online), o congresso registou elevados níveis de participação e foi, simultaneamente, partilhado por um conjunto de parceiros e patrocinadores que contribuíram de forma decisiva para consolidar este que é o maior espaço nacional de reflexão sobre o envelhecimento e a intervenção do setor social.

O **AGEINGCONGRESS** incidiu em 2025 em dois momentos fundamentais: os dias **20 e 21 de maio** foram dedicados à apresentação de comunicações livres para a divulgação e disseminação de boas práticas, projetos e trabalhos de investigação; e os dias **22 e 23 de maio** foram dedicados ao Congresso propriamente dito, no qual foram abordadas distintas temáticas divididas em painéis de debate:

- **Políticas Públicas para um País Envelhecido; * Saúde e Bem-estar na Terceira Idade; * Inovação e Projetos no Terreno; * Perspetivas Internacionais do Envelhecimento; * Ética e Espiritualidade no Cuidar;**
- **A Arte e a Cultura como Ferramentas de Longevidade.**

O evento culminou com momentos de partilha comunitária, destacando-se as **Olimpíadas da Dança em Rede** e o envolvimento direto das instituições locais, reafirmando o compromisso de Penafiel com a promoção de um envelhecimento ativo e digno.

SEMINÁRIO DE EMPREENDEDORISMO E INOVAÇÃO SOCIAL – SOLUÇÕES PARA A INTERIORIDADE

No dia **3 de julho de 2025**, a Associação Nacional de Gerontologia Social – ANGES organizou, em formato presencial, o **Seminário de Empreendedorismo e Inovação Social – Soluções para a Interioridade**, que teve lugar no Auditório da Escola Superior de Tecnologia e Gestão do Instituto Politécnico de Viseu.

O seminário reuniu profissionais, representantes institucionais, agentes de inovação social e membros de organizações da região, com o propósito de debater parcerias e soluções inovadoras para a interioridade, enfatizando a importância da inovação social e do empreendedorismo como mecanismos de resposta aos desafios demográficos e sociais de contextos rurais e interiorizados.

A programação incluiu uma sessão de abertura com intervenções de representantes do Instituto Politécnico de Viseu, da Comunidade Intermunicipal Viseu Dão Lafões, da ANGES e da Portugal Inovação Social. Foram explorados temas como parcerias para a inovação social, a importância das redes colaborativas no desenvolvimento de respostas sociais e exemplos de iniciativas locais com impacto comunitário.

O evento contou ainda com uma sessão dedicada ao Centro de Empreendedorismo de Impacto, que reforçou a importância das ligações entre conhecimento académico, setor produtivo e intervenção social. Este seminário representou uma importante plataforma de diálogo e intercâmbio de práticas inovadoras, consolidando o compromisso da ANGES com a promoção de abordagens criativas e colaborativas frente aos desafios sociais contemporâneos, especialmente nos territórios do interior.

CIES2025 – Congresso Internacional de Envelhecimento, Educação, Saúde e Sociedade

No âmbito das atividades de promoção do conhecimento e da reflexão crítica sobre o envelhecimento, a ANGES – Associação Nacional de Gerontologia Social organizou o CIES2025 – Congresso Internacional de Envelhecimento, Educação, Saúde e Sociedade, realizado online nos dias 16 e 17 de outubro de 2025. Este evento interdisciplinar constituiu um espaço de partilha de saberes e experiências entre investigadores, profissionais e estudantes, centrando-se nos desafios e nas oportunidades associados ao envelhecimento numa sociedade em transformação.

O congresso integrou um programa científico diversificado, com comunicações livres e simpósios que abordaram temáticas relevantes como a funcionalidade e saúde mental no envelhecimento, tecnologia assistiva, educação como instrumento de inclusão social, cuidados paliativos, programas de reabilitação e promoção de um envelhecimento ativo e saudável. Ao longo dos dois dias de trabalho foram apresentadas investigações, revisões de escopo e estudos aplicados, refletindo as múltiplas dimensões do envelhecimento nas áreas da educação, da saúde e do contexto social.

A organização contou com uma comissão científica e organizadora internacional, reunindo especialistas de diversas instituições académicas em Portugal, Espanha e Brasil, reforçando o carácter colaborativo e global do congresso. A participação ativa de conferencistas e interlocutores contribuiu para fortalecer a rede de profissionais e académicos comprometidos com a promoção de práticas e políticas que favoreçam respostas sustentáveis e humanizadas ao envelhecimento.

O CIES2025 foi mais uma expressão do compromisso da ANGES com a qualificação técnica e científica dos seus associados e da comunidade em geral, consolidando o papel da associação na dinamização de espaços de discussão e investigação sobre envelhecimento, educação, saúde e sociedade.

RIAGE – Revista Ibero Americana de Gerontologia

O ano de 2025 marca também a continuidade do crescimento da Revista RIAGE - Revista Ibero Americana de Gerontologia, indexada pela ISI – International Scientific Indexing e pelo aumento do número de indexações para 7 (ISI, CrossRef, Google Académico, Scilit, Sudoc, ROAD e OpenAlex). Com o intuito de disseminação de conhecimento científico a RIAGE é uma revista aberta à colaboração de investigadores e de especialistas nacionais e internacionais, situados no campo de estudo e de trabalho das Organizações Sociais, Respostas Sociais, Sociedade e Envelhecimento com revisão por pares.

A sua estratégia editorial e missão visam contribuir para o debate de ideias, pesquisas e experiências nestes campos de atuação e de investigação, promovendo um diálogo aberto com áreas de conhecimento afins como a antropologia, a ciência política, a filosofia, a história, a psicologia, a sociologia, o serviço social, a educação, as ciências da saúde e as novas tecnologias.

A RIAGE privilegia abordagens interdisciplinares que promovam a multiculturalidade no mundo ibero-americano neste domínio do conhecimento e da intervenção, assumindo-se como uma plataforma de edição e de desenvolvimento de projetos científicos e sociais.

Durante o ano de 2025 foram submetidos para revisão à RIAGE 109 artigos para publicação.

Admissão/Recuperação de SÓCIOS

O crescimento da ANGES constrói-se pela sua dinâmica interna e pela sua capacidade de inovação e criação, mas é alavancada de uma forma muito positiva pelos seus associados. Ao longo de 2025 foi incentivado e promovido a constituição de uma rede de associados interventivos, críticos e promotores de novos desafios e novas abordagens por parte da ANGES. Assim continuámos a ter disponível o estatuto de associado coletivo. Na sequência da reunião realizada com os mesmos, foi deliberado que os detentores do estatuto de Associado Coletivo ANGES passam a poder frequentar todas as formações promovidas pela ANGES com duração máxima de 12 horas, até ao limite global de 40 horas por participante. Com a entrada em vigor desta medida, deixa de existir um cronograma previamente definido exclusivamente para associados coletivos. Estes passam a poder consultar e inscrever-se livremente em toda a oferta formativa disponibilizada pela ANGES. Esta alteração tem como objetivo reforçar a flexibilidade no acesso à formação e promover uma maior adequação às necessidades dos associados coletivos.

Mantivemos o estatuto de associado GOLD, cujo pagamento da quota anual dava acesso a todas as formações até 8 horas de forma gratuita. Este estatuto foi divulgado através das nossas redes sociais e através de contactos telefónicos e via email a todos os nossos associados.

Relatório de contas 2025

ANGES - ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE GERONTOLOGIA SOCIAL

BALANÇO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

Unidade Monetária: Euros

RUBRICAS	Notas	Datas	
		31/12/2025	31/12/2024
ACTIVO			
Activo não corrente			
Activos fixos tangíveis			0,00
Bens do património histórico e cultural			
Activos intangíveis			0,00
Investimentos financeiros		673,81	673,81
Fundadores/beneméritos/patrocionadores/doadores/associados/membros			
Outros Créditos e Ativos não corrente			
Subtotal		673,81	673,81
Activo corrente			
Inventários		198 154,06	0,00
Créditos a receber			0,00
Estado e outros Entes Públicos			0,00
Fundadores/beneméritos/patrocionadores/doadores/associados/membros			0,00
Diferimentos			0,00
Outros activos correntes			942,00
Caixa e depósitos bancários		364 685,62	64 812,15
Subtotal		562 839,68	65 754,15
Total do activo		563 513,49	66 427,96
FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO			
Fundos patrimoniais			
Fundos			0,00
Excedentes técnicos			
Reservas			0,00
Resultados transitados		54 928,04	90 479,61
Excedentes de revalorização			
Ajustamentos e outras variações patrimoniais			0,00
Resultado Líquido do período		328 551,76	-35 551,57
Total dos fundos patrimoniais		383 479,80	54 928,04
Passivo			
Passivo não corrente			
Provisões			
Provisões específicas			
Financiamentos obtidos			2 781,69
Outras dividas a pagar			
Subtotal		0,00	2 781,69
Passivo corrente			
Fornecedores		3 940,19	2 057,88
Estado e outros Entes Públicos		8 140,34	6 660,35
Fundadores/beneméritos/patrocionadores/doadores/associados/membros			
Financiamentos obtidos			0,00
Diferimentos		167 953,16	0,00
Outros passivos correntes			0,00
Subtotal		180 033,69	8 718,23
Total do passivo		180 033,69	11 499,92
Total dos fundos patrimoniais e do passivo		563 513,49	66 427,96

O CONTABILISTA CERTIFICADO

A DIRECÇÃO

V. A. F.

CC 52593



França
Associação Nacional de Gerontologia Social
Luís Augusto Pereira

ANGES - ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE GERONTOLOGIA SOCIAL

DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS

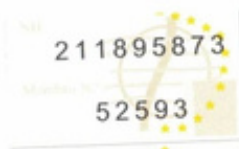
PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

Unidade Monetária: Euros

RENDIMENTOS E GASTOS	Notas	PERÍODOS	
		2025	2024
Vendas e serviços prestados		171 253,20	121 394,99
Subsídios, doações e legados à exploração		823 462,04	69 886,34
Variação nos inventários da produção			
Trabalhos para a própria entidade		0,00	0,00
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas		0,00	0,00
Fornecimentos e serviços externos		-391 034,79	-167 779,90
Gastos com o pessoal		-271 662,40	-57 756,08
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões)		0,00	0,00
Provisões (aumentos/reduções)			
Provisões específicas (aumentos/reduções)			
Aumentos/reduções de justo valor			
Outros rendimentos e ganhos		0,00	0,00
Outros gastos e perdas		-3 466,29	-1 296,92
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		328 551,76	-35 551,57
Gastos/reversões de depreciação e de amortização		0,00	0,00
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		328 551,76	-35 551,57
Juros e rendimentos similares obtidos			
Juros e gastos similares suportados		0,00	0,00
Resultados antes de impostos		328 551,76	-35 551,57
Imposto sobre o rendimento do período		0,00	0,00
Resultado líquido do período		328 551,76	-35 551,57

O CONTABILISTA CERTIFICADO

J. F. V.
CC 52 553



A DIRECÇÃO

França
Associação Nacional de Gerontologia Social



Associação
Nacional de
Gerontologia
Social

Conselho Fiscal Parecer 1/2026

Aos 10 dias do mês de abril do ano de 2026, reuniu pelas 18h na sede da ANGES – Associação Nacional de Gerontologia Social, o Conselho Fiscal desta associação, com a presença de Bruno Trindade, Andreia Andrade e Daniela Oliveira e a convite do órgão, Ricardo Pocinho, Presidente da Direção, com a seguinte ordem de trabalhos. -----

PONTO ÚNICO – Análise e emissão de parecer ao Relatório de Atividade e Contas, relativo ao ano de 2025. -----

Tendo em conta a análise aos documentos e as informações prestadas pelo presidente da Direção, emitimos parecer favorável aos documentos em apreço. Nada mais havendo a tratar, a reunião foi encerrada pelas 20h15.-----

Pombal, 10 de abril de 2026

Para o Conselho Fiscal
Andreia Andrade
[Assinatura]