

POLITÉCNICO DE LEIRIA

PROGRAMA 60+



**RELATÓRIO DE ATIVIDADES**

**Ano letivo de 2021/2022**

Comissão Científico-Pedagógica

Leiria, dezembro de 2023

## ÍNDICE

<b>ÍNDICE DE TABELAS .....</b>	<b>2</b>
<b>ACRÓNIMOS e SIGLAS .....</b>	<b>2</b>
<b>RESUMO de DADOS RELEVANTES .....</b>	<b>3</b>
<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>4</b>
<b>1. CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO-ALVO .....</b>	<b>5</b>
1.1. <i>Caracterização sociodemográfica .....</i>	<i>5</i>
<b>2. ATIVIDADES FORMATIVAS E SOCIOCULTURAIS .....</b>	<b>7</b>
2.1. <i>Atividades Regulares .....</i>	<i>7</i>
2.2. <i>Atividades pontuais .....</i>	<i>12</i>
<b>3. O 60+ COMO CAMPO DE TRABALHOS ACADÉMICOS.....</b>	<b>14</b>
<b>4. PARTICIPAÇÃO EM PROJETOS E REDES INTERINSTITUCIONAIS .....</b>	<b>14</b>
4.1. <i>Projetos Socioculturais.....</i>	<i>14</i>
4.2. <i>Projetos de Investigação-Ação.....</i>	<i>15</i>
4.3. <i>Colaboração com a RUTIS.....</i>	<i>15</i>
<b>5. DIVULGAÇÃO E DISSEMINAÇÃO DE RESULTADOS .....</b>	<b>16</b>
5.1. <i>Disseminação em eventos científicos .....</i>	<i>16</i>
5.2. <i>Publicações .....</i>	<i>16</i>
5.3. <i>Solicitação de Dados para o Diagnóstico Social de Leiria .....</i>	<i>17</i>
5.4. <i>Menções em outras publicações .....</i>	<i>17</i>
<b>CONCLUSÃO .....</b>	<b>18</b>

## ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica dos estudantes 60+ em 2021-2022 .....	6
Tabela 2- UC específicas do Programa, sujeitas a pagamento.....	8
Tabela 3- Atividades e Projetos Regulares.....	9
Tabela 4-Identificação dos temas das Conversas de Fim de Tarde .....	10
Tabela 5- Atividades pontuais – 1 e 2º semestres 2021-2022 .....	12
Tabela 6- Estágios curriculares realizados no âmbito do Programa .....	14
Tabela 7- Desenvolvimento de Projetos Socioculturais em parceria .....	14

## ACRÓNIMOS e SIGLAS

AMITEI	Associação de Solidariedade Social de Marrazes
APRe!	Associação de Aposentados, Pensionistas e Reformados
CCP	Comissão Científico-Pedagógica
CICS.NOVA.IPLeiria	Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais. Pólo de Leiria
CTeSP	Curso Técnico Superior Profissional
ESECS	Escola Superior de Educação e Ciências Sociais
ESTG	Escola Superior de Tecnologia e Gestão
FASE	Fundo de Apoio Social ao Estudante
GMI	Gabinete de Marketing Internacional
GRPC-ESECS	Gabinete de Relações Públicas e Cooperação Internacional
OASIS	Organização de Apoio e Solidariedade para a Integração Social
RUTIS	Rede de Universidades de Terceira Idade
SAS	Serviços de Ação Social
SNS	Serviço Nacional de Saúde
TIC	Tecnologias de Informação e Comunicação
UC	Unidade(s) Curricular(es)

## RESUMO de DADOS RELEVANTES

Iniciamos o relatório das atividades realizadas no âmbito do Programa 60+, no ano letivo 2021/2022, com um resumo dos dados entendidos pela Comissão Científico-Pedagógica como mais relevantes.

<b>Dados gerais</b>	
Nº de estudantes seniores inscritos no ano letivo	<b>76</b>
Nº de estudantes inscritos pela primeira vez	<b>14</b>
Nº de estudantes com inscrições anteriores	<b>62</b>
<b>Oferta específica para os estudantes seniores</b>	
Nº de UC/módulos do Programa (oferta específica sujeita a propina)	<b>14</b>
Nº de atividades regulares gratuitas (oferta específica não sujeita a propina)	<b>11</b>
Nº de atividades pontuais	<b>17</b>
<b>Colaboradores em atividades específicas do Programa</b>	
Nº de docentes contratados	<b>3</b>
Nº de docentes em colaboração voluntária regular	<b>4</b>
Nº de docentes em colaboração voluntária pontual	<b>16</b>
Nº de voluntários (ao abrigo do Regulamento n.º 752/2018)	<b>1</b>
Nº de jovens estudantes voluntários (a dinamizar atividades do 60+)	<b>2</b>
Nº de jovens colaboradores ao abrigo da bolsa FASE	<b>2</b>
<b>Projetos e parcerias com entidades externas</b>	
Nº de projetos de investigação-ação em parceria	<b>1</b>
Nº de projetos socioculturais em parceria	<b>4</b>
Nº de ações em articulação com entidades externas	<b>9</b>
<b>Dimensão científica e académica</b>	
Nº de participações em eventos científicos	<b>2</b>
Nº de publicações	<b>9</b>
Menções em publicações externas	<b>2</b>
Nº de estágios académicos	<b>1</b>
Nº de seminários/workshops/jornadas dinamizados (as Conversas de Fim de Tarde são contabilizados como 1 evento)	<b>2</b>
<b>Dimensão sociocultural</b>	
Nº de participações dos estudantes 60+ em eventos internos	<b>7</b>
Nº de participações dos estudantes 60+ em eventos externos	<b>3</b>
Nº de visitas de estudo	<b>3</b>

## INTRODUÇÃO

O presente relatório tem por objetivo apresentar alguns dados de caracterização dos estudantes seniores que frequentaram o Programa 60+, no ano letivo de 2021/2022, bem como a descrição e a avaliação das atividades realizadas no referido período. A informação, apresentada de forma concisa, é considerada relevante para a caracterização e avaliação das atividades realizadas. Para complementar esta caracterização, é dada indicação de consulta de registos disponíveis *online*, em particular no site do 60+ ([www.60mais.ipleiria.pt](http://www.60mais.ipleiria.pt)).

As atividades realizaram-se de acordo com o calendário letivo e com os horários<sup>1</sup> que foram definidos pela coordenação, em articulação com os responsáveis pelas várias iniciativas. Houve, ainda, um conjunto de atividades pontuais sugeridas e dinamizadas por diversos intervenientes (coordenação do Programa, docentes, estudantes, colaboradores ou entidades externas ao Politécnico de Leiria), que foram divulgadas através de canais de comunicação digital (email, site, facebook), de suportes gráficos e presencialmente.

Na sequência do levantamento das restrições associadas à pandemia por SARS-CoV-2, que, nos anos anteriores, obrigaram a uma reestruturação significativa da oferta e das dinâmicas pedagógicas, foi possível retomar a inscrição em unidades curriculares (UC) dos cursos de licenciatura e dos cursos técnicos superiores profissionais (CTeSP), bem como realizar atividades recreativas e socioculturais, que juntaram os estudantes seniores e, com alguma frequência, os estudantes mais jovens.

O ensino presencial foi retomado, mas, dado o sucesso de algumas iniciativas que haviam decorrido online e que tinham alargado os públicos a que as mesmas chegavam, manteve-se o recurso a esta metodologia, exclusivamente a distância ou em registo misto, em sessões síncronas. Também os materiais e recursos das UC de Inglês e TIC continuaram a ser disponibilizados na plataforma moodle.

---

<sup>1</sup> Horários disponíveis em [https://60mais.ipleiria.pt/files/2020/09/Horario\\_UC\\_Atividades\\_1semestre-2.pdf](https://60mais.ipleiria.pt/files/2020/09/Horario_UC_Atividades_1semestre-2.pdf), para o 1º semestre e em [https://60mais.ipleiria.pt/files/2021/02/Horario\\_UC\\_Atividades\\_2semestre.pdf](https://60mais.ipleiria.pt/files/2021/02/Horario_UC_Atividades_2semestre.pdf), para o segundo semestre.

# 1. CARACTERIZAÇÃO DO PÚBLICO-ALVO

## 1.1. Caracterização sociodemográfica

No período em análise, o número total de estudantes inscritos<sup>2</sup> foi de 76, registando-se uma retoma significativa, ainda que não tenha atingido os valores dos anos anteriores à pandemia.

Destes, 14 inscreveram-se pela primeira vez e 62 renovaram a sua inscrição. Assim, a taxa de permanência<sup>3</sup> é elevada, situando-se nos 73%. A taxa de rejuvenescimento<sup>4</sup> situa-se nos 18%. Este valor mantém a tendência de aumento do número de novos estudantes, ainda que a percentagem se tenha diluído face à reinscrição de muitos dos estudantes mais antigos, que não se haviam inscrito no ano anterior. Também o padrão de permanência durante vários anos se mantém: 58% dos seniores frequentam o Programa há 4 ou mais anos.

Como vem sendo habitual, o número de inscritos no 1º semestre (n=64) foi superior ao do 2º semestre (n=61).

As características sociodemográficas predominantes (sexo, idade, habilitações académicas, profissão e residência) apresentadas na tabela 1, são as seguintes:

- a feminização do público que frequenta o Programa continua relevante, ainda que menos acentuada do que nos anos anteriores;
- a faixa etária dominante é a dos 70 aos 79 anos (47,3%), evidenciando um envelhecimento dos estudantes inscritos;
- o ensino superior (licenciatura) é o nível de escolaridade com maior representatividade (44,7%), ainda que esta tenha diminuído por comparação com os anos anteriores. Estes dados sugerem que foram os seniores com escolaridade mais elevada que mais temeram os efeitos da pandemia e que não renovaram a sua inscrição neste ano letivo;
- a categoria profissional<sup>5</sup> mais significativa é a dos especialistas das atividades intelectuais e científicas (50%),
- a grande maioria dos estudantes inscritos no ano em análise reside no concelho de Leiria (96,1%), tal como verificado nos anos anteriores.

---

<sup>2</sup> Uma vez que as inscrições no Programa 60+ 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.

<sup>3</sup> Definimos a taxa de permanência como o número de pessoas que já se inscreveram em anos letivos anteriores, face ao total de inscritos.

<sup>4</sup> 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.

<sup>5</sup> De acordo com a Classificação Portuguesa das Profissões de 2010, do Instituto Nacional de Estatística.

**Tabela 1 – Caracterização sociodemográfica dos estudantes 60+ em 2021-2022**

		<b>n= 76</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>	Feminino	44	57,9
	Masculino	32	42,1
<b>Idade</b>	50-59	3	3,9
	60-69	33	43,4
	70-79	36	47,3
	>=80	4	5,5
<b>Habilitações académicas</b>	1º ciclo do ensino básico	2	2,6
	2º ciclo do ensino básico	2	2,6
	3º ciclo do ensino básico	13	17,1
	Ensino Secundário	18	23,2
	Ensino Médio/ Bacharelato	7	9,2
	Licenciatura	34	44,7
<b>Categoria Profissional</b>	1 - Representantes do Poder Legislativo, Dirigentes, Diretores e Gestores	8	10,6
	2 - Especialistas das Atividades Intelectuais e Científicas	38	50
	3 - Técnicos e Profissões de Nível Intermédio	12	15,8
	4 - Pessoal Administrativo	12	15,8
	5 - Trabalhadores dos Serviços Pessoais, de Proteção e Segurança e Vendedores	1	1,3
	7 - Trabalhadores Qualificados da Indústria, Construção e Artífices	2	2,6
	8 - Operadores de Inst. De Máq. E Trab. Da Montagem	1	1,3
	10 - Domésticas	2	2,6
<b>Residência</b>	Alcanena	1	1,3
	Marinha Grande	1	1,3
	Ourém	1	1,3
	Leiria	73	96,1

## **2. ATIVIDADES FORMATIVAS E SOCIOCULTURAIS**

No ano letivo em análise, a possibilidade de frequentar as UC dos cursos de licenciatura e TeSP, em regime presencial, foi retomada, bem como as atividades específicas de cariz formativo, cultural e recreativo. Ainda assim, devido às vantagens que haviam sido reconhecidas por alguns seniores à interação online, mantiveram-se algumas iniciativas com esse formato ou com um formato misto, nomeadamente as Conversas de Fim de Tarde, com regularidade semanal, que foram mantidas no plano semanas de atividades da Universidade Sénior Virtual da Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS), que divulgou os links das sessões Zoom entre os seus associados.

Nas tabelas seguintes, apresentar-se-ão as atividades regulares (pagas e gratuitas), os seus dinamizadores e o número de inscritos nas mesmas<sup>6</sup>. Realçamos que os números que constam nas tabelas se reportam às pessoas que mostram interesse em participar nas UC e atividades no início do ano letivo, ficando essa intenção registada na base de dados. Contudo, ao longo do ano, a frequência e a assiduidade são muito variáveis.

### **2.1. Atividades Regulares**

Estiveram em funcionamento oito turmas (em formato de módulos, com uma duração mais curta do que nos anos anteriores) na área das TIC; duas turmas de inglês, de nível elementar (A1/A2); duas turmas de inglês, de nível intermédio (B1/B2) e duas turmas de Atividade Física. A oferta formativa do Programa (Tabela 2) é delineada pela Coordenação, ouvida a Comissão Científico-Pedagógica (CCP) e os docentes responsáveis pelas UC, e tendo em conta as opiniões dos estudantes, evidenciadas no questionário de avaliação que é enviado para todos, no final do ano letivo.

A dinamização das UC foi assegurada por três docentes contratados pela Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (ESECS).

---

<sup>6</sup> Os programas das UC e de alguns projetos estão disponíveis <https://60mais.ipleiria.pt/2021/09/09/bem-vindo-ao-ano-letivo-21-22/>, para o 1º semestre, e em <https://60mais.ipleiria.pt/2022/02/17/programas-das-uc-especificas-do-60/>, para o 2º semestre.



**Tabela 2- UC específicas do Programa, sujeitas a pagamento**

<b>DESIGNAÇÃO</b>	<b>Dinamizadores</b>
Inglês Intermédio (I e II)	Fátima Barbeiro Neto (docente ESECS)
Inglês Elementar (I e II)	Fátima Barbeiro Neto (docente ESECS)
Atividade Física (I e II)	Diogo Mendes (docente ESECS)
Comunicar em Videoconferência e Videochamada	Adriana Lage (docente ESECS)
Edição de Fotografia 1	Adriana Lage (docente ESECS)
Edição de Vídeo 1	Adriana Lage (docente ESECS)
Intervenção em Redes Sociais 1	Adriana Lage (docente ESECS)
Edição de Fotografia 2	Adriana Lage (docente ESECS)
Edição de Vídeo 2	Adriana Lage (docente ESECS)
Ferramentas da Produtividade	Adriana Lage (docente ESECS)
Serviços On-Line	Adriana Lage (docente ESECS)

Na tabela 3 apresenta-se o levantamento das atividades culturais, socioeducativas e recreativas, de carácter regular, que não implicam custos para os estudantes seniores. São dinamizadas pelos próprios, por outros estudantes, no âmbito dos seus cursos ou do Programa FASE (SAS do Politécnico de Leiria), ou por docentes e colaboradores da ESECS, que, a título voluntário, pretendem dar um contributo para aumentar a oferta<sup>7</sup>. Disponibilizam-se as ligações para as plataformas virtuais onde as atividades estão descritas e ilustradas com imagens.

<sup>7</sup> Para consultar mais informação sobre os projetos e atividades desenvolvidas aceder a <https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/>

**Tabela 3- Atividades e Projetos Regulares**

<b>DESIGNAÇÃO DAS ATIVIDADES</b>	<b>RESPONSÁVEIS/COLABORADORES</b>
BOOK CLUB – Clube de Leitura em Inglês	Fátima Barbeiro Neto (docente ESECS – colaboração voluntária)
CLUBE DE LEITURA E DE ESCRITA <a href="https://60mais.ipleiria.pt/clube-da-escrita-e-da-leitura/">https://60mais.ipleiria.pt/clube-da-escrita-e-da-leitura/</a>	Maria José Gamboa (docente da ESECS – colaboração voluntária)
CONVERSAS DE FIM DE TARDE <a href="https://60mais.ipleiria.pt/conversas-de-fim-de-tarde/">https://60mais.ipleiria.pt/conversas-de-fim-de-tarde/</a>	Coordenação do 60+ Vários dinamizadores (internos e externos)
DANÇA	Clara Leão (docente da ESECS) em parceria com o Centro Social e Paroquial dos Pousos
ENCONTROS DE REFLEXÃO SOBRE TEMAS DE CIÊNCIA <a href="https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/encontros-de-reflexao-sobre-temas-gerais-de-ciencia/">https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/encontros-de-reflexao-sobre-temas-gerais-de-ciencia/</a>	Alzira Rascão Saraiva (Prof. Jubilada da ESECS – colaboração voluntária)
GRUPO DE JOGRAIS <a href="https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/grupo-de-jograis/">https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/grupo-de-jograis/</a>	Grupo de estudantes do 60+
INGLÊS DO DIA-A-DIA (Iniciação)	Inês Neto (FASE)
OFICINA DE MANUALIDADES <a href="https://60mais.ipleiria.pt/oficina-de-manualidades-criativas/">https://60mais.ipleiria.pt/oficina-de-manualidades-criativas/</a>	Maria Helena Santos/ Isaura Lavrador/ Isabel Agostinho (estudantes 60+)
OFICINA DE INICIAÇÃO AO USO DO COMPUTADOR	Marli Teixeira (FASE)
PROJETO CULTIVO DIVERTIDO <a href="https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/projeto-cultivo-divertido/">https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/projeto-cultivo-divertido/</a>	Grupo de estudantes do 60+
SESSENTUNA <a href="https://60mais.ipleiria.pt/tuna-60/">https://60mais.ipleiria.pt/tuna-60/</a>	Ana Margarida Carreira (docente da ESECS – colaboração voluntária)

**Tabela 4-Identificação dos temas das Conversas de Fim de Tarde**

<b>Atividades</b>	<b>Responsável/Dinamizador</b>
27 de outubro de 2021- 1º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Voltar à escola: Motivações e expectativas dos estudantes seniores”	Luísa Pimentel (Docente da ESECS e coordenadora do Programa 60+)
03 de novembro de 2021- 2º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Contos de orelha a orelha: um projeto de combate à solidão”	Miguel Mesquita (Animador da Associação AMITEI) Lurdes Canas (Estudante dos 60+ e voluntária no projeto)
10 de novembro de 2021- 3º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Quando o conflito bate à porta! Mediação como forma alternativa de resolução de conflitos”	Susana Monteiro (Docente da ESECS)
17 de novembro de 2021- 4º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Constituição e pandemia: tópicos para um possível aperfeiçoamento”	Mário Barata (Docente ESECS)
24 de novembro de 2021- 5º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “O melhor de Mim” e o mindset de crescimento”	Paula Ferreira (Docente ESECS)
15 de dezembro de 2021- 6º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Lidar com o desperdício alimentar- Movimento ReFood”	César Lopes (Responsável pela delegação de Leiria do Movimento ReFood) Natália Marques (Estudante dos 60+ e voluntária ReFood)
05 de janeiro de 2022- 7º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Reminiscências- reflexos do tempo”	Dr.ª Irene Tereso (Psicóloga da Associação InPulsar e coordenadora técnica do CLDS4G)
12 de janeiro de 2022- 8º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Teletrabalho: pandemia, direitos dos trabalhadores e modificação do regime jurídico”	Mário Barata (Docente da ESECS)
19 de janeiro de 2022- 9º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Estudantes Guineenses em Portugal”	Braima Camará (Estudante Internacional da ESECS)
26 de janeiro de 2022- 10º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Amália Intemporal”	Prof. Joaquim Vicente Rodrigues (Presidente da Fundação Amália) Dra. Joana Machado (Investigadora da Fundação Amália)
02 de fevereiro de 2022- 11º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Ser Pastor: com tradição”	Sr. Avelino Alves (Pastor da Serra da Estrela) Cezarina Maurício (Docente da ESECS)
23 de fevereiro de 2022- 12º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Democracia e Participação Eleitoral”	Mário Barata (Docente da ESECS)

02 de março de 2022- 13º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “O lugar dos Avós na vida de todos nós”	Luísa Pimentel (Docente da ESECS e Coordenadora do Programa 60+)
09 de março de 2022- 14º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Qual o futuro da União Europeia?”	Susana Monteiro (Docente da ESECS)
17 de março de 2022- 15º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Somos cidadãos da União Europeia! E então?”	Susana Monteiro (Docente da ESECS)
23 de março de 2022- 16º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Os Direitos Sociais das Pessoas mais Velhas”	Dra. Maria do Rosário Gama (Membro da direção da APRe!)
30 de março de 2022- 17º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Agenda Internacional sobre o Envelhecimento”	Dra. Anabela Paixão (Membro da direção da APRe!)
20 de abril de 2022- 18º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Viajando com os Estudantes Internacionais do Politécnico de Leiria”	Birgite Armando John e Farida Aiupa (Estudantes da ESECS)
27 de abril de 2022- 19º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Viajando com os Estudantes Internacionais do Politécnico de Leiria”	Grazyele Aparecida Couto e Nicole Leal Bonuti (Estudantes da ESECS)
04 de maio de 2022- 20º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Viajando com os Estudantes Internacionais do Politécnico de Leiria”	LIU YUXUAN (Bella) e JI YUNXIAN (Raquel) (Estudantes da ESECS)
11 de maio de 2022- 21º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “A liberdade de expressão e os seus limites – o episódio dos Óscares”	Sofia Caseiro (Docente da ESECS)
18 de maio de 2022- 22º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Sexo, Direito e Sociedade”	Tiago Ribeiro (Docente da ESECS)
25 de maio de 2022- 23º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Projeto-piloto de Promoção da Atividade Física no Serviço Nacional de Saúde”	Rogério Salvador (Docente da ESECS)
01 de junho de 2022- 24º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Problemas de saúde mental”	Marta Fonseca (Docente da ESECS)
08 de junho de 2022- 25º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “SOS UCRANIA: a intervenção integrada do Município de Leiria”	Ana Filipa Soledade (Docente da ESECS)
15 de junho de 2022- 26º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Palavras que ficaram por descobrir: o projeto educativo sénior e o impacto da pandemia”	Vera Repolho (Docente da ESECS)
22 de junho de 2022- 27º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Heranças e Testamentos”	Sofia Fernandes (Docente da ESTG)
29 de junho de 2022- 28º Conversas de Fim de Tarde, com o tema “Problemas de saúde mental... e além disso”	Odília Abreu (Docente da ESECS)

## 2.2. Atividades pontuais

Durante o ano letivo de 2021-2022 realizaram-se outras atividades gratuitas, de cariz socioeducativo, cultural e recreativo que, não sendo regulares, designamos de pontuais<sup>8</sup> (Tabela 5).

**Tabela 5- Atividades pontuais – 1 e 2º semestres 2021-2022**

<b>Atividades</b>	<b>Responsável/Dinamizador</b>
01 de outubro de 2021- Atividade Intergeracional e Intercultural. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2021/10/17/atividade-intergeracional-e-intercultural/">https://60mais.ipleiria.pt/2021/10/17/atividade-intergeracional-e-intercultural/</a>	Coordenação Programa 60+ Gabinete de Relações Públicas e Cooperação Internacional Coordenação do curso de Língua Portuguesa Aplicada
04 de novembro de 2021- Praxe Solidária no Cultivo Divertido. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2021/11/08/praxe-solidaria-no-cultivo-divertido/">https://60mais.ipleiria.pt/2021/11/08/praxe-solidaria-no-cultivo-divertido/</a>	Coordenação Programa 60+ Coordenação CTeSP em Intervenção Social e Comunitária
11 de novembro de 2021- Festa de Abertura do ano letivo 21-22. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2021/11/19/festa-de-abertura-do-ano-letivo-21-22/">https://60mais.ipleiria.pt/2021/11/19/festa-de-abertura-do-ano-letivo-21-22/</a>	Coordenação Programa 60+
11 de dezembro de 2021- Os jograis em lançamento de livro. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2021/12/07/os-jograis-em-lancamento-de-livro/">https://60mais.ipleiria.pt/2021/12/07/os-jograis-em-lancamento-de-livro/</a>	Coordenação Programa 60+ Associação OASIS
14 de dezembro de 2021- Boas Festas na ESECS. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2021/12/14/9276/">https://60mais.ipleiria.pt/2021/12/14/9276/</a>	Coordenação Programa 60+
15 de dezembro de 2021- Participação no Day & Night Sessions. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2021/12/07/participacao-no-day-night-sessions/">https://60mais.ipleiria.pt/2021/12/07/participacao-no-day-night-sessions/</a>	Coordenação Programa 60+ Coordenação CTeSP em Serviços Jurídicos
11 de janeiro de 2022- Votos de Feliz Ano Novo no Politécnico de Leiria. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/01/12/votos-de-feliz-ano-novo-no-politecnico-de-leiria/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/01/12/votos-de-feliz-ano-novo-no-politecnico-de-leiria/</a>	Coordenação Programa 60+

<sup>8</sup> Consideram-se atividades pontuais as que são desenvolvidas na sequência de propostas dos estudantes do Programa, que se organizaram com o objetivo de usufruir de momentos de convívio e de enriquecimento cultural; de propostas de estagiários de licenciatura ou de mestrado; de propostas de docentes das UC, que incluíam iniciativas socioculturais nos seus programas; de propostas da coordenação do Programa; de convites para participar em iniciativas dinamizadas pelas unidades orgânicas do Politécnico de Leiria ou de convites de instituições externas.

21 de janeiro de 2022- Encontros Virtuais: adaptação aos novos tempos. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/01/21/encontros-virtuais-adaptacao-aos-novos-tempos/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/01/21/encontros-virtuais-adaptacao-aos-novos-tempos/</a>	Coordenação Programa 60+ Prof. Alzira Saraiva
03 de fevereiro de 2022- Passeio pela Cidade de Leiria. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/02/07/passeio-pela-cidade-de-leiria/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/02/07/passeio-pela-cidade-de-leiria/</a>	Coordenação Programa 60+ Representantes dos Estudantes 60+
24 de fevereiro de 2022- Regresso ao Chá das Quintas- <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/02/23/regresso-ao-cha-das-quintas/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/02/23/regresso-ao-cha-das-quintas/</a>	Coordenação Programa 60+ Representantes dos Estudantes 60+
31 de março de 2022- Chá das Quintas. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/04/14/cha-das-quintas-5/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/04/14/cha-das-quintas-5/</a>	Coordenação Programa 60+ Representantes dos Estudantes 60+
13 de abril de 2022. O 60+ no Redes na Quint@. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/04/24/o-60-no-redes-na-quint/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/04/24/o-60-no-redes-na-quint/</a>	Coordenação Programa 60+ InPulsar
22 a 25 de abril de 2022- Mundos de Poesia. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/04/18/mundos-de-poesia/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/04/18/mundos-de-poesia/</a>	Coordenação Programa 60+ Município de Leiria
02 de junho de 2022- Visita ao Museu do Vidro- Marinha Grande. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/05/20/visita-ao-museu-do-vidro-marinha-grande/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/05/20/visita-ao-museu-do-vidro-marinha-grande/</a>	Coordenação Programa 60+ Representantes dos Estudantes 60+
17 de maio de 2022- O Grupo de Jograis com as Crianças da Quinta do Alçada. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/05/25/o-grupo-de-jograis-com-as-criancas-da-quinta-do-alcada/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/05/25/o-grupo-de-jograis-com-as-criancas-da-quinta-do-alcada/</a>	Coordenação Programa 60+ InPulsar
07 de junho de 2022- Visita de Estudo Dino Parque <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/06/08/visita-de-estudo-dino-parque/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/06/08/visita-de-estudo-dino-parque/</a>	Coordenação Programa 60+ Representantes dos Estudantes 60+
23 de junho de 2022- Festa de encerramento 21-22. <a href="https://60mais.ipleiria.pt/2022/06/17/festa-de-encerramento-21-22/">https://60mais.ipleiria.pt/2022/06/17/festa-de-encerramento-21-22/</a>	Coordenação Programa 60+

Neste ponto, destaca-se a realização das **II Jornadas Intergeracionais de Educação e Cidadania [As Artes e os Outros]**, a 7 de abril de 2022, online. Esta iniciativa manteve o carácter colaborativo e agregador da primeira edição, como resultado da parceria entre participantes de todas as Escolas do

Politécnico de Leiria, de várias Unidades de Investigação, bem como de diversas entidades externas. Tal como na primeira edição, a avaliação global foi muito positiva, pela qualidade dos diversos contributos e pela quantidade de pessoas envolvidas. Para mais informação poder-se-á consultar <https://sites.ipleiria.pt/2jornadaseduci/>

### 3. O 60+ COMO CAMPO DE TRABALHOS ACADÉMICOS

Ao longo do ano letivo, foram recebidos vários pedidos de colaboração por parte de estudantes do Politécnico de Leiria e de outras instituições de ensino, no sentido de obterem o contributo da coordenação, dos colaboradores e dos estudantes do Programa 60+ para a realização de trabalhos, no âmbito de UC, bem como de pesquisas de mestrado e de doutoramento. Estes implicaram a aplicação de questionários e de entrevistas para recolha de dados. Houve, ainda, oportunidade de proporcionar estágio a uma estudante da ESECS.

**Tabela 6- Estágios curriculares realizados no âmbito do Programa**

ALUNO	ENQUADRAMENTO	ORIENTADOR
Rafaela Lourenço	Estágio curricular do 2º ano do curso TeSP em Intervenção Social e comunitária – 2º semestre	Luísa Pimentel

### 4. PARTICIPAÇÃO EM PROJETOS E REDES INTERINSTITUCIONAIS

#### 4.1. Projetos Socioculturais

**Tabela 7- Desenvolvimento de Projetos Socioculturais em parceria**

Designação	Descrição
<b>AmadureSENDO</b>	Partindo da constatação de que a Pandemia agravou situações de isolamento e de solidão e de que havia necessidade de estabelecer um contacto próximo com alguns estudantes e antigos estudantes do 60+, surgiu o AmadureSENDO. Este é um projeto que procura dinamizar espaços de encontro, destinados a todos os estudantes do Programa 60+, com o objetivo geral de promover a proximidade entre si e o apoio mútuo, através de conversas informais e descontraídas. Ver mais em: <a href="https://60mais.ipleiria.pt/amaduresendo/">https://60mais.ipleiria.pt/amaduresendo/</a>

<p><b>Aprendendo+ Projeto de Mentoria Sénior</b> Parceria entre vários serviços do Politécnico de Leiria</p>	<p>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. Para mais informação: <a href="https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/aprendendo/">https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/aprendendo/</a></p>
<p><b>En-Red-Versados.</b> Em parceria com a Universidade Senior da Universidade da Corunha</p>	<p>A participação neste projeto, a convite dos responsáveis da Universidade Sénior da Universidade da Corunha, tem como objetivo central a promoção da aprendizagem da língua portuguesa, através da partilha de textos poéticos, e a aprendizagem das tecnologias da informação e da comunicação, através da utilização de uma plataforma digital como base do processo colaborativo. Pretende-se que os estudantes do 60+ divulguem a poesia de autores portugueses, com textos escolhidos por si, e comentem as publicações feitas por outras pessoas (blogue disponível em <a href="https://enredversados.wordpress.com/">https://enredversados.wordpress.com/</a>). Para mais informação: <a href="https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/en%e2%80%90red%e2%80%90versads/">https://60mais.ipleiria.pt/o-que-fazemos/projetos/en%e2%80%90red%e2%80%90versads/</a></p>
<p><b>Projeto-Piloto de Promoção da Atividade Física no Serviço Nacional de Saúde.</b></p>	<p>Este projeto resulta de uma parceria entre a Escola Superior de Educação e Ciência Sociais, através do curso de Mestrado em Prescrição do Exercício e Promoção da Saúde, e o Centro de Saúde dos Marrazes – Leiria. Os profissionais de saúde responsáveis pela consulta de atividade física, encaminham as pessoas com patologias específicas (consideradas prioritárias no âmbito do Programa do SNS) para profissionais (fisiologistas do exercício) que efetuam a prescrição de exercício físico adequado a cada caso. Estas pessoas integram a turma de Atividade Física do Programa 60+, realizando um plano de exercício adaptado às suas características e necessidades. Para mais informação: <a href="https://60mais.ipleiria.pt/promocao-da-atividade-fisica-no-servico-nacional-de-saude/">https://60mais.ipleiria.pt/promocao-da-atividade-fisica-no-servico-nacional-de-saude/</a></p>

#### 4.2. Projetos de Investigação-Ação

Desenvolvimento do Projeto de Investigação-Ação ProAlfa – Oficinas de Alfabetização de seniores para seniores, com o apoio do CICS.NOVA.IPLeiria e parceria com a AMITEI - Leiria. Equipa de investigadores: Sara Mónico Lopes, Luísa Pimentel, Jenny Gil Sousa, Catarina Mangas e Miguel Mesquita.

#### 4.3. Colaboração com a RUTIS

A colaboração com a RUTIS (organização da qual o 60+ é membro observador) implicou a habitual articulação para divulgação de informação de interesse para os estudantes seniores e de iniciativas desenvolvidas pelo Programa, em particular a inclusão de atividades do 60+ na agenda da Universidade Sénior Virtual criada por esta organização (disponível através do site <http://seniorvirtual.pt>). Esta iniciativa, pensada para os estudantes seniores confinados aos seus



contextos domésticos, disponibilizou um conjunto de conteúdos que poderiam ser do interesse dos estudantes 60+. A informação sobre estas iniciativas foi disseminada através de email e do Facebook.

Esta parceria foi particularmente frutífera na divulgação das Conversas de Fim de Tarde, que integraram a agenda da Universidade Sénior Virtual e, conseqüentemente, envolveram a participação de pessoas de todo o país.

## 5. DIVULGAÇÃO E DISSEMINAÇÃO DE RESULTADOS

### 5.1. Disseminação em eventos científicos

- Apresentação da comunicação “Novas respostas para novas demandas: a emergência do Projeto AmadureSENDO no âmbito do Programa 60+” no AGEING CONGRESS 2022 - V Congresso Internacional sobre Envelhecimento: Envelhecer num mundo envelhecido, promovido pela ANGES, em colaboração com a Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria, o Centro Interdisciplinar de Ciências Sociais da Universidade Nova de Lisboa - Polo de Leiria e a Câmara Municipal de Pombal, realizado a 26, 27 e 28 de Maio de 2022.

- Apresentação da comunicação “O Programa 60+ como um lugar de educação ao longo da vida”, a 25 de maio de 2022, no II Ciclo de Seminários – O lugar da educação ao longo da vida, das práticas e dos intervenientes num mundo em (trans)formação, organizado no âmbito do Curso de Mestrado em Ciências da Educação – Especialização em Desenvolvimento Comunitário, na Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria.

### 5.2. Publicações<sup>9</sup>

Maurício, C., Lopes, S., Pimentel, L. & Beato, I. (2021). O olhar dos estudantes seniores do Programa 60+ sobre o ensino a distância, num contexto pandémico. In *miOne World: 1st International Conference Online Social Environments for Active Ageing: book of abstracts*, pp. 85-88. file:///C:/Users/Sara%20Lopes/Downloads/Livro%20de%20resumos\_SEDUCE\_19nov%20(1).pdf

Pimentel, L., Santinho Maurício, C., Beato, I., Cunha, S. (2021). *Aprendendo+*: um projeto de mentoria sénior para estudantes internacionais. In H.G. Pinto, I.S. Dias, M.O. Abreu, R. G. Muñoz (orgs). *Conferência Internacional Investigação Práticas em Contextos de Educação*. Politécnico de Leiria. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. (no prelo)

Abreu, A., Amaro, M., Santinho Maurício, C., Pimentel, L. (2021). Os museus e a sétima arte no Programa 60+: atividades online em contexto de pandemia. In H.G. Pinto, I.S. Dias, M.O. Abreu, R. G.

---

<sup>9</sup> Disponíveis em <http://60mais.ipleiria.pt/nos-nos-media/media-2/o-que-aconselhamos/publicacoes/>

Muñoz (orgs). Conferência Internacional Investigação Práticas em Contextos de Educação. Politécnico de Leiria. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. (no prelo)

Neto, F. A.; Lopes, S. M. & Pimentel, L. (2021). Potenciar a educação e a inclusão de seniores num contexto de ensino superior em Portugal. Atas do Congresso Internacional sobre Metodologia: Desafios Metodológicos Atuais (qualis2021) p.316. 7, 8 e 9 de julho de 2021 [Formato Online]. Santiago de Compostela. [https://methodology.pt/wp-content/uploads/2021/10/1.Qualis21\\_EbookResumos\\_v6\\_compressed.pdf](https://methodology.pt/wp-content/uploads/2021/10/1.Qualis21_EbookResumos_v6_compressed.pdf)

Lopes, S. & Pimentel, S. (2021). O Politécnico de Leiria aproximando gerações. In Atas do XV Congresso da Sociedade Portuguesa de Ciências Sociais - Liberdade, Equidade e Emancipação, pp. 310-320. 10 a 12 de setembro. Porto: Sociedade Portuguesa de Ciências da Educação [https://eu-central-1.linodeobjects.com/evt4-media/documents/Livro\\_de\\_Atas\\_SPCE\\_2020\\_V2.pdf](https://eu-central-1.linodeobjects.com/evt4-media/documents/Livro_de_Atas_SPCE_2020_V2.pdf)

Santinho Maurício, C.; Matias, L.; Vicente, J. & Pimentel, L. (2021). As TIC como instrumento de apoio nas estruturas residenciais para idosos, em contexto de pandemia: uma análise exploratória. 2º Congresso Internacional Age.Comm Longevidade e Desenvolvimento. Livro de Resumos. Instituto Politécnico de Castelo Branco. ISBN: 978-989-53300-1-0.

Pimentel, L., Maurício, C. S. & Monteiro, S.S. (2022). As conversas de fim de tarde: uma iniciativa do programa 60+ Do Politécnico de Leiria no quadro da educação ao longo da vida na União Europeia. In Lopes, S.& Sousa, J. (coord.). O lugar da Educação ao Longo da Vida. Das Práticas e dos Intervenientes num Mundo em (Trans)formação (pp. 229-254). Almedina.

Pimentel, L., Lopes, S. & Maurício, C. (2022). Modelo inovador e inclusivo de aprendizagem para seniores no ensino superior: o exemplo do Programa 60+. In C. Mangas & J. Sousa (Coord.). Educação inclusiva e acessível: oportunidades e sinergias (pp.151-167). Almedina.

Neto, F., Lopes, S. & Pimentel, L. (2022). A aprendizagem da língua inglesa como oportunidade de inclusão e participação dos seniores na sociedade. In C. Mangas & J. Sousa (Coord.). Educação inclusiva e acessível: oportunidades e sinergias (pp.169-188). Almedina.

### **5.3. Solicitação de Dados para o Diagnóstico Social de Leiria**

A coordenação do Programa foi contactada pela diretora técnica do Centro de Convívio da 3ª Idade da Freguesia de Leiria, tendo em vista a realização do de um levantamento de dados no âmbito do Conselho Local de Ação Social de Leiria. As questões colocadas prendiam-se com a caracterização do público abrangido, com o tipo de respostas e atividades que promovemos e com as dificuldades encontradas.

### **5.4. Menções em outras publicações**

Jacob, L. (2022). Universidades seniores em Portugal: educação, gerontologia e economia social. (2022). RUTIS

## CONCLUSÃO

No ano letivo 2021/2022 retomaram-se as dinâmicas pedagógicas e relacionais anteriores à pandemia, ainda que houvesse resquícios dos receios que marcaram os últimos dois anos, levando alguns estudantes a manifestar vontade de se inscreverem caso as atividades se mantivessem online, mas não se realizassem presencialmente.

Houve uma recuperação significativa do número de estudantes, tanto dos que já frequentam o Programa há vários anos, como de novos elementos. Paulatinamente, as atividades de convívio foram retomadas, assim como a interação com os jovens e as oportunidades de convivência e de aprendizagem intergeracional.

Criaram-se grupos no WhatsApp que facilitaram a disseminação de informação, a interação entre os estudantes e a partilha de ideias. Houve necessidade de criar um “grupo social”, para partilha de conteúdos indiferenciados, pelos estudantes, e um mais formal, para partilha de conteúdos relacionados exclusivamente com as atividades do Programa.

Mantivemos a divulgação alargada das atividades que se realizavam através das plataformas digitais ou de momentos de convívio presencial (por exemplo do Chá das Quintas) e que eram de acesso aberto. Essa divulgação era efetuada através de contactos telefónicos entre colegas, de uma lista de contactos de email dos estudantes inscritos nos últimos anos, bem como através da agenda da Universidade Virtual da RUTIS.

O contacto com as pessoas que se voltaram a inscrever e a informação de estudantes que conheciam diversas situações de isolamento e de solidão, permitiram-nos perceber que os períodos de confinamento tinham tido impactos negativos na saúde física e mental de alguns estudantes e antigos estudantes 60+. Para além dos contactos solidários e espontâneos dos seus colegas, de jovens voluntários e de colaboradores do Programa, a coordenação entendeu que faria sentido criar uma iniciativa organizada, que reunisse um grupo de pessoas (voluntárias) que, regularmente, criassem espaços de encontro e de partilha de experiências pessoais, para atenuar esses impactos. Assim, surgiu o AmadureSENDO. Pretendia-se, ainda, encaminhar casos que sugerissem estados socioemocionais mais frágeis para serviços especializados, nomeadamente o SAPE. Contudo, depois de alguma divulgação e da promoção de encontros informais, percebemos que as pessoas tinham dificuldade em expor os seus problemas e em solicitar apoio, resistindo à participação nestes encontros. Assim, procurámos dinamizar espaços de convívio, que não assumissem um “cunho formal”, com vista à prestação de apoio psicossocial, mas que facilitassem a convivência. Havia o cuidado, por parte da equipa, de convidar, de forma personalizada, as pessoas que sabíamos estarem mais isoladas.

De modo a dar seguimento às situações sinalizadas, a coordenação articulou com o SAPE e com uma instituição social. Houve, ainda o cuidado de manter os contactos de proximidade por parte dos colaboradores e colegas do Programa.

Esta realidade veio evidenciar a necessidade de recursos humanos especializados dedicados exclusivamente ao Programa. Para além do apoio às múltiplas atividades, da necessidade de articulação com todos os agentes envolvidos e de mediação de diferentes interesses e de conflitos, não existe capacidade de resposta aos problemas sociais que vão emergindo. Ainda que a essência deste tipo de oferta socioeducativa não seja a de prestar apoio psicossocial, não podemos ignorar os problemas que identificamos ou que nos vão sendo comunicados pelos seniores mais atentos. Estes esperam que haja algum tipo de resposta ou de encaminhamento, mas, se excetuarmos casos pontuais, não há recursos para efetuar o estudo, acompanhamento e encaminhamento deste tipo de situações para outras instituições.

A criação de espaços e de oportunidades de participação dos estudantes seniores continua a ser uma das prioridades da coordenação, que procura acolher as suas propostas, sempre que são viáveis, incentivar a sua criatividade e a mobilização das suas competências, dando visibilidade às suas concretizações. Como sempre, elegeram os seus representantes na CCP, a 29 de novembro de 2021, tendo havido 28 votantes. Foram eleitos como representantes dos seus pares, com 27 votos: José Manuel Baptista da Silva Júlio, Maria José Caetano Reis Alves e Maria Natália Gaspar Marques.