

RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES E IMPACTO

Um ano de crescimento, propósito e transformação social. Este relatório documenta o percurso da U.DREAM ao longo de 2025: os jovens mobilizados, as horas de voluntariado realizadas, os sonhos concretizados e o impacto mensurável nas comunidades do Porto e de Braga. Uma história de liderança jovem ao serviço do bem comum.

ENQUADRAMENTO INSTITUCIONAL

SOBRE A U.DREAM

- A U.DREAM é uma associação juvenil portuguesa sem fins lucrativos dedicada à promoção da liderança social e do impacto comunitário entre jovens universitários. Desde a sua criação, desenvolve programas que transformam a energia, o talento e a criatividade dos jovens em ações concretas de intervenção social, articulando desenvolvimento pessoal, voluntariado estruturado e participação cívica.

Em 2025, a organização consolidou a sua atuação nas cidades do **Porto e Braga**, mobilizando centenas de jovens voluntários e desenvolvendo projetos com impacto direto em múltiplas comunidades.

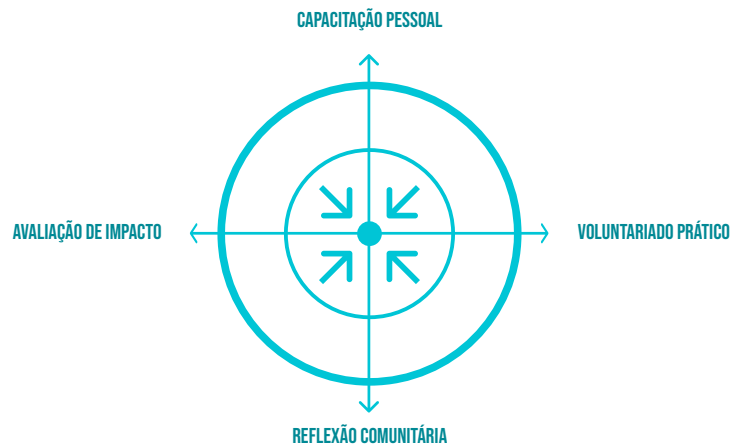
A NOSSA MISSÃO

Orientar a sociedade para o bem comum através do potencial individual — promovendo a consciência de que cada pessoa possui talentos, paixões e recursos que podem contribuir para a transformação positiva da comunidade.

MODELO DE INTERVENÇÃO

O modelo de intervenção da U.DREAM baseia-se numa lógica integrada que combina capacitação pessoal, experiências práticas de voluntariado, reflexão comunitária e avaliação sistemática de impacto. Esta abordagem holística permite desenvolver simultaneamente múltiplas dimensões do indivíduo e da sua relação com a comunidade.

Este modelo é particularmente relevante no contexto universitário, onde muitos jovens enfrentam desafios como a transição para a vida adulta, ansiedade académica e incerteza vocacional. Os programas da U.DREAM reforçam o propósito, a pertença e a utilidade social – constituindo fatores de proteção importantes em saúde mental.



OS TRÊS PILARES ESTRATÉGICOS

Em 2025, a U.DREAM estruturou a sua intervenção em torno de três pilares estratégicos complementares, cada um respondendo a uma dimensão essencial do desenvolvimento juvenil e do impacto social.

UACADEMY

Programa estruturado de capacitação e voluntariado para jovens universitários. Integra formação em competências pessoais e sociais, dinâmicas de grupo, voluntariado regular e avaliação de impacto pré e pós intervenção.

UCOMMUNITY

Comunidade ativa de mobilização social e eventos de impacto. Promove encontros de reflexão, campanhas de sensibilização e ações solidárias entre jovens, alumni da U.DREAM e as suas famílias e amigos.

UPURPOSE

Projetos de impacto social desenvolvidos em parceria com empresas. Aproxima o setor empresarial da sociedade civil, criando experiências de voluntariado corporativo com significado real e mensurável.



IMPACTO EM NÚMEROS – 2025

SÍNTESE QUANTITATIVA

Em 2025, a U.DREAM alcançou resultados expressivos nas comunidades do Porto e de Braga.

235

JOVENS MOBILIZADOS

12 419

HORAS DE VOLUNTARIADO

4 697

HORAS DE FORMAÇÃO

30+

INSTITUIÇÕES APOIADAS

390

VOLUNTÁRIOS EM EMPRESAS

7

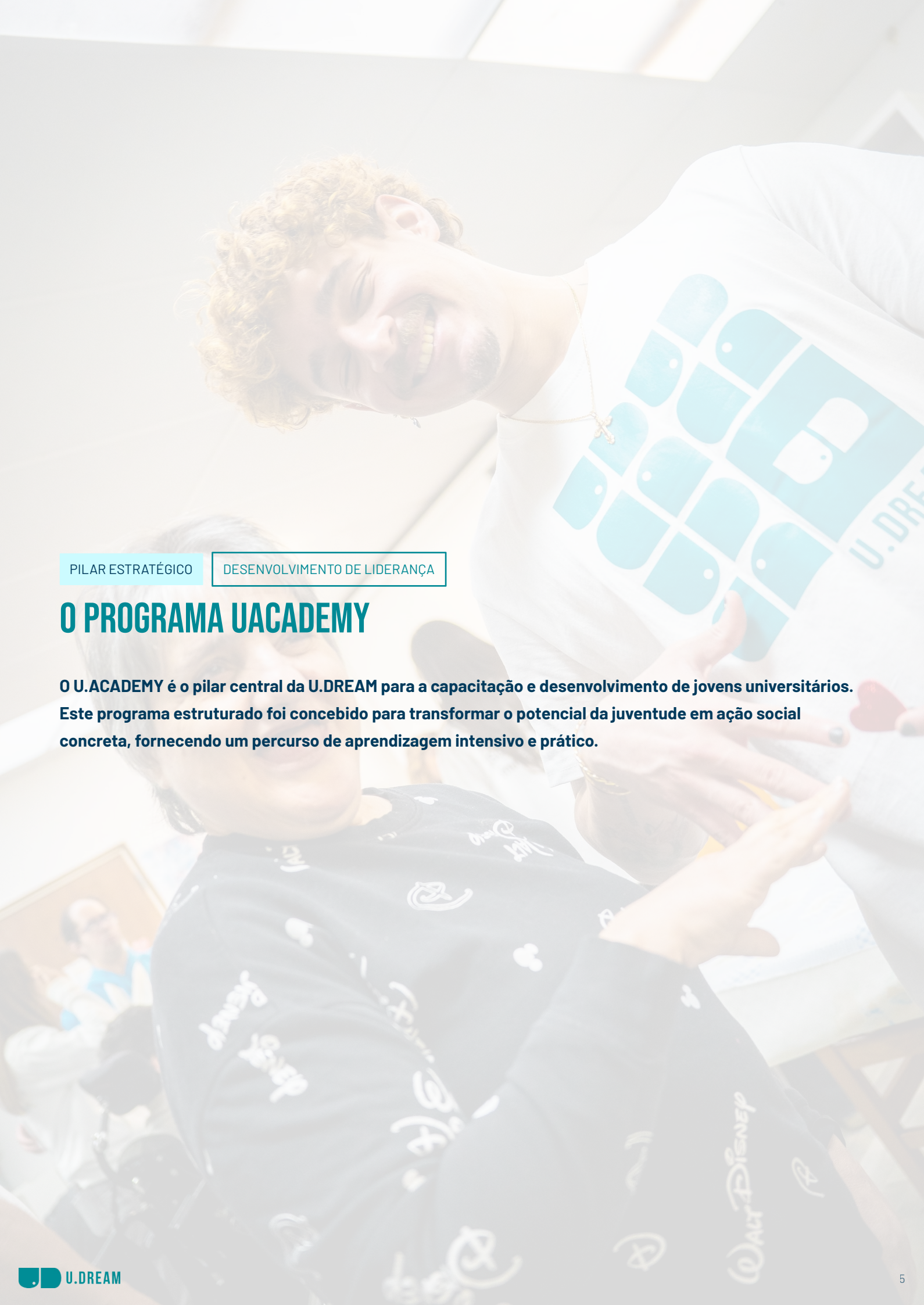
SONHOS REALIZADOS

2 500+

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

129

JOVENS NA COMISSÃO
NACIONAL



PILAR ESTRATÉGICO

DESENVOLVIMENTO DE LIDERANÇA

O PROGRAMA UACADEMY

O U.ACADEMY é o pilar central da U.DREAM para a capacitação e desenvolvimento de jovens universitários. Este programa estruturado foi concebido para transformar o potencial da juventude em ação social concreta, fornecendo um percurso de aprendizagem intensivo e prático.

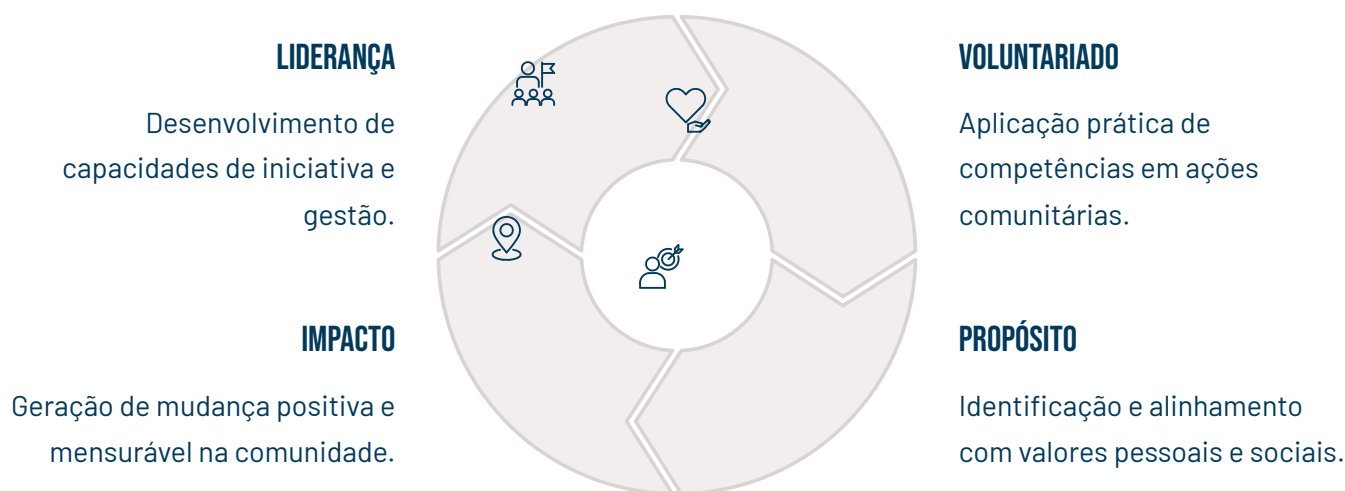
O PROGRAMA UACADEMY

U.DREAM: CAPACITAÇÃO E VOLUNTARIADO

O U.ACADEMY é o programa fulcral da U.DREAM, concebido especificamente para capacitar jovens universitários através de uma abordagem integrada de formação e voluntariado. Em 2025, este programa foi um motor de desenvolvimento pessoal e comunitário nas cidades do Porto e Braga, mobilizando estudantes de diversas instituições e áreas de estudo, e integrando um conjunto de elementos essenciais:

- Formação em competências pessoais e sociais;
- Educação relacional e dinâmicas de grupo;
- Voluntariado comunitário estruturado e liderança;
- Eventos de reflexão e fortalecimento da pertença;
- Avaliação de impacto pré e pós-intervenção.

MODELO PEDAGÓGICO DO UACADEMY



O programa UAcademy visa responder a desafios prementes na população universitária, promovendo o desenvolvimento integral dos jovens:

DESAFIOS ABORDADOS

- Redução da ansiedade académica e stresse;
- Combate ao isolamento social e promoção da conexão;
- Fortalecimento das redes de apoio e pertença;
- Superação da ausência de propósito e direção;
- Facilitação do envolvimento comunitário ativo.

O VOLUNTARIADO COMO FERRAMENTA

- Desenvolvimento pessoal e autoconhecimento;
- Promoção da saúde mental preventiva;
- Construção de identidade e autoestima;
- Reforço da pertença a uma comunidade;
- Exercício de liderança comunitária com propósito.

Através de experiências de voluntariado estruturado, a U.DREAM capacita os jovens a tornarem-se agentes de mudança, reforçando o seu bem-estar e o seu papel ativo na sociedade. O ambiente de apoio e colaboração é crucial para que os estudantes se sintam valorizados e conectados.

IMPACTO GLOBAL UACADEMY 2025

RESULTADOS DETALHADOS DO PROGRAMA

Em 2025, o programa U.ACADEMY expandiu o seu alcance e consolidou o seu impacto, gerando resultados significativos tanto em termos de desenvolvimento individual dos participantes como de benefício direto e indireto para as comunidades do Porto e de Braga.

11.773

HORAS DE VOLUNTARIADO

Contribuídas pelos jovens universitários em diversas iniciativas comunitárias.

4.697

HORAS DE FORMAÇÃO

Dedicadas à capacitação em liderança, competências sociais e desenvolvimento pessoal.

407

BENEFICIÁRIOS DIRETOS

Pessoas e famílias que receberam apoio direto através das ações do UACADEMY.

4.480

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Indivíduos impactados positivamente pelas transformações nas suas comunidades.

2

BOOTCAMPS REALIZADOS

Sessões intensivas de integração e formação para novos participantes.

2

CIDADES IMPACTADAS

Programas ativos e projetos desenvolvidos no Porto e em Braga.

Estes números refletem o compromisso e a dedicação dos jovens do UAcademy, que se traduziram em ações concretas e transformadoras para a sociedade. O programa não só desenvolveu os participantes, mas também cultivou um ambiente de solidariedade e responsabilidade social.

PROJETOS UKIND

Através do U.ACADEMY, foram dinamizados projetos UKIND, dedicados à realização de pequenos sonhos e à promoção da dignidade de pessoas em situação de vulnerabilidade, proporcionando momentos de alegria e inclusão.

INICIATIVAS EDUCATIVAS

Os programas como o **U.CLICK** e **Crescer com Consciência** permitiram o desenvolvimento de atividades educativas e de sensibilização, ampliando o impacto pedagógico e social do U.ACADEMY junto de diversas faixas etárias.

BOOTCAMPS DE INTEGRAÇÃO DE 2025

EXPERIÊNCIAS INTENSIVAS DE CAPACITAÇÃO

Em 2025, a U.DREAM realizou dois Bootcamps de Integração cruciais, um em Fevereiro e outro em Setembro, que serviram como pilares para a capacitação e mobilização de jovens universitários. Estes eventos intensivos foram desenhados para imergir os participantes no espírito de voluntariado e liderança, construindo uma comunidade vibrante e focada no impacto social. Ambos os Bootcamps combinam formação prática e teórica para maximizar o desenvolvimento pessoal e coletivo dos jovens.

BOOTCAMP FEVEREIRO 2025

O primeiro Bootcamp anual funcionou como um momento intensivo de integração, capacitação e construção de comunidade, marcando o início da jornada para muitos jovens.

- Formação em competências essenciais;
- Voluntariado ativo em comunidades;
- Campanhas comunitárias de sensibilização;
- Reflexão profunda sobre propósito e liderança.

115

JOVENS INSCRITOS

15

PARCEIROS SOCIAIS

3.630

HORAS DE VOLUNTARIADO

230

HORAS DE FORMAÇÃO

750

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

BOOTCAMP SETEMBRO 2025

O segundo Bootcamp anual voltou a mobilizar dezenas de jovens universitários para experiências intensivas, reforçando o compromisso com o impacto e a comunidade.

- Voluntariado em diversas áreas;
- Formação contínua e aprofundada;
- Campanhas urbanas dinâmicas;
- Construção e refinamento de propósito.

120

JOVENS INSCRITOS

16

PARCEIROS SOCIAIS

3.630

HORAS DE VOLUNTARIADO

240

HORAS DE FORMAÇÃO

850

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Ambos os Bootcamps demonstraram a capacidade da U.DREAM em inspirar e equipar os jovens com as ferramentas necessárias para se tornarem líderes e agentes de mudança, contribuindo ativamente para a melhoria das suas comunidades e para o seu próprio desenvolvimento.

PARTICIPAÇÃO E DIVERSIDADE JUVENIL

ENGAJAMENTO E ALCANCE DO PROGRAMA

O ano de 2025 marcou um período de significativo crescimento e consolidação para a U.DREAM, especialmente no que tange à participação juvenil nos programas UDPorto e UDBraga. Estes programas foram fundamentais para capacitar jovens universitários, transformando-os em agentes de mudança através de ações de voluntariado estruturado e formação intensiva. A diversidade e o empenho dos participantes demonstram o sucesso na promoção do impacto social nas comunidades.

RESULTADOS 2025

PROGRAMA UDPORTO

No primeiro semestre, o programa UDPorto ofereceu aos jovens uma experiência completa, focada no desenvolvimento pessoal e comunitário.

115

JOVENS CONCLUÍRAM

Participantes que completaram com sucesso o programa.

2235

HORAS DE VOLUNTARIADO

Contribuição total para a comunidade.

890

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Pessoas impactadas pelas ações do programa.

PROGRAMA UDBRAGA

A implementação do programa em Braga, durante o mesmo período, foi crucial para reforçar a presença territorial da U.DREAM e consolidar parceria.

57

JOVENS CONCLUÍRAM

Jovens universitários que se formaram no programa.

1135

HORAS DE VOLUNTARIADO

Total de horas dedicadas ao serviço comunitário.

475

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Comunidades que sentiram o impacto positivo.

A dedicação dos jovens universitários nos programas UDPorto e UDBraga durante 2025 sublinha o potencial transformador do voluntariado, não só para os participantes, mas para as comunidades que beneficiam do seu empenho e energia.

A COMISSÃO NACIONAL: PILAR DE CONTINUIDADE E LIDERANÇA

ESTRUTURA ESSENCIAL DE GOVERNANÇA E IMPACTO

A Comissão Nacional representa uma estrutura fundamental dentro da U.DREAM, garantindo a continuidade, a coesão e a liderança estratégica em todas as frentes de atuação. Ao longo do ano, este órgão central desempenhou um papel crucial na operacionalização da visão da U.DREAM, capacitando jovens e coordenando iniciativas que geram um impacto tangível nas comunidades do Porto e de Braga.

As suas atividades abrangeram diversas áreas, desde a formação de novos líderes até à gestão de projetos complexos, culminando na organização de eventos marcantes que reforçam o sentido de comunidade e propósito entre os participantes e claro, a tão desejada autonomia. O empenho e a dedicação dos membros da Comissão Nacional foram essenciais para sustentar o crescimento e a eficácia dos programas da U.DREAM.

ATIVIDADES E IMPACTO DA COMISSÃO NACIONAL EM 2025

- **Sessões de Formação Contínua:** Desenvolvidas para capacitar jovens em liderança, gestão de projetos e competências sociais, onde estão incluídos dois dias inteiros de formação imersiva (CN DAY).
- **Acompanhamento de Participantes:** Orientação e suporte individualizado para garantir o sucesso e a integração dos voluntários.
- **Projetos de Impacto e Eventos:** Planeamento e execução de iniciativas que respondem a necessidades comunitárias e promovem a sensibilização.
- **Projetos Educativos e Comunitários:** Desenvolvimento e coordenação de ações que fomentam a educação e o bem-estar nas comunidades.

14

Sessões Formativas Realizadas

3480

Horas Totais de Formação

No primeiro semestre, foram realizadas **12 sessões formativas**, seguindo-se **os 2 dias de imersão** totalizando 840 horas de formação dedicada.

A Comissão Nacional, no seu papel de liderança e dinamização, dedicou-se intensamente ao longo de 2025 ao desenvolvimento de dezenas de atividades comunitárias em parceria com diversas instituições sociais. Estas ações foram desenhadas para ir ao encontro das necessidades mais prementes das comunidades, promovendo um impacto positivo e duradouro.

As iniciativas tiveram como principais objetivos:

- Combater o isolamento social, promovendo a interação

VOLUNTARIADO COMUNITÁRIO

IMPACTO SOCIAL E ENGAJAMENTO ATIVO

IMPACTO GLOBAL EM NÚMEROS

1143

HORAS DE VOLUNTARIADO ESPECIALIZADO

Dedicadas ao serviço comunitário por membros da Comissão Nacional.

INSTITUIÇÕES PARCEIRAS E TIPOS DE ATIVIDADES

A diversidade das instituições parceiras permitiu a realização de um leque variado de atividades, adaptadas às necessidades específicas de cada contexto e grupo etário.

INSTITUIÇÕES ABRANGIDAS

- Fundação Ronald McDonald e Oficinas de S. José
- APPACDM Porto (x3), APPACDM Braga (x2) e APPC
- Cruz Vermelha Braga
- Lar do Amial, Lar do Bonfim, Casa do Professor, Lar Quinta dos Avós, Centro Paroquial e Social de Oliveira do Douro e FelizmenteLar
- Escola do Xisto
- Academia Sexto Sentido
- Animais da Quinta, Vivanimal e ABRA
- Porta Solidária e Virar a Página
- Associação Protetora da Criança e APIBAB
- Projeto Escolhas: Na Praça, Geração Tecla e Sinergias
- O meu lugar no mundo
- ACISJF
- Sempre Acompanhados
- Saber Compreender
- Associação Famílias

EXEMPLOS DE AÇÕES REALIZADAS

- Concretização de sonhos a pessoas idosas e pessoas com deficiência;
- Jantares temáticos e convívios;
- Lanches comunitários, promovendo a partilha;
- Dinâmicas intergeracionais, unindo diferentes faixas etárias;
- Atividades especiais festivas (Natal, Carnaval, Halloween), levando alegria festiva;
- Ações recreativas e relacionais, fomentando a interação;
- Atividades em instituições residenciais, oferecendo companhia e suporte.

CRESCER COM CONSCIÊNCIA

PROJETO EDUCATIVO COMUNITÁRIO

O projeto "Crescer com Consciência" foi uma iniciativa fundamental da Comissão Nacional em 2025, concebido para aproximar crianças dos valores essenciais para o seu desenvolvimento social e emocional. Através de uma abordagem lúdica e interativa, procurou-se incutir nas gerações mais jovens princípios de: Empatia, Solidariedade, Cidadania e Consciência Social.

Os jovens voluntários da Comissão Nacional desempenharam um papel ativo e inspirador, realizando sessões de leitura e dinamização educativa em creches parceiras. Estas atividades foram cuidadosamente planeadas para criar um ambiente acolhedor e estimulante, onde as crianças puderam aprender e crescer de forma consciente.

IMPACTO DO PROJETO EM 2025

Os resultados do projeto "Crescer com Consciência" em 2025 demonstram o alcance e a profundidade do impacto gerado nas comunidades infantis:

6

CRECHES VISITADAS

Instituições parceiras que receberam as sessões educativas.

12

VISITAS REALIZADAS

Número total de sessões interativas conduzidas.

4

JOVENS VOLUNTÁRIOS POR SESSÃO

O empenho de cada membro da Comissão Nacional.

48

HORAS DE VOLUNTARIADO

Dedicadas à promoção do projeto junto das crianças.

288

CRIANÇAS ABRANGIDAS

Beneficiárias diretas das atividades e do contacto com os voluntários.

As sessões foram estruturadas para maximizar o envolvimento e o desenvolvimento das crianças, incluindo:

- **Leitura de Histórias:** Promovendo o gosto pela leitura e a transmissão de valores através de narrativas inspiradoras.
- **Dinâmicas Educativas:** Jogos e exercícios que estimulam o pensamento crítico e a resolução de problemas.
- **Atividades de Interação e Desenvolvimento de Competências:** Fomentando a comunicação, a cooperação e a expressão de emoções.

U.CLICK: SENSIBILIZAÇÃO PARA O IMPACTO SOCIAL

PROJETO EDUCATIVO

CIDADANIA ATIVA

O projeto U.CLICK, uma iniciativa educativa da Comissão Nacional, foi fundamental em 2025 para semear a consciência social entre os jovens. Focado na sensibilização para a cidadania ativa, o voluntariado e a responsabilidade comunitária, este projeto visou capacitar a próxima geração de líderes e agentes de mudança. Ao longo do ano, voluntários da U.DREAM visitaram diversas escolas, promovendo sessões interativas que incentivaram a reflexão sobre o papel crucial dos jovens na sociedade e o potencial transformador do seu envolvimento.

IMPACTO DO PROJETO U.CLICK EM 2025

Os resultados alcançados pelo projeto U.CLICK em 2025 demonstram o compromisso da Comissão Nacional em expandir a mensagem de impacto social e engajamento. As sessões foram estrategicamente desenhadas para maximizar o alcance e a profundidade da mensagem, tocando centenas de jovens em todo o país.

9

ESCOLAS VISITADAS

Parcerias educativas que acolheram as sessões do U.CLICK.

16

VISITAS REALIZADAS

Número total de sessões interativas conduzidas.

3

VOLUNTÁRIOS POR SESSÃO

Membros da Comissão Nacional dedicados a cada visita.

48

HORAS DE VOLUNTARIADO

Tempo dedicado à promoção da cidadania e impacto social.

480

JOVENS BENEFICIÁRIOS

Alunos diretamente impactados pelas sessões inspiradoras.

As sessões do U.CLICK foram meticulosamente planeadas para atingir múltiplos objetivos pedagógicos e sociais:

- **Despertar a Consciência Social:** Incentivar os jovens a compreenderem os desafios sociais e a reconhecerem o seu poder de influência.
- **Inspirar a Participação Cívica:** Motivar a intervenção ativa na comunidade e a assunção de responsabilidades coletivas.
- **Aproximar Jovens do Voluntariado e do Impacto Comunitário:** Desmistificar o voluntariado e mostrar como pequenas ações podem gerar grandes transformações.

Este projeto reafirma o compromisso da U.DREAM em formar cidadãos conscientes e engajados, prontos para construir um futuro mais solidário e participativo.

PROJETOS UKIND — REALIZAR SONHOS

PROJETO UKIND

REALIZAÇÃO DE SONHOS

Os projetos UKIND, uma iniciativa profundamente humana da U.DREAM, foram desenvolvidos para combater o isolamento social e devolver dignidade, afeto e experiências verdadeiramente significativas a pessoas em situações de vulnerabilidade. Cada ação é pensada para criar momentos únicos e personalizados, reforçando laços e proporcionando alegria.

COMO CADA SONHO É REALIZADO

● VISITAS DE PREPARAÇÃO

Sessões iniciais dedicadas a conhecer os beneficiários e compreender os seus desejos e necessidades mais profundas.

● CONTACTO CONTINUADO

Manutenção de uma comunicação regular, garantindo que o beneficiário se sinta apoiado e valorizado ao longo de todo o processo.

● ACOMPANHAMENTO RELACIONAL

Estabelecimento de uma ligação empática e contínua entre voluntários e os sonhadores, construindo confiança e carinho.

● CONCRETIZAÇÃO DE EXPERIÊNCIAS ESPECIAIS

Implementação cuidadosa de momentos únicos e emocionalmente significativos, transformando sonhos em realidade.

SONHOS ACOMPANHADOS EM 2025

PALMIRA

GRACINDA

MÁRIO

MOREIRA

SR. DANIEL

SR. MÁRIO

JUSTINA

IMPACTO DOS PROJETOS UKIND EM 2025

400+

HORAS DE VOLUNTARIADO

Dedicadas à preparação dos sonhos, refletindo o empenho dos voluntários.

30+

JOVENS ENVOLVIDOS

Voluntários da U.DREAM que dedicaram o seu tempo e afeto, criando um impacto duradouro.

7

EXPERIÊNCIAS

Personalizadas e relacionais, adaptadas às histórias e desejos de cada indivíduo.

Através dos Projetos UKIND, a U.DREAM não só concretiza desejos, mas também combate a solidão, restaurando a esperança e o sentimento de pertença. Cada sonho realizado é um testemunho do poder da compaixão e da capacidade transformadora da ação voluntária.

AVALIAÇÃO DE IMPACTO DO PROGRAMA U.DREAM

METODOLOGIA QIISP & QFISP

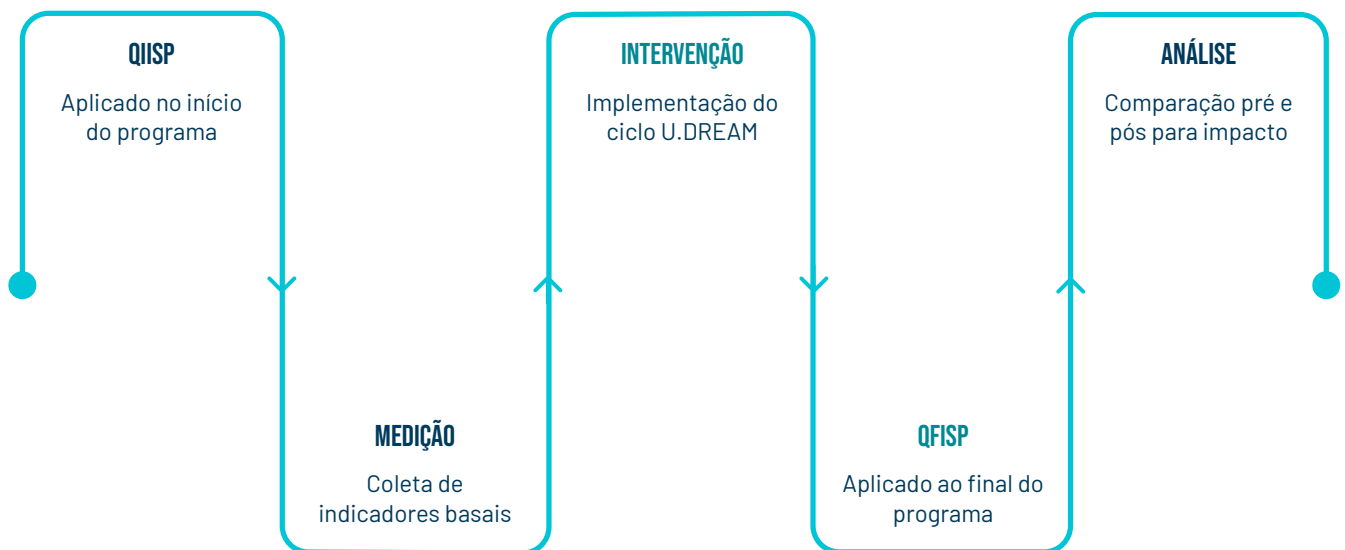
A avaliação de impacto do Programa U.DREAM foi realizada através de dois instrumentos científicos validados, aplicados no início e no final de cada ciclo. Esta abordagem permite medir com rigor a evolução dos participantes ao longo do programa, nas dimensões de consciência social, competências pessoais e sentido de propósito.

QIISP – AVALIAÇÃO INICIAL

Aplicado no início do programa.
Perfil: 85% mulheres e 15% homens, com idade média de 19,8 anos. Score global médio de **3,06** (escala de 1 a 4), revelando boas bases de partida com áreas claras de desenvolvimento.

QFISP – AVALIAÇÃO FINAL

Aplicado no final do programa. Resultados médios entre **3,65 e 3,74**, indicando impacto elevado e consistente nas dimensões avaliadas. Mais de 75% dos participantes classificaram o impacto como "Muito".





RESULTADOS DA AVALIAÇÃO INICIAL (QIISP)

97 PARTICIPANTES · SCORE GLOBAL 3,06/4

A avaliação inicial revelou que os jovens chegam ao programa com pontos fortes consolidados nas dimensões relacionais e motivacionais, mas com espaço significativo de crescimento no conhecimento dos problemas comunitários e das suas próprias capacidades de intervenção social.

PONTOS FORTES NA ENTRADA



91%

REDE DE APOIO PESSOAL

M=3,65 — dimensão mais consolidada



84%

MOTIVAÇÃO PROFISSIONAL

M=3,34



81%

COMPREENSÃO EMOCIONAL

M=3,22

OPORTUNIDADES DE DESENVOLVIMENTO



72%

CONHECIMENTO COMUNITÁRIO

M=2,86 — problemas da comunidade



67%

AUTOCONHECIMENTO

M=2,69 — conhecimento dos próprios talentos



65%

FORMAS DE INTERVENÇÃO

M=2,60 — conhecimento de modos de ação social

RESULTADOS DA AVALIAÇÃO FINAL (QFISP)

58 PARTICIPANTES · IMPACTO ELEVADO

A avaliação final revelou resultados notavelmente positivos, com médias entre **3,65 e 3,74** (escala de 1 a 4) e mais de **75% dos participantes** a classificar o impacto do programa como "Muito". As dimensões com maior evolução foram precisamente aquelas identificadas como oportunidades de desenvolvimento na avaliação inicial — o que confirma a eficácia do modelo de intervenção.

M = 3,74

Maior Motivação Profissional

— a dimensão com score mais elevado na avaliação final, refletindo o impacto do programa na clarificação do propósito e direção profissional dos participantes

M = 3,67

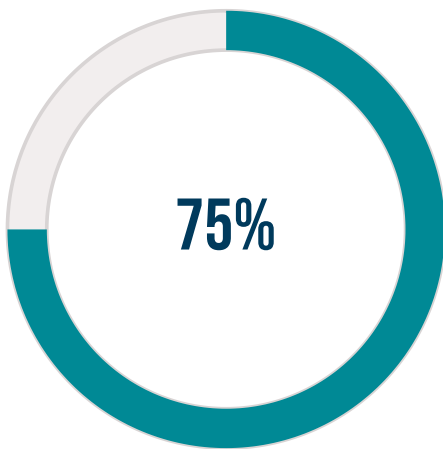
Conhecimento dos Talentos

Pessoais — evolução significativa face à avaliação inicial (M=2,69), demonstrando o impacto do programa no autoconhecimento e identidade

M = 3,66

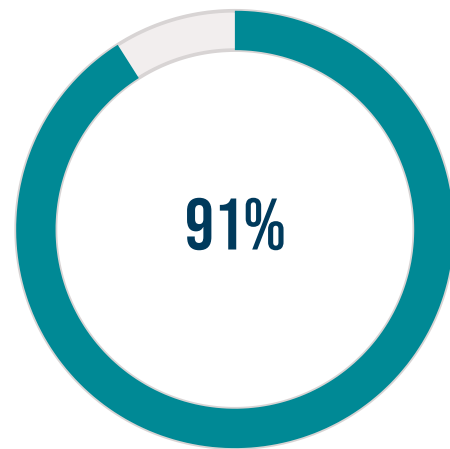
Capacidade de Mobilizar

Outros — indicador de liderança comunitária, com crescimento expressivo que confirma o desenvolvimento de competências de ativação social



IMPACTO "MUITO"

Participantes que classificaram o impacto do programa na categoria máxima



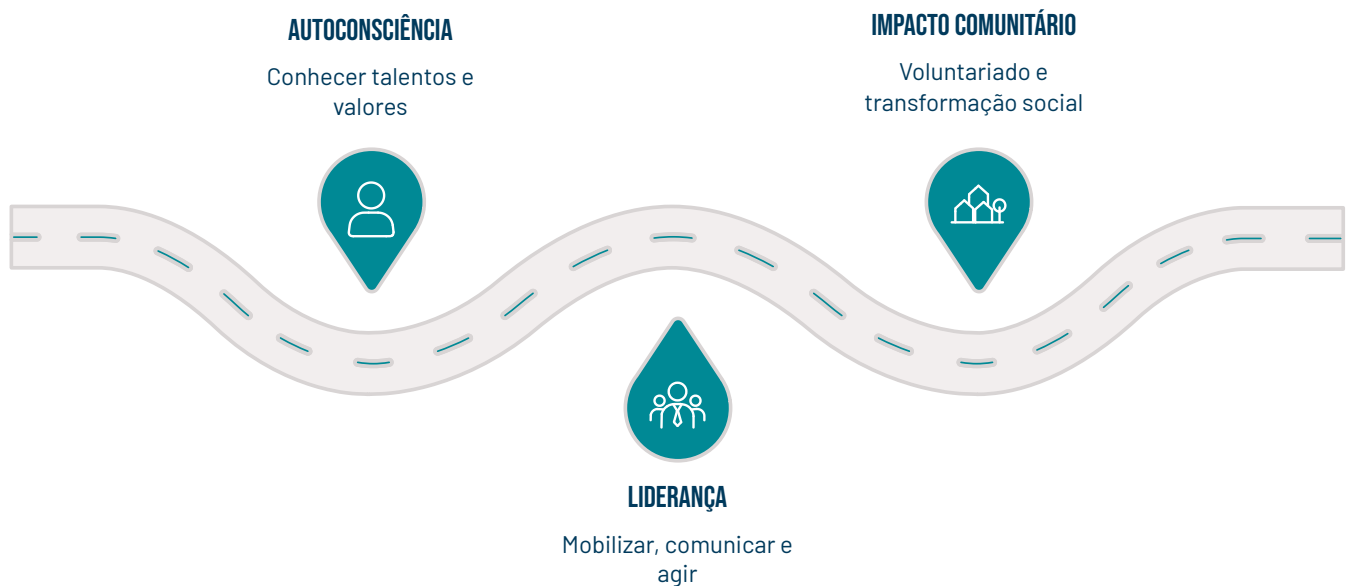
SCORE FINAL MÉDIO

Percentagem correspondente à média final de 3,65–3,74 na escala de 4 pontos

INTERPRETAÇÃO DO IMPACTO

AUTOCONSCIÊNCIA → LIDERANÇA → IMPACTO COMUNITÁRIO

Os resultados da avaliação evidenciam uma evolução clara e consistente ao longo do programa, traduzida num percurso de crescimento que parte do desenvolvimento pessoal e culmina na ação transformadora nas comunidades. Esta trajetória confirma a solidez do modelo de intervenção da U.DREAM.



O programa promoveu o desenvolvimento de propósito, o reforço de competências socioemocionais, um maior envolvimento comunitário e o fortalecimento da identidade pessoal dos participantes. Estas dimensões constituem fatores de proteção importantes para a saúde mental em jovens universitários, conferindo à U.DREAM um papel relevante não apenas no impacto social, mas também na promoção do bem-estar dos seus voluntários.

- Os resultados da avaliação de impacto confirmam que o Programa U.DREAM é um instrumento eficaz de desenvolvimento juvenil com impacto social mensurável – um argumento sólido para a continuidade e expansão do modelo.

PILAR ESTRATÉGICO

COMUNIDADE

PARTICIPAÇÃO CÍVICA

MOBILIZAÇÃO SOCIAL

O PROGRAMA UCOMMUNITY

O UCommunity é um programa que liga jovens voluntários às comunidades locais, promovendo a participação cívica, a transformação social e o desenvolvimento de competências de liderança através da ação coletiva.

O PROGRAMA UCOMMUNITY

Em 2025, este pilar foi essencial para fomentar a participação ativa dos jovens, criando plataformas para o seu envolvimento cívico e social. Através de diversas iniciativas, o UCommunity cultivou um ambiente onde a reflexão, a solidariedade e a pertença se tornaram motores de mudança, impactando positivamente centenas de vidas.

PILARES DE AÇÃO DO UCOMMUNITY

PARTICIPAÇÃO CÍVICA

Incentivando os jovens a exercerem a sua cidadania de forma consciente e interventiva na sociedade.

ENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO

Criando oportunidades significativas para a ação direta em benefício das comunidades locais e seus membros.

EVENTOS DE SENSIBILIZAÇÃO

Organizando encontros e atividades para debater e educar sobre causas sociais prementes e o impacto da ação coletiva.

CAMPANHAS SOLIDÁRIAS

Lançando iniciativas que canalizam recursos e esforços, promovendo a ajuda mútua e o apoio aos mais necessitados.

ESPAÇOS DE REFLEXÃO E PERTENÇA

Promovendo ambientes inclusivos onde todos se sentem ouvidos, valorizados e parte integrante de algo maior.

IMPACTO GLOBAL UCOMMUNITY 2025

611

HORAS DE VOLUNTARIADO

Jovens que ativamente contribuíram para as iniciativas do UCommunity.

360

BENEFICIÁRIOS DIRETOS

Tempo dedicado por jovens voluntários em diversas atividades sociais.

1720

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Pessoas alcançadas e positivamente impactadas pelas ações da UCommunity.

Estes números refletem o sucesso do UCommunity em catalisar a energia e o potencial dos jovens, transformando-os em agentes ativos de mudança social. A presença em cidades como Porto e Braga permitiu uma maior abrangência e um impacto mais profundo nas comunidades.



IMPACTO GLOBAL UCOMMUNITY

Ao longo de 2025, o UCommunity consolidou-se como o espaço comunitário central da U.DREAM. O programa dedicou-se a criar experiências coletivas de impacto, ligando jovens voluntários às comunidades locais e fomentando a cidadania ativa.

PARTICIPAÇÃO CÍVICA

Incentivo à cidadania consciente e interventiva.

MOBILIZAÇÃO SOCIAL

Criação de redes de apoio e ação coletiva.

SENSIBILIZAÇÃO COMUNITÁRIA

Educação e debate sobre causas sociais urgentes.

SOLIDARIEDADE

Promoção de ajuda mútua e apoio aos mais vulneráveis.

EXPERIÊNCIAS COLETIVAS

Desenvolvimento de laços e sentimento de pertença.

Através de eventos, campanhas e iniciativas comunitárias em cidades como Porto e Braga, centenas de jovens participaram ativamente em ações de voluntariado, reflexão social, sensibilização pública e apoio direto a diversas instituições.

IMPACT DAY: VOLUNTARIADO COMUNITÁRIO INTENSIVO

VOLUNTARIADO

COMUNIDADE

IMPACTO SOCIAL

O "Impact Day" é uma das iniciativas mais dinâmicas da U.DREAM, representando um dia de voluntariado comunitário intensivo, cuidadosamente planeado e executado em diversas instituições sociais. Este evento anual visa mobilizar a juventude para a ação, proporcionando uma experiência prática e transformadora. Foram realizados dois eventos deste tipo.

OBJETIVOS CENTRAIS DOS IMPACT DAYS

- **APROXIMAR REALIDADES SOCIAIS**

Facilitar o contacto direto entre jovens e comunidades, expondo-os a diferentes contextos e desafios sociais.

- **DESENVOLVER EMPATIA E CONSCIÊNCIA**

Cultivar uma maior compreensão e sensibilidade para com as necessidades dos outros, fomentando o espírito de solidariedade.

- **PROMOVER A PARTICIPAÇÃO CÍVICA**

Incentivar os jovens a exercerem ativamente a sua cidadania através do serviço comunitário.

- **REFORÇAR LAÇOS COMUNITÁRIOS**

Fortalecer a relação entre os voluntários e as instituições locais, criando redes de apoio mútuo.

IMPACTO DOS IMPACT DAYS EM 2025

161

JOVENS PARTICIPANTES

Alunos e membros da U.DREAM que dedicaram um dia ao serviço comunitário.

12

INSTITUIÇÕES SOCIAIS

Organizações parceiras que acolheram os voluntários e beneficiaram da sua ajuda.

322

HORAS DE VOLUNTARIADO

Tempo total dedicado à execução de tarefas de impacto direto nas comunidades.

300

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Pessoas impactadas positivamente pelas ações e pelo espírito de entreajuda do Impact Day.

IMPACT WALK: SENSIBILIZAÇÃO COMUNITÁRIA EM ESPAÇO PÚBLICO

VOLUNTARIADO

COMUNIDADE

SENSIBILIZAÇÃO

INCLUSÃO SOCIAL

O "Impact Walk" é uma iniciativa da U.DREAM que transforma o espaço público numa arena de solidariedade e inclusão. Este evento procura estreitar laços entre jovens voluntários e a população, utilizando a caminhada como um veículo para a sensibilização e o contacto direto, promovendo a empatia e a ação cívica em meio urbano. Foram realizadas duas ações destas.

OBJETIVOS DO IMPACT WALK

PROMOVER A
SOLIDARIEDADE

FOMENTAR A
INCLUSÃO

SENSIBILIZAÇÃO
COMUNITÁRIA

APROXIMAR GERAÇÕES

OS POSTAIS SOLIDÁRIOS: UMA PONTE DE CARINHO

Durante os dois Impact Walk, um dos momentos mais marcantes é a entrega de postais solidários. Mais de **200 postais** foram produzidos com carinho e dedicação por:

- Utentes de lares
- Membros da APPACDM (Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental)
- Participantes da APPC (Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral)
- Diversos parceiros sociais

Estes postais, repletos de mensagens de esperança e afeto, são entregues pessoalmente pelos jovens voluntários, criando momentos únicos de conexão e alegria para os beneficiários.

IMPACTO DOS IMPACT WALKS EM 2025

95

JOVENS PARTICIPANTES

Voluntários que dedicaram o seu tempo a levar solidariedade e sorrisos às comunidades.

190

HORAS DE VOLUNTARIADO

Tempo cumulativo dedicado à organização e realização desta iniciativa em espaço público.

200+

POSTAIS SOLIDÁRIOS ENTREGUES

Mensagens de carinho e esperança que foram partilhadas com a população.

200

BENEFICIÁRIOS INDIRETOS

Pessoas que receberam um gesto de afeto e atenção através desta ação.

IMPACT DINNER: CONVERSAS COM IMPACTO

EVENTOS

IMPACTO SOCIAL

INSPIRAÇÃO

LIDERANÇA JOVEM

O "Impact Dinner" destacou-se como um jantar-tertúlia informal, concebido para criar pontes entre jovens universitários e figuras inspiradoras, líderes em áreas de relevo social e cívico. Este evento propiciou uma atmosfera única de partilha e crescimento, permitindo aos jovens aprender com experiências reais e visões transformadoras. Foram realizados dois durante todo o ano.

UM ENCONTRO COM MENTES INSPIRADORAS

Os oradores convidados representaram diversas áreas de atuação, oferecendo uma perspetiva multifacetada sobre o impacto social, os direitos humanos e o empreendedorismo com propósito. As temáticas abordadas incluíram:

DIREITOS HUMANOS

COMBATE À DISCRIMINAÇÃO

INCLUSÃO DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA

EMPREENDEDORISMO SOCIAL

A iniciativa foi meticulosamente desenhada para ser um espaço seguro e acolhedor, onde os participantes puderam interagir diretamente com os oradores, fomentando a:

- **Reflexão Crítica:** Estimulando o pensamento aprofundado sobre questões sociais complexas.
- **Partilha de Experiências:** Promovendo um diálogo aberto e construtivo entre jovens e líderes.
- **Debate Social:** Incentivando a troca de ideias e a formação de opiniões informadas.
- **Consciência Comunitária:** Reforçando o sentido de pertença e responsabilidade coletiva.

IMPACTO DOS DOIS IMPACT DINNER EM 2025

Os resultados das duas edições 2025 do "Impact Dinner" demonstram o sucesso da sua fórmula em conectar e inspirar.

59

PARTICIPANTES

Jovens universitários que aproveitaram esta oportunidade de networking e aprendizagem.

8

ORADORES CONVIDADOS

Líderes e especialistas que partilharam as suas histórias e conhecimentos.

Este evento reforçou o compromisso da U.DREAM em desenvolver jovens conscientes e ativos, preparados para serem agentes de transformação nas suas comunidades e no mundo.

IMPACT TALK: REFLEXÃO E SENSIBILIZAÇÃO SOCIAL

EVENTOS

IMPACTO SOCIAL

SENSIBILIZAÇÃO

DIÁLOGO JOVEM

A "Impact Talk" constituiu um espaço fundamental de conversa e sensibilização, dedicado a explorar e debater temas sociais de grande relevância para os jovens universitários. Esta iniciativa foi cuidadosamente planeada para ir além da mera transmissão de informação, estimulando a participação ativa e a formação de opiniões críticas e fundamentadas.

OBJETIVOS PRINCIPAIS DA IMPACT TALK

**ESTIMULAR O
PENSAMENTO CRÍTICO**

**PROMOVER O DIÁLOGO
ABERTO**

**SENSIBILIZAR PARA
PROBLEMÁTICAS
SOCIAIS**

**REFORÇAR A
PARTICIPAÇÃO CÍVICA
E COMUNITÁRIA**

IMPACTO DA IMPACT TALK EM 2025

A edição de 2025 da Impact Talk gerou resultados significativos, consolidando a sua importância na agenda da U.DREAM:

45

PARTICIPANTES ENGAJADOS

Jovens universitários que ativamente contribuíram para as sessões de reflexão e debate.

1

SESSÃO REALIZADA

Uma sessão intensiva dedicada à reflexão crítica e ao debate social sobre temas prementes.

Além dos números, a Impact Talk de 2025 foi crucial para a promoção de uma maior consciência comunitária e da cidadania ativa entre os participantes, equipando-os com ferramentas para abordar e compreender melhor as dinâmicas sociais contemporâneas.

CAMPANHAS SOLIDÁRIAS: MOBILIZAÇÃO COMUNITÁRIA

SOLIDARIEDADE

COMUNIDADE

MOBILIZAÇÃO

APOIO SOCIAL

Ao longo de 2025, o programa UCommunity da U.DREAM dedicou-se à promoção e organização de diversas campanhas solidárias, visando apoiar diretamente as instituições sociais parceiras e responder a necessidades prementes das comunidades. Estas iniciativas mobilizaram jovens voluntários e a sociedade civil, demonstrando o poder da ação coletiva na construção de um futuro mais justo e equitativo.

PRINCIPAIS CAMPANHAS DE RECOLHA

1

RECOLHA DE ROUPA INTERIOR

Foram angariados **3 sacos tamanho L** de roupa interior nova, um bem essencial e muitas vezes esquecido, que foram doados em apoio direto aos **Albergues do Porto**, contribuindo para a dignidade e conforto de pessoas em situação de sem-abrigo.

2

RECOLHA DE MEDICAMENTOS E CONSUMÍVEIS

Com a colaboração da comunidade, recolhemos **mais de 250 caixas** de medicamentos e consumíveis médicos. Esta iniciativa crucial apoiou a **Médicos do Mundo**, reforçando a sua capacidade de providenciar cuidados de saúde a populações vulneráveis.

CALENDÁRIO DO ADVENTO SOLIDÁRIO

O "Calendário do Advento Solidário" destacou-se como uma campanha inovadora, focada na angariação de recursos específicos para equipar e melhorar as condições das instituições parceiras. Através da generosidade dos participantes, foi possível adquirir e doar os seguintes bens essenciais: Desumidificadores, Computadores, Máquinas de Costura, Aquecedores e Televisões.

Estes bens, cuidadosamente selecionados de acordo com as necessidades expressas pelas instituições, representam um investimento direto na melhoria das infraestruturas e na capacidade de resposta aos seus utentes, impactando positivamente o dia-a-dia de centenas de pessoas.

INSTITUIÇÕES PARCEIRAS APOIADAS

O sucesso das Campanhas Solidárias de 2025 foi amplamente suportado pela colaboração e confiança das nossas instituições parceiras. Agradecemos a todas por abrirem as suas portas e por permitirem que o UCommunity fizesse a diferença:

- Primeiros Passos, Albergues do Porto, Na Praça, Sempre Acompanhados e APPC (Associação Portuguesa de Paralisia Cerebral)



PILAR ESTRATÉGICO

EMPRESAS

VOLUNTARIADO CORPORATIVO

RESPONSABILIDADE SOCIAL

O PROGRAMA UPURPOSE

O UPurpose é um programa que liga empresas e os seus colaboradores a causas sociais, promovendo a responsabilidade social corporativa, o envolvimento com a comunidade e o desenvolvimento de uma cultura de propósito e impacto social através do voluntariado corporativo.

O PROGRAMA UPURPOSE

PARCERIAS

EMPRESAS

IMPACTO SOCIAL

VOLUNTARIADO CORPORATIVO

O programa UPurpose representa o pilar estratégico da U.DREAM focado na criação de impacto social sustentável através de parcerias com o setor empresarial. Este modelo inovador visa construir pontes significativas entre o mundo corporativo e as necessidades das comunidades, transformando a responsabilidade social empresarial em ações concretas e mobilizadoras.

Em 2025, o UPurpose procurou estabelecer uma simbiose entre os objetivos das empresas e a missão da U.DREAM, fomentando a participação ativa dos colaboradores em projetos com um propósito claro.

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS DO UPURPOSE

APROXIMAR EMPRESAS DA COMUNIDADE

Facilitar a ligação e o envolvimento direto das empresas com as realidades e desafios das comunidades locais.

PROMOVER O VOLUNTARIADO CORPORATIVO

Incentivar e organizar ações de voluntariado que permitam aos colaboradores das empresas contribuir ativamente para causas sociais.

CRIAR EXPERIÊNCIAS DE IMPACTO HUMANO

Desenvolver iniciativas que proporcionem momentos transformadores tanto para os voluntários quanto para os beneficiários.

REFORÇAR A CULTURA ORGANIZACIONAL E A RESPONSABILIDADE SOCIAL

Contribuir para a construção de uma cultura empresarial mais consciente e para o fortalecimento do compromisso social das organizações.

AÇÕES E EXPERIÊNCIAS EM 2025

Ao longo de 2025, o UPurpose concretizou diversas ações junto de empresas de setores variados, envolvendo centenas de colaboradores em experiências enriquecedoras. Estas iniciativas traduziram-se em benefícios mútuos, consolidando o compromisso cívico das empresas e gerando impacto direto nas comunidades.



VOLUNTARIADO ATIVO



REABILITAÇÃO COMUNITÁRIA



CONTACTOS COM INSTITUIÇÕES SOCIAIS



TRABALHO COLABORATIVO

Estas ações sublinham o papel fundamental do UPurpose na capacitação de empresas e dos seus colaboradores para se tornarem agentes de mudança, contribuindo para um futuro mais solidário e equitativo.

IMPACTO GLOBAL UPURPOSE 2025

IMPACTO

UPURPOSE

PARCERIAS

EMPRESAS

Em 2025, o programa UPurpose consolidou a sua missão de aproximar o setor empresarial das necessidades sociais, resultando num impacto significativo e tangível nas comunidades e na promoção de uma cultura de responsabilidade social corporativa. Através da dedicação dos colaboradores das empresas parceiras, foi possível gerar valor partilhado e transformar a teoria em ação concreta.

1412

HORAS DE INTERVENÇÃO

Horas dedicadas pelos 390 colaboradores das empresas parceiras em ações de voluntariado e projetos de impacto social.

1885

PESSOAS IMPACTADAS

Número de beneficiários diretos e indiretos que sentiram o efeito positivo das iniciativas desenvolvidas.

Estes números refletem o compromisso crescente das empresas em ir além das suas atividades comerciais, investindo no desenvolvimento comunitário e na criação de um futuro mais inclusivo. O UPurpose demonstrou que, ao unir forças, empresas e sociedade podem alcançar resultados extraordinários.

EMPRESAS PARCEIRAS EM 2025

O sucesso do UPurpose em 2025 foi possível graças à valiosa colaboração de um conjunto diversificado de empresas, tanto nacionais quanto internacionais, que partilham a visão da U.DREAM para um impacto social sustentável. Estas parcerias foram fundamentais para a execução de projetos inovadores e para a ampliação do alcance das nossas ações.

Destacamos ainda o estabelecimento de parcerias estratégicas, **como a Natixis** que ano após ano continua a ver na U.DREAM um parceiro de valor e que abre portas a projetos de grande escala e impacto internacional, e a da **Sair da Casca**, que reforça a nossa capacidade de mobilização e sensibilização para a responsabilidade social. Foram ainda parceiros U.DREAM em 2025: **a Teambuilding, a Corticeira Amorim, a Caetano Auto, a Salvador Caetano, a Mindera e a Critical Software.**



PROJETOS CORPORATIVOS 2025

UPURPOSE

EMPRESAS

VOLUNTARIADO CORPORATIVO

IMPACTO SOCIAL

O programa UPurpose, em 2025, consolidou-se como uma ponte essencial entre o dinamismo empresarial e as necessidades das comunidades, através de uma série de projetos corporativos. Estas iniciativas permitiram que empresas e os seus colaboradores se tornassem agentes ativos de mudança social.

Ao longo do ano, o UPurpose desenvolveu diversas experiências de voluntariado e impacto social corporativo, desenhadas para fomentar a responsabilidade social e o desenvolvimento sustentável.

INICIATIVAS DESTACADAS

- Reabilitação de espaços comunitários, contribuindo para a melhoria de infraestruturas essenciais.
- Ações comunitárias de apoio, como distribuição de bens e organização de eventos para populações vulneráveis.
- Voluntariado em instituições sociais, oferecendo suporte direto a idosos, crianças e pessoas com deficiência.
- Experiências intergeracionais, promovendo o diálogo e a partilha de conhecimento entre diferentes faixas etárias.
- Atividades de team building com propósito, unindo equipas em prol de causas sociais e reforçando o espírito de colaboração.

RESPONSABILIDADE SOCIAL E COMUNIDADE: CONSTRUIR IMPACTO EM CONJUNTO COM O UPURPOSE

RESPONSABILIDADE SOCIAL

COMUNIDADE

EMPRESAS

UPURPOSE

Em 2025, o programa UPurpose assumiu um papel central no reforço da conexão entre o tecido empresarial e as comunidades, elevando as empresas à condição de agentes ativos de transformação social. Esta abordagem estratégica permitiu transcender o modelo tradicional de responsabilidade social, promovendo um envolvimento mais profundo e significativo.

EXPERIÊNCIAS QUE GERAM VALOR PARTILHADO

As experiências cuidadosamente desenhadas pelo UPurpose foram instrumentais para criar pontes valiosas, resultando em benefícios mútuos para colaboradores, empresas e as comunidades atendidas. Estas iniciativas foram pensadas para:



APROXIMAR REALIDADES



FORTALECER O ESPÍRITO DE EQUIPA



PROMOVER A RESPONSABILIDADE SOCIAL CORPORATIVA



APOIAR INSTITUIÇÕES E COMUNIDADES

CRIAÇÃO DE EXPERIÊNCIAS DE IMPACTO PROFUNDO

Os projetos do UPurpose em 2025 foram meticulosamente concebidos para ir além do mero cumprimento de objetivos, visando a criação de experiências que deixassem uma marca duradoura em todos os envolvidos. Procurou-se, assim, proporcionar vivências:

HUMANAS

PARTICIPATIVAS

**EMOCIONALMENTE
SIGNIFICATIVAS**

**ALINHADAS COM
IMPACTO SOCIAL
POSITIVO**

Ao final de 2025, o UPurpose solidificou o seu papel como catalisador de mudança, demonstrando que a colaboração entre empresas e comunidade não só é possível, como essencial para um futuro mais próspero e solidário.

PROGRAMA CUIDA-TE

Em 2025, a U.DREAM executou o programa **Cuida-te**, focado na promoção da saúde mental e do bem-estar em jovens universitários. Este programa reconhece a crescente pressão vivida pelos jovens no contexto académico e responde com ferramentas práticas de gestão emocional, comunicação e autocuidado.

PROGRAMA CUIDA-TE

Em 2025, a U.DREAM executou o programa **Cuida-te**, focado na promoção da saúde mental e do bem-estar em jovens universitários.

Este programa reconhece a crescente pressão vivida pelos jovens no contexto académico e responde com ferramentas práticas de gestão emocional, comunicação e autocuidado.

GESTÃO EMOCIONAL

Sessões práticas de reconhecimento, compreensão e regulação emocional, capacitando os jovens a lidar com a pressão académica e os desafios da vida adulta emergente.

COMUNICAÇÃO ASSERTIVA

Workshops focados no desenvolvimento de competências de comunicação interpessoal, estabelecimento de limites saudáveis e expressão autêntica das necessidades e emoções.

EDUCAÇÃO RELACIONAL

Abordagem às relações interpessoais numa perspetiva de saúde, respeito e reciprocidade – essencial no contexto universitário de formação de vínculos e identidade social.

LITERACIA EM SAÚDE MENTAL

Capacitação dos jovens para reconhecerem sinais de alerta, procurarem ajuda e desmistificarem o estigma associado às questões de saúde mental no contexto académico.

A execução do programa Cuida-te decorreu de acordo com o plano aprovado, com elevada adesão por parte dos participantes e sem desvios relevantes face ao planeado – um indicador positivo da qualidade da implementação e da relevância do programa para o público-alvo.

CONCLUSÃO

UM ANO DE TRANSFORMAÇÃO

O ano civil de 2025 representou um período de consolidação e crescimento da intervenção da U.DREAM, reforçando a organização como uma referência na promoção de liderança jovem, voluntariado estruturado e impacto comunitário no ensino superior.

Através dos seus três pilares estratégicos – UAcademy, UCommunity e UPurpose – a U.DREAM desenvolveu um modelo integrado de capacitação, participação cívica e intervenção social, mobilizando jovens, empresas e comunidades em experiências concretas de impacto positivo.

Ao longo do ano, cerca de 235 jovens participaram nas diferentes iniciativas da organização, provenientes de múltiplas instituições de ensino superior e áreas científicas. O trabalho desenvolvido permitiu concretizar milhares de horas de voluntariado e formação, apoiar dezenas de instituições sociais e promover experiências transformadoras de proximidade humana, cidadania ativa e desenvolvimento pessoal.

O UAcademy consolidou-se como o principal programa estruturado da organização, combinando formação socioemocional, voluntariado regular, liderança comunitária e avaliação de impacto. Os resultados observados evidenciaram um reforço da motivação, do sentido de propósito, da consciência social e da capacidade de mobilização dos participantes, confirmando a relevância do modelo pedagógico adotado.

O UCommunity permitiu criar espaços de encontro, reflexão e mobilização social, aproximando os jovens de problemáticas comunitárias e promovendo experiências coletivas de solidariedade e participação cívica. Paralelamente, o UPurpose reforçou a ligação entre empresas e comunidade, através de projetos de voluntariado corporativo e impacto social colaborativo.

A execução do programa Cuida-te, financiado pelo IPDJ, veio aprofundar a dimensão preventiva da intervenção da U.DREAM na área da saúde mental, reforçando competências emocionais, relações interpessoais e estratégias de bem-estar psicológico junto da população universitária.

Um dos aspetos mais relevantes de 2025 foi também a consolidação da avaliação de impacto da organização. Através da aplicação dos instrumentos QIISP e QFISP, foi possível medir quantitativamente a evolução dos participantes em dimensões como motivação, competências socioemocionais, liderança comunitária e envolvimento social. Os resultados demonstraram melhorias consistentes e reforçam o potencial da U.DREAM enquanto modelo de desenvolvimento humano e participação comunitária no contexto universitário.

O impacto alcançado ao longo de 2025 só foi possível graças ao envolvimento dos jovens participantes, voluntários, parceiros sociais, empresas, financiadores e equipas técnicas que contribuíram diariamente para a concretização das atividades desenvolvidas.

A U.DREAM termina 2025 com uma comunidade mais sólida, uma intervenção mais estruturada e uma visão reforçada para o futuro: continuar a desenvolver jovens capazes de transformar positivamente as suas comunidades através da empatia, da liderança e do impacto social.