

250x150x150  
R. Sol  
905

7867  
7867  
6726  
7687  
539  
75753  
88  
434  
434  
434453  
45



Associação de Apoio aos Doentes  
Depressivos e Bipolares  
IPSS de utilidade pública com fins de Saúde e Sociais

# RELATÓRIO DE DIREÇÃO E CONTAS DO ANO 2025

h. M  
Isabel  
R-Sal  
2025

## ÍNDICE

---

ÍNDICE .....	2
ELEIÇÃO DOS NOVOS CORPOS GERENTES PARA O QUADRIÉNIO 2025/2029 .....	4
CONVOCATÓRIA- ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA DA ADEB.....	5
DADOS ASSOCIATIVOS E EVOLUÇÃO DAS VALÊNCIAS DA ADEB NOS ÚLTIMOS 5 ANOS.....	7
DADOS ASSOCIATIVOS .....	9
DADOS E RESULTADOS OBTIDOS NA IMPLEMENTAÇÃO DAS VALÊNCIAS DA ADEB DURANTE O ANO DE 2025 .....	12
1. SOS: Sentir ADEB.....	12
2. APSC- Avaliação Primária Social e Clínica .....	13
3. Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica .....	13
4. Apoio Psicossocial aos Familiares e Cuidadores.....	16
5. Apoio a Adolescentes.....	17
6. Apoio Psicológico e Social ao Domicílio.....	18
7. Grupos Psicoterapêuticos .....	18
GPE - Grupos Psicoeducativos .....	18
G TSA - Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade .....	18
GPICS - Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida.....	18
8. Apoio e Orientação Profissional.....	18
9. FSO Fórum Sócio-Ocupacional.....	19
10. Atividades Sócio-Culturais e Desportivas.....	20
11. GAM Grupos de Ajuda Mútua .....	21
DADOS E RESULTADOS OBTIDOS NA PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE MENTAL NO ANO 2025.....	24
1. Colóquios e Encontros .....	24
2. SPP Sessões Psicopedagógicas e Ações de Sensibilização.....	24
3. Documentação Psicopedagógica .....	25
4. Site, Redes Sociais e Newsletters da ADEB .....	25

---

R. M. Isabel/João  
R. Sal  
765

OUTRAS ATIVIDADES COMPLEMENTARES DADOS E RESULTADOS OBTIDOS NO ANO 2025 .....	26
1. Sessões de Aconselhamento Jurídico .....	26
2. Apoio a Alunos dos Ensinos Básico, Secundário e Superior.....	26
3. Divulgação e Participação na Comunicação Social.....	26
4. Intercâmbio com Associações Nacionais e Internacionais.....	26
GANHOS DE SAÚDE OBTIDOS PELOS ASSOCIADOS, ACOMPANHADOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL .....	27
RELATÓRIO ECONÓMICO E FINANCEIRO DO ANO DE 2025 .....	29
INTRODUÇÃO AO BALANÇO E CONTAS DO ANO 2025.....	32
DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS DO ANO 2025.....	34
MAPA I- BALANÇO DO ANO 2024 E 2025 .....	35
MAPA II- DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS POR NATUREZAS .....	36
MAPA III- DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS POR RESPOSTA SOCIAL 2025 .....	37
SISTEMA DE GESTÃO DA QUALIDADE DA ADEB.....	40
CONTACTOS DA ADEB .....	44

## ELEIÇÃO DOS NOVOS CORPOS GERENTES PARA O QUADRIÊNIO 2025/2029

---

*R. Frazão*  
*R. S. L.*  
*2025*

A Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares (ADEB) realizou no passado dia 18 de outubro de 2025 uma nova Assembleia Geral Extraordinária e Eleitoral, em que foram eleitos os novos Corpos Gerentes para o quadriénio 2025/2029. Estes são constituídos por profissionais de saúde e por pessoas com diagnóstico de Depressão, de Doença Bipolar ou por familiares, mantendo desta forma aquele que é um dos princípios da ADEB, que tem a ver com a inclusão de pessoas com diagnóstico de doença mental na gestão e dinamização da ADEB.

Os nossos associados, independentemente da sua área regional, em todo o país, procuram e beneficiam das diversas ações que desenvolvemos, dirigidas a pessoas com diagnóstico, familiares e à comunidade em geral, no âmbito da sensibilização e promoção da literacia para a saúde mental, assim como no desenvolvimento das nossas valências e serviços estatutariamente instituídos.

Globalmente, em 2025, temos sócios com quotas em dia distribuídos por todos os distritos, nomeadamente em Lisboa (302), Santarém (15) e Setúbal (50), assim como em Braga (7), Bragança (2), Porto (126), Viana do Castelo (2), Aveiro (6), Castelo Branco (2), Coimbra (40), Guarda (2), Leiria (12), Viseu (2), Beja (3), Évora (5), Portalegre (1), Faro (11), Madeira (2) e São Miguel nos Açores (1). Para além destes, temos mais 4050 associados que, em 31 de dezembro de 2025, tinham pelo menos um ano de quota por regularizar e que, por essa razão, denominamos como filiados neste relatório.

A ADEB tem constituídos e implementados objetivos e valências estatutárias na sua Sede Nacional em Lisboa, na Delegação da Região Norte na cidade do Porto e na Delegação da Região Centro na cidade de Coimbra. Tem, ainda, núcleos em parceria formal com Hospitais e Autarquias em Braga, Aveiro, Faro, Setúbal e em Évora.

Pretendemos continuar e melhorar o trabalho que a ADEB vem desenvolvendo desde 1991, dinamizando novas parcerias e implementando novos e dinâmicos projetos, em prol da promoção da saúde mental em Portugal, em particular na área das Perturbações do Humor.

O presente Relatório refere-se ao balanço financeiro e estatístico do trabalho realizado pela ADEB durante o ano 2025.

Renata Frazão  
Sócia n.º 698  
Presidente da Direção da ADEB  
Psicóloga Clínica, Psicoterapeuta

# CONVOCATÓRIA- ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA DA ADEB

Isabel Sousa  
R-51  
2025



Convocam-se todos os associados da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares, ADEB, a comparecer no dia **28 de março de 2026, a partir das 10:00 horas, na Assembleia Geral Ordinária da ADEB**, ao abrigo do n.º 1 b) do artigo 28º dos Estatutos da ADEB, a realizar-se presencialmente no Auditório da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa, na Avenida de Ceuta, n.º 1, 1300-125 Lisboa e online via zoom com acesso através do link

<https://us06web.zoom.us/j/89607397689>

Ordem de trabalhos:

- Apresentação do Relatório de Direção e Contas do ano 2025
- Apresentação do Relatório e Parecer do Conselho Fiscal sobre o Relatório de Direção e Contas do ano 2025
- Apreciação e votação do Relatório de Direção e Contas do ano 2025
- Outros assuntos
- Colóquio com o tema "Direitos Humanos e Saúde Mental" a cargo de Sílvia Portugal, Socióloga e Professora na Universidade de Coimbra - Faculdade de Economia e Centro de Estudos Sociais e Tiago Pires Marques, Historiador. Universidade Nova de Lisboa – CHAM (Centro de Humanidades).

Link para acesso ao colóquio "Direitos Humanos e Saúde Mental"

<https://us06web.zoom.us/j/88996465030>

*Artigo 25.º 1) dos Estatutos da ADEB*

*A Assembleia Geral reúne à hora marcada na convocatória, se estiver presente mais de metade dos associados com direito de voto, ou trinta minutos depois, com qualquer número de presenças. Os sócios que queiram votar, mas não possam comparecer presencialmente ou por via zoom, podem enviar um email para [adeb@adeb.pt](mailto:adeb@adeb.pt) a solicitar o envio do documento mandatário para se fazerem*

representar por outro associado ativo. Este documento também se encontra disponível nas instalações da ADEB (em Lisboa, Porto e Coimbra).

Isabel Soares  
R. S. 1  
905 p.

## ALMOÇO CONVÍVIO 28 DE MARÇO 2026 13H ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DA CRUZ VERMELHA

Após a Assembleia Geral vai ter lugar um almoço convívio na Cantina da Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha Portuguesa (inscrições para o almoço até ao dia 19 de março para [adeb@adeb.pt](mailto:adeb@adeb.pt) ou para o telefone 218540740).

Menu: Prato, sopa, sobremesa, bebida (não inclui água Pleno, cerveja e Red Bull) e café.

Ementa (escolha de um dos pratos)

Peixe: Peixe no forno

Carne: Febras com cogumelos

Vegetariano: Legumes à Brás

**Custo: 9.50€ por pessoa**

Assim, a Direção da ADEB cumpre o propósito de levar ao conhecimento dos seus associados, os dados associativos e evolução das valências; dados e resultados obtidos na promoção e educação para a saúde mental; dados e resultados obtidos no desenvolvimento de outras atividades complementares; quadro evolutivo de ganhos de saúde obtidos pelos associados acompanhados em reabilitação psicossocial, o Relatório Económico e Financeiro, o Balanço e Contas e a Demonstração de Resultados do ano 2025.




# DADOS ASSOCIATIVOS E EVOLUÇÃO DAS VALÊNCIAS DA ADEB NOS ÚLTIMOS 5 ANOS

*Isabel Soarez*  
P.R-Sul  
2025

## EVOLUÇÃO DOS DADOS ASSOCIATIVOS E DAS VALÊNCIAS DA ADEB NOS ÚLTIMOS 5 ANOS

Anos		2021	2022	2023	2024	2025
Nº de Associados		616	606	594	518	591
Avaliação Primária Social e Clínica Utentes e Familiares: 1ª vez	Sede Nacional	119	109	87	108	86
	Delegação da Região Norte	54	78	31	52	47
	Delegação da Região Centro	18	22	15	11	28
Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica Número de Associados abrangidos	Sede Nacional	222	193	187	201	187
	Delegação da Região Norte	92	85	68	63	76
	Delegação da Região Centro	31	44	56	45	35
Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica Número de Atendimentos realizados	Sede Nacional	1861	1438	1401	1568	1312
	Delegação da Região Norte	961	733	604	378	678
	Delegação da Região Centro	232	285	444	285	284
Serviço de Apoio Psicológico e Social ao Domicílio: pessoas apoiadas	Nacional	2	4	4	8	3

  
 Isabel Soares  
 R-501  
 905

Grupos Psicoeducativos Número de Grupos	Nacional	3	2	5	5	2
Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade Número de Grupos	Nacional	3	4	3	3	2
Apoio e Orientação Profissional Número de Pessoas	Nacional	38	41	47	35	50
Fórum Sócio Ocupacional Número de Utentes	Delegação da Região Centro	40	40	40	40	40
Atividades Sócio Culturais e Desportivas Número de Sessões	Nacional	101	99	90	71	52
Grupos de Ajuda Mútua Número de Sócios	Sede Nacional	75	75	75	75	75
	Delegação da Região Norte	50	50	50	50	50
Grupos de Ajuda Mútua de Familiares Número de Presenças	Nacional	46	19	20	76	54
Sessões Psicopedagógicas realizadas	LISBOA	4	2	4	5	2
	PORTO	4	4	4	1	1
	COIMBRA	2	4	1	3	2
	ÉVORA	1	1	1	1	1
	FARO	1	1	1	1	1
	AVEIRO	1	1	1	1	1
	BRAGA	0	1	0	0	0
	SETÚBAL	1	1	1	1	1
Número de Colóquios realizados	Nacional	2	2	1	2	2
Materiais Psicopedagógicos distribuídos	Nacional	6800	2055	1511	1524	536
Aconselhamento Jurídico Número de Sessões	Nacional	1	11	32	20	10

## DADOS ASSOCIATIVOS

*Isabel Soares*  
*R-Sol*  
*2025*

O número de sócios ativos com direitos estatutários até 31 de dezembro de 2025, a nível nacional, é de 591 sócios.

Durante o ano de 2025 foram admitidos 88 associados e demitiram-se 33 associados.

### NÚMEROS TOTAL DE ASSOCIADOS ADMITIDOS, POR ZONA REGIONAL E POR CATEGORIAS E GÉNERO, DURANTE O ANO DE 2025

Em 2025, foram admitidos na Sede Nacional 47 sócios, 35 na DRN e 6 na DRC. 82 % das pessoas tinham diagnóstico, 2% eram técnicos e 16 % familiares.

#### Sede Nacional

Pacientes		Familiares	
M	F	M	F
15	25	4	3
40		7	

#### Delegação Regional Norte

Pacientes		Técnicos	Familiares	
M	F	F	M	F
12	14	2	2	5
26		2	7	

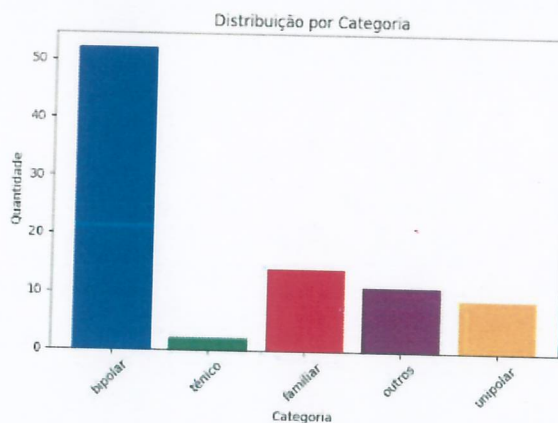
#### Delegação Regional Centro

Pacientes		Familiares	
M	F	M	F
1	5	0	0
6		0	

Lisboa/Soares  
R-Sal  
2025

**NÚMERO TOTAL DE ASSOCIADOS ADMITIDOS, POR ZONA REGIONAL E POR CATEGORIA, DURANTE O ANO DE 2025 (DE 1 DE JANEIRO A 31 DE DEZEMBRO DE 2025)**

Dos sócios admitidos em 2025, constata-se que 52 eram bipolares, 9 eram unipolares, 14 eram familiares, 2 Profissionais da área da saúde e social e 11 não tinham diagnóstico definido.




**NÚMERO DE SÓCIOS COM DIREITOS ESTATUTÁRIOS A NÍVEL NACIONAL, POR CATEGORIAS E GÉNERO, A 31/12/2025**

No final do ano de 2025, existiam 591 sócios com direitos estatutários (com quotas em dia), sendo a grande maioria pessoas com patologia, 85,42%, 13,05% familiares, e 1,53% Médicos e outros profissionais da área da saúde ou social.

Pacientes		Familiares		Médicos /Técnicos		TOTAL
M	F	M	F	M	F	
171	333	27	51	5	4	591
504		78		9		

**NÚMERO TOTAL DE SÓCIOS ATIVOS COM DIREITOS ESTATUTÁRIOS, POR ADMINISTRAÇÕES REGIONAIS ATÉ 31 DE DEZEMBRO DE 2025**

Através do quadro nº4, a seguir exposto, verifica-se existir uma maior procura das pessoas residentes na Região de Lisboa e Vale do Tejo, Norte e Centro, comparativamente às outras Regiões do País. Este quadro expressa a implantação, a nível distrital, do número de Sócios na ADEB com Direitos Estatutários (quotas em dia).

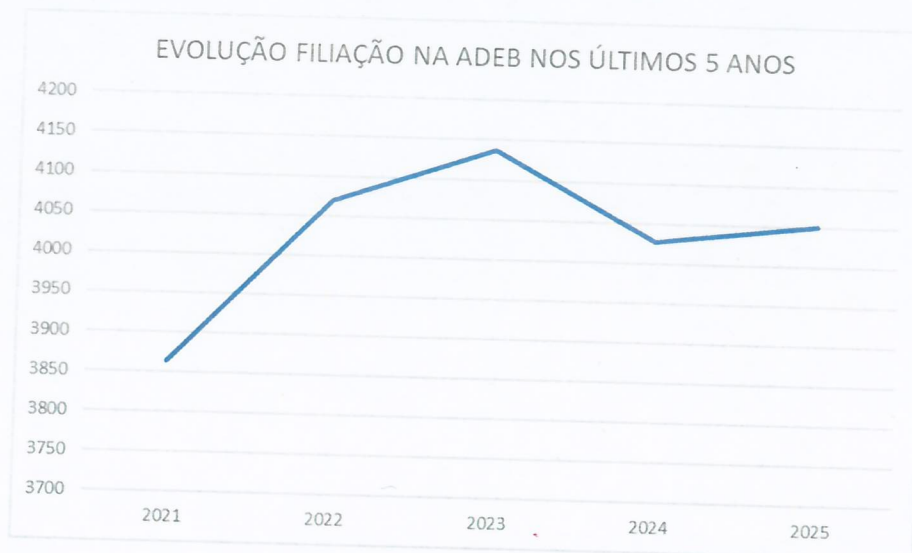
  
 Isabel Soares  
 R-91  
 2025

	Distritos	Total	
Região de Lisboa e Vale do Tejo	Lisboa	302	367
	Santarém	15	
	Setúbal	50	
Região Norte	Braga	7	137
	Bragança	2	
	Porto	126	
	Viana do Castelo	2	
	Vila Real	0	
Região Centro	Aveiro	6	64
	Castelo Branco	2	
	Coimbra	40	
	Guarda	2	
	Leiria	12	
	Viseu	2	
Região do Alentejo	Beja	3	9
	Évora	5	
	Portalegre	1	
Algarve	Faro	11	11
Madeira	Madeira	2	2
	Porto Santo	0	
Açores	São Miguel	1	1
	Pico	0	
	Terceira	0	
	Total	591	

### EVOLUÇÃO DE FILIAÇÕES, A NÍVEL NACIONAL, NOS ÚLTIMOS 5 ANOS

O gráfico em baixo é representativo da evolução e crescimento de associados da ADEB, admitidos desde o ano de 2021 a 2025, contando atualmente com 4050 pessoas registadas nas suas bases de dados como filiadas (não têm o pagamento do ano 2025 em dia).

M.  
Isabel Soares  
R-Sal  
965



## DADOS E RESULTADOS OBTIDOS NA IMPLEMENTAÇÃO DAS VALÊNCIAS DA ADEB DURANTE O ANO DE 2025



A ADEB tem vários objetivos, serviços e valências, cujos resultados são descritos, em síntese, nas páginas seguintes.

### 1. SOS: Sentir ADEB

O S.O.S Sentir ADEB é o meio de apoio à distância mais acessível e prático para que as pessoas, em estado de angústia, ansiedade, pensamentos e atos suicidas, obtenham informações e cuidados a ter sobre a doença Unipolar e Bipolar, e para ajudar a atenuar o sofrimento. Este serviço engloba a resposta a apelações que chegam à ADEB por diferentes meios: telefone e correio eletrónico e correspondência via postal.

### **NÚMERO TOTAL DE PESSOAS APOIADAS PELO SOS: SENTIR ADEB, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB**

Durante o ano 2025, foram apoiadas 217 pessoas a nível nacional, em 487 ocorrências (apelações).

*Isabel Soares*  
R-501  
205

	Nº Pessoas Abrangidas	Nº Pessoas sexo feminino	Nº pessoas Sexo Masculino	Ocorrências (apelações)
Sede	87	54	33	276
DRC	82	66	16	128
DRN	48	27	21	83
<b>Total</b>	<b>217</b>	<b>147</b>	<b>70</b>	<b>487</b>

## 2. APSC- Avaliação Primária Social e Clínica

Ocorre quando o utente, pela primeira vez, tem um contacto presencial com a ADEB, sendo-lhe proporcionado especialmente um apoio psicossocial, de acordo com o diagnóstico médico, tendo em conta as suas necessidades e expetativas, nas vertentes sociofamiliar, profissional, social e psicológica, a fim de ser integrado nas valências instituídas e atividades programadas da ADEB.

### ATENDIMENTOS EM AVALIAÇÃO PRIMÁRIA SOCIAL E CLÍNICA (APSC) A UTENTES, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB

Durante o ano de 2025 procuraram, pela primeira vez, 161 novas pessoas com diagnóstico, na Sede e Delegações da ADEB. Verifica-se que foram atendidas, em APSC, na Sede Nacional da ADEB, 86 pessoas. Na Delegação Norte foram atendidas 47 pessoas, e finalmente, na Delegação Centro foram atendidas 28 pessoas.

APSC 2025			
Sede Nacional	DRN	DRC	Total
86	47	28	161

## 3. Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica

Durante o ano de 2025 foram acompanhadas **187** pessoas na Sede Nacional da ADEB, **76** pessoas na Delegação Regional Norte (DRN) e **35** pessoas na Delegação Regional Centro (DRC), num total nacional de **298** pessoas em acompanhamento de psicologia clínica.

### Nº DE ASSOCIADOS ACOMPANHADOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL NA ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB, POR GÉNERO E ESTADO CIVIL

*DM.  
Leibel Soares  
R-Sal  
p. 905*

Sede Nacional

Patologia	Nº de Utentes	Género		Estado Civil				
		Masculino	Feminino	Solteiro	Casado	Divorciado	Viúvo	Separado
Unipolar	40	9	31	17	7	11	3	2
Bipolar	116	40	76	64	26	22	0	4
Outra(s)	16	10	6	9	5	1	1	0
Nenhuma	15	6	9	8	5	2	0	0
<b>Total</b>	<b>187</b>	<b>65</b>	<b>122</b>	<b>98</b>	<b>43</b>	<b>36</b>	<b>4</b>	<b>6</b>

D.R. Norte

Patologia	Nº de Utentes	Género		Estado Civil				
		Masculino	Feminino	Solteiro	Casado	Divorciado	Viúvo	Separado
Unipolar	10	4	6	5	3	2	0	0
Bipolar	39	16	23	20	9	10	0	0
Outra(s)	18	8	10	14	1	3	0	0
Nenhuma	9	2	7	3	3	3	0	0
<b>Total</b>	<b>76</b>	<b>30</b>	<b>46</b>	<b>42</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>0</b>


D.R. Centro

Patologia	Nº de Utentes	Género		Estado Civil				
		Masculino	Feminino	Solteiro	Casado	Divorciado	Viúvo	Separado
Unipolar	6	2	4	1	0	4	1	0
Bipolar	24	10	14	12	8	2	0	2
Outra(s)	4	2	2	3	1	0	0	0
Nenhuma	1	0	1	1	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

**Nº DE ASSOCIADOS ACOMPANHADOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL NA ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB, POR SITUAÇÃO PROFISSIONAL**

Sede Nacional

Patologia	Nº de Utentes	Situação Profissional			
		Ativo	Desempregado	Estudante	Reformado
Unipolar	40	19	16	2	3
Bipolar	116	56	39	9	12
Outra (s)	16	8	5	1	2
Nenhuma	15	12	0	1	2
<b>Total</b>	<b>187</b>	<b>95</b>	<b>60</b>	<b>13</b>	<b>19</b>

  
 Trabalho  
 R=51  
 105

D.R. Norte

Patologia	Nº de Utentes	Situação Profissional			
		Ativo	Desempregado	Estudante	Reformado
Unipolar	10	6	4	0	0
Bipolar	39	23	7	3	6
Outra (s)	18	9	4	3	2
Nenhuma	9	6	0	1	2
<b>Total</b>	<b>76</b>	<b>44</b>	<b>15</b>	<b>7</b>	<b>10</b>

D.R. Centro

Patologia	Nº de Utentes	Situação Profissional			
		Ativo	Desempregado	Estudante	Reformado
Unipolar	6	3	3	0	0
Bipolar	24	11	6	2	5
Outra (s)	4	1	1	2	0
Nenhuma	1	1	0	0	0
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>5</b>

**Nº DE ASSOCIADOS ACOMPANHADOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL NA ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB, POR FAIXA ETÁRIA**

Sede Nacional

Patologia	Nº de Utentes	Faixa Etária					
		-20	21-24	25-34	35-49	50-59	+60
Unipolar	40	0	4	3	13	6	14
Bipolar	116	1	2	24	34	38	17
Outra (s)	16	1	0	1	6	4	4
Nenhuma	15	0	1	1	6	2	5
<b>Total</b>	<b>187</b>	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>29</b>	<b>59</b>	<b>50</b>	<b>40</b>

D.R. Norte

Patologia	Nº de Utentes	Faixa Etária					
		-20	21-24	25-34	35-49	50-59	+60
Unipolar	10	0	0	1	5	4	0
Bipolar	39	2	1	7	12	6	11
Outra (s)	18	0	2	4	6	4	2
Nenhuma	9	1	0	1	1	4	2
<b>Total</b>	<b>76</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>13</b>	<b>24</b>	<b>18</b>	<b>15</b>

*Isabel Soares*  
*R-SM*  
*2025*

D.R. Centro

Patologia	Nº de Utentes	Faixa Etária					
		-20	21-24	25-34	35-49	50-59	+60
Unipolar	6	0	0	0	1	3	2
Bipolar	24	1	0	2	13	6	2
Outra (s)	4	0	2	0	1	0	1
Nenhuma	1	0	0	0	1	0	0
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>5</b>

**Nº PESSOAS E DE ATENDIMENTOS NA ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB**

Em 2025, foram realizados um total nacional de **2274** atendimentos em Reabilitação Psicossocial na vertente de Psicologia Clínica a **298** associados. Realizaram-se **1312** atendimentos na Sede Nacional, **678** na DRN e **284** na DRC.

Sede e Delegações da ADEB

Sede/Delegação	Nº Pessoas	Nº Atendimentos
Sede Nacional	187	1312
D.R. Norte	76	678
D.R. Centro	35	284

REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL NA ESPECIALIDADE DE PSICOLOGIA CLÍNICA	PESSOAS 298	ATENDIMENTOS 2274
--	----------------	----------------------

**4. Apoio Psicossocial aos Familiares e Cuidadores**

A ADEB garante aos familiares que nos procuram o acesso a valências que permitem melhorar a relação destes com o seu familiar com patologia, a ter um melhor conhecimento e uma atitude mais positiva e compreensiva face à problemática existente, contribuindo para uma melhor dinâmica e estabilidade familiar. Isto implica uma cooperação e harmonia, com os familiares, muitas vezes em apelações SOS, com vista a assegurar um acompanhamento adequado do doente em situação de crise.

**Nº DE FAMILIARES ATENDIDOS EM AVALIAÇÃO PRIMÁRIA SOCIAL E CLÍNICA, APSC, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB**

*JM. Isabel Soares  
R-501  
2025*

Sede Nacional

Nº de Participantes 14	Masculino	Feminino
	6	8

D.R. Norte

Nº de Participantes 10	Masculino	Feminino
	4	6

D.R. Centro

Nº de Participantes 1	Masculino	Feminino
	0	1

**Nº DE FAMILIARES ATENDIDOS INDIVIDUALMENTE EM PSICOLOGIA CLÍNICA, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÃO DA REGIÃO NORTE**

Sede Nacional

Nº. Familiares 15	Masculino	Feminino	Nº Atendimentos 91
	6	9	

D.R. Norte

Nº. Participantes 9	Masculino	Feminino	Nº Atendimentos 37
	2	7	

D.R. Centro

Nº. Participantes 1	Masculino	Feminino	Nº Atendimentos 5
	0	1	

**5. Apoio a Adolescentes**

Este apoio enquadra-se no âmbito da Reabilitação Psicossocial para adolescentes com perturbações de humor ou familiares de associados com patologia, visando uma

avaliação e acompanhamento em Psicologia Clínica, de modo a prevenir e cuidar, possibilitando mais ganhos de saúde e qualidade de vida. No ano 2025 foram apoiados 4 adolescentes em 21 consultas de psicologia clínica.

Isabel Soares  
R. Sul  
955

## 6. Apoio Psicológico e Social ao Domicílio

O Serviço de Apoio Psicológico e Social no domicílio é uma resposta social e clínica que consiste na prestação de apoio psicossocial individualizado e personalizado no domicílio a associados e/ou às suas famílias que, por motivo de doença ou outro impedimento de força maior, não possam assegurar temporária ou permanentemente a satisfação das necessidades de apoio psicossocial nas instalações da Sede Nacional e Delegações da ADEB.

Verifica-se que foram atendidas 3 pessoas, num total de 43 atendimentos.

## 7. Grupos Psicoterapêuticos

De acordo com o nº2 do artigo 5º dos Estatutos da ADEB, os Grupos Psicoterapêuticos integram os seguintes Grupos:

**GPE - Grupos Psicoeducativos**, de forma a melhorar a adesão à terapêutica farmacológica; reconhecer os sintomas e prevenir recaídas; promover a consciencialização e proporcionar aos associados, familiares e cuidadores aptidões para lidar com a doença Unipolar ou Bipolar;

**GTSA - Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade**, tendo por objetivo mudar e reestruturar padrões de pensamento, aprender técnicas de relaxamento e promover técnicas de assertividade e de afirmação pessoal;

**GPICS - Grupos de Prevenção de Ideação e Comportamento Suicida**, abordagem para prevenção e gestão de ideação e comportamento suicida.

Em 2025, foram realizados a nível nacional 2 Grupos Psicoeducativos, com 11 participantes e 2 Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade, com 9 participantes.

No âmbito do Programa de Promoção de Competências Pessoais e Sociais, foram realizados seis workshops subordinados aos seguintes temas: autoestima e autoconceito; gestão de conflitos interpessoais; gestão de conflitos intrapessoais; comunicação interpessoal verbal e não verbal; gestão da mudança; e gestão doméstica e financeira. Participaram neste programa 16 pessoas com diagnóstico de Perturbação Unipolar ou Bipolar e familiares.

## 8. Apoio e Orientação Profissional

No âmbito desta resposta foram apoiados 37 associados individualmente e 13 em contexto de intervenção em grupo, nomeadamente através do Grupo de Entreejuda na procura de Emprego (GEPE).

Relativamente ao Workshop de Técnicas de Procura de Emprego, participaram 5 associados que se encontravam numa situação de desemprego e/ou procura ativa de emprego. Os resultados qualitativos evidenciaram impacto positivo significativo ao nível da confiança e da organização da procura ativa.

Y.M.  
Isabel Soares  
R. S.  
2025

No que se refere às Ação de Mentoria e Promoção da Empregabilidade, registaram-se 31 presenças de responsáveis pelo recrutamento e seleção, quadros de chefia/supervisores e outros trabalhadores.

As Ações de Sensibilização "Promoção da Empregabilidade" decorreram nos distritos de Évora, Setúbal, Aveiro, Faro, Lisboa, Porto e Coimbra, realizadas em parceria com entidades locais. Algumas dessas Ações – Coimbra e Aveiro – foram realizadas em formato online, com uma grande adesão de participantes, abrangendo pessoas de praticamente todos os distritos de Portugal, incluindo as Ilhas dos Açores e Madeira. Estas ações foram dirigidas para técnicos de saúde e da área social que trabalham em diversas instituições com pessoas com diagnóstico de Perturbação Unipolar e Bipolar, tendo também contado com a participação de pessoas com diagnóstico e respetivos familiares, num total 292 participantes.

Importa destacar que, das 52 pessoas com diagnóstico de Perturbação Unipolar ou Bipolar que participaram nas atividades internas do projeto do INR "Capacitar para Empregar", 19 conseguiram integração no mercado de trabalho e 2 integração em formação profissional. Estes resultados correspondem a uma taxa de integração profissional de 36,5% e a uma taxa global de integração (emprego + formação) de 40,4%, indicadores particularmente relevantes considerando as barreiras estruturais associadas à doença mental no acesso ao mercado de trabalho.

Por fim, verificou-se que as 52 pessoas com um diagnóstico de Perturbação Bipolar ou Unipolar, que beneficiaram das atividades de Avaliação e Acompanhamento Psicossocial, Apoio e Orientação Profissional, Grupo de Entajuda na Procura de Emprego, Grupos Terapêuticos de Stress e Ansiedade, Programa de Promoção de Competências Pessoais e Sociais e dos workshops de "Técnicas de Procura Ativa de Emprego" apresentaram ganhos significativos ao nível da saúde e da inclusão social.

## 9. FSO Fórum Sócio-Ocupacional

De acordo com a alínea d) do nº1 do Artigo 4º Estatutos da ADEB, a ADEB desenvolve o Fórum Sócio Ocupacional, com base no Despacho Conjunto nº407/98 de 18 de Junho, que define as orientações reguladoras da intervenção articulada do apoio social e dos cuidados de saúde continuados, incluindo, entre outras respostas, o Fórum Sócio-Ocupacional- FSO, sendo esta uma resposta implementada da Delegação da Região Centro da ADEB.

Durante 2025, na valência Fórum Sócio Ocupacional foram acompanhadas 40 utentes.

Nº DE UTENTES EM FSO A FUNCIONAR NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO CENTRO DA ADEB

Patologia	Nº de Utentes	Género		Estado Civil			
		Masculino	Feminino	Solteiro	Casado	Divorciado	Viúvo
Unipolar	10	3	7	4	2	3	1
Bipolar	27	6	21	13	12	2	0
Outra	3	1	2	1	1	0	1
Total	40	10	30	18	15	5	2

Isabel  
R. Sal  
2025

Nº UTENTES EM FSO NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO CENTRO DA ADEB, POR FAIXA ETÁRIA

Patologia	Nº de Utentes	Faixa Etária					
		-20	21-24	25-34	35-49	50-59	+60
Unipolar	10	0	0	2	5	2	1
Bipolar	27	0	0	1	16	9	1
Outras	3	0	1	0	1	0	1
Total	40	0	1	3	22	11	3

Nº UTENTES EM FSO NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO CENTRO DA ADEB, POR SITUAÇÃO PROFISSIONAL

Patologia	Nº de Utentes	Situação Profissional			
		Ativo	Desempregado	Estudante	Reformado
Unipolar	10	9	0	0	1
Bipolar	27	20	1	0	6
Outra	3	3	0	0	0
Total	40	32	1	0	7

O Fórum Sócio Ocupacional tem como objetivo primordial desenvolver atividades de âmbito sócio ocupacional para os associados da ADEB-DRC, de forma a proporcionar, entre outros benefícios, o desenvolvimento pessoal nas seguintes vertentes: área da saúde; vida diária e familiar; tempos livres; orientação vocacional e profissional e vida em sociedade.

## 10. Atividades Sócio-Culturais e Desportivas

Os Associados com diagnóstico das patologias Unipolar e Bipolar, quando em fase de recuperação, necessitam de ocupar o seu tempo em atividades culturais, de entretenimento e lazer, com a finalidade de estimularem as suas funções cognitivas e executivas e colmatar o isolamento e a solidão.

ATIVIDADES SÓCIO- CULTURAIS E DESPORTIVAS NA SEDE NACIONAL E DELEGAÇÕES DA ADEB

Isabel Soares  
 R. 505

Atividade	N.º Sessões	N.º Participantes	N.º Presenças
Caminhadas	4	12	16
Pilates	1	10	10
ADEB Dança	8	9	29
Visita a Fábrica MAAT	1	5	5
Visita Quinta das Lágrimas	1	10	10
Exposição Gulbenkian	1	6	6
Lanche Convívio DRN	3	13	20
Exposição Desenho, Pintura e Fotografia	3	61	61
Jogos Recreativos	1	3	3
Charadas e Enigmas	2	7	8
Tertúlias	14	18	72
Workshop Técnicas de Barro	4	7	24
Workshop Primavera	3	6	17
Workshop Pinturas	1	8	8
Cine Clube	1	4	4
<b>TOTAL:</b>	<b>48</b>	<b>179</b>	<b>293</b>

Foi feita a edição e publicação de uma Antologia Poética, Prosa e Conto, com a participação de 12 associados, que se encontra disponível em [www.adeb.pt](http://www.adeb.pt)

### 11. GAM Grupos de Ajuda Mútua

Os GAM são um dos mais significativos movimentos sociais contemporâneos, em grande expansão, radicados no facto de serem constituídos e coordenados pelos próprios utentes, revelando-se a sua riqueza numa abordagem inovadora dos problemas de saúde mental.

A valência de GAM consta do Acordo de Cooperação com 75 associados com o diagnóstico Unipolar (Depressão) e Bipolar, na **Sede Nacional**.

#### N.º DE GRUPOS DE AJUDA MÚTUA E DE PARTICIPANTES, DURANTE O ANO DE 2025

N.º de Participantes	N.º Sessões
75	62

#### GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES POR GÉNERO E ESTADO CIVIL, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL

Isabel Soares  
 R-SM  
 905

Patologia	Nº de Utentes	Sexo		Estado Civil			
		Masculino	Feminino	Solteiro	Casado	Divorciado	Viúvo
Unipolar	16	5	11	9	0	7	0
Bipolar	59	20	39	32	17	10	0
Total	75	25	50	41	17	17	0

GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES POR FAIXA ETÁRIA, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL

Patologia	Nº. Utentes	Faixa Etária					
		-20	21-24	25-34	35-49	50-59	+60
Unipolar	16	0	1	1	6	4	4
Bipolar	59	1	0	12	18	21	7
Total	75	1	1	13	24	25	11

GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES POR SITUAÇÃO PROFISSIONAL, DURANTE O ANO DE 2025, NA SEDE NACIONAL

Patologia	Nº de Utentes	Situação Profissional			
		Ativo	Desempregado	Estudante	Reformado
Unipolar	16	7	7	1	1
Bipolar	59	25	19	4	11
Total	75	32	26	5	12

GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES, NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO NORTE, DURANTE O ANO DE 2025

Nº de Participantes	Nº Sessões
50	10

GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES POR GÉNERO E ESTADO CIVIL, NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO NORTE, DURANTE O ANO DE 2025

Isabel Soares  
*[Handwritten initials]*  
 R-Sul  
 2025

Patologia	Nº de Utentes	Sexo		Estado Civil			
		Masculino	Feminino	Solteiro	Casado	Divorciado	Viúvo
Unipolar	7	5	2	5	1	1	0
Bipolar	38	17	21	17	6	15	0
Outros	5	1	4	1	1	3	0
Total	50	23	27	23	8	19	0

GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES POR FAIXA ETÁRIA, DURANTE O ANO DE 2025, NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO NORTE

Patologia	Nº. Utentes	Faixa Etária					
		-20	21-24	25-34	35-49	50-59	+60
Unipolar	7	0	0	2	3	2	0
Bipolar	38	1	2	4	17	6	8
Outros	5	0	0	2	2	0	1
Total	50	1	2	8	22	8	9

GAM- NÚMERO DE PARTICIPANTES POR SITUAÇÃO PROFISSIONAL, DURANTE O ANO DE 2025, NA DELEGAÇÃO DA REGIÃO NORTE

Patologia	Nº de Utentes	Situação Profissional			
		Ativo	Desempregado	Estudante	Reformado
Unipolar	7	6	1	0	0
Bipolar	38	23	6	2	7
Outros	5	3	1	0	1
Total	50	32	8	2	8

**Nº DE SESSÕES DO GRUPO DE AJUDA MÚTUA DE FAMILIARES E PARTICIPANTES, DURANTE O ANO DE 2025 NA SEDE NACIONAL DA ADEB**

O **GAM de Familiares**, denominado "Encontro Mensal de Familiares", é dinamizado online e está disponível para familiares de todo o país, contando no ano 2025 com 54 presenças.

Nº de Sessões	Nº de Presenças
8	54

Isabel Soares  
R. Sal  
2025

## GRUPO DE AUTO REPRESENTAÇÃO (GAR)

Foram realizadas 10 sessões do GAR, constituindo um espaço estruturado de reflexão e partilha para pessoas com diagnóstico de doença unipolar ou bipolar e seus familiares. O grupo permitiu aos participantes analisar pensamentos, sentimentos e preocupações, bem como discutir recursos disponíveis no âmbito social, promovendo empoderamento, literacia em saúde mental e fortalecimento da cidadania. As sessões, mediadas por profissionais da ADEB, ocorreram em formato online com dias e horários fixos, garantindo acessibilidade, flexibilidade e privacidade para todos os participantes.

## DADOS E RESULTADOS OBTIDOS NA PROMOÇÃO E EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE MENTAL NO ANO 2025



De acordo com a alínea b) do nº1 do artigo 4º dos Estatutos da ADEB, um dos objetivos principais é a promoção, educação e formação, de forma especializada, na área da Saúde Mental, tendo em vista divulgar e elevar o conhecimento das pessoas com o diagnóstico das doenças Unipolar e Bipolar e seus familiares ou cuidadores para a prevenção e reabilitação.

### 1. Colóquios e Encontros

Em 2025, a nível nacional, foram realizados 2 colóquios com um total de 48 participantes.

#### Nº DE COLÓQUIOS REALIZADOS, DURANTE O ANO DE 2025

Nº Colóquios	Total de Participantes
2	48

### 2. SPP Sessões Psicopedagógicas e Ações de Sensibilização

No âmbito das Ações de Informação e Sensibilização, foram desenvolvidas 10 ações em território nacional, incluindo 2 em contexto escolar, complementadas por 2 ações em formato online, distribuídas entre a sede, a delegação Norte e Centro e diferentes

núcleos da ADEB, garantindo uma cobertura territorial ampla e reforçando a proximidade com as comunidades locais. No total, participaram 518 participantes.

Trabalho  
R. S. M.  
905

### 3. Documentação Psicopedagógica

No que concerne à coleção de documentação técnica e psicopedagógica sobre doença mental, a sua distribuição tem como alvo privilegiado as seguintes entidades:

- Envio aos associados e a todas as pessoas com patologia e familiares que a solicitem;
- Envio aos Centros de Saúde Mental, Serviços de Psiquiatria dos Hospitais e Instituições afins;
- Distribuição em congressos, simpósios e outros eventos sobre saúde mental, a médicos e técnicos da área da saúde e social;
- Distribuição a docentes e discentes do ensino secundário e Universidades da área da saúde e das ciências;
- Distribuição aos órgãos de comunicação social.

No ano 2025 foram distribuídos, a nível nacional, 536 materiais psicoeducativos. Foram também criados dois novos desdobráveis "*Atestado Médico de Incapacidade Multiusos*" e "*Regime do Maior Acompanhado*".

No que concerne à **Revista BIPOLAR** foram publicadas e distribuídas em formato digital via e-mail, gratuitamente, durante o ano de 2025, aos associados com as quotas em dia e a entidades públicas, privadas e à comunicação social, duas Revistas Bipolar: Revista Bipolar nº 72 subordinada ao tema "*Sob o Signo do Estigma - Reflexões e Testemunhos*" e a Revista Bipolar n.º 71 com o tema "*Saúde Mental na Infância e Adolescência – Breve visão sobre a Perturbação Depressiva Major*".

### 4. Site, Redes Sociais e Newsletters da ADEB

O **Site da ADEB** [www.adeb.pt](http://www.adeb.pt) existe desde 2008, com o objetivo de divulgar e promover os objetivos, fins e atividades da ADEB. Durante o ano de 2025 contaram-se mais de 81 mil visitas. Os maiores acessos ao site da ADEB são, por ordem decrescente em Portugal: Lisboa, Porto, Setúbal, Braga, Faro, Coimbra, Aveiro, Santarém, Leiria e Viseu.

O **Facebook da ADEB** contava no fim de 2025 com mais de 9000 seguidores.

A **Newsletter da ADEB** serviu para divulgar Colóquios, Sessões Psicopedagógicas, Encontros e outras atividades, assim como convocar Assembleias Gerais.

Foram editadas e enviadas **113 Newsletters** durante o ano de 2025.

Foi criado o **Instagram da ADEB** em abril de 2025



Isabel Soares  
R-5al  
905



## OUTRAS ATIVIDADES COMPLEMENTARES DADOS E RESULTADOS OBTIDOS NO ANO 2025



### 1. Sessões de Aconselhamento Jurídico

A Associação proporciona um Serviço de Aconselhamento e Orientação Jurídica, em todos os ramos do Direito. Existem diversas situações, decorrentes ou não da patologia, que necessitam de algum aconselhamento especializado em vários ramos do Direito, feito pelo Advogado da ADEB.

Durante o ano de 2025 foram formalmente apoiados na Sede da ADEB **10 associados** na valência de Apoio Jurídico.

### 2. Apoio a Alunos dos Ensinos Básico, Secundário e Superior

Durante o ano de 2025, a ADEB deu apoio a **300 alunos** do Ensino Básico, Secundário e Superior no âmbito dos seus trabalhos escolares e académicos na área da saúde mental, nomeadamente sobre a Depressão e Perturbação Bipolar.

### 3. Divulgação e Participação na Comunicação Social

Em 2025 a ADEB participou num Podcast sobre "Doença Bipolar e Depressão" organizado pela Associação Portuguesa de Farmacêuticos para a Comunidade.

### 4. Intercâmbio com Associações Nacionais e Internacionais

- A ADEB está filiada, desde 2004, na União Distrital das Instituições Particulares de Solidariedade Social, UDIPSS;
- Filiação na FNERDM - Federação de Entidades de Reabilitação de Doentes Mentais;

- A cooperação com a "Depression and Bipolar Support Alliance" (DBSA-[www.dbsalliance.org](http://www.dbsalliance.org)), e o intercâmbio e cedência de direitos de autor de publicações científicas, tem permitido à ADEB editar brochuras e desdobráveis de grande interesse para pacientes Unipolares e Bipolares e suas famílias;
- A ADEB associou-se em 1999 à GAMIAN (Global Alliance of Mental Illness Advocacy Networks). Em maio de 2025 a Presidente da Direção Renata Frazão e a Psicóloga da Sede Nacional Jéssica Pinto, estiveram presentes na Assembleia Geral Anual daquela organização, que teve lugar em Bruxelas.
- A European Network for Bipolar, ENB, foi criada no ano 2025, e é o resultado do trabalho de várias associações europeias da área da doença bipolar que, em conjunto iniciaram este novo projeto comum, de que a ADEB tem a honra de fazer parte como uma das associações fundadoras. As restantes associações presentes são a AIBP – Associazione Italiana Bipolari (Itália); Bipolarité France (França); Bipolarforeningen (Noruega); FinFami ry (Finlândia); Bipolar Scotland (Escócia); DGBS – German Society for Bipolar Disorders e.V. (Alemanha) e Le Funambule asbl (Bélgica e Luxemburgo). A Vice-Presidente da ENB é Presidente da Direção da ADEB, Renata Frazão.

## GANHOS DE SAÚDE OBTIDOS PELOS ASSOCIADOS, ACOMPANHADOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL



A Direção da ADEB tem feito um investimento considerável no sentido de proporcionar a todos os associados um apoio na sua Reabilitação Psicossocial, sendo este processo fulcral no apoio prestado aos associados.

Podemos observar nos quadros a seguir apresentados, as avaliações em ganhos de saúde dos utentes acompanhados em Reabilitação Psicossocial nas vertentes de psicologia clínica, neuropsicologia e apoio social, verificando-se, após avaliação em equipa, que estes têm obtido melhorias significativas no que diz respeito à **diminuição das crises, diminuição de baixas de doença, diminuição de internamentos psiquiátricos, melhorias na diminuição do risco de suicídio e também ao nível integração sócio laboral.**

Isabel Soares  
R-SM  
905

	Apreciação Global			Diminuição das Crises			Diminuição Baixa por Doença			Diminuição Internamentos Psiquiátricos			Diminuição de Risco Suicida			Integração Socio Laboral		
	Sede	DRN	DRC	Sede	DRN	DRC	Sede	DRN	DRC	Sede	DRN	DRC	Sede	DRN	DRC	Sede	DRN	DRC
Muito Melhor	4	0	20	6	0	19	8	0	5	8	0	1	12	0	1	2	0	10
Bastante Melhor	38	7	5	54	3	5	12	1	2	18	4	2	28	2	2	30	4	4
Ligeiramente Melhor	85	25	2	69	16	2	16	1	1	26	1	0	18	2	0	49	18	4
Sem Alteração	48	34	2	39	38	2	16	46	2	11	46	2	14	18	0	82	49	0
Ligeiramente Pior	1	9	2	2	8	2	2	1	0	0	0	1	0	3	0	1	2	1
Bastante Pior	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	3	0
Muito Pior	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Não Aplicável	10	0	1	16	10	2	0	27	23	0	24	28	0	51	31	0	0	14
<b>N.º total de avaliações</b>	<b>186</b>	<b>76</b>	<b>34</b>	<b>186</b>	<b>76</b>	<b>34</b>	<b>54</b>	<b>76</b>	<b>34</b>	<b>63</b>	<b>76</b>	<b>34</b>	<b>72</b>	<b>76</b>	<b>34</b>	<b>164</b>	<b>76</b>	<b>34</b>

A Direção da ADEB destaca globalmente os importantes resultados positivos atribuíveis à intervenção em aconselhamento psicológico, psicoterapia, psicologia clínica e psicoeducação, apoio em contexto de grupos terapêuticos e de auto ajuda, apoio na área profissional e na articulação com as famílias e demais cuidadores informais e formais, assim como intervenção na área social, em complemento das restantes valências e serviços da ADEB, que ajudam os associados a ter ferramentas mais eficazes no controlo das suas perturbações do humor e uma mais eficaz prevenção de recaídas.

Em síntese, podemos afirmar que **56,80% das avaliações feitas, em termos de ganhos de saúde, foram positivas ou muito positivas, espelhando melhorias clínicas evidentes, maior estabilidade e menos recaídas.**

Em **39,11%** dos casos, as situações mantêm-se ainda em processo de intervenção clínica e social, não espelhando para já as melhorias pretendidas, mas também sem agravamento clínico, e com grande investimento por parte da equipa para promover uma maior estabilidade e reabilitação psicossocial destes associados.

Apenas em **4,09%** dos casos houve um agravamento clínico (recaída, internamento, início de baixa médica). Os restantes casos não contemplados nas percentagens anteriores são situações que não têm critérios para avaliação clínica e/ou social (cuidadores informais, na sua maioria).

Presidente da Direção Nacional da ADEB

**Renata Frazão**

# RELATÓRIO ECONÓMICO E FINANCEIRO DO ANO DE 2025



Trabalho/2025  
R. S. M.  
2025

O Relatório Económico e Financeiro que a Direção apresenta baseia-se nos princípios e na estrutura que estabelece o Plano de Contas para as Instituições Particulares de Solidariedade Social (PCIPSS). Nesta sequência, o Relatório e Contas, ora apresentado, está sujeito ao visionamento das tutelas: Ministério da Saúde e Ministério do Trabalho e Solidariedade Social.

Assim, e tendo em conta o trabalho desenvolvido durante o ano de 2025, salientam-se, em síntese, os seguintes resultados obtidos:

## **1. ACORDOS DE COOPERAÇÃO E PROJETOS COFINANCIADOS**

Cumpra salientar a existência dos seguintes Acordos de Cooperação, atípicos, estabelecidos com os seguintes Centros Regionais de Segurança Social:

### **1.1. Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS de Lisboa, Atípico Sede Nacional da ADEB**

A vigorar desde 30 de dezembro de 1998, o qual foi alvo de renovação no 2º semestre de 2004, passando a abranger 75 associados, em Grupos de Ajuda Mútua (GAM). No ano 2025 financiou o valor de 98.717,52€.

### **1.2. Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS do Porto, Atípico Delegação da Região Norte da ADEB**

A vigorar desde 1 de outubro de 2004, abrangendo 50 associados, em Grupos de Ajuda Mútua (GAM). Em 2025 financiou com o valor de 78.324,48€.

### **1.3. Acordo de Cooperação celebrado com o CRSS de Coimbra, Atípico Delegação da Região Centro da ADEB**

A vigorar desde 1 de outubro de 2006, contemplando 40 associados, em Fórum Sócio-Ocupacional (FSO). No ano 2025 financiou a ADEB com o valor de 70.267,42€.

### **1.4. Projetos cofinanciados pelo INR I.P.- 2025**

O Instituto Nacional para a Reabilitação – INR, I.P. prestou apoio financeiro para o desenvolvimento das atividades na área da saúde mental no ano 2025, através dos seguintes projetos denominados:

- a) **Capacitar para Empregar**, tendo sido atribuído o montante de 6.850,35€;
- b) **Projeto d`Arte** tendo sido atribuído o montante de 926,09€;
- c) + **Cidadania**, tendo sido atribuído o montante de 2.509,58€

### **1.5. Projeto de Apoio ao Funcionamento pelo INR I.P.- 2025**

O Instituto Nacional para a Reabilitação-INR, I.P. prestou apoio às despesas com fornecedores essenciais ao funcionamento da ADEB, no montante de 13.675,25 €

Tubo/500/205  
R. Sal  
905

## 2. ACORDOS DE PARCERIA

A ADEB, em 31 de dezembro de 2025, contava com contratos de parceria estabelecidos com Hospitais, Centros Hospitalares e Unidades Locais de Saúde, Câmaras Municipais, Juntas de Freguesias e outras entidades públicas e privadas, tendo em vista a prestação de apoio técnico especializado e apoio material para divulgação dos objetivos e valências da ADEB e promoção da saúde mental, especialmente sobre a Doença Unipolar e Bipolar. No ano de 2025, foi renovada a parceria com a Estratégia Nacional para a Integração das Pessoas em Situação de Sem Abrigo 2025/2030 (NOVA ENIPSSA 2025-2030), e foram feitas novas parcerias, nomeadamente com a European Network for Bipolar, o Inatel, El Corte Inglés, Ótica Maxivisão, Teatrão, Clínica de Estética Geisa, Conservatório de Música de Coimbra, Escola da Noite e o Teatro da Cerca de São Bernardo, GO OPEN MRI Espinho, Évora, Faro, Rio Maior, Viseu e Escola Superior de Saúde da Cruz Vermelha de Lisboa.

## 3. JÓIAS, QUOTAS E DONATIVOS

Durante o ano de 2024 e 2025 o montante das Joias, quotas e donativos recebidos de associados e mecenas na Sede e Delegações foram os seguintes:

VALOR DAS RECEITAS EM EUROS, NO ANO 2025, DE JÓIAS, QUOTAS E DONATIVOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL, POR DELEGAÇÕES

Joias Quotizações	Donativos	Sede/Delegação
17.740,94€	31.244,73€	Sede Nacional
5.545,00€	12.055,00€	D.R. Norte
2.544,00€	3.336,01€	D.R. Centro

VALOR DAS RECEITAS EM EUROS, NO ANO 2024, DE JÓIAS, QUOTAS E DONATIVOS EM REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL, POR DELEGAÇÕES

Joias Quotizações	Donativos	Sede/Delegação
19.300,94€	37.754,13€	Sede Nacional
4.920€	6.111€	D.R. Norte
2.600€	3.984€	D.R. Centro

*Wabe/Sogros*  
*R. Gal*  
*be* *DS*

#### 4. RECEITAS EVENTUAIS

Fonte de Financiamento	Valor atribuído
IEFP (Estágio Profissional)	3.414,44€
Consignação IRS (recebida pela ADEB no ano 2025, mas referente ao ano 2023)	10.447,67€
PAFI CM SINTRA	1.890,01€

O PAFI é um financiamento da Câmara Municipal de Sintra que nos atribuiu 1.890,01€ no ano 2025, o que ajudou a ADEB a adquirir um computador e um projetor, e permitiu à ADEB realizar várias sessões de promoção de literacia sobre saúde mental em escolas primárias, preparatórias e secundárias no Concelho de Sintra.

#### 5. PAGAMENTO DE QUOTA

É importante continuar a privilegiar o pagamento da quota (anuidade) como associado da ADEB no valor de 50 € (euros), obrigatoriamente por débito direto, podendo ser, excecionalmente, paga por cheque, transferência bancária, numerário ou vale do correio.

#### 6. ENTREAJUDA- BANCO DE BENS DOADOS

Durante o ano de 2025, a ADEB contou com o apoio da entreajuda através do seu Banco de Bens Doados através da atribuição de equipamentos à ADEB.

#### 7. QUADRO DE PESSOAL DA ADEB (Tabela Salarial publicada no B.T.E. N.º 8/2023 de 28 de fevereiro de 2023):

Categoria Profissional	Local	Nº	Regime Horário	Regime Contratual
Psicólogo Clínico	Sede Nacional	2	Tempo Inteiro	Contrato sem Termo
Neuropsicólogo	Sede Nacional	1	Tempo Inteiro	Contrato sem Termo
Psicólogo Clínico	Sede Nacional	1	Tempo Inteiro	Contrato com Termo
Assistente Social	Sede Nacional	1	Tempo Inteiro	Contrato sem termo.
Secretária Administrativa	Sede Nacional	1	Tempo Inteiro	Contrato com Termo
Psicólogo Clínico	D.R. Norte	1	Tempo Inteiro	Contrato sem Termo
Psicólogo Clínico	D.R. Norte	1	Tempo Parcial	Regime de avença
Assistente Social	D.R. Norte	1	Tempo Inteiro	Contrato sem Termo
Psicólogo Clínico	D.R. Centro	1	Tempo Inteiro	Contrato sem termo
Assistente Social	D.R. Centro	1	Tempo Inteiro	Contrato com termo
Animadora Sócio Educativa	D.R. Centro	1	Tempo Parcial	Contrato com Termo
Advogado	Sede Nacional	1	Tempo Parcial	Regime de avença

## INTRODUÇÃO AO BALANÇO E CONTAS DO ANO 2025



O Balanço e Contas que, ora, se apresenta, em resumo, está em conformidade com os princípios estabelecidos na Norma Contabilística e de Relatório Financeiro para as Entidades do Setor não Lucrativo, (NCRF-ESNL), e tem como objetivo proporcionar a todos os associados uma apreciação contabilística do exercício do ano 2025.

Constata-se que as associações, com fins de saúde e sociais, da área da saúde mental, continuam a ser o elo mais fraco e o parente pobre da saúde, tendo em conta o constante protelar na aplicação da legislação alusiva especificamente da área da saúde mental, tornando-se insuficiente apoio técnico e financeiro pelas tutelas: Ministério da Saúde e Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, implicando deste modo grandes dificuldades na gestão e implementação dos objetivos e valências da ADEB.

Cumpre salientar a manutenção dos acordos de Cooperação, atípicos, com Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, no financiamento dos Grupos de Ajuda Mútua, a funcionarem nas delegações de Lisboa e Porto e do Fórum Sócio Ocupacional, em Coimbra, de montantes anuais, respetivamente, a seguir discriminados: Acordo de Cooperação entre o ISS, IP e a ADEB, 75 utentes 98717,52€; Acordo de Cooperação entre o ISS, IP e a ADEB, 50 utentes 78324,48€; Acordo de Cooperação entre o ISS, IP e a ADEB, 40 utentes 70267,42€.

Nesta sequência, fazendo um balanço e estudo comparativo entre os Rendimentos e Gastos globais, relativo aos anos de 2024 e 2025, verifica-se existir um saldo francamente positivo referente ao ano 2025, no montante de (+) 18.375,33€, assim como um saldo positivo referente ao ano 2024, no montante de (+) 9.100,32€, derivado de uma gestão económica e financeira criteriosa e equilibrada.

A ADEB recebeu 10.447,67€ derivado do 0,5% de Consignação do IRS no ano de 2023 (mas apenas recebido no ano 2025).

Demonstrada a realidade socioeconómica da Associação, torna-se importante continuar com contenção de custos no ano 2026, assim como captar novos recursos financeiros de entidades públicas e privadas.

Nesta sequência a Direção da ADEB, com início de mandato em 18 de outubro de 2025 para o quadriénio de 2025 a 2029, propõe-se fazer uma gestão económica e financeira com rigor e equilíbrio, a fim de serem garantidos os compromissos com a Segurança Social, Finanças, retribuições aos trabalhadores e com os fornecedores.

Assim, a Direção aproveita para apelar e motivar os associados para participarem e usufruírem das valências instituídas no campo da Reabilitação Psicossocial, de modo a obterem mais ganhos de saúde, qualidade de vida e cidadania ativa.

Isabel Soares  
R-Ed  
205

### RESUMO DA DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS, DIFERENÇA ENTRE RENDIMENTOS E CUSTOS DO ANO DE 2024 E 2025

	RENDIMENTOS	GASTOS	DIFERENÇA (+)
Ano 2025	357.683,43€	339.308,10€	+ 18.375,33€
Ano 2024	346.155,77€	337.055,45€	+ 9.100,32€

### SALDOS BANCÁRIOS, NO FINAL DO ANO 2025, DA ADEB

	Valores em Depósito (Euros)
CGD Benfica SEDE NACIONAL	110.154,45 €
CGD Olivais SEDE NACIONAL	489,65 €
Montepio Geral- SEDE	896,13 €
CGD D.R. NORTE	8.197,62€
CGD Arnado D.R. Centro	6.068,66 €
CGD Souselas D.R. Centro	1.284,62 €

### SALDOS DE CAIXA, NO FINAL DO ANO 2025 DA ADEB

Caixa Sede Nacional	253,56 €
Caixa D.R. Norte	1153,45€
Caixa D.R. Centro	172,40 €

## DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS DO ANO 2025

Os Mapas do Balanço de Resultados por Natureza e por Resposta Social do ano 2025, apresentam, em resumo, o apuramento entre Rendimentos e Gastos, com base na demonstração de resultados apurados na Sede e Delegações da Região Norte e Centro da ADEB, e expressam existir resultados líquidos positivos no ano de 2024, de (+) 9.100,32€ e de (+) 18.375,33€ em 2025.

Tendo em consideração os custos suportados, durante o ano de 2025 a ADEB tem cumprido com todos os seus compromissos nas seguintes vertentes:

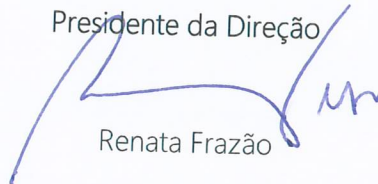
- Logística;
- Fornecedores;
- Rendas da Sede e Delegações;
- Comunicações;
- Honorários e Salários;
- Contribuições para a Segurança Social

Assim, a Direção eleita para o mandato do quadriénio 2025/2029, espera uma justa avaliação do trabalho desenvolvido tendo por base este Relatório da Direção e Contas de 2025, que ora se apresenta para ser analisado e aprovado pelos associados.

Lisboa, 28 de março de 2026

A DIREÇÃO

Presidente da Direção



Renata Frazão

Vice-Presidente da Direção



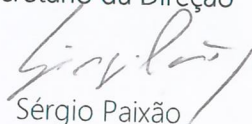
Elisabete Teresa Saldanha

O Tesoureiro



Rogério Saldanha

Secretário da Direção



Sérgio Paixão

# MAPA I- BALANÇO DO ANO 2024 E 2025

Isabel Soares  
 G. M.  
 R. S.  
 205

ADEB-ASSOC.APOIO DOENTES DEPRESSIVOS E BIPOLARES

Demonstrações Financeiras a 31 de dezembro de 2025

## BALANÇO de dezembro 2025

RUBRICAS	NOTAS	Montantes expressos em EURO	
		PERÍODOS	
		2025	2024
<b>ACTIVO</b>			
<b>Activo não corrente:</b>			
Activos fixos tangíveis	5.1.3+5.1.4	9 301,25	4 121,99
Bens do património histórico e cultural			
Activos intangíveis	6		
Investimentos financeiros	17.1	606,85	606,80
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros			
Outros crédito e ativos não correntes			
		9 908,10	4 818,19
<b>Activo corrente:</b>			
Inventários			
Créditos a receber			
Estado e outros entes públicos	17.3	1 024,32	1 250,85
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros			
Diferimentos	17.5	6 275,44	7 014,75
Outros activos correntes	17.4	2 437,07	119,50
Caixa e depósitos bancários	17.6	128 660,54	100 090,84
<b>Total do activo</b>		138 397,37	100 384,94
		148 299,47	114 203,13
<b>FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO</b>			
<b>Fundos patrimoniais:</b>			
Fundos			
Excedentes técnicos		1 530,36	1 530,36
Reservas			
Resultados transferidos			
Excedentes de revalorização		78 350,53	89 250,21
Ajustamentos/outras variações nos fundos patrimoniais			
Subsídios ao investimento		306,81	0,00
Doações			
Outras variações		306,81	
		80 277,70	79 780,57
Resultado líquido do período			
<b>Total dos fundos patrimoniais</b>	17.7	18 375,33	9 100,32
		98 653,03	79 880,89
<b>PASSIVO</b>			
<b>Passivo não corrente:</b>			
Provisões			
Provisões específicas			
Financiamentos obtidos			
Outras dívidas a pagar			
		0,00	0,00
<b>Passivo corrente</b>			
Fornecedores			
Estado e outros entes públicos	17.8	1 935,15	0,50
Fundadores/beneméritos/patrocinadores/doadores/associados/membros	17.9	7 113,94	4 930,39
Financiamentos obtidos			
Diferimentos	17.5	2 480,48	100,00
Outros passivos correntes	17.10	38 107,89	29 382,35
		49 646,44	34 322,24
<b>Total do passivo</b>		49 646,44	34 322,24
<b>Total dos fundos patrimoniais e do passivo</b>		148 299,47	114 203,13

O Contabilista Certificado 12501

A Direcção

*[Assinatura]*  
 ROGERIO PEDRO DOS SANTOS SALGADO  
 Adelaide Salgado  
 Isabel Cristina Pedross Soares  
 [Assinatura]

Isabel Soares  
R. 21  
P. 205

# MAPA II- DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS POR NATUREZAS

Demonstrações Financeiras a 31 de dezembro de 2025

ADEB-ASSOC.APOIO DOENTES DEPRESSIVOS E BIPOLARES

## DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS

dezembro 2025

RUBRICAS	NOTAS	PERÍODOS		2025		
		2025	2024	LISBOA	PORTO	COMBREA
				Grupos Apoio Unipolares e Bipolares	Grupos Apoio Músico Unipolares e Bipolares	Forum Socio Ocupacional
<b>RENDIMENTOS E GASTOS</b>						
Vendas e serviços prestados.....	10	27 250,44	28 163,94	18 922,94	5 715,00	2 612,50
Vendas				0,00	0,00	0,00
Serviços Prestados		27 250,44	28 163,94	18 922,94	5 715,00	2 612,50
Contribuições e Juros		25 829,94	26 820,94	17 740,94	5 545,00	2 544,00
Serviços prestados - Particulares		1 410,00	1 340,00	1 180,00	170,00	58,00
Serviços prestados - Entidades Públicas		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ISS, IP		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Outras entidades públicas		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Serviços prestados - Outros		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Subsídios, doações e legados à exploração	10;12	10,56	3,00	0,00	0,00	10,56
ISS, IP - Centros Distritais		322 706,07	313 777,65	158 725,16	80 379,48	73 603,43
ISS, IP - Apólos associacionais extraordinários		247 509,43	234 311,54	98 717,53	78 304,48	70 267,42
Outras entidades públicas		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Subsídios outras entidades		28 702,91	31 616,96	28 762,91	0,00	0,00
Doações e heranças		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Variação nos inventários de produção.....		48 835,74	47 849,13	31 244,73	12 055,00	3 036,01
Trabalhos para a própria entidade						
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas.....				0,00	0,00	0,00
Fornecimentos e serviços externos.....	17;11	-87 857,70	-78 894,32	-47 703,47	-18 398,07	-21 756,16
Gastos com o pessoal.....	15	-237 061,27	-255 740,94	-121 578,54	-55 480,67	-60 502,06
Ajustamentos de inventários (perdas/reversões).....						
Imparidade de dívidas a receber (perdas/reversões).....						
Provisões específicas (aumentos/reduções).....						
Outras imparidades (perdas/reversões).....						
Aumentos/reduções de justo valor.....						
Outros rendimentos.....	10;17;12	7 734,92	4 214,20	6 420,42	1 032,00	27 2,50
Correções relativas a anos anteriores		7 006,25	3 600,18	6 171,25	580,00	355,00
Correções positivas de participações do ISS, IP				0,00	0,00	0,00
Outras correções de anos anteriores		7 006,25	3 600,18	6 171,25	580,00	355,00
Imputação de subsídios ao investimento				106,00	0,00	0,00
Outros rendimentos		718,67	545,02	143,17	452,00	17,50
Outros gastos.....	17;13	-8 548,45	-3 375,11	-9 247,34	-116,17	-185,94
Correções relativas a anos anteriores		-8 797,25	-2 672,11	-8 495,14	-116,17	-185,94
Correções negativas de participações do ISS, IP				0,00	0,00	0,00
Outras correções de anos anteriores		-8 797,25	-2 672,11	-8 495,14	-116,17	-185,94
Outros gastos		-752,20	-704,00	-752,20	0,00	0,00
<b>Resultados antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos</b>		<b>22 415,01</b>	<b>13 144,40</b>	<b>5 229,17</b>	<b>23 131,57</b>	<b>-8 965,73</b>
Gastos/reversões de depreciação e de amortização.....	5;6	-4 039,68	-4 044,08	-3 275,97	-109,26	-854,45
<b>Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)</b>		<b>18 375,33</b>	<b>9 100,32</b>	<b>1 953,20</b>	<b>23 022,31</b>	<b>-6 610,18</b>
Juros e rendimentos similares obtidos.....				0,00	0,00	0,00
Juros e gastos similares suportados.....				0,00	0,00	0,00
<b>Resultado antes de impostos</b>		<b>18 375,33</b>	<b>9 100,32</b>	<b>1 953,20</b>	<b>23 022,31</b>	<b>-6 610,18</b>
Imposto sobre o rendimento do período.....	17;14					
<b>Resultado líquido do período</b>		<b>18 375,33</b>	<b>9 100,32</b>	<b>1 953,20</b>	<b>23 022,31</b>	<b>-6 610,18</b>

O Contabilista Certificado 12501

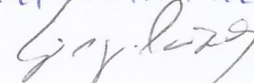
A Direcção



ROBERTO PEDRO DOS SANTOS SMANIA

rodilisabete Saldaña

Isabel Cristina Pedrosa Soares



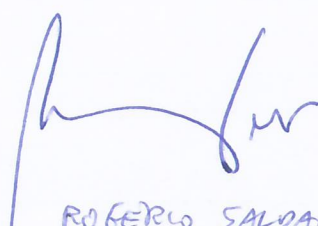
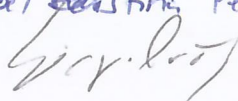
Isabel/soares  
R. M.  
R. S.  
SOS

# MAPA III- DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS POR RESPOSTA SOCIAL 2025

## ADEB-ASSOC.APOIO DOENTES DEPRESSIVOS E BIPOLARES \*\*2025\*\*

### DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS POR RESPOSTA SOCIAL

CLASSE 7	RENDIMENTOS		USBOA	PORTO	COIMBRA
			Grupos Auto-Ajuda Unipolares e Bipolares	Grupos Ajuda Mútua Unipolares e Bipolares	Fórum Sócio-Ocupacional
CONTA	RUBRICA	TOTAL			
71	VENDAS	0,00			
72	SERVIÇOS PRESTADOS	27 250,44	0,00	0,00	0,00
722	QUOTIZAÇÕES E JOIAS	25 829,94	18 922,94	5 715,00	2 612,50
7211	SERVIÇOS PRESTADOS - PARTICULARES	1 410,00	1 740,94	5 545,00	2 544,00
7215	SERVIÇOS PRESTADOS - ENTIDADES PÚBLICAS	0,00	1 182,00	170,00	58,00
723/728	SERVIÇOS PRESTADOS - OUTROS	10,50	0,00	0,00	0,00
73	VARIAÇÃO NOS INVENTÁRIOS DA PRODUÇÃO	0,00			10,50
74	TRABALHOS PARA A PRÓPRIA ENTIDADE	0,00			
75	SUBSÍDIOS, DOAÇÕES E LEGADOS À EXPLORAÇÃO	322 708,07	158 725,16	90 379,48	73 603,43
751	SUBSÍDIOS ESTADO E OUTROS ENTES PÚBLICOS	276 072,33	127 480,43	78 324,48	70 267,42
7511	ISS, IP	247 309,42	98 717,52	78 324,48	70 267,42
7512	ISS, IP OUTROS SUBSÍDIOS/AP EXCEPCIONAIS EXTRAORDINÁRIOS	0,00			
7515	OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS/AUTARQUIAS	1 387,20	1 387,20		
7516	OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS/IEFP	3 414,44	3 414,44		
7517	OUTRAS ENTIDADES PÚBLICAS/MINISTÉRIO DA SAÚDE	0,00			
7518	OUT. ENTIDADES PÚBLICAS/INSTITUTO NACIONAL REABILITAÇÃO	23 961,27	23 961,27		
752	SUBSÍDIOS DE OUTRAS ENTIDADES	0,00			
753	DOAÇÕES E HERANÇAS	46 635,74	31 744,73	12 055,00	3 336,01
754	LEGADOS	0,00			
76	REVERSÕES	0,00			
761	DE DEPRECIACÕES E AMORTIZAÇÕES	0,00	0,00	0,00	0,00
762	DE PERDAS POR IMPARIDADE	0,00	0,00	0,00	0,00
7621	EM DIVIDAS A RECEBER	0,00	0,00	0,00	0,00
7622	EM INVENTÁRIOS	0,00			
7623/8	OUTRAS	0,00			
763	DE PROVISÕES	0,00			
7638	ESPECÍFICAS	0,00	0,00	0,00	0,00
7631/9-7638	OUTRAS	0,00			
77	GANHOS POR AUMENTOS DE JUSTO VALOR	0,00			
78	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	7 724,92	6 420,42	1 032,00	272,50
781	RENDIMENTOS SUPLEMENTARES	184,97	143,17	74,30	17,50
782	DESCONTO PP OBTIDOS	0,00			
787	REND. E GANHOS EM INV. NÃO FINANCEIROS	0,00			
788	OUTROS RENDIMENTOS E GANHOS	7 539,95	6 277,25	1 007,70	255,00
7881	CORREÇÕES DE PERÍODOS ANTERIORES	7 006,25	6 171,25	580,00	255,00
78811	Correções positivas de participações de ISS, IP	0,00			
78812	Outras correções de anos anteriores	7 006,25	6 171,25	580,00	255,00
7883	IMPUTAÇÃO DE SUBSÍDIOS DE INVESTIMENTO	106,00	106,00		
7884	GANHOS EM OUT INSTRUMENTOS FINANCEIROS	0,00			
7885	RESTITUIÇÃO DE IMPOSTOS	0,00			
7882-7884/7885	RENDIMENTOS E GANHOS EM ATIVOS	0,00			
7888	OUTROS NÃO ESPECIFICADOS	427,70		427,70	
79	JUROS, DIVIDENDOS E OUTROS RENDIMENTOS SIMILARES	0,00	0,00	0,00	0,00
7915	FINANCIAMENTO OBTIDOS	0,00			
791/B-7915	OUTROS	0,00			
TOTAL RENDIMENTOS		357 683,43	184 068,52	97 126,48	76 488,43

  
ROBERTO SALDANHA  
Robisabete Saldanha  
Isabel Gerardino Pedras Soares  


Isabel Soares  
 R. S. M.  
 R. S. M.  
 R. S. M.

**ADEB-ASSOC.APOIO DOENTES DEPRESSIVOS E BIPOLARES \*\*2025\*\***

DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS POR RESPOSTA SOCIAL

CLASSE 6	GASTOS	TOTAL	LISBOA	PORTO	COIMBRA
			Grupos Auto-Ajuda Unipolares e Bipolares	Grupos Ajuda Mútua Unipolares e Bipolares	Fórum Sócio-Ocupacional
61	CUSTO MERCADORIAS E MATERIAS CONSUMIDAS	0,00			
62	FORNECIMENTOS E SERVIÇOS EXTERNOS	87 857,70			
621	SUBCONTRATOS	0,00	47 703,47	18 398,07	21 756,16
622	SERVIÇOS ESPECIALIZADOS	42 496,01	25 611,96	8 857,47	8 026,58
6221	TRABALHOS ESPECIALIZADOS	21 881,51	11 806,97	5 037,40	5 037,14
6222	PUBLICIDADE E PROPAGANDA	0,00			
6223	VIGILANCIA E SEGURANCA	1 226,76	784,19	442,57	
6224	HONORARIOS	8 099,62	3 870,62	3 282,50	946,50
6225	COMISSÕES	0,00			
6226	CONSERVAÇÃO E REPARAÇÃO	10 425,98	8 290,02	95,00	2 040,96
62261	EM EQUIPAMENTOS PROPRIOS	6 543,85	6 089,11	95,00	359,74
62262	EM EQUIPAMENTOS CEDIDOS E/OU ALUGADOS	3 882,13	2 200,91		1 681,22
6227	SERVIÇOS BANCARIOS	862,14	860,16		1,98
6228/9	OUTROS	0,00			
623	MATERIAIS	7 064,26	4 642,28	1 245,90	1 176,08
6231	FERRAMENTAS E UTENSILIOS DE DESGATE RAPIDO	1 236,79	957,25		279,54
6232	LIVROS E DOCUMENTAÇÃO TÉCNICA	85,41		85,41	
6233	MATERIAL DE ESCRITÓRIO	5 521,37	3 530,63	1 115,86	874,88
6234	ARTIGOS PARA OFERTA	0,00			
6235	MATERIAL DIDÁTICO	142,69	76,40	44,63	21,66
6236	ROLUPARIA	0,00			
6237	VESTUÁRIO E CALÇADO UTENTES	0,00			
62381	ARTIGOS SAÚDE UTENTES	0,00			
62382	JORNAIS E REVISTAS	78,00	78,00		
624	ENERGIA E FLUIDOS	7 016,97	3 744,34	1 526,71	1 745,92
6241	ELETRICIDADE	4 181,71	1 577,08	1 069,68	1 534,95
6242	COMBUSTIVEIS	1 403,11	1 244,58	83,74	74,79
6243	ÁGUA	1 432,15	922,68	373,29	136,18
6244	GÁS	0,00			
6248	OUTROS	0,00			
625	DESLOCAÇÕES, ESTADAS E TRANSPORTES	7 956,82	5 119,24	1 840,02	997,56
6251	DESLOCAÇÕES E ESTADAS	7 370,04	5 009,91	1 628,92	731,21
62511	PESSOAL	6 844,04	5 003,91	1 153,92	686,21
62512	UTENTES	51,00	6,00		45,00
62519	DIREÇÃO	475,00		475,00	
6252	TRANSPORTES DE PESSOAL	586,78	109,33	211,10	266,35
6253	TRANSPORTES DE MERCADORIAS	0,00			
6258	OUTROS	0,00			
626	SERVIÇOS DIVERSOS	23 323,64	8 585,65	4 927,97	9 810,02
6261	RENDAS E ALUGUERES	11 011,52	1 610,57	1 377,10	8 023,85
6262	COMUNICAÇÃO	4 879,37	3 529,65	1 268,76	80,96
6263	SEGUROS	818,08	750,60		67,48
6264	ROYALTIES	0,00			
6265	CONTENCIOSO E NOTARIADO	50,00	50,00		
6266	DESPESAS DE REPRESENTAÇÃO	0,00			
6267	LIMPEZA, HIGIENE E CONFORTO	6 070,62	2 489,20	1 965,35	1 616,07
6268	OUTROS SERVIÇOS	494,05	155,63	316,76	21,66

*[Handwritten Signature]*  
 ROGERIO SALDAMA  
 Isabel Cristina Pedrosa Soares  
*[Handwritten Signature]*

Isabel Soares  
 R. S.M.  
 205

DEMONSTRAÇÃO RESULTADOS POR RESPOSTA SOCIAL

CLASSE 6	GASTOS	TOTAL	USBOA	PORTO	COIMBRA
			Grupos Auto-Ajuda Unipolares e Bipolares	Grupos Ajuda Mútua Unipolares e Bipolares	Fórum Sócio-Ocupacional
63	CUSTOS COM O PESSOAL	297 861,27	121 878,34	55 480,67	60 502,06
631	REMUNERAÇÕES DOS ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00	0,00	0,00	0,00
6311	REMUNERAÇÕES CERTAS	0,00			
6312	REMUNERAÇÕES ADICIONAIS	0,00			
632	REMUNERAÇÕES DO PESSOAL	189 643,30	98 905,26	45 481,05	45 256,99
632	REMUNERAÇÕES CERTAS	165 036,42	84 856,14	40 238,93	39 941,35
632	REMUNERAÇÕES ADICIONAIS	24 606,88	14 049,12	5 242,12	5 315,64
633	BENEFÍCIOS PÓS EMPREGO	0,00	0,00	0,00	0,00
6331	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00			
6332	PESSOAL	0,00			
634	INDENIZACÕES	5 382,50	0,00	0,00	5 382,50
634	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00			
634	PESSOAL	5 382,50			
635	ENCARGOS SOBRE REMUNERAÇÕES	37 967,03	19 750,72	9 143,94	9 072,37
63511	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00			
63512	PESSOAL	37 967,03	19 750,72	9 143,94	9 072,37
6356	FGCT	0,00			
636	SEGUROS ACIDENTES TRABALHO E DOENÇAS PROFissionais	3 077,97	1 877,59	707,93	492,45
636	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00			
636	PESSOAL	3 077,97	1 877,59	707,93	492,45
637	GASTOS DE AÇÃO SOCIAL	0,00	0,00	0,00	0,00
6371	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00			
6372	PESSOAL	0,00			
638	OUTROS GASTOS COM O PESSOAL	1 790,47	1 344,97	147,75	297,75
638	ÓRGÃOS SOCIAIS	0,00			
6381/8	PESSOAL	1 790,47	1 344,97	147,75	297,75
64	GASTOS DE DEPRECIACÃO E AMORTIZACÃO	4 039,68	3 275,97	109,26	654,45
641	PROPRIEDADES DE INVESTIMENTO	0,00			
642	ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS	4 039,68	3 275,97	109,26	654,45
643	ATIVOS INTANGÍVEIS	0,00			
65	PERDAS POR IMPARIDADE	0,00	0,00	0,00	0,00
651	DE DÍVIDAS A RECEBER	0,00			
652	DE INVENTÁRIOS	0,00			
653/658	PERDAS EM OUTROS ATIVOS	0,00			
66	PERDAS POR REDUCÃO DE JUSTO VALOR	0,00	0,00	0,00	0,00
67	PROVISÕES DO PERÍODO	0,00	0,00	0,00	0,00
678	PROVISÕES ESPECÍFICAS DO SETOR	0,00			
671/9-678	OUTRAS	0,00			
68	OUTROS GASTOS E PERDAS	9 549,45	9 247,34	116,17	185,94
681	IMPOSTOS	147,20	147,20		
682/687	OUTROS GASTOS E PERDAS EM ATIVOS	0,00			
688	OUTROS GASTOS E PERDAS	9 402,25	9 100,14	116,17	185,94
6881	CORREÇÕES DE PERÍODOS ANTERIORES	8 797,25	8 495,14	116,17	185,94
68811	Correções negativas do comparticipações do ISS, IP	0,00			
68812	Outras correções de anos anteriores	8 797,25	8 495,14	116,17	185,94
6882	DONATIVOS	0,00			
6883	QUOTIZACÕES	605,00	605,00		
6884	OPERTAS AMOSTRAS DE INVENTÁRIOS	0,00			
6888	OUTROS NÃO ESPECIFICADOS	0,00			
689	CUSTOS C/ APOIOS FIN. CONCEDIDOS A ASS. OU UTENTES	0,00			
69	GASTOS E PERDAS DE FINANCIAMENTO	0,00	0,00	0,00	0,00
6911	JUROS DE FINANCIAMENTO OBTIDOS	0,00			
691/8-6911	OUTROS	0,00			
<b>TOTAL GASTOS</b>		<b>339 308,10</b>	<b>182 105,32</b>	<b>74 104,17</b>	<b>83 098,61</b>

CLASSE 8	RESULTADOS	USBOA	PORTO	COIMBRA	
		Grupos Auto-Ajuda Unipolares e Bipolares	Grupos Ajuda Mútua Unipolares e Bipolares	Fórum Sócio-Ocupacional	
85	RESULTADOS ANTES IMPOSTOS	18 375,33	1 963,20	23 022,31	-6 610,18
86	IMPOSTO RENDIMENTO EXERCÍCIO	18 375,33			
88	RESULTADO LÍQUIDO	0,00	1 963,20	23 022,31	-6 610,18

*Rogerio Saldanha*  
 ROGERIO SALDANHA  
 Solísabete Saldanha  
 Isabel Cristina Pedreira Soares  
*Isabel Soares*

## SISTEMA DE GESTÃO DA QUALIDADE DA ADEB



Isabel Soares  
R-5m  
205

No âmbito do Sistema de Gestão da Qualidade da ADEB (certificado segundo a NP EN ISO 9001), além dos dados já anteriormente detalhados que refletem o satisfatório desempenho das valências da ADEB e a conformidade dos serviços prestados, importa salientar os seguintes aspetos relativos ao ano de 2025 igualmente considerados no Programa de Ação e Orçamento (PAO) 2026 enquanto contributos de análise e reflexão na definição de objetivos para 2026:

- Auditoria interna (outubro 2024) – com 22 não conformidades e 5 sugestões de melhoria.
- Auditoria externa pela Bureau Veritas (junho 2025 – 1 não conformidade já resolvida)
- Reclamações dos sócios da ADEB no ano 2025- 0 reclamações;
- Índice global de Satisfação dos sócios da ADEB no ano 2025: 4,82 (na escala de 1 a 5) equivalente a 96%. No ano de 2024, o índice foi de 4,81 equivalente a 96%.

As decisões e ações delineadas para melhorias da eficácia do SGQ e das valências relacionadas com as necessidades dos utentes, encontram-se espelhadas no PAO para o ano de 2026, assim como as necessidades de recursos (Orçamento provisional). Complementando, no curto-médio prazo, as próprias reuniões dos Corpos Gerentes da ADEB e as reuniões do SGQ são evidência da riqueza de instrumentos de análise (passado) e decisão (futuro) que sustentam esta dicotomia, respetivamente, o Relatório de Contas (ano transato- 2025) e o PAO (no momento da sua aprovação, ainda em 2025, ano futuro- 2026), resultando em evidências a diferentes escalas temporais e níveis de gestão diferenciados, do trabalho a que a norma NP EN ISO 9001 designa como "revisão pela gestão".

## PARECER DO CONSELHO FISCAL Exercício de 2025

Isabel Soares  
R. 51  
R. 5



Aos doze dias do mês de março do ano de dois mil e vinte e seis, pelas dezasseis horas, reuniu, por videoconferência (via GMeet), o Conselho Fiscal da Associação de Apoio aos Doentes Depressivos e Bipolares (ADEB), com sede social na Quinta do Cabrinha, n.º 53, Lojas F-J, em Lisboa, com a finalidade de analisar o Relatório da Direção e Contas relativo ao exercício de 2025.

No exercício das competências que lhe são conferidas pelos Estatutos da ADEB, designadamente ao abrigo da alínea b) do n.º 1 do artigo 38.º, o Conselho Fiscal procedeu à análise do Relatório da Direção, do Balanço, da Demonstração de Resultados por Naturezas e por Resposta Social, bem como de outros elementos contabilísticos e informativos apresentados pela Direção.

Da análise efetuada, o Conselho Fiscal destaca os seguintes aspetos:  
O Conselho Fiscal regista a relevante intervenção que a ADEB continua a desenvolver desde a sua fundação em 1991 na área da saúde mental, designadamente no apoio às pessoas com diagnóstico de perturbação depressiva e bipolar, bem como aos seus familiares e cuidadores.

Destaca-se o conjunto de valências e serviços prestados pela associação, designadamente nas áreas da avaliação primária social e clínica, reabilitação psicossocial, apoio psicológico e social, grupos psicoterapêuticos, grupos de ajuda mútua, atividades de promoção da saúde mental, ações de sensibilização e educação para a saúde, bem como o trabalho desenvolvido nas delegações regionais e núcleos da associação.  
O Conselho Fiscal reconhece o contributo destas atividades para a promoção de ganhos em saúde, melhoria da qualidade de vida, inclusão social e reforço da autonomia dos associados acompanhados pela ADEB.

No que respeita à evolução associativa, regista-se que no final do ano de 2025 a associação contava com 591 associados com direitos estatutários, verificando-se um aumento face ao final de 2024, em que se registavam 518 associados ativos. Durante o ano de 2025 foram admitidos 88 novos associados, tendo-se registado 33 demissões, o que evidencia a continuidade da dinâmica associativa e da procura pelos serviços prestados pela instituição.

No âmbito da divulgação e partilha de informação especializada na área da saúde mental, foram editadas durante o ano de 2025 as Revistas Bipolar n.º 71 e n.º 72, em formato digital, amplamente divulgadas junto dos associados e de diversas instituições da área da saúde e social.

Relativamente à situação económica e financeira, da análise dos documentos contabilísticos apresentados verifica-se que a ADEB apresenta uma situação globalmente equilibrada.

Trabalho 2025  
R=Sal  
205

Comparando os exercícios de 2024 e 2025, constata-se que no ano de 2024 foi apurado um resultado líquido positivo de 9.100,32 €, enquanto no ano de 2025 foi apurado um resultado líquido positivo de 18.375,33 €, evidenciando uma melhoria do desempenho económico da associação.

Este resultado demonstra uma gestão financeira prudente e responsável, permitindo à associação cumprir regularmente as suas obrigações para com trabalhadores, fornecedores, Segurança Social e demais entidades.

O Conselho Fiscal regista ainda que a estabilidade financeira da associação resulta, em grande medida, do apoio de entidades públicas, nomeadamente através dos acordos de cooperação estabelecidos com a Segurança Social. Verifica-se, contudo, que a estrutura de receitas apresenta uma forte predominância de financiamento público, representando cerca de 90% dos rendimentos totais, pelo que se considera aconselhável que a associação continue a promover a diversificação das suas fontes de financiamento, como forma de reforçar a sustentabilidade futura da sua atividade.

O Conselho Fiscal considera positivo o esforço desenvolvido pela Direção no sentido de assegurar uma gestão económica e financeira responsável, orientada para a sustentabilidade da associação e para a continuidade das respostas sociais e clínicas prestadas.

Face ao exposto, o Conselho Fiscal considera que o Relatório da Direção e Contas relativo ao exercício de 2025 reflete, de forma adequada, a atividade desenvolvida e a situação económica e financeira da associação.

Assim, o Conselho Fiscal emite parecer favorável à aprovação do Relatório da Direção e Contas do exercício de 2025, recomendando à Assembleia Geral da ADEB a sua aprovação.

Presidente Conselho Fiscal da  
ADEB

  
Marco Alves

Vice-Presidente do  
Conselho Fiscal da ADEB

  
Marta Gomes

Vogal Conselho Fiscal da ADEB

  
Teresa Lopes

Isabel Soares  
h.  
R. Sel  
205

# ELENCO DIRETIVO 2025/2029

## ASSEMBLEIA GERAL

PRESIDENTE Miguel Bastos — Sócio 4187  
VICE PRESIDENTE Graça Rocha — Sócia 4603

### SECRETÁRIOS

Jurema Hughes — Sócia 4978  
Maria Amélia Tonet — Sócia 4962  
Fernanda Monteiro — Sócia 5114



## DIREÇÃO

PRESIDENTE DA DIREÇÃO Renata Frazão — Sócia 698  
VICE PRESIDENTE Elisabete Saldanha — Sócia 999  
VICE PRESIDENTE António Gorjão — Sócio 3762  
• TESOUREIRO Rogério Saldanha — Sócio 2331

### SECRETÁRIOS

Sérgio Paixão — Sócio 939  
Joaquim Gago — Sócio 94  
António Sampaio Correia — Sócio 1397  
Ana Carolina Pinheiro — Sócia 2546  
Vânia Sousa — Sócia 4839  
Isabel Soares — Sócia 5113  
Cátia Nunes — Sócia 5032

## CONSELHO FISCAL

PRESIDENTE Marco Alves — Sócio 4138  
VICE PRESIDENTE Marta Gomes — Sócia 4441

### VOGAIS

Ana Rita Águas — Sócia 4369  
Teresa Lopes — Sócia 4032  
Nadine Santos — Sócia 4916

## REPRESENTAÇÕES REGIONAIS

### SECRETARIADO DE COIMBRA

COORDENADOR Maria João Salgueiro — Sócia 4922  
VICE COORDENADOR Maria José Silva — Sócia 5084

### SECRETÁRIOS

Rui Tiago Cardoso — Sócio 4799  
Jurema Hughes — Sócia 4978  
Isabel Soares — Sócia 5113

### SECRETARIADO DO PORTO

COORDENADOR Ana Carolina Pinheiro — Sócia 2546  
VICE COORDENADOR Adrian Gramary Cancelas — Sócio 1614

### SECRETÁRIOS

Vânia Sousa — Sócia 4839  
Gabriela Nobre — Sócia 5072  
Fernanda Monteiro — Sócia 5114