Relatório de atividades

2025

ÍNDICE

Nota introdutória 2

Equipa 3

Programa Anual de Voluntariado 4

Capacitação 57

Influência 60

Relatório de Impacto 2024 65

O que percorremos 67

NOTA INTRODUTÓRIA

Na Associação Reformers, a rigorosidade, a responsabilidade, a exigência e a transparência são os pilares que sustentam todo o nosso trabalho, visando combater a solidão sénior, o isolamento social e o idadismo. Procuramos proporcionar uma experiência verdadeiramente enriquecedora, tanto para os seniores que participam nas nossas atividades como para os mentores e investidores que confiam na nossa missão de transformar o envelhecimento num processo ativo e participativo.

Para garantir a excelência em tudo o que fazemos, contamos com ferramentas e metodologias que nos permitem monitorizar de forma cada etapa do processo, garantindo a nossa avaliação de impacto anual. Os nossos mentores têm à disposição recursos como manuais de capacitação sobre solidão, idadismo e participação cívica, que facilitam a compreensão dos problemas sociais e o desenvolvimento de competências para a sua intervenção na comunidade. Para assegurar a máxima qualidade na intervenção, os mentores da Associação Reformers passam por um processo seletivo criterioso e por uma formação obrigatória anual. Ao longo do ano, a capacitação é reforçada através de sessões de formação contínua em temas essenciais para a sua atividade, perfazendo um total de 12 horas de formação. Este acompanhamento é complementado por canais de comunicação diretos, que permitem ao nosso grupo de voluntariado solicitar suporte e partilhar experiências com a equipa, garantindo uma rede de apoio constante. Este programa foi o eixo central da nossa intervenção de 2025.

Acreditamos que, ao investir num ambiente de trabalho colaborativo e transparente, podemos potencializar os resultados e alcançar um impacto ainda maior na vida das pessoas. Também sabemos que a excelência do trabalho exige a transparência do reporte e é isso que tentamos fazer nas próximas páginas.

Este documento corresponde ao Relatório de Atividades de 2025 e inclui as evidências das ações desenvolvidas pela Associação Reformers nesse período. Nele, estão contemplados os números e atividades, assim como as evidências de todo o trabalho realizado.

A EQUIPA

A equipa que levou a cabo o trabalho apresentado nas próximas páginas, no ano de 2025, foi constituída por 4 pessoas: três assalariadas e uma (Diretora Executiva) com um papel voluntário.

JOANA MOREIRA
Diretora Executiva

- Ashoka Fellow – uma das melhores empreendedoras sociais do mundo
- Diretora Executiva e Presidente do Movimento Transformers
- Presidente da ESLIDER – Associação Portuguesa para a Inovação Social
- TOP 100 Women in Social Enterprise, pela Comissão Europeia
- Co-Fundadora da MAD Panda
- Formadora do IES – Social Business School
- 17 anos de experiência em voluntariado e associativismo
- Psicóloga Clínica e da Saúde pela FPCEUP, Pós Graduação em Gestão de Marketing pelo IPAM e MBA pela Católica Porto Business School

CARINA OLIVEIRA
Diretora de Operações Administrativas e de Projeto

- Licenciada em Ciências da Educação pela FPCEUP
- Trabalhou como gestora de formação
- 11 anos de experiência de voluntariado e associativismo

SARA BALDAIA
Gestora de Redes Sociais e de Comunidade

- Licenciada em Biologia pela FCUP e Pós-graduada em Direitos Humanos pelo IGC/CDH
- Curso especializado em Social Media Marketing pela FLAG
- A frequentar o Mestrado de Intervenção Social, Inovação e Empreendedorismo na FEUC
- Experiência de 7 anos de voluntariado

ANA CASTRO
Gestora de Comunidade

- Mestre em Gestão de Projetos de Desenvolvimento pela University of Manchester e licenciada em Sociologia e Relações Internacionais pela Universidad Complutense de Madrid.
- Investigadora independente sobre envelhecimento e cuidados comunitarios.
- Experiência de 6 anos de voluntariado

Programa anual de Voluntariado

Não somos iogurtes para termos prazo de validade!

O Programa Anual de Voluntariado da Reformers assenta na convicção de que não há idade para aprender, partilhar e participar ativamente na sociedade. Ao longo de um ano (janeiro a dezembro), pessoas voluntárias partilham semanalmente um talento ou conhecimento que valorizam, através de aulas informais dirigidas a grupos de seniores.

Com um forte foco no reforço da participação cívica, o programa integra o PAYBACK, uma iniciativa que incentiva as pessoas seniores a identificarem um problema social próximo e a desenvolverem, em conjunto com mentores, uma proposta concreta para a sua resolução, promovendo impacto real na comunidade.

O percurso é complementado por atividades extra — como aulas de surf, limpezas de praia ou visitas culturais — adaptadas a cada turma, e culmina no REF FEST, um festival de final de ano que celebra aprendizagens, relações e contributos para a comunidade.

As fases

Dez - Fev

Recrutamento de instituições e pessoas voluntárias

Fev - Mar

Capacitação de pessoas voluntárias e auscultação de seniores

Match de grupos x voluntários

Aulas semanais (foco talento) + Capacitação

Mar - Jul

Pausa para férias

Agosto

Aulas semanais (foco payback) + Capacitação

Set - Dez

REF FEST!

Dez

Em 2025

14
LOCAIS

19
TURMAS

56
MENTORES

471
REFORMERS ENVOLVIDOS

491
HORAS DE AULAS

O Programa Anual de Voluntariado da Reformers é o Programa central da organização, focado no desenvolvimento de competências socioemocionais com base em participação cívica.

Este programa não é um programa recreativo, um serviço assistencialista nem uma resposta clínica. É, antes de tudo, uma metodologia de capacitação cívica aplicada ao envelhecimento com impacto a dois níveis: individual a comunitário (cf. Relatório anual de impacto).

Como funciona:

- Mentores partilham talentos com seniores
- Sessões semanais, durante 1 ano
- Desenvolvimento de competências pessoais e sociais
- Atividades de “payback” na comunidade

É o mais testado, o mais replicável, o que gera maior impacto sistémico (impacto validado!) e tem como principal resultado os **Seniores passarem de beneficiários a agentes ativos.**

Programa anual de voluntariado nas diferentes instituições

Junta de Freguesia de Paranhos

ATIVIDADES EXPLORADAS

Na Junta de Freguesia de Paranhos a Reformers dinamizou três turmas ao longo do ano que exploraram os seguintes talentos: literacia digital, dança e artes manuais. As atividades foram acompanhadas por um total de sete pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização semanal das sessões.
Para além das aulas regulares, verificou-se uma forte adesão da comunidade sénior a atividades complementares, nomeadamente na visita ao Sea Life do Porto, no arraial de verão e no REF FEST, onde participantes desta entidade tiveram também a oportunidade de atuar.

PAYBACK

O grupo da atividade de telemóveis refletiu sobre a acessibilidade dos transportes públicos para pessoas mais velhas. Durante as aulas, escreveram uma carta assinada por todos os participantes, com propostas e preocupações relativas às paragens de autocarros e à mobilidade sénior, que foi partilhada com membros da Câmara Municipal do Porto.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	133
Número de participantes	45

EVIDÊNCIAS

Aula de Literacia Digital

EVIDÊNCIAS

Aula de Dança

EVIDÊNCIAS

Aula de Manualidades

EVIDÊNCIAS

Visita ao Sea Life

EVIDÊNCIAS

Arraial de Verão

EVIDÊNCIAS

III REF FEST

Centro Social e Paroquial de Alfena

ATIVIDADES EXPLORADAS

No Centro Social e Paroquial de Alfena a Reformers dinamizou duas turmas ao longo do ano centradas nos talentos de natação e yoga. As atividades foram acompanhadas por duas pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização semanal das sessões.
Para além das aulas regulares, verificou-se uma grande adesão da comunidade a atividades complementares, nomeadamente na visita ao Sea Life do Porto, numa ida à praia, na participação nas festas do Senhor de Matosinhos e no REF FEST, evento de celebração anual.

PAYBACK DA TURMA

A turma de de yoga quis combater os estereótipos idadistas e mostrar que esta prática é para todas as idades. Organizaram uma demonstração aberta ao público, onde exibiram os seus exercícios favoritos e tudo o que aprenderam ao longo do ano. A iniciativa teve grande adesão.

Já o grupo de natação partilhou o mesmo objetivo de quebrar preconceitos associados à idade. Criaram um vídeo motivacional para incentivar outros seniores da comunidade a aprenderem a nadar e a não terem medo de experimentar algo novo, mostrando que nunca é tarde para começar. Além disso, o grupo dinamizou uma aula de natação intergeracional com uma turma do pré-escolar, promovendo o convívio entre gerações, a partilha de experiências e o fortalecimento de laços, num ambiente de aprendizagem, inclusão e cooperação.

NUMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	55
Número de participantes	50

EVIDÊNCIAS

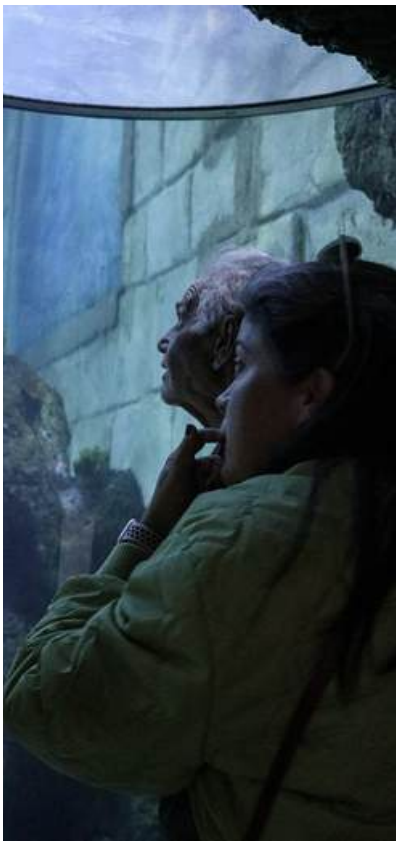
Aula de Yoga

EVIDÊNCIAS

Aula de Natação

EVIDÊNCIAS

Visita ao Sea Life



EVIDÊNCIAS

Ida à praia

Senhor de Matosinhos

EVIDÊNCIAS

Payback Yoga

Payback Natação

EVIDÊNCIAS

III REF FEST

Centro Social São Martinho de Aldoar

ATIVIDADES EXPLORADAS

No Centro Social de São Martinho de Aldoar a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano na qual foram explorados, de forma intercalada, os talentos de costura e culinária. As atividades foram acompanhadas por uma pessoa voluntária, responsável pela dinamização semanal das sessões.
Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou em atividades complementares, nomeadamente numa ação de limpeza de praia e numa atividade relacionada com o consumo de água potável.

PAYBACK

A turma de Costura e Culinária de Aldoar desenvolveu uma ação de payback que consistiu na produção de saquinhos de bolachas para oferecer a uma outra turma de Reformers que atuou em palco no REF Fest. Esta iniciativa surgiu como forma de agradecimento pela participação ativa dessa turma no evento, colocando em prática competências adquiridas ao longo das atividades e traduzindo a participação cívica das pessoas mais velhas numa ação concreta de reconhecimento e partilha.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	36
Número de participantes	37

EVIDÊNCIAS

Aula de Costura

EVIDÊNCIAS

Aula de Culinária

EVIDÊNCIAS

Limpeza de Praia

EVIDÊNCIAS

Aula de Padel

Perpétuo Socorro

ATIVIDADES EXPLORADAS

No Perpétuo Socorro a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano na qual foram explorados, de forma complementar, os talentos de yoga e dança. As sessões estavam estruturadas com uma componente inicial de ioga e uma componente final de dança, permitindo o desenvolvimento articulado de ambas as práticas. As atividades foram acompanhadas por duas pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização semanal das sessões.
Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou no REF FEST, o evento de celebração anual do projeto.

PAYBACK DA TURMA

As aulas do Perpétuo Socorro traduziram-se em demonstrações no palco do REF FEST: apresentaram coreografias preparadas especialmente para desafiar os estereótipos sobre dança sénior a um público de mais de 100 pessoas.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	32
Número de participantes	50

EVIDÊNCIAS

Aula de Yoga e Dança

EVIDÊNCIAS

III REF FEST e Payback

Centro de Dia e Convívio da Corujeira

ATIVIDADE EXPLORADA

No Centro de Dia e Convívio da Corujeira a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano centrada no talento da música. As atividades foram acompanhadas por duas pessoas voluntárias que exploraram diferentes instrumentos, estilos e géneros musicais com o grupo de seniores.
Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou em atividades complementares, nomeadamente num workshop de maquilhagem dinamizado por uma pessoa voluntária da Reformers, bem como no Arraial de Verão e no REF FEST.

PAYBACK DA TURMA

Após um ano de ensaios e exploração de diferentes repertórios musicais, a turma aceitou o convite da associação Plano i para realizar uma atuação no evento de celebração do seu 19.º aniversário. A participação foi acolhida com entusiasmo pelo grupo, que teve assim a oportunidade de partilhar com a comunidade o trabalho desenvolvido ao longo do ano.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	29
Número de participantes	31

EVIDÊNCIAS

Aula de Música

EVIDÊNCIAS

Workshop Maquilhagem

EVIDÊNCIAS

Arraial de Verão

EVIDÊNCIAS

Payback

EVIDÊNCIAS

III REF FEST

Centro Social da Sé Catedral do Porto

ATIVIDADES EXPLORADAS

No Centro Social da Sé Catedral do Porto a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano caracterizada pela exploração de diferentes talentos, incluindo teatro, dança, canto e artes plásticas. As atividades foram acompanhadas por duas pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização semanal das sessões.
Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou no REF FEST.

PAYBACK

O grupo abordou um problema muito concreto: dejetos dos cães deixados nas ruas. Mapearam as zonas mais afetadas no bairro e saíram à rua com cartazes informativos, apelando à responsabilidade cívica e à importância de manter o espaço público limpo para todos.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	34
Número de participantes	33

EVIDÊNCIAS

Atividades Semanais

EVIDÊNCIAS

Payback

EVIDÊNCIAS

III REF FEST

Associção de Moradores de Massarelos

ATIVIDADE EXPLORADA

Na Associação de Moradores de Massarelos a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano centrada na exploração de diferentes expressões artísticas, incluindo pintura, dança, expressão artística, música e cerâmica. Esta diversidade de atividades permitiu um contacto alargado com várias formas de criação e expressão.
As atividades foram acompanhadas por quatro pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização das sessões ao longo do ano.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	42
Número de participantes	20

EVIDÊNCIAS

Aulas de Artes

EVIDÊNCIAS

Aulas de Dança

Centro Social da Paróquia da Areosa

ATIVIDADE EXPLORADA

No Centro Social da Paróquia da Areosa a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano centrada nas artes manuais, com a exploração de diferentes técnicas e atividades ajustadas a momentos temáticos ao longo do ano. Esta abordagem permitiu acompanhar o ritmo das épocas e promover a criatividade de forma contínua.
As atividades foram acompanhadas por quatro pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização das sessões ao longo do ano.
Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou numa aula de zumba intergeracional, dinamizada por pessoas voluntárias da Reformers, no âmbito da celebração do Dia da Atividade Física.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	40
Número de participantes	35

EVIDÊNCIAS

Aula de Manualidades

EVIDÊNCIAS

Aula de Manualidades

EVIDÊNCIAS

Aula de Zumba

Junta de Freguesia de Ramalde

ATIVIDADE EXPLORADA

Na Junta de Freguesia de Ramalde a Reformers dinamizou uma turma ao longo do ano centrada nos talentos de mobilidade e dança. As aulas de mobilidade focaram-se na realização de exercícios de alongamento e movimento, promovendo o bem-estar físico e a melhoria da mobilidade dos participantes. Já nas aulas de dança, foram explorados vários ritmos com a turma.
As atividades foram acompanhadas por duas pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização das sessões ao longo do ano.

Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou no REF FEST, o evento de celebração anual do projeto.

NÚMEROS DE 2025

Número de horas de atividade	24
Número de participantes	21

EVIDÊNCIAS

Atividade de Mobilidade

EVIDÊNCIAS

Aulas de Dança

EVIDÊNCIAS

III REF FEST

Junta de Freguesia do Parque das Nações

ATIVIDADES EXPLORADAS

Na Junta de Freguesia do Parque das Nações a Reformers dinamizou três turmas ao longo do ano centradas em diferentes talentos. Numa fase inicial, foi dinamizada uma turma de música, com a duração de dois meses. Ao longo de todo o ano, decorreram ainda aulas de literacia digital e de mobilidade.
As atividades foram acompanhadas por três pessoas voluntárias, responsáveis pela dinamização semanal das sessões.
Para além das aulas regulares, a comunidade sénior participou no evento de encerramento das atividades, em Lisboa.

PAYBACK DA TURMA

O grupo da literacia digital procurou sensibilizar para o tema das burlas. Produziram um vídeo com conselhos práticos sobre como reagir e proteger-se de possíveis enganos, partilhando assim os conhecimentos adquiridos ao longo do ano com toda a comunidade.

NÚMEROS DE 2025

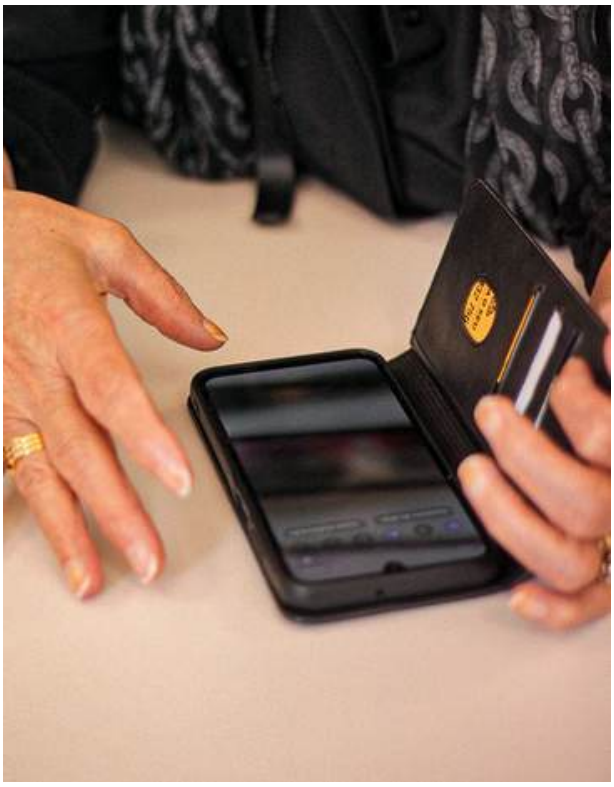
Número de horas de atividade	39
Número de participantes	47

EVIDÊNCIAS

Aula de Música

EVIDÊNCIAS

Aula de Telemóveis



EVIDÊNCIAS

Aula de Mobilidade

EVIDÊNCIAS

Evento Final

Capacitação

Não há idade para aprender!

Mantivemos o nosso investimento na capacitação, reconhecendo que esta é uma dimensão fundamental para o cumprimento da nossa missão. Pela primeira vez, realizamos uma Masterclass online aberta ao público sobre o estado do envelhecimento em Portugal e promovemos duas formações específicas sobre sexualidade na terceira idade no Centro Geriátrico Luís Viegas Nascimento.

A Reformers abriu também portas à área de responsabilidade social corporativa, através do desenvolvimento e dinamização de uma primeira experiência de teambuilding, a convite do Crédito Agrícola, centrada no propósito e na ambição moral. Neste contexto, refletimos em conjunto sobre o papel das empresas como espaços de transformação social, desafiando a equipa a pensar no seu contributo para o bem comum.

Além disso, realizámos também as formações de mentores, este ano focadas nos temas Literacia em Saúde Mental, Luto e Violência na 3ª Idade, garantindo uma melhor preparação para o seu papel como mentores do programa anual.

154
PESSOAS CAPACITADAS

EVIDÊNCIAS

Masterclass

Formação Sexualidade

Team building CA

Influência

Não há idade para partilhar!

Ao longo do ano de 2025 mantivemos uma presença ativa em diversos eventos estratégicos, reforçando o nosso papel e contributo nas questões do envelhecimento e na promoção de uma sociedade mais inclusiva.

Participámos no evento **Fator C´Idade**, em Coimbra, onde tivemos a oportunidade de apresentar o nosso programa a diferentes investidores e agentes do setor social, contribuindo para a disseminação de soluções inovadoras na área do envelhecimento. Estivemos também presentes num evento do **TEDxPorto**, onde partilhámos o projeto como uma boa prática na promoção de um envelhecimento ativo e saudável, integrámos várias iniciativas no âmbito do programa **Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas**, onde demos a conhecer o impacto junto das comunidades com quem trabalhamos.

Um momento de particular relevância foi a participação, pela primeira vez, de uma pessoa sénior em representação do projeto no evento anual do Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas. Este marco reforça o nosso compromisso com a participação cívica ativa, evidenciando a importância de garantir que as pessoas seniores assumam um papel protagonista na sociedade e sejam ouvidas como agentes fundamentais de mudança nas suas comunidades.

2354
PESSOAS ALCANÇADAS

EVENTOS

Fator C´Idade

Ação Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas

TEDx Porto

Evento de final de ano do Porto Cidade Amiga das Pessoas Idosas

PRÉMIOS

Em 2025 a Reformers foi distinguida como vencedora dos Top Health Awards, na categoria de Diversidade, Equidade e Inclusão. Este reconhecimento reforça o compromisso da organização na promoção de um envelhecimento mais ativo, participativo e inclusivo.

Este prémio vem também sublinhar a importância da participação cívica e social como determinante fundamental da saúde, evidenciando a necessidade de olhar para a saúde de forma integrada — não apenas como resposta a situações de doença, mas como um processo contínuo de promoção do bem-estar.

REDE

Em 2025 a Reformers reforçou de forma significativa o seu investimento no trabalho em rede, estabelecendo novas parcerias e aprofundando colaborações com entidades que partilham a missão de promover um envelhecimento mais ativo, participativo e inclusivo.

Neste âmbito, iniciámos colaboração com o programa **Sempre Acompanhados da Cruz Vermelha do Porto** e o **Sempre Acompanhados do Bonfim**, com o objetivo de potenciar sinergias e desenvolver respostas mais integradas no combate à solidão e ao isolamento social. Estas parcerias permitiram reforçar o impacto das intervenções junto das pessoas seniores, através de uma atuação mais articulada e complementar.

A nível internacional, integrámos o projeto europeu **Never Gets Old**, focado na promoção da literacia e do diálogo sobre sexualidade em pessoas mais velhas. No âmbito deste projeto, participámos em diversos workshops formativos e promovemos também sessões dirigidas a pessoas seniores, contribuindo para a desconstrução de estigmas e para uma abordagem mais informada e inclusiva.

Estabelecemos ainda um protocolo de parceria com a **Escola Superior de Saúde de Santa Maria**, com vista ao desenvolvimento conjunto de iniciativas focadas no envelhecimento ativo e na promoção da saúde junto da comunidade.

Paralelamente, expandimos a nossa intervenção geográfica, com o reforço da presença em **Lisboa**, e demos início a novas iniciativas, como o projeto "Lemos a Meias", desenvolvido em parceria com a **Livraria Lello**, que utiliza a leitura como ferramenta de combate à solidão.

Impacto

RELATÓRIO DE IMPACTO 2024

Para fazer a diferença é essencial avaliar, compreender o que funciona e identificar o que pode ser melhorado. É a partir desta reflexão contínua que conseguimos evoluir e reforçar o impacto do nosso trabalho.

Em 2025 apresentámos pela primeira vez publicamente o Relatório de Impacto de 2024, onde destacamos resultados fundamentais que validam a nossa missão. Entre os principais indicadores, registou-se uma redução de 33% no sentimento de solidão entre as pessoas seniores, bem como o desenvolvimento de uma atitude mais positiva em relação à idade.

Destaca-se ainda o elevado nível de satisfação com o projeto, com 93% dos participantes a manifestarem o desejo de continuar a fazer parte da Reformers.

Este exercício de avaliação permite-nos não só medir resultados, mas também consolidar aprendizagens e orientar decisões futuras, garantindo uma intervenção cada vez mais eficaz, relevante e alinhada com as necessidades das comunidades.

Consultar relatório completo aqui!

O QUE PERCORREMOS

Ao longo do ano de 2025 consolidámos as aprendizagens de 2024, expandimos a nossa intervenção e começamos a comunicar externamente o nosso impacto. Percebemos que, para cumprir a nossa missão, temos que fazer mais, chegar a mais pessoas, investir em influência e fazer crescer o nosso programa core – o programa anual de voluntariado. Mais do que dispersar em termos de projetos, temos que reforçar o que já fazemos bem e tem impacto validado!

Nem tudo correu bem: perdemos muito tempo a fazer reporte a stakeholders, fizemos candidaturas que não foram aprovadas, os atrasos de pagamento por parte de stakeholders são muitos (alguns representam atrasos de 12 meses), a gestão de voluntários e instituições exigiu muito tempo e energia e a equipa foi pequena para dar resposta a tudo. Isto levou a momentos de muito desgaste, a que teremos que estar atentas no próximo ano.

Acreditamos (e sabemos) que podemos fazer muito mais. Sabemos que só com stakeholders que acreditam, confiam e investem em nós é que conseguimos chegar à mudança que queremos - e essa, só se faz em conjunto.

Na Associação Reformers, a nossa gratidão estende-se a todos os que depositam confiança na nossa missão e nos resultados que alcançamos diariamente. Compreendemos que a superação de obstáculos só é possível através do esforço coletivo, pois acreditamos que as mudanças mais profundas surgem quando trabalhamos em conjunto. A entrega que dedicamos a esta causa é o combustível que nos motiva a perseverar no combate ao isolamento e ao idadismo.

No ano de 2025 contámos com o apoio da Fundação Ageas, da Fundação Belmiro de Azevedo, da Fundação la Caixa, da Câmara Municipal do Porto, da Câmara Municipal de Mafra, da Câmara Municipal de Lousada, do Crédito Agrícola, do Banco BPI, da Portugal Inovação Social e de todas as entidades mencionadas neste relatório, que receberam e apoiaram as nossas atividades anuais.

A todas estas entidades que acreditam no nosso trabalho, o nosso muito obrigada!

Ao longo do nosso percurso, temos impulsionado centenas de seniores a desbravar novos horizontes e a redescobrir o seu potencial. Somos um espaço de liberdade e pluralidade, onde cada voz tem lugar e todas as identidades são celebradas com respeito e autenticidade. Acreditamos que a verdadeira inclusão acontece quando garantimos a cada pessoa o direito de ser exatamente quem quiser ser, sem as barreiras impostas por preconceitos ou pela idade.

Todos os que partilham a visão de um mundo sem "prazos de validade" são coautores deste caminho. Em conjunto, construímos uma sociedade mais acolhedora, na qual o envelhecimento deixa de ser visto como um período de perdas para se tornar num lugar de novas oportunidades, aprendizagens contínuas e plena participação cívica.

OBRIGADA!

Este relatório foi inteiramente produzido pela Associação Reformers, com o número de pessoa coletiva 517 927 527.

Contactos

reformers_org

reformers

joana@reformers-org.com

company/Reformers