Disciplinas | Ano letivo 2016/2017

Atividade Física
Formas de Expressão
e Comunicação Plástica
Pintura
Desenvolvimento Pessoal e Interpessoal
Hidrosénior
Informática
Inglês
Francês
Língua e Literatura Portuguesa
Música
Teatro e Dança
Património Local e Cultural
Saúde

Inscrições

Serviço de Ação Social
Câmara Municipal de Sardoal

Sede do CLDS 3G | Sardoal SIM

Informações

Serviço de Ação Social
da Câmara Municipal de Sardoal
Praça da República; 2230 – 222 Sardoal
Contacto: 241 850 000

Sede CLDS 3G | Sardoal SIM
Rua Mestre do Sardoal, Nº7, 2230 – 140
Sardoal
Contacto: 241 010 061

E-mail:
universidadesenior@cm-sardoal.pt

VILA DE SARDOAL

Associação de Assistência e Domiciliária de Alcaravela (AADA)

SARDOAL SIM

RUTIS
A REDE QUE UNE AS UNIVERSIDADES SENIORES

UNIVERSIDADE SÉNIOR SARDOAL

Universidade Sénior de Sardoal

A Universidade Sénior de Sardoal (USS) surge de uma parceria entre a Câmara Municipal de Sardoal e o projeto CLDS 3G | Sardoal SIM – Solidário, Inclusivo e Moderno, que visa promover o envelhecimento ativo da comunidade.

O que é uma Universidade da Terceira Idade?

As Universidades da Terceira Idade surgiram como uma resposta aos desafios da aprendizagem ao longo da vida e estimulação à participação social, cultural e cívica dos cidadãos séniores. A Universidade de Terceira Idade é uma resposta social, que visa criar e dinamizar regularmente atividades sociais, culturais, educacionais, de convívio e partilha.

Objetivos

Incentivar a participação dos séniores do nosso concelho em atividades de ensino e lazer, nomeadamente: promover a educação não formal de adultos; combater a solidão, promovendo o envelhecimento ativo; desenvolver relações interpessoais e sociais; divulgar os conhecimentos sobre o local onde estamos inseridos; promover o acesso e domínio das novas tecnologias da informação; reavivar o sentido de responsabilidade e dinamizar o voluntariado social.

A quem se destina?

A todas as pessoas com 55 ou mais anos que residam no concelho de Sardoal, independentemente do seu nível de escolaridade, que possuam robustez física e mental; com vontade de aprender, atualizar e partilhar os seus conhecimentos, que procurem o bem-estar, manter-se ativos e participativos, a satisfação de viver, as trocas de experiências, de motivação e afetos.

Nota: Menos de 55 anos, alunos em situação de necessidade de reabilitação e integração social.

Funcionamento

A USS funciona durante o período letivo, de setembro a junho de cada ano, tendo interrupções letivas nos períodos do Natal, Carnaval e Páscoa. As aulas teóricas têm uma duração de 50 minutos e práticas até 100 minutos, sendo lecionadas no período da manhã ou da tarde de acordo com a disponibilidade de todos os participantes (professores e alunos).

Serviços prestados

Aulas teóricas e práticas de diversas áreas do saber, seminários; workshops; passeios e viagens culturais; divulgação e informação de serviços destinados aos seniores; atividades socioculturais; atividades de promoção de saúde e hábitos de vida saudáveis; entre outros.

Partilha

Sabedoria

Conhecimento

UNIVERSIDADE SÉNIOR SARDOAL

Experiência

Convívio