



2025

# ÍNDICE

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| • A Dar a Mão 2025                           | 3  |
| • Quem somos                                 | 4  |
| • Pegadas                                    | 5  |
| • A Quem Demos a Mão em 2025                 | 6  |
| • Dar a Mão no EP de Tires em 2025           | 7  |
| • Dar a Mão no EP de Lisboa e outros em 2025 | 9  |
| • Em Liberdade em 2025                       | 10 |
| • O que nos dizem                            | 11 |
| • Parceiros e Colaborações                   | 12 |
| • Contas de 2025                             | 13 |
| • Venha Dar a Mão!                           | 14 |
| • Contactos                                  |    |

# DAR A MÃO EM 2025

2025 foi o ano em que celebrámos, com grande entusiasmo, os 40 anos da Dar a Mão. Assinalámos este percurso de voluntariado junto da população reclusa, numa festa de homenagem às fundadoras Teresa Roque de Pinho e Teresa Carvalho Martins, que tanto inspiraram e se entregaram à Associação. A esta celebração juntaram-se amigos, familiares, parceiros, benfeitores e beneficiárias.

Os projetos semanais no EP de Tires cresceram tanto em número, com a criação do novo projeto “Livro em Movimento”, como em dimensão, através da expansão dos workshops de artes manuais para mais dois grupos. Todas as atividades registaram uma forte adesão e tiveram um impacto visível e significativo nas participantes. Mantivemos também os habituais momentos de partilha anuais, como a Festa de Natal da Casa das Mães, Lanche Solidário (destinado a mulheres sem visitas) e campanha de distribuição de presentes de Natal, em trabalho de parceria.

A reintegração, preparada durante o período de reclusão e acompanhada após a saída da prisão, manteve-se como uma das nossas prioridades através dos projetos Recomeçar e Percurso de Emergência. Estes projetos apoiam mulheres que, ao conquistarem a liberdade, enfrentam frequentemente a difícil realidade de não terem quem as espere ou para onde ir. Trabalhamos com dedicação para construir pontes e redes de apoio que favoreçam a reconstrução de vidas, reafirmando o nosso compromisso com a humanização do sistema prisional, a dignidade da pessoa humana e a justiça social.

Reunimos os voluntários, refletindo no futuro da Associação, concluindo com a certeza de que queremos reforçar as nossas atividades, acolher novos voluntários e beneficiários, criando pontes e parcerias mais robustas.

Agradecemos profundamente o empenho de todos os nossos voluntários, cuja experiência, criatividade e dedicação constituem a base do impacto que alcançamos. A todos os que caminharam connosco ao longo deste ano, deixamos o nosso sincero agradecimento.

Atravessamos grades para levar esperança, inspirar escolhas de vida, prevenir a reincidência e combater a exclusão social.

# "ATRAVESSAMOS GRADES PARA MUDAR VIDAS"

Prevenir a reincidência criminal de pessoas que passam pela privação de liberdade através da sua reintegração social, e assim combater a exclusão social e o risco de pobreza associados, com o impacto desejável de quebrar ciclos de crime também nas suas famílias

## MISSÃO

Promover a reintegração social de mulheres e homens com a construção de um novo projeto de vida sem crime, no regresso à comunidade e no fortalecimento dos seus laços familiares.

## VISÃO

Contribuir para a ordem e a paz social envolvendo as comunidades, em rede de parcerias com respostas para reintegração de pessoas esquecidas.

## VALORES

Compromisso, Confiança, Dignidade, Escuta, Resiliência, Tolerância, Verdade

# PEGADAS

1985

2 Voluntárias  
**1 Prisão -Tires**  
**2 projetos**  
Visita solidária e  
Novos sorrisos  
voluntária=>reclusa  
6 beneficiárias

1999

15 Voluntárias  
**1 Prisão -Tires**  
**2 projetos**  
voluntária=>reclusa

Constituição da Associação  
a 13 Maio  
IPSS em Novembro

2019

30 voluntários  
**2 prisões**  
**9 projetos com mulheres em**  
**Tires**  
150 beneficiárias

**1 projeto com homens em Lisboa**  
5 beneficiários

2025

**18 voluntários**  
(19 novos voluntários estimados)  
**3 Est. Prisionais**  
Ep. Tires Ep Lisboa e PJ  
**4 projetos semanais** com mulheres no  
EP de Tires (Bijuteria, Artes manuais,  
Livro em Movimento e Tai Chi)  
**200 beneficiárias**  
**5 Actividades anuais**

**3 projetos no apoio em Liberdade**  
**8 beneficiários**  
**+18 apoios à saída do EP de Tires**

**1 projeto protocolo ACP**  
**8 beneficiários EP Lisboa**

**5082 - Roupeiro Solidário/Bens/**  
produtos entregues em 3 Est.  
Prisionais no distrito de lisboa

# A QUEM DEMOS A MÃO EM 2025

Estabelecimento Prisional de Tires:  
Mulheres carenciadas sem rede de apoio que  
passam pela privação de liberdade

\*

Filhos que estão com as mães  
até aos 3 anos na Casa das Mães  
ou com a família

Homens reclusos na região de Lisboa

**200 mulheres no EP de Tires** beneficiárias no total dos projetos

O EP Tires, supõe 50% do total nacional de 930 de mulheres reclusas, sendo 7,2% do total nacional de 12992 pessoas nas prisões. **A Dar a Mão trabalha diretamente com ¼ da população reclusa feminina portuguesa.**

**18 crianças** (onde se incluem bebés recém-nascidos e que vão nascer) e cerca de **467 bens doados**, entre vestuário, calçado e produtos de higiene

Apoio ao estudo - 40 sessões para um grupo de **8 homens no EP Lisboa**, em parceria com o ACP e DGRSP. Entrega de 8 manuais do Código da Estrada. Várias edições desde 2017.

Entrega de bens essenciais doados em EP's no distrito de Lisboa em colaboração com a DGRSP desde 2020

# DAR A MÃO NO EP DE TIRES EM 2025

## CASA DAS MÃES

O Projeto para cerca de 16 mães com filhos até aos 3 anos, ou que estão grávidas, onde é assegurada a doação de roupa, fraldas e produtos básicos de higiene e cuidado para os bebés e crianças.

**3 entregas de cabazes para cada criança, ao longo do ano , num total de 467 peças doadas que é possível graças à parceria com Banco do Bebê, desde Dezembro de 2019.**

**Médica Pediatra Voluntária - 12 sessões de apoio médico - 1 vez por mês, ao longo do ano desde dez de 2024**

**Visita de crianças da creche ao exterior e outras iniciativas ficaram em suspenso durante a greve**

**Festa de Natal 2025 na Casa das Mães com avós, mães e filhos**

## BIJUTERIA E ARTES MANUAIS

**40 alunas de janeiro a Julho e de setembro a Dezembro, total de 45 sessões semanais em 4 grupos**

Módulos onde se ensinam várias técnicas para fazer peças bonitas, descobrir talentos e competências.

Surgiu a proposta de alargar o projeto do Workshop de Bijuteria, iniciado em 2008, para o crochê e artes manuais com o objetivo de chegar a mais mulheres no EP Tires

Divididas em grupos trabalham sobre um tema e todas colaboram para apresentação final de cada módulo

A Festa de Natal na Casa das Mães foi organizada e promovida pelas voluntarias com participação das mães.

# PROJETOS NO EP DE TIRES EM 2025

## TAI CHI

**7 alunas, em média, 1x por semana, 15 sessões de janeiro a abril e de setembro até Dezembro**

Desde 2010 que o objetivo é o desenvolvimento da atividade na área da ginástica terapêutica, nomeadamente a realização de sessões/aulas periódicas de Tai Chi Chuan, Chi Kung , como prática de gestão emocional no auto e hétero relacionamento. Objetivo específico é a prática regular da atividade de Tai Chi, através da qual as mulheres podem obter diversos benefícios na área psico-motor cognitivo e na saúde em geral.

## LIVRO EM MOVIMENTO

**10 alunas, 12 sessões semanais, de janeiro a Abril e Setembro a Dezembro,**

Projeto de dança e leitura, a convite da Editora Antígona, com várias épocas de interrupção por motivo de greves dos serviços de segurança. O impacto foi imenso, desde a aprendizagem de trabalho em grupo, até à expressão corporal e o interesse e compreensão da leitura.

# DAR A MÃO NO EP DE TIRES EM 2025

## NOVOS SORRISOS

### **1 Prótese dentária comparticipada até 80% em articulação com os serviços responsáveis do EP**

O Sorriso tem o poder de transformar. Comparticipação em próteses dentárias e óculos, numa percentagem de acordo com as possibilidades de cada mulher, para devolver a saúde oral e a confiança, essenciais para a dignidade pessoal.

## ROUPEIRO SOLIDÁRIO

### **2107 bens essenciais doados para as mulheres em regime de privação de liberdade**

Projeto desde 2020, a convite da DGRSP, para dar resposta às necessidades acrescidas de bens essenciais das prisões que o solicitam. Um trabalho assegurado na região da grande Lisboa, com o apoio da Associação João 13, Banco de Bens Doados, Banco do Bebê e Cáritas de Lisboa.

## ATIVIDADES PONTUAIS

### **Estimativa de 150 pessoas em cada uma das duas ocasiões promovidas**

Organizamos a **4ª edição do Lanche solidário**, para quem não tem visitas, e lá estivemos com o muito que se reuniu entre os nossos voluntários, parceiros e quem se envolveu nesta iniciativa com **mais de 150 participantes**

O **Presépio na Cidade** foi celebrar o Natal em Tires, uma iniciativa de voluntariado que nasceu há 25 anos, que leva conversas e partilhas de vivência cristã a mulheres reclusas, serviços de vigilância e funcionários com que se cruzam no estabelecimento prisional.

# PROJETOS NO EP LISBOA E OUTROS EM 2025

## CONDUÇÃO RESPONSÁVEL

**8 alunos, em média, 1 vez por semana, 23 sessões de janeiro a 30 dez**

O projeto Condução Responsável para homens que estejam detidos só, e apenas, por conduzir sem habilitação legal, em parceria com o ACP no EP de Tires em 2013/2015, e retomado em 2017 com a DGRSP no EP de Lisboa. 4 pessoas com licença de condução, a reduzir a reincidência no crime.

## ROUPEIRO SOLIDÁRIO

**2511 bens essenciais, distribuídos em 3 entregas e doados a 2 prisões : EP Lisboa e EPPJ Lisboa**

Projeto desde 2020, desafiados pela DGRSP, para dar resposta às necessidades acrescidas de bens essenciais das prisões que o solicitam. Um trabalho assegurado na região da grande Lisboa, com o apoio da Associação João 13, Banco de Bens Doados, Banco do Bebê e Cáritas de Lisboa. Fora de Lisboa criação de rede de apoio quando necessário, com organizações locais e parcerias

# PARA A LIBERDADE EM 2025

## RECOMEÇAR

**5 beneficiárias do total de 35 desde 2021,  
1 com preparação para a saída liberdade, também com apoio à família**

Acompanhar mulheres que estão ou estiveram na prisão, após a saída em precária e em liberdade, sem rede de suporte no regresso à comunidade.

## PERCURSO DE EMERGÊNCIA

**18 acompanhamentos à saída em liberdade e saída jurisdicional do total de 76 desde 2021**

Projeto que existe para dar resposta a mulheres que à saída da prisão, em precária ou em liberdade, precisam de “rede de apoio para chegar ao destino”. Em situações de libertação, quando não têm para onde ir, procuramos assegurar as primeiras 48h com abrigo temporário, refeições e transportes, enquanto procuramos respostas na comunidade

## EM FRENTE!

**2 voluntárias, encontros mensais online em grupo de 5 pessoas que tiveram contacto com o sistema prisional.**

O “espaço de pensar e partilha do sentir”, em que as pessoas se sintam acolhidas, reconhecidas na sua diferença e capacidade de evoluir na perspetiva do bem-estar interior. Procuramos aprender a escutar as dificuldades que vão sendo apresentadas e celebramos as situações que manifestam a realização dos interesses, valores e ideais que dão sentido à vida de cada um

# O QUE NOS DIZEM

*“Bem haja à Assoc. Dar a Mão pelos seus voluntários de coração bondoso, que nos acolhem com amor, carinho e muita bondade”*

*Reclusa, Atividade no EP Tires 2025*

*“Mas para mim o mais importante de tudo, foi poder conhecer pessoas que realmente acreditaram em mim, quando nem eu mesma já acreditava”*

*Mentoria Social - Ex reclusa*

*“quero agradecer a possibilidade de poder tirar a Carta de Condução, pois sem a vossa preciosa ajuda, possivelmente nunca a teria tirado”*

*Recluso participante aulas de código da estrada 2025*

*“Não falto à 4ª feira. É o único abraço que tenho.”*

*Reclusa, Workshop Bijuteria 2025*

*“Se lá a presença foi muito importante, depois de sair foi determinante para enfrentar a nova vida e recomeçar”*

*Ex reclusa, Projeto Recomeçar 2025*

# PARCEIROS E COLABORAÇÕES



ANTÍGONA



## PARCERIAS REFORÇADAS

Banco do Bebê, entrega um cabaz para cada um dos bebés e crianças da Casa das Mães no EP Tires, quando é preciso.

Boa Vizinhaça/Dona Ajuda: apoio a mulheres e famílias referenciadas que chegam pelos nossos projetos

Banco de Bens Doados: prepara um cabaz semestral com material que doamos às prisões no âmbito do “Roupeiro Solidário”

BPI - Iniciativa Social Descentralizada e voluntariado no Natal com o apoio ao projeto Trenó que promovemos em Tires em parceria com a Confiar

JOÃO 13 organiza roupa e calçado para a Dar a Mão entregar no âmbito do projeto Roupeiro Solidário

Caritas diocesana de Lisboa – Reúne os bens essenciais que angaria para doar nas prisões

# CONTAS DE 2025

O desafio estratégico do ano foi investir na análise do ponto de situação da organização e da sua intervenção para avaliar a tomada de decisão de acompanhar o crescimento dos projetos e preparar a candidaturas para obtenção de fundos necessários para dar esse passo. O resultado negativo do exercício de 15 620,90 reflete o esforço financeiro acrescido que foi suportado pelas reservas de exercícios anteriores.

Agradecemos a quem nos acompanha nesta missão e acredita que se pode fazer mais e melhor pelas mulheres, homens e crianças em precariedade social, quando se unem esforços e convocamos vontades.

## Dar a Mão - Associação

BALANÇO  
PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

| RUBRICAS                                | Notas             | Datas       |            |
|-----------------------------------------|-------------------|-------------|------------|
|                                         |                   | 31-12-2025  | 31-12-2024 |
| ATIVO                                   |                   |             |            |
| Ativo Não Corrente                      | 5                 | 1.000,00    | 1.000,00   |
| Ativos Fixos Tangíveis                  |                   | 1.000,00    | 1.000,00   |
| Total do Ativo Não Corrente             |                   |             |            |
| Ativo Corrente                          | 8.1<br>8.2<br>8.3 | 50,00       | -          |
| Outros créditos a receber               |                   | 152,43      | 17,11      |
| Diferimentos                            |                   | 67.742,71   | 68.396,68  |
| Caixa e Depósitos Bancários             |                   | 67.945,14   | 68.413,79  |
| Total do Ativo Corrente                 |                   |             |            |
| TOTAL DO ATIVO                          |                   | 68.945,14   | 69.413,79  |
| FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO           |                   |             |            |
| Fundos Patrimoniais                     | 8.4               | 69.413,79   | 67.008,54  |
| Resultados Transitados                  |                   | (15.620,90) | 2.405,25   |
| Resultado Líquido do Período            | 8.4               | 53.792,89   | 69.413,79  |
| Total dos Fundos Patrimoniais           |                   |             |            |
| PASSIVO                                 |                   |             |            |
| Passivo Não Corrente                    |                   |             |            |
| Total do Passivo Não Corrente           |                   | -           | -          |
| Passivo Corrente                        |                   | 15.152,25   | -          |
| Outras contas a pagar                   |                   | 15.152,25   | -          |
| Total do Passivo Corrente               |                   |             |            |
| TOTAL DO PASSIVO                        |                   | 68.945,14   | 69.413,79  |
| TOTAL DOS FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO |                   |             |            |

## Dar a Mão - Associação

DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS POR NATUREZAS  
PERÍODO FINDO EM 31 DE DEZEMBRO DE 2025

| RENDIMENTOS E GASTOS                                                       | Notas | Datas              |                 |
|----------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------|-----------------|
|                                                                            |       | 2025               | 2024            |
| Vendas e Serviços Prestados                                                | 6     | 900,00             | 45,00           |
| Subsídios; Doações e Legados à Exploração                                  | 8.5   | 13.734,90          | 18.836,00       |
| Fornecimento e Serviços Externos                                           | 8.6   | (8.216,60)         | (6.151,56)      |
| Gastos c/ o Pessoal                                                        | 8.7   | (15.414,41)        | (208,33)        |
| Outros Gastos                                                              | 8.8   | (6.624,79)         | (10.115,86)     |
| <b>Resultado Antes de Depreciações; Gastos de Financiamento e Impostos</b> |       | <b>(15.620,90)</b> | <b>2.405,25</b> |
| <b>Resultado Operacional (Antes de Gastos de Financiamento e Impostos)</b> |       | <b>(15.620,90)</b> | <b>2.405,25</b> |
| Juros e Rendimentos Similares Obtidos                                      |       |                    |                 |
| <b>Resultados Antes de Impostos</b>                                        |       | <b>(15.620,90)</b> | <b>2.405,25</b> |
| Imposto s/ o Rendimento do Período                                         |       |                    |                 |
| <b>Resultado Líquido do Período</b>                                        |       | <b>(15.620,90)</b> | <b>2.405,25</b> |

DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS EM ANEXO

# VENHA DAR A MÃO!



## TRANSFERÊNCIA BANCÁRIA

IBAN

PT50 0010 0000 2701 4170 00124



## CONSIGNAÇÃO DE IRS

**Decida Dar a Mão** com 1% do seu IRS

Só é preciso indicar o nosso **NIF 504373757**

ao preencher a declaração de IRS

## Os Nossos CONTACTOS

[daramao@daramao.net](mailto:daramao@daramao.net)

<https://daramao.pt>

[www.instagram.com/daramao\\_associacao](https://www.instagram.com/daramao_associacao)

Bairro do E.P. do Linhó, Casa nº 13 2645-002 Alcabideche

OBRIGADA!