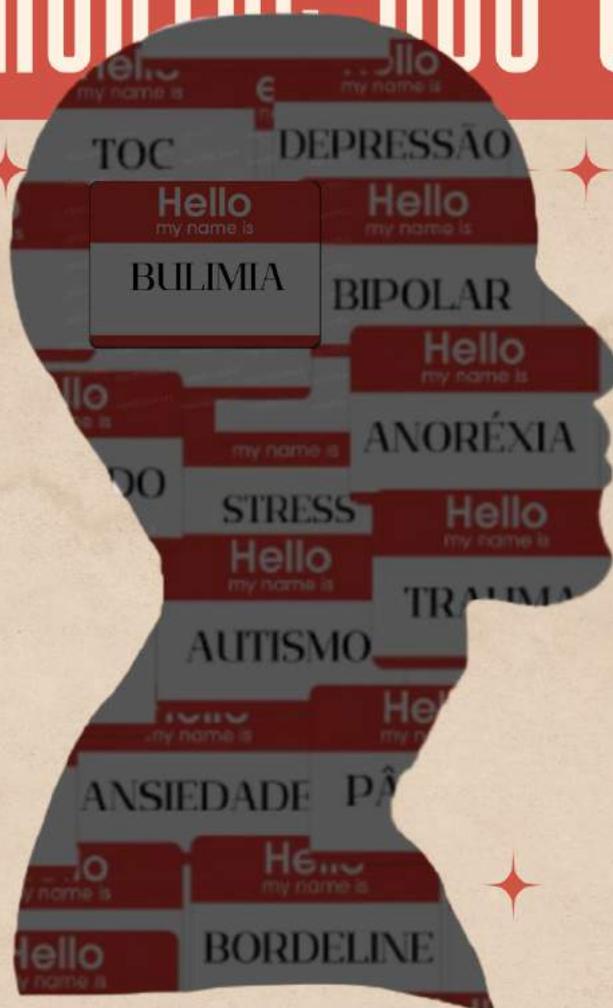


PARLAMENTO DOS JOVENS

SAÚDE MENTAL NOS JOVENS



**RÓTULOS SÃO PARA PRODUTOS NÃO PARA
PESSOAS !**

JORLISTA:JOANA PIRES

Como transmitiu António Guterres,

"O verdadeiro patriotismo não consiste em silenciar vozes críticas, mas em permitir que cada cidadão se exprima livremente e contribua para o bem comum".

Neste contexto, durante aproximadamente seis meses, centenas de jovens tornaram-se a força que quebrou o silêncio de uma geração sistematicamente mal compreendida.

Ao longo das diversas etapas deste projeto, estes jovens demonstraram que a idade não é uma limitação. Abraçaram uma cidadania ativa e adquiriram conhecimentos fundamentais para se tornarem cidadãos mais informados.

Nós, jovens participantes deste projeto, fizemos a diferença. Usámos a nossa voz e fizemo-nos ouvir. Expusemos as nossas convicções e ideias individuais, para que, todos juntos, independentemente da nossa ideologia política, convicção religiosa ou qualquer outro fator que nos pudesse diferenciar, pudéssemos obter um conjunto de dez medidas que nos orgulhasse e representasse a nossa geração, que aos dias de hoje retrata cerca de 21% da população residente no nosso país.

Embora desafiador, não foi impossível, e a 30 de maio de 2023, alcançámos a unanimidade ao redigirmos dez medidas finais sobre a temática deste ano, a saúde mental dos jovens.

Esta temática não poderia ser mais atual, pertinente e urgente, após experienciarmos uma pandemia mundial, de dimensões nunca antes vistas, com repercussões vastas e algumas ainda não conhecidas.

Nos últimos três anos, vimos partir familiares, fomos privados de conviver pessoalmente, privados das nossas rotinas escolares e acima de tudo da nossa liberdade individual. Após esses momentos avassaladores, muitos jovens foram invadidos por um sentimento de vazio, tristeza, pânico e solidão...

Por esse motivo, durante este projeto, lutámos contra os preconceitos de que os jovens não são capazes de reconhecer a importância da saúde mental e exigimos ser ouvidos e reconhecidos. Queremos mudar a mentalidade de que é normal precisar de ajuda psicológica em algumas fases da nossa vida e que isso não deveria ser um tabu.

Mas como conseguimos? Como chegámos até aqui?

O projeto consiste em diversas fases, nomeadamente a sessão escolar, a sessão distrital e a sessão nacional, dentro das quais existem outras etapas menores, como por exemplo as reuniões para eleição dos membros da mesa.

Sessão Escolar

O meu contacto com este projeto começou com um cartaz nos corredores da escola, que durante alguns dias ignorei devido à azáfama do final do primeiro período.

Até que a curiosidade me levou a ler o cartaz e a criar uma lista, a lista H. Durante as férias de Natal, todos os participantes das oito listas criadas na Escola Secundária de Alcochete prepararam-se para redigir de três a cinco medidas e organizar uma campanha.

E assim foi, durante a primeira semana do segundo período, a escola transformou-se num espaço mais dinâmico, acolhedor. Durante essa semana, testemunhámos diferentes tipos de campanhas, desde as silenciosas até aquelas que apostavam nas redes sociais, passando por atividades, jogos, cartazes, t-shirts personalizadas e crachás para captar o interesse e a curiosidade dos eleitores.

E após a campanha, chegou o momento da temida eleição. Os nervos estavam à flor da pele, os últimos apelos foram feitos e os resultados foram anunciados. A minha lista ficou em segundo lugar, o que me deu a oportunidade de levar mais membros à sessão escolar.

Tive o privilégio de orientar os trabalhos durante a tarde. Apresentámos as medidas, foram pedidos esclarecimentos, houve discordâncias e concordâncias, mas no final do dia elegemos os dois deputados efetivos, o deputado suplente e o membro candidato para a mesa, na qual foi nomeada, assim como as medidas da escola para a próxima etapa.

Sessão Distrital

No mês seguinte à eleição, entreguei-me de corpo e alma a aprimorar as minhas capacidades, a desenvolver os meus argumentos e a adquirir conhecimentos de comunicação. E quando menos esperava, já me encontrava sentada numa roda, olhando para cada um dos potenciais membros para a mesa da sessão distrital. Confesso que, por momentos, considerei-os como concorrentes, mas isso não era correto. Éramos apenas jovens com um objetivo comum, contribuir para realizar a mudança. Entrei naquela sala e dei o meu melhor. Fui sincera. E conquistei um lugar, fui eleita vice-presidente da sessão distrital do círculo de Setúbal.

Em conjunto com a presidente e a secretária, elaborámos, com o auxílio do IPDJ de Setúbal, a calendarização, os tempos e estudámos as regras. No dia 7 de março, embarcamos numa aventura, coordenar uma reunião daquela dimensão não foi tarefa fácil.

Durante o dia, deparámo-nos com diversos desafios e contratempos. Era possível sentir a confiança e a insegurança, a tensão e a revolta por parte dos deputados, que estavam a poucas horas de saber se continuariam a acompanhar os trabalhos na sessão nacional.

No final do dia, realizámos as votações e apurámos as três escolas que representariam o círculo de Setúbal na sessão nacional, bem como as medidas que representavam o círculo. E, por mérito de todo o trabalho desenvolvido, a minha escola, a Escola Secundária de Alcochete foi selecionada, com os deputados Afonso Calhau e Ricardo Margal, e eu como jornalista, Joana Pires. Devido a alguns imprevistos com a deputada suplente original, tive a oportunidade de participar na última etapa deste caminho tão importante para mim.

A sessão distrital foi um dia repleto de nervosismo, entusiasmo e pressão, mas também de companheirismo e da criação de novas amizades. Foi também uma oportunidade de consciencialização para muitos participantes, de que existem diferentes pontos de vista sobre determinado assunto. Como afirmou Kierkegaard,

"A verdade é como uma esfera transparente, cada um vê somente um ponto, mas a totalidade dela é vista por todos."

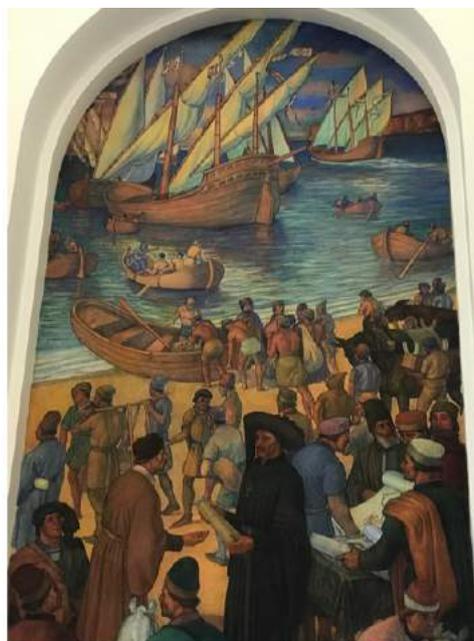
Todos nós somos importantes e fundamentais para alcançarmos a resolução de um problema.

Sessão Nacional

E por fim, chegávamos á última etapa, mas a mais especial, dia 29 e 30 de maio, ocorreu a sessão nacional onde estiveram presentes todos os círculos que ao longo destes meses se dedicaram para integrarem as suas medidas no conjunto das dez finais, de modo, a que pudessem ser sujeitas à avaliação do parlamento.

No primeiro dia desta fase final, no dia 29 de maio, fomos calorosamente recebidos na majestosa Assembleia da República, no papel de verdadeiros deputados e jornalistas. A experiência começou com uma visita guiada pelas instalações, onde compreendemos claramente o papel que teríamos que desempenhar durante aqueles dois dias de grande significado. Foi nesse momento que pudemos contemplar a grandiosidade e o respeito que a Assembleia da República inspira, abrangida de tamanha serenidade e imponência.

As paredes ornamentadas com os quadros do talentoso Columbano Bordalo Pinheiro, um artista nascido no século XIX, revelaram-se uma verdadeira obra-prima capaz de capturar de forma brilhante as questões vividas na sua época. As instalações da Assembleia da República abrigam diversas peças de arte que nos transportam para um estado de patriotismo, orgulho nacional e admiração pelos heróis do mar, seus feitos e vitórias. Contudo, essas obras também retratam as agonias e desilusões enfrentadas ao longo da história.



Columbano cria uma ligação profunda entre o passado e o presente, deixando claro as falhas e glórias, como um lembrete poderoso da nossa responsabilidade em aprender com os erros do passado. Além dos quadros

inspiradores, a Assembleia da República nos presenteia com outras manifestações artísticas, símbolos da cultura e identidade portuguesa.

Após essa envolvente visita, chegou o momento de cada um de nós assumir o seu papel. Os deputados dirigiram-se às comissões correspondentes, onde debateram por várias horas os projetos de recomendação aprovados nos diversos círculos eleitorais, bem como a seleção de perguntas a serem dirigidas aos deputados da Assembleia da República no plenário. Enquanto isso, os jornalistas circulavam pelas comissões, captando as primeiras emoções e reações. Sentia-se a pressão, a discordância e a revolta pulsando entre os deputados.

Após as comissões, chegou o momento de relaxar e desfrutar do programa cultural, conduzido por um magnífico espetáculo de magia apresentado por Mário Daniel. Em seguida, jantámos e nos dirigimos aos nossos respetivos hotéis, onde tivemos a oportunidade de conviver, aprender e celebrar a conquista de chegar à sessão nacional, preparando-nos para o longo dia que nos aguardava.

No dia 30 de maio, após o pequeno-almoço, voltámos à Assembleia da República para realizar o que mais ansiávamos, a sessão plenária. Por volta das dez da manhã, estávamos prontos para começar. Tivemos o privilégio de ouvir as palavras poéticas de Augusto Santos Silva, bem como de Ana Catarina Mendes e Alexandre Quintanilha. Após essas palavras de motivação e reconhecimento, chegou a hora de passar à próxima fase da sessão, as perguntas aos Deputados da Assembleia da República. Confesso que senti uma grande divergência, revolta, protestos e também apoio e aplausos. Era evidente a expectativa por respostas de certos deputados, que, por vezes, resultavam em desilusão e direcionamento inadequado.

Após esse momento de tensão, iniciou-se o debate sobre as recomendações à Assembleia da República, bem como a conferência de imprensa com Alexandre Quintanilha, destinada exclusivamente aos jornalistas deste projeto. Durante uma hora, senti-me novamente a ouvir as histórias de vida do meu avô, histórias que nos inspiram a sermos melhores, sonhadores e empenhados, mas sempre com os pés no chão.



Após essa conferência repleta de relatos de vida, conselhos e aprendizagens, voltámos para junto dos nossos colegas, para registar o momento da fotografia de grupo de 2023.

Após o almoço, retomámos os trabalhos e continuou-se o debate, bem como a votação final global das recomendações. Após meses de trabalho árduo, chegamos às dez medidas finais, que materializaram o contributo de todos os participantes. Ouvimos Eduardo Alves, bem como todos os membros da mesa, que desempenharam os trabalhos de forma notável, e, por fim, todos juntos como se fossemos um só, cantámos o hino.

A sessão nacional chegou ao fim e era hora de retornarmos para os nossos lares, sabendo que lutámos por todos os jovens e por todas as gerações que estão por vir.

Depoimento dos intervenientes

Esta experiência é vivenciada por um grupo diversificado de participantes, que ao longo do projeto exploram diversas etapas e perspetivas sobre o mesmo local e acontecimento.

Movida por uma curiosidade genuína, decidi questionar alguns dos meus colegas acerca das suas impressões mais marcantes. Questionei-os sobre aquilo que mais lhes fascinou ou ensinou ao longo desta jornada emocionante. E agora, compartilho algumas das respostas que obtive!

O que mais gostaste do parlamento de jovens

Ricardo Margal, deputado do círculo de Setúbal

“Acho que o melhor é sempre a caminhada para chegar até ao Parlamento, desde a campanha na escola até à sessão distrital e procurei encarar os dois dias no Parlamento muito mais como a cereja no topo do bolo e o culminar de tudo”

Adriana Dias, deputada do círculo de Setúbal

“Acho que posso apontar como o que mais gostei foi a seriedade com que o projeto é levado. Não é por ser uma coisa com adolescentes que não é levado a sério. Fazemos tudo como sendo um deputado e passamos por todas as etapas o que no fundo permite uma maior aproximação com a realidade e com a diplomacia em si.”

Afonso Calhau, deputado do círculo de Setúbal

“Parlamento dos Jovens de 2023 proporcionou-nos uma oportunidade única de crescimento pessoal e coletivo. Aprendemos a importância de ouvir atentamente uns aos outros, respeitando as diferentes experiências e perspetivas que cada um trazia consigo. Descobrimos que, ao unirmos as nossas vozes, podemos criar um movimento de mudança significativo, capaz de alcançar políticas e recursos mais adequados para a saúde mental dos jovens.”

Mariana Sousa, Porta-voz do círculo de Setúbal

“Acho que o que mais gostei foi o facto de ter tido a oportunidade de conhecer pessoas novas. apesar de sermos todos diferentes, tínhamos todos um interesse e um objetivo comum, e acho que este tipo de iniciativas ajuda bastante a aproximar as pessoas e a dar voz aos jovens.”