



REVISTA

Bimestral | N.º 8 | maio/jun 2022



REPÚBLICA PORTUGUESA



INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.

PARLAMENTO DOS JOVENS

Euroscola



# DOIS DIAS DE PARLAMENTO JOVEM

01:21

01:21

PAG 4 a 7

ANO EUROPEU DA JUVENTUDE

FNAJ ESCREVE SOBRE O ANO EUROPEU DA JUVENTUDE

PAG. 10 e 11

JUVENTUDE



BE LIKE AN ATHLETE

SEMINÁRIO EXPLICA PERFIL SOCIOPISOLÓGICO COMUM DO ATLETA

PAG. 12 e 13

DESPORTO



PRÉMIO IPDJ E INR DE PROMOÇÃO À INCLUSÃO

PAG. 18 e 19

DESPORTO



# #ÍNDICE

mai/ jun '22

<p><b>12</b></p>  <p><b>#BELIKEANATHLETE</b> Be Like An Athlete Dados que apontam um caminho</p>	<p><b>10</b></p>  <p><b>#ANOEUROPEUDA-JUVENTUDE</b> O nosso ano europeu da juventude</p>	<p><b>8</b></p>  <p><b>#EUROSCOLA</b> Serpa, Ourém e Monserrate foram os vencedores do Concurso Euroscola 2022</p>	<p><b>4</b></p>  <p><b>#PARLAMENTO DOSJOVEM</b> Jovens no Parlamento pelo impacto da desinformação na democracia</p>	
<p><b>14</b></p>  <p><b>#JAMOR</b> Voltaram as grandes emoções ao Jamor</p>	<p><b>16</b></p>  <p><b>#SURDOLÍMPICOS</b> Portugal com os melhores Jogos Surdolímpicos de sempre</p>	<p><b>18</b></p>  <p><b>#PRÉMIO DESPORTO +ACESSÍVEL</b> Apresentado pelo IPDJ e pelo INR</p>	<p><b>20</b></p>  <p><b>#CLUBETOP</b> No sucesso dos "Pimpões"</p>	
<p><b>27</b></p>  <p><b>#FUNDAÇÃO DESPORTO</b> III Gala de Prémios Empresariais da Fundação do Desporto</p>	<p><b>26</b></p>  <p><b>#JÜRGENPAL-MAWARD</b> Presidente do IPDJ recebe Jürgen Palm Award</p>	<p><b>25</b></p>  <p><b>#DGDESORTO</b> Reunião Informal de Diretores-Gerais de Desporto da União Europeia</p>	<p><b>22</b></p>  <p><b>#DG JUVENTUDE</b> Reunião informal de diretores-gerais de Juventude</p>	
<p><b>29</b></p>  <p><b>#PNED</b> III Colóquio Internacional Desporto, Ética e Transcendência</p>	<p><b>30</b></p>  <p><b>#MUSEU</b> O Museu Nacional do desporto já está no google arts</p>	<p><b>32</b></p>  <p><b>#CUIDA-TE+ Emocanção no Cuida-te +</b></p>	<p><b>34</b> AGENDA DICAS DE NUTRIÇÃO</p>	<p><b>35</b> NOTÍCIAS BREVES</p>

# CASA DA DEMOCRACIA JOVEM



**Vítor Pataco**

Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude

Todos os anos, bem perto do final do ano letivo, a Assembleia da República reserva dois dias do seu calendário legislativo para receber dezenas de estudantes do ensino secundário, vindos de escolas representativas de todos os distritos nacionais – e até da Europa e de fora da Europa em representação dos dois círculos fora do território nacional – para acolher a sessão nacional do Parlamento dos Jovens (PdJ). Subordinados a um tema, que este ano foi dedicado ao Impacto da Desinformação na Democracia, os estudantes reúnem-se em Comissões, debatem na generalidade e na especialidade recomendações sobre o assunto. O IPDJ, sendo parceiro do Parlamento na organização da iniciativa, acompanha o processo de seleção dos estudantes e das escolas, desde as sessões locais em cada um dos estabelecimentos do ensino secundário que se candidata até às sessões distritais, nas quais são escolhidas as escolas que vão representar o distrito na sessão nacional. Nas páginas das duas últimas edições da DJ já tínhamos dado conta da evolução do processo. O PdJ é um programa de uma dimensão ímpar, acima de tudo de promoção da cidadania e desenvolvimento de capacidades e conceitos importantes até para o crescimento dos jovens participantes. Foi isso mesmo que o Presidente da Assembleia da República afirmou no seu discurso na abertura solene da sessão plenária, na qual também esteve Ana Catarina Mendes, ministra adjunta e dos Assuntos Parlamentares, com a tutela da Juventude.

Paralelamente, no mesmo espaço do Palácio de São Bento, mas desta feita na Sala do Senado, realizou-se também a sessão nacional do concurso Euroscola – nos mesmos dois dias do PdJ – para escolher os alunos que representam Portugal na sessão final no Parlamento Europeu, promotora da iniciativa e na qual o IPDJ é o organizador nacional. Estes dois programas fazem manchete desta edição, mas há mais tópicos merecedores de atenção: depois de dois anos de pandemia, o Jamor voltou a ser local de peregrinação habitual para os amantes da festa do futebol. A Federação Portuguesa de Futebol levou ao Estádio Nacional não uma, não duas, nem três, mas quatro finais: da Liga 3, da Taça de Portugal masculina e feminina e do Campeonato de Portugal. Mas não foi a única modalidade a escolher o nosso mítico Jamor. Também as Federações Portuguesas de Hóquei e de Râguebi aqui decidiram os vencedores das respetivas Taças de Portugal. Uma reportagem dos ambientes a não perder. Pode ver-se ainda o sumário da melhor participação portuguesa de sempre nos Jogos Surdolímpicos, em Caxias do Sul, no Brasil, e cujo ambiente extraordinário que se viveu na missão pode testemunhar ao vivo. Convidámos ainda a Federação Nacional das Associações Juvenis a escrever sobre o Ano Europeu da Juventude, fazemos a apresentação do programa Be Like An Athlete e do Prémio "Desporto + Acessível", que o IPDJ levou a cabo em parceria com o Instituto Nacional para a Reabilitação. Todos bons motivos para folhear digitalmente mais uma edição da sua Revista DJ.

**CONVIDAMOS AINDA A FEDERAÇÃO NACIONAL DAS ASSOCIAÇÕES JUVENIS A ESCREVER SOBRE O ANO EUROPEU DA JUVENTUDE, FAZEMOS A APRESENTAÇÃO DO PROGRAMA BE LIKE AN ATHLETE E DO PRÉMIO "DESORTO + ACESSÍVEL", QUE O IPDJ LEVOU A CABO EM PARCERIA COM O INSTITUTO NACIONAL PARA A REABILITAÇÃO.**



#PARLAMENTODOSJOVENS

#PARLAMENTODOSJOVENS



**Durante dois dias, a Casa da Democracia portuguesa esteve repleta de jovens de todos os países, para uma sessão especial no hemiciclo. Todos os anos é assim: a sessão nacional do Parlamento dos Jovens reúne alunos do ensino secundário para debater, votar e aprovar recomendações sobre um tema. O deste ano mantém-se na ordem do dia: o impacto da desinformação na democracia.**

**T**anto sangue novo pelos corredores e hemiciclo da Assembleia da República (AR)! As eleições legislativas já tinham sido em janeiro, pelo que o sangue novo não era de novos deputados, mas sim de deputados novos, jovens estudantes do ensino secundário que, depois do caminho percorrido nas sessões locais e distritais, encheram o Palácio de São Bento em representação dos seus círculos distritais. É o Parlamento dos Jovens, que o IPDJ organiza em parceria com AR. A DJ já tinha acompanhado a sessão escolar da Escola Secundária Rafael Bordalo Pinheiro, das Caldas da Rainha, bem como a sessão distrital de Évora, pelo que não podia faltar à sessão nacional.

O acontecimento decorreu entre os dias 30 e 31 de maio e deu voz a 132 jovens deputados, mais 62 jovens jornalistas, também eles/elas alunos do ensino secundário e representantes das escolas com representação nos respetivos círculos distritais.

**MÚSICA PARA OS OUVIDOS**

O primeiro dia (30 de maio) ficou reservado para reuniões das Comissões, com debate na generalidade e especialidade dos Projetos de Recomendação aprovados nos diversos círculos eleitorais sob orientação de vários deputados da AR, representantes de cada um dos partidos com assento na Assembleia da República. Antes do jantar, para fechar o dia da melhor for-

ma possível, os alunos participantes do Parlamento dos Jovens juntaram-se aos do Eurocola [ver págs. 7 e 8] na Sala do Senado para o momento reservado ao programa cultural. A Orquestra *Lisbon Film Orchestra* interpretou vários temas de conhecidas bandas sonoras de filmes, a maioria reconhecidos pelos jovens ouvintes e que elevou a qualidade da sessão. O dia seguinte, 31 de maio, dedicado ao debate, conclusão e votação da Recomendação à Assembleia da República sobre o tema, começou com a abertura solene da Sessão Plenária. O presidente da Mesa da Sessão Nacional, Daniel Peroba (Porto) deu início à sessão, apresentando os três intervenientes ao seu lado, que iriam usar da palavra: Augusto Santos Silva, presi-

dente da Assembleia da República; Ana Catarina Mendes, ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares (também com a tutela da Juventude e do Desporto); e o deputado Alexandre Quintanilha, presidente da Comissão de Educação e Ciência.

**FILOSOFIA COMO PARTE DA SOLUÇÃO**

Começou, natural e protocolarmente, pela segunda figura da hierarquia do Estado e o mais alto representante do Parlamento, com um extraordinário discurso simples para jovens mentes ávidas de conhecimento, numa espécie de tournée filosófica, começando em Kant, passando por Descartes e ainda a tempo de voltar ao clássico ateniense Sócrates.

"Não queria centrar-me tanto em como compreender o impacto da desinformação na democracia, mas mais como contrariar esse impacto. Um senhor alemão, que viveu no século XVIII e que era um pouco como o nosso Fernando Pessoa, quietinho, sem nunca sair da sua terra, mas que tinha o Mundo dentro da sua cabeça e, portanto, viajava muito intelectualmente chamado Emmanuel Kant dizia que todas as nossas preocupações se podiam resumir a três perguntas: 1) o que podemos saber; 2) o que podemos fazer; 3) o que podemos esperar. Queria abordar o tema da nossa sessão a partir da segunda pergunta, pois, senhores deputados, o que devemos fazer é praticar a boa filosofia, pois ela tem uma ligação evidente com



## #PARLAMENTOSJOVENS

## #PARLAMENTOSJOVENS



a prática da boa cidadania e é uma arma muito eficaz e com a vantagem de ser puramente pacífica para contrariar o impacto da desinformação na democracia."

Santos Silva continuou o seu elogio à ciência do saber: "Uma das primeiras coisas que a filosofia nos proporciona é ajudar-nos a acreditar em nós próprios. A acreditar que nós somos seres dotados de qualquer coisa que podemos usar em nosso benefício. Ao longo do tempo, os filósofos têm variado na designação dessa coisa. Os mais eruditos gostam de impressionar os seus alunos e chamam-lhe discernimento; o Kant chamava-lhe entendimento; outros, de raiz mais francesa, chamavam-lhe as luzes da Razão. O que quer que seja, há algo dentro de nós que nos permite conhecer, formarmos opinião, sermos nós a decidir. Para além dessa capacidade, há ainda ferramentas que nos fazem ser mais eficientes nessa forma de pensar".

A intervenção durou cerca de 10 minutos e foi não apenas um hino à filosofia como estratégia de combate à desinformação, mas como ferramenta para quaisquer aplicações na vida quotidiana dos jovens. Terminou com uma máxima, naturalmente, filosófica: "Desconfia-se sempre de quem diz que não procura a verdade assim como de quem diz que já chegou à verdade. A busca pela verdade é uma tarefa infinita e que a devemos fazer todos os dias, como cidadãos que somos".

### SOCIEDADE EM CONSTANTE CONSTRUÇÃO

A ministra Ana Catarina Mendes pegou na deixa de Santos Silva: "Depois desta brilhante aula de filosofia tentarei fazer a declaração prática desta mesma teoria. Sendo esta a nossa/vossa casa, quando entrei no Parlamento há muitos anos, a edição dos Parlamento dos Jovens estava a dar os primeiros e quero saudar a Co-



missão de Educação por manter vivo este espaço de cidadania e da importância de se estar sentado onde agora se encontram para poder mudar a vida das pessoas, que em nós confiaram o seu voto para nos eleger. Pode ser uma experiência de vida para vocês, mas é a certeza para a minha geração que os jovens se interessam pela participação e construção da sociedade portuguesa".

Todos os trabalhos do Parlamento dos Jovens foram transmitidos em direto pelo canal Parlamento e podem ser revistos no sítio do canal. Concretamente, a sessão de abertura pode ser vista [aqui](#).

### DE GENEBRA E CIDADE DA PRAIA

Tal como acontece nas eleições legislativas, também o Parlamento dos Jovens tem os dois famosos círculos fora do território nacional, referentes à Europa e Fora da Europa. Este ano, a representação do Velho Continente coube a dois alunos do Cycle d'Orientation du Renard, de Genebra (Suíça): Tiago Alves (porta-voz) e Lara Vicente. De fora da Europa, Aristéias Coutinho (porta-voz) e David Spencer, vieram da Cidade da Praia da Ilha de Santiago, em representação da Escola Portuguesa de Cabo Verde. A DJ quis saber como foi o caminho até São Bento.

"O tema também foi discutido na nossa escola e depois entrámos discussão com as escolas portuguesas de São Tomé e Príncipe e de Timor-Leste, da qual saímos vencedor", começou por explicar Aristéias, que passou rapidamente à forma como é vivida a realidade da desinformação no seu contexto geográfico. "Apesar de haver fontes de informação confiáveis, identificadas e conhecidas da maioria da população, há muita gente que acredita na primeira coisa que lê nos grupos do Whatsapp. Depois, há também o ditado popular de quem conta um conto, acrescenta sempre um ponto e isso torna tudo ainda mais complicado", rematou.

### SENHOR PRESIDENTE!

Daniel Peroba, do círculo do Porto, assumiu as funções de presidente da Mesa da sessão nacional, vestindo assim a pele de Santos Silva. Consciente da representatividade do seu cargo, admitiu que os seus pares demonstraram o respeito institucional que lhe era devido, embora não fosse esse o seu principal objetivo. "Acima de tudo, a dinâmica que registei durante a sessão. Funcionou da melhor maneira e não defraudámos as expectativas. Devemos também muito aos restantes elementos da Mesa", referiu.

Apesar ter funções específicas no Parlamento dos Jovens, Daniel Peroba não deixou de dar o seu comentário em relação à temática que este ano foi discutida. "Tudo o que é informação tem impacto na democracia. Falamos de algo que molda as mentes das pessoas, afeta, positiva e negativamente, o discernimento das pessoas e influencia as escolhas que terão de fazer. Faz todo o sentido que seja discutido no Parlamento dos Jovens e mais sentido ainda contando que a nossa geração tem vários meios de comunicação próprios. A forma de podermos ultrapassar os problemas depende muito da compreensão que tenhamos dos temas e da capacidade de associar conceitos. A verdade é que por estarmos mais expostos às plataformas digitais e às fake news do que outros grupos etários. Isso torna-nos, talvez, mais sensíveis. Que não se duvide do interesse político de cada um dos jovens participantes desta sessão no tema! Queria só deixar uma nota sobre o discurso do presidente da Assembleia da República. Foi uma honra poder ouvi-lo, ainda para mais no lugar em que estava. Disse-nos muito, para nós que estamos no secundário e já estudamos filosofia. Falou de questões complexas de uma forma tão simples, aplicando conceitos ao nosso tema. Foi uma belíssima lição e não apenas



### PRÉMIO "REPORTAGEM PARLAMENTO DOS JOVENS"

Nas bancadas do hemiciclo não estavam apenas deputados representantes dos círculos nacionais e internacionais. Como já foi referido na peça principal, estavam também 62 alunos (nas filas mais recuadas das bancadas) que desempenhavam as funções de jornalistas, outro dos pilares da democracia. O seu objetivo era fazer uma cobertura dos trabalhos, que depois terão de ser publicados nos órgãos de comunicação das respetivas escolas ou até em órgãos de comunicação social locais ou regionais. Aliás, há até um prémio para os trabalhos apresentados. O Prémio "Reportagem Parlamento dos Jovens" é atribuído a uma reportagem em formato escrito ou multimédia. No entanto, como têm 45 dias úteis para apresentar os trabalhos, que depois será avaliado para atribuição dos prémios, o processo ainda decorre. Os jovens repórteres tiveram ainda uma conferência de imprensa, na qual o deputado Alexandre Quintanilha, presidente da Comissão e Educação e Ciência, respondeu às perguntas que lhe foram dirigidas. Os resultados para atribuição dos prémios serão conhecidos mais para o final do ano.



#EUROSCOLA

# SERPA, OURÉM E MONSERRATE FORAM OS VENCEDORES DO CONCURSO EUROSCOLA 2022



**NOS MESMOS DIAS EM QUE DECORREU A SESSÃO NACIONAL DO PARLAMENTO DOS JOVENS, TAMBÉM NA ASSEMBLEIA DA REPÚBLICA, NA SALA DO SENADO, REALIZOU-SE MAIS UMA EDIÇÃO DO PROGRAMA EUROSCOLA.**



O Concurso Euroscola visa selecionar a nível nacional as escolas que irão representar Portugal nas sessões Euroscola do Parlamento Europeu, em Estrasburgo. Cada escola candidata-se, com dois alunos do 10º ou 11º ano, apresentando um trabalho escrito com uma abordagem do tema anual em discussão e apresentando-o oralmente. Na presente sessão nacional estiveram representadas 20 escolas (18 do Continente; 1 dos Açores; 1 da Madeira), com 40 alunos. O tema em debate nesta edição foi "As Redes Sociais e os Perigos para a Democracia".

Nesta edição, que envolveu 75 escolas e cerca de 1800 alunos, a primeira classificada foi a Escola Secundária de Serpa, com Érica Arce e Teresa Ramos, seguida pelo Agrupamento de escolas de Ourém, com as alunas Eduarda Pereira e Iris Simões, culminando o pódio com a Escola Secundária de Monserrate, com os representantes Tomás Marques e Mariana Luís. O Parlamento Europeu criou o programa Euroscola em 1990, com o intuito de permitir que centenas de milhares de estudantes do ensino secundário participassem num exer-

cício de simulação do trabalho dos deputados do Parlamento Europeu. O IPDJ é a entidade organizadora do Euroscola em Portugal, sendo o concurso organizado em parceria com o Gabinete do Parlamento Europeu em Portugal e as Direções Regionais de Juventude das Regiões Autónomas, com a colaboração da Assembleia da República e das Assembleias Legislativas dos Açores e da Madeira. O Programa Euroscola tem como objetivo dar aos estudantes participantes a oportunidade de se familiarizarem com o funcionamento

#EUROSCOLA



**O PROGRAMA EUROSCOLA TEM COMO OBJETIVO DAR AOS ESTUDANTES PARTICIPANTES A OPORTUNIDADE DE SE FAMILIARIZAREM COM O FUNCIONAMENTO DAS INSTITUIÇÕES EUROPEIAS, DISCUTIR A DEMOCRACIA, OS DIREITOS FUNDAMENTAIS E OS VALORES EUROPEUS ATRAVÉS DA EXPRESSÃO DAS SUAS OPINIÕES SOBRE AS DECISÕES TOMADAS AO NÍVEL DA UE.**

das instituições europeias, discutir a democracia, os direitos fundamentais e os valores europeus através da expressão das suas opiniões sobre as decisões tomadas ao nível da UE. O Concurso anual desenvolve-se em três fases. Na primeira fase, dá-se a participação das escolas a nível distrital, sendo selecionados no máximo, um trabalho vencedor por cada um dos 18 distritos do continente e ilhas

(máximo de 20 trabalhos e 40 alunos participantes). Na segunda fase, acontece a apresentação na Assembleia da República de cada um dos trabalhos candidatos, sendo selecionados os vencedores nacionais do Concurso. Por último, a terceira fase, com a participação das escolas vencedoras (as três mais bem classificadas na sessão nacional), na sessão Euroscola do Parlamento Europeu.



#ANOEUROPEU DA JUVENTUDE

# O NOSSO ANO EUROPEU DA JUVENTUDE

POR FEDERAÇÃO NACIONAL DAS ASSOCIAÇÕES JUVENIS

Mais de dois anos passados desde o início da pandemia COVID-19 e quatro meses após a invasão russa da Ucrânia, assistimos incrédulos a uma mudança radical do mundo como o conhecíamos. Agora importa refletir, enquanto sociedade, que tipo de resposta queremos dar perante estes momentos transformadores? Que mundo queremos para as futuras gerações? De uma coisa estamos certos, quando se definem quais as políticas que vão marcar a Europa e o mundo amanhã, a palavra deve ser dada aos e às jovens, pois é do seu futuro que se trata. As respostas devem ser dadas por aqueles e aquelas que serão os protagonistas de amanhã. A proclamação do Ano Europeu da Juventude – AEJ trouxe consigo a esperança de colocar os jovens no centro das discussões políticas, dando visibilidade aos seus anseios e problemas atuais. A pandemia, como sabemos, foi uma época particularmente difícil para as gerações

mais jovens, foram muitas as oportunidades perdidas, os sonhos adiados e a vida colocada em suspenso. O maior objetivo do Ano Europeu da Juventude é colocar os jovens no centro dos debates e na definição das políticas nacionais e europeias de juventude, desafiando os mesmos a assumirem um papel cada vez mais ativo neste sentido. Assim, o AEJ deve traduzir-se em jovens a serem o cérebro da participação juvenil e a estarem presentes e integrados nos órgãos de decisão local e central. A FNAJ – Federação Nacional das Associações Juvenis, enquanto estrutura representativa dos jovens e das mais de 1000 associações juvenis de base local e regional e das Federações Distritais e Regionais de associações juvenis, em Portugal, sempre defendeu a participação ativa da juventude na construção de políticas de juventude. Por isso, recebemos com particular entusiasmo a celebração do Ano Europeu da

Juventude, que nos permite associar esforços e vontades entre os parceiros institucionais, para fazermos mais e melhor. A política e a participação cívica não podem ser uma imposição, mas sim uma atividade para a qual todos contribuimos. Os decisores políticos precisam dos conhecimentos e da criatividade dos jovens, do seu vigor, irreverência e ousadia. Participando podemos fazer a diferença, levando os debates para as comunidades e encorajando os nossos pares a participarem. Todas e todos são necessárias no debate e todos ganhamos com esta participação ativa e crítica. Está na hora de tomarmos em mãos a mudança que queremos ver no mundo. A FNAJ faz parte do Comité Diretor do AEJ em Portugal, que é coordenado pelo Instituto Português do Desporto e da Juventude. Até este momento, destacamos duas atividades particularmente importantes no âmbito das Comemorações do Ano Europeu da Juventude:

## Evento de Lançamento do Ano Europeu da Juventude & Action Week

Num processo de co-criação com e para jovens, sob o lema proposto pela FNAJ «ouvir e agir pela juventude», envolvendo a juventude e as suas organizações, o Comité Diretor promoveu ações de sensibilização sobre as causas e prioridades jovens com o objetivo de despertar a juventude portuguesa para estas comemorações, partilhando informação e auscultando os e as jovens sobre a futuro da Europa. O Evento de Lançamento do Ano Europeu da Juventude teve como objetivo despertar a juventude portuguesa para a construção de um futuro melhor, mais ecológico e digital, através da partilha de informação e auscultação, por meio de uma ação nacional e mobilizadora. As iniciativas no âmbito deste evento, decorreram entre os dias 18 e 25 de março de 2022, com a criação de momentos de sensibilização e reforço das causas e prioridades jovens, com particular destaque para a importância da juventude e cidadania europeia, envolvendo os e as jovens e as suas organizações na construção deste projeto coletivo. Para dar início às comemorações do Ano Europeu da Juventude foi realizada uma ação nacional concertada, a «Action Week», que envolveu equipas constituídas por jovens voluntários e representantes dos membros do

Comité Diretor do AEJ e do Governo, distribuídas por várias escolas por distrito. Nas ações de sensibilização da «Action Week» decorreram «Youth Talks» que incluíram dinâmicas com base na educação não formal e em plataformas de e-participation que permitiram, em simultâneo, envolver a juventude num diálogo jovem profíquo e testar os conhecimentos sobre os projetos europeus e nacionais que lhes são dirigidos, traduzindo-se numa ação de formação e debate com decisores políticos. Estes diferentes momentos de auscultação foram analisados e compilados pela FNAJ no documento «Europa para Jovens» que reúne as principais conclusões com a visão dos jovens para o futuro da Europa. Este documento foi apresentado, no âmbito das comemorações dos 26 anos da Federação, em Bruxelas, às e aos Eurodeputados Portugueses e ao Gabinete da Comissária Elisa Ferreira, que tem a pasta da Coesão e Reformas.

## 18.º ENAJ – Encontro Nacional de Associações Juvenis

Inserido na programação oficial do Ano Europeu da Juventude, e sendo o primeiro maior evento alusivo a estas comemorações, em Portugal, a FNAJ organizou de 3 a 5 de junho o 18.º ENAJ – Encontro Nacional de Associações Juvenis, em Vila Real de Santo António, Algarve, em parceria com o Município anfitrião, juntando cerca de 800 participantes de norte a sul do país, incluindo as Regiões Autónomas. O primeiro-ministro, António Costa, presidiu à sessão de abertura deste evento, que centrou os seus painéis de discussão naquela que é a visão dos jovens sobre o seu futuro e o direito à emancipação condigna, incidindo naquelas que

#ANOEUROPEU DA JUVENTUDE

são as novas causas e formas de participar dos jovens. Também o futuro da Europa e a necessidade de construção de um mundo livre, democrático e justo, baseado na revitalização da democracia e na capacitação e empoderamento da juventude serviram de mote para as diversas comunicações apresentadas neste Encontro. O ENAJ assumiu-se como um momento fulcral para o associativismo juvenil refletir e reforçar a participação jovem na construção de uma sociedade mais justa e humanamente desenvolvida, perspetivando políticas de juventude promotoras de uma maior participação cívica. Ainda no dia 4 de junho de 2022, as Associações Juvenis de todo o país filiadas na FNAJ, elegeram os novos Corpos Sociais para o biénio 2022/2024, tendo sido Marco Santos eleito o Presidente da Direção da Federação. Os novos membros tomaram posse no domingo, dia 5 junho, no Encerramento do 18.º ENAJ. A nova Direção assumiu como prioritária a vontade de intensificar o papel da FNAJ de representação das associações juvenis, trabalhando em cooperação com a tutela para que os interesses das mesmas sejam defendidos e as suas aspirações atendidas, exercendo a sua missão de ser efetivamente um órgão de representação política das associações e federações, junto do poder público. Neste que é o Ano Europeu da Juventude, continuaremos o projeto de construir uma Federação Nacional cada vez mais forte, reivindicativa e, acima de tudo, uma federação que sempre pugnará para o cumprimento integral do seu papel, da sua missão: dar voz às associações juvenis e aos jovens, em especial aos seus dirigentes associativos. Porque a tua voz importa, junta-te a nós e faz a diferença!





# BE LIKE AN ATHLETE

## DADOS QUE APONTAM UM CAMINHO



BE LIKE AN ATHLETE



O departamento de Formação e Qualificação do IPDJ, em parceria com o Conselho Nacional de Associações de Profissionais de Educação Física e Desporto (CNAPEF), num projeto coordenado pela Universidade da Maia (UM), promoveram dois seminários no mês de junho (um no Centro de Juventude de Lisboa e outro no auditório da UM) para apresentar os primeiros resultados do programa *Be Like Na Athlete* (BLA). Os Seminários, contaram com a presença dos parceiros nacionais, e com a participação do coordenador das UAARE, Victor Pardal, bem como de alguns psicólogos que acompanham o projeto. Teve, ainda, a participação de Treinadores, Professores e Atletas-Estudiante que, num painel, tiveram oportunidade de transmitir o seu testemunho.

O Perfil Sociopsicológico Comum BLA foi desenvolvido no âmbito do projeto Erasmus + Sport BLA que envolveu uma equipa transnacional e transdisciplinar de cinco países europeus: Portugal, Irlanda, Itália, Suécia e Espanha. O perfil comum do BLA é o resultado e a conclusão de um questionário aplicado a estudantes-atletas envolvidos em programas de carreira dual dos cinco países europeus. O projeto combina os objetivos de traçar um perfil sociopsicológico dos estudantes-atletas envolvidos em programas de carreira dual e contribuir para o desenvolvimento positivo dos jovens através de uma estratégia de educação desportiva inovadora. O objetivo é melhorar os resultados desportivos e escolares das pessoas envolvidas em programas

de carreiras duais, ao mesmo tempo que se reforça o equilíbrio entre estes dois contextos. O Perfil Sociopsicológico Comum BLA foi concebido para estudantes-atletas envolvidos em programas de carreira dual e inclui as seguintes sete variáveis: bem-estar; resiliência; paixão pela escola; paixão pelo desporto; planeamento de carreira; competências sociais; e gestão. O perfil é baseado nas respostas de mais de mil estudantes-atletas (t = 1192; mulheres = 527; homens = 657; idade média de 16,4), com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos, envolvidos em programas de carreira dual em 2021 de Portugal, Irlanda, Itália, Suécia e Espanha. Os estudantes-atletas gastam entre 10 e 30 horas por semana, ou mais, no seu treino

desportivo (média = 20,2 horas/semana) e entre 20 e 35 horas estudando na escola semanalmente (média = 26,6 horas/semana). O estudo adicional fora da escola varia de 5 a 15 horas por semana (média de 11,7 horas/semana). O Perfil Sociopsicológico Comum do *Be Like an Athlete*, tanto para rapazes como para raparigas, em Portugal, Irlanda, Itália, Suécia e Espanha mostra que os estudantes-atletas têm forte paixão pelo desporto, apresentando pontuações mais baixas no bem-estar. Adicionalmente, o estudo mostrou uma forte correlação positiva entre as variáveis, planeamento de carreira, competências sociais e scores de gestão e entre o bem-estar e a resiliência. A investigação indicou ainda que há uma correlação positiva moderada a forte

entre a variável paixão pelo desporto, competências sociais e de gestão, mas também entre a resiliência e paixão pelo desporto, competências sociais e de gestão. As correlações positivas moderadas a fortes mostram uma relação entre as variáveis, indicando que elas aumentam juntas. Os valores positivos mostram que essas variáveis tendem a aumentar juntas. Em relação ao sexo, houve diferença estatisticamente significativa no score de bem-estar entre rapazes e raparigas, com estas últimas a apresentarem pontuações de bem-estar mais baixas em média (score médio das raparigas 61,3 e rapazes 66,1). No entanto, houve pouca diferença nas outras variáveis, horas de treino, horas de aula, horas de estudo fora da escola ou o nível mais alto de

desporto, reportado entre sexos. Em relação aos resultados por país, foram encontradas algumas diferenças. Embora se tente definir um perfil comum, as particularidades de cada país não podem ser ignoradas e serão consideradas nas próximas etapas do projeto. Neste projeto, BLA, considera-se que este tipo de perfil necessita, não só de ser otimizado no contexto desportivo, mas também desenvolvido no contexto escolar, para promover um desenvolvimento juvenil positivo e a transferência do bem-estar do desporto para a vida. A partir deste perfil, o BLA desenvolverá ferramentas pedagógicas digitais e interativas que servirão de apoio ao acompanhamento e à divulgação das reais características sociopsicológicas dos jovens.



#JAMOR

#JAMOR



# VOLTARAM AS GRANDES EMOÇÕES AO JAMOR

**APÓS DOIS ANOS DE INTERREGNO DEVIDO AOS CONSTRANGIMENTOS PANDÉMICOS, AS GRANDES EMOÇÕES DESPORTIVAS VOLTARAM AO JAMOR. A FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE FUTEBOL FEZ REGRESSAR AO ESTÁDIO NACIONAL NÃO DUAS, MAS QUATRO FINAIS DAS SUAS MAIS IMPORTANTES COMPETIÇÕES!**

Começou dia 14 de maio, com a final da Liga 3, entre o Torreense e a Oliveirense; continuou com o ponto alto da Taça de Portugal masculina (22/5), entre o FC Porto e o Tondela; seguiu-se a final da Taça de Portugal feminina (28/5), entre o Sporting e o Famalicão; e finalmente a final do Campeonato de Portugal (4 de junho), entre o Paredes e o Fontinhas. Até a celebração do Ano Europeu da Juventude se juntou à festa! No entanto, não foi só de futebol que se fez a festa no Jamor. O Centro Desportivo Nacional do Jamor é multi-desportivo. No dia em que as mulheres leoninas e famalicenses disputavam a prova rainha do futebol, também os homens e as mulheres do hóquei em campo faziam a festa da Taça de Portugal. AD Lousada (masculinos) e GD Viso (femininos), festejaram a vitória no final. Também no mesmo dia em que se decidia o campeão do Campeonato de Portugal, jogou-se a Taça de Portugal de rãguebi, entre Belenenses e Agromónia. A vitória acabou por sorrir à formação do restelo, que celebrou a dobradinha, por ter sido igualmente campeão nacional. As imagens nem necessitam de legendas. O desporto pode e deve ser sempre uma festa e os portugueses tinham mesmo saudades do Jamor. O espaço está sempre pronto para receber todos os que lá desejem entrar, seja em que condição for: para desporto, atividade física, ou simplesmente lazer.





# #SURDOLÍMPICOS

## PORTUGAL COM OS MELHORES RESULTADOS SURDOLÍMPICOS DE SEMPRE



No início de maio, realizou-se na cidade brasileira de Caxias do Sul, a 24.ª edição dos Jogos Surdolímpicos. Portugal participou pela oitava vez, com uma delegação composta por 12 atletas de seis modalidades (atletismo, ciclismo, natação, judo, tiro e luta greco-romana), alcançou o melhor resultado de sempre, com quatro medalhas: duas de ouro e duas de bronze. Igualou o registo dos Jogos de Taipé, mas os 12 diplomas alcançados tornaram esta edição a mais reconhecida. O corredor André Soares destacou-se no ciclismo ao conquistar o ouro na prova por pontos e o bronze no contrarrelógio. A judoca Joana Santos, na categoria de -57kg, também se sagrou campeã surdolímpica, resultado que já havia alcançado na sua primeira participação na prova, em 2009, em Taipé. O lutador Hugo Passos, o mais experiente dos atletas surdolímpicos, com 42 anos, fechou uma brilhante carreira na luta greco-romana de alta competição com uma medalha de bronze. Iniciou o seu percurso nos Jogos Surdolímpicos em Copenhaga, em 1997, com um 8.º lugar, mas depois disso foi sempre a somar ouro atrás de ouro: Roma (2001); Melbourne (2004); Taipé (2009); e Sónia (2013). Nos Jogos seguintes, alcançou a medalha de prata (Samsun, 2017).



# #SURDOLÍMPICOS

A sua despedida acabou por ter um sabor muito especial. As declarações finais foram emotivas, logo após o combate decisivo frente ao indiano Ajay Kumar, que venceu por 11-10! "O meu objetivo era despedir-me aqui com uma medalha. O combate com o indiano foi muito duro, mas lutei sempre para ganhar pontos. Fiquei muito feliz com esta conquista. Precisava desta medalha, precisava de trazer esse orgu-

lho para Portugal na minha despedida. Quando terminou fiquei arrepiado e só tenho que agradecer a todos os que me acompanharam neste longo percurso de sete surdolimpiadas." O presidente do Conselho Diretivo do IPDJ, Vítor Pataco, acompanhou a competição e mostrou-se orgulhoso pelos resultados alcançados. "Foi uma coincidência feliz o facto de ter estado pela primeira vez a acompanhar no local os Jo-

gos Surdolímpicos e ter testemunhado a alegria de toda a delegação, mesmo antes de terem alcançado este feito histórico para o desporto nacional. Sublinho o espírito de camaradagem e empenhamento da equipa, com um ambiente muito positivo. De ressaltar também o trabalho do Comité Paralímpico nesta matéria, que acabou por se refletir nos resultados alcançados."

CONSULTE OS RESULTADOS ► [AQUI](#)







# PRÉMIO “DESPORTO + ACESSÍVEL” APRESENTADO PELO IPDJ E PELO INR

**O INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE (IPDJ) E O INSTITUTO NACIONAL PARA A REABILITAÇÃO (INR) APRESENTARAM, NO PASSADO DIA 29 DE JUNHO, NO AUDITÓRIO DO COMPLEXO DE PISCINAS DO CENTRO DESPORTIVO NACIONAL DO JAMOR, O PRÉMIO «DESPORTO + ACESSÍVEL».**

O Prémio é de âmbito nacional, tem periodicidade anual e visa distinguir e divulgar projetos que promovam o desenvolvimento do desporto e da atividade física para pessoas com deficiência, com vista à sua inclusão social. É aberto a: federações desportivas; clubes; associações; agrupamentos de escolas e escolas; estabelecimentos do Ensino Superior; Comité Paralímpico de Portugal; Comité Olímpico de Portugal; entidades da administração pública, central, regional e local; ginásios; e empresas.

Resultou de um protocolo, assinado na ocasião, que envolveu a Confederação do Desporto de Portugal; o Comité Olímpico de Portugal; o Comité Paralímpico de Portugal; a Escola Superior de Desporto de Rio Maior – Politécnico de Santarém; a Faculdade de Motricidade Humana – Universidade de Lisboa; e a Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência.

A principal distinção será pecuniária, no valor de 7 000 euros, e pode incluir até quatro menções honrosas de projetos que se desenvolvam no contexto do desporto e da atividade física para pessoas com deficiência em áreas como:

inclusão social; sensibilização; formação; investigação; desenvolvimento desportivo; produtos de apoio; acessibilidades; voluntariado; e outras áreas impactantes, designadamente marketing, pós carreira desportiva, conciliação entre vida académica e o desporto e a atividade física.

O evento contou com as presenças da Secretária de Estado da Inclusão das Pessoas com Deficiência, Ana Sofia Antunes, do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, bem como dos presidentes dos institutos, Vítor Pataco (IPDJ) e Humberto Santos (INR).

Na sessão de encerramento, os governantes das respetivas tutelas realçaram a importância do Prémio. Ana Sofia Antunes revelou que a ideia para a criação deste prémio surgiu no mandato anterior e que o desejo é tornar o desporto para as pessoas com deficiência cada vez menos uma prática segregada e restrita.

«Queremos que este prémio seja um estímulo para que se consiga fazer mais e melhor neste domínio, que possamos ter candidaturas diversificadas e assim incentivar a prática desportiva e incentivar quem tem feito esta caminhada desde há muitos anos a esta parte. Desejamos



que cada vez menos se pense no desporto para pessoas com deficiência com uma área segregada e em federações específicas», disse a governante, assumindo que há trabalho por fazer no âmbito da inclusão, rematando: «Tem de ser dada, desde já, atenção às camadas mais jovens, “criando-lhes o gosto e aptidão pelo desporto».

João Paulo Correia realçou que o desporto para pessoas com deficiência deve ser uma aposta de futuro.

«A minha convicção é que as modalidades que vão crescer mais são as que apostarem no desporto feminino e no desporto adaptado. É esse o músculo e é aí que os clubes e as federações devem fazer a sua aposta, pois é aí que está a base de crescimento do desporto», disse o secretário de estado, que frisou ainda que «este papel de dinamizador está e deve estar nas mãos do Estado, mas depende também muito da ação das federações, dos clubes e do poder local».

O secretário de Estado da Juventude e do Desporto anunciou ainda que está a ser preparado um conjunto de legislação de combate à violência no desporto: «Também nesse campo serão promovidas medidas que salvaguardem as pessoas com deficiência na sua condição de adepto. A parceria entre inclusão e desporto é para prosseguir e deve ser objeto de trabalho desde a base até ao alto rendimento», concluiu. O presidente do IPDJ, Vítor Pataco, um dos parceiros que assinou o protocolo de cooperação tendo em vista a promoção deste prémio, destacou o clima de cooperação entre entidades em prol das pessoas com deficiência.

«As duas entidades há muitos anos que vêm trabalhando em projetos e iniciativas, num modelo de cooperação que hoje se materializa neste prémio, uma iniciativa conjunta que promove o desenvolvimento do desporto junto de pessoas com deficiência física», disse o presidente do IPDJ, que elencou como objetivos



principais deste galardão «promover a inclusão social de pessoas com deficiência através do exercício físico, a generalização da prática desportiva e a integração dessas pessoas nas estruturas desportivas».

Humberto Santos, presidente do INR, elogiou o espírito inovador do projeto: «Este projeto tem uma grande componente de inovação, que se materializa em vários âmbitos, a começar pelo facto de, até ao dia de hoje, não haver nada se-

melhante. Depois, inovador também pelo modelo, pela parceria entre entidades públicas e privadas, e, finalmente, inovador pela avaliação de mérito a que os participantes serão sujeitos. Quando todos querem e se juntam numa missão, é possível construir projetos de valor para a comunidade».

Os requisitos para as candidaturas e respetivos critérios de avaliação dos projetos podem ser consultados [aqui](#).

▶ ASSISTA AO VÍDEO AQUI

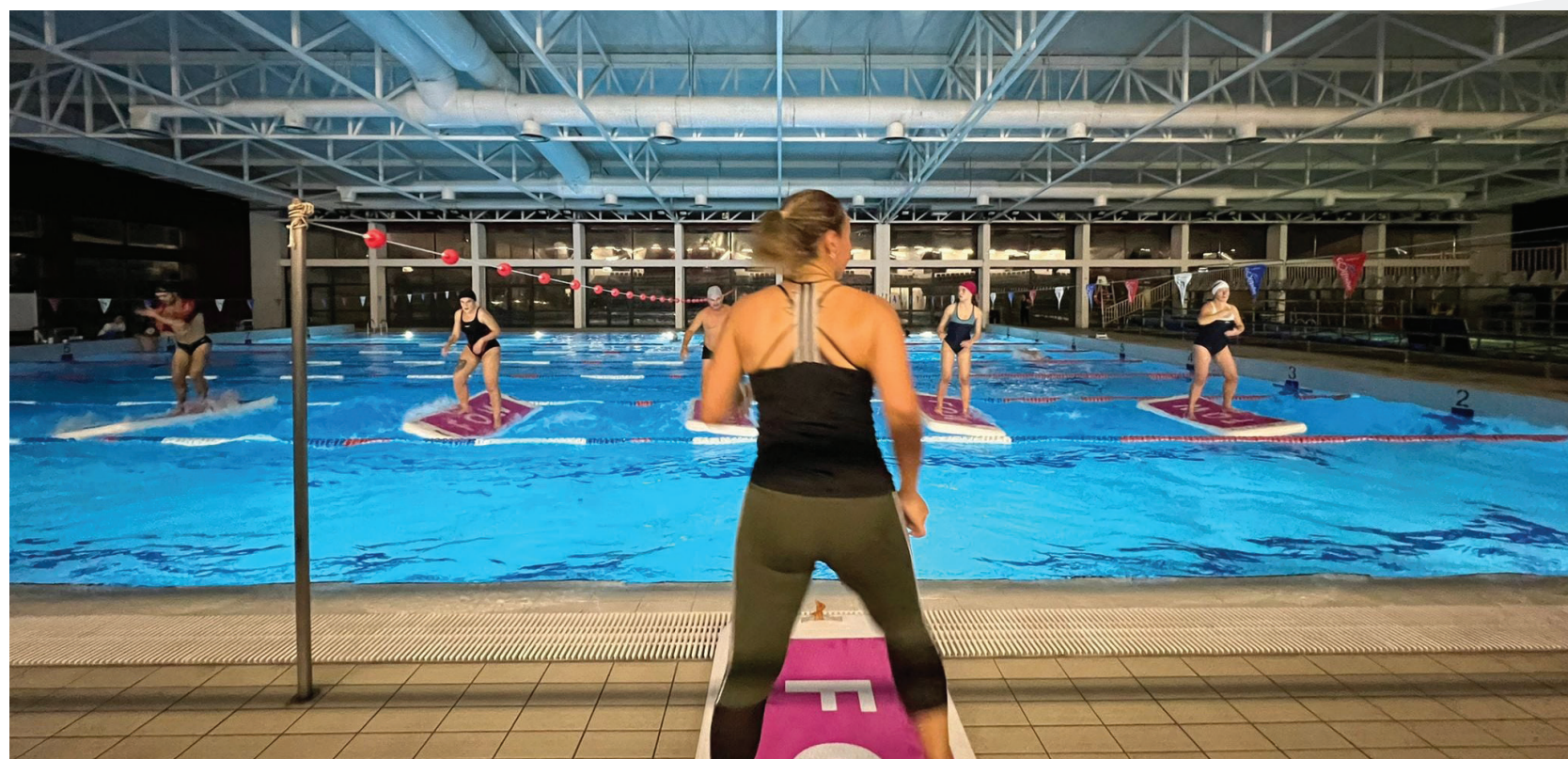




#CLUBETOP

# CLUBE TOP NO SUCESSO DOS «PIMPÕES»

O programa clube TOP tem por finalidade o desenvolvimento de clubes desportivos mais sustentáveis, dotados de pessoas devidamente capacitadas, enraizados nas suas comunidades e capazes de responder às necessidades e expectativas dos seus associados e praticantes desportivos, sejam estes de lazer, recreação ou competição. O clube TOP foi conhecer «Os Pimpões» e a sua presidente Susana Chust que nos contou como gere esta organização desportiva, os seus principais desafios e motivações.



Fundada em 1938, a Sociedade de Instrução e Recreio «Os Pimpões» é um dos bons exemplos nos quais o programa Clube TOP contribuiu para fazer a diferença. Conheça a sua história e a da sua presidente, Susana Chust. A Sociedade de Instrução e Recreio «Os Pimpões» é uma associação cujo nome foi inspirado num jornal de Rafael Bordalo Pinheiro, com o mesmo nome. Os fundadores quiseram construir um espaço de convívio e divertimento que superasse os bailes até aí realizados pelos mais velhos. Pouco tempo depois juntou-se-lhes um grupo musical e, na década de 40, foi formado um grupo de teatro cujo primeiro espetáculo foi apresentado em 1942, com grande sucesso. Data desta década também uma experiência de alfabetização que foi proibida pelo regime de então, com a justificação da pequena dimensão da sala onde eram ministradas as aulas.

Das atuais instalações fazem parte uma piscina, uma sala polivalente com um palco de 16x8 metros, uma biblioteca, um bar e serviços administrativos. Celebra em 2022 oitenta e três anos de existência, com um percurso ímpar em associativismo no concelho das Caldas da Rainha. Atualmente os Pimpões proporcionam um conjunto de atividades desportivas, culturais e de lazer a cerca de 4900 associados, dos quais cerca de 2000 são participantes efetivos. A atividade da Associação desenvolve-se pelas mais variadas valências. Como modalidades desportivas de competição, contamos com a Natação, com atletas de Cadetes a Masters e de Adaptada, Minibasquete e Basquetebol nos escalões de Formação, o Karaté, o Triatlo, o Hip-Hop, o Trail e a Patinagem. Conta também com um variado conjunto de atividades de carácter lúdico e formativo sendo de referir as Atividades

Aquáticas como a Natação para Bebés, Escola de Natação, Hidroginástica, Hidrobike, Hidroginástica Nivel I e II, Deep-Water, FOW (Fitness On Water) e Hidroterapia e as atividades que ocorrem fora da Piscina: Pilates, Hip Hop, Zumba, Zumba Gold, Ginástica Sénior, Step, Aeróbica e Treino Funcional. De referir que todas estas modalidades se praticam visando a iniciação e a manutenção física dos associados que as praticam. Na área cultural, destacamos a apresentação, no auditório, de diversos espetáculos que vão desde o teatro para crianças, passando pelo teatro para escolas e também espetáculos de revista, noites de Fados, etc.

## DUAS DÉCADAS DE DIRIGISMO

Os Pimpões são uma das instituições com maior número de colaboradores no concelho das Caldas da Rainha e contamos esta época com 17 colaboradores contratados.

#CLUBETOP



A DJ falou com a presidente da entidade, Susana Chust, que começou por explicar o seu percurso de vida e como começou a sua ligação ao clube e ao dirigismo.

«Nasci nas Caldas, sou casada, mãe de três filhos, filha de uma pessoa ligada ao desporto que contribui bastante para o desenvolvimento do desporto nas Caldas da Rainha e trabalho com o meu marido numa empresa própria. Vivi durante alguns anos em Lisboa, mas voltei para a Caldas há cerca de 25 anos para proporcionar uma melhor qualidade de vida aos meus filhos, longe da azáfama da capital. Logo o meu filho entrou para as aulas de natação na piscina dos Pimpões, que ficava a 200 metros da minha casa. Em 2001, quando fez 6 anos, entrou para o Basquetebol, secção criada nesse ano. O gosto que tinha pela modalidade acabou por se estender a toda a família, que o acompanhava em jogos e torneios. A necessidade constante de voluntários para ajudar na organização da secção foi a primeira ligação que tive como dirigente associativa e o envolvimento era tal que fui convidada para a direção da associação. Sou dirigente associativa há mais de 20 anos e o que me motivou foi a perceção de que o associativismo está muito dependente do voluntariado e entendi dar o meu contributo para o bem-estar da Associação e da comunidade.» Foi igualmente relevante saber o que Susana Chust pensa do Clube TOP na gestão desportiva e quais os seus objetivos enquanto presidente da associação Pimpões. «É de extrema importância. Sendo os dirigentes

**FOI IGUALMENTE RELEVANTE SABER O QUE SUSANA CHUST PENSA DO CLUBE TOP NA GESTÃO DESPORTIVA E QUAIS OS SEUS OBJETIVOS ENQUANTO PRESIDENTE DA ASSOCIAÇÃO «PIMPÕES».**



Presidente dos Pimpões, Susana Chust

associativos, na sua grande maioria, voluntários e desempenhando o seu papel de dirigente nas horas vagas, é de grande importância ser-lhes oferecido e acederem com facilidade a meios que lhe permitam melhorar na sua função de dirigentes, seja através de formações, seja através da disponibilização de apoio. Quanto aos objetivos, em primeiro lugar, a estabilidade financeira, sem a qual a associação não poderia servir os seus sócios e a comunidade. Em segundo lugar, proporcionar uma melhor qualidade de vida e um bom convívio entre sócios. Em terceiro lugar, procurar a colaboração de profissionais competentes que partilhem os valores enunciados. Por último, o sucesso do nosso lema, que todos sejam mais Ativos, mais Saudáveis e mais Felizes.» Tendo como grande desafio a procura de apoio voluntário para a gestão da Associação, pessoas capazes e com disponibilidade para ajudar

na gestão da Associação, Susana Chust admite que o balanço que faz enquanto dirigente é muito positivo. «É muito compensador pelas pessoas que conhecemos, sejam colaboradores, sócios, atletas, familiares, parceiros. Apesar do grande número de sócios e de atividades, somos uma família e vestimos a camisola com grande carinho. Por outro lado, não é fácil gerir uma Associação como os Pimpões que já se equipara a uma média empresa, mas temos conseguido fazê-lo com sucesso, apesar da pandemia e isso é resultado da excelente equipa que conseguimos construir e dos sócios que em nós confiam e que tanto nos têm ajudado. É um sentimento de dever cumprido.»



#DGJUVENTUDE

# REUNIÃO INFORMAL DE DIRETORES-GERAIS DE JUVENTUDE



Portugal esteve representado pelo vogal do Conselho Diretivo do Instituto Português do Desporto e Juventude, Carlos Manuel Pereira, e pelo diretor do Departamento de Informação, Comunicação e Relações Internacionais, Jorge Orlando Queirós.

No primeiro dia dos trabalhos a Comissão Europeia efetuou um ponto de situação sobre a forma como está a decorrer a celebração de 2022 como Ano Europeu da Juventude<sup>1</sup>, seguida da partilha, pelos diretores gerais, de informação relativa ao programa previsto para cada Estado membro.

Seguiu-se um debate sobre dois temas importantes para a Presidência, a saber: a **cláusula do impacto juvenil** e o **plano de mentoria jovem** «1 jovem

**jovem 1 mentor**». A **cláusula do impacto juvenil** é um instrumento que visa permitir que a situação dos jovens seja tida em conta no trabalho de avaliação prévia dos textos elaborados pelo Governo (projetos de lei e projetos de textos regulamentares). O **plano de mentoria «1 jovem 1 mentor**» refere-se à relação interpessoal de acompanhamento e de apoio baseada num processo de aprendizagem mútua, visando promover a autonomia e o desenvolvimento da pessoa acompanhada, estabelecendo objetivos que evoluem e se adaptam de acordo com necessidades específicas.

O segundo dia de trabalhos começou com um debate em torno da mobilidade e do reconhecimento de competências de técnicos de juven-

tude, seguido da avaliação dos resultados da atividade de aprendizagem interpares sobre as **qualificações não-vocacionais do trabalho com jovens**, que teve lugar em junho de 2021, organizada pelas autoridades francesas. Para apoio ao debate, teve ainda lugar uma apresentação sobre o trabalho em curso neste domínio no âmbito da parceria entre a União Europeia e o Conselho da Europa.

Ainda relacionado com a parceria entre a União Europeia e o Conselho da Europa, houve oportunidade para partilha de informação sobre o trabalho em curso relacionado com a recepção a refugiados vítimas do conflito na Ucrânia provocado pela invasão da Federação da Rússia a 24 de fevereiro de 2022.

A agenda de trabalho foi complementada com casos práticos e testemunhos de organizações

#DGJUVENTUDE

## NOS DIAS 5 E 6 DE MAIO DE 2022, DECORREU EM BORDÉUS, FRANÇA, A REUNIÃO DE DIRETORES-GERAIS DE JUVENTUDE DA UNIÃO EUROPEIA, NO ÂMBITO DA PRESIDÊNCIA FRANCESA DO CONSELHO.

de juventude, de jovens e do próprio Serviço Cívico de França, sobre sinergias e complementaridades entre as atividades de voluntariado nacional e transnacional, como seguimento do debate político que tinha tido lugar na reunião do Conselho de 5 de abril.

Das intervenções proferidas pela representação portuguesa em relação aos temas em debate, destaca-se o seguinte:

### 1. Ano Europeu da Juventude (AEJ)

Deu-se nota da criação do Comité Nacional do AEJ, que coordena, ao qual competirá definir a estratégia global para o AEJ e assegurar o acompanhamento da concretização das ações perspectivadas bem como proceder aos ajustamentos necessários ao garantir que o AEJ atingirá os objetivos preconizados. Fez referência à composição do Comité, que procura congrega os grupos de interessados mais relevantes no domínio da juventude em Portugal, onde pontuam, entre outro, o Conselho Nacional de Juventude, a Federação Nacional de Associações Juvenis, a Agência Nacional Erasmus+ Juventude/Desporto e Corpo Europeu de Solidariedade, a Associação Nacional de Municípios e a Associação Nacional de Juntas de Freguesias.

### 2. Debate sobre mobilidade e reconhecimento de competências de técnicos de juventude

O trabalho com jovens desempenha um papel fundamental no apoio ao envolvimento dos jovens nas associações juvenis, organizações não governamentais e num universo bastante amplo de outras iniciativas, mais ou menos formais. Por outro lado, torna-se característico do trabalho com jovens afirmar-se como instrumento capaz de criar de um espaço seguro, de confiança e flexível, capaz de incentivar o desenvolvimento pessoal, oferecendo oportunidades de aprendizagem formal e não formal, aconselhamento e orientação.

Assim, é importante criar e desenvolver os meios necessários ao reconhecimento das competências adquiridas em processos não formais de aprendizagem em trabalho com jovens, a começar pelo reconhecimento do trabalho com jovens como uma profissão e à sua aceitação pela sociedade em geral.

Procedeu-se à apresentação do processo que

conduziu ao estabelecimento em Portugal do perfil de técnico de juventude (2015), em conformidade com Quadro Europeu de Qualificações, o que permite a sua comparabilidade com os perfis de técnicos de juventude de outros Estados membros.

No plano político, é necessário tomar medidas que assegurem a sustentabilidade do trabalho com jovens e dos técnicos de juventude, ainda demasiado dependentes de fontes instáveis de recursos e de financiamento.

A aprendizagem interpares é um processo a incrementar, como forma de elevar as competências interculturais dos técnicos de juventude, ao mesmo tempo que neles se desenvolve uma identidade europeia e o sentido de pertença a uma comunidade global.

Fez-se referência ao programa Formar+ (2017), com o objetivo de apoiar e promover ações de formação dirigidas a técnicos de juventude e jovens em geral, mas também a entidades ativas e outros profissionais cujas intervenções estejam orientadas para a juventude.

Instrumentos como o *Europass* e o *Youthpass* devem passar por processos que lhes permitam tornar-se mais eficientes, para o que pode contribuir o incremento da investigação e da recolha de dados sobre a mobilidade dos técnicos de juventude, e o seu impacto nos próprios.

A este propósito, foi recomendada a integração de outras variáveis na avaliação qualitativa do trabalho com jovens, indo além dos indicadores tradicionais. Será preferível adotar uma abordagem holística e sistémica ao que se entende por qualidade. Tal implicará o estabelecimento de um quadro flexível, baseado em competências, no processo de educação/formação de técnicos de juventude, tendo em conta fatores como as práticas existentes, novas tendências e a diversidade que caracteriza o trabalho com jovens.

### 3. Sinergias e complementaridades entre atividades de voluntariado nacionais e transnacionais

O voluntariado jovem tem sido assumido, particularmente nos últimos 25 anos, como um dos objetivos mais relevantes das políticas de juventude, como forma de facultar aos jovens oportunidades de intervenção cívica e comunitária, ao mesmo tempo que adquirem e desenvolvem novas competências.

Destacou que o quadro legal deste domínio visa promover e garantir a participação de todos os cidadãos em projetos de voluntariado, conferindo assim a classificação de política pública à atividade.

Fez referência à oferta programática do IPDJ, onde pontuou o programa «Agora Nós!» e aos Campos de Trabalho Internacionais (CTI), destacando que se torna necessário centrar atenções na qualidade e na promoção de projetos orientados para a juventude, assumindo que a prática constitui não só uma forma de intervenção ao serviço dos indivíduos, das famílias e da comunidade, mas também de valorização e desenvolvimento dos jovens voluntários. Os processos de mobilidade e de intercâmbio, nacional e internacional, para efeitos de voluntariado constituem-se, assim, como meios para incentivar a troca de experiências e a aquisição de conhecimento em relação a outras realidades socioculturais.

A reunião de diretores gerais de Juventude da União Europeia é uma reunião informal com periodicidade semestral (uma por presidência de turno). Trata-se de um momento para troca de informação e de reflexão sobre temas relevantes para a juventude, nomeadamente a implementação da Estratégia da União Europeia para a Juventude 2019-2027, tendo como fundo a prioridade da presidência durante a qual está a acontecer, e o trio de presidências em geral.

No que respeita ao domínio da Juventude, a Presidência francesa opera no âmbito do 9.º ciclo do Diálogo da UE com a Juventude. Alinhada com os demais Estados membros que integram o trio, a República Checa ou Chéquia (2.º semestre de 2022), e a Suécia (1.º semestre de 2023), foi decidido que os trabalhos iriam incidir sobre os Objetivos para a Juventude Europeia n.º 3 («Sociedades Inclusivas») e n.º 10 («Europa Verde e Sustentável»), com o seguinte lema: «Unir esforços na defesa de uma Europa sustentável e inclusiva».

Para este efeito a Presidência francesa fixou as prioridades seguintes:

- Envolver os jovens para uma Europa verde e sustentável
- Promover a mobilidade solidária transfronteiriça;
- Fomentar a participação cívica;
- Empenho dos jovens na vivência da cidadania europeia.

<sup>1</sup> Matéria desenvolvida no n.º 6 da revista do IPDJ, publicada em março de 2022.



A TUA  
**ESCOLHA**  
A NOSSA  
**MISSÃO**

**ATREVE-TE E PARTICIPA!**

FICA ATENT@ A TODAS AS OPORTUNIDADES EM: [ipdj.gov.pt](http://ipdj.gov.pt)

# REUNIÃO INFORMAL DE DIRETORES-GERAIS DE DESPORTO DA UNIÃO EUROPEIA

O Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance (INSEP) - Paris, França - acolheu a reunião Informal de Diretores-Gerais de Desporto da União Europeia, no dia 15 de fevereiro de 2022, um evento que constitui um espaço privilegiado para o diálogo entre os Diretores-Gerais responsáveis pelo desporto.



Sob a organização da Presidência Francesa do Conselho da UE a reunião focou-se no desenvolvimento da mobilidade europeia no desporto, e no legado dos grandes eventos desportivos.

Na primeira sessão de trabalho discutiu-se o desenvolvimento da mobilidade europeia no desporto. Entre outros oradores, a Comissão Europeia informou sobre a implementação da Mobilidade no Desporto que, no âmbito da Ação-Chave 1 do Programa Erasmus+, passará a estar disponível, a partir de 2023, também ao staff das organizações desportivas de base, através das Agências Nacionais. Tal possibilitará a melhoria das suas competências e qualificações através de ações de mobilidade para aprendizagem. Os Diretores-Gerais discutiram os desafios e oportunidades da nova ação, bem como as formas como poderão apoiar as organizações e agentes desportivos. Uma maior promoção e disseminação da informação, a criação de capacidade, e o enaltecimento das boas práticas foram alguns dos aspetos referidos. Posteriormente, foi discutido o legado dos



grandes eventos desportivos, contando com exposições sobre o planeamento da sustentabilidade durante e após os Jogos Olímpicos e Paralímpicos Paris 2024. Michel Cadot (delegado interministerial para os Jogos e grandes eventos desportivos) salientou a colaboração intersectorial, o alinhamento entre o desenvolvimento da cidade e adaptação dos Jogos à cidade, também notando alguns dos desafios associados. Durante a troca de impressões, os Diretores-Gerais apresentaram as suas visões sobre o tema, Numa discussão muito participada, os Diretores-

-Gerais, referiram, entre outros aspetos, a necessidade dos eventos desportivos de grandes dimensões terem subjacentes os valores europeus, alicerçando-se num planeamento alargado que, incluindo a sustentabilidade ambiental, garantam também um impacto social e económico positivo, porquanto que promovam a transparência e boa governação e enaltecem o papel social do desporto. Esta reunião marcou o último evento organizado pela Presidência Francesa do Conselho da UE, à qual sucederá a Presidência Checa, a partir do dia 1 de julho.



## #JÜRGENPALMAWARD



@Ales Cerinvec

# PRESIDENTE DO IPDJ RECEBE JÜRGEN PALM AWARD

O presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), Vítor Pataco foi agraciado, na Eslovénia, com o Jürgen Palm Award, o mais alto prémio atribuído pela TAFISA – Association For International Sport for All.

A cerimónia decorreu no Palácio Presidencial da Eslovénia, no âmbito do 27.º Congresso Mundial da TAFISA, que decorre até ao próximo dia 12, na cidade eslovena de Portoroz. O galardão é destinado a indivíduos que prestaram um contributo significativo – e a longo prazo – no campo do Desporto para Todos e da atividade física a nível internacional. Para além de Vítor Pataco, este ano, a TAFISA distinguiu outras duas personalidades: o Presidente da Eslovénia, Borut Pahor; e o Prof. Juho Chang, atual presidente da TAFISA. «Apesar de tratar-se de um prémio atribuído a indivíduos selecionados e votados pela Federação Internacional de Desporto para Todos – TAFISA, agradeço o desempenho de dirigentes e técnicos que trabalham comigo e para o Instituto, assim como a todas as organizações e pessoas que operam no terreno: clubes, associações, federações, e à Confederação do Desporto de Portugal que, no caso concreto da organização dos sétimos Jogos Mundiais de Desporto para Todos – Lisboa, teve um

papel fundamental. Obrigado a todos.» O prémio foi anteriormente atribuído a menos de 20 personalidades, entre as quais se encontram Ban Ki-Moon, ex Secretário-Geral das Nações Unidas, Androulla Vassiliou e Tibor Navracsics, ex Comissários da UE para a Educação, Cultura e Juventude e Desporto, entre outros. A TAFISA | Association For International Sport

for All é a principal organização de Desporto para Todos a nível mundial. Com mais de 270 membros de mais de 150 países em todos os continentes, a TAFISA tem como objetivo fundamental dinamizar um mundo mais ativo ao promover e ao facilitar acesso para todos/as ao desporto e à atividade física.



## #FUNDESPORTO

# III GALA DE PRÉMIOS EMPRESARIAIS DA FUNDAÇÃO DO DESPORTO

@Fundação do Desporto



O Museu do Oriente foi o palco escolhido pela Fundação do Desporto, em parceria com a organização «Patrocina um Deportista» para realizar a terceira edição dos Prémios Empresariais, que visam distinguir pessoas, empresas e instituições na área do desporto. A gala reuniu inúmeras personalidades, portuguesas e espanholas, entre as quais o secretário de Estado da Juventude e Desporto (SEJD), João Paulo Correia; o presidente do IPDJ, Vítor Pataco; o vice-presidente do Conselho Económico e Social e presidente da CIP, António Saraiva; a presidente da EDP Comercial e da EDP Soluções Comerciais, Vera Pinto Pereira; o presidente da Confederação do Desporto, Carlos Paula Cardoso; o presidente do Comité Paralímpico, José Lourenço; e presidentes de federações desportivas e de câmaras municipais. Contou ainda com a presença de outra campeã olímpica, Rosa Mota, cujo dia da cerimónia coincidiu com o do seu aniversário e com a Cônsul da Ucrânia em Portugal, Viktoriia Kuznietsova, que antes mesmo da cerimónia começou se juntou no palco com o SEJD e com o anfitrião, Paulo Frischknecht, presidente do Conselho de Ad-

ministração da Fundação do Desporto, para uma homenagem ao povo ucraniano e à situação infame que vive fruto da guerra que grassa no país e que afeta todo o Mundo. A lista de galardoados esteve recheada de figuras ímpares do desporto nacional, desde atletas consagrados como foi o caso do campeão olímpico Pedro Pablo Pichardo, representado na cerimónia pelos seus pais, igualmente incluídos no prémio atribuído, da campeã europeia e mundial de surf adaptado e embaixadora #BeActive, Marta Paço, até a promessas como Maria Germano Neto, jovem piloto da Ferrari Driver Academy e a quem se auguram os melhores auspícios na modalidade. Destaque ainda para o Prémio Equipa atribuído à Seleção Nacional de Futsal e com uma menção honrosa ao seu timoneiro, o selecionador nacional Jorge Braz, pelos feitos alcançados: dois títulos europeus consecutivos e um mundial pelo meio. O basquetebol também recebeu dois prémios, ambos especiais. Um deles entregue ao presidente da respetiva federação, Manuel Fernandes, que o recebeu em nome de Neemias Queta, o primeiro português a jogar

na NBA, o maior palco à escala planetária da modalidade. O segundo prémio foi entregue a Carlos Barroca. Atualmente vice-presidente das Operações da NBA-Ásia, o antigo técnico de basquetebol e comentador televisivo, tinha atravessado meio mundo – vindo de Hong Kong nesse mesmo dia da cerimónia – para receber o Prémio.

### LISTA DE PRÉMIOS E PREMIADOS

- Prémio Jovem Praticante Desportivo:** Maria Germano Neto (Ferrari Driver Academy)
- Prémio Fomento da Atividade Física Através da Promoção do Talento da Equipa Humana "Matrix":** Vivagym
- Prémio desporto para pessoas com deficiência "Jogos Santa Casa":** Miguel Monteiro (Atletismo – Campeão da Europa e Bronze nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020)
- Prémio Apoio ao Desporto:** Grupo EDP
- Prémio Projeto Social Desportivo "Groupe Renault":** Projeto Desportivo de Marta Paço – CAR de Viana do Castelo (Campeã da Europa e do Mundo de Surf – ISA World Adaptive Surfing Championship)
- Prémio inclusão no e pelo Desporto:** Família Pichardo – Pedro Pablo Pichardo (Campeão Olímpico de Triplo Salto – Tóquio 2020)
- Prémio Equipa:** Seleção Nacional de Futsal (Bicampeã da Europa e Campeã do Mundo) Menção Honrosa – Prémio Equipa: Selecionador Nacional de Futsal – Jorge Braz (Portugal)
- Prémio Mulher, Empresa e Desporto "Sagres 0,0":** Vera Pinto Pereira (Presidente da Fundação EDP e membro do conselho de administração da EDP – Energias de Portugal, S.A.)
- Prémio Especial "Fundação Do Desporto" | Desportista da Atualidade:** Neemias Queta (Basquetebol, NBA)
- Prémio Especial "Patrocina Un Deportista" | Carreira Desportiva:** Comendador Carlos Barroca (Basquetebol; Vice-Presidente das Operações da NBA-Ásia)



# #BEACTIVE

#PNED

JUNTOS PELO  
**DESPORTO!**

<https://beactiveportugalipdj.pt/>

[www.ipdj.gov.pt](http://www.ipdj.gov.pt)



## III COLÓQUIO INTERNACIONAL DESPORTO, ÉTICA E TRANSCENDÊNCIA

**No âmbito da Cátedra “Manuel Sérgio - Desporto, Ética e Transcendência”, realizou-se no dia 2 de junho, no Auditório Cardeal Medeiros da Universidade Católica Portuguesa, em Lisboa, o III Colóquio Internacional Desporto, Ética e Transcendência | “Desporto e Ca(u)sa Comum”.**

O evento foi promovido pelo IPDJ através do Plano Nacional de Ética no Desporto (PNED) e em colaboração com o Instituto de Estudos de Religião e o Centro de Investigação em Teologia e Estudos de Religião da Universidade Católica Portuguesa. Na sessão de abertura, estiveram presentes Sílvia Vermelho, vogal do Conselho Diretivo do IPDJ, Peter Hanenberg, vice-reitor da Universidade Católica Portuguesa e Alfredo Teixeira,

coordenador da Cátedra Manuel Sérgio “Desporto, Ética e Transcendência”. Contou ainda com um vasto conjunto de desportistas e investigadores que integraram duas conferências âncora subordinadas aos temas Casa comum: para uma ecologia das relações, por Alex Villas Boas, do Centro de Investigação em Teologia e Estudos de Religião da Universidade Católica Portuguesa, e El deporte, ¿un lenguaje universal?, por Antonio Sánchez Pato, da Universidad Católica San Antonio de Murcia. Decorreram também quatro painéis temáticos sobre: i) O desporto como modo de habitar o mundo: motricidade e sustentabilidade; ii) Corpo como casa comum: vivências em pandemia; iii) Desporto e causas sociais: mobilização ou instrumentalização? e iv) Desporto uma prática da alteridade.

Encerraram o Colóquio José Carlos Lima, coordenador do Plano Nacional de Ética no Desporto, e Alfredo Teixeira, coordenador da Cátedra Manuel Sérgio “Desporto, Ética e Transcendência”.

A realização de eventos sobre as temáticas do desporto, ética e transcendência visa contribuir para uma “nova visão” do desporto, na esteira

do corte epistemológico realizado pelo Professor Manuel Sérgio.

Assim, fruto de uma reflexão direcionada para áreas pouco estudadas âmbito do desporto, tais como desporto e espiritualidade, ética desportiva, cultura humanismo e desporto, dimensão social do desporto, surgiram diversas publicações das quais se salientam “Desporto, Humanismo e tecnologia” ou «Breve tratado das virtudes desportivas”.

«É preciso, imperioso e urgente que o Desporto acorde do seu sono de “reflexo”, e não sabe ser “projeto” [...]. O movimento intencional e solidário da transcendência toma posição frontal contra o individualismo, o facciosismo, o economicismo, o narcisismo, que superabundam no espetáculo desportivo. Aos imperativos totalitários do dinheiro, sem quaisquer outros valores, contrapomos aqueles valores, que nos permitem aliar a ciência à consciência, a competição à cooperação, às idolatrias do consumo e do indiferentismo pelo sofrimento alheio» (Manuel Sérgio, «Poslúdio», in Breve tratado das virtudes desportivas, Lisboa: UC Editora, 2021, 222s, 205).



#MUSEU

# O MUSEU NACIONAL DO DESPORTO JÁ ESTÁ NO *GOOGLE ARTS* INAUGURAÇÃO COM EXPOSIÇÃO VIRTUAL «DÉCADA DE 1920»



## CINCO HISTÓRIAS INAUGURAM A PRESENÇA DO MUSEU NA MAIOR PLATAFORMA ONLINE

O Museu Nacional do Desporto já está presente na plataforma online Google Arts & Culture (GAC), com uma exposição virtual focada no desporto em Portugal na década de 1920, dividida em cinco partes (*stories*):

1. História e Educação Física: Enquadramento histórico de Portugal, do Desporto e da Educação Física;
2. Periódicos Desportivos: A imprensa livre e a proliferação de jornais e revistas de todos os tipos;
3. O Associativismo: O *boom* de clubes e federações;
4. Portugal nos Jogos Olímpicos: As primeiras participações, os primeiros atletas portugueses nas Olimpíadas e outras curiosidades filatélicas;

5. Aviação: Primeira travessia aérea do Atlântico Sul, por Gago Coutinho e Sacadura Cabral.

São, para já, mais de 160 imagens que podem ser vistas, através da pesquisa, também, por palavra-chave, permitindo, ainda, a organização por popularidade ou por data.

Além destas exposições e outras *stories* que o Museu irá criar, está prevista a disponibilização de imagens em 360º de diversos espaços como o Centro Interpretativo do Jamor, o Túnel de acesso ao relvado do Estádio Nacional ou a Tribuna de Honra.

O Google Arts & Culture é uma plataforma on-line de imagens e vídeos de alta resolução de obras de arte e artefactos culturais de organizações culturais parceiras em todo o mundo. Utiliza tecnologia de imagem de alta resolução que permite ao espectador

visitar coleções e galerias de organizações parceiras e explorar as informações físicas e contextuais das obras de arte. A plataforma inclui recursos avançados de pesquisa e ferramentas educacionais.

As exposições virtuais GAC do Museu estão acessíveis [aqui](#).



«O Az». Revista Portuguesa de Sports, 28/07/1929 (imagem da exposição GAC "Anos de 1920: parte 2 - Periódicos Desportivos")



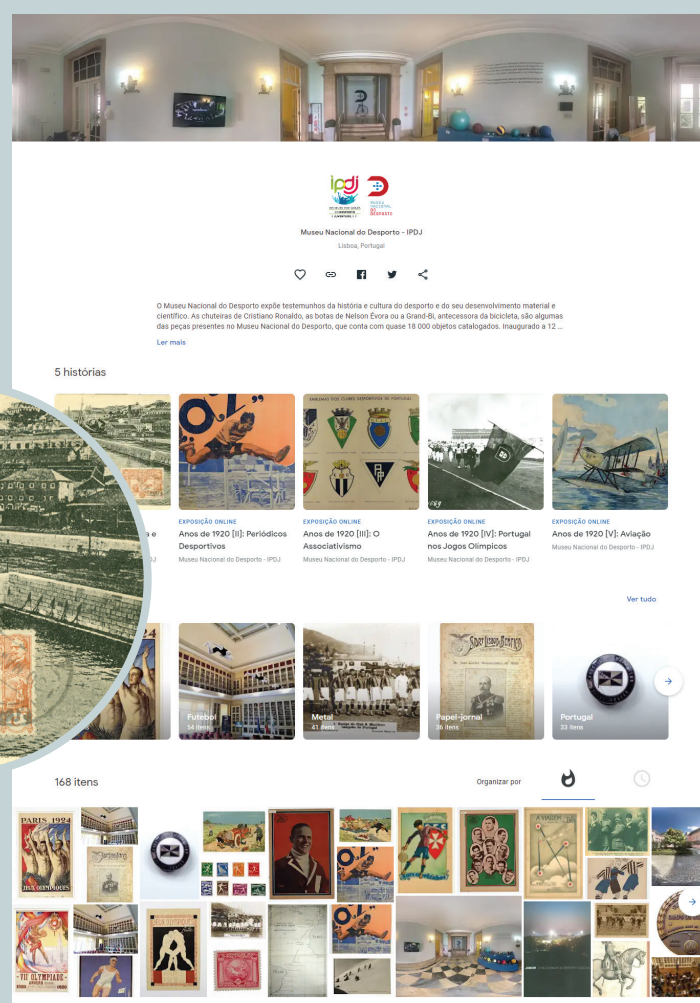
Fotografia da entrada da comitiva portuguesa nos Jogos Olímpicos de Paris, 1924 (imagem da exposição GAC "Anos de 1920: parte 4 - Portugal nos Jogos Olímpicos"; fotografia digital em domínio público)



Desenho da Partida do Lusitania, assinado Amilcar Pinto. No verso, dedicatória datada, 11/10/1954 (imagem da exposição GAC "Anos de 1920: parte 5 - Aviação")



Doca d'Alcântara em 1920 (imagem da exposição GAC "Anos de 1920: parte 1 - História e Educação Física")



Suplemento Emblemas dos clubes desportivos de Portugal, 1945-1946 (imagem da exposição GAC "Anos de 1920: parte 3 - O Associativismo")



## SABER MAIS

### JOGO INTERATIVO: CADA BOLA SEU DESPORTO

O início da visita ao Museu Nacional do Desporto convida logo ao jogo interativo em que o visitante tem de por à prova o seu conhecimento. Corresponda cada bola à sua atividade desportiva. São quase 30 as bolas de diversas formas e tamanhos. Mas também pode jogar este e outros jogos on-line. QUIZES MND - SABE TUDO TUDO TUDO SOBRE DESPORTO? Escolha o jogo e teste os seus conhecimentos. A ceda [aqui](#)

### MUSEU NACIONAL DO DESPORTO

Palácio Foz - Praça Restauradores – Lisboa  
TER. – SÁB. / 10h00 - 17h30  
(última entrada às 17h00)

### CENTRO INTERPRETATIVO DO JAMOR

Complexo das Piscinas do Centro Desportivo Nacional do Jamor (CDNJ)  
SEG. – SEX. 7h00 – 22h00  
SÁB. 8h00 – 18h00 / DOM. 8h00 – 13h00

### TÚNEL DO ESTÁDIO NACIONAL DO JAMOR

SEG. – SEX. 10h00 – 17h00

Siga-nos: Museu Nacional do Desporto





# EMO(CAN)ÇÃO NO CUIDA-TE +

Conteúdo da responsabilidade da coordenação da Saúde Juvenil do Instituto Português do Desporto e Juventude

O EMO(CAN)ÇÃO contextualiza-se no Programa «Cuida-te+», no âmbito do Dispositivo 2.2. da Medida 2 do Programa «Cuida-te+», na área temática da Música. Por concurso público, tem sido assegurado pela Sol sem Fronteiras, uma Organização Não Governamental para o Desenvolvimento (ONGD), nascida em 1993, com estatuto reconhecido enquanto associação juvenil no Registo Nacional do Associativismo Jovem (RNAJ), com o objetivo geral de promover os ideais de fraternidade e de solidariedade entre povos e particularmente entre jovens de países diferentes.

A iniciativa EMO(CAN)ÇÃO enquadra-se no âmbito da Educação para o Desenvolvimento e a Cidadania Global, concretamente na utilização da arte (neste caso a música) como veículo de transmissão dos valores do humanismo através dos princípios da Musicoterapia. Neste caso, a sensibilização é vista como um mecanismo ativo de impacto no bem-estar das pessoas, concretamente nos jovens, através da mudança de comportamentos e na compreensão de esquemas comportamentais afins à conceção da Cidadania Global. Esta metodologia ativa visa promover a Edu-

cação para a Saúde pela Música. A Sol sem Fronteiras, em nome do IPDJ, I.P., executou a ação, com a colaboração da Rita Redshoes, durante o ano de 2021. Foram asseguradas 60 sessões, abrangendo, no total 1 112 jovens. A iniciativa tem continuidade em nova edição, neste ano de 2022, embora com equipa de profissionais diferentes e está atualmente a ser desenvolvida. Convidámos a Sol Sem Fronteiras para nos dar uma fiel fotografia de como se estruturou o trabalho: Todas as sessões, independentemente da sua área temática, eram (e são) divididas em



**ESTA METODOLOGIA ATIVA VISA PROMOVER A EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE PELA MÚSICA. A SOL SEM FRONTEIRAS, EM NOME DO IPDJ, EXECUTOU A AÇÃO, COM A COLABORAÇÃO DA RITA REDSHOES, DURANTE O ANO DE 2021**



6 partes: a Introdução/ abertura, momento em que a temática da sessão era discutida/refletida em grupo; a Avaliação pré-sessão, altura era distribuído um questionário individual a cada participante da sessão para preenchimento; a Apresentação do grupo; o Desenvolvimento e Aprendizagem, parte em que eram levadas a cabo atividades ativas e passivas, jogos e dinâmicas, para despertar a consciência individual e do grupo sobre a temática da sessão. Sempre com a música como fio condutor, foram utilizadas diversas técnicas como a improvisação musical (Instrumental e percussão corporal), improvisação vocal, escuta e audição e análise de letras de canções; a Despedida/reflexão, altura em que se dedicava algum tempo a discutir/refletir em grupo sobre as atividades realizadas e os seus resultados, com base na experiência individual e de grupo; a Avaliação pós-sessão, momento em que se preenchia novo questionário. Esta avaliação da intervenção foi feita do ponto de vista qualitativo a dois níveis: por um lado, eram feitas em todas as sessões Avaliações Diagnósticas pré e pós sessão e, por outro lado, findo o projeto, foi feita uma avaliação por parte de toda a equipa interveniente no projeto, a fim de avaliar a ação desde um ponto de vista global. Do resultado dos questionários, em todas as sessões, verificou-se um claro aumento da sensação de bem-estar e tranquilidade, uma maior consciência e conexão emocional e uma maior predisposição emocional para a resposta



empática após a sessão. Dentro das sugestões e comentários livres, mais de 90% dos participantes teceram comentários positivos à sessão, agradecem, sugerem fazer mais sessões semelhantes ou aumentar o tempo da mesma. Da avaliação feita pela equipa implementadora, a ação foi avaliada como de extrema relevância, tendo sido as sessões utilizadas pelos participantes como espaço privilegiado de reflexão e partilha com os seus pares. Ter connosco a Rita Redshoes, que é compositora, instrumentista, arranjadora, produtora, letrista e licenciada em Psicologia Clínica ... foi, sem dúvida, uma mais-valia. À paixão da música alia o interesse pela bem-estar de

crianças e jovens, pelo que trouxe consigo na bagagem vários anos de desenvolvimento de workshops na área da Música ligada à Criatividade e ao Bem-Estar Pessoal da infância e da juventude. Sempre disponível para adaptar no momento cada uma das sessões ao público-alvo que fomos encontrando, o empenho da Rita Redshoes foi fundamental para o sucesso de toda a iniciativa. A Rita (além de ser uma estrela com brilho próprio) alia qualidade, criatividade, humildade e adaptabilidade; foi uma aposta segura para garantir o alcance dos objetivos da iniciativa, tendo em conta a diversidade do público-alvo, o carácter itinerante das sessões e o cariz inovador face à intervenção.



## #AGENDA



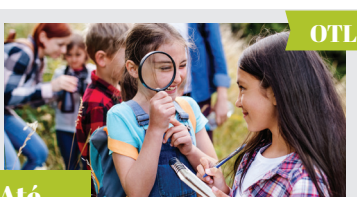
NATUREZA

Até 30 nov.

**Voluntariado Jovem para a Natureza e Florestas, a oportunidade de fazer a diferença**

Estão abertas as inscrições para jovens voluntários/as no âmbito do programa «Voluntariado Jovem para a Natureza e Florestas», cujas atividades decorrem até 30 de novembro. Os/As jovens, com idades compreendidas entre os 14 e os 30 anos, podem inscrever-se até cinco dias antes da data de início de cada projeto.

Mais informação e candidaturas: [aqui](#).



OTL

Até 31 ago.

**Programa OTL, modalidade «curta duração», com inscrições abertas para jovens**

Estão a decorrer as inscrições para jovens com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos para a modalidade de Curta Duração do programa OTL (Ocupação de Tempos Livres). Os projetos realizam-se de 13 de julho a 10 de setembro e as inscrições podem ser efetuadas até cinco dias antes do início da atividade.

Mais informação e inscrições: [aqui](#).



JUVENTUDE

Até 31 ago.

**O «Férias em Movimento» com inscrições abertas para jovens**

O objetivo do programa é a promoção da ocupação saudável dos tempos livres dos/as jovens, com idades compreendidas entre os 10 e os 17 anos, nos períodos de interrupção letiva, através da prática de atividades lúdico-formativas, e incentivar o conhecimento de diversas regiões do país.

Mais informação e inscrições: [aqui](#).



DESPORTO

23 a 30 set.

**#BEACTIVE Semana Europeia do Desporto**

Este ano celebra-se a 8.ª edição da Semana Europeia do Desporto, uma iniciativa da Comissão Europeia que visa promover o Desporto e a Atividade Física junto de todos os segmentos da população, independentemente da sua idade, sexo, contexto social ou nível de aptidão física.

## #DICASDENUTRIÇÃO

# 10 CONSELHOS SIMPLES PARA QUE POSSA TER AS MELHORES FÉRIAS DE SEMPRE

Apesar do início oficial do verão ter sido no passado mês de junho, a instabilidade climática empurrou as altas temperaturas para julho. As crianças já estão, os adultos muito em breve estarão, finalmente de férias.

Segundo o dicionário, entre muitas coisas, férias significam "ausência de rotinas", não precisar de despertador, não ter horários fixos nem sequer pensar em trabalho.

Hoje, sem querer interferir com as suas escolhas, apenas referir que há duas rotinas que têm de caber na sua mala de viagem: o exercício físico e uma alimentação ajustada ao momento.

Uns preferem o litoral, outros rumam à saudosa aldeia dos avós no interior, seja como for, o calor será uma constante que o obrigará a ter alguns cuidados, de forma a conseguir ter umas férias em pleno.

### CONSELHOS

- 1º A atividade física deve fazer parte do seu dia, escolha formas giras e criativas de deixar os seus 650 músculos felizes. Descanso mental não se consegue com sedentarismo;
- 2º Deve evitar fazer exercício nas horas mais quentes do dia, normalmente é preferível que o faça pela fresca, ou seja, ao início ou ao final do dia;

- 3º Ter sempre água "à mão", ajudará a que se mantenha bem hidratado não só aquando da prática de exercício mas também durante todo o dia;
- 4º Sempre que possível evite a ingestão de alimentos ricos em gordura e/ou açúcar, a sensação de calor excessivo e a sonolência não se compatibilizam com o bem estar;
- 5º Não faça com que a ingestão de bebidas alcoólicas seja uma constante do dia a dia, esse tipo de bebidas para além de não refrescarem o corpo promovem a desidratação;
- 6º Não deve reduzir o número de refeições diárias, será importante levar lanches coloridos e nutritivos para a praia ou passeios de campo, de forma a que não deixe o seu corpo sem nutrientes por mais de 3h;
- 7º No seu dia a dia deve privilegiar o consumo de vegetais, principalmente na forma de saladas. As digestões serão mais rápidas e conseguirá manter um trânsito intestinal regular;
- 8º O consumo de fruta é imprescindível, prefira frutas da época, para além de saborosas e refrescantes, o facto de serem mais ricas em água faz com que sejam ideais para os momentos de mais calor;
- 9º Evite a exposição solar nas horas de maior calor, um bom bronze consegue-se usando

protetor solar e fazendo com que a exposição ao sol ocorra de forma lenta e gradual, a sua pele vai agradecer;

10º Seja feliz, saudável e, apesar de todos os cuidados acima descritos, não se esqueça de aproveitar as suas férias ao máximo.

Boas férias!



Conteúdo da responsabilidade da equipa de nutricionistas do Instituto Português do Desporto e Juventude

## #BREVES

# IV ENCONTRO NACIONAL UAARE



Decorreu no Porto, entre os dias 27 e 29 de maio 2022, o IV Encontro Nacional Unidades de Apoio ao Alto Rendimento na Escola (UAARE), no qual participaram, para além da coordenação nacional do programa e dos responsáveis das escolas UAARE de todo o país, outros agentes envolvidos neste processo como federações, clubes, treinadores, encarregados de educação, autarcas, entre outros.

O evento principal teve lugar no agrupamento de Agrupamento de Escolas Fontes Pereira de Melo e contou com a presença do secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, com o presidente do IPDJ, Vítor Pataco, com o coordenador nacional das UAARE, Victor Pardal, entre outras personalidades.

No primeiro dia do referido Encontro Nacional, foi, ainda, descerrada, na Escola Secundária do Castelo da Maia, a placa que assinala a atribuição do estatuto UAARE a esta Escola, fazendo parte da Rede Nacional que inclui 19 Unidades de Apoio ao Alto Rendimento na Escola.

## CJL ACOLHEU «ESCOLA DE POLÍTICA PARA A CIDADANIA GLOBAL»



O Centro de Juventude de Lisboa (CJL) foi o anfitrião de uma iniciativa que promove a reflexão e o diálogo sobre temas relacionados com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável e Direitos Humanos denominada «Escola de Política para a Cidadania Global». Através do caminho da reflexão e do diálogo, pretendeu-se alertar para questões globais contemporâneas como a igualdade de género, as alterações climáticas, as migrações e a participação política através do digital, tendo como horizonte de ação a transformação social.

O evento, organizado pela AIDGLOBAL no âmbito do projeto «Jovens na Política - Participar

para a Cidadania Global», foi constituído por quatro painéis, distribuídos por dois dias intercalados com dinâmicas de grupo.

A sessão de abertura contou com a presença da Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares, Ana Catarina Mendes, do Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude, Vítor Pataco, do Presidente do Conselho Nacional de Juventude, Rui Oliveira, da Reitora do ISCTE, Maria de Lurdes Rodrigues, da Presidente da Direção da AIDGLOBAL, Susana Damasceno, e da Diretora Regional de Lisboa e Vale do Tejo e do Centro de Juventude de Lisboa, Eduarda Marques.





INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO  
E JUVENTUDE, I. P.

# ANO EUROPEU DA JUVENTUDE

**#INCLUSÃO**  
PARA UMA CIDADANIA PLENA

**#VERDE**  
PARA MAIS OPORTUNIDADES

**#DIGITAL**  
PARA NOVAS PERSPETIVAS

[HTTPS://ANOEUROPEUJUVENTUDE.IPDJ.GOV.PT](https://anoeuropējuventude.ipdj.gov.pt)

Iniciativa:



Cofinanciado pela  
União Europeia



REPÚBLICA  
PORTUGUESA



INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.

Parceiros:



Secretaria Regional  
de Educação, Ciência e Tecnologia  
Direção Regional de Juventude