

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA PROGRAMA IPL60+

RELATÓRIO DE ATIVIDADES Ano letivo de 2016/2017

Comissão Científico-Pedagógica Leiria, abril 2018

ÍNDICE

ĺ٨	IDICE D	E SIGLAS	2
IN	ITRODU	JÇÃO	3
1.	CAR	ACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO-ALVO	4
	1.1.	Evolução do número de estudantes	4
	1.2.	Distribuição dos estudantes por sexo	6
	1.3.	Distribuição dos estudantes por idade	7
	1.4.	Distribuição dos estudantes por habilitações académicas	7
	1.5.	Distribuição dos estudantes por profissão exercida	8
	1.6.	Distribuição dos estudantes por local de residência	9
	1.7.	Distribuição dos estudantes por escola do IPL	10
	1.8.	Distribuição dos estudantes por licenciatura	10
	1.9.	Unidades curriculares (de licenciatura) escolhidas	11
	1.10.	Estudantes que se submeteram a avaliação e respetivas classificações	13
	1.11.	Número de UC de licenciatura e Projetos específicos frequentados	14
2.	ATI	/IDADES FORMATIVAS E SOCIOCULTURAIS	16
	2.1.	Atividades regulares	17
	2.2.	Atividades pontuais	19
3.	O IP	L60+ COMO CAMPO DE TRABALHOS ACADÉMICOS	23
4.	PAR	TICIPAÇÃO EM PROJETOS E REDES INTERINSTITUCIONAIS	25
	4.1	Colaboração com a RUTIS	26
5.	DIV	JLGAÇÃO E DISSEMINAÇÃO DE RESULTADOS	26
	5.1	Disseminação em eventos científicos	26
	5.2	Divulgação nos meios de comunicação	27
	5.3	Publicações	27
6.	AVA	LIAÇÃO PELOS SENIORES	28
	6.3	Organização e funcionamento	29
C	ONCLU	SÃO	36
	A NIEVO	nc	20

ÍNDICE DE SIGLAS

AMITEI - Associação de Solidariedade Social de Marrazes

ADESBA - Associação de Desenvolvimento e Bem Estar Social da Freguesia da Barreira

EB - Ensino Básico

ESAD.CR – Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha

ESECS - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais

ESSLei - Escola Superior de Saúde

ESTG - Escola Superior de Tecnologia e Gestão

ESTM - Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar

FASE - Fundo de Apoio Social ao Estudante

IPLeiria - Instituto Politécnico de Leiria

INPULSAR - Associação para o Desenvolvimento Comunitário

PL - Pós-laboral

RHCO - Relações Humanas e Comunicação Organizacional

RUTIS - Rede de Universidades de Terceira Idade

SAS - Serviços de Ação Social

TIC - Tecnologias de Informação e Comunicação

TIPC - Tradução e Interpretação Português/Chinês – Chinês/Português

UC - Unidade(s) Curricular(es)

UMEX - Universidad de Mayores de Extremadura

INTRODUÇÃO

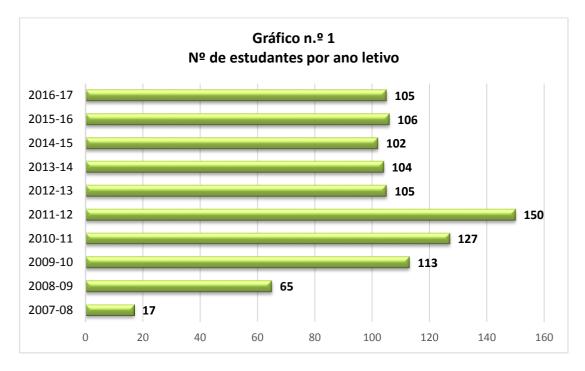
O presente documento visa apresentar dados relativos aos estudantes seniores que frequentaram o Programa IPL60+ no ano letivo de 2016/2017, bem como efetuar a descrição e a avaliação das atividades realizadas neste período.

O corpo do documento contempla um conjunto, sucinto e sistematizado, de elementos considerados essenciais para caracterizar e avaliar as atividades realizadas. Para uma informação mais completa e detalhada, apresentam-se registos complementares, em anexo, realizados pelos dinamizadores das atividades, pelos colaboradores ou pela coordenação do Programa. Em alguns casos, os registos complementares, particularmente quando são extensos, não constarão em anexo, tendo-se optado por dar uma indicação sobre os sítios *online* onde os mesmos poderão ser consultados.

As atividades regulares decorreram de acordo com o calendário letivo (anexo nº1) e com os horários específicos (anexo nº2) definidos pela coordenação, em articulação com os responsáveis pelas várias iniciativas. Houve, ainda, um vasto conjunto de atividades pontuais, que não estão contempladas nas referidas calendarizações, mas que foram divulgadas atempadamente através de plataformas digitais (site, facebook, email), de suportes gráficos ou presencialmente, no decurso de outras atividades.

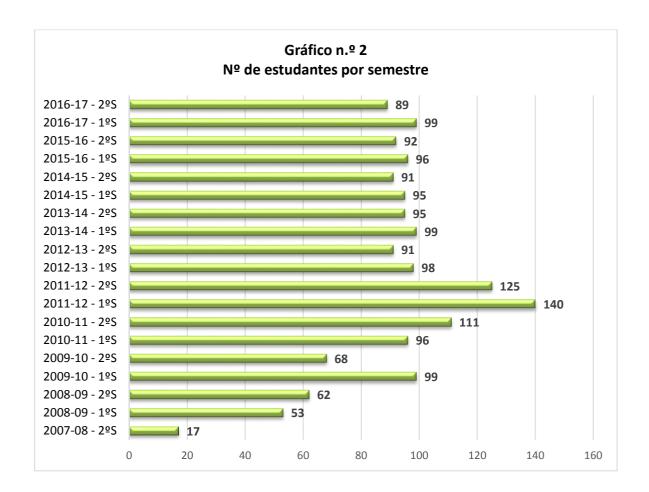
1. CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO-ALVO

1.1. Evolução do número de estudantes



No ano letivo em análise, o número total de estudantes inscritos¹ (gráfico n.º 1) manteve a tendência dos anos anteriores, situação que se verifica desde o ano letivo 2012-13 e indicada nos relatórios anteriores. Se atendermos à inscrição por semestres, o gráfico 2 mostra-nos um maior número de inscritos no 1º semestre (99), padrão que se repete desde o ano letivo 2011-12.

¹ Uma vez que as inscrições no Programa IPL60+ são semestrais, ou seja, uma pessoa que se inscreva no 1º semestre pode não se inscrever no 2º e vice-versa, do ponto de vista da análise estatística, definiu-se o *número de pessoas inscritas no ano letivo* como os inscritos em pelo menos um dos semestres desse ano. Assim, uma pessoa inscrita nos dois semestres contou como uma inscrição no ano letivo e não como duas. De realçar que o ano 2007/2008 só teve um semestre. O Programa teve início em março de 2008, logo os dados reportam-se exclusivamente ao segundo semestre.

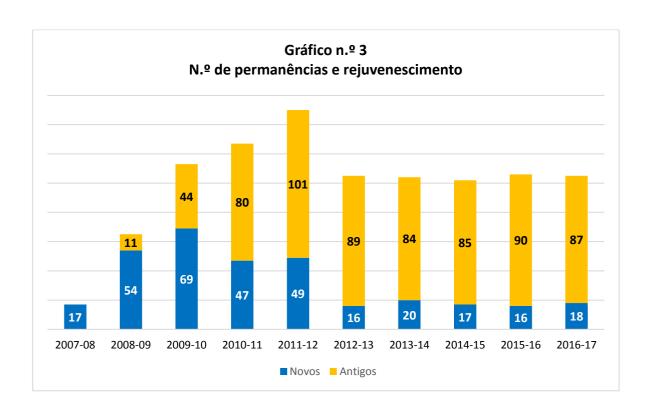


Como se pode ler no gráfico n.º 3, um número significativo dos estudantes inscritos em 2016-17 já frequentavam o Programa em anos anteriores. Assim, dos 105 inscritos, 18 são novas inscrições e 87 são renovações. Percebe-se que a taxa de permanência² é elevada, situando-se nos 83%, ao contrário da taxa de rejuvenescimento³ (17%) que se tem mantido constante, mas baixa, nos últimos anos.

Salienta-se que 60% dos estudantes inscritos no ano letivo 2016/2017 já frequentam o Programa há mais de 4 anos, sendo que 1 está inscrito desde o primeiro ano de funcionamento (há 10 anos), 10 (10%) estão inscritos há 9 anos e 19 (18%) há 8 anos.

² Definimos a taxa de permanência como o número de pessoas que já se inscreveram em anos letivos anteriores, face ao total de inscritos.

³ Definimos a taxa de rejuvenescimento como o número de pessoas que se inscreveram pela primeira vez no ano letivo em análise, face ao total de inscritos.

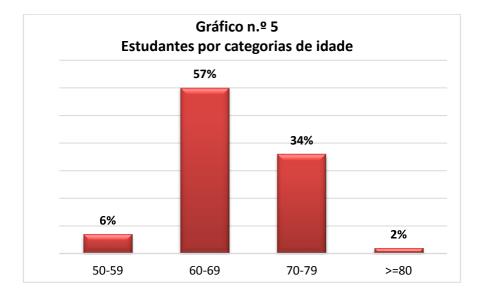


1.2. Distribuição dos estudantes por sexo



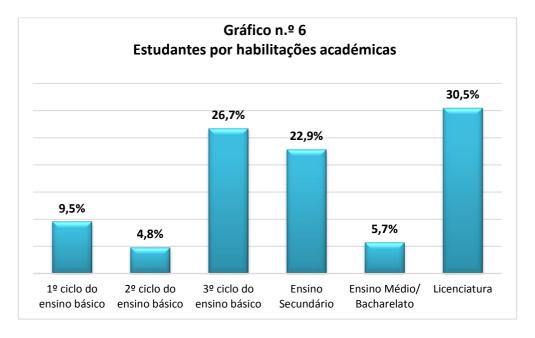
Como podemos constatar através do gráfico n.º 4, mantém-se uma feminização do público do Programa: 70 (67%) dos estudantes são do sexo feminino e 35 (33%) do sexo masculino. Esta tem sido uma regularidade desde o início do Programa, ainda que o número de homens tenha vindo a aumentar de forma muito ligeira. Se tivermos por referência os dois anos anteriores, percebemos que em 14/15 havia 28% de inscritos do sexo masculino e em 15/16 eram 32%.

1.3. Distribuição dos estudantes por idade



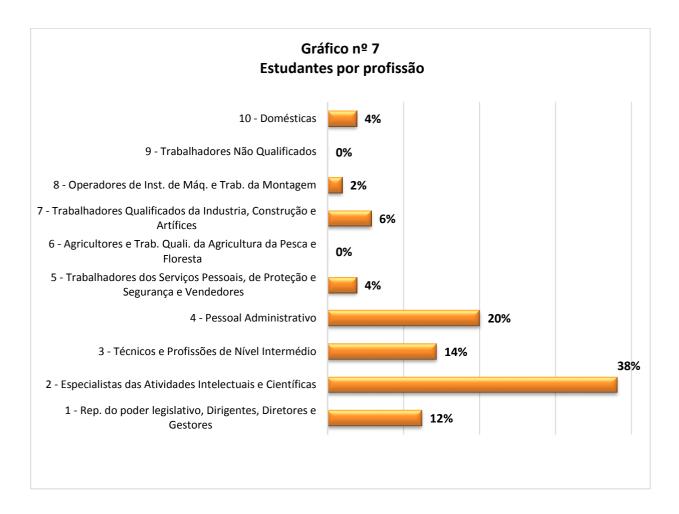
A maioria dos estudantes que frequentaram o Programa no ano letivo em análise pertencia à faixa etária dos 60-69 anos (60) e 2 estudantes tinham 80 ou mais anos. A média de idades, neste ano letivo, é de 68 anos.

1.4. Distribuição dos estudantes por habilitações académicas



Os níveis de escolaridade com maior predominância entre os estudantes inscritos em 2016/2017 são a licenciatura (30,5%), o 3º ciclo do ensino básico (26,7%) e o ensino secundário (22,9%).

1.5. Distribuição dos estudantes por profissão exercida



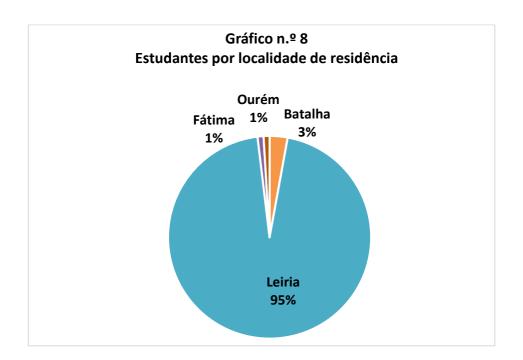
Relativamente à forma como os estudantes se distribuem pelas principais categorias profissionais (segundo a Classificação Portuguesa das Profissões, 2010) antes da passagem à reforma, destaca-se a categoria dos Especialistas das Atividades Intelectuais e Científicas (38%), segue-se o Pessoal Administrativo (20%), os Técnicos e Profissões de Nível Intermédio (14%) e as pessoas com cargos dirigentes (12%).

É de sublinhar a diversidade de profissões verificada, de tal forma que as únicas categorias que não surgem representadas no gráfico são as dos Agricultores e Trabalhadores Qualificados da Agricultura, da Pesca e Floresta, bem como dos Trabalhadores Não Qualificados.

Esta diversidade tem-se vindo a acentuar e a preponderância que os professores (incluídos na categoria dos Especialistas das Atividades Intelectuais e Científicas) tiveram nos primeiros anos de funcionamento do Programa tem-se esbatido. Em contrapartida,

a categoria 1, que engloba as pessoas com cargos dirigentes, tem vindo a crescer, ainda que de forma tímida.

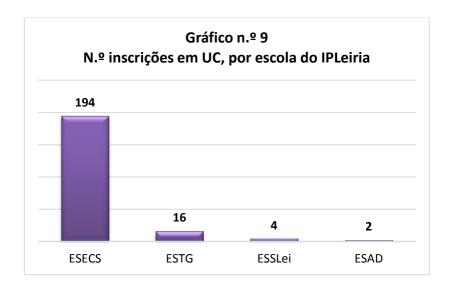
1.6. Distribuição dos estudantes por local de residência



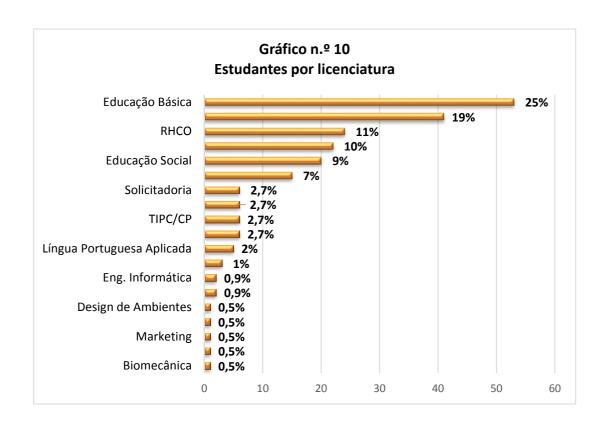
No que concerne ao local de residência, a grande maioria dos estudantes inscritos no ano em análise reside no concelho de Leiria (95%), tal como verificado nos anos anteriores. Parece existir uma relação entre o local de residência e a preferência em relação às escolas frequentadas, como se poderá verificar nos gráficos que se seguem (n.º 9 e n.º 10). Os estudantes seniores escolhem as unidades curriculares das licenciaturas ministradas nas escolas localizadas em Leiria (ESECS - Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, ESSLei - Escola Superior de Saúde e ESTG - Escola Superior de Tecnologia e Gestão) em detrimento das unidades curriculares das escolas localizados em Caldas da Rainha (ESAD.CR - Escola Superior de Artes e Design de Caldas da Rainha) e em Peniche (ESTM - Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar).

1.7. Distribuição dos estudantes por escola do IPLeiria

Tal como mencionado acima e apresentado no gráfico n.º 9, a ESECS regista o maior número de inscrições em unidades curriculares de licenciatura (194) disponíveis aos seniores, mantendo-se a tendência evidenciada desde o início do Programa.



1.8. Distribuição dos estudantes por licenciatura



O gráfico n.º 10 mostra-nos uma diversidade de escolhas ao nível das áreas científicas, com predominância pelas ciências da educação e ciências sociais. As licenciaturas que registaram mais procura foram a Educação Básica e a Comunicação e Media.

De salientar que o número de inscrições nos diversos cursos é superior ao número total de estudantes, uma vez que alguns se inscrevem a mais do que uma unidade curricular em simultâneo.

1.9. Unidades curriculares (de licenciatura) escolhidas

Tabela 1 – Inscrições por unidades curriculares no 1º Semestre 2016-2017

Unidade Curricular	Curso	Núm. Alunos
Expressão Musical	Educação Básica	11
História Portugal	Educação Básica	10
Língua Estrangeira - Espanhol	Comunicação e Media	8
História Contemporânea	Comunicação e Media	7
Psicologia do Desenvolvimento e da Aprendizagem	Educação Básica	7
Ciência Política e Relações Internacionais	RHCO	6
História Social Politica Contemporânea	RHCO	5
Literatura Inclusiva e Promoção da Leitura	Educação Social	4
Psicologia Social	RHCO	4
Sistemas de Transmissão	Eng. Automóvel	4
Lazer, Atividade Física e Saúde	Desporto e Bem-Estar	4
Sociologia da Família	Serviço Social	4
Introdução ao Serviço Social	Serviço Social	3
Conversação em Português III	Língua Portuguesa Aplicada	3
Psicologia Social e do Desenvolvimento	Desporto e Bem-Estar	3
Geografia Física	Educação Básica	3
Base de Dados	Eng. Informática	2
Intervenção Social na Infância, Adolescência e Velhice	Serviço Social	2
Língua Estrangeira - Inglês	Comunicação e Media	2
História de Portugal I	Língua e Culturas Portuguesas	2
História Local e Cidadania para o Património	Educação Básica	1
Políticas Educativas e Sociais	Educação Social	1
Psicologia do Desenvolvimento e da Aprendizagem	Educação Básica	1
Psicologia do Desenvolvimento	Educação Social	1
Princípios Gerais do Direito	RHCO	1
Educação e Intervenção para a Saúde	Educação Social	1
Literatura Infância	Educação Básica	1
Anatomofisiologia Geral	Desporto e Bem-Estar	1
Ciência dos Alimentos	Dietética	1

Modelos e Protótipos de DA	Design de Ambientes	1
Direitos Humanos e Educação	Educação Social	1
Tecnologias Multimédia	Comunicação e Media	1
Intervenção Sociopedagógica em Museus, Bibliotecas e Espaços Culturais	Educação Social	1
Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida	Ciências da Informação em Saúde	1
Anatomia e Fisiologia	Ciências da Informação em Saúde	1
Dinâmica de Grupos e Relações Interpessoais	Educação Social	1
Literatura Portuguesa I	Língua e Culturas Portuguesas	1
Didática das Expressões	Educação Básica	1
Direito Processual Civil	Solicitadoria	1
Direito da Família	Solicitadoria	1
Direito das Obrigações I	Solicitadoria	1
Bioquímica	Biomecânica	1
Plano de Comunicação Organizacional Integrada	RHCO	1
Métodos e Técnicas de Investigação Social	Educação Social	1
Artes, Criatividade e Desenvolvimento	Educação Básica	1
Introdução à Educação Social	Educação Social	1

Tabela 2 – Inscrições por unidades curriculares no 2º Semestre 2016-2017

Unidade Curricular	Curso	Núm. Alunos
Temas do Mundo Contemporâneo	Comunicação e Media	10
Língua Estrangeira II – ESPANHOL	Comunicação e Media	9
História de Portugal II - TIPC/CP (até 3 alunos)	TIPC/CP	6
História Local e Cidadania para o Património	Educação Básica	6
Técnicas e Terapias em Saúde e Bem-Estar	Desporto e Bem-Estar	6
Geografia Humana	Educação Básica	5
Língua Estrangeira (Francês)	RHCO	4
Inglês II	Comunicação e Media	4
Antropologia Social e Cultural	Serviço Social	3
Língua Estrangeira (Francês Empresarial II)	RHCO	3
Literatura Portuguesa	Língua e Culturas Portuguesas	3
Expressão Dramática	Educação Básica	3
Psicologia da Educação	Educação Social	3
Direito da família e dos menores	Serviço Social	3
Psicopatologias e Intervenção Psicológica	Serviço Social	3
Sociologia das Migrações	Educação Social	2
Literatura Portuguesa	Educação Básica	2
Problemas da Sociedade e Culturas Contemporâneas	Serviço Social	2
Diagnóstico Automóvel	Eng. Automóvel	2
História de Portugal II	Língua e Cultura Portuguesa	2
Geometria e Medida	Educação Básica	1
Diversidade Geológica	Educação Básica	1
Intervenção Social em Grupos de Risco	Serviço Social	1

Teorias e Metodologias do Serviço Social	Serviço Social	1
Psicologia do Desenvolvimento	Serviço Social	1
Comportamento do Consumidor	Marketing	1
Economia	RHCO	1
Psicologia do Desporto	Desporto e Bem-Estar	1
Gerontologia	Educação Social	1
Literatura Portuguesa II	Língua Portuguesa Aplicada	1
Direito Processual Civil II	Solicitadoria	1
Direito das Obrigações II	Solicitadoria	1
Edição e Produção Editorial (opção)	Comunicação e Media	1
Educação para a Saúde	Educação Básica	1
Direito Tributário I	Solicitadoria	1
História de Portugal II	Língua Portuguesa Aplicada	1
Inclusão Social de Pessoas com Deficiência	Educação Social	1
Caraterização de Sistemas e Serviços de Saúde	Ciências da Informação em Saúde	1
Sociologia Tempo livre e lazer	Educação Social	1
Materiais e Processo de Fabrico I	Design Industrial	1
Opção I - Psicopatologias e Investigação Psicológica	Educação Social	1

As tabelas 1 e 2 evidenciam a diversidade das escolhas das unidades curriculares feita pelos estudantes aquando da sua inscrição. As áreas mais procuradas são as das ciências sociais, com destaque para a história, seguidas das línguas estrangeiras, das linguagens artísticas e da multimédia.

1.10. Estudantes que se submeteram a avaliação e respetivas classificações

Dando continuidade ao padrão dominante nos anos anteriores, os seniores revelam pouco interesse em realizar avaliação no âmbito das unidades curriculares de licenciatura. Apenas cerca de 6% o fizeram, como consta nas tabelas 3 e 4, revelando um decréscimo em relação a anos anteriores. De salientar que as atividades específicas do Programa não contemplam formas de avaliação.

Temos encontrado uma regularidade na análise deste indicador: as pessoas que se submetem a avaliação tendem a ser as mesmas ao longo dos anos. Ou seja, são, preferencialmente, pessoas que escolhem somente unidades curriculares de licenciatura e que já realizam avaliação há vários anos.

Tabela 3 – Estudantes que se submeteram a avaliação no 1º Semestre - 2016-17

Identificação do estudante	Unidade Curricular	Classificação obtida			
А	Primeiros Socorros e Suporte Básico de Vida	18			
В	Introdução à Educação social	14			
С	Políticas Educativas e Sociais – ES	12			
D	Geografia Física	14			
E	Geografia Física	14			
F	Geografia Física	14			

Tabela 4 – Estudantes que se submeteram a avaliação no 2º Semestre - 2016-17

Identificação do estudante	Unidades Curriculares	Classificação obtida				
В	Sociologia das Migrações	11				
D	Geografia Humana	14				
	,					
E	Geografia Humana	14				
E	Língua Estrangeira - Francês	10				
F	Geografia Humana	14				
·						
G	Educação Social e Gerontologia	14				

1.11. Número de UC de licenciatura e Projetos específicos frequentados

As tabelas que se seguem (5 e 6) permitem-nos identificar o número total de unidades curriculares e projetos que implicam o pagamento de taxas, frequentados pelos estudantes seniores. Estes podem inscrever-se até 5 unidades curriculares, de

licenciatura, e em qualquer projeto específico do Programa, por semestre, sendo que têm de se inscrever, obrigatoriamente, em uma UC de licenciatura. No ano letivo em análise a grande maioria (61,6% no 1º semestre e 52,2% no segundo semestre) frequentou duas atividades sujeitas a pagamento, tendencialmente uma UC de licenciatura e um projeto específico do IPL60+.

Tabela 5 – Total de UC e Projetos frequentados - 1º Semestre

Nº de Unidades Curriculares (de licenciatura) e Projetos específicos do IPL60+	Nº de inscritos	Percentagem
1 Unidade Curricular/Projeto	20	20,2%
2 Unidades Curriculares/Projeto	61	61,6%
3 Unidades Curriculares/Projeto	16	16,2%
4 Unidades Curriculares/Projeto	2	2%
Total	99	100%

Tabela 6 – Total de UC e Projetos frequentados - 2º Semestre

Nº de Unidades Curriculares (de licenciatura e específicos do IPL60+)	Nº de inscritos	Percentagem
1 Unidade Curricular/Projeto	18	20,2%
2 Unidades Curriculares/Projeto	47	52,8%
3 Unidades Curriculares/Projeto	20	22,5%
4 Unidades Curriculares/Projeto	4	4,5%
Total	89	100%

Outro indicador relevante é o número de pessoas que escolhe frequentar somente unidades curriculares de licenciatura, em detrimento de projetos exclusivos do IPL60+ sujeitos a pagamento. Foram 30 as pessoas que fizeram essa opção no primeiro semestre (30,3% do total de 99 inscritos) e 22 no segundo (24,7% do total de 89 inscritos). Confirma-se a tendência de crescimento que se tinha iniciado no segundo semestre do ano letivo anterior.

Contudo, apesar de haver um número significativo de estudantes que não se inscrevem nos projetos que o IPL60+ oferece mediante o pagamento de uma taxa, frequentam as

atividades que não estão sujeitas a pagamento: SessenTuna, Grupo de Jograis, Oficina de Artes Plásticas, Clube de Leitura e de Escrita, Inglês do Dia-a-Dia, Iniciação à Língua e Cultura Chinesas, Dança, Gerontomotricidade, Cultivo Divertido, entre outras, como se poderá verificar pelos dados da tabela 9.

Ainda no que concerne às UC de licenciatura, é possível perceber que a grande maioria das pessoas só se inscreve em uma unidade curricular (tabela 7). Ainda assim, no 1º semestre, houve 17 pessoas inscritas em mais de uma UC e no segundo semestre 9 pessoas.

Tabela 7 – Número de UC de licenciatura frequentadas

1º SEMESTRE			2º SEMESTRE		
Nº UC	Nº Alunos	%	Nº UC	Nº Alunos	%
1	82	82,8%	1	80	89,9%
2	16	16,2%	2	6	6,7%
3	1	1%	3	3	3,4%
Total alunos:	99	100%	Total alunos:	89	100%

2. ATIVIDADES FORMATIVAS E SOCIOCULTURAIS

Como já foi referido acima, para além da frequência de unidades curriculares das licenciaturas do IPLeiria, os estudantes do Programa têm a possibilidade de frequentar Projetos especificamente criados para si (pagos ou gratuitos) e de participar em diversas atividades socioeducativas e culturais. Nas tabelas seguintes, apresentar-se-ão as atividades regulares desenvolvidas (pagas e gratuitas), os dinamizadores e os inscritos nas mesmas.

2.1. Atividades regulares

Tabela 8 – Projetos específicos do Programa, sujeitos a pagamento

		N.º de i	nscritos
DESIGNAÇÃO	RESPONSÁVEIS	1.º	2.º
		semestre	semestre
INTRODUÇÃO À INFORMÁTICA (1º semestre) (2 sessões semanais de 1h30) (programa no anexo n.º 3)	Leandro Vieira (estudante ao abrigo do Programa FASE – SAS)	10	-
INTRODUÇÃO À INTERNET (2º semestre) (2 sessões semanais de 1h30) (programa no anexo n.º 4)	Leandro Vieira (estudante ao abrigo do Programa FASE	ı	11
SOFTWARE DE PRODUTIVIDADE (1 sessão semanal de 3 horas) (programa no anexo n.º 5)	Filipe Santos (docente ESECS)	19	-
INTERNET E SERVIÇOS ONLINE (1 sessão semanal de 3 horas) (programa no anexo n.º 6)	Filipe Santos (docente ESECS)	10	-
INTERNET E MULTIMÉDIA (1 sessão semanal de 3 horas) (programa no anexo n.º 7)	Filipe Santos (docente ESECS)	-	17
REDES SOCIAIS PARA COMUNICAÇÃO E LAZER (programa no anexo n.º 8)	Filipe Santos (docente ESECS)	-	11
INGLÊS INTERMÉDIO (2 sessões semanais de 1H30) (programa no anexo n.º 9)	Jean Mercereau (docente ESTG)	24	24
ATIVIDADE FÍSICA (3 sessões semanais de 1h) (programa em anexo n.º 10)	Joaquim Esperança (docente ESECS)	18	24

Tal como nos anos anteriores, as unidades curriculares específicas do Programa mais procuradas continuam a ser as da área das TIC. No ano letivo em análise constituíramse 6 turmas - uma de iniciação e duas de nível intermédio, em cada semestre.

Em simultâneo, mantem-se o elevado interesse pela aprendizagem da língua inglesa. Para além das turmas de inglês intermédio (1 em cada semestre), foi constituída uma turma de Inglês Iniciação (Inglês do dia-a-dia, como se verá na tabela 9), que funcionou nos dois semestres.

As unidades curriculares de nível intermédio, bem como as aulas de Atividade Física, foram lecionadas por docentes do IPLeiria, com competências na área. A lecionação das UC de TIC iniciação (Iniciação à Informática e Iniciação à Internet) foram asseguradas por um estudante de engenharia informática colocado através do Programa FASE.

Tabela 9 – Atividades e projetos gratuitos

			inscritos
DESIGNAÇÃO DAS ATIVIDADES	RESPONSÁVEIS/COLABORADORES	1.9	2.⁰
DANÇA (1 sessão semanal)	Isabel Varregoso (docente da ESECS – colaboração voluntária)	semestre 30	semestre 28
INGLÊS DO DIA-A-DIA (Iniciação) (programa no anexo n.º 11)	Fátima Barbeiro (colaboração voluntária)	36	30
Espanhol com Duolingo (ver anexo n.º 12)	Ana Maria Salvador (colaboração voluntária no âmbito do mestrado)	20	-
Projeto Eu e os meus dispositivos móveis (ver anexo n.º 13)	Carina Rodrigues (colaboração voluntária no âmbito do doutoramento).	22	12
INICIAÇÃO À LÍNGUA E CULTURA CHINESAS (1 sessão semanal) (ver anexo n.º 14)	Estudantes do curso de TIPC da ESECS	10	8
GERONTOMOTRICIDADE (1 sessão semanal)	Isabel Varregoso (docente da ESECS – colaboração voluntária, 1º semestre) e Sara Batista (estudante da ESECS – colaboração voluntária no 2º semestre)	25	15
SESSENTUNA (2 ensaios semanais)	Manuel Filipe Rocha (colaborador voluntário)	17	21
Grupo de Jograis (2 ensaios semanais)	Grupo de estudantes do IPL60+	10	5
CLUBE DE LEITURA E DE ESCRITA (sessões quinzenais) (ver relatório no anexo n.º 15)	Cristina Nobre (docente da ESECS, colaboração voluntária)	16	13
CHÁ DAS QUINTAS – espaço de convívio pontual (ver anexo n.º 16)	Grupo de estudantes do IPL	60+	
PROJETO CULTIVO DIVERTIDO (ver anexo n.º 17)	Joaquim Esperança (docente ESECS) e grupo de estudantes do IPL60+	9	4
OFICINA DE ARTES PLÁSTICAS (1 sessão semanal)	Maria João Gaspar (estudante IPL60+) Joaquim José Gaspar (estudante IPL60+)	9	11

Grande parte das atividades identificadas na tabela n.º9 é da iniciativa de docentes e colaboradores do IPLeiria (ESECS e UED); dos estudantes seniores; de estudantes que realizam estágios de licenciatura ou de mestrado no âmbito do Programa ou, ainda, de voluntários (exemplo do Inglês do Dia a Dia e da SessenTuna) que pretendem dar um contributo para aumentar a nossa oferta cultural e recreativa. O Inglês Iniciação foi ministrado por uma voluntária, externa ao IPLeiria, que se disponibilizou para dinamizar a atividade durante os dois semestres. Foi ainda possível contar com a colaboração, no 2º semestre, de uma estudante da licenciatura de Desporto e Bem-Estar que, a título voluntário, apoiou os seniores no seu processo de aprendizagem.

O 2º semestre contou com 2 projetos novos - Trocar Saberes na Horta e Trocar Saberes para Capacitar, em colaboração com uma turma do 1º ciclo da Escola n.º 1 do Agrupamento de Escolas D. Dinis e com a InPulsar, Associação para o Desenvolvimento Comunitário, respetivamente.

2.2. Atividades pontuais

As atividades pontuais, todas de caráter gratuito, são desenvolvidas na sequência de uma das seguintes situações:

- propostas dos estudantes do Programa, que se organizaram com o objetivo de usufruir de momentos de convívio e de enriquecimento cultural;
- propostas de estagiários de licenciatura ou de mestrado;
- propostas de docentes das UC, que incluíram iniciativas socioculturais nos seus programas;
- propostas da Coordenação do Programa;
- convites para participar em iniciativas dinamizadas pelas unidades orgânicas do IPLeiria;
- convites de instituições externas.

Tabela 10 – Atividades pontuais – 1.º semestre 2016-2017

ATIVIDADES	RESPONSÁVEIS/ COLABORADORES
14 novembro 2016 - Lançamento do livro "Envelhecendo e Aprendendo", coordenado por Luísa Pimentel, Sara Mónico e Susana Faria, que reúne um conjunto de contributos, de autores diversos, que aceitaram refletir sobre o tema do envelhecimento ativo e da aprendizagem ao longo da vida com base em experiências de intervenção, em particular as desenvolvidas no âmbito do Programa IPL60+. A apresentação do livro esteve a cargo do Prof. António Fonseca. O momento de lançamento contou ainda com a presença do diretor da ESECS, Prof. Rui Matos, com a representante da Editora Coisas de Ler, Dra. Natacha Serrão, e com uma das coordenadoras da obra, Prof. Luísa Pimentel. http://60mais.ipleiria.pt/2016/11/18/lancamento-do-livro-envelhecendo-e-aprendendo	Coordenação
14 novembro 2016 - Festa de Abertura do Ano Letivo 2016/2017. Contou com alguns momentos musicais e culturais, protagonizados pelos estudantes seniores do IPL60+ e pelos estudantes chineses do curso de Cultura e Língua Portuguesa. Houve, ainda, oportunidade de partilhar cinco histórias construídas no âmbito do workshop de Histórias Digitais, dinamizado pela Prof. Maria dos Anjos Dixe. O evento terminou com uma castanhada e um lanche partilhado, no refeitório da ESECS, que contou com o apoio dos Serviços A. Social do IPLeiria. http://60mais.ipleiria.pt/2016/11/19/a-festa-de-abertura-do-ano-letivo-20162017-do-programa-ipl-60/	Coordenação e colaboradores do Programa
6 janeiro 2017 - Jantar de Natal/ Reis dinamizado pelos estudantes do Programa IPL60+. Teve lugar na Churrasqueira D. Duarte, onde estiveram presentes 44 alunos, alguns familiares dos mesmos, tendo contado com a já tradicional troca de prendas. http://60mais.ipleiria.pt/2017/01/09/jantar-de-reis-2017/	Estudantes do Programa
18 de janeiro 2017 - Atividade Física não tem idade, nem hora! Aula intergeracional, dinamizada pelo Prof. Joaquim Esperança, com a participação dos estudantes seniores do Programa e dos formandos do módulo de Metodologia das Populações Especiais, do Centro de Estudos e Formação de Atividades Desportivas — Leiria, num total de 40 estudantes, jovens e seniores. Tratou-se de uma oportunidade para promover as relações entre gerações, aumentando as interações sociais, o convívio e, como sempre acontece, para vivenciar práticas físicas promotoras de bem-estar e de desenvolvimento cognitivo e psicossocial, sendo que permitiu aos jovens envolvidos conhecer o Projeto de Dança e Atividade Física do Programa IPL60+. http://60mais.ipleiria.pt/2017/01/26/ipl60-20162017-atividade-fisica-naotem-idade-nem-hora/	Coordenação e docente

Tabela 11 – Atividades pontuais – 2.º semestre 2016-2017

ATIVIDADES	RESPONSÁVEIS/	
	COLABORADORES	
6 de março 2017 - SessenTuna participou no 1º aniversário da Residência Sénior –	Coordenação,	
PRIMAVIDA - na Freguesia de Amor.	estudantes IPL60+	
	e Direção da	
http://60mais.ipleiria.pt/2017/03/06/sessentuna-ipl60-participa-no-1o-	Primavida	
aniversario-da-residencia-senior-primavida-na-freguesia-de-amor/		
7 março 2017 - Participação da SessenTuna e do Grupo de Jograis no IV Congresso	Coordenação e	
Nacional das Universidades e Academias Seniores que se realizou na ESECS-IPLeiria.	RUTIS	
http://60mais.ipleiria.pt/2017/03/23/iv-congresso-nacional-das-universidades-e-academias-seniores/		
20 março 2017 – Atuação da SessenTuna na ADESBA - Associação de	Coordenação e	
Desenvolvimento e Bem Estar Social da Freguesia da Barreira.	ADESBA	
http://60mais.ipleiria.pt/2017/03/27/a-sessentuna-na-adesba/		
30 março 2017 - Participação de alguns utentes do Lar Emanuel e de estudantes	Coordenação e	
chineses da ESECS no Chá das Quintas .	estagiária de	
	Educação Social da	
http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/07/cha-das-quintas-2/	ESECS	
4 de abril 2017 - 1ª sessão do Projeto Trocar Saberes na Horta, no espaço do Cultivo	Coordenação e	
Divertido da ESECS. Estiveram presentes estudantes do curso de Educação Social,	estagiária de	
estudantes chinesas, estudantes do Programa IPL60+ e ainda uma turma de 2º ano	Educação Social da	
da Escola Amarela do Agrupamento D. Dinis.	ESECS – Helena	
	Malveira	
http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/07/1a-sessao-do-projeto-trocar-saberes-na-horta/		
18 a 23 de abril 2017 – Intercâmbio com estudantes da Universidad Mayores de	Coordenação e	
Extremadura (UMEX), em Leiria. Esta visita de intercâmbio proporcionou	estudantes do	
momentos de aprendizagem conjunta, de convívio, de descoberta e de partilha. Os	IPL60+	
	IPLOUT	
estudantes seniores espanhóis tiveram a oportunidade de conhecer algumas		
escolas (ESECS e ESTM) e centros de investigação do IPLeiria (CDRSP e CETEMARES),		
participaram numa aula de dança, numa aula de chinês e num seminário de		
gastronomia. Foi-lhes proporcionada, também, uma visita cultural pela região		
(Alcobaça, Batalha, Peniche, Óbidos e Nazaré).		
http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/20/intercambio-dos-mayores-da-universidade-		
da-extremadura-e-o-ipl-60/		

4 maio 2017 - Ciclo de workshops - Informática e Internet: o Excel, dinamizado, a	Coordenação e
título voluntário, pelo docente da ESECS-IPLeiria, Prof. Filipe Santos.	docente Filipe Santos (ESECS)
http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/24/ipl60-vai-colocar-a-decorrer-3-workshops-no-mes-de-maio-e-junho/	
<u>no-mes-de-maio-e-jumio/</u>	
15 a 19 maio 2017 - Intercâmbio iberoamericano em Badajoz, organizado pela	Coordenação e
Universidad Mayores de Extremadura (UMEX). 21 estudantes do Programa IPL60+, acompanhados de uma estagiária de Educação Social da ESECS, participaram no intercâmbio com a UMEX, que já se realiza há alguns anos. Este teve a particularidade de permitir, pela primeira vez, conhecer, conviver e apreender com alguns estudantes seniores da Universidade da Costa Rica, o que tornou esta semana ainda mais enriquecedora e intercultural. Os estudantes do Programa IPL60+ tiveram a oportunidade de conhecer todo o campus universitário, de participar em algumas aulas da UMEX, de visitar Almendralejo e Sevilha, aprofundando os seus conhecimentos sobre o património cultural e gastronómico da região estremenha. http://60mais.ipleiria.pt/2017/05/25/ipl-60-participa-em-intercambio-iberoamericano-em-badajoz-organizado-pela-universidad-mayores-de-extremadura-umex/ 25 maio 2017 - Ciclo de workshops - Informática e Internet: a (In)segurança na	estudantes do IPL60+ Coordenação e
Internet dinamizado, a título voluntário, pela docente da ESECS-IPLeiria, Prof.ª Carla	docente Carla
Freire.	Freire (ESECS)
http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/24/ipl60-vai-colocar-a-decorrer-3-workshops-no-mes-de-maio-e-junho/	
27 de maio e 2 de junho 2017 - A Calculadora - workshop de Programação,	Coordenação e
dinamizado, na ESECS, por dois estudantes do 3º ano da licenciatura de engenharia informática do IPLeiria. (ver relatório no anexo n.º 18)	estudantes da ESTG
http://60mais.ipleiria.pt/2017/06/01/workshop-de-programacao-dia-27-de-maio-na-esecs	
31 maio e 7 junho 2017 - Ciclo de workshops - Informática e Internet - Serviços	Coordenação e
públicos online, dinamizado, a título voluntário, pelo colaborador da UED, Dr. Sandro Costa.	docente Sandro Costa (UED)
http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/24/ipl60-vai-colocar-a-decorrer-3-workshops-no-mes-de-maio-e-junho/	
25 maio 2017 - Estudantes timorenses participaram no "Chá das Quintas". No	Coordenação e
último "Chá das Quintas", deste ano letivo, os estudantes seniores acolheram um grupo de estudantes timorenses.	estudantes do IPL60+
grupo de estudantes timorenses.	IFLUU†

http://60mais.ipleiria.pt/2017/05/26/estudantes-timorenses-no-cha-das-quintas-	
do-programa-ipl60/	
1 de junho 2017 — participação na Festa do Dia da Criança. Alguns estudantes do	Coordenação e
IPL60+ dinamizaram 2 ateliers lúdico-pedagógicos: a "Dança com os avós" e	estudantes do
"Experienciar as cores", este último em colaboração com estudantes do 1º ano do	IPL60+
curso de Educação Básica. Esta participação aconteceu, mais uma vez, no Estádio de	
Leiria, uma organização conjunta entre a ESECS e a Câmara Municipal de Leiria.	
http://60mais.ipleiria.pt/2017/06/01/programa-ipl60-na-festa-do-dia-da-crianca-	
1-de-junho/	
08 junho 2017 - Festa de Encerramento do IPL60+, com a presença da nova Diretora	Coordenação,
da ESECS, Doutora Sandrina Milhano. A dinamização do evento foi assegurada pelos	estudantes e
estudantes seniores através de momentos culturais, artísticos e um arraial a	colaboradores do
estudantes seniores através de momentos culturais, artísticos e um arraial a encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O	colaboradores do IPL60+
·	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O envolvimento destes e a sua relação com os estudantes do 60+ evidenciaram a	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O envolvimento destes e a sua relação com os estudantes do 60+ evidenciaram a importância do relacionamento intergeracional no desenvolvimento pessoal e	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O envolvimento destes e a sua relação com os estudantes do 60+ evidenciaram a importância do relacionamento intergeracional no desenvolvimento pessoal e académico de todos. O arraial contou com o apoio dos Serviços de Ação Social do	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O envolvimento destes e a sua relação com os estudantes do 60+ evidenciaram a importância do relacionamento intergeracional no desenvolvimento pessoal e académico de todos. O arraial contou com o apoio dos Serviços de Ação Social do	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O envolvimento destes e a sua relação com os estudantes do 60+ evidenciaram a importância do relacionamento intergeracional no desenvolvimento pessoal e académico de todos. O arraial contou com o apoio dos Serviços de Ação Social do IPLeiria e o contributo dos estudantes do Programa.	
encerrar os festejos. Nesta Festa participaram estudantes timorenses e chineses. O envolvimento destes e a sua relação com os estudantes do 60+ evidenciaram a importância do relacionamento intergeracional no desenvolvimento pessoal e académico de todos. O arraial contou com o apoio dos Serviços de Ação Social do IPLeiria e o contributo dos estudantes do Programa. http://60mais.ipleiria.pt/2017/06/09/festa-de-encerramento-do-programa-ipl60-	

3- O IPL60+ COMO CAMPO DE TRABALHOS ACADÉMICOS

O Programa continua a suscitar o interesse de estudantes de licenciatura e de mestrado, do IPLeiria ou de outras instituições de ensino, para a realização de trabalhos no âmbito de unidades curriculares ou para o desenvolvimento de estágios e de pesquisas de mestrado.

Tabela 12 – Estágios curriculares realizados no âmbito do Programa

ALUNO	ENQUADRAMENTO	ORIENTADOR
2.º SEMESTRE		
Helena Malveira	Licenciatura em Educação Social	Sara Mónico Lopes

Tabela 13 – Pedidos de colaboração Interna e externa

TIPO DE PEDIDO	ÂMBITO DO PEDIDO
Realização de estudo sobre envelhecimento ativo, com o título ATREVE-TE & ATIVA-TE!, através da aplicação de inquéritos por questionários online aos estudantes do IPL60+. Realização de um questionário aos estudantes do Programa IPL60+ com o objetivo de perceber o contributo da frequência do Programa para a vida social e educativa dos seniores.	Estudantes da Unidade Curricular de Métodos e Técnicas de Investigação Social, do 2º ano do curso de Serviço Social, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do IPLeiria Estudantes da Unidade Curricular de Métodos e Técnicas de Investigação Social, do 1º ano do curso de Relações Humanas e Comunicação Organizacional, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do IPLeiria
Realização de entrevista à coordenadora do Programa (Luísa Pimentel) com o objetivo de conhecer a origem, objetivos e dinâmica do mesmo, com vista à realização de um trabalho sobre Envelhecimento Ativo.	Estudantes do Curso Científico e Tecnológico de Educação Social, da Escola de Formação Social e Rural de Leiria, no âmbito da UC Práticas de Apoio Social
Realização de entrevista à coordenadora do Programa (Sara Mónico Lopes) sobre a origem, objetivos e dinâmica do mesmo.	Estudantes do 2º ano de Educação Social, da unidade curricular de Gerontologia, da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do IPLeiria.

Para além dos trabalhos mencionados na tabela anterior, realçamos a disponibilização na plataforma digital YouTube de duas curtas-metragens realizadas por estudantes do 2º ano do Curso de Comunicação e Media (Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do IPLeiria), no âmbito da UC Escrita e Meios Audiovisuais, sob a orientação do Prof. Andrzej Kowalski, nos anos letivos 2014/2015 e 2015/2016.

Estas curtas, sobre a doença de alzheimer e a solidão na velhice, tiveram a participação de Maria Luísa Fiúza e José Júlio, estudantes do IPL60+, e são um extraordinário exemplo da sua disponibilidade para ajudarem os mais jovens no seu processo formativo. Disponíveis em: https://youtu.be/A9ZzCyEK17s e em: https://youtu.be/NaA_s2_wXcc

Ainda neste âmbito, destacamos as investigações de mestrado e de doutoramento que deram origem aos projetos já referidos na tabela 9: "Espanhol com Duolingo" e "Eu e os meus dispositivos móveis", o primeiro desenvolvido no âmbito do mestrado em

Utilização Pedagógica das TIC, pela ESECS, e o segundo no âmbito do doutoramento, em curso, em Educação a Distância eLearning, pela Universidade Aberta.

4 PARTICIPAÇÃO EM PROJETOS E REDES INTERINSTITUCIONAIS

Tabela 14 - Participação em Projetos

Designação	Descrição
Projeto Ler Faz Bem – Revista Visão	A revista Visão lançou um novo projeto "Ler Faz Bem" com o propósito de "despertar a paixão pela leitura e devolver a alegria de ler livros." Entendem os dinamizadores do projeto que será um movimento participativo que pretende recuperar o entusiasmo e a imaginação pela leitura. "Queremos colocar Portugal a ler. Porque ler faz bem!" Todos os meses foi oferecida, juntamente com a revista, uma obra que marcou uma época ou uma geração. O Clube de Leitura e de Escrita, dinamizado pela Profª Doutora Cristina Nobre, associou-se ao Projeto. (Ver relatório no anexo n.º 19)
Projeto Proalfa – Com AMITEI	O projeto Proalfa surge da vontade dos utentes da AMITEI – Associação de Solidariedade de Marrazes de aprender a escrever o nome e de manter a leitura e a escrita. Aliando o facto dos alunos do Programa IPL60+, após reforma, quererem aprender e partilhar conhecimentos, criou-se uma parceria entre as duas instituições. O Projeto Proalfa encontra-se dividido em três grupos, tendo em conta as capacidades e conhecimentos dos idosos. Um grupo dedicado à aprendizagem da escrita e da leitura e dois grupos dedicados à manutenção da leitura e da escrita. Cada grupo teve, todas as semanas, uma sessão de 90 minutos. http://60mais.ipleiria.pt/2017/03/28/%ef%bb%bfprojeto-proalfa/
Projeto Trocar Saberes na Horta – Com Escola Amarela do Agrupamento de Escolas D. Dinis.	Este projeto, alicerçado no já existente Cultivo Divertido, tem como objetivo geral a criação de uma horta intergeracional e intercultural. Surge no âmbito de um estágio curricular de Educação Social. Pretendeu-se, a partir do projeto já existente, alargar o mesmo a outras faixas etárias e dinamizá-lo juntamente com quatro públicos-alvo: estudantes seniores do Programa IPL60+, estudante do curso de Educação Social, estudantes chineses da ESECS e alunos do 2º ano, do 1ºCEB, da Escola Amarela do Agrupamento de Escolas D. Dinis. http://60mais.ipleiria.pt/2017/04/07/1a-sessao-do-projeto-trocar-saberes-na-horta/
Projeto Trocar Saberes para Capacitar - com InPulsar	Reconhecendo as potencialidades da aprendizagem para a participação social e cívica, para a promoção de um envelhecimento mais ativo e saudável, e tendo em conta duas das problemáticas que afetam a nossa sociedade e em particular o Concelho de Leiria, a exclusão social e o desemprego, o Programa IPL60+ desenvolveu o Projeto Trocar saberes para capacitar, com o apoio da InPulsar – Associação para o Desenvolvimento Comunitário. Promoveram-se encontros

regulares entre alguns seniores do IPL60+ e indivíduos em idade ativa, desempregados, em situação de exclusão social, com baixas qualificações e residentes no concelho de Leiria. O projeto foi desenvolvido em sessões de 1h30, 1 vez por semana, na ESECS, com 3 a 6 participantes por sessão. Teve início em março e términus no final de junho. As sessões incidiram em 3 temáticas:

- Quem somos e como somos;
- O que gostaríamos de ser ou de fazer;
- + Literacia

http://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/

4.1 - Colaboração com a RUTIS

O IPL60+ é membro observador da RUTIS, sendo apresentado pelos seus responsáveis, em diversas iniciativas, como um exemplo de boas práticas no domínio da formação sénior, da aprendizagem intergeracional e da inclusão social dos seniores.

5. - DIVULGAÇÃO E DISSEMINAÇÃO DE RESULTADOS

5.1- Disseminação em eventos científicos

- Apresentação da comunicação "Para além da Idade: a aprendizagem intergeracional no Politécnico de Leiria", no âmbito do **Seminário "Longevidade, Oportunidade e Desafio"**, que decorreu no dia 14 de outubro de 2016, na Universidade de Évora, organizado pela ASTE, Aliança Solidária e Terapêutica, e pelo Centro de Estudos Sociais da Universidade de Évora.
- Apresentação da comunicação **Programa IPL60+:** a educação ao longo da vida no **Politécnico de Leiria,** no âmbito do *II Fórum de Educação Não Formal-Desafios de Educar*, organizado pela Junta Regional de Leiria do Corpo Nacional de Escutas (CNE), no dia 28 de janeiro, na ESECS- IPLeiria. http://60mais.ipleiria.pt/2017/01/30/ipl60-no-ii-forum-de-educacao-nao-formal/
- Apresentação da comunicação **The IPL60+: an educational project for seniors of the Polytechnic of Leiria,** no âmbito do *International Scientific Conference of educational projects for seniors*, organizada pela RUTIS, nos dias 16 e 17 fevereiro, no Porto, espaço Atmosfera M.

- Apresentação da comunicação **O IPL60+: um projeto intergeracional do Politécnico de Leiria,** no âmbito do *IV Congresso Nacional de Universidades e Academias Seniores,*organizado pela RUTIS em parceria com o Programa IPL60+, no dia 7 março na ESECSIPLeiria. http://60mais.ipleiria.pt/2017/03/23/iv-congresso-nacional-das-universidades-e-academias-seniores/
- Apresentação da comunicação **Envelhecimento e aprendizagem ao longo da vida,** no âmbito *I Encontro sobre Envelhecimento: do desafio ao compromisso,* organizado pela C.A.S.A., no dia 16 junho de 2017 em Aljubarrota.

5.2- Divulgação nos meios de comunicação

- Artigo na versão digital do Jornal Público, a 03 de Fevereiro 2017 "As universidades chamaram os seniores e eles estão a entrar nas salas de aula". Apresenta o IPL60+ como um dos programas universitários para seniores em Portugal. Disponível em: https://www.publico.pt/2017/02/03/sociedade/noticia/as-universidades-chamaram-os-seniores-e-eles-estao-a-entrar-nas-salas-de-aula-1760660
- Artigo de opinião de Luísa Pimentel (coordenadora do IPL60+) na Revista Desafios, nº 62, de julho de 2016 (pag. 32-33), intitulado "Mestre e aprendizes". Revista de Desenvolvimento Regional, da responsabilidade da NERLEI. Disponível em: http://60mais.ipleiria.pt/nos-nos-media/media-2/

5.3- Publicações⁴

- Pimentel, L. & Faria, S. (2016). O Programa IPL60+: um contexto privilegiado de intervenção social na promoção do envelhecimento ativo e das relações intergeracionais. In L. Pimentel, S. M. Lopes e S. Faria (coord.). Envelhecendo e Aprendendo. A Aprendizagem ao Longo da Vida no Processo de Envelhecimento Ativo (pp. 101-128). Lisboa: Coisas de Ler.

⁴ Disponíveis em http://60mais.ipleiria.pt/nos-nos-media/media-2/o-que-aconselhamos/publicacoes/

- Paulos, R. & Pimentel, L. (2016). Ser ativo no IPL60+: um olhar sobre os motivos e os contributos na vida quotidiana dos estudantes seniores. In L. Pimentel, S. M. Lopes e S. Faria (coord.). Envelhecendo e Aprendendo. A Aprendizagem ao Longo da Vida no Processo de Envelhecimento Ativo (pp.129 164). Lisboa: Coisas de Ler.
- Vieira, M. & Pimentel, L. (2016). Relações Intergeracionais: a arte de envelhecer aprendendo com os jovens. In L. Pimentel, S. M. Lopes e S. Faria (coord.). Envelhecendo e Aprendendo. A Aprendizagem ao Longo da Vida no Processo de Envelhecimento Ativo (pp. 165-194). Lisboa: Coisas de Ler.
- Comprido, A. & Varregoso, I. (2016). Contributo da atividade física para o envelhecimento ativo. O Caso do Programa IPL60+. In L. Pimentel, S. M. Lopes e S. Faria (coord.). Envelhecendo e Aprendendo. A Aprendizagem ao Longo da Vida no Processo de Envelhecimento Ativo (pp.195 208). Lisboa: Coisas de Ler.
- Pimentel, L & Lopes, S. M. (2016). Programas de Aprendizaje a lo largo de la vida en formación superior, el caso del Instituto Politécnico de Leiria. In XIV Jornadas Internacionales sobre asociacionismo en los Programas Universitários de Mayores. Aprender sempre: Nuevos desafíos en el siglo XXI. Universidade do Porto, 30 de setembro a 3 de outubro de 2015 (pp.106-118). Vigo: CAUMAS.
- Lopes, S. M. & Pimentel, L (2017). The IPL60+: an educational project for seniors of the Polytechnic of Leiria. In Minute book of International scientific conference of educational projects for seniors. Porto, 16th and 17th february 2017 (pp.27-30). Porto: Euedito

6 – AVALIAÇÃO PELOS SENIORES

No final do ano letivo foi solicitado aos estudantes que respondessem a um questionário de avaliação sobre o Programa, referente ao ano letivo 2016-17. Este foi disponibilizado em formato digital e enviado por *email* a todos os estudantes inscritos (105) no referido ano letivo. Apenas 38 (36%) responderam, representando uma baixa participação o que preocupa a Coordenação que no próximo ano terá de encontrar novas estratégias para aumentar a taxa de participação neste instrumento de avaliação do Programa.

O instrumento de recolha de dados era constituído por questões fechadas e por questões abertas, organizadas através dos seguintes grupos:

- 1 Dados Gerais (dados sociodemográficos de caracterização da amostra)
- 2 Motivações e Impactos
- 3 Organização e funcionamento
- 4 Participação em aulas de licenciatura

6.1 – Dados gerais e frequência do Programa

Dos 38 respondentes, 68% são do sexo feminino, 92% indicam ter estado inscritos nos dois semestres. Quando questionados sobre a intenção de frequentar o Programa no ano letivo seguinte, 76% manifestam intenção de o fazer, 2 (5%) respondentes indicam que não têm essa intenção e 7 (19%) estão indeciso.

6.2 - Motivações e Impactos

À pergunta "quais as principais motivações para se inscrever no Programa IPL60+", a aquisição de conhecimentos (73%) e a valorização de competências pessoais (62%) são, por esta ordem, as opções mais valorizadas; em 3º lugar, e em *Ex aequo*, aparecem o estabelecimento de novas amizades e o convívio com as gerações mais novas (40,5%).

Relativamente aos contributos que a frequência do IPL60+ tem na vida dos estudantes, 62% indicam a aquisição de conhecimentos, 51% dos respondentes referem o aumento do bem-estar psicológico e 48% mencionam a valorização de competências pessoais.

6.3 – Organização e funcionamento

Os seniores foram convidados a manifestar o seu grau de concordância relativamente a várias afirmações relacionadas com a estrutura e organização do IPL60+, tendo em conta uma escala que oscilava entre os valores 1 e 5, sendo que 1 correspondia a "discordo totalmente" e 5 correspondia a concordo totalmente.

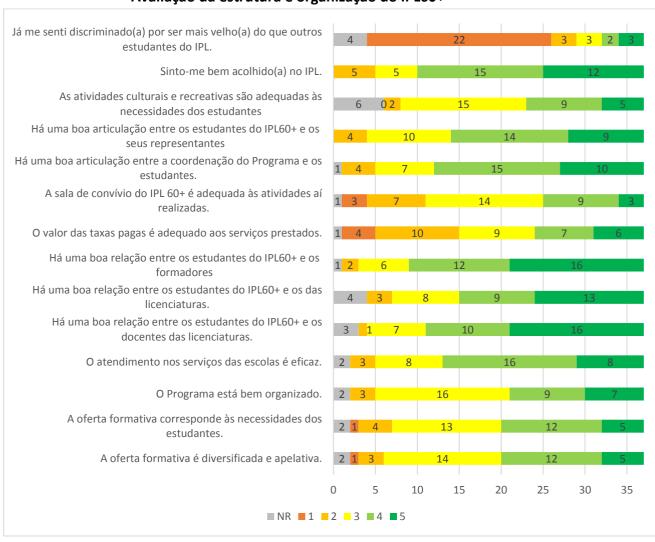
No gráfico nº11 estão sistematizadas as opiniões manifestadas em relação a cada afirmação. As opiniões claramente positivas (correspondentes aos valores 4 e 5) estão

representadas a verde; as opiniões claramente negativas (correspondentes aos valores 1 e 2) estão representadas a castanho e a laranja; o posicionamento intermédio (correspondente ao valor 3) está representado a amarelo; a cinzento estão representadas as "não respostas".

Os dados mostram que a grande maioria das pessoas tem uma perceção positiva sobre o modo de organização e de funcionamento do IPL60+. Salienta-se, particularmente, a perceção positiva sobre a relação dos seniores com os docentes das licenciaturas; bem como com os formadores das atividades específicas do Programa. Também de realçar o facto dos estudantes seniores se sentirem bem acolhidos no IPLeiria. As perceções claramente negativas são escassas em quase todos os indicadores. Destaca-se a afirmação sobre o valor das taxas pagas pelos estudantes, que reúne um maior número de perceções negativas.

Gráfico n. º 11

Avaliação da estrutura e organização do IPL60+



Atividades específicas do IPL60+ consideradas mais interessantes

As respostas dadas mostram um grande interesse pela língua inglesa (10 em 38). Dessas, 9 referem-se ao inglês intermédio e 1 ao inglês iniciação (do dia-a-dia). Em segundo lugar, na lista de preferências, aparece a atividade física, tal como se verificou no ano letivo anterior. As TIC foram valorizadas por 3 respondentes. O Clube de Leitura e Escrita, a Dança e o Workshop "Eu e os meus dispositivos móveis" foram apontadas por uma pessoa, cada, como atividade com mais interesse. Há a salientar que 8 respondentes deixaram esta resposta em branco; 3 manifestam não ter opinião, ou por não terem frequentado as atividades com regularidade ou por terem frequentado exclusivamente as UC de licenciatura; 2 valorizam todas as atividades e 2 indicaram UC de licenciatura e não atividades específicas do Programa, como era solicitado.

Aspetos mais positivos do Programa IPL60+

As respostas acerca dos aspetos mais positivos do Programa valorizam a aquisição de novos conhecimentos, a interação social com os estudantes do 60+, a intergeracionalidade, a manutenção do bem-estar físico e psíquico, assim como a oportunidade de poderem ocupar o tempo livre ao seu ritmo e de acordo com os seus interesses. Destacamos algumas afirmações:

"É ter a mente ativa, relembrando e adquirindo novos conhecimentos."

"A possibilidade de interagir com os mais jovens e propiciar um envelhecimento ativo."

"A convivência com os jovens"

"É o de dar oportunidade aos reformados e pensionistas em se manterem ativos, fazendo o que gostam."

"Ocupação dos tempos livres e proporcionar renovação e aquisição de conhecimentos."

"Aprendizagem e convívio."

Aspetos mais negativos do Programa IPL60+

Apenas 28 pessoas responderam a esta questão, 11 referem que não encontram aspetos negativos, reforçando, desta forma, a sua opinião positiva sobre o Programa. 9

respondentes referem-se a aspetos relacionados com a **organização e funcionamento do Programa,** das quais se destacam os seguintes comentários:

"O horário das aulas de Actividade Física são muito cedo."

"Limitação de numero de inscrições nas curriculares e obrigação de inscrição numa destas, mesmo quando as primeiras escolhas do aluno já não são possíveis."

"Parece-me que a coordenação não tem pessoas suficientes para apoiar o Programa."

"A dificuldade das opções no acto das inscrições, não sabermos bem no que vamos concretamente dar."

"Falta de respostas financeiras."

"Ter aulas em salas que ninguém mais quer e que por isso não tem condições."

"Mudança de horário, depois de já se ter escolhido a curricular e a disciplina do 60+, e pagar a curricular sem a frequentar pois torne-se difícil a nova compatibilidade de horários."

"Poucas aulas, muito caro para a duração do tempo de aulas."

"Ter obrigatoriedade de inscrever numa disciplina curricular"

No que concerne às **atividades** realizadas e ao modo como a **oferta formativa** está organizada destacam-se os dois comentários seguintes:

- Algumas actividades repetidas ano após ano, e a falta de adesão gradual de alguns estudantes ao longo de cada semestre, sempre que os docentes alegadamente, não encaixam no perfil/competência que aqueles entendem que devem possuir."

"A ausência de actividades intergeracionais."

Há 3 comentários que realçam os aspetos negativos relacionados com as **dificuldades de interação** entre os seniores:

"A falta de espírito de grupo."

"A dificuldade de encontros entre todos os estudantes em conjunto."

"Há muito individualismo e pouca comunicabilidade."

Um respondente salienta, como um aspeto negativo, questões de discriminação e preconceito, que se verificam para com os estudantes 60+:

"O grande PRECONCEITO existente na comunidade (PROFESSORES DO IPL/ESECS) o qual se evidencia/reflecte em alguns prof's do 60+, razão pela qual muitos alunos 60+ iniciam e a pouco-e-pouco se desligam das actividades inicialmente escolhidas."

Sugestões de melhoria e comentários

No questionário de avaliação do Programa era solicitado que apontassem sugestões de melhoria. Os comentários deixados vão ao encontro dos aspetos considerados negativos e indicados na questão anterior. Estes dirigem-se em particular para a **diversificação da oferta formativa e sociocultural:**

"Workshops sobre saúde/ nutrição."

"Criação de atividades/momentos suficientemente apelativos de forma a criar espírito de grupo."

"Para a Tuna funcionar melhor deve haver mudanças. No horário dos ensaios e toda a estrutura para deixar de ser um coro monótono e triste."

"Os representantes dos dois grupos de estudantes deveriam entre si propor actividades comuns (Teatro, coral, etc)."

"Acho que se poderiam fazer intercâmbios, de um único dia, com outras universidades seniores, e fazer mais visitas de estudo temáticas, por exemplo, a museus, monumentos, instituições, etc..."

"Se viável, maior diversificação das disciplinas e actividades."

Sugerem, também, maior proximidade e aceitação por parte dos docentes das licenciaturas:

"Melhor aceitação da parte de uma minoria de docentes, nas disciplinas curriculares, permitindo alguma interacção com os alunos do 60 mais nas aulas."

"Proximidade de Professores a alunos, sem PRECONCEITOS; Quando esta acontecer, logicamente outras melhorias acontecerão."

A nível **organizacional** é sugerido:

"Não ser obrigatória a inscrição na disciplina curricular."

"Procurar reunir os estudantes mais recentes para encontrarmos melhores formas para atingir os objetivos do Programa IPL60+.

São, ainda, dadas sugestões relacionadas com a **disponibilidade horária do ginásio** ("[...] estar disponível às 10h00, para a actividade física). 5 dos 22 respondentes a esta questão não apresentam sugestões, manifestando-se satisfeitos com a oferta:

"Não tenho aspetos novos a propor conducentes a melhorias."

"Está bem assim"

"Às vezes é melhor não mexer."

"Nada a referir."

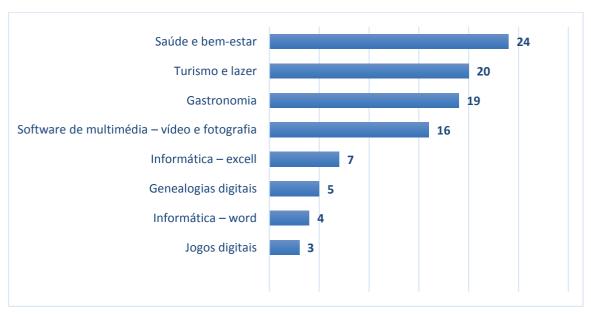
"O serviço que nos é fornecido, para mim está de acordo com as minhas expectativas."

6.4 - Oferta formativa para o próximo ano letivo

Os estudantes foram convidados a apresentar sugestões para a oferta formativa do próximo ano letivo, as áreas mais valorizadas foram a da saúde e bem-estar (24), seguindo-se o turismo e lazer (20), a gastronomia (19) e a multimédia e instrumentos informáticos, como se representa no gráfico seguinte:

Gráfico nº 12

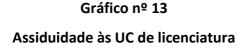
Áreas de interesse da oferta formativa

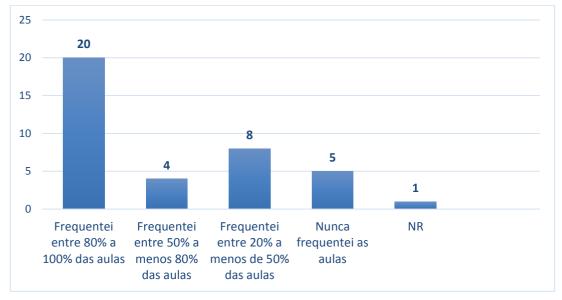


As opiniões manifestadas serão tidas em conta, no que for possível à Coordenação, no desenho da oferta formativa para o próximo ano letivo.

6. 5 - Participação em aulas de licenciatura

No que diz respeito à assiduidade às aulas das UC de licenciatura escolhidas pelos seniores, há uma maioria significativa (63%) que refere ter assistido a mais de 50% das aulas. Contudo, 21% das pessoas indicam uma assiduidade inferior a 50%, havendo mesmo 5 pessoas (13%) que afirmam nunca ter frequentado as aulas.





Houve 30 pessoas que indicaram justificações para a falta de assiduidade. Assim, as justificações mais relevantes são a dificuldade de conciliação com outras atividades (9), o horário das aulas (8), a resolução de assuntos familiares (3), problemas de saúde (2), o desinteresse pelos conteúdos das UC (2), nunca tiveram intenção de frequentar (2), a falta de empatia pelo docente (1), o facto de não ter sido possível inscrever-se na UC pretendida (1) e o valor da propina.

CONCLUSÃO

A constância que se tem verificado no número de inscritos, nos últimos anos, mantevese no presente ano letivo. O mesmo acontece com o perfil dos estudantes seniores: são
essencialmente mulheres, com idades compreendidas entre os 60 e os 69 anos, com
qualificações e profissões muito diversificadas e residentes no concelho de Leiria. Esta
regularidade da procura pode justificar-se, até certo ponto, pelo facto de uma parte
significativa dos estudantes seniores frequentarem o Programa há vários anos. Ainda
assim, tem-se assistido a um rejuvenescimento da procura, cuja taxa, em 16/17, foi de
17%.

Ainda que este rejuvenescimento seja desejável e fomentado através de um investimento semestral na divulgação do Programa, não podemos deixar de entender a elevada taxa de permanência como um indicador de sucesso. Como oportunamente realçámos, há um grupo significativo de pessoas que têm mantido o interesse e a motivação para permanecer ligado ao Programa. Claro que este fenómeno coloca alguns desafios, nomeadamente ao nível da diversificação da oferta, uma vez que os estudantes inscritos há vários anos reclamam a possibilidade de fazer novas aprendizagens e de aceder a atividades inovadoras.

O papel e o contributo dos estudantes seniores continua a ser valorizado, quer pela criação de oportunidades para que deem expressão às suas ideias e aos seus projetos, quer para que tenham participação ativa na tomada de decisões. Como acontece há vários anos, elegeram três representantes para articularem, de forma regular, com a coordenação do Programa e participarem nas reuniões da Comissão Científico-Pedagógica. No ano letivo em análise, a eleição realizou-se a 28 de novembro de 2016, tendo tido a participação de 62 votantes. Foram eleitos como representantes dos seus pares: José Júlio, Maria Isabel Agostinho e Helena Cal Guimarães.

Tem, assim, havido espaço para o desenvolvimento de projetos individuais e para o envolvimento em iniciativas de âmbito social e cultural, que contribuem para uma valorização pessoal e para o fortalecimento dos laços intra e intergeracionais.

A Coordenação tem procurado dar continuidade ao trabalho realizado e ir ao encontro das solicitações dos estudantes seniores e dos vários intervenientes nas dinâmicas de

aprendizagem intergeracional. Deu-se continuidade ao investimento nos seguintes aspetos:

- Diversificação da oferta formativa e sociocultural, apesar da continuidade de projetos e iniciativas mais antigas;
- Incentivo à colaboração de estudantes de licenciatura e de mestrado nas diversas atividades do Programa, a título voluntário ou a partir da bolsa FASE;
- Atendimento e acompanhamento individualizados, facilitados pela afetação de recursos humanos ao Programa;
- Articulação com os diversos serviços das escolas, ajustando os procedimentos administrativos às necessidades dos seniores, de modo a não comprometer a sua participação nas dinâmicas institucionais;

A Coordenação tem, ainda, feito uma crescente aposta na articulação com entidades externas e no estabelecimento de parcerias, procurando dinamizar projetos com a comunidade. São exemplo disso, os projetos "Trocar saberes na Horta" e "Trocar Saberes para Capacitar", desenvolvidos, respetivamente, com o Agrupamento de Escolas D. Dinis e com a InPulsar. Houve, também, um fortalecimento das parcerias com a RUTIS, a Universidad da Extremadura e a AMITEI.

Paralelamente, os seniores têm demonstrado uma crescente vontade em aproveitar as suas competências e talentos para fins solidários, deslocando-se a instituições sociais a fim de participarem em momentos de convívio e animação cultural. Destaca-se a colaboração da SessenTuna e do Grupo de Jograis em iniciativas dinamizadas pela Primavida e pela ADESBA, como referido acima, nas tabelas 10 e 11.

Quando ouvimos os seniores, através de questionários ou em momentos de interação informais, percebemos que estes se mostram globalmente satisfeitos com a oportunidade de frequentar esta iniciativa socioeducativa, com a sua dinâmica e com o seu funcionamento. Ainda assim, subsistem algumas limitações que se prendem, essencialmente, com as dificuldades de adaptação a certos procedimentos formais ou de aceitação de constrangimentos relacionados com os horários e com os recursos materiais (salas, por exemplo). Há, ainda, alguns estudantes seniores que não entendem

a obrigatoriedade de frequentar uma unidade curricular de licenciatura, que consideram o valor das taxas excessivo, ou que realçam a falta de espírito de grupo e de sentido de união entre si. De facto, dada a diversidade de interesses, de motivações e de trajetórias de vida, não tem sido fácil encontrar um elemento aglutinador, que crie esse sentido de união.

A coordenação entende que seria importante afetar recursos humanos com formação específica e vocacionada para a dinamização das componentes sociais e culturais do Programa, valorizados por grande parte dos estudantes seniores. Entende, ainda, que seria importante desenvolver estratégias de facilitação da comunicação e de disseminação de informação, uma vez que nem todos os estudantes seniores acedem regularmente aos meios de divulgação habituais: email, facebook, site, avisos escritos. Para tal, irá indagar sobre a possibilidade de criação de uma lista com os números de telemóvel dos estudantes, para a qual seja possível enviar mensagens de forma massificada.

Em suma, podemos afirmar que, apesar de persistirem alguns constrangimentos e limitações, o Programa tem cumprido os seus objetivos e tem criado oportunidades de desenvolvimento de projetos pessoais e académicos, de grande valia para os estudantes de todas as gerações envolvidas nos processos de aprendizagem intergeracional.

ANEXOS



CALENDÁRIO ESCOLAR 2016/2017

1º SEMESTRE

- PERÍODO DE INSCRIÇÕES 1º SEMESTRE: de 19 de setembro a 7 de outubro de 2016
- INÍCIO ATIVIDADES ESPECÍFICAS DO IPL60+ 1º SEMESTRE⁵: 03 de outubro de 2016
- FINAL DO 1º SEMESTRE: 17 de fevereiro de 2017

2º SEMESTRE

- PERÍODO DE INSCRIÇÕES 2º SEMESTRE: de 20 de fevereiro a 10 de março de 2017
- INÍCIO ATIVIDADES ESPECÍFICAS DO IPL60+ 2º SEMESTRE 6: 27 de fevereiro de 2017
- FINAL DO 2º SEMESTRE: 14 de julho de 2017

INTERRUPÇÕES LETIVAS⁷

- INTERRUPÇÃO NATAL: entre 21 de dezembro de 2016 e 03 de janeiro de 2017
- INTERRUPÇÃO PÁSCOA: entre 10 e 17 de abril de 2017

⁵ Logo que estejam inscritos, os estudantes seniores poderão frequentar as aulas das unidades curriculares de licenciatura, que têm início a 19 de setembro de 2016. As aulas das unidades curriculares ou projetos específicos do IPL60+ terão início a 3 de outubro, sendo que, em alguns casos, devidamente publicitados, poderão ter início na semana seguinte, devido a procedimentos de contratação dos docentes.

⁶ Logo que estejam inscritos, os estudantes seniores poderão frequentar as aulas das unidades curriculares de licenciatura, que têm início a 20 de fevereiro de 2017. As aulas das unidades curriculares ou projetos específicos do IPL60+ terão início a 27 de fevereiro, sendo que, em alguns casos, devidamente publicitados, poderão ter início na semana seguinte, devido a procedimentos de contratação dos docentes.

⁷ Poderá haver interrupções pontuais em virtude de eventos que se realizem nas escolas do IPL.

Horários das Unidades Curriculares e Atividades do Programa 2016/2017

Atividades e Projetos Gratuitos - 1º semestre

ATIVIDADES	Segunda- feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
				Hora: 09.00 – 10.00
DANÇA				Sala: Ginásio
GERONTOMOTRICIDADE		Hora: 16:30 -		Hora: 16:30 - 17:30
(diurno)		17:30 Sala: Ginásio		Sala: Ginásio
		Hora: 10:30 -		Hora: 10:30 - 12:30
INGLÊS DO DIA-A-DIA		12:30		
		Sala: Convívio		Sala: Convívio
ESPANHOL COM O		Hora: 14.00 – 15.30	Hora: 14.00 – 15.30	
DUOLINGO		Plataforma e	Plataforma e Sala: Convívio	
		Sala: Convívio	Sala. CONVIVIO	
EU E OS MEUS	Plataforma	Plataforma	Plataforma digital	Plataforma digital
DISPOSITIVOS MÓVEIS	digital	digital	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
INICIAÇÃO À LÍNGUA E			Hora: 16:30 - 17:30	
CULTURA CHINESAS			Sala: Convívio	
OFICINA DE ARTES			Hora: 10:00 – 12:00	
PLÁSTICAS			Calar Carriéria	
			Sala: Convívio	1ª Quinta de cada mês
CLUBE de LEITURA e de				Hora: 15.30
ESCRITA				Sala: Convívio
GRUPO DE ARTES	Hora: 16:00 –			
CÉNICAS	17:00			
(Teatro e Jograis)	Sala: Convívio Hora: 17:00 -			
TUNA 60+	18:30			
SessenTuna				
	Sala: 0.3			
CULTIVO DIVERTIDO	Ao lado do campo de jogos, todas as manhãs			

Unidades Curriculares - 1º semestre

Segunda- feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
Hora: 9:00 - 10:00 Sala: Ginásio	Hora: 9:00 - 10:00 Sala: Ginásio	Hora: 9:00 - 10:00 Sala: Ginásio	
Hora: 10:00 - 13:00 Sala: 0.32			
Hora: 15:30 - 17:00	Hora: 11:30 - 13:00 Sala: 1.5		
Hora: 15:00 - 16:30 Sala: D1.2			Hora: 15:30 - 17:00 Sala: D1.2
	Hora: 14:00 - 17:00 Sala: 0.17		
	feira Hora: 9:00 - 10:00 Sala: Ginásio Hora: 10:00 - 13:00 Sala: 0.32 Hora: 15:30 - 17:00 Sala: 0.19 Hora: 15:00 - 16:30	feira Hora: 9:00 - 10:00 10:00 Sala: Ginásio Hora: 10:00 - 13:00 Sala: 0.32 Hora: 15:30 - 17:00 Hora: 11:30 - 13:00 Sala: 0.19 Sala: 1.5 Hora: 15:00 - 16:30 Hora: 14:00 - 17:00	feira Hora: 9:00 - 10:00 Hora: 9:00 - 10:00 10:00 Sala: Ginásio Sala: Ginásio Hora: 10:00 - 13:00 Sala: 0.32 Hora: 11:30 - 13:00 Sala: 0.19 Hora: 11:30 - 13:00 Sala: 0.19 Sala: 1.5 Hora: 15:00 - 16:30 Sala: D1.2 Hora: 14:00 - 17:00

Atividades e Projetos Gratuitos - 2º semestre

		ı	T	
ATIVIDADES	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira
DANÇA				Hora: 09 – 10
				Sala: Ginásio
GERONTOMOTRICIDADE	Hora: 12 – 13		Hora: 12 – 13	
(dinamizado por uma				
aluna estagiário do curso DBE)	Sala: Ginásio		Sala: Ginásio	
INGLÊS DO DIA-A-DIA				Hora: 11 – 13
				Sala: 1.5
EU E OS MEUS DISPOSITIVOS MÓVEIS	Plataforma	Plataforma	Plataforma	Plataforma
INICIAÇÃO À LÍNGUA E			Hora: 14 – 15:30	
CULTURA CHINESAS			Sala: 1.5	
OFICINA DE ARTES			Hora: 10 – 12	
PLÁSTICAS			Sala: Convívio	
			Sala: Convivio	úlitar o talada
CLUBE de LEITURA e de				Última Quinta de cada mês
ESCRITA				Hora: 14:30
				Sala: Convívio
GRUPO DE ARTES	Hora: 16:00 -			
CÉNICAS	17:00			
(Teatro e Jograis)	Sala: Convívio Hora: 17 – 18:30			
TUNA 60+	nora: 17 – 18:30			
SessenTuna	Sala: 0.3			
CULTIVO DIVERTIDO	Ao lado do campo de jogos, todas as manhãs			
Projeto Histórias				Local: ESSLei 15h-
Digitais				17h
Workshop Excel	4 de maio, das 15 às 18h sala 0.32			
Workshop (In)segurança da internet	25 de maio, das 14h às 15h30, auditório 1			
Workshop Serviços Públicos Online	31 de maio e 2 de junho, das 10h30 às 12h30, sala 0.3			
	ı			

Unidades Curriculares - 2º semestre

UNIDADES CURRICULARES	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira		
ATIVIDADE FÍSICA 2	Hora: 9:00 - 10:00	Hora: 9:00 - 10:00	Hora: 9:00 - 10:00			
	Sala: Ginásio	Sala: Ginásio	Sala: Ginásio			
INTRODUÇÃO À INTERNET	Hora: 10:30 - 12:00 Sala: D1.2	Hora: 10:30 – 12:00 Sala: D1.2				
REDES SOCIAIS PARA		Hora: 10:00 - 13:00				
COMUNICAÇÃO E LAZER		Sala: 0.32				
LEAZEN						
INTERNET E			Hora: 14:00 - 17:00			
MULTIMÉDIA			Sala: 0.17			
INGLÊS INTERMÉDIO	Hora: 14:30 - 16:00	Hora: 14:30 - 16:00				
(B1/B2)	Sala: 0.19	Sala: 0.19				

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 1º semestre



UNIDADE CURRICULAR

Introdução à Informática

OBJETIVOS

Pretende-se que o estudante, no final desta unidade curricular, consiga executar um conjunto de tarefas associadas às competências básicas em Tecnologias de Informação e Comunicação:

- Criar e nomear pastas;
- Aceder a unidades de armazenamento externas (Pen e Máq. Fot. Digitais)
- Escrever, imprimir e guardar um texto;
- Pesquisar informação na Internet;
- Receber e enviar correio eletrónico.

CONTEÚDOS

1. Introdução ao uso do computador

- ✓ Sistema operativo Windows
- ✓ Gerir pastas: criar, mudar o nome, mover, copiar e eliminar
- ✓ Organizar ficheiros (documentos, imagens) por pastas
- ✓ A Reciclagem: eliminar e restaurar ficheiros / pastas
- ✓ Personalizar o Ambiente de Trabalho
- ✓ Trabalhar com a PEN: formatar, guardar e eliminar ficheiros / pastas
- Trabalhar com uma máquina fotográfica digital: gerir fotos

2. Processador de Texto: Word

- ✓ Criar, editar e formatar documentos (com texto e imagens)
- ✓ Desenvolver cartas, calendários, convites e postais
- ✓ Imprimir documentos

3. Internet

- ✓ Visitar websites
- ✓ Pesquisar na Internet (websites, imagens, vídeos)

4. Correio Eletrónico

- ✓ Criar uma conta no Gmail
- ✓ Enviar e-mails (com e sem anexos)
- ✓ Responder e encaminhar e-mails
- ✓ Eliminar e-mails

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 2º semestre



UNIDADE CURRICULAR

Introdução à Internet

OBJETIVOS

Pretende-se que o estudante, no final desta unidade curricular, consiga executar um conjunto de tarefas associadas às competências básicas em Tecnologias de Informação e Comunicação:

- Pesquisar informação na Internet;
- Receber e enviar correio eletrónico;
- Criar um perfil no Facebook;
- Enviar mensagens e fazer chamadas de vídeo.

CONTEÚDOS

1. O computador e a internet – breve introdução e contextualização

2. A Internet

- ✓ Visitar websites
- ✓ Pesquisar na Internet (websites, imagens, vídeos)
- ✓ Guardar imagens e outros ficheiros da Internet

2. Correio Eletrónico (Gmail)

- ✓ Criar uma conta
- ✓ Enviar e-mails (com e sem anexos)
- ✓ Responder e encaminhar e-mails
- ✓ Eliminar e-mails
- Outras funcionalidades: Lista de Contactos
- ✓ Outras funcionalidades: Calendário

3. Redes Sociais – o Facebook

- ✓ Definição do perfil
- ✓ Definição de privacidade
- ✓ Publicação
- ✓ Criação e partilha de álbuns de fotografia
- ✓ Pesquisar por pessoas ou páginas
- ✓ Conversação em tempo real (Messenger)

4. O Skype

- ✓ Criar uma conta
- ✓ Pesquisar e adicionar amigos
- ✓ Enviar mensagens
- √ Fazer chamadas / videochamadas

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 1º semestre



UNIDADE CURRICULAR

TIC - Software de Produtividade

OBJETIVOS

Pretende-se com esta disciplina dotar os estudantes de conhecimentos e destreza na utilização de ferramentas informáticas úteis para o seu dia-a-dia.

Nesse sentido, serão explorados funcionalidades dos principais softwares de produtividade que o ajudarão em:

- Redação de textos (Microsoft Word para elaboração de cartas, livros, convites,...),
- Criação de apresentações (Microsoft PowerPoint como forma de criar apresentações gráficas, exposição de temas, animações com fotografias,...)
- Gerir e processar informação (Microsoft Excel como forma de gerir despesas mensais e movimentos de contas bancárias)

- Processamento de texto: Microsoft Word
- Apresentações Digitais: Microsoft PowerPoint
- Folhas de Cálculo: Microsoft Excel (introdução)
- Armazenamento de Ficheiros na Internet: Dropbox

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 1º semestre



UNIDADE CURRICULAR

Internet e Serviços Online

OBJETIVOS

O exercício da cidadania passa, cada vez mais, pelo acesso aos múltiplos serviços disponibilizados online pelo estado e poder central e pelas empresas e organizações. Assim, esta disciplina explorará os principais serviços disponibilizados atualmente na Internet de forma a evitar a exclusão (infoexclusão) e aumentar a participação em sociedade.

- 1. Estado Português e Serviços Municipalizados
 - Finanças e IRS
 - o Marcação de consultas em Centros de Saúde e Hospitais
 - o Portal do cidadão
- 2. Comércio eletrónico
 - Acesso a serviços bancários (Home Banking)
 - o O serviço MB NET
 - o Compras online (Hipermercados, livrarias,...)
- 3. Viagens, lazer e Cultura
 - o Reserva e compra de bilhetes para espetáculos (cinema, teatro, futebol)
 - Transportes: Compra de bilhetes para a rede de expressos, comboios e companhias aéreas
 - Portais de escolha de hotéis e reservas de quartos
 - Ferramentas de Geolocalização em dispositivos móveis e fixos. Google Maps e seu potencial
- 4. O E-mail e seu potencial de comunicação. Configuração e utilização do e-mail em dispositivos móveis

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 2º semestre



UNIDADE CURRICULAR

Internet e Multimédia

OBJETIVOS

Pretende-se com esta disciplina dotar os estudantes de conhecimentos e destreza na utilização de ferramentas informáticas baseadas na web e multimédia no seu dia-a-dia. Nesse sentido, serão explorados diversos aplicativos online e APP's (aplicativos de aparelhos móveis) de apoio ao seu dia a dia onde irão trabalhar com funcionalidades que o ajudarão a produzir, gerir e editar imagem, som e vídeo.

- 1. Fotografia
 - a. Técnicas de composição
 - b. Dispositivos de captação de imagem (máquina fotográfica e telemóvel)
 - c. Ajustes de imagem e fotomontagem
- 2. Vídeo
 - a. Conceitos elementares de captação e edição de vídeo e som
 - b. Youtube enquanto editor de vídeo
 - c. Movie maker para edição de vídeo
 - d. Animação de objetos
- 3. A imagem na internet
 - Plataformas de gestão e divulgação de fotografia e vídeo digitais.

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 2º semestre



UNIDADE CURRICULAR

Redes Sociais para Comunicação e Lazer

OBJETIVOS

Pretende-se com esta disciplina dotar os estudantes de conhecimentos e destreza na utilização de ferramentas informáticas vocacionadas para a comunicação e lazer. Nesse sentido, serão explorados diversos aplicativos online e APP's (aplicativos de aparelhos móveis).

- 1. Redes sociais
 - o Redes sociais de partilha de fotografia e vídeo
 - o Configurar as opções de privacidade, partilhar mensagens, etc.
- 2. Páginas pessoais na Internet
 - o Criar uma página pessoal
- 3. Ferramentas de comunicação
 - o Programas e aplicações móveis de comunicação via internet
 - o O e-mail e seu potencial de comunicação
 - o Configuração e utilização do e-mail em dispositivos móveis

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 1º e 2º semestre



UNIDADE CURRICULAR

INGLÊS INTERMÉDIO (B1)

OBJETIVOS

O objetivo central da Unidade Curricular de Inglês intermédio é o de propiciar o desenvolvimento das competências comunicativas dos aprendentes em inglês. Em termos gerais, estes irão praticar competências de compreensão e produção oral, interação, leitura e escrita. Ao longo do curso, irão compreender e produzir textos orais e escritos, interagir com outros/as colegas e refletir sobre assuntos-chave, intimamente relacionados com os seus conhecimentos, os seus interesses e a sua experiência de vida.

No final deste curso, espera-se que os aprendentes sejam capazes de:

- Compreender as questões principais, quando é usada uma linguagem clara e estandardizada e os assuntos lhe são familiares (temas abordados no trabalho, na escola e nos momentos de lazer, etc.).
- Lidar com a maioria das situações encontradas na região onde se fala a língua-alvo.
- Produzir um discurso simples e coerente sobre assuntos que lhe são familiares ou de interesse pessoal.
- Descrever experiências e eventos, sonhos, esperanças e ambições, bem como expor brevemente razões e justificações para uma opinião ou um projeto
- Desenvolver competências de uso da língua para tomar parte ativa (interagir) em encontros informais com falantes provenientes de diferentes contextos linguísticos.
- Ter consciência da importância e poder da linguagem nas relações humanas e sociais
- Compreender expressões e vocabulário de uso mais frequente relacionado com aspetos de interesse pessoal como, por exemplo família, compras, saúde...
- Encontrar uma informação previsível e concreta em textos simples de uso corrente, por exemplo, anúncios, folhetos, ementas, horários.
- Desenvolver conhecimentos acerca da cultura dos principais países de língua inglesa, particularmente o Reino Unido e os Estados Unidos.

CONTEÚDOS /TOPICS

Weather

People

Media

Health

Nature

Society and Family

Science

Sport

Current issues

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017



UNIDADE CURRICULAR

Atividade Física I e II

OBJETIVOS

- Melhoria da aptidão física funcional.
- Manutenção da independência, autonomia e a melhoria da qualidade de vida dos seniores.
- Dinamização e desenvolvimento de atividades que motivem e envolvam o sénior ao nível físico cognitivo e psicossocial.
- Responder às expetativas dos seniores e conseguir o reconhecimento do contributo/benefício da prática de atividade física regular na sua qualidade de vida.

- Orientação espaço temporal,
- Equilíbrio,
- Reação,
- · Coordenação rítmica,
- Orientação temporal,
- · Coordenação,
- Lateralidade.
- Resistência,
- Força,
- Flexibilidade,
- Velocidade
- Habilidades Posturais/Estabilidade,
- Habilidades de Locomoção (andar, o correr etc.),
- Habilidades manipulativas grossas (lançar, apanhar, driblar, etc.)

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017



ATIVIDADE

Inglês do dia-a-dia

INTRODUÇÃO

Esta atividade destina-se, preferencialmente, a pessoas que nunca tenham tido contacto com a língua inglesa ou que tenham conhecimentos muito limitados da mesma.

A atividade será desenvolvida por uma formadora que estudou e viveu nos Estados Unidos da América, cuja atividade profissional foi dominada pela língua inglesa e que, de forma interativa e lúdica, procurará desenvolver o gosto pela língua, focando na linguagem básica do Inglês. O enfâse das aulas será dado à oralidade.

OBJETIVOS

Pretende-se que os estudantes seniores se familiarizem e aprendam algumas palavras, números e pequenas frases que possam utilizar aquando a interação (diminuta) com uma pessoa de língua inglesa ou que possam utilizar aquando numa viagem ao estrangeiro.

PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017 - 1º semestre



ATIVIDADE

Espanhol com Duolingo

INTRODUÇÃO

Língua e tecnologia se articulam neste projeto que pretende propiciar uma experiência educativa inovadora aos adultos maiores. A ferramenta será o Duolingo, uma plataforma adaptativa, intuitiva e de fácil acesso, através da qual poderão aprender e praticar espanhol sem restrições de tempo ou espaço e sempre orientados em sessões presenciais.

OBJETIVOS

Pretende-se que os estudantes seniores se familiarizem com algumas das palavras e expressões mais usuais na língua espanhola.



https://www.duolingo.com/



PROGRAMA IPL60+

ANO LETIVO 2016/2017



ATIVIDADE

Eu e os meus dispositivos móveis

ENQUADRAMENTO

Tem-se registado um crescimento cada vez maior do uso de dispositivos móveis por toque, nomeadamente tablets, smartphones e ipads para a realização de tarefas do dia-a-dia. Estes podem ser-nos úteis para comunicar, pesquisar informações, para acedermos a serviços ou até mesmo como forma de lazer e bem-estar.

O projeto "Eu e os meus dispositivos móveis" surge no âmbito do Doutoramento em Educação a Distância e pretende compreender a utilização que faz do seu dispositivo móvel por toque, de forma a criar atividades dirigidas aos seus interesses e necessidades.

Já pensou nos serviços que pode explorar com o seu dispositivo? Marcar uma consulta online, validar as suas faturas, dar a leitura da luz, reservar uma viagem, registar as suas caminhadas, fazer compras no supermercado, são algumas das atividades que pretendemos dinamizar, no decorrer do projeto.

INICIAÇÃO À LÍNGUA E CULTURA CHINESAS

Este Projeto dá continuidade à colaboração e interação que têm existido entre os seniores e os estudantes chineses, tendo sido uma oportunidade para alargar horizontes, numa perspetiva intercultural.

As sessões foram dinamizadas por pequenos grupos de dois estudantes chineses, que puderam, de forma muito próxima, acompanhar e apoiar a aprendizagem. As sessões decorreram uma vez por semana, com a duração de 1h30m.



CLUBE DA LEITURA E DA ESCRITA

RELATÓRIO 2016-2017

Esta atividade funcionou mensalmente, na última quinta-feira de cada mês, reunindo-se na sala de convívio dos 60+, das 14:30h às 15:30h. Cada participante discorria livremente sobre as suas leituras individuais, motivando os outros elementos a conhecerem uma nova obra e um novo escritor. Contrariamente ao que aconteceu o ano passado, este ano letivo foi dado especial ênfase à questão da poesia, procurando tornar-nos criadores de poemas ou 'simples escreventes' de prosa poética, seguindo um programa que instruísse sobre a evolução diacrónica das 'técnicas epocais' da arte de fazer poesia. Subordinámo-nos a um programa específico, que foi cumprido, a saber:

- AS ORIGENS DE TUDO: 1. Literatura Medieval e seu desenvolvimento em Portugal;
 Cancioneiros e manuscritos vários;
 Cantigas de Amigo e cantigas de Amor;
 Artifícios comuns;
 Escreventes medievais.
- **II. O APOGEU DO RENASCIMENTO**: 1. Luís de Camões e uma biografia romanceada; 2. A lírica amorosa: sonetos selecionados; 3. O desconcerto do mundo: sonetos selecionados; 4. Artifícios comuns; 5. Escreventes renascentistas.
- **III.** O DESLUMBRAMENTO ROMÂNTICO: 1. Almeida Garrett e a biografia romanceada; 2. Folhas Caídas (1853): contrastes românticos; 3. Contrastes e oposições gritantes; 4. Escreventes românticos.
- IV. A VIRAGEM POÉTICA DO REALISMO: 1. Cesário Verde e a aprendizagem do real poético; 2. O Livro de Cesário Verde (1887): originalidade e estranheza; 3. A poesia do quotidiano; 4. Escreventes realistas.
- V. O FANTASMA DA IDENTIDADE PORTUGUESA: 1. Fernando Pessoa & heterónimos: ou a ficcionalizada biografia; 2. Mensagem (1934) e simbologia; 3. Poesia de contrastes e dilacerações; 4. Fingimentos comuns; 5. Escreventes pessoanos.
- VI. O FULGOR POÉTICO DO SÉCULO XX: 1. Sophia Andresen e a brevidade condensada do sentir poético; 2. Ruy Belo e a esmagadora reflexão sobre o poético quotidiano; 3. António Ramos Rosa e a convulsão do dizer poético; 4. Artifícios da simplicidade; 5. Escreventes vanguardistas.

Com algum pudor inicial, todos os elementos foram tentando criar um poema original, tendo-se verificado uma grande evolução nas expetativas de todos. Como até ao final do ano letivo o ponto VI foi tratado, mas ainda não assimilado, combinámos uma sessão extra no dia 29 de junho de 2017, para encontrarmos as criações pós-modernas alcançadas pelos membros do Clube.

Foram ainda esclarecidas dúvidas ocasionais sobre movimentos, correntes ou escritores da Literatura Portuguesa, bem como sobre artifícios estilísticos em voga na arte literária.

A partir de Janeiro de 2017, recebemos desafio para integrar o projeto 'LER FAZ BEM', e a ele aderimos, com sessões extra – que foram filmadas com o apoio do CRM através de Catarina Varanda – sobre três dos livros que nos foram distribuídos graciosamente, a saber: George Orwell, A Quinta dos Animais; Jack London, O Apelo da Selva; Voltaire, Cândido ou o Otimismo. Este projeto ficou a meio do percurso, por termos deixado de receber feed back do 'LER FAZ BEM', bem como por novos livros terem deixado de aparecer. Seja como for, foi gratificante para todos a leitura de obras canónicas, que fazem parte da formação da identidade da nossa cultura ocidental.

Face à quantidade produzida de poemas pelos membros do Clube, propus o projeto de realização de um livro-antologia-relatório, que editasse os resultados de escrita deste Clube, não apenas deste ano letivo, mas igualmente do anterior. O projeto foi submetido à Direção da ESECS e aceite; assim encontramo-nos a ultimar a seleção de textos, correção e ordenação, de modo a que no início do próximo ano letivo possamos ter um produto acabado com a memória poética destes dois anos de atividade do Clube da Leitura e da Escrita 60+.

Globalmente, foi um trabalho motivante por perceber que o meu apoio era útil e desencadeava mais leituras e escrita poética. Além do mais, foi uma forma de nos ficarmos a conhecer melhor como seres humanos, o que fomentou o relacionamento de forma agradável. Passar da leitura à escrita poética, passando pela ocasional reflexão pela escrita narrativa canónica ocidental, proporcionou-nos uma caminhada profunda, por vezes cansativa, mas sempre enriquecedora.

S. Pedro de Moel, 1 de junho de 2017.

CN

CHÁ DAS QUINTAS

O "Chá das Quintas" é uma atividade de convívio, que se realiza com uma periodicidade variável (habitualmente na última quinta-feira de cada mês), na sala de convívio do IPL60+. É dinamizada por um grupo de estudantes do IPL60+, que convida os colegas a trazer e a partilhar uns bolinhos e a beber um chá, feito na hora.

Estes encontros têm sido também um momento privilegiado de interação com os estudantes chineses ou com outros estudantes de licenciatura, que colaboram habitualmente com o Programa, e que são convidados a partilhar do lanche e do chá. Sempre que a mesa está mais farta, os seniores passam pelos vários serviços da ESECS e convidam os colaboradores a juntarem-se a eles.







Projeto cultivo divertido

Iniciado no ano letivo 2014-2015, o Projeto pretende, através do cultivo de ervas e plantas aromáticas e medicinais (Cheiros e Sabores), ser um momento de lazer, permitindo a partilha de saberes entre os estudantes seniores e os demais alunos da ESECS. Este ano, a este projeto foi associado outra iniciativa – Trocar saberes na Horta, dinamizada, no 2º semestre, por uma estagiária de Educação Social.









Workshop de programação – a calculadora Relatório

Agradecimentos

Queremos agradecer à coordenadora do programa do IPL60+, a professora Sara Mónico Lopes, pela aceitação desta nossa ideia para um workshop e por toda a ajuda e tempo dispensado na sua elaboração e planeamento, assim como todo o apoio oferecido pela colaboradora lolanda Silva.

Estamos também muito gratos ao Rui Lobo por ter elaborado o cartaz para publicitar o workshop. Este workshop também seria impossível de se concretizar sem a ajuda do Rui Silva, informático da Direção de Serviços Informáticos.



No âmbito da unidade curricular de Seminário, prepusemos organizar um workshop destinado a alunos do programa IPL60+. Este é um programa de formação para a população mais sénior com idades superiores a 50 anos. O programa oferece várias unidades curriculares ligadas à informática, que vão desde o simples criar de uma pasta, até à edição de vídeo. No entanto, neste programa não há nenhuma unidade curricular ligado à programação.

Com este workshop, o nosso objetivo foi com que os inscritos ficassem com uns conceitos básicos acerca da programação, e claro também captar o interesse e gosto pelo mesmo. Pensamos que fosse uma excelente ideia, para eles compreenderem um pouco o que acontece por trás quando se utiliza um computador. Como os estudantes do IPL60+ se podem inscrever em unidades curriculares das várias licenciaturas do Instituto Politécnico de Leiria, ficamos com o desejo que fiquem tão interessados ao ponto de se inscreverem em unidades curriculares de programação. [...]

Agendamento

[...] a realização do workshop ficou para os dias 26 de maio e 2 de junho, com inicio às 15 horas e uma duração de duas horas e meia, na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (ESECS) na sala 0.17.

Instalação

Preparamos uma instalação offline distribuída para o *Visual Studio Community 2017*, no entanto devido a proteção existente na rede da sala 0.17, não foi possível a sua utilização. Criamos então um script para uma instalação mais rápida (passiva) que definia os parâmetros necessários. Corremos o script individualmente em cada computador.



Fichas de apoio

Para um melhor acompanhamento dos inscritos no decorrer do workshop, desenvolvemos fichas de apoio para cada aula. Estas fichas contêm a sequência de passos que seguimos, permitindo que os alunos em casa conseguissem replicar o que foi feito. Elas foram desenvolvidas com o objetivo de orientar os inscritos, com exemplos de código, imagens da interface gráfica e resumos dos tópicos abordados.

Abordamos as ferramentas visuais do *Visual Studio* e conceitos como variáveis, atribuições, operações aritméticas, funções e condições.

Discussão de resultados

Criamos um inquérito modelo para avaliar o nosso desempenho como professores durante o workshop.

No primeiro workshop compareceram nove alunos. Todos conseguiram acabar a ficha preparada. O inquérito feito refletiu o nosso esforço, mostrando resultados positivos. Quase todos os alunos compreenderam a matéria lecionada, apesar da dificuldade da mesma. 62,5% dos alunos ficaram com interesse em programação. Pelos comentários é possível ver o agrado pelas fichas desenvolvidas. Em contrapartida, dois dos alunos ficaram com duvidas por esclarecer.

Na segunda sessão já só compareceram sete alunos, mas os resultados dos inquéritos foram melhores. Pelos resultados dos inquéritos, nenhum aluno ficou com dúvidas para esclarecer e todos compreenderam a matéria lecionada.

Conclusão

Conseguimos alcançar o objetivo de incentivar o interesse dos inscritos para a programação e conseguimos ensinar os seus conceitos básicos.

A experiência de organizar um workshop foi trabalhosa, mas estamos contentes com o nosso desempenho, não estávamos à espera de resultados tão positivos. Recebemos vários elogios e boas avaliações nos inquéritos preenchidos. Na segunda sessão, a maior parte dos alunos conseguiram replicar trabalho desenvolvido na semana anterior.



Os dinamizadores: Leandro Vieira e Victor Costa

Projeto Ler Faz Bem

A revista Visão lançou um novo projeto "Ler Faz Bem" com o propósito de "despertar a paixão pela leitura e devolver a alegria de ler livros." Entendem os dinamizadores do projeto que será um movimento participativo que pretende recuperar o entusiasmo e a imaginação pela leitura. "Queremos colocar Portugal a ler. Porque ler faz bem!" Todos os meses é oferecido, juntamente com a revista, uma obra que marcou uma época ou uma geração.

O Clube de Leitura e de Escrita aderiu a esta iniciativa, tendo recebido e analisado 2 obras: *A Quinta dos Animais*, de George Orwell e *O Apelo da Selva* de Jack London. Amantes de vários géneros literários, os estudantes do 60+ que dão vida ao Clube de Leitura, estão muito entusiasmados com este desafio e empenhados em discutir aprofundadamente cada obra, porque acreditam que, de facto, ler faz bem a todos e em qualquer idade!

http://visao.sapo.pt/lerfazbem