



**Edição 2022/2023**

**Círculo de Lisboa**

**Leonor Dias**

**Jornalista**

## O início de um sonho

Tudo começou, quando mais uma vez o nosso colégio decidiu apostar no aumento das oportunidades para os alunos e se inscreveu novamente no grande projeto que é o Parlamento dos Jovens. Projeto este, que é muito mais que uma mera atividade extracurricular que o nosso ensino nos proporciona. É algo extraordinário, é uma experiência única e que nos abre os horizontes e portas para o que possa vir a ser o nosso futuro ou próxima paixão.

Com esta nova oportunidade à nossa porta, começámo-nos a preparar para o que aí vinha.

## O começo da viagem

Para dar início à viagem por esta nova aventura, começámos pela sessão escolar. Nesta sessão 3 listas debateram o tema e as suas ideias para criar medidas ideais e que protegessem ou resolvessem de alguma forma o problema que nos foi apresentado, a saúde mental dos jovens.



Elementos eleitos do Instituto de Ciências Educativas - Foto do Site Oficial do ICE

No debate, foram-se discutindo então as respetivas medidas de cada lista e as medidas opositoras das mesmas, neste sentido, foram proferidos alguns comentários mais infelizes, devido às emoções à flor da pele e pela pura adrenalina de estar um passo mais perto de realizar o sonho de chegar à sessão nacional, pelo segundo ano consecutivo.

Debate realizado, foi preciso realizar uma votação de quem seriam os 3 deputados eleitos, sendo assim todos os elementos das 3 listas chegaram a um consenso e os 3 deputados eleitos foram, o deputado Gonçalo Pires, a deputada Laura Baptista e a deputada Leonor Dias. Após a eleição dos deputados, prosseguimos à eleição da mesa, onde foi eleita como membro a deputada Carolina Dionísio.

Para finalizar tudo e depois da sessão ter encerrado, tirou-se então uma foto para oficializar e registar os deputados e o membro da mesa eleitos.

## 1ª Paragem- Distritais

Para esta primeira paragem antes do destino final, tivemos um primeiro encontro do que seria a nossa realidade nos dias 29 e 30 de maio.

Infelizmente eu enquanto jornalista não pude estar presente devido às regras de organização e o nº máximo de deputados que poderiam estar presentes, mas estive sempre a acompanhar e a apoiar os meus colegas.

O que estes me relataram, foi uma realidade totalmente diferente do que esperavam e que nada tinha a haver com a utopia que tinha sido a experiência deles no 9ºano, que foi igualmente espantoso mas muito mais trabalhoso, pois todos os deputados presentes estavam a lutar para o seu lugar naquele que seria o último bilhete para o destino e o objetivo final que tantos sonhavam.

Felizmente os meus colegas conseguiram desempenhar todas as suas funções aos mais altos níveis e com isto foram captando a atenção de muitos positivamente ao longo da sessão, o que teve como resultado a passagem de ambos para o destino final, um passo mais perto do sonho. Uma nova presença na sessão nacional, naquela que é a nossa casa da democracia.



Deputados representantes do círculo de Lisboa - Página de Instagram Oficial do Parlamento dos Jovens

## O destino final- Sessão Nacional

Chegámos a este destino final preparados para representar o círculo de Lisboa e o nosso colégio nos dois dias, 29 e 30 de maio. Mal nos deparamos com o edifício imponente que é a nossa Assembleia da República, os nervos e a ansiedade começaram a fazer-se sentir, foi com esta adrenalina e orgulho de termos chegado até este ponto que fomos subindo a



Elementos representantes do Instituto de Ciências Educativas a chegar – Foto oficial da galeria do Parlamento dos Jovens



Elementos representantes do círculo de Lisboa a entrar – Foto oficial da galeria do Parlamento dos Jovens

grande escadaria para passarmos pela segurança e deixarmos as nossas malas, para finalmente podermos embarcar na aventura que seriam os próximos dias.

Após entrarmos neste grandioso edifício, fomos recebidos com um beberete enquanto aguardávamos para nos chamarem para as nossas respetivas funções, durante este compasso de espera fomos aproveitando para começar a conhecer e a confraternizar com aqueles que iam ser os nossos colegas durante as próximas 48 horas.

Findo este momento de confraternização, eu e os meus colegas separámo-nos, enquanto eles os dois foram assumir as suas funções de deputados e seguiram para as comissões, eu enquanto jornalista fui dar início ao meu trabalho de pesquisa e observação que me iria permitir realizar a minha reportagem. Para começar, eu e os meus outros colegas jornalistas seguimos para uma visita guiada pela Assembleia, desde o jardim interior até ao corredor das Comissões Parlamentares, foi-nos feito um *briefing* onde explicaram o que

teríamos de fazer ao longo dos dois dias, os sítios onde teríamos de estar e os lugares que poderíamos ocupar durante a sessão no plenário.



Briefing dos jornalistas – Fotos da minha autoria do dia 29 de maio

Ao finalizar este *briefing*, fomos acompanhar e fazer a reportagem dos trabalhos das comissões, onde estavam a decorrer debates sobre os projetos de recomendação aprovados nos círculos eleitorais.

Nós jornalistas fomos tentando acompanhar todos os momentos de tensão e de ânimos mais exaltados e de pura adrenalina durante os debates. Fomos assistindo a momentos felizes e que nos orgulham, como círculos eleitorais a ceder tempo a outros para estes terem oportunidade de responder a perguntas sobre as suas medidas e opiniões, mesmo depois de já terem gasto todos os seus segundos disponíveis. Mas claro que como somos apenas meros seres humanos e às vezes deixamos as nossas emoções terem o melhor de nós, também tivemos oportunidade de assistir a alguns momentos onde poderíamos sentir a tensão no ar, tensão tão palpante



Momentos nas Comissões – Foto oficial da galeria do Parlamento dos Jovens

que se poderia ouvir os batimentos cardíacos dos deputados devido à tamanha adrenalina a passar pelas veias.

Dando por finalizados os trabalhos e encerradas as comissões, seguimos para a atividade cultural, que foi um mistério e uma surpresa para todos, quando descobrimos que íamos assistir a um espetáculo de magia do grande mágico Mário Daniel, e até aqueles que diziam não



Momentos nas Comissões – Foto oficial da galeria do Parlamento dos Jovens



Espetáculo de magia – Foto oficial da galeria do Parlamento dos Jovens

acreditar em magia ficaram sentados no limite das cadeiras sem acreditar e perplexos com alguns truques e ilusões mostradas.

Ainda perplexos pela magia no ar, seguimos para o jantar onde ficámos a sentir em casa pelo carinho e qualidade do serviço e mais uma vez foi marcado pelo acolhimento e momentos de confraternização entre todos os presentes. Após este dia esplêndido e uma noite mal dormida no hotel, devido ao entusiasmo e curiosidade de nos vermos na ARTV nas gravações das comissões, chegou a madrugada e com ela um novo dia.

Mal nasceu o sol, deu-se início ao dia 30 e o entusiasmo de este ser o grande dia fez-nos acordar com uma caminhada diferente, uma caminhada mais rápida devido à felicidade de este ser o momento que tanto sonhávamos.

Assim que chegámos fomos direcionados para o plenário e deu-se início à abertura da Sessão Plenária, onde podémos contar com o senhor Presidente da Assembleia da República, o senhor Secretário de Estado da Juventude e do Deporto e o senhor deputado e Presidente da Comissão de Educação e Ciência.



Abertura da Sessão Plenária – Foto da minha autoria tirada no dia 30 de maio

Terminada a abertura solene e proferidos os discursos, seguiu-se um período de 1h onde se colocaram algumas questões aos/deputados/as da Assembleia da República dos diversos partidos portugueses.

Mais uma vez os deputados e os jornalistas foram por caminhos diferentes, e enquanto os deputados realizavam o debate de recomendação sobre o tema à Assembleia da República, nós jornalistas estávamos a realizar uma Conferência de Imprensa com o Presidente da Comissão de Educação e Ciência, o senhor deputado Alexandre Quintanilha, onde podemos conhecer melhor o seu *background*, a sua história de vida, as suas opiniões acerca de diversos temas e o porquê de estar onde está agora e como chegou até lá.



Conferência de Imprensa - Foto oficial da galeria do Parlamento dos Jovens

Depois de uma conferência de imprensa bastante enriquecedora, dirigimo-nos ao almoço onde nos juntámos aos nossos colegas deputados. Mais uma vez foi-nos proporcionado um momento bastante agradável onde podémos conversar sobre o que tinha acontecido durante a manhã e a nossa opinião sobre as respostas que nos foram dadas nas diversas ocasiões.

Acabado o tempo do almoço, seguimos novamente para o plenário, mas desta vez para dar início à conclusão do debate e da votação final global das recomendações, para se finalizar o projeto de recomendação à Assembleia da República. O debate foi algo bastante civilizado e com opiniões muito gerais e outras um tanto mais marcadas, mas apesar das diferenças os nossos deputados conseguiram chegar a um consenso sobre que medidas eliminar e

que medidas é que valeria a pena manter, e ao fim do que pareceram longas horas chegámos a um total de 10 medidas que todos concordámos e vemos futuro nas mesmas.



#### SESSÃO NACIONAL DO ENSINO SECUNDÁRIO

29 e 30 de maio de 2023

#### SAÚDE MENTAL NOS JOVENS: QUE DESAFIOS? QUE RESPOSTAS?

#### Recomendação à Assembleia da República

Os deputados à Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens, Ensino Secundário, recomendam à Assembleia da República a adoção das seguintes medidas:

1. Aumento do número de especialistas disponíveis no SNS e nos estabelecimentos. Na insuficiência dos mesmos no sistema de ensino, é de promover o estabelecimento de protocolos com instituições do ensino superior, no intuito de serem colmatadas estas lacunas, recorrendo a estagiários, sob a supervisão de um psicólogo orientador.
2. Reforço do investimento monetário no âmbito da saúde mental, com o intuito de aumentar a investigação e colmatar as lacunas no acesso à ajuda especializada no país.
3. Implementação do «Escola Auxilia+», que prevê a contratação de mais psicólogos para as escolas - para desenvolver projetos e programas para ajudar os alunos -, bem como a atribuição de cheques «Bem-Estar para Todos» aos alunos, independentemente da sua condição financeira, evitando, assim, meses de espera (o psicólogo, além de ouvir o aluno, aconselha-o em todas as situações, da vida escolar e/ou pessoal, e direciona-o para psiquiatras ou psicólogos especializados, de acordo com o diagnóstico efetuado).
4. Reforço dos Serviços de Psicologia em todos os agrupamentos de escolas, através do aumento de verbas no Orçamento do Estado, fortalecendo parcerias entre a Ordem dos Psicólogos e instituições do ensino superior.
5. Reforço do apoio psicológico nas escolas, através de um maior investimento do Estado, nomeadamente pela contratação de profissionais especializados, realização de campanhas de sensibilização e divulgação dos apoios existentes.
6. Realização de ações de sensibilização e dinamização de atividades, visando promover ambientes seguros e de apoio, que fomentem o bem-estar e o desenvolvimento pessoal, no âmbito dos quatro grandes pilares da saúde mental: Alimentação; Higiene do sono; Atividade física; Relacionamento interpessoal.

1/2

7. Implementação nas escolas do projeto-piloto com base no modelo SEL (Social and Emotional Learning), em todos os graus de ensino, do pré-escolar até ao ensino superior, incluindo o ensino profissional, que envolva toda a comunidade educativa, no sentido de promover a autorreflexão e a compreensão e competências socio-emocionais.
8. Alteração da idade de acesso a consultas de psicologia, sem autorização dos encarregados de educação para os 16 anos, garantindo que todos os jovens, a partir desta idade, tenham liberdade de acesso a serviços de psicologia, independentemente da vontade ou opinião dos seus encarregados de educação.
9. Criação de uma subcomissão (permanente) inserida no âmbito de competências da Comissão de Saúde (9.ª Comissão), a ter como matéria a Saúde Mental, sendo esta responsável pelos trabalhos ligados à temática, podendo privilegiar o apoio direto de cidadãos/ãs, nomeadamente, especialistas, como psicólogos/as, psiquiatras e pedopsiquiatras, a fim de se fazer uma melhor análise e de se encontrarem respostas mais específicas e adequadas às problemáticas ligadas a esta área da saúde.
10. Criação de legislação que contemple a integração de psicólogos clínicos nas escolas, através da articulação entre o Ministério da Saúde e o Ministério da Educação, promovendo uma melhor contratação e distribuição dos psicólogos.

Aprovada na Sessão Plenária de 30 de maio de 2023.

#### Os Membros da Mesa

Presidente, João Miguel Marmelo

Vice-Presidente, Maria Branco

Secretário da Mesa, Francisco Augusto

Secretário da Mesa, Vicente Castro

2/2

Projeto de Recomendação à Assembleia da República – Site oficial do Parlamento dos Jovens

À medida que cada representante de cada Círculo proferia o seu último discurso e aquilo que parecia nunca acontecer ia acontecer, e à medida que nos íamos apercebendo que esta sessão e este sonho ia chegar ao fim, não queríamos que isso acontecesse apesar de ter sido tão pouco tempo acabámos por nos afeiçoar àquelas pessoas que há 48h atrás não conhecíamos e não queríamos dizer adeus àquele que fora o nosso sonho durante 1 ano letivo inteiro. Mas teve que acontecer, e dando por encerrada a Sessão Nacional e dados por terminados os últimos discursos lá saímos do plenário e descemos a escadaria até à saída, e quando a alcançámos olhámos para trás e dissémos adeus, mas sem antes de dizer que talvez para o ano nos iríamos encontrar outra vez e talvez este sonho ainda nos persiga mais uma vez.

## O adeus, ou um mero até já

Mais nada temos a dizer, apenas um obrigado por apostarem em nós jovens e por nos darem estas oportunidades para crescer e conhecer novos mundos.

Não é por estarmos a dizer adeus agora, que este sonho vai ficar por aqui e como também não gostamos muito de despedidas devido ao seu carácter de algo mais definitivo, iremos dizer apenas um até já até porque o nosso sonho não morre aqui.

Um obrigado e um bem haja para toda a equipa e participantes por trás deste projeto.

**Jornalista:** Leonor Bordalo e Sá Dias, 10º ano, Instituto de Ciências Educativas, Círculo Eleitoral de Lisboa