



**ADISCREP**  
ASSOCIAÇÃO PARA O DESENVOLVIMENTO DE PENAFIEL  
IPSS



# RELATÓRIO ANUAL DE ATIVIDADES da ADISCREP

*Ano de 2023*

## Introdução

A ADISCREP permanece firme nos seus grandes objetivos de desenvolvimento social e cultural da comunidade em que se insere. Na atualidade vê o seu trabalho refletido na preocupação das *Nações Unidas – Agenda 2030 de Desenvolvimento Sustentável -ODS-*, através do projeto “Nós e o Ambiente”, e numa abordagem multi e transdisciplinar , adaptando os objetivos à realidade circunstancial desta comunidade , fomentando ações de sensibilização e desenvolvimento; acresce ainda o enfoque global da universidade sénior, que promove objetivamente o envelhecimento ativo da população sénior que a frequenta, aplicando , em grande parte, os conceitos e ações descritos nas metas e estratégias plasmadas na *Década de Envelhecimento Saudável* da Organização Mundial de Saúde “OMS” .

## Ações e agentes

A dinamização deste projeto tem como pilares a grande equipa de voluntários, que abnegadamente implementa, dinamiza, envolve , planifica, define metas e estratégias, promove e realiza uma base de trabalho diário, com a oferta de 20 assuntos (disciplinas), mais os 4 clubes , dinamizados pelos alunos. O público-alvo seleciona, de acordo com os seus interesses pessoais, as disciplinas que pretende frequentar. O trabalho em equipa continua a ser a estratégia adotada para a dinamização destas sinergias. Clarifica-se que a organização e gestão do funcionamento está dividida em: direção, corpo docente – composto por 21 professores com formação superior - e comissão de alunos.

EQUIPA DE PROFESSORES  
VOLUNTÁRIOS



Além do atrás mencionado, existe um protocolo com técnicos de saúde, a saber : Clínicas Nuno Mendes , que dinamizam ações relativas à saúde, imagem e beleza dos seniores e ainda uma outra, que dinamiza sessões mensais de Saúde e Bem-Estar. Todas as sessões são mensais e muito procuradas pelos seniores. Acrescem também sessões /palestras/seminários com outras entidades no âmbito da saúde, como “A mudança Começa em Si” , cuja temática focou hábitos alimentares e foram realizadas consultas semanais de nutrição, em parceria com a Divisão de Assuntos Sociais , Inclusão e Saúde, no âmbito do plano municipal para a igualdade de género e ‘não à discriminação’.

O ano de 2023 salientou-se pelo crescimento de número de alunos inscritos, na ordem dos 20% e que se manteve estável e assíduo; havendo um novo aumento no último trimestre do ano.

**O BAILE DAS FLOREIRAS** , descendente do Baile das Regateiras, ressurgiu em 2009 com o propósito de devolver à secular procissão de Corpus Christi , às festividades desta , o enquadramento histórico e antropológico das danças penafidelenses do Corpo de Deus. O Baile das Floreiras , a par de outros bailes tradicionais existentes por todo o país e até Europa Cristã, apenas sobreviveram em Penafiel. Em 2009 , o ressurgimento deste baile foi feito sob o patrocínio da Associação para o Desenvolvimento Integrado Sócio-Recreativo e Económico de Penafiel – ADISCREP-. Em 2023 continua a realizar o seu

objetivo primeiro de animar as festividades do Corpo de Deus e é composto por 30 pessoas: 24 do corpo dançante e 6 do acompanhamento musical.

### **Interação com a comunidade exterior**

1.Exposição no museu municipal de Penafiel do projeto “O que é velho não é para descartar”, integrado no projeto Nós e o Ambiente e que contempla a mostra dos jogos de estratégia , confeccionados ,com material de desperdício , pelos alunos da turma de Desafios Matemáticos da Universidade Sénior de Penafiel. Esta mostra implicou atividades intergeracionais e esteve patente ao publico de 15 de setembro a 15 de outubro.

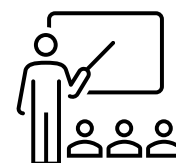
2-Concurso de presépios , cujo tema foi “O Presépio da minha Infância”.(Nov)

3-Participação, a convite do município , Gabinete da Ação Social, na exposição de rua “Abrem-se Janelas Para Entrar Sonhos”, para assinalar o Dia Internacional para a eliminação da Violência contra as Mulheres. (Nov)

4-Participação na decoração de Natal das ruas da cidade , a convite da CMP.

5-Lançamento da campanha solidária “Um Brinquedo por Um Sorriso”, para angariação de brinquedos novos ou em segunda mão , junto da comunidade. A recolha reverteu a favor da CPCJ de Penafiel para distribuir junto de crianças carenciados.

6-A turma de Desafios Matemáticos da USP lançou o projeto “O Que é Velho Não É Para Descartar” , no âmbito da preocupação ambiental , sendo este um dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável estabelecidos pelas Nações Unidas. Uma das finalidades deste projeto é reforçar na comunidade os conceitos / atitudes de reaproveitar, reutilizar e reciclar. Saliente-se que este projeto foi um dos 15 finalistas, candidato “Junta-te ao Gervásio” , promovido pela Sociedade Ponto Verde.



Para inspirar os jovens alunos e crianças do concelho , lançou-se o desafio de produzir , com reutilização de material de desperdício , jogos de estratégia /tabuleiro para jogar com as crianças , jovens e mesmo adultos. Para tal, alunos

seniores e a professora deslocaram-se a várias escolas do 1º, 2º e 3º Ciclo, Jardins de Infância e lares ; ao longo de 2023, marcaram presença no Centro Escolar de Galegos, Rans, Escola Secundária de Penafiel, Agrupamento de Escolas D. António Ferreira Gomes, Duas Igrejas, Agrupamento de Escolas Joaquim Araújo, entre outras.

8- Universidade de Aveiro : Campeonato Nacional de Jogos Matemáticos, em que a turma de Desafios participou com o projeto “O que é Velho Não é para Descartar”; a interação com os jovens adolescentes e os alunos seniores contribuiu para o bem-estar de todos, desafiando o intelecto e fomentando a socialização de todos os participantes.

9- ACAPO – Associação de Cegos e Amblíopes do Porto: esta interação teve 2 momentos distintos: no início do ano, a turma deslocou-se à sede da ACAPO para desafiar os utentes a jogar; e a 18 de maio, a ACAPO visitou o Museu Municipal de Penafiel, a convite da turma e professora de Desafios Matemáticos. Este momento envolveu também a turma de Coro Académico da USP, que recebeu os convidados no museu.

10- Jardins em Movimento: a turma de Handcraft participou nesta atividade, a convite do pelouro do Ambiente da CMP, com a elaboração de um jardim, com material reciclável, que esteve patente nas ruas da cidade.

11- Workshop de Culinária tradicional de doçaria de Natal, realizada na sede da Adiscrep e aberta aos alunos e comunidade. A direção convidou 2 monitoras para dinamizar o evento.

12- Sarau Cultural: este evento marcou o encerramento do 2º período letivo e teve a participação de todas as disciplinas lecionadas. De facto, ao longo da comemoração da Semana da Mulher, está planificado que cada professor realiza atividades alusivas ao tema e no sarau elas são exibidas para toda a comunidade interna e externa, no auditório do museu municipal.

13- Homenagem ao nosso professor jubilado, Dr. Coelho Ferreira; este evento destacou-se pela partilha de histórias vivenciadas pelos alunos da turma, pelo agradecimento do serviço prestado em regime de voluntariado e teve a

presença de individualidades locais, alunos, professores, convidados e familiares.

## **ATIVIDADES EXTRA CURRICULARES**

Ao longo do ano supra citado realizaram-se várias visitas de estudo e viagens culturais no sentido de fomentar as relações interpessoais da comunidade sénior, alargar horizontes no mundo das artes plásticas, história local e regional, concretizar temáticas desenvolvidas nas diferentes disciplinas lecionadas e permitir ao público-alvo atividades e vivências que permitam um conhecimento mais profundo da cultura nacional.

## **OUTRAS ATIVIDADES**

- 1- Caloirices: esta atividade realiza-se tradicionalmente no mês de outubro e tem como finalidade a melhor integração dos “novos” alunos da USP. Caloirices por ser similar a qualquer praxe académica , contudo respeita-se a faixa etária , adequando “as brincadeiras de integração a esta população. Este evento revela-se sempre muito participado e já conquistou um lugar de destaque nas vivências desta comunidade.
- 2- Abertura oficial do ano letivo: um momento de reencontro e de apresentação do plano de atividades, cronograma e demais regras de funcionamento a todos os que frequentam a USP.
- 3- Ceia de Reis: o equivalente à Ceia de Natal desta Comunidade, em que direção, professores, alunos, familiares e amigos marcam presença. O serão é animado pelas várias turmas , com música, dança, poesia, etc.
- 4- Lanche de Páscoa, comemoração dos aniversários, Semana da Mulher , etc são outros momentos altos na vida da USP.

## **Conclusão:**

Somos uma Associação sem fins lucrativos, trabalhamos com um corpo de voluntários, fulcral ao desenvolvimento deste projecto que visa interagir com a comunidade local no âmbito sócio cultural, preocupado com a preservação da cultura e tradições locais e nacionais, em que o passado , presente e futuro estão

presentes nas nossas ações. No entanto, privilegiamos mais ainda ambientes amigos do envelhecimento ativo, promovendo a saúde e bem estar. Além do mais, tentamos maximizar as capacidades físicas e mentais ao longo da vida do nosso público-alvo; valorizamos que sejam capazes de tomar decisões, preservar as suas intenções e identidade; promovemos a sua literacia sociocultural, digital, incentivando a aprendizagem da música, canto, pintura, línguas estrangeiras, entre outros; investimos ainda na saúde física com atividades de dança, yoga ,ginástica, caminhada e de sessões realizadas por especialistas das áreas da saúde , com o intuito de sensibilizar e alertar para os cuidados de saúde mental e física. A interação transversal com outras gerações também é uma das nossas preocupações, assim como, solidariedade intergeracional, equidade, compromisso ,etc.

Em suma, a Adiscrep ao longo destes 17 anos de história, preservou os objetivos primeiros com o seu crescimento, amadurecimento e estratégias, pilares de todos os alicerces desta Associação.

Para o futuro a Adiscrep ambiciona dar continuidade a este projeto, criando pontes ainda mais sólidas com o mundo contemporâneo.

Penafiel, 28 de março de 2024