



# Saúde Mental nos Jovens

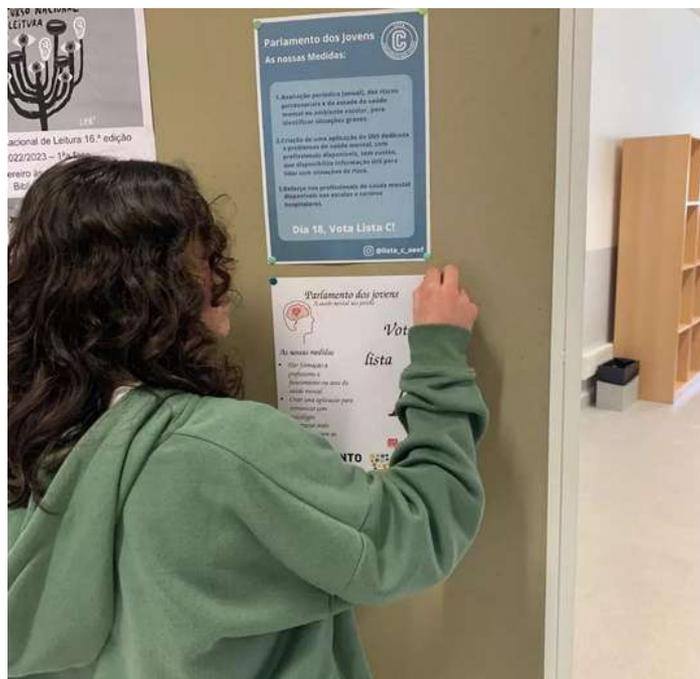


## “Saúde Mental nos Jovens: Que desafios? Que respostas?”

Foi o tema do “Parlamento dos Jovens 2023”. No âmbito deste programa foram vivenciadas diversas fases que culminaram numa experiência única para os alunos envolvidos. Esta reportagem tem como objetivo apresentar um testemunho direto dos factos, dos contextos e das experiências vividas em cada uma dessas fases.

# O Parlamento na escola

A primeira fase do Parlamento dos Jovens, denominada fase escolar, iniciou-se com grande entusiasmo por parte dos alunos do ensino básico da nossa escola. Apresentaram-se quatro listas candidatas, cada uma delas com o objetivo de melhorar a saúde mental nos jovens. O próximo passo foi a elaboração dos projetos por parte de cada lista, contendo as medidas propostas para enfrentar essa problemática. Cada lista teve a oportunidade de divulgar e defender o seu projeto durante a campanha eleitoral.



Nesta fase tivemos a oportunidade de participar em dois debates especiais, com a presença do Deputado da Assembleia da República, Hugo Maravilha (PSD) e a Dra. Filipa Marques Ferreira (Psiquiatra), que contribuíram para o enriquecimento de todo o processo.



Depois de intensos dias de trabalho, as eleições foram realizadas e a Lista A sagrou-se vencedora.

Seguiu-se a sessão escolar, onde todas as listas uniram esforços para aprovar o melhor projeto de recomendação e os respetivos representantes à sessão distrital. A Deputada Felícia Dias e o Deputado Santiago Sousa foram eleitos para representar a nossa escola na fase distrital e eu, Marta Malafaia, fui selecionada como candidata à presidência da mesa da sessão distrital.

Após o processo de seleção, realizado nas instalações do IPDJ de Viseu, fui eleita Vice-presidente da mesa da sessão distrital.

Com a conclusão da primeira fase, deu-se início aos preparativos para a sessão distrital, na qual os deputados trabalharam em conjunto para defender o nosso projeto e tentar garantir a passagem para a fase nacional.



Durante este período os nossos deputados estudaram as medidas apresentadas por outras escolas para se prepararem adequadamente para a Sessão Distrital.

# Sessão Distrital

A sessão distrital teve lugar no dia 6 de março, no Salão Nobre Aristides Sousa Mendes, nos Paços do Concelho de Carregal do Sal. Contou com a presença de deputados de 27 Escolas/Agrupamentos do Distrito que debateram e aprovaram o Projeto de Recomendação Distrital. Eu ajudei a conduzir os trabalhos da sessão na qualidade de vice-presidente. Marcaram presença na sessão distrital o deputado da Assembleia da República, Hugo Carvalho, a Delegada Regional de Educação do Centro, Dra. Cristina Oliveira, o Dr. João Magalhães, representante do IPDJ de Viseu e o Presidente do Município de Carregal do Sal, Dr. Paulo Catalino Ferraz.

A sessão distrital teve início com o discurso da presidente de mesa, Benedita Nogueira, seguido pela apresentação dos convidados e da mesa.

Em seguida, foram feitas perguntas ao deputado da Assembleia da República, Hugo de Carvalho. Os nossos deputados tiveram a oportunidade de o questionar sobre os principais problemas no âmbito da saúde mental e as iniciativas tomadas para resolvê-los.

Após o período de perguntas, cada escola apresentou o seu projeto, seguido pelo debate dos projetos de recomendação



A Deputada Felícia Dias e o Deputado Santiago Sousa participaram ativamente em todas as rondas, demonstrando grande dedicação. No final do debate em geral, o projeto de recomendação aprovado foi o do Agrupamento de Escolas do Carregal do Sal.

Na segunda parte da sessão, os alunos foram divididos em grupos para o debate em especialidade, assemelhando-se às comissões na Assembleia da República. A nossa escola integrou o Grupo IV. Ao término do debate na especialidade, o projeto da escola de Carregal do Sal passou por modificações, com algumas medidas sendo eliminadas e/ou alteradas. Com o projeto finalizado, foram selecionados os deputados que representariam a região na sessão nacional. Os deputados da nossa escola foram assim eleitos para representar o distrito de Viseu.

Além disso, o tema "Sexualidade" foi escolhido para a edição do próximo ano e a Deputada Maria Fonseca foi eleita porta-voz do círculo eleitoral de Viseu.



# Sessão Nacional

No dia 8 de maio, embarcámos numa emocionante jornada em direção à Assembleia da República. Esperavam-nos dois dias de trabalho, na tão aguardada Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens, em representação do distrito de Viseu.

Após uma viagem repleta de expectativa, na companhia do nosso Professor Ricardo Pereira e de outras delegações, chegámos ao nosso destino: a Casa do Povo – A Assembleia da República. O clima era de entusiasmo e determinação. Esperava-nos, depois do almoço, uma tarde repleta de atividades empolgantes.

Às 14h00, as comissões foram formadas, dividindo os alunos em grupos para debater os Projetos de Recomendação aprovados nos diversos círculos eleitorais. Trabalhámos na 2ª Comissão, dirigida por dois Deputados da Assembleia da República, Inês de Sousa Real e Dinis Ramos, o que elevou ainda mais o nível de importância e seriedade das discussões. Afinal, estávamos a ter a oportunidade de trabalhar lado a lado com aqueles que representam o nosso país.

As reuniões das comissões estenderam-se até as 18h00, com um breve intervalo para um lanche revigorante. Ali, tivemos a oportunidade de nos unir, partilhar ideias e aprofundar o debate sobre temas que consideramos fundamentais para o futuro do nosso país. Foi inspirador ver como cada um de nós tinha voz ativa e contribuía para a construção de recomendações sólidas.



O momento mais esperado chegou na manhã seguinte, na terça-feira do dia 9 de maio. A abertura solene do Plenário foi marcada por discursos inspiradores por parte do Presidente da Assembleia da República, Augusto Santos Silva, do Ministro da Educação, João Costa, e do Presidente da Comissão de Educação e Ciência, Alexandre Quintanilha. Era como se estivéssemos a entrar num mundo paralelo, onde os nossos sonhos e preocupações ganhavam vida.

De seguida, tivemos a oportunidade de fazer perguntas aos Deputados da Assembleia da República. Foi uma das experiências mais marcantes! Tivemos a oportunidade de interagir diretamente com essas



figuras políticas, questionando-os sobre temas que nos inquietavam. No meio desse mar de vozes, o círculo eleitoral de Viseu teve a oportunidade de colocar uma pergunta ao Deputado do PS, Tiago Brandão Rodrigues: “O que podem os partidos políticos fazer para incentivar os jovens a participar na política?”. A resposta que recebemos foi esclarecedora e abriu novas perspetivas sobre o papel dos partidos políticos na promoção da participação dos jovens na política.





O clímax do evento foi o debate final da Recomendação à Assembleia da República. Nessa fase, cada um de nós defendeu apaixonadamente as propostas que acreditávamos serem cruciais para o bem-estar da nossa sociedade. Foi uma lição de democracia e cidadania em ação, onde aprendemos a articular os nossos argumentos e a defender as nossas ideias de forma respeitosa e convincente. Cada palavra pronunciada, cada gesto e expressão facial refletiam a paixão e o compromisso que tínhamos com as questões que discutíamos.

Durante toda a sessão conduzida com excelência pela nossa presidente de mesa, Lara Ribeiro, sentimo-nos envolvidos num ambiente de colaboração e camaradagem. Conhecemos estudantes de diferentes partes do País, da Europa e dos círculos de fora da Europa, todos com perspetivas e experiências únicas, mas todos com um objetivo comum: contribuir para um



futuro melhor. As amizades que se formaram e as conexões que fizemos são tesouros inestimáveis que levaremos connosco.

Após horas de debates e deliberações, chegou o momento crucial: a votação final da Recomendação. A tensão pairava no ar, enquanto cada um de nós sabia que aquele momento poderia determinar o impacto das nossas propostas.

O sentimento de realização que surgiu quando a Recomendação foi aprovada foi indescritível. Sabíamos que tínhamos contribuído de forma significativa e que as nossas vozes foram ouvidas.

A Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens encerrou com uma sensação de missão cumprida e um orgulho imenso por tudo o que realizámos. O Deputado do PS, Eduardo Alves, Coordenador do Grupo de Trabalho Parlamento dos Jovens, da Comissão de Educação e Ciência, encerrou o evento com palavras de agradecimento e incentivo para continuarmos a ser agentes de mudança nas nossas comunidades.



Para todos nós, estudantes participantes, esta experiência no Parlamento dos Jovens foi transformadora. Aprendemos sobre política, participação cívica e democracia de uma maneira que nenhum livro ou aula poderia proporcionar. Sentimos na pele a importância de ter voz ativa na construção do nosso futuro.

Ao voltar para casa, trouxemos memórias preciosas, conhecimentos renovados e a certeza de que podemos fazer a diferença. Estamos gratos pela oportunidade de ter participado nesta sessão e ansiosos pelo momento em que poderemos aplicar o que aprendemos para melhorar a nossa sociedade.

## Conferência de imprensa

A meio do dia na qualidade de repórter, participei numa conferência de imprensa com o vice-presidente da Comissão de Educação e Ciência, Alexandre Quintanilha, realizada no Salão Nobre. O Vice-presidente compartilhou um pouco de sua vida e respondeu a algumas perguntas relacionadas com a educação.



# Conclusão



O Parlamento dos Jovens despertou em nós uma paixão pela política e pela construção de um futuro mais justo e inclusivo. Sabemos que esta experiência não termina aqui, é apenas o começo de uma jornada contínua de envolvimento cívico e contribuição ativa na sociedade.

O Parlamento dos Jovens de 2023 ficará marcado como um capítulo inesquecível das nossas vidas, onde fomos protagonistas da mudança que queremos ver no mundo. E, com essa inspiração, seguiremos em frente, prontos para enfrentar os desafios e construir um futuro melhor para todos.