

Jovens procuram melhorar a saúde Mental

Através do Programa Parlamento dos Jovens Ensino Básico 2023



Uma reportagem sobre todas as vivências de três jovens de Porto de Mós de apenas 14-15 anos, no Parlamento de Jovens.

Jornalista (texto): Letícia Costa | 9.ªA

Imagens: Letícia Costa e recursos das redes sociais do Parlamento

Agrupamento de Escolas de Porto de Mós

Círculo de Leiria

1.ª FASE

INSCRIÇÃO DAS ESCOLAS, DEBATES E ELEIÇÕES PARA A SESSÃO ESCOLAR

**22 DE AGOSTO.2022
A 17 FEVEREIRO.2023**

Tudo começou com um grupo de colegas que se juntou, fez uma lista e se inscreveu no projeto do Parlamento de Jovens 2023. Logo enfrentaram o primeiro desafio: tinham pouco tempo e precisavam de três boas ideias e de organizar tudo o resto, pois, após a formação da lista, iriam acontecer as votações na escola, que levavam à fase escolar.



Depois de muito trabalho, diálogo e discussões, estava oficialmente formada a lista P, a única lista do Ensino Básico em Porto de Mós.

Após as eleições, realizou-se a sessão escolar, onde foram ajustadas algumas medidas e escolhidos os três deputados, que representariam a Escola Secundária de Porto de Mós na sessão distrital.



3.^a FASE

SESSÃO NACIONAL NA ASSEMBLEIA DA REPÚBLICA

8 e 9 de MAIO.2023

Segunda-feira

Começou o tão esperado dia da última e mais importante fase do programa e os jovens de Porto de Mós, os deputados Maria Miranda e Manuel Bispo, a jornalista Letícia Costa e a professora Maria João Mendonça, por volta das 11h00, já se encontravam dentro do autocarro em direção a Lisboa. A viagem permitiu que os jovens dos diversos círculos se fossem conhecendo.



Ao chegar ao Palácio de São Bento, foram-lhes dadas informações, alguns materiais, identificações e foi disponibilizado um pequeno lanche. Entretanto, os deputados dirigiram-se às comissões para começarem a trabalhar. Enquanto isso, aos jornalistas foi feito um *briefing*, iniciado no jardim interior e finalizado no corredor das comissões parlamentares, onde iriam acompanhar o trabalho dos colegas.

Os professores foram acompanhados numa visita guiada.

Os deputados de Porto de Mós ficaram na comissão 1, onde tinham seis projetos de recomendação em debate e trinta e quatro deputados. A reunião da comissão começou com o debate e a seguir foi a votação, ficando como base de trabalho o projeto de recomendação de Castelo Branco, com 18 votos.



Depois do lanche, foram feitas as alterações ao projeto- base, foi eliminada uma medida, foram adicionadas duas, ficando então o projeto com cinco medidas. Ainda na segunda parte das reuniões das comissões, foi feita a seleção das perguntas a dirigir aos deputados da Assembleia da República, no Plenário.



Antes do jantar, os deputados e jornalistas, na sala do Senado, assistiram à exibição do mágico/ilusionista Mário Daniel. Durante o bellissimo espetáculo, foram realizados truques com cartas, CD, cubos mágicos, notas, jovens deputados, entre outros. Foi uma apresentação magnífica e cheia de diversão.



Após o programa cultural, todos os jovens foram jantar, no refeitório dos monges, e seguiram para os respectivos hotéis.



Terça-feira

Logo cedo, com a abertura solene do Plenário, na sala de sessões, começou o último dia de uma experiência incrível! Estavam presentes o Presidente da Assembleia da República, Augusto Santos Silva, o Ministro da Educação, João Costa, o Presidente da Comissão de Educação e Ciência, Alexandre Quintanilha, os deputados da Assembleia da República que iriam responder às perguntas dos jovens – Alexandre Poço (PSD), Patrícia Gilvaz (IL), Rita Matias (CH), Inês Sousa Real (PAN), Manuel Loff (PCP) e Tiago Brandão Rodrigues (PS) – os jovens deputados e jornalistas, os professores acompanhantes, e os jovens da Mesa da sessão nacional: a Presidente Lara Ribeiro (Porto), o Vice-Presidente, Francisco Cacheira (Lisboa) e os Secretários da Mesa, Lua Afonso (Castelo Branco) e João Róias (Açores).

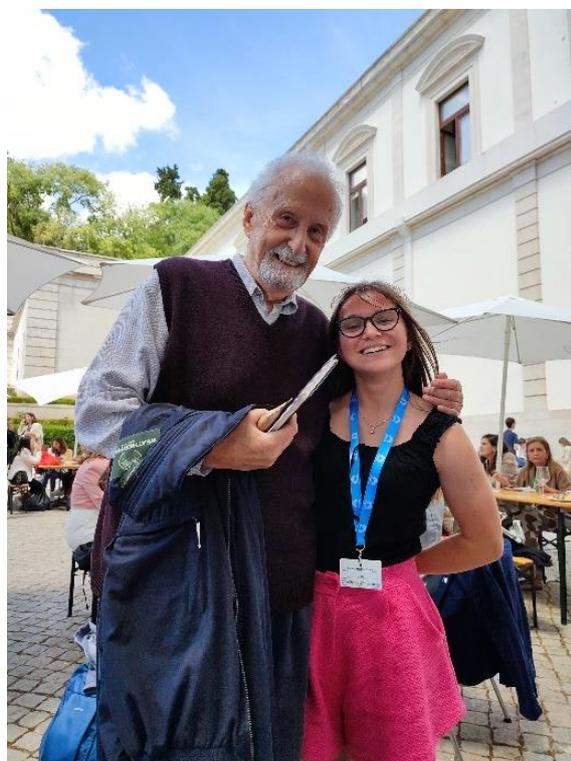


A sessão teve início com o período de perguntas dos jovens deputados, tendo, em algumas questões, obtido respostas concretas, mas noutras, nem tanto. Houve, mesmo, perguntas às quais certos deputados tiveram dificuldade e pouca disponibilidade para responder.



Terminado o período de perguntas, iniciou-se o debate da Recomendação final, ao qual os jornalistas não conseguiram assistir até ao fim, pois tiveram o privilégio de participar numa conferência de imprensa, no salão nobre, destinada apenas aos jornalistas, com o Presidente da Comissão de Educação e Ciência, deputado Alexandre Quintanilha.

Durante a conferência foi permitido aos jornalistas fazerem várias perguntas ao deputado, desde assuntos sobre a sua vida aos mais diversos temas sobre a atualidade do nosso país. Os jornalistas consideraram muito interessante esta atividade e lamentaram que não tivesse havido mais tempo para todos participarem.



Antes do almoço, no refeitório dos monges, foi a altura de tirar a foto de grupo, um grupo de jovens que trabalhou muito durante todo o programa.



Mais tarde regressaram ao trabalho, concluíram o debate e iniciaram a votação final global da Recomendação.



**PARLAMENTO
DOS JOVENS
básico**



SESSÃO NACIONAL DO ENSINO BÁSICO

8 e 9 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 Básico, recomendam à Assembleia da República a adoção das seguintes medidas:

1. Organizar sessões quinzenais com psicólogos contratados, através da abertura de mais vagas, com atribuição de um salário justo, visando incentivar os psicólogos, de forma que estes profissionais se sintam atraídos pelo sector público, para que todos, na comunidade escolar, saibam a melhor forma de lidar com todas as doenças mentais.
2. Reforço, por parte do Governo, do Orçamento de Saúde e da Educação para a contratação de psicólogos clínicos e psiquiatras para o Serviço Nacional de Saúde e para as escolas, permitindo o acompanhamento dos/as alunos/as, desde o pré-escolar, de forma a obter o rácio ideal de 1 psicólogo para 500 alunos.
3. Canalização de verba e fundos específicos do orçamento do estado e de fundos europeus para a contratação de mais psicólogos e técnicos especializados, de forma que o rácio entre o número de alunos e o número de profissionais seja equilibrado.
4. Aumentar o número de psicólogos no SNS, estabelecendo parcerias com faculdades de psicologia, aumentando o número de profissionais especializados, assim que terminem a sua formação ou durante o curso, através de um período de estágios nos Agrupamentos de Centros de Saúde, nos Agrupamentos de Escolas e nas Escolas não agrupadas.
5. Realização de concursos nacionais de admissão de psicólogos para o SNS (Serviço Nacional de Saúde), com maior regularidade, e aumento do número de vagas por cada concurso, incentivando os alunos estagiários de psicologia a trabalhar em escolas e outras áreas públicas.
6. Disponibilização de uma equipa multidisciplinar, constituída por psicólogos, pedopsiquiatras, nutricionistas e assistentes sociais, a tempo inteiro nas escolas, com o objetivo de identificar situações enquadráveis nas escolas, ou seja, de detetar sintomas e/ou identificar distúrbios mentais, prevenindo/minimizando o risco.
7. Constituição de grupos de apoio e de consultas na escola com psicólogos clínicos, com o objetivo de apoiar e ajudar as necessidades de qualquer aluno, com marcação prévia feita autonomamente por este, através do site da escola, não interferindo no horário escolar, de forma a ter um atendimento rápido, sem grandes filas de espera, evitando que os problemas mentais avancem.
8. Criação de um «Cheque de apoio psicológico» distribuído nas escolas, de modo a diminuir as discrepâncias socioeconómicas e a garantir um apoio mais recorrente.

**PARLAMENTO
DOS JOVENS
básico**



9. Criação de um «Cheque de apoio psicológico» pelo Ministério da Saúde, destinado aos jovens, que assegure o acesso gratuito, imediato e recorrente a profissionais de saúde mental.
10. Maior divulgação de informação correta sobre saúde mental, para redução do estigma, através de peças de teatro, debates e conversas com técnicos especializados, no âmbito da disciplina de Cidadania e Desenvolvimento, bem como de ações de sensibilização da população para as vantagens da inclusão e da promoção regular dessas atividades interativas entre turmas, entre grupos de trabalho e em toda a restante comunidade, criando um ambiente saudável para a mente e evitando o surgimento de problemas psicológicos.
11. Dinamização de ações de formação sobre saúde mental nos jovens para professores/assistentes operacionais.
12. Efetuar diagnóstico psicológico a todos os alunos a partir dos seis anos de idade, no início de cada ciclo escolar.

Aprovada na Sessão Plenária de 09 de maio de 2023.

Os Membros da Mesa

Presidente, Lara Sofia Meireles Ribeiro

Lara Ribeiro

Vice-Presidente, Francisco Cacheira

Francisco Cacheira

Secretária da Mesa, Lua Raquel Martins Afonso

Lua Afonso

Secretário da Mesa, João Róias

João Róias

Por volta das 16h30, foi o encerramento da Sessão Nacional do Parlamento de Jovens, na sala das sessões.



Os jovens partiram do palácio para os respetivos autocarros em direção a casa.



Entrevistas

Durante a Sessão Nacional, tive a oportunidade de fazer algumas entrevistas. Na conversa com o deputado Alexandre

Poço, do PSD, falámos sobre vários temas, como a situação dos médicos em Portugal,

referindo o senhor deputado que o mais difícil é, realmente, manter os

médicos no país e que se devia remunerar melhor este grupo

profissional. Falámos também sobre o projeto Parlamento dos

Jovens e o tema deste ano. Considerou o senhor deputado

que este projeto é “... a melhor iniciativa de aproximação do

parlamento às pessoas”, e que o tema abordado é muito importante e

foi “... uma excelente decisão o tema ser a saúde mental”.



A secretária de mesa, Lua Afonso, disse que a experiência foi bastante positiva e enriquecedora e que desejava repeti-la no próximo ano.

Falei também com os meus colegas de Porto de Mós.

A Maria Miranda declarou que todas as fases deram bastante trabalho, mas que na fase nacional já estava mais relaxada, pois já tinha chegado ao seu objetivo. Referiu que a Sessão Nacional foi a sua fase preferida, quer



pelo trabalho realizado, quer pela socialização com colegas de todo o país. Sobre o tema deste ano, considerou-o trabalhoso, mas muito importante e interessante.

O Manuel Bispo considerou que a fase escolar foi mais descontraída e referiu que a diferença entre a distrital e a



nacional é que, na 2ª fase, «ainda estamos a tentar competir, enquanto na fase nacional já há bastante mais amizade e entreatajuda».

Relativamente ao tema, referiu que, na nossa geração, a saúde mental é um assunto muito recente e que fez muito sentido termos sido nós, jovens, a debatê-lo.

Opinião da jornalista

Olá! Eu sou a Letícia Costa, a autora desta reportagem, tenho 15 anos e este ano participei no projeto Parlamento dos Jovens. Todo o trabalho, desde o início, foi bastante marcante:



o trabalho em equipa, a comunicação, a socialização, a criatividade, entre muitos outros aspetos. Gostei imenso do projeto! Quando, a votos, na fase escolar, percebi que ia representar a minha escola, mesmo como deputada suplente, foi fantástico, tinha um trabalho a fazer! Mesmo não estando como efetiva, nós sempre trabalhámos como equipa, até mesmo com o resto da lista, e isso é muito bonito de ver: tínhamos, juntos, de convencer os colegas das outras escolas de que podíamos, na fase nacional, representar bem o círculo, e a verdade é que conseguimos e passámos à 3.ª fase!

Depois, em equipa com as outras três escolas de Leiria, tínhamos de defender as nossas ideias... foi incrível!

Na fase nacional, demonstrou-se mesmo uma relação forte entre o nosso círculo: até uma rapariga de outra escola de Leiria, que já tinha participado no projeto noutros anos, disse que, este ano, foi muito mais notória a simpatia, o carinho e a relação de amizade entre todos.

Este projeto é, de certeza, uma experiência a repetir!

