



**Escola Superior
de Tecnologia
da Saúde**

Politécnico de Coimbra

Relatório de Atividades 2023-2024

Projeto de Educação pelos Pares



Índice

1. WORKSHOP DE MÉTODOS DE ESTUDO E GESTÃO DO TEMPO	5
1.1. Identificação	5
1.2. Comissão Organizadora.....	5
1.3. Objetivos	5
1.4. Programa.....	5
1.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes.....	6
1.6. Participantes	6
1.7. Resultados do Questionário de avaliação	6
1.8. Registo fotográfico	7
1.9. Cartaz	7
2. REDE SOCIAL INSTAGRAM DO PROJETO DE EDUCAÇÃO PELOS PARES	8
2.1 Identificação	8
2.2 Comissão Organizadora.....	8
2.3 Objetivos	8
2.4 Atividades desenvolvidas pelos estudantes.....	9
2.5 Participantes	10
2.6. Registo.....	10
3. ATIVIDADE DE SOLIDARIEDADE: NATAL SOLIDÁRIO 2023 (5ª EDIÇÃO)	13
3.1 Identificação	13
3.2 Comissão Organizadora.....	13
3.3 Objetivos	13
3.4 Programa.....	13
3.5 Atividades desenvolvidas pelos estudantes.....	14
3.6 Participantes	14
3.7 Resultados do Questionário de avaliação	14
3.8. Registo fotográfico	14
3.9 Cartaz e Comunicação social	15
4 SEMINÁRIO ASSÉD(R)IO? ASSÉDIO SEXUAL – UM CRIME SILENCIADO!	16

4.1.	Identificação	16
4.2.	Comissão Organizadora	16
4.3.	Objetivos	17
4.4.	Programa	17
4.5.	Atividades desenvolvidas pelos estudantes	17
4.6.	Participantes	18
4.7.	Resultados do Questionário de avaliação	18
4.8.	Medidas para prevenir o Assédio	18
4.9.	Registo fotográfico	19
4.10.	Cartaz e Comunicação social	19
5.	XII EDIÇÃO DAS COMEMORAÇÕES DO DIA MUNDIAL DO SONO - “SLEEP EQUITY FOR GLOBAL HEALTH”	20
5.1.	Identificação	20
5.2.	Comissão Organizadora	20
5.3.	Objetivos	20
5.4.	Programa	21
5.5.	Atividades desenvolvidas pelos estudantes	21
5.6.	Participantes	21
5.7.	Resultados do Questionário de avaliação	21
5.8.	Registo fotográfico	22
5.9	Cartaz	23
6.	CONCURSO E EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA - IV EDIÇÃO DO CONCURSO DE FOTOGRAFIA - “EXPRESSÕES DE SOLIDARIEDADE”	24
6.1.	Identificação	24
6.2.	Comissão Organizadora	24
6.3.	Objetivos	24
6.4.	Programa	24
6.5.	Atividades desenvolvidas pelos estudantes	25
6.6.	Participantes	25
6.7.	Resultados	25
6.8.	Registo fotográfico	26

6.9. Cartaz	26
6.10. Comunicação social	27
7. XIV SEMINÁRIO DO PROJETO DE EDUCAÇÃO PELOS PARES - “MY HEALTH, MY RIGHT”	28
7.1. Identificação	28
7.2. Comissão Organizadora	28
7.3. Objetivos	28
7.4. Programa	29
7.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes	29
7.6. Participantes	30
7.7. Resultados do Questionário de avaliação	30
7.8. Registo fotográfico	31
7.9. Cartaz e Comunicação social	32

1. WORKSHOP DE MÉTODOS DE ESTUDO E GESTÃO DO TEMPO

1.1. Identificação

Data/Hora/Local: 18/10/2023, 18h, Sala Zaida Chieira.

Nº de registo na GD/data da autorização: I/ESTESC/1318/2023; 04/10/2023.

Instituições envolvidas: ----

1.2. Comissão Organizadora

Estudantes (nome completo; email)

Margarida Lucas Moreira; margaridalmoreira12@gmail.com;

Ana Sofia Teixeira Magalhães; sofymega2@gmail.com;

Matilde Miguel Ferraz Santos Pereira; matildemfsp@gmail.com

Docentes

Ana Paula Amaral; Fátima Feliciano; Rosa Neves e Margarida Pocinho.

1.3. Objetivos

Este Workshop teve como objetivo promover uma adequada integração académica e o sucesso escolar dos estudantes da ESTeSC-IPC. Em concreto, promover o desenvolvimento de competências de estudo mais eficazes (gestão de tempo e métodos de estudo).

1.4. Programa

O Workshop iniciou com uma introdução da Coordenadora do projeto Educação pelos Pares ESTeSC-IPC Prof. Doutora Ana Paula Amaral.

De seguida a Animadora Socioeducativa Rosa Neves dinamizou uma Dinâmica de Grupo – “Fala Pra Mim”, para promover a interação entre o grupo, seguindo-se a aprendizagem prática da Organização de tempo/planificação e métodos de Estudo, pelas Psicólogas Margarida Pocinho e Fátima Feliciano. Por último decorreu o lançamento do Livro da autoria da Dra. Margarida Pocinho sobre Métodos de Estudo.

1.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes

Elaboração do cartaz: Margarida Lucas Moreira, Ana Sofia Teixeira Magalhães e Matilde Miguel Ferraz Santos Pereira.

Divulgação da atividade: Todos os voluntários do projeto Educação pelos Pares ESTeSC-IPC.

Questionário de satisfação: Matilde Miguel Ferraz Santos Pereira.

Secretariado: Margarida Lucas Moreira.

Registo fotográfico: Maria Eduarda Trindade, Vânia Brito.

Apresentação dos convidados: Ana Sofia Teixeira Magalhães.

1.6. Participantes

Breve descrição dos participantes: Nº Inscritos= 27; 26 estudantes da ESTeSC-IPC, dos cursos de Audiologia, CBL e Farmácia.

1.7. Resultados do Questionário de avaliação

Com base no questionário de avaliação do evento, preenchido pelos participantes, no geral, houve uma “grande satisfação” em relação aos temas abordados, o local, a organização e ao programa. No que diz respeito à data, a avaliação foi “suficiente”.

Em relação aos comentários proferidos, muitos participantes comentaram o seu agrado relativamente aos temas abordados, e relativamente à forma como ocorreu a interação entre palestrantes, moderadores e participantes. Para além disso, houve demonstração de interesse em participar em atividades futuras organizadas pelo Projeto Educação pelos Pares.

1.8. Registo fotográfico



1.9. Cartaz

WORKSHOP

GESTÃO DE TEMPO E MÉTODOS DE ESTUDO

18 de outubro pelas 18h
Sala Prof.^a Zaida Chieira

Dinâmica: *Fala Pra Mim*
Rosa Neves (Animadora Socioeducativa)

Organização de tempo/
Planificação e métodos de estudo
Margarida Pocinho (Psicóloga)
Fátima Feliciano (Psicóloga)

Lançamento do Livro: "Como ter sucesso nos exames e avaliações-Guia de competências para o desenvolvimento pessoal" da autoria de Susana Ramos, Margarida Pocinho, Raul A. Martins; Editora D'Ideias



2. REDE SOCIAL INSTAGRAM DO PROJETO DE EDUCAÇÃO PELOS PARES

2.1 Identificação

Data: Continuidade, no início do ano letivo 2023-24, da dinamização da página do Instagram criada durante o confinamento associado ao COVID-19.

Local: rede social Instagram do Projeto de Educação pelos Pares:

<https://www.instagram.com/pares.estesc/>

2.2 Comissão Organizadora

Estudantes (nome completo; email; nº estudante)

Beatriz Matos, Ana Rita Primo, Catarina Matos, Ariana Domingues e Matilde Pereira.

Docentes

Fátima Feliciano, Ana Paula Amaral.

2.3 Objetivos

- Veicular a comunicação intra e interpares pelos meios e linguagem comumente utilizada entre estes, nomeadamente as redes sociais, e dentre estas a plataforma/APP Instagram.
- Sensibilizar e promover saúde e bem-estar através de mensagens informativas, apelativas e dinamizadoras sobre conteúdos específicos ao nível de estilos de vida saudáveis, cidadania e civismo, cultura e arte
- Divulgar e dinamizar atividades específicas desenvolvidas pelo Projeto de Educação pelos Pares.

2.4 Atividades desenvolvidas pelos estudantes

As atividades foram desenvolvidas pelas estudantes mencionadas, envolvendo tarefas como: Recolha de informação relativa a cada tema/conteúdos; organização da informação de forma a ser transmitida por este meio, elaboração de cartaz, *story*, *reel*, publicação, inquérito, etc.; publicação na rede e divulgação juntos dos pares; receção e resposta à interação decorrida com o público, recolha de dados estatísticos sobre o impacto das mesmas.

Atividade	Responsável	Prazo/Publicação
Uniformização do template	Catarina Matos	20 de novembro
Publicação de início de atividades	Ariana Domingues	23 de novembro
Dia da eliminação da violência	Matilde Pereira	25 de novembro
Dia Mundial da luta contra a SIDA	Ariana Domingues	01 de dezembro
Dia Internacional do voluntariado	Catarina Matos	05 de dezembro
Dia Internacional dos Direitos Humanos	Matilde Pereira	10 de dezembro
Natal sustentável	Beatriz Matos	18 de dezembro
“Feliz Natal” “Ano Novo”	Ariana Domingues	25 de dezembro
Concurso de Fotografia	Catarina Matos Todos de acordo com as diversas tarefas	01 de janeiro 2024 Dezembro 2023 e janeiro, fevereiro e março 2024
Dia Internacional do Obrigado	Ariana Domingues	11 de janeiro
Dia Internacional do Riso	Ariana Domingues	18 de janeiro
Dia Mundial de Liberdade	Catarina Matos	23 de janeiro
Dia Escolar da Não Violência e da Paz	Ana Rita Primo	30 de janeiro
Dia Mundial de Luta contra o Cancro	Matilde Pereira	04 de fevereiro
Dia do Amor	Beatriz Matos	14 de fevereiro
Dia do Pensamento	Ana Rita Primo	22 de fevereiro
Dia Mundial das Doenças Raras	Catarina Matos	29 de fevereiro
Dia Internacional da Mulher	Matilde Pereira	08 de março
Dia Mundial do Sono	Beatriz Matos	15 de março
Dia do Pai	Ana Rita Primo	19 de março
Dia Nacional do Estudante	Ariana Domingues	24 de março
“Feliz Páscoa”	Catarina Matos	31 de março

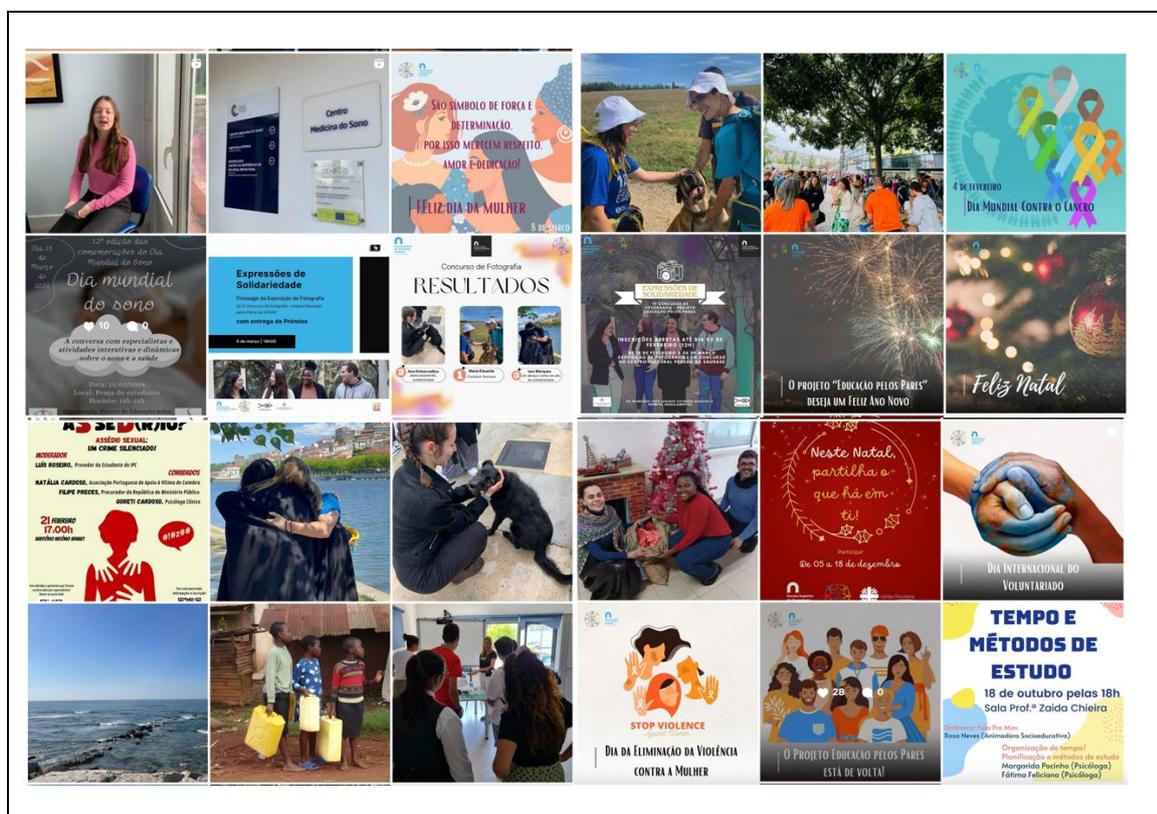
Colocação das publicações na rede: Beatriz Matos e Ana Rita Primo.

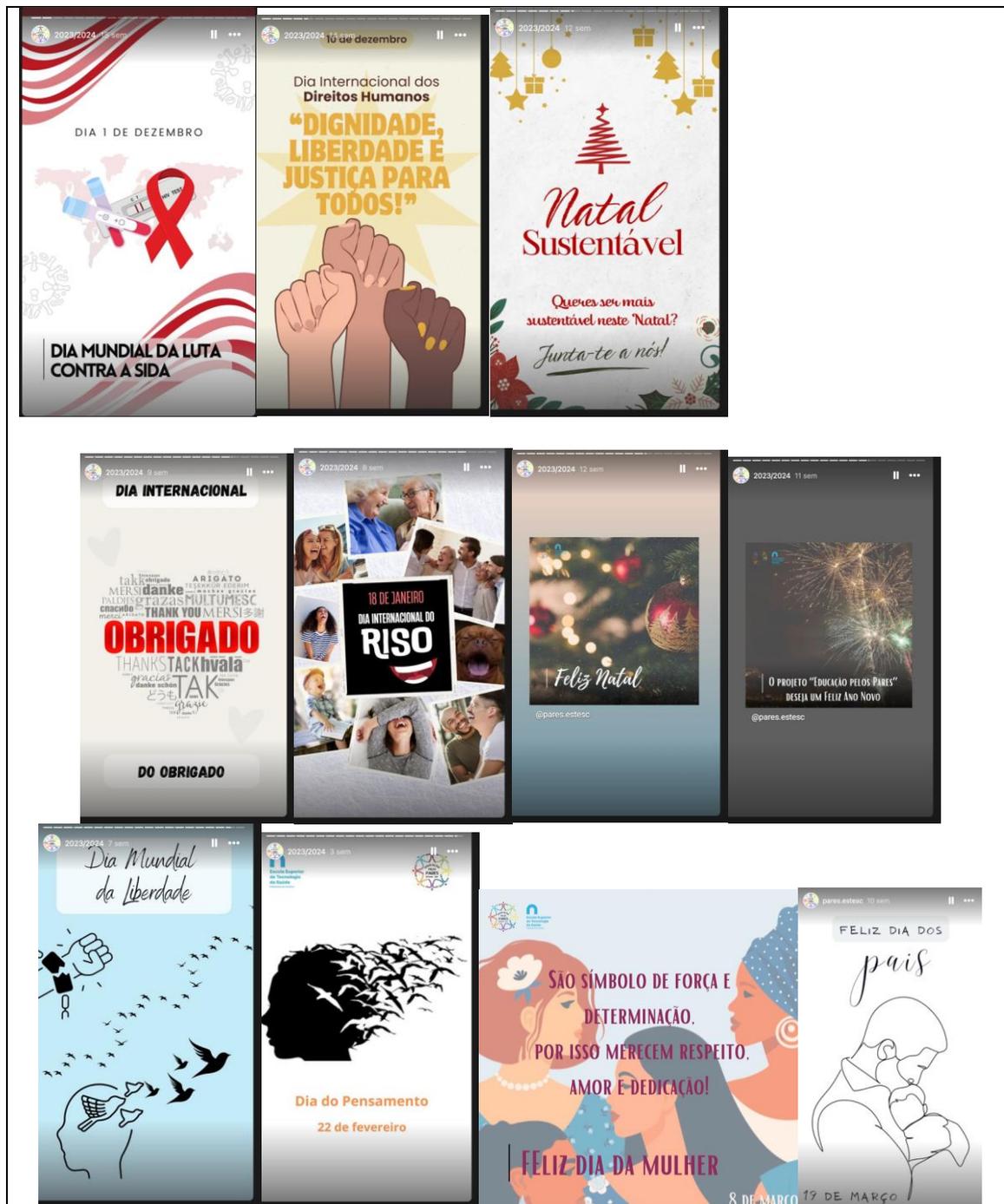
2.5 Participantes

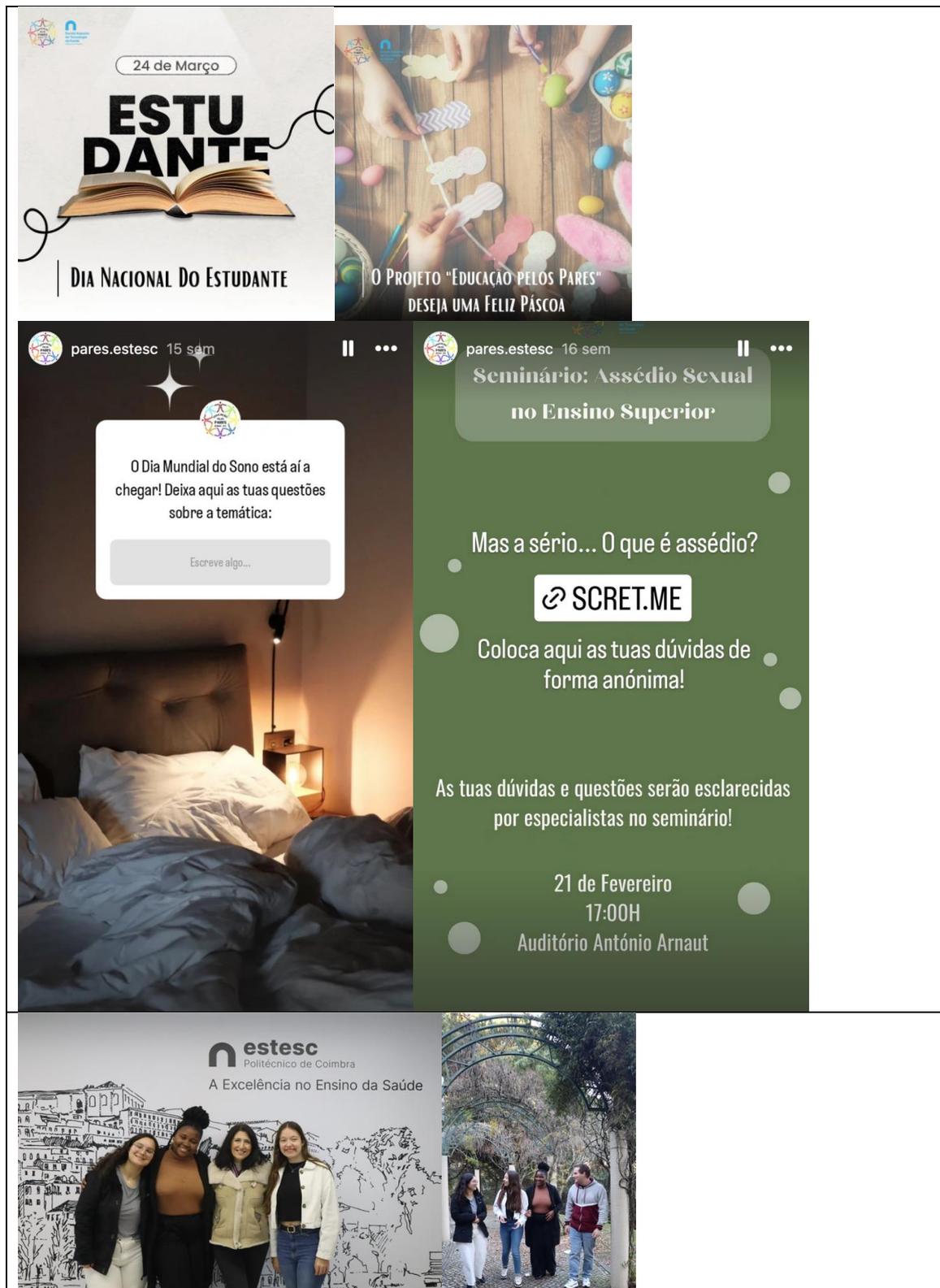
De referir 557 seguidores, numa média trimestral de:

- 1595 contas alcançadas
- 129 contas em interação
- 337 atividades no perfil

2.6. Registo







3. ATIVIDADE DE SOLIDARIEDADE: NATAL SOLIDÁRIO 2023 (5ª EDIÇÃO)

3.1 Identificação

Data/Hora/Local: 5 a 18 de dezembro de 2023/ ESTeSC (recolha dos presentes)
22 de dezembro, 15h / Caritas Diocesana de Coimbra (entrega dos presentes).

Nº de registo na GD/data da autorização: I/ESTESC/1611/2023.

Instituições envolvidas: Caritas Diocesana de Coimbra.

3.2 Comissão Organizadora

Estudantes (nome completo; email; nº estudante)

Carline Rosa Silva (N.º aluno: 2021150005)

Beatriz Marimba (N.º aluno: 2020139541)

Júlia Santos (N.º aluno: 2023141773)

Docentes

Ana Paula Amaral; João Lima; Margarida Dias.

3.3 Objetivos

Este Workshop teve como objetivo promover um espírito solidário na comunidade académica da ESTeSC, valorizando a empatia e a compaixão enquanto aptidões essenciais nas relações interpessoais em sociedade.

3.4 Programa

A recolha dos presentes decorreu entre os dias 5 e 18 de dezembro na Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra e a entrega dos mesmos decorreu no dia 22 de dezembro de 2023.

Os presentes têm como destinatários mulheres e os seus filhos que se encontram isoladas da família. Estas mulheres foram vítimas de violência doméstica e/ou toxicodependência e necessitaram deixar as suas casas e bens, em prol da sua segurança.

3.5 Atividades desenvolvidas pelos estudantes

Divulgação e organização da iniciativa: Beatriz Marimba, Carline Silva e Júlia Santos

Recolha e embrulho dos presentes: Carline Silva e Júlia Santos

Elaboração do cartaz: Beatriz Marimba

Entrega dos presentes na instituição: Carline Silva.

3.6 Participantes

Foram entregues 48 presentes sendo 18 presentes para as mães e 30 para as crianças.

3.7 Resultados do Questionário de avaliação

Não se aplica.

3.8. Registo fotográfico



Figura – Entrega dos presentes na Cáritas

3.9 Cartaz e Comunicação social



4 SEMINÁRIO ASSÉD(R)IO? ASSÉDIO SEXUAL – UM CRIME SILENCIADO!

4.1. Identificação

Data/Hora/Local: 21/02/2024, 17h, Auditório António Arnaut.

Nº de registo na GD/data da autorização: I/ESTESC/170/2024; 26/1/2024.

Instituições envolvidas: APAV, IPC, Ministério Público.

4.2. Comissão Organizadora

Estudantes (nome completo; email; nº estudante)

Anastásia Ihorivna Hrynyk; anastasiahrnyk23@gmail.com; 2022132847

Beatriz Filipa Dias Lourenço; biafdias571@gmail.com; 2022137721

Beatriz Filipa Barros Marimba; beatriz.marimba.02@gmail.com; 2020139541

Carline Rosa Silva; carlianaandrade002@gmail.com; 2021150005

Claúdia Beatriz Correia Silva; claudia.beatriz.silva.vlc@gmail.com; 2023144836

Gonçalo Jesus Ferreira; goncalo.ferreira8@hotmail.com; 2022147429

Júlia Martins dos Santos; juliamartinsantos28@gmail.com; 2023141773

Leonor Ribeiro Oliveira; leoribeiroo867@gmail.com; 2023138172

Maria Eduarda Neves Trindade; mimi.trindade04@gmail.com; 2022148284

Nilsa Cruz; ninadcx@gmail.com; 202315239

Sofia Rocha Sacadura; sofiarochasacadura2@gmail.com; 2022137208

Vânia Alice Dias Brito; vanialice99@gmail.com; 2021150049

Docentes

Ana Paula Amaral; Fátima Feliciano; Joana Liberal; Rosa Neves; Rute Santos; Zélia Barbosa

4.3. Objetivos

Este Workshop teve como objetivo consciencializar os estudantes e docente sobre o que constitui o assédio, nas suas formas, impactos e consequências legais. A prevenção como o objetivo major deste evento, através da identificação daquilo que é o assédio, podendo dar resposta em casos em que seja praticado.

4.4. Programa

Na sessão de abertura, estiveram presentes, o Presidente da ESTeSC-IPC Prof. Doutor Graciano Paulo; o Provedor do Estudante Dr. Luís Roseiro; a Coordenadora do projeto Educação pelos Pares ESTeSC-IPC Prof. Doutora Ana Paula Amaral e a Presidente da Associação de Estudantes da ESTeSC-IPC Patrícia Vieira.

Decorreu uma mesa-redonda moderada pelo Prof Dr. Luís Roseiro, Provedor do estudante do IPC, com a participação da Dra. Natália Cardoso, Gestora do Gabinete de Apoio à Vítima (APAV) de Coimbra, que abordou o tema: Contornos do Assédio Sexual no Ensino Superior, o Dr. Filipe Preces, Procurador da República do Ministério Público com o tema: Assédio Sexual - A Lei e as Crenças e a Dra. Goreti Cardoso, Psicóloga Clínica, que abordou o tema: Impacto psicoemocional do Assédio Sexual.

Podcast - Realização de um podcast, no formato de resumo do workshop, onde foi abordadas as principais questões relativas ao tema do assédio, nomeadamente “Diferença entre assédio e violação”, “Medidas que a escola podia tomar para abordar o assédio”, “Definição de assédio”.

4.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes

Elaboração do cartaz: Beatriz Lourenço, Anastásia Hrynyk, Maria Eduarda Trindade.

Divulgação da atividade: Todos os voluntários do projeto Educação pelos Pares ESTeSC-IPC.

Recolha de questões sobre o tema: Esta atividade teve como objetivo recolher as questões que os alunos gostariam de ver respondidas no workshop, como tentativa de ir ao seu encontro de forma mais eficaz: Beatriz Matos, Leonor Oliveira, Anastásia Hrynyk, Sofia Sacadura, Maria Eduarda Trindade.

Podcast - Esta atividade surgiu a pensar nas pessoas que não puderam comparecer no evento, criando assim um podcast com as ideias chave para que todos pudessem ter conhecimento das mesmas: Sofia Sacadura, Maria Eduarda Trindade, Gonçalo Ferreira.

Questionário de satisfação: Gonçalo Ferreira, Carline Silva, Beatriz Marimba.

Secretariado: Leonor Oliveira, Sofia Sacadura, Vânia Brito.

Registo fotográfico: Maria Eduarda Trindade, Vânia Brito.

Apresentação dos convidados e apoio no auditório: Nilsa Cruz, Júlia Santos, Beatriz Silva.

Relatório da atividade: Gonçalo Ferreira, Beatriz Marimba.

4.6. Participantes

Breve descrição dos participantes: Nº Inscritos= 159; maioritariamente do género feminino (n=127; 80%). Participaram 153 (96%) estudantes da ESTeSC-IPC, 5 (3%) da ESEC-IPC e 1 (1%) do ISMT.

4.7. Resultados do Questionário de avaliação

Nº Respostas= 93

- Quanto à organização:
61,3% avaliam como excelente; 28% avaliam como muito boa e 10,7% avaliam como boa.
- Quanto ao evento:
51,6% avaliam como excelente; 37,6% avaliam como muito boa e 10,8% avaliam como boa.
- Questão: “O evento foi ao encontro das tuas expectativas”
87% respondeu afirmativamente.
- Questão: “O evento respondeu às tuas dúvidas e questões?”
97,8% respondeu afirmativamente.

4.8. Medidas para prevenir o Assédio

Os palestrantes convidados destacaram que para prevenir o assédio é essencial sensibilizar toda a comunidade para a temática, que a questão do consentimento é fulcral e, por último realçaram que se deve investir no debate e na educação de toda a comunidade académica sobre o assunto, em particular no modo como é entendida a linguagem verbal e não verbal, de forma a que esta seja entendida e executada da forma correta.

4.9. Registo fotográfico



Figura – Sessão de Abertura



Figura – Convidados e público

4.10. Cartaz e Comunicação social



5. XII EDIÇÃO DAS COMEMORAÇÕES DO DIA MUNDIAL DO SONO - “SLEEP EQUITY FOR GLOBAL HEALTH”

5.1. Identificação

Data/Hora/Local: 13/03/2024, 14h-18h, Praça do Estudante da ESTeSC-IPC.

Nº de registo na GD/data da autorização: I/ESTESC/171/2024; 06/02/2024.

Instituições envolvidas: Associação Portuguesa de Sono (APS) e do Centro de Medicina do Sono do CHUC.

5.2. Comissão Organizadora

Estudantes (nome completo; email; nº estudante)

Beatriz Moreira Castanheira Neto da Costa; beatrizmoreiracostaneto@gmail.com; 2022137565

Cátia Alexandra Sousa Santos; catiasantos104@gmail.com; 2021135556

Gonçalo Jesus Ferreira; goncalo.ferreira8@hotmail.com; 2022147429

Lisandra Filipa Fonseca Oliveira; lisandraffo@gmail.com; 2023128588

Leonor Ribeiro Oliveira; leoribeiroo867@gmail.com; 2023138172

Carolina Rolo Coutinho; carolinarolocoutinho@hotmail.com; 2023128804

Inês Teixeira Rodrigues; iinesrodrigues13@gmail.com; 2022144097

Carline Rosa Silva; carlianaandrade002@gmail.com; 2021150005

Docentes

Ana Paula Amaral; Fátima Feliciano; Joaquim Pereira; Zélia Barbosa.

5.3. Objetivos

O Projeto de Educação pelos Pares organizou de 11 a 15 de março, a 12ª edição das comemorações do Dia Mundial do Sono (15 de março de 2024). O tema identificado para o presente ano pela World Sleep Society é: *Sleep Equity for Global Health*. As atividades desenvolvidas tiveram como objetivo aumentar a literacia sobre o sono e o seu impacto na saúde

e bem-estar, e alertar para a importância da higiene do sono para um sono de qualidade e saudável.

5.4. Programa

De 11 a 15/03/2024: Atividades desenvolvidas com a colaboração da Associação Portuguesa de Sono e que englobaram entrevistas a vários especialistas do Sono, entre os quais o Dr. Joaquim Moita (diretor do Centro de Medicina do Sono do CHUC). As várias entrevistas (Prof^a Dra. Ana Allen, FPCEUC, Dra. Mariana Miller, FPCEUC e a Prof^a Dra. Laetitia Gaspar, CNC) e outros vídeos alusivos ao tema foram elaborados pelos estudantes e visualizados nas TV do Hall de entrada (de 11 a 15/3), na Praça do Estudante (13/3) e no Instagram do Projeto.

No dia 13 de março, os estudantes do Projeto de Educação pelos Pares dinamizaram na Praça do Estudante, entre as 14:00 e as 18:00, várias atividades lúdico-pedagógicas, por exemplo com recurso ao Kahoot e outros jogos, que visaram a sensibilização para a importância do sono na saúde e como proceder para conseguir dormir bem (higiene do sono). Foram também dinamizadas duas “Talks” com duas especialistas do sono, a Dra. Mariana Miller (FPCEUC) e Prof Dra. Bárbara Santos (CNC) que abordaram os temas: 1) Ansiedade e insónia e 2) Ritmos biológicos, sono e saúde, respetivamente.

5.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes

Elaboração do cartaz da atividade; vídeos de divulgação; entrevistas a especialistas; jogo Kahoot; dinamização de atividades lúdico-pedagógicas (com supervisão dos professores envolvidos).

5.6. Participantes

Participaram, aproximadamente, 50 estudantes da ESTeSC-IPC. Como não foi necessária inscrição prévia, não foram recolhidos dados sociodemográficos.

5.7. Resultados do Questionário de avaliação

Nº Respostas= 50

- Quanto à organização:

66% avaliam como excelente; 34% avaliam como muito boa.

- Quanto às atividades desenvolvidas:

74% avaliam como muito boas e 26% avaliam como boa.

- Questão: “O evento foi ao encontro das tuas expectativas?”

100% respondeu afirmativamente.

- Questão: “Qual a atividade que mais gostaste?”

A generalidade refere o jogo “Kahoot” e a atividade de gamificação que decorreu entre as 14 e as 16h.

- Questão: “Sugestões para melhor em eventos futuros”

Os alunos nada sugeriram.

5.8. Registo fotográfico



Figura – Atividades do Dia Mundial do Sono 2024

5.9 Cartaz



6. CONCURSO E EXPOSIÇÃO DE FOTOGRAFIA - IV EDIÇÃO DO CONCURSO DE FOTOGRAFIA - “EXPRESSÕES DE SOLIDARIEDADE”

6.1. Identificação

Data: 28/01/2024 a 06/03/2024.

Local: Redes sociais Instagram - <https://www.instagram.com/pares.estesc/> e no Centro Cultural Penedo da Saudade – IPC.

Instituições envolvidas: Centro Cultural Penedo da Saudade – IPC.

6.2. Comissão Organizadora

Discentes e Docentes

Beatriz Matos, Catarina Matos, Ana Rita Primo, Ariana Domingues, Matilde Pereira, Fátima Feliciano, Ana Paula Amaral.

6.3. Objetivos

A IV Edição do Concurso e exposição de fotografia, com o tema: “Expressões de Solidariedade”, tem como objetivo principal promover e partilhar a sensibilização dos alunos para conteúdos e ações de solidariedade, através do recurso à linguagem artística. Desta forma os alunos são desafiados a partilhar, através do registo fotográfico, diversas formas da solidariedade; princípio ético que envolve a partilha de recursos, empatia e compaixão, tal como ações voltadas para o benefício coletivo.

6.4. Programa

O programa da atividade teve duas fases: 1- Concurso de fotografia dinamizado na rede social Instagram (divulgação com regulamento, candidaturas, votação, divulgação de premiados); 2 – Exposição das fotografias a concurso no Centro Cultural Penedo da Saudade – IPC, onde também decorreu a inauguração e a cerimónia de entrega de prémios.

6.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes

De acordo com as diversas tarefas (tema, patrocínios, cartaz, abertura a candidaturas, votações, exposição, *finissage* e entrega de prémios), nomeadamente:

- Receção das fotografias: Catarina Matos e Beatriz Matos
- Publicação das fotografias: Beatriz Matos
- Incentivo da votação: Ariana Domingues
- Cerimónia de entrega dos prémios (story): Ana Rita Primo
- Anúncio dos resultados (publicação): Matilde Pereira
- Preparação da montagem e cerimónia: todos

Colocação das publicações na rede Instagram: Beatriz Matos e Ana Rita Primo.

6.6. Participantes

Participaram com submissão de fotografias 9 estudantes do ensino superior, maioritariamente da ESTeSC-IPC.

6.7. Resultados

Na atividade na conta Instagram que reporta 557 seguidores, é de destacar:

- 396 contas alcançadas na sua divulgação
- 445 contas alcançadas na apresentação dos resultados
- 208 contas alcançadas na divulgação da exposição
- Entre 200 e 450 contas alcançadas nas fotografias a concurso
- 9 fotografias recebidas, 7 foram admitidas a concurso
- Gostos que variaram entre os 11 e os 45

6.8. Registo fotográfico

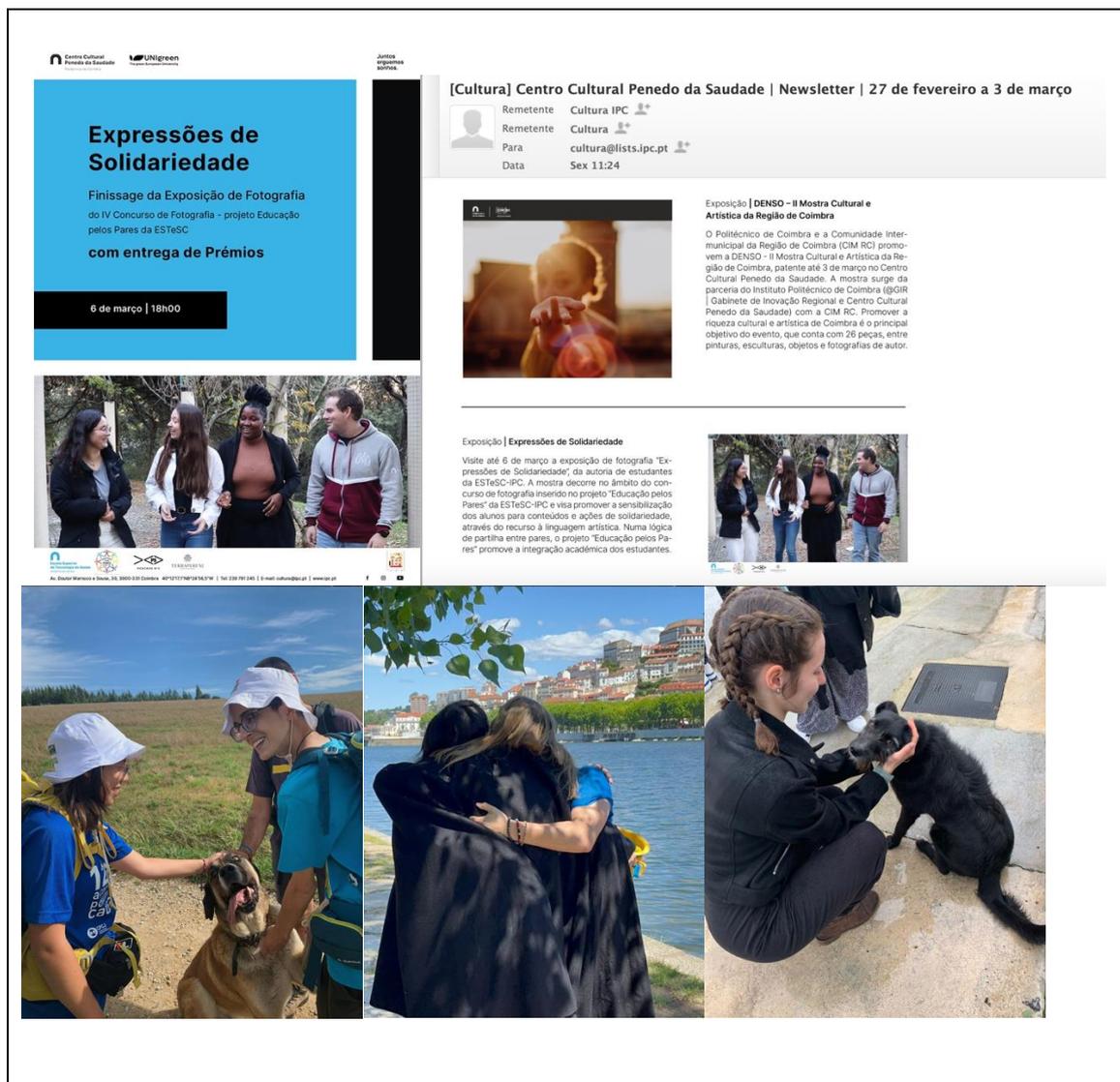


Figura – Cerimónia da entrega dos prémios – Centro Cultural Penedo da Saudade - 2024

6.9. Cartaz



6.10. Comunicação social



The image shows a collage of promotional materials for the 'Expressões de Solidariedade' exhibition. At the top left is a blue banner with the title 'Expressões de Solidariedade' and details about the photography exhibition. To its right is a newsletter header for 'Centro Cultural Penedo da Saudade' dated February 27 to March 3. Below these are several photographs: a group of students, a close-up of a sculpture, and a woman interacting with a dog. At the bottom, three larger photos show students in blue shirts and white hats interacting with dogs in an outdoor setting.

Expressões de Solidariedade
Finissage da Exposição de Fotografia do IV Concurso de Fotografia - projeto Educação pelos Pares da ESTeSC com entrega de Prémios
6 de março | 18h00

[Cultura] Centro Cultural Penedo da Saudade | Newsletter | 27 de fevereiro a 3 de março
Remetente: Cultura IPC
Remetente: Cultura
Para: cultura@lists.ipc.pt
Data: Sex 11:24

Exposição | DENSO – II Mostra Cultural e Artística da Região de Coimbra
O Politécnico de Coimbra e a Comunidade Inter-municipal da Região de Coimbra (CIM RC) promovem a DENSO – II Mostra Cultural e Artística da Região de Coimbra, patente até 3 de março no Centro Cultural Penedo da Saudade. A mostra surge da parceria do Instituto Politécnico de Coimbra (IPCoIR) Gabinete de Inovação Regional e Centro Cultural Penedo da Saudade) com a CIM RC. Promover a riqueza cultural e artística de Coimbra é o principal objetivo do evento, que conta com 26 peças, entre pinturas, esculturas, objetos e fotografias de autor.

Exposição | Expressões de Solidariedade
Visite até 6 de março a exposição de fotografia "Expressões de Solidariedade" da autoria de estudantes da ESTeSC-IPC. A mostra decorre no âmbito do concurso de fotografia inserido no projeto "Educação pelos Pares" da ESTeSC-IPC e visa promover a sensibilização dos alunos para conteúdos e ações de solidariedade, através do recurso à linguagem artística. Numa lógica de partilha entre pares, o projeto "Educação pelos Pares" promove a integração académica dos estudantes.

7. XIV SEMINÁRIO DO PROJETO DE EDUCAÇÃO PELOS PARES - “MY HEALTH, MY RIGHT”

7.1. Identificação

Data/Hora/Local: 04/04/2024; 09h-17h; Aud. 3.3, Sala Zaida Chieira e Lab. 02 da ESTeSC-IPC.

Nº de registo na GD/data da autorização: I/ESTESC/324/2024; 15/03/2024.

Instituições envolvidas: Casa da Esquina; ARSC-Dep. Saúde Pública; IPO Coimbra; Universidade de Coimbra.

7.2. Comissão Organizadora

Estudantes (nome completo; email; nº estudante)

Maria Eduarda Neves Trindade, 2022148284, mimi.trindade04@gmail.com

Gonçalo Jesus Ferreira, 2022147429, goncalo.ferreira8@hotmail.com

Inês Teixeira Rodrigues, 2022144097, iinesrodrigues13@gmail.com

Leonor Ribeiro Oliveira, 2023138172, leoribeiroo867@gmail.com

Vânia Alice Dias Brito, 2021150049, vanialice99@gmail.com

Beatriz Filipa Dias Lourenço, 2022137721, biafdias571@gmail.com

Beatriz Marimba, 2020139541, beatriz.marimba.02@gmail.com

Beatriz Moreira Castanheira Neto da Costa, 2022137565, beatrizmoreiracostaneto@gmail.com

Carline Rosa Silva, 2021150005, carlianaandrade002@gmail.com

Cátia Alexandra Sousa Santos, 2021135556, catiasantos104@gmail.com

Docentes

Ana Paula Amaral, Joana Liberal, Fátima Feliciano, Rute Santos, João Lima, Cristina Santos, Ana Valado, Zélia Barbosa.

7.3. Objetivos

Este seminário teve como objetivo partilhar as atividades realizadas pelo projeto Educação pelos Pares ESTeSC-IPC com a comunidade académica, assim como, comemorar o Dia Mundial da Saúde, abordando o tema “My health, my right”.

O workshop “Sustentabilidade e moda: da teoria à prática” teve como objetivo sensibilizar e alertar a comunidade académica para um consumo de roupa mais consciente, bem como os impactos ambientais e de saúde. Refletir sobre os nossos hábitos de compra de roupa e o número de utilizações de cada peça, bem como a sua origem.

O workshop “Aproveitamento integral de alimentos - showcooking” teve como objetivo alertar a importância da diminuição desperdício alimentar através da utilização integral dos alimentos.

7.4. Programa

O seminário começou com a sessão de abertura, com presença da Vice-Presidente da ESTeSC-IPC, Professora Dra. Nádia Osório, a coordenadora do projeto Educação pelos Pares ESTeSC-IPC, Professora Dra. Ana Paula Amaral e a presidente da associação de estudantes Patrícia Vieira. Seguiram-se os painéis “Saúde, um direito fundamental”, que contou com moderação do Dr. João Pedro Pimentel e o orador Prof. Doutor Eduardo Figueiredo. O tema seguinte, “Humanização em saúde” com a moderação da Dra. Margarida Ornelas e o orador Dr. João Pedro Lima. Após o coffee-break decorreu a mesa em que os estudantes do projeto apresentaram os diversos temas e atividades que são desenvolvidos pelo projeto organizadas em 2 grandes tópicos: “Bem-estar e sucesso académico” e “Solidariedade, Sustentabilidade, Cultura e ciência”. No final das atividades da manhã, foi realizada uma homenagem a estudantes voluntárias do projeto, que já acabaram o curso e desempenharam um papel fundamental durante os anos em que colaboram na Educação pelos Pares.

Durante a tarde decorreram os Workshops “Sustentabilidade e moda”, com a moderação da professora Cristina Santos e dinamizado pela Casa da esquina e estudante Beatriz Mesquita (estudante da ESTeSC-IPC) e o Workshop “Aproveitamento integral de alimentos- Showcooking”, com a moderação do prof. João Lima e dinamizado pela estudante de Dietética e Nutrição Maria do Rosário Pinheiro (estudante da ESTeSC-IPC).

7.5. Atividades desenvolvidas pelos estudantes

Colaboração na organização do evento, apresentação dos convidados, apoio de secretariado dentro e fora das salas, registo fotográfico, organização do coffee-break, responsabilidade pelo questionário de satisfação e apresentações orais no painel sobre o Projeto (com supervisão dos professores envolvidos).

7.6. Participantes

Breve descrição dos participantes no Seminário: Nº Inscritos= 147; maioritariamente do género feminino (n=119; 81%). Participaram 144 (98%) estudantes da ESTeSC-IPC.

Breve descrição dos participantes no Workshop “Sustentabilidade e moda: da teoria à prática”: Nº Inscritos= 33; maioritariamente do género feminino (n=24; 73%). Participaram 100% estudantes da ESTeSC-IPC.

Breve descrição dos participantes no Workshop “Aproveitamento integral de alimentos-Showcooking”: Nº Inscritos= 10 (limite máximo); maioritariamente do género feminino (90%). Participaram 100% estudantes da ESTeSC-IPC.

7.7. Resultados do Questionário de avaliação

Nº Respostas= 50

- Quanto à organização:
62% avaliam como excelente; 28% avaliam como muito boa e 10% avaliam como boa.
- Quanto ao evento:
58% avaliam como excelente; 38% avaliam como muito bom.
- Questão: “O evento permitiu o enriquecimento enquanto pessoa?”
96% respondeu afirmativamente
- Comentários ou feedback:
O feedback recebido foi muito bom. A atividade foi descrita como muito enriquecedora. Foi sugerido para atividades futuras atividades de humanização, empatia e compreensão.

7.8. Registo fotográfico





7.9. Cartaz e Comunicação social





A coordenadora do Projeto de Educação pelos Pares,

Ficha Técnica

Título

Relatório do Projeto de Educação pelos Pares 2023-24

Emissor

Projeto de Educação pelos Pares

Versão 01

Editado em junho de 2024

©2020, POLITÉCNICO DE COIMBRA