

## Divulgação do projeto

Como se tem tornado habitual na Escola Secundária de Vagos, a professora Isabel Capela, coordenadora no projeto neste estabelecimento de ensino, apresentou o desafio aos alunos: “Saúde Mental nos Jovens | Que Desafios? Que respostas?”. Rapidamente, movidos pelo objetivo maior de (tentar) proporcionar uma boa saúde mental aos jovens portugueses, os alunos, de diferentes anos e turmas, criaram 3 listas.

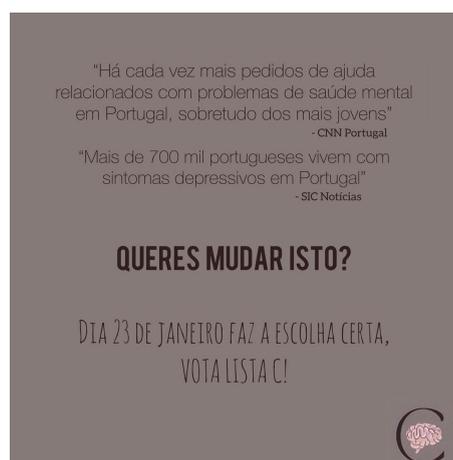
## Preparação

Como complemento à pesquisa feita pelos membros da(s) lista(s), tivemos também a possibilidade de participar numa Sessão de Esclarecimento com a psicóloga Cláudia Faceira da Cáritas Diocesana de Aveiro, numa Sessão/Debate com o professor doutor Bruno Aragão, deputado (do círculo eleitoral de Aveiro) à Assembleia da República pelo Partido Socialista e, ainda, numa peça de teatro-debate sobre Saúde Mental, realizada pela Companhia de Teatro Ball17.

Foi realizado, ainda, pela Lista C - a Lista de que fazia parte, assim como os meus colegas Luís Almeida e Sofia Mirassol, que me acompanharam na Sessão Nacional -, um questionário anónimo para perceber as reais necessidades dos jovens. Cerca de 200 alunos responderam ao questionário.



## Sessão Escolar



"Há cada vez mais pedidos de ajuda relacionados com problemas de saúde mental em Portugal, sobretudo dos mais jovens"  
- CNN Portugal

"Mais de 700 mil portugueses vivem com sintomas depressivos em Portugal"  
- SIC Notícias

**QUERES MUDAR ISTO?**

DIA 23 DE JANEIRO FAZ A ESCOLHA CERTA,  
VOTA LISTA C!



Após as eleições, pautadas pela imensa afluência às urnas, das quais a Lista C saiu vitoriosa com larga vantagem, realizou-se a Sessão Escolar. Os 31 jovens vaguenses que se reuniram nesta sessão, marcaram-na pela pertinência e qualidade das suas intervenções. Foram eleitos os deputados Luís Almeida e Sofia Mirassol para representar a nossa escola na Sessão Distrital e eu, Nuno Duarte, na qualidade de suplente.

## Sessão Distrital

No dia 27 de março, segunda-feira, teve lugar, no Centro de Arte de Ovar, a Sessão Distrital do Parlamento dos Jovens para o Ensino Básico. Reuniram-se naquela sala mais de uma centena de jovens oriundos de 37 escolas diferentes. O objetivo comum: chegar à Sessão Nacional e defender os interesses dos jovens azeitavenses, em particular. Apesar das amizades formadas, o nervosismo assolou aquela sala, praticamente do início ao fim. Os jovens deputados, meus colegas, ficavam presos às cadeiras, imóveis. Após as medidas da Escola Secundária de Vagos terem sido eleitas, entre as restantes, para servirem de projeto base e serem intervencionadas no debate na especialidade, os deputados Luís Almeida e Sofia Mirassol, da mesma escola, foram eleitos para representar Aveiro, juntamente com outros 6 jovens, na Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens. O deputado Luís Almeida foi, ainda, eleito pelos seus pares, Porta-Voz do Círculo Eleitoral de Aveiro para a mesma sessão. O orgulho invadiu-nos o ser por, uma vez mais, representarmos os jovens azeitavenses na Assembleia da República.



## Preparação para a Sessão Nacional

A par das muitas pesquisas realizadas individualmente, foi criado um grupo de Whatsapp, onde os jovens deputados (e também os jornalistas) à Sessão Nacional puderam expor o resultado das referidas pesquisas e ideias se supunham pertinentes ao debate no Parlamento.

Foi, ainda, realizada uma reunião preparatória, de modo a discutir e redigir a pergunta que viria a ser apresentada na 4ª Comissão.



## Sessão Nacional

8 de maio. Chegou o dia que tanto ansiávamos, o dia em que visitaríamos a casa da democracia portuguesa, a Assembleia da República. Partimos de Vagos com algum nervosismo, é certo, mas sobretudo confiantes que seria uma experiência memorável. Por volta das 13h chegámos ao Parlamento e como “barriga vazia não conhece alegria” fomos acolhidos com um agradável lanche como já é costume.

De seguida, foi feito um pequeno briefing de orientação aos jornalistas e uma também pequena visita às salas onde estaríamos no dia seguinte. Enquanto isto, os deputados reuniam-se nas comissões, nas quais debatiam as suas ideias, tentando elaborar o melhor projeto de recomendação para a sua comissão e aprovar as perguntas a dirigir aos deputados na sessão plenária.



Depois de quatro horas de trabalhos nas comissões, que os jornalistas tiveram oportunidade de acompanhar, fomos levados até à Sala do Senado para assistir a um espetáculo de magia “de pôr os cabelos em pé”. O grande Mário Daniel deixou todos arrepiados com truques de magia inacreditáveis. Quando pensámos que mais nada poderia faltar, fomos convidados a jantar no refeitório dos monges.

Já satisfeitos, seguimos para o Star Inn Hotel, onde fomos calorosamente recebidos, literalmente. Depois de uma ligeira confusão com a organização dos quartos lá “conseguimos pregar olho”.

No dia seguinte, ansiosos para mais um dia de aventuras, arrumámos as nossas coisas e preparamo-nos muito rapidamente para mais uma viagem até ao Palácio de S.Bento. Quando chegámos, tivemos a oportunidade de ouvir Augusto Santos Silva, Presidente da Assembleia da República, João Costa, Ministro da Educação e o Deputado Alexandre Quintanilha, Presidente da Comissão da Educação e Ciência na abertura solene do Plenário.



Às 10h30, iniciou-se o período de perguntas aos deputados de cada partido, à exceção do Livre e do BE, pudemos questionar deputados como Tiago Brandão Rodrigues, do PS, Alexandre Poço, do PSD, Rita Matias, do Chega, Patrícia Gilvaz, da IL, Manuel Loff, do PCP e Inês Sousa Real, do PAN.

A pergunta que foi aprovada pela 4ª Comissão, em relação ao Círculo de Aveiro foi a seguinte:

“ Com apenas 20 deputados eleitos no início da Legislatura com menos de 35 anos, de entre os 230 que constituem a AR, a Senhora Deputada considera que os jovens, os seus interesses e os seus problemas , em especial a saúde mental, que aqui debatemos hoje, são ouvidos da forma desejada no Parlamento Português?” Foi apresentada pelo porta-voz à deputada Patrícia Gilvaz, da Iniciativa Liberal.



Deu-se ainda o debate da recomendação final, onde os deputados de cada círculo e comissão explicaram as suas ideias.

Durante este período, os jornalistas estiveram numa conferência de imprensa com Alexandre Quintanilha, no Salão Nobre, das várias intervenções que tinha preparado, escolhi a que mais se destacava:

“ (...) Há bocado (Abertura do Plenário) foi referida uma citação muito importante: corpo são mente são. Gostaria então de saber qual é a sua opinião em relação ao desporto e à forma como este combate as doenças mentais. Gostaria, ainda, de perguntar, por curiosidade, se pratica ou praticou algum desporto e se este influenciou positivamente a sua saúde mental.”

Respondeu, depois de algumas gargalhadas, que, embora não esteja muito ligado ao desporto, praticara natação quando fora mais novo e que isso o ajudou a manter a sua saúde mental “em forma”. Referiu ainda que o exercício mental e o exercício físico se complementam um ao outro e que são indispensáveis para obter um equilíbrio verdadeiramente saudável.



Depois da fotografia de grupo, onde se juntaram todos os deputados, jornalistas e membros da mesa e do excelente almoço que nos foi proporcionado, reunimo-nos, uma vez mais, na sala de sessões, onde se deu a conclusão do debate e a votação dos vários projetos de recomendação. Podemos agora afirmar com orgulho que das 12 medidas aprovadas, duas, quase sem modificações, foram elaboradas por nós, alunos da escola de Vagos.



## Considerações do jornalista

Chegando ao fim de mais uma edição do Parlamento dos Jovens, sentimo-nos realizados. Gostaria de agradecer a todos os envolvidos na organização e coordenação deste projeto por darem voz aos jovens e valorizarem as suas opiniões, os seus pensamentos, os seus sentimentos. Considero o tema desta edição , “Saúde Mental nos Jovens | Que Desafios? Que respostas?,” importantíssimo e nos dias de hoje não vejo um tema mais adequado a ser debatido. Acho que, com o passar do tempo vamos valorizar cada vez mais esta experiência, vamos olhar para trás e recordar com carinho e orgulho os momentos que passámos e as memórias que fizemos. Vou ter muitas saudades dos amigos que fiz ao longo de toda esta experiência e espero voltá-los a ver na próxima edição do Parlamento dos Jovens.

**Jornalista: Nuno da Rocha Duarte**

**Colaborador: Luís Daniel Almeida**

**Círculo Eleitoral de Aveiro**

**9º Ano - Ensino Básico**

**Escola Secundária de Vagos**