

27ª EDIÇÃO JUNHO DE 2023



JORNAL VIVER SÉNIOR

MARIA DE JESUS FLORINDO

Presidente da Direção da
Universidade Sénior de Évora

"O nosso papel é essencialmente a promoção do envelhecimento ativo. É educativo, sem nunca descurar a questão do lazer e das pessoas estarem bem com os outros, mas essencialmente com elas próprias."



**Ano Letivo
2022-2023**
Atividades



A Universidade Sénior de Évora promove o envelhecimento ativo

In Edição 2 "Gerar Identidades, Revista do Projeto CLDS 4G do Concelho e Arraiolos", junho 2023

"... De modo a complementar a nossa oferta, desenvolvemos atividades mensais, nas quais destacamos o Passatempo de Cultura Geral, a Literacia Digital, o Clube de Leitura e, mais recentemente, o Atelier de Macramé e os Roteiros Culturais realizados pela cidade histórica de Évora. Realizámos visitas de estudo a diversos pontos de interesse no distrito de Évora, assim como a outros pontos do país ..."

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ÉVORA

A Universidade Sénior de Évora promove o envelhecimento ativo

A USE - Universidade Senior de Évora aceitou o desafio de apresentar uma boa prática em termos de envelhecimento ativo, partilhando a sua experiência de largos anos e, deixando o desafio à participação, para todos os que queiram integrar este grupo e reforçar deste modo os conhecimentos ao longo da vida.

A USE - Universidade Sénior de Évora foi criada em 2005 e iniciou as suas atividades em 2006. Mais tarde, em 2017, foi reconhecida como Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS).

Atualmente a Instituição tem cerca de 200 alunos seniores e 35 professores voluntários.

Tem como principal objetivo a promoção do envelhecimento ativo, através da dinamização de atividades educativas não formais para pessoas acima dos 50 anos.

Quanto à oferta socioeducativa, disponibilizamos um leque de disciplinas, por exemplo: Inglês, Bordados, Cultura e História de Arte, História Geral,



1. Aula da disciplina "À descoberta de Évora"

"...Trabalhamos na cooperação europeia desde 2006, o que nos garantiu um nível, no qual podemos dar aos seniores a possibilidade de intercâmbio com outras instituições, países, culturas, tradições e línguas. Atualmente, ainda trabalhamos em projetos europeus no âmbito da educação de adultos, boas práticas socioculturais e de educação não formal.

Agradecemos à equipa de professores voluntários da Universidade Sénior de Évora, que ao longo de todos estes anos partilham um pouco do seu tempo para o ensino e o convívio, assim como aos nossos parceiros.

Agradecemos, por fim, a oportunidade de partilhar o trabalho que desenvolvemos diariamente para os seniores na revista Gerar Identidades. ..."



VOLUNTARIADO NA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ÉVORA

A Universidade Sénior de Évora agradece a todos os seus voluntários pelo empenho e trabalho dedicado à nossa instituição, em especial o tempo dedicado aos nossos alunos. Agradece ainda a todas as entidades parceiras, destacando a rede de voluntários inerentes à Fundação Eugénio de Almeida através da aula de Arte Contemporânea e Património, bem como o encaminhamento de professores voluntários através do Banco de Voluntariado.

**MAFALDA BRANDÃO
(HIDROGINÁSTICA)**

**ANTÓNIO PLIZ
(MÚSICA)**

**JOÃO CAIXEIRO
(ESCRITA CRIATIVA)**

**ANA LUÍSA RODRIGUES
(GERONTOLOGIA)**

**BEATRIZ FELÍCIO
(INGLÊS INICIAL)**

**ISABEL CAEIRO
(CHÁ COM LIVROS)**

**MARIA MANUELA PASCOAL
(BORDADOS DE CASTELO
BRANCO)**

**MIRIAM POMBINHO
(INFORMÁTICA)**

**MARIA ISABEL MIRA
(INGLÊS II E INGLÊS
INTERMÉDIO/AVANÇADO)**

**JOSÉ RAMOS
(TÉCNICAS DE FOTOGRAFIA E
EQUIPAMENTO DIGITAL)**

**IVONE GIRBAL
(CULTURA E HISTÓRIA DA
ARTE)**

**JOÃO ASSIS
(MAESTRO DO GRUPO CORAL
DA USE)**

**MARIA BÁRBARA COELHO
(BORDADOS DE ARRAIOLOS)**

**MARIA HELENA CHUMBO
(BORDADOS DE ARRAIOLOS)**

**MARIA LOURDES AMARAL
(ARTES PLÁSTICAS)**

**MARIA FÁTIMA RIBEIRO
(A ESPIRITUALIDADE
EXERCÍCIO DE MEDITAÇÃO)**

**MARIA RITA LEÃO
(SAÚDE)**

**VITÓRIA CASAS-NOVAS
(SAÚDE)**

**VITOR LAMBERTO
(COISAS DA NOSSA TERRA)**

**RICARDO LOURO
(À DESCOBERTA DE ÉVORA)**

**SUSANA MADEIRA
(PSICOLOGIA)**

**ANTÓNIO RAMALHO
(MÚSICO NO GRUPO CORAL DA
USE)**

**JOAQUIM PEREIRA
(MÚSICO NO GRUPO CORAL DA
USE)**

**RUI LOUÇÃ
(MÚSICO DO GRUPO CORAL DA
USE)**

Os projetos e atividades da Universidade Sénior de Évora

De momento, está a decorrer o projeto Lab4Inc, que visa trabalhar as boas práticas e a cultura, através da educação das artes plásticas e manuais com mulheres acima dos 65 anos e emigrantes. Estamos ainda a dinamizar o projeto Inter-Puzzle, no qual trabalhamos a intergeracionalidade através da partilha de experiências vividas por seniores com base na educação, no trabalho, no lazer e na própria cultura.

O projeto "EBE-Exercício para o Bem-Estar", apoiado pelo IPDJ tem como objetivo a realização de ações de promoção da saúde física e mental, específicas para seniores. Para o efeito, realizámos sessões de atividades física e bem-estar.

Para além dos projetos acima mencionados, destacamos as atividades que a Universidade Sénior organizou mensalmente para os seus alunos, nas quais enumeramos, o Clube de Leitura, o Atelier de Macramé, a História de Évora em Fotografias, o Passatempo de Cultura Geral e os Roteiros Culturais, entre outras atividades.

A USE organizou também visitas a monumentos nacionais de destaque: uma visita, ao Aqueduto das Águas Livres construído em 1746, e na continuidade da temática da Água, ao Reservatório da Mãe D'Água e a Estação Elevatória a Vapor dos Barbadinhos em Lisboa.

Foi também realizada uma visita ao Palácio de Monserrate, inserido este, na vasta paisagem histórica, cultural e natural da vila de Sintra.

Nunca é demais agradecer o empenho dos diversos professores que realizaram visitas e atividades diversas no âmbito das suas disciplinas ao longo do ano, das quais destacamos a Gala de Leitura de Poemas, nas Casas Pintadas da Fundação Eugénio de Almeida, organizada pela professora Isabel Caeiro; bem como, as palestras promovidas pelo professor Vitor Lamberto, nas quais tivemos o prazer de receber o Professor Doutor Galopim de Carvalho, o Arqueólogo Manuel Calado, e a Doutora Paula Garcia, entre outros oradores.

Ano Letivo 2022-2023



GRUPO CORAL DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ÉVORA



O Grupo Coral da Universidade Sénior de Évora atuou este ano letivo em diversos momentos e eventos no distrito de Évora. As atuações, como sempre são realizadas com dedicação e com elevada qualidade, demonstradas pelos alunos que dele fazem parte, assim como dos seus músicos e maestro que têm desenvolvido um excelente trabalho com o nosso Grupo Coral ao longo dos anos. Destacamos a atuação no Jantar de Natal da USE, nas Festas do Espírito Santo em Montoito, nos Santos Populares "Venham de lá os Santos" realizado pela União de Freguesias de Évora e ainda a atuação na Alameda Social da Feira de São João.



UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ÉVORA

VERÃO SÉNIOR

3 JULHO A 14 JULHO 2023

ATIVIDADES INTERGERACIONAIS

INSCREVA-SEI TEMOS PACKS DE ATIVIDADES PARA SENIORES E AVÓS E NETOS!

CONTACTE-NOS PARA MAIS INFORMAÇÕES:

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ÉVORA
RUA FERNANDA SENO, 20 B
7005-485 ÉVORA

266 733 085 - (CHAMADA PARA REDE FIXA NACIONAL)
961 366 797 - (CHAMADA PARA REDE MÓVEL NACIONAL)

INSCRIÇÃO E PAGAMENTO NA SECRETARIA DA UNIVERSIDADE SÉNIOR DE ÉVORA!



Verão Sénior

A Universidade Sénior de Évora vai novamente realizar o Verão Sénior de 3 a 14 de Julho. Venha participar nestas atividades realizadas especialmente para si. As atividades são intergeracionais, traga os seus netos e divirta-se nas férias!

Parceiros/Apoios



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE
MALAGUEIRA
E HORTA DAS
FIGUEIRAS



UNIÃO DAS FREGUESIAS
DE ÉVORA
SÃO MAMEDE
SÉ - SÃO PEDRO
SANTO ANTÃO



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE
BACELO E
SENHORA
DA SAÚDE



**DESEJAMOS A TOD@S
BOAS FÉRIAS!**



Universidade
Sênior de Évora