

## **PROJETOS 60+**

### **ANO LETIVO 23-24**

#### **CLUBE DE LEITURA E DE ESCRITA**

O Clube de Leitura e de Escrita resulta da consolidação de um anterior projeto – Encontro com os livros, criado em 2010. Esta estudante do Programa 60+ pretendia partilhar os seus saberes e promover o envolvimento dos seus pares em atividades intelectual e socialmente estimulantes.

Ao longo dos anos, as atividades do Clube foram sendo ajustadas aos interesses dos participantes, dando-se um maior relevo à leitura ou à escrita consoante a vontade dos mesmos. É dinamizado pela prof. Maria José Gamboa (docente da ESECS).

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/clube-da-escrita-e-da-leitura/>

#### **CONVERSAS DE FIM DE TARDE**

Iniciámos as Conversas de Fim de Tarde no ano letivo 2020/2021. Pretendemos realizar um conjunto de encontros de reflexão sobre temas da sociedade e da cultura, com o contributo de professores e investigadores das escolas do Politécnico de Leiria. Os temas foram-se diversificando, incluindo diversos colaboradores externos.

Estes encontros decorrem às quartas-feiras, na sala do 60+, na ESECS, entre as 16:30 e as 17:30, mas também são transmitidos através da plataforma Zoom, pensando nos que querem conversar connosco a partir das suas casas.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/conversas-de-fim-de-tarde/>

#### **CULTIVO DIVERTIDO**

Este projeto resulta de um desafio lançado pelo diretor da ESECS, Prof. Rui Matos, e foi abraçado pela coordenação do 60+ e por um estagiário de Desporto e Bem-Estar, que o transformou numa das suas atividades, em 2014-15. Para além do espaço de cultivo, investiu-se, ainda, numa área de lazer com mesas e bancos construídos a partir de materiais reciclados e reutilizados (paletes).

O espaço tem sido aproveitado de diversas formas, consoante os grupos que o utilizam, mas procura, essencialmente, ser um espaço de contacto com a natureza.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/projeto-cultivo-divertido/>

## **DANÇA CRIATIVA**

Sob a orientação da Prof. Clara Leão (docente da ESECS), o grupo de Dança Criativa permite que os seniores descubram o seu corpo e expressem emoções, rompendo conceções negativas sobre o envelhecimento.

Atualmente, este projeto resulta de uma parceria com o Centro Social Paroquial dos Pousos (Leiria), mais especificamente com a sua Universidade Sénior, e implica que os estudantes 60+ se desloquem a essa instituição para se inscreverem (pagamento de uma taxa extra) e para usufruírem das sessões de dança em comunhão com os outros estudantes seniores.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/danca-criativa/>

## **GRUPO DE JOGRAIS**

O Grupo de Jograis realizou os seus primeiros encontros no ano letivo 2013/2014.

O seu nome simboliza os poetas medievais que recorriam a cantigas e a poemas com o objetivo de entreter as pessoas. Assim, estes estudantes do 60+ selecionam poemas em português e vão a escolas, instituições sociais e a outras associações que os solicitem para apresentar a sua interpretação dos mesmos. Têm participado em eventos culturais da ESECS e em aulas de licenciatura e de mestrado, divulgando a língua e a cultura portuguesas entre os estudantes nacionais e estrangeiros.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/grupo-de-jograis/>

## **OFICINA DE ARTES PLÁSTICAS**

A Oficina de Artes Plásticas surgiu no ano 2014/2015. Maria João Gaspar, uma das estudantes do Programa 60+, ajuda os seus colegas a descobrir formas de expressar os seus talentos e interesses na área das artes plásticas.

As atividades desenvolvidas são maioritariamente a pintura sobre telas, sendo utilizadas técnicas diversas, mas também são realizados trabalhos manuais através da reutilização de materiais. O principal objetivo deste grupo é a descoberta da capacidade criativa e o seu desenvolvimento.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/oficina-de-artes-plasticas/>

## **OFICINA DE MANUALIDADES CRIATIVAS**

No ano letivo 2019/2020, um grupo de estudantes do Programa 60+ propôs a criação de um novo espaço de partilha e aprendizagem – a Oficina de Manualidades Criativas.

O objetivo é desenvolver trabalhos de tricot (em lã ou algodão), costura criativa, artesanato com diferentes materiais, nomeadamente reciclados, sob a orientação de algumas estudantes do Programa que têm habilidades nestas áreas e que estão dispostas a apoiar os seus colegas no desenvolvimento ou aperfeiçoamento dessas mesmas habilidades.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/oficina-de-manualidades-criativas/>

## **SESSENTUNA**

O interesse dos estudantes do 60+ na criação de uma Tuna manifestou-se desde o início do Programa, tendo os ensaios começado em abril de 2009.

A SessenTuna tem sido convidada a participar em eventos socioculturais e recreativos, organizados pelas escolas do Politécnico de Leiria ou por entidades externas. Tem assumido uma crescente vertente solidária, atuando em instituições de solidariedade social, para públicos diversificados: pessoas idosas, pessoas deficientes e crianças.

No presente ano letivo o grupo será orientado pela Prof. Ana Margarida Carreira (docente da ESECS).

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/tuna-60/>

## **PROJETO APRENDENDO+**

O projeto de Mentoria Sénior – Aprendendo+ resulta de uma parceria entre o Gabinete de Marketing Internacional (GMI), o Gabinete de Relações Públicas e Cooperação Internacional (GRPC-ESECS) e o Programa 60+ do Politécnico de Leiria, valorizando a articulação entre Escolas. Tem como principal objetivo promover a inserção social e académica de estudantes internacionais, através do apoio de mentores seniores.

Pretende-se potenciar a aproximação entre os estudantes das duas gerações e, através da criação de ambientes de aprendizagem descontraídos e não formais, contribuir para amenizar as principais dificuldades e constrangimentos enfrentados pelos estudantes internacionais aquando da sua transição para Portugal, bem como para aumentar a participação cívica e comunitária dos mentores seniores, contribuindo para a sua valorização pessoal e social.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/aprendendo/>

## **PROJETO ProAlfa**

O ProAlfa teve início em março de 2017 e é um projeto que 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 a esta vontade o facto dos estudantes do Programa 60+, após a reforma, quererem partilhar conhecimentos, criou-se uma parceria entre as duas instituições. Mas, nem só de letras e números vive o projeto. Durante as sessões há diálogo, reflexão sobre variadíssimos temas, acesso às novas tecnologias e, acima de tudo, dedicação e partilha.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/projeto-proalfa-2/>

## **PROJETO EN-RED-VERSAD@S. Clube de Poesia on-line**

A Universidade Sénior da Universidade da Corunha desenvolve o Projeto En-RED-Versados que, através da dinamização de um blogue (disponível em <https://enredversados.wordpress.com>), pretende divulgar a língua e a poesia portuguesas, bem como desenvolver competências no domínio do uso das TIC.

No sentido de alargar o âmbito de intervenção deste projeto, a Universidade da Corunha convidou o Programa 60+ a constituir-se como parceiro, envolvendo os seus estudantes nas dinâmicas de aprendizagem e de partilha que o mesmo proporciona, através de um processo colaborativo. A parceria entre as duas instituições teve início em março de 2019.

Pretende-se que os estudantes do 60+ divulguem a poesia de autores portugueses, nomeadamente a poesia de autoria própria, alimentando o blogue com textos e suportes audiovisuais escolhidos por si, comentando as publicações feitas por outras pessoas.

Ver mais em: <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/en%e2%80%90red%e2%80%90versads/>