

di

REVISTA

Bimestral | N.º 11 | nov/dez 2022

DESPORTO E JUVENTUDE



REPÚBLICA
PORTUGUESA



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.

MOSTRA
NACIONAL



JOVENS
CRIADORES

25.ª EDIÇÃO DA MOSTRA NACIONAL JOVENS CRIADORES

Pág. 4 à 9

**NO CAMINHO
DO GUARDIÃO DE
CRIANÇAS E JOVENS
NO DESPORTO**

PAG. 12 e 13

DESPORTO

**DIA INTERNACIONAL
DO VOLUNTÁRIO
COM PROJETOS
PREMIADOS**

PAG. 16 e 17

VOLUNTARIADO

**CONHEÇA OS
VENCEDORES DO CONCURSO
INTERNACIONAL
DE FOTOGRAFIA**

PAG. 22 a 23

JUVENTUDE

#ÍNDICE

nov/dez.'22



14

#ANO EUROPEU DA JUVENTUDE



12

GUARDIÃO DE CRIANÇAS E JOVENS NO DESPORTO



10

#DISH ARTE URBANA



4

#MOSTRA NACIONAL JOVENS CRIADORES

16

#DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO



18

#BOM ANO 2023



20

#CLUBE TOP



22

#ICONCURSO INTERNACIONAL DE FOTOGRAFIA



29

#PLANO NACIONAL DE ÉTICA NO DESPORTO



28

#MUSEU DO DESPORTO



26

#JAMOR



25

#PEACE AND SPORT

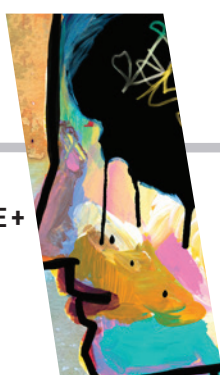
30

#RELAÇÕES INTERNACIONAIS



32

#CUIDA-TE +



34

AGENDA

34

#DICAS DE NUTRIÇÃO



35

BREVES

25 ANOS DE CRIATIVIDADE JOVEM



Vítor Pataco

Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude

A última edição do ano de 2022 da Revista DJ – Desporto e Juventude coincidiu com a celebração dos 25 anos da Mostra Nacional de Jovens Criadores (MNJC), que o IPDJ acolheu desde a sua origem.

A ideia surgiu em 1996 no Clube Português de Artes e Ideias, através do professor Barreto Xavier, como forma de promover a criatividade artística da juventude portuguesa, pela declarada falta de palco às suas obras de todos aqueles que davam os primeiros passos numa qualquer expressão artística.

Este número redondo – quarto de século – da MNJC foi muito bem assinalado, não apenas pela qualidade das obras apresentadas a concurso, mas pela quantidade, diversificada pelas 15 categorias existentes, com prémios a reconhecerem os vencedores em cada uma, desde teatro e pintura à contemporânea arte digital, revelando uma adesão à modernidade dos tempos que vivemos.

Assim, é natural que a DJ dê honras de capa e trate o evento como o principal assunto relatado nas páginas desta edição nº 11, não apenas com as obras dos vencedores em cada uma das categorias, como uma breve descrição do que os jovens artistas decidiram apresentar a concurso.

É dado também especial relevo ao acompanhamento do processo de afirmação do Roteiro para a Proteção de Crianças e Jovens no Desporto, cuja reunião do Comité Diretor

no final de novembro permitiu definir as medidas a implementar até 2024.

Acompanhou-se igualmente a deslocação dos jovens vencedores do programa “Voar até Bruxelas”, inserido na celebração do Ano Europeu da Juventude, que terá até ao final de fevereiro a realização da cerimónia de encerramento.

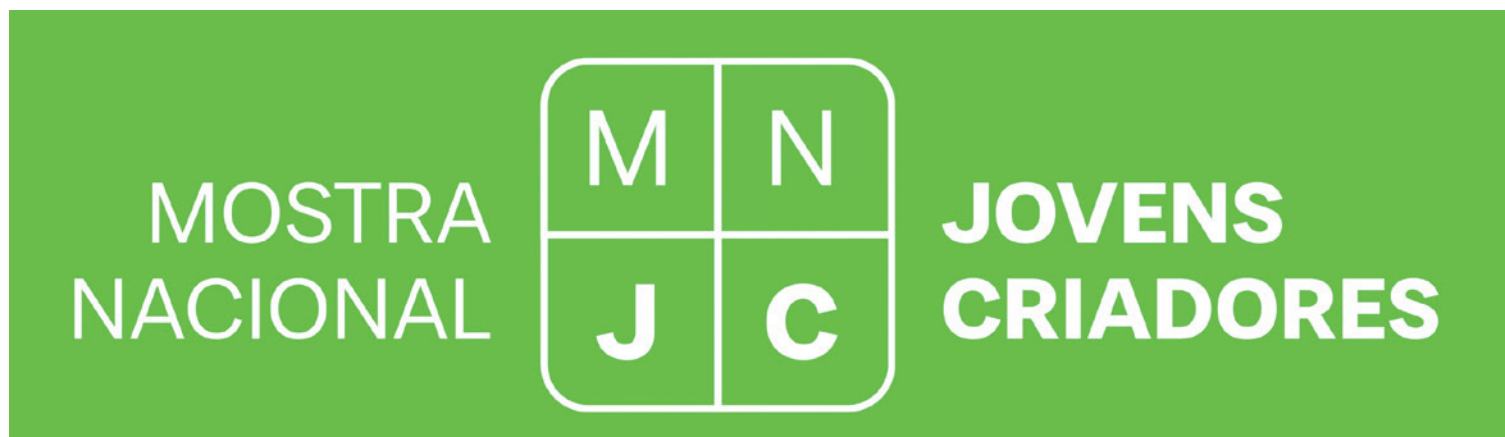
Conheça a celebração do Dia Internacional do Voluntário, no qual foram distinguidos os projetos de voluntariado, associativismo estudantil e juvenil, e igualdade de género que se destacaram em 2022.

O programa CLUBE TOP, do IPDJ, premiou também as boas práticas de gestão dos clubes desportivos na 1ª edição da Medida de Mérito. A não perder também os vencedores do concurso internacional de fotografia, levado a cabo pela Direção Regional do Alentejo, em parceria com o organismo francês *Comité de Liaison Diagonal France*, que originou uma exposição com os trabalhos, que começou em Portalegre, mas que irá percorrer várias outras cidades do país e também de França.

Isto num ano de enormes desafios, difícil e de recuperação lenta devido à pandemia e ao qual se juntou a guerra na Ucrânia, cujo impacto o Governo quis minimizar. Por isso, através do IPDJ, reforçou o financiamento às federações desportivas para ajudar a reduzir esse impacto, notícia que também poderá ler nesta edição.

“ **CONHEÇA A CELEBRAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO, NO QUAL FORAM DISTINGUIDOS OS PROJETOS DE VOLUNTARIADO, ASSOCIATIVISMO ESTUDANTIL E JUVENIL, E IGUALDADE DE GÉNERO QUE SE DESTACARAM EM 2022.** ”

#JOVENSRIADORES



25 ANOS DE JOVENS CRIADORES NA MAIOR MOSTRA NACIONAL DE SEMPRE

A CIDADE DE ALMADA FOI O PALCO ESCOLHIDO E A ASSOCIAÇÃO GERADOR O PARCEIRO IDEAL PARA A ORGANIZAÇÃO DA 25.ª EDIÇÃO DA MOSTRA NACIONAL JOVENS CRIADORES (MNJC), UM PROGRAMA ÚNICO E DA RESPONSABILIDADE DO IPDJ.

Um número redondo para uma celebração em grande: 2022 teve a maior participação de sempre, com 834 obras sujeitas a concurso, embora apenas 130 tenham sido selecionadas para os prémios finais.

Divididas por 15 categorias, as obras estiveram expostas em Almada, quer no Fórum Municipal Romeu Correia, quer no Centro Cultural e Juvenil de Santo Amaro (mais conhecido como Casa Amarela). Uma exposição que falou do tempo de uma geração, do olhar criativo e crítico dessa mesma geração, numa curadoria organizada não pelas categorias em concurso, mas por temas: Intimidades; Fragilidades; Metamorfoses; Futuros; e Recomeços.

A MNJC teve um programa ao jeito de festival, que se estendeu por três dias (1, 2 e 3 de dezembro), com masterclasses, mostras de dança, teatro, humor, cinema, música, gastronomia, desfile de moda, café literário, a natural gala final de entrega de prémios e um concerto de encerramento de Filipe Sambado.

O Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, esteve na abertura desta edição:

“Esta é já uma edição de sucesso, pelo número de participantes. Desde a arte digital, literatura, arte urbana, moda e outras tantas, ficou demonstrada a força da criatividade cultural das gerações mais jovens. Esta MNJC foi pensada para fazer a diferença e criar oportunidades aos jovens para mostrar os trabalhos que desenvolvem, graças ao IPDJ.”

O mesmo responsável governativo fez uma visita guiada à exposição, no Fórum Municipal, tendo conversado com vários dos jovens criadores que também estavam presentes na inauguração, nomeadamente com Maria João Campos Gonçalves, que explicou a sua obra “Destruição Como Construção”, a concurso na categoria de escultura.

Na cerimónia de encerramento e de entrega de prémios, que contou com a presença da presidente da Câmara Municipal de Almada, Inês de Medeiros, e de Jorge Barreto Xavier, que esteve na génese da MNJC, a vice-presidente do IPDJ, Selene Martinho, sublinhou a importância da iniciativa no leque de ofertas do Instituto.

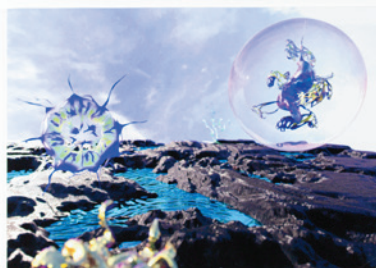
“É um orgulho e uma honra, para mim e para o IPDJ, celebrar desta forma a 25.ª edi-

ção de um programa com a dimensão da MNJC. Os objetivos do evento, de dar espaço aos jovens criadores, que se encontrem em início dos seus percursos artísticos, de mostrarem as suas obras, mantêm-se intatos e continuam a cumprir o desígnio para o qual foram delineados. A criatividade é das mais distintas manifestações de humanidade e é um privilégio para o IPDJ dar palco a tantos/as jovens artistas e reconhecer-lhes o mérito no desenvolvimento das respetivas expressões artísticas. A todos os participantes, com destaque para os vencedores, os nossos sinceros parabéns”.

Tiago Sigorelho, o presidente da Gerador, associação responsável pela organização da edição deste ano, sublinhou a importância da iniciativa: “O maior desafio na realização da MNJC 2022 foi o de estar ao nível dos 25 anos de história da iniciativa mais relevante em Portugal no destaque a jovens talentos, enquanto tentámos inovar e criar um espaço aberto para experimentação. Agora, está na hora de olhar para os próximos 25 anos!”

Conheça nas páginas seguintes a lista de vencedores, das respetivas categorias, e as obras premiadas.

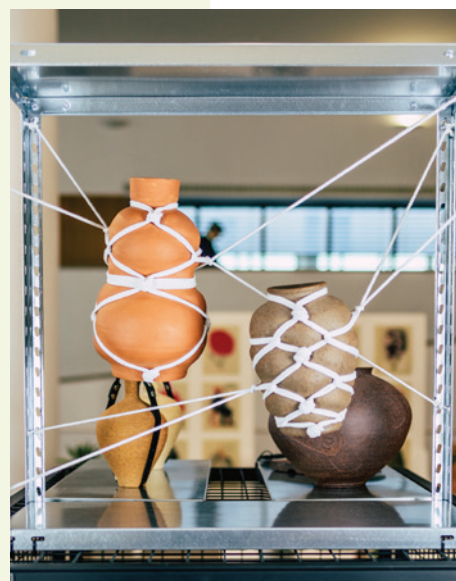
#JOVENS CRIADORES

**ARTE DIGITAL****Dany Marques Ferreira****Idade:** 23 anos**Local nascimento:** Genebra, Suíça.**Área artística:** Arte digital**Nome da obra:** Plasticine**O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:**

A Mostra Nacional de Jovens Criadores foi a experiência que faltava para afirmar que todos os anos de esforço e dedicação no meu trabalho valeram a pena. De um dia para o outro vemos o nosso trabalho reconhecido e recompensado, por grupos de pessoas que ainda acreditam na importância da arte e dos jovens. Foi notório o esforço conjunto para proporcionar a todos os que estiveram envolvidos, dos participantes ao público, uma experiência única.

ARTE URBANA**Giulia Yoshimura Pestana (MURA)****Idade:** 25 anos**Local de nascimento:** São Paulo, Brasil**Área artística:** Arte urbana**Nome da obra:** Ruderal**O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:**

O meu sonho sempre foi levar a minha arte o mais longe, aprender e evoluir em cada lugar novo. Ver o meu trabalho florindo e sendo acolhido em Portugal e participar na MNJC torna tudo isso possível. Sinto o meu trabalho reconhecido e que estou no caminho certo. E isso faz-me muito feliz e grata.

**CERÂMICA****Pedro Lobo****Idade:** 25**Local de nascimento:** Minde**Nome obra:** Kinky Ceramics**Área de Criação:** Cerâmica**O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:**

O que me marcou na experiência da Mostra Nacional Jovens Criadores foi o facto de poder expor o meu trabalho para um público tão vasto, seja pela faixa etária, ou pelos interesses pessoais. Receber o *feedback* de tantas pessoas diferentes acaba por ser muito enriquecedor, não só pelas palavras carinhosas de apreciação, mas também pelos comentários construtivos que recebi.

#JOVENS CRIADORES



CINEMA

Mariana Guerreiro Ferreira

Idade: 25

Local de nascimento: Lisboa, Portugal

Área artística: Cinema

Nome obra: Lessons in the Kitchen

<https://awkwardmariana.com/Lessons-in-the-Kitchen-2>

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

A Mostra Nacional deu-me a oportunidade de me destacar enquanto realizadora. Considero que o mais importante desta experiência foi ter tido a possibilidade de, com este prémio, poder divulgar o meu trabalho e o meu processo no cinema de animação.

DANÇA

Katarina Lanier

Idade: 26

Local de nascimento: Carolina do Sul, USA

Área artística: Dança

Nome obra: Call Me Three Times

<https://www.youtube.com/watch?v=bOfEASDb-zA8>

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

Foi um prazer participar da Mostra Nacional Jovens Criadores este ano com a minha peça Call Me Three Times. O que mais gostei foi poder presenciar as produções de outros jovens artistas a fazerem trabalho em Portugal. É muito importante termos uma plataforma para compartilharmos e sermos reconhecidos pelo nosso trabalho e visão. Obrigada.



ESCULTURA

Mab.ko

Idade: 30 anos

Área artística: Escultura

Nome obra: Totem

Local de nascimento: Paris, França

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

Sem dúvida, o privilégio de poder participar da Mostra Nacional Jovens Criadores já foi uma grande honra para mim, ainda mais selecionada em duas categorias. Mas de facto o mais marcante para mim foi chegar ao espaço e poder instalar as minhas peças junto da diversidade de outras incríveis obras.

**FOTOGRAFIA****Guilherme Proença****Idade:** 23 Anos**Local Nascimento:** Lisboa**Área Artística:** Fotografia**Nome obra:** *Estudos sobre propriedade*

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

Estar presente na Mostra Nacional Jovens Criadores era por si um marco no meu percurso. Vencer o prémio acabou por ser um impulso enorme para continuar a minha prática, sendo muito importante este tipo de iniciativas para afirmar que o trabalho que vem a ser desenvolvido não é em vão.

GASTRONOMIA**Simão Jarro****Idade:** 25 anos**Área artística:** Gastronomia

Nome da obra: *Atum na chapa acompanhado de um puré de batata-doce, cebolinhas caramelizadas e finalizado com um jus de cebola.*

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

A MNJC é uma iniciativa, a nível nacional, que procura desafiar jovens de todas as áreas a demonstrarem o seu trabalho e a fazerem o seu melhor. Desta forma fico muito agradecido pelo meu trabalho e a todos os que me auxiliaram a ser reconhecido.

**HUMOR****Miguel Valente****Idade:** 22 anos**Local nascimento:** Lisboa**Área artística:** Humor**Nome obra:** *se calhar alguém já falou disto*

<https://www.youtube.com/watch?v=nAWQrYrUVI-w&feature=youtu.be>

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

A Mostra Nacional Jovens Criadores motivou-me a continuar o meu caminho no humor e fez-me dar mais valor àquilo que fiz até agora - em especial ao projeto com que me candidatei. Ainda assim, o que mais me marcou foi o receio de ter ouvido mal o nome do vencedor da minha categoria, chegar a palco e já lá estar o verdadeiro vencedor.

#JOVENS CRIADORES



ILUSTRAÇÃO

Clara Leitão

Idade: 27 anos

Local de nascimento: Lisboa

Área artística: Ilustração

Nome obra: *Lobacobra*

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

Ver o meu trabalho reconhecido dá ânimo para continuar. Muitas vezes o processo criativo é solitário e suscita muitas inseguranças, pelo que a partilha com outros oferece uma perspetiva mais ampla, ajudando a dar significado às coisas. Iniciativas como a da MNJC trazem alguma luz a quem procura um caminho na cultura em Portugal.



LITERATURA

Catarina Lobo Vasconcelos Letria

Idade: 25 anos

Área artística: Literatura

Nome da obra: *Toca-e-foge*

Local de nascimento: Lisboa

O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:

Participar e vencer uma das categorias da Mostra Nacional Jovens Criadores permitiu-me divulgar o meu texto (ainda que não esteja publicado) e receber comentários que me têm estimulado a continuar a escrever e suscitadas trocas interessantes com outros criadores.

MODA

Carolina Duran, Leonardo Moura e Mafalda Fidalgo (INTRA)

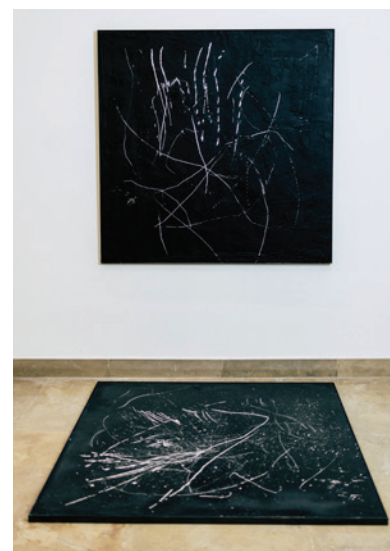


**MÚSICA****Jónatas TOTA Pereira e EU.CLIDES****Idade:** 26 anos e 26 anos**Local nascimento:** Coimbra, Portugal (Tota) e Praia, Cabo-Verde (EU.CLIDES)**Área artística:** Música**Nome obra:** *esquissofrénico*<https://www.youtube.com/watch?v=2NwYAZNaOM4>**O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:**

A MNJC foi o empurrão que nos faltava para que o “esquissofrénico” se tornasse algo credível. De um conjunto de fragmentos até um projeto reconhecido a nível nacional - foi um pequeno passo. Esperamos honrar esta distinção ao responder com muito trabalho, mas entusiasmados com o que aí vem.

PINTURA**Inês Neves****Idade:** 27 anos**Local de nascimento:** Porto**Área artística:** Pintura**Nome obra:** *Ferida que dói e Ferida que não se sente***O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:**

A autopromoção é um dos maiores desafios da profissionalização artística, e é particularmente vital para artistas emergentes que visam iniciar carreira num panorama cultural tão hierárquico, inacessível e com tão poucos recursos. Esta experiência foi importante para mim pelo reconhecimento que implica e, sobretudo, pelo seu apoio na comunicação e divulgação do nosso trabalho.

**TEATRO****Naiana Soares Padiãl****Idade:** 29**Local de nascimento:** São Paulo - BR**Área artística:** Teatro**Nome da obra:** *As vidas miúdas e outras insignificâncias*https://www.youtube.com/watch?v=_YpmsgqQD-Wk&feature=youtu.be**O que foi mais marcante e importante nesta tua experiência com a Mostra Nacional Jovens Criadores:**

Partilhar “As vidas miúdas e outras insignificâncias” na MNJC reafirmou sua capacidade em afetar as pessoas, o que atribuo à sinceridade dedicada à criação. A troca com público foi generosa e motivadora para seguir acreditando nos caminhos escolhidos, o que é fundamental como artista independente.

#PNJ

PLANO NACIONAL PARA A JUVENTUDE **EXPRESSO EM ARTE URBANA**



JOÃO PRIM, MAIS CONHECIDO NO MEIO DA ARTE URBANA POR DISH 2795, DE 31 ANOS, PROFESSOR DE ARTES VISUAIS DO ENSINO BÁSICO NO EXTERNATO SÃO CRISTÓVÃO, FOI O ARTISTA CONVIDADO PELO IPDJ PARA DAR CORPO, EM FORMA DE ARTE, AO II PLANO NACIONAL PARA A JUVENTUDE (PNJ).

A obra produzida fez capa da última edição da Revista DJ – *Desporto e Juventude*, que deu grande destaque ao PNJ, não só nos seus cinco eixos de ação, mas também nos seus diversos campos de intervenção, que envolveu praticamente todas as áreas governativas.

A memória descritiva da obra pode apresentar o racional subjacente à conceção, mas foi das palavras do próprio artista que surgiu a explicação do sentimento ao receber a encomenda do serviço.

“Já há muito tempo que gostava de colaborar com o IPDJ por me rever totalmente na sua missão e na área que trabalha. O que o IPDJ potencia nos jovens é uma ferramenta importantíssima nos dias de hoje. Quando surgiu o convite e percebemos que se tratava de materializar o PNJ, tudo ficou ainda mais fácil. Todos já foram jovens um dia e sonharam com algo. Os eixos do PNJ permitem às pessoas jovens terem um leque de escolhas alargado, sendo eles os próprios criadores do seu futuro”, começa por dizer Dish.

O ponto de partida para a obra, para além de um habitual *brain storming* para troca de ideias, foram naturalmente os cinco eixos, passando depois à lógica, à sabedoria, ao conhecimento e à diversão. “Esta última por estarmos a fazer o que mais gostamos, mas sempre num processo de aprendizagem, ou seja, a evoluir. A isto tudo juntámos a tecnologia e a inovação, designadamente na questão do *tag*, sempre presente na arte urbana, da assinatura, da identidade.

Tal como o avião de papel (*origami*), no sentido em que muitas vezes tem de se saber manusear/manobrar muito bem as escolhas e opções para se conseguir voar, para onde se quiser”, continuou o artista.

João Dish tem consciência da poderosa ferramenta que o PNJ significa na vida dos jovens. “Creio que tenha vindo, acima de tudo, mostrar os vários caminhos que os ajudam a ser criadores do seu próprio futuro. É a maior mensagem que encontro no PNJ”.

[Dish2795](#) desenvolve vários projetos

na área do *street art*, designadamente com associações de jovens de ambientes sócio-económicos desfavorecidos, como é o caso da Presley, na Reboleira (Amadora), ou do programa Escolhas, de ensino de *graffiti* na Portela de Carnaxide. “Foi a partir daí que percebemos que poderíamos potencializar todas as qualidades das pessoas jovens, bastando para isso estar atento às necessidades e valor de cada um. Foi assim que se criou a Galeria do Bairro, no qual os artistas eram os moradores do próprio bairro”, concluiu.



#GUARDIÃO DE CRIANÇAS E JOVENS

COMITÉ DIRETOR DA PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS NO DESPORTO



REUNIU PARA DEFINIR MEDIDAS A IMPLEMENTAR ATÉ 2024

DECORREU NO DIA 22 DE NOVEMBRO, NO QUADRO DAS CELEBRAÇÕES DO DIA UNIVERSAL DOS DIREITOS DA CRIANÇA, UMA REUNIÃO DE SEGUIMENTO DO COMITÉ DIRETOR DO PROJETO PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS NO DESPORTO.

#GUARDIÃO DE CRIANÇA E JOVENS



Sport (Pro Safe Sport para jovens atletas (2014-2015) / *Pro Safe Sport + "Pôr fim ao assédio e abuso sexual contra crianças no desporto"* (2017), e o lançamento da iniciativa Start to Talk, a direção do Acordo Parcial alargado sobre o desporto (EPAS) durante a sua reunião realizada de 19 a 20 de março de 2019, em Estrasburgo, manifestou interesse em continuar a trabalhar no tema da proteção das crianças no desporto em 2020. Foi criado então um foco específico na criação de Agentes de proteção de jovens atletas (guardiões) – como intervenientes-chave no desenvolvimento e implementação da estratégia de proteção de jovens no desporto, incluindo as tarefas complicadas relacionadas com a gestão de casos. O produto final foi apresentado como Roteiro da política nacional de proteção de jovens no desporto, que inclui as medidas concretas para a criação de Agentes de proteção de jovens atletas (guardiões) – *Child Safeguarding in Sport* (CSIS).

No âmbito do projeto CSIS, foi desenhada uma metodologia para acompanhar e apoiar cada país parceiro no desenvolvimento do seu roteiro. Trata-se de um processo inclusivo, que se iniciou com uma pesquisa documental e uma avaliação das necessidades e lacunas, seguido por recomendações, mapeamento de partes interessadas e discussão de expectativas. Estas discussões conduziram então a uma autoavaliação da situação atual realizada pelos membros do comité diretor nacional (criado para o efeito) e à identificação das medidas a tomar em relação a cinco das nove áreas prioritárias incluídas na "Proteção Internacional das Crianças no Desporto". Uma vez identificadas as ações necessárias, estas foram integradas no roteiro, que está disponível em Língua Portuguesa em <https://ipdj.gov.pt/-/roteiro-para-uma-protecao-eficaz-das-criancas-nas-politicas-de-desporto>

O projeto, que agora tem como designação Proteção de crianças e jovens no desporto, tem como base nove áreas prioritárias. No entanto, cinco destas são consideradas fulcrais e que estão a

ser implementadas, nomeadamente o enquadramento político nacional para a salvaguarda e a proteção das crianças no desporto, as parcerias intersectoriais, o sistema e estrutura para dar resposta a situações de suspeita de maus-tratos, ou outras situações de risco ou perigo relativas às crianças e aos jovens, aconselhamento e apoio e educação e formação.

Neste momento decorrem duas ações relacionadas com as áreas referidas, nomeadamente a criação do mecanismo de denúncia e resposta e também a definição do perfil do Guardião e ações de formação.

Embora o projeto não as aprofunde, iremos trabalhar com os parceiros a possibilidade de trabalhar no que toca às normas operacionais para a minimização de riscos/quadros de garantia da qualidade, às orientações em matéria de ética e comportamento, ao sistema de recrutamento seguro e ao acompanhamento e avaliação.

Contamos também desenvolver, em conjunto com o movimento desportivo, ações de sensibilização de todos os agentes que têm um contacto regular com crianças e jovens no desporto; formação de guardiões; códigos de conduta; avaliação de riscos e definição de medidas para os minimizar; apoio e gestão de casos – mecanismos de resposta) e ser dado o apoio suficiente em cada etapa da implementação.

Numa fase inicial, o desafio será lançado às 12 federações que apresentam um maior número de crianças e jovens a praticar as suas modalidades. São aquelas que também irão fazer a primeira formação do guardião especializado, já agendada para o início do próximo ano.

Está a decorrer já uma formação na NAU, ou nível 1, "Salvaguardar e proteger as crianças e jovens no desporto", creditada e para se poder candidatar a formação de *guardião*, e que pode consultada em <https://www.nau.edu.pt/pt/curso/salvaguardar-e-protger-as-criancas-e-jovens-no-desporto/>.

Tem neste momento 1159 inscritos.

O IPDJ disponibilizou também uma página no portal relacionado com esta temática, com contactos de instituições oficiais e serviços locais e nacionais destinados a apoiar as vítimas, as suas famílias e outras pessoas que possam ter sido afetadas.

A reunião, com elevado nível de participação, realizou-se no Centro de Juventude de Lisboa (CJL). Teve como objetivo discutir os próximos passos de atuação, para apresentar o plano de ação, definir as medidas a implementar até 2024, assim como os projetos a curto prazo relacionados com a elaboração do fluxograma de atuação, o manual de procedimentos e formação para a figura do *Guardião*, um elemento central deste roteiro e um elemento central para a proteção de crianças e jovens dentro das organizações desportivas. Na sequência dos projetos *Pro Safe*

#ANOEUROPEU DA JUVENTUDE

ENCERRAMENTO DO ANO EUROPEU DA JUVENTUDE, EM BRUXELAS, COM A CONFERÊNCIA «REIVINDICAR O FUTURO»

NO PASSADO DIA 6 DE DEZEMBRO, NO PARLAMENTO EUROPEU, REALIZOU-SE O BALANÇO DO ANO EUROPEU DA JUVENTUDE E REFLETIU-SE SOBRE O SEU LEGADO. FOI UMA OCASIÃO PARA DEBATER A POLÍTICA PARA A JUVENTUDE E A FORMA COMO CONTINUARÁ A OCUPAR UM LUGAR DE DESTAQUE NA AGENDA.

Cerca de 700 participantes, maioritariamente jovens, analisaram os pontos mais importantes e avaliaram as possíveis opções para “envolver, interligar e capacitar os jovens em toda a Europa”, domínios da Estratégia da União Europeia para a Juventude 2019-2027.

O programa, para além das sessões plenárias dedicadas às questões de juventude e ao legado do Ano Europeu da Juventude, debateu nas sessões plenárias a saúde mental, a educação inclusiva e a digitalização.

Integraram a delegação de Portugal, os jovens vencedores do desafio “Voar até Bruxelas”, lançado nas redes sociais do IPDJ com o objetivo de proporcionar experiências que reforcem a participação ativa dos jovens no espaço democrático.

Para a Inês Nogueira “foi uma oportunidade que nunca esquecerei e de onde retiro inúmeras memórias e muitos novos amigos. No Parlamento pude perceber que não



#ANOEUROPEUDAJUVENTUDE

faltam jovens que partilham um interesse comum: o de lutar por melhores condições de vida e mais oportunidades para si, mas também para todos os jovens que não têm esse privilégio.

Neste Ano Europeu da Juventude e na cerimónia tive o prazer de escutar as mais diversas opiniões de problemas e desafios que os jovens se deparam no seu dia-a-dia, mas mais importante que isso, tive a alegria de testemunhar o interesse das entidades europeias em ouvir e em perceber o seu papel para proporcionar uma comunidade europeia mais democrática, social e justa para os seus cidadãos."

O Henrique Lage considerou que "Voar até Bruxelas? foi quase voar para um dos meus sonhos! Arrisquei, e fui escolhido para embarcar nesta oportunidade única, que em tanto me acrescentou. Pude estar presente no Parlamento Europeu, e conhecer um dos espaços que, mesmo que indiretamente, tanto influencia a nossa sociedade. Às minhas colegas Rita e Inês, ao IPDJ e a toda a equipa que nos acompanhou, só tenho a agradecer por me proporcionarem esta experiência".

Finalmente, para a Rita Spínola "os jovens não se podem limitar à experiência nacional, à sua zona de conforto. Para mim, voar



até Bruxelas foi uma oportunidade única de conhecer os desafios que outros jovens como eu por toda a Europa enfrentam. Ser europeu é um privilégio que nos traz vários 'insights' diferentes dos que estamos habituados. Na conferência "Claim the Future" pude ouvir justamente algumas das opiniões e preocupações que existem noutros países.

2022, por decisão das Instituições Europeias, foi o Ano Europeu da Juventude, que face à diversidade europeia, assenta na flexibilidade de datas e atividades nos diferentes países. Em Portugal o evento de Encerramento ocorre em fevereiro de 2023, em Guimarães, no contexto do Encontro Nacional de Juventude.

INTEGRARAM A DELEGAÇÃO DE PORTUGAL, OS JOVENS VENCEDORES DO DESAFIO "VOAR ATÉ BRUXELAS", LANÇADO NAS REDES SOCIAIS DO IPDJ COM O OBJETIVO DE PROPORCIONAR EXPERIÊNCIAS QUE REFORCEM A PARTICIPAÇÃO ATIVA DOS JOVENS NO ESPAÇO DEMOCRÁTICO.

#DIAINTERNACIONALDOVOLUNTARIO

DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO

COM ENTREGA DE PRÉMIOS DE BOAS PRÁTICAS EM ESTARREJA



O IPDJ ASSINALOU, A 5 DE DEZEMBRO, O DIA INTERNACIONAL DO VOLUNTÁRIO, COM A CERIMÓNIA DE ENTREGA DE PRÉMIOS DE BOAS PRÁTICAS AOS PROJETOS DE VOLUNTARIADO, ASSOCIATIVISMO JOVEM E IGUALDADE DE GÉNERO, QUE SE DESTACARAM EM 2022.



A iniciativa contou com a presença do secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, e do Presidente da Câmara Municipal de Estarreja, Diamantino Sabina, no edifício do Ciclo Criativo de Estarreja. O tema definido, este ano, pelas Nações Unidas para dar o mote às comemorações foi o da «Solidariedade através do Voluntariado». Instituído em 1985, pela ONU, o Dia do Voluntariado é comemorado internacionalmente com o objetivo de sensibilizar e incentivar a sociedade civil a dar visibilidade e a valorizar o trabalho realizado por voluntários/as que, diariamente e de forma

desinteressada, apoiam, com o seu trabalho, as comunidades onde se inserem. Nesse sentido, nos últimos anos, o IPDJ, no âmbito das suas competências na gestão e promoção do voluntariado jovem e do associativismo jovem, tem promovido a realização da entrega de prémios de Boas Práticas «Associativismo Jovem», «Voluntariado Jovem» e Prémio «Jovens pela Igualdade». Em 2022, o IPDJ promoveu 600 projetos de voluntariado envolvendo cerca de 3 500 jovens e 466 entidades, num investimento de mais de 700 mil euros. Apoiou, com um total de investimento para o associativismo de 7 milhões e 300 mil euros, 1 394

associações de jovens que desenvolveram 4 443 projetos.

PRÉMIOS DE BOAS PRÁTICAS DE ASSOCIATIVISMO JOVEM

Na área do associativismo jovem, os prémios têm como objetivo distinguir as associações juvenis e estudantis que se destacaram pelas suas características de atuação na comunidade, pela dimensão de internacionalização, pela qualidade e inovação, pela consistência e capacidade de expressão enquanto intervenientes na cidadania ativa e na participação cívica e democrática dos jovens. Foram distinguidas:

#DIAINTERNACIONALDOVOLUNTARIO



Associativismo Juvenil

Norte

- Associação Recreativa, Cultural e Social dos Silveirinhos com o projeto «Flix e Orb – Uma Aventura pela Igualdade»;
- Associação de Voluntariado Porta Nova com a «Missão de Voluntariado Porta Nova 2021 em Bafatá, Guiné-Bissau» (Menção Honrosa).

Centro

- Agoraveiro – Associação para a Promoção do Cidadão Ativo, com o projeto «Agora Escreve-me».

Lisboa e Vale do Tejo

- Associação Equipa d'África com o projeto «Equipa d'África 2021 – 2022».

Alentejo

- FORVIJOVEM – Associação de Jovens de Fortios, projeto «Fortios com Vida».

Algarve

- Associação de Dança Stam com o projeto «Bolsas de Dança Stam».
- Associativismo Estudantil

Norte

- Associação de Estudantes da Faculdade de Direito da Universidade do Porto com o «Projeto 30 minutos»;
- Associação Nacional de Estudantes de Nutrição (Menção Honrosa) com o «Encontro de Nutrição e Alimentação».

Lisboa e Vale do Tejo

- Associação Académica da Universidade da Madeira com a «Aplicação ACADÉMICA - aplicação móvel da Académica da Madeira».

PRÉMIO DE BOAS PRÁTICAS DE VOLUNTARIADO JOVEM

Pretende reconhecer a organização e/ou promoção de atividades de voluntariado ao

abrigo dos Programas Agora Nós e Voluntariado Jovem para a Natureza e Florestas como práticas com impacto junto da comunidade e determinantes para a aquisição pelos/as jovens voluntários/as, através da aplicação de metodologias de educação não formal e/ou informal, de competências pessoais e sociais e de hábitos de participação cívica. Foram distinguidas:

Norte

- Associação Intensify World - GERIW3;
- Casa do Povo da Raiva - Cata Saberes;
- Associação Juvenil de Deão - Diz não à Xenofobia;
- Câmara Municipal de Amares - Juventude Amiga do ambiente;
- Câmara Municipal de Felgueiras - Felgueiras Eco Participo 2022;
- Câmara Municipal de Paredes - Voluntariado Paredes Handball CUP'22.

Centro

- Centro Cultural e Recreativa de Aguada de Baixo - Gente da Minha Terra;
- InPulsar - Associação para Desenvolvimento Comunitário - InPulso Jovem;
- APROFFAL - Associação de Produtores Florestais de Fornos de Algodres - Floresta Encantada I;
- Câmara Municipal da Mealhada - Voluntariado Jovem para a Natureza e Florestas;
- Junta de Freguesia de Santiago de Besteiros - Floresta em Santiago de Besteiros;
- Junta de Freguesia de Lordosa - Promover práticas de sustentabilidade na floresta de Lordosa.

Lisboa e Vale do Tejo

- ACNI - Associação Cultural Novas Ideias - As traseiras;

- Associação António Ramalho Boxing Spirit IPSS - Desporto como ferramenta de inclusão social;
- Omnis Factum Associação - Alerta! Red flags;
- Câmara Municipal de Nazaré - A Praia é nossa ...o responsável és tu;
- Câmara Municipal de Caldas da Rainha - Caldas Lagoa + limpa;
- Câmara Municipal do Barreiro - Machada em Alerta.

Alentejo

- Instituto Cultural de Évora - Digitexto;
- Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Viana do Alentejo - Promover a atuação resiliente na proteção da natureza e florestas;
- GARE, Associação para a Promoção de uma Cultura de Segurança Rodoviária - Prevenção Rodoviária na Feira S. João 2022.

Algarve

- Sê Mais Sê Melhor - Associação para a Promoção do Potencial Humano - Chorões Há Muitos;
- Teia D'Impulsos - ECOS-Oficina de Dança;
- Associação Expandidade - Help Ukraina;
- J. F. Vila Real de Santo António - Ambiental-te;
- Câmara Municipal de S. Brás - Florestas Nossas 3.

Prémio «Jovens pela Igualdade»

Visa reconhecer atividades de debate entre as e os jovens sobre as questões da igualdade de género e da cidadania, que questionem as representações sociais do feminino e masculino e a sua lógica binária e alerte para os direitos e responsabilidades que incumbem a todos e todas tanto na esfera pública, como na privada, para diminuição da desigualdade de género, como boas práticas para a promoção da igualdade de género.

O 1.º prémio foi atribuído ao projeto «How Can You(th) Prevent It?» da Sê Mais Sê Melhor – Associação para a Promoção do Potencial Humano. O 2.º prémio foi entregue ao projeto «Hábitos de Género» da Associação Juvenil de Deão-AJD e o 3.º prémio foi atribuído ao «Laboratório de Robótica - Atividades de Sensibilização» da Intensify World - Associação Tecnológica e Recreativa.



BOM

20



**REPÚBLICA
PORTUGUESA**



**INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.**



A TUA
ESCOLHA
A NOSSA
MISSÃO

ANO

23

#CLUBETOP



Clube Desportivo Xico Andebol - Vencedor da Fase Final Nacional e restantes clubes a concurso

1.ª EDIÇÃO DA MEDIDA MÉRITO PREMEIA BOAS PRÁTICAS DE GESTÃO DE CLUBES DESPORTIVOS

A MEDIDA MÉRITO DO PROGRAMA CLUBE TOP TEVE COMO OBJETIVO PREMIAR E DIVULGAR AS BOAS PRÁTICAS NA GESTÃO DE CLUBES DESPORTIVOS. NESTA 1.ª EDIÇÃO, LANÇADA EM ESTREITA ARTICULAÇÃO COM AS DIREÇÕES REGIONAIS DO IPDJ, PRETENDEU-SE EFETIVAR O RECONHECIMENTO PELA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA DESPORTIVA DO TRABALHO DE EXCELÊNCIA QUE OS CLUBES FAZEM EM PROL DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO E SOCIAL.

Foram 110 as candidaturas submetidas à Medida Mérito, num total de 69 clubes desportivos, um verdadeiro sucesso para a 1.ª edição.

A Medida Mérito iniciou-se com as sessões públicas das fases regionais, que elegeram um clube vencedor de cada uma das cinco regiões. Os cinco clubes vencedores das respetivas fases regionais e que estão de parabéns pela meritória chegada à Final Nacional foram: a Associação Hípica e Psicomotora de Viseu, com a boa prática "Inclusão, desporto e sustentabilidade" (Região Centro), a IKP – Associação Cultural e Desportiva IPPON Karate Portugal, com a boa prática "Aplicação e plataforma de gestão associativa" (Região de Lisboa e

Vale do Tejo), o Grupo Experimental de Ponte de Sor com a boa prática "Comunidade GEPS (sócios, atletas e antigos atletas)" (Região do Alentejo), o Clube Desportivo Xico Andebol, com a boa prática "Sustentabilidade no desporto" (Região do Norte), e por último, a Associação Cultural e Desportiva da Che Lagoense com a boa prática "Mexe-te num movimento de inclusão" (Região do Algarve).

No dia 17 de dezembro, no auditório dos serviços do IPDJ em Leiria, cada vencedor regional defendeu publicamente a sua boa prática de gestão, naquela que foi a primeira Final Nacional dos Prémios CLUBE TOP, numa organização conjunta entre o IPDJ e o Município de Leiria, cidade europeia do desporto

2022. O Clube Desportivo Xico Andebol, com a boa prática "Sustentabilidade no desporto", foi o grande vencedor da edição 2022 da Medida Mérito do Programa CLUBE TOP.

ESTÃO ABERTAS AS CANDIDATURAS AOS APOIOS CLUBE TOP

As candidaturas aos apoios financeiros e/ou institucionais do Clube Top estão abertas até 31 de janeiro e visam apoiar e potenciar a melhoria de processos de gestão e administração de clubes desportivos, sejam eles, projetos de organização de ações de formação, ou de produção de conteúdos (livros, vídeos, entre outros).

Mais informações: [aqui](#)

#CLUBETOP



Associação Cultural e Desportiva da Che Lagoense - Vencedor da Fase Regional do Algarve e restantes clubes a concurso



Grupo Experimental de Ponte de Sor - Vencedor da Fase Regional do Alentejo e restantes clubes a concurso



Clube Desportivo Xico Andebol - Vencedor da Fase Regional Norte e restantes clubes a concurso



IKP - Associação Cultural e Desportiva IPPON Karate Portugal - Vencedor da Fase Regional de Lisboa e Vale do Tejo e restantes clubes a concurso

LISTA DE TODOS OS PREMIADOS À MEDIDA MÉRITO



Associação Hípica e Psicomotora de Viseu - Vencedor da Fase Regional do Centro e restantes clubes a concurso

#CONCURSOINTERNACIONALDEFOTOGRAFIA

UM OLHAR JOVEM E CONTEMPORÂNEO SOBRE A IGUALDADE DE GÉNERO

Foi inaugurada em Portalegre, no Museu Municipal, no passado dia 22 de dezembro, a exposição de fotografia “Igualdade de Género, um Olhar Contemporâneo”. O conjunto de trabalhos expostos, reúne uma seleção de fotografias digitais, concorrentes aos prémios do 1.º Concurso Internacional de Fotografia Jovem, cuja temática foi enquadrada no âmbito da Temporada Cruzada Portugal/França 2022, que estabelece o Acordo de Cooperação Cultural, Científica e Técnica entre o Governo da República Portuguesa e o Governo da República Francesa.

No ano de 2022, coube ao IPDJ, através da sua Direção Regional do Alentejo, or-

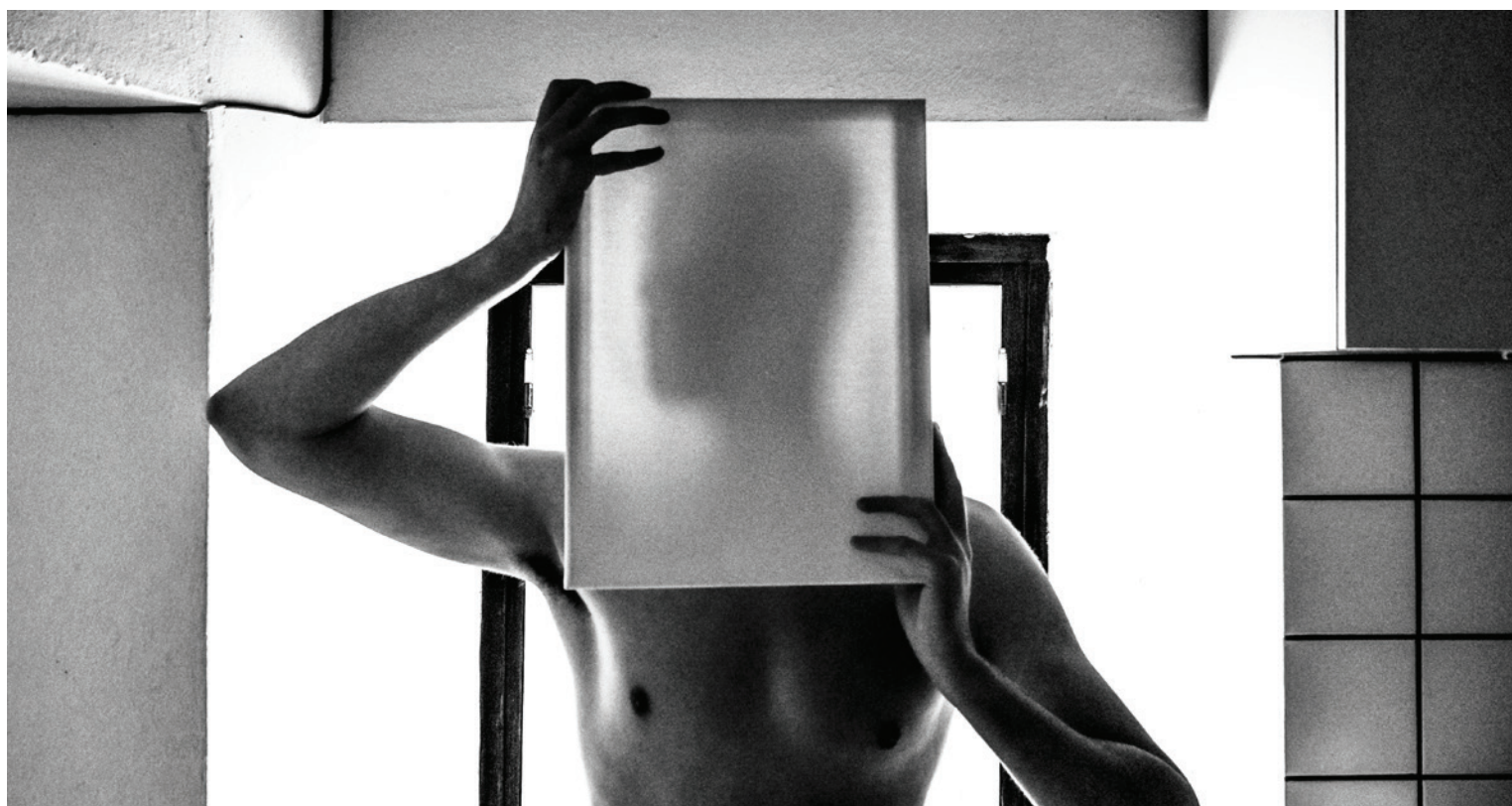
ganizar e promover este concurso, numa parceria com o Comité de Liaison Diagonal France.

Este certame foi inaugurado pela vice-presidente do IPDJ, Selene Martinho, pela Presidente da Câmara Municipal de Portalegre, Fernelinda Carvalho e pelo Diretor Regional do Alentejo do IPDJ, Miguel Rasquinho, e contou com o apoio da Câmara Municipal de Portalegre e encerrou as atividades na região Alentejo relativas ao Ano Europeu da Juventude. Na mostra estão representados treze jovens concorrentes, residentes em Portugal e em França, com destaque para os quatro vencedores, nas três categorias a concurso: Maria Beatriz Matos e Luana

Azevedo, prémio ex aequo – categoria A (entre os 16 e os 19 anos); Leonardo Ladeira – categoria B (entre os 20 e os 25 anos); Maria Giorgi – categoria C (entre os 26 e os 30 anos).

De acordo com o projeto, a Direção Regional do Alentejo do IPDJ vai promover, a partir de março do corrente ano, a itinerância da mostra, em território nacional e, simultaneamente, em território francês.

Candidataram-se 14 jovens (11 do sexo feminino e três do sexo masculino), com um total de 45 fotografias. O regulamento do concurso previa a atribuição de três prémios de 500 euros para cada categoria.



#CONCURSOINTERNACIONALDEFOTOGRAFIA



***Igualdade de Género,
um Olhar Contemporâneo***
L'égalité des Genres, un Regard Contemporain

SAISON TEMPORADA FRANCE PORTUGAL PORTUGAL FRANÇA 2022

EXPOSIÇÃO

Concours International de Photographie Jeune Photographie Jeune EXPOSITION

22 dezembro 2022
a 31 janeiro 2023
Museu Municipal de Portalegre

COMPOSIÇÃO DO JÚRI:

- Miguel Rasquinho**
Diretor Regional do Alentejo do Instituto Português do Desporto e Juventude
- Gerard Fenoy**
Representante do Comité de Liaison Diagonal France
- João Pereira**
Representante da Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género
- Jerónimo Heitor Coelho**
Fotógrafo profissional português
- Miene Mathon**
Cenógrafa e fotógrafa francesa"



ASSOCIA-TE

PLANO NACIONAL
DE INCENTIVO
AO ASSOCIATIVISMO
ESTUDANTIL



REPÚBLICA
PORTUGUESA



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.



**ESTÁ NAS
TUAS MÃOS!**



PNIAE

**CRIA A TUA
ASSOCIAÇÃO
DE ESTUDANTES!**



#PEACEANDSPORT

PRÉMIO *PEACE AND SPORT* ENTREGUE AO IPDJ



O presidente do Conselho Diretivo do IPDJ, Vítor Pataco, e o Chefe de Gabinete do secretário de Estado da Juventude e do Desporto, José António Borges, marcaram presença na cerimónia da entrega de prémios da *Peace and Sport Awards* para receber o galardão de Instituição do Ano, referente ao ano de 2021.

A cerimónia foi presidida pelo Príncipe Alberto II do Mónaco e pelo fundador e presidente da organização *Peace and Sport*, Joel Bouzou.

Devido às restrições ainda em vigor no ano passado por causa da COVID-19, os vencedores das diversas categorias de 2021 receberam os respetivos prémios na cerimónia de 2022 (13ª edição), que teve lugar no Mónaco, entre 30 de novembro e 2 de dezembro.

Paralelamente à entrega de prémios, Vítor Pataco foi orador do Fórum *Peace and Sport*, na temática *Sport as a vehicle for gender equality* [n.d.r.: em tradução livre, Desporto como veículo para a igualdade de género]. A discussão contou ainda com a participação de Shaima Saleh Al-Husseini, diretor da Saudi Sports for All, e de Felicite Rwemarikwa, diretora executiva da *Organization of Women in Sports (AKWOS)*, membro do Comité Olímpico Internacional. O presidente do Conselho Diretivo do IPDJ, sublinhou na sua intervenção: "Terá de caber aos homens com funções de liderança no desporto a abrir os caminhos de oportunidades às mulheres. Para que haja um equilíbrio na sociedade é muito importante que tenhamos igualdade de género a todos os níveis e, obviamente, no desporto". A organização *Peace and Sport* realiza ações concretas para comprovar o impacto federativo, educacional e social do desporto através de iniciativas de programas de campo e da diplomacia desportiva, este último um dos tópicos desenvolvidos pela presidência portuguesa da União Europeia no primeiro semestre de 2021.



#JAMOR

EM BUSCA DE UM “HOM



HÁ SETE ANOS QUE, TODOS OS SÁBADOS DE MANHÃ, A EQUIPA DOS CAPITALS, PERTENCENTE AO 643 BASEBOL CLUB, TREINA BASEBOL NO JAMOR. UMA MODALIDADE COM POUCA EXPRESSÃO EM PORTUGAL, MAS QUE NO "VALE DE EMOÇÕES E DO ENCONTRO DE GERAÇÕES2 TEM UM ESPAÇO A QUE CHAMA DE CASA.

Com cerca de meia centena de atletas federados, os *Capitals* treinam em simultâneo a sua equipa sénior, a equipa feminina de Softbol e uma mão cheia de crianças no escalão de infantis. Gonçalo Lopes, presidente do clube, começou por agradecer a forma como desde sempre foram acolhidos no Jamor. "Só há um campo oficial de Basebol em Portugal, em Abrantes, onde também está sediada a federação. Em Lisboa, se não fosse o Jamor e em particular o IPDJ, não teríamos as condições para desenvolver a modalidade. É a nossa casa com muito orgulho e a melhor que existe!", diz. Gonçalo Lopes admite que não há cultura de Basebol no país e que uma das principais dificuldades é precisamente a

infraestrutura que exige para a prática. São precisos dois campos de futebol juntos para se poder ter as medidas necessárias. "As dificuldades aumentam quando os pais não entendem o jogo e acabam por desmotivar as próprias crianças. Além disso, o Basebol é talvez a modalidade mais técnica que existe, o que também não ajuda. No entanto, é das mais inclusivas, pois tem lugar para todo o tipo de pessoas: altas, baixas, magras, gordas...", acrescenta. É uma modalidade que testa até ao limite a capacidade de resiliência de qualquer indivíduo, uma vez que o sentimento de frustração está ali mesmo ao virar do swing de uma tacada. "É preciso perceber que um bom batedor tem uma

média de três tacadas em 10! Ora, para quem chega de novo, acertar na bola torna-se numa missão bastante difícil. É preciso paciência porque o Basebol é um jogo de rotinas", continuou a explicar Gonçalo Lopes, que adiantou um ponto curioso: "Ainda para mais, é a única modalidade no mundo em que os falhanços são contabilizados e registados. Ninguém gosta de falhar e muito menos de ver os seus falhanços no marcador! Isto numa cultura que vivemos hoje de pouca ou nenhuma tolerância com o erro." Para os mais descontextualizados com o Basebol, há, no entanto, um termo que é do conhecimento geral: o home run. Dá-se quando uma tacada atira a bola para fora do campo. No campeonato da época

E RUN”



passada, Gonçalo Lopes afirma que só houve cinco home runs, contabilizados oficialmente em campo específico. Uma boa parte foram conseguidos por jogadores estrangeiros que vivem em Portugal e pretendem manter a ligação ao Basebol. Falamos sobretudo de mexicanos, canadianos, cubanos, chineses de Taiwan e, a maioria, de venezuelanos, onde o Basebol é o desporto-rei.

“Trazem muita qualidade ao jogo, é verdade, mas o desenvolvimento da modalidade dá-se pelas bases, pelas crianças que se conseguem trazer para o Basebol. Uma tacada atinge facilmente os 120, 140 km/h e isso assusta qualquer um”, atira Gonçalo Lopes.

Com tantas adversidades na equação,

resta a paixão pelo jogo por quem o pratica. João Marcelino, de 16 anos, mora em Oeiras e estava a cumprir o seu quarto treino. Equipado a rigor, contou um pouco do seu percurso: “Comecei pela natação, passei pela ginástica, pelo futebol – que foi o que menos gostei – e pratiquei ténis durante oito anos. Contactei pela primeira vez com o Basebol através de uma Atividade de Tempos Livres (ATL) e pensei que era mesmo aquilo que gostava de fazer. Entretanto, soube da existência dos Capitals e decidi vir experimentar. Estou para ficar!”

Confessa que o Basebol pode ser desmotivador numa primeira fase – dando razão à explicação de Gonçalo Lopes –, mas que a satisfação do sucesso

supera tudo. “Quando acertei a primeira vez na bola foi uma alegria imensa. É uma modalidade com muita organização e aconselho todos a experimentarem e a darem várias oportunidades, pois é gratificante”.

No dia 11 de novembro haverá um curso de formação de treinador de Basebol e a federação conseguiu chamar dois nomes grandes da Major League norte-americana: Tim Liper e Jose Montilla, dos San Francisco Giants, vêm aprimorar os conhecimentos dos portugueses. “Posso dizer que, do ponto de vista da formação, estaremos ao nível dos melhores da Europa”.

Se quer experimentar Basebol, os Capitals estão à sua espera no Jamor!

#MUSEU



JÁ SEGUE O MUSEU NAS REDES SOCIAIS?



EXPOSIÇÕES EM CURSO

CENTRO INTERPRETATIVO DO JAMOR

A ARTE DE NADAR



NO TÚNEL DO ESTÁDIO NACIONAL

DO SONHO À CONCRETIZAÇÃO, DO RELVADO À EMOÇÃO



EXPOSIÇÃO VIRTUAL GOOGLE ARTS & CULTURE

ANOS DE 1920 NO DESPORTO



PRESERVA O PRESENTE PARA MEMÓRIA FUTURA

SAIBA MAIS EM museudesporto.ipdj.gov.pt



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

“MALTA FIXE” COM HISTÓRIAS DE ÉTICA EM BD

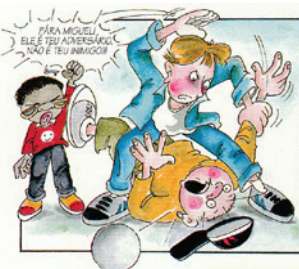
O IPDJ, ATRAVÉS DO PLANO NACIONAL DE ÉTICA NO DESPORTO (PNED), PROMOVE A CAMPANHA DE COMUNICAÇÃO “MALTA FIXE”.



“MALTA FIXE”

TEXTO: LUÍS MAÇARICO DESENHO: FERNANDO FERREIRA

3 RESPEITAR O ÁRBITRO



OS BONS DESPORTISTAS SABEM QUE OS ADVERSÁRIOS SÃO COMPANHEIROS!

desenhada “Malta Fixe”, a qual conta histórias que abordam e vão refletir sobre valores fundamentais do desporto, como sejam o respeito pelas regras, pelos adversários ou oponentes e pelos árbitros ou juizes, a defesa da igualdade, a dignidade ou a não utilização de meios ilegais nem violentos.

Sendo este o mote, o enquadramento é todo virado para as gerações mais novas. O grupo de amigos formado pelo Tiago, Miguel, Catarina, Teresa, Tó e Zé Manel, da mesma turma, mas “todos diferentes, todos iguais” – como se lê numa das tiras, é um autêntico tubo de ensaio para as tramas que servem de cenário às histórias contadas. As aulas de educação física, a prática das mais diversas modalidades e o papel dos árbitros, o recreio ou, simplesmente, as conversas mais animadas ainda que provocadas pelos “normais desentendimentos” entre amigos, levam a conclusões relevantes do ponto de vista da ética.

A banda desenhada “Malta Fixe” vai ser publicada em primeira mão nos jornais desportivos, “A Bola” e, “Record”, sendo depois publicada no número seguinte da Revista DJ.

A BANDA DESENHADA “MALTA FIXE” VAI SER PUBLICADA EM PRIMEIRA MÃO NOS JORNAIS DESPORTIVOS “A BOLA” E “RECORD”, SENDO DEPOIS PUBLICADA NO NÚMERO SEGUINTE DA REVISTA DJ.

O título parece cativar à primeira vista – e não apenas para gerações mais novas –, mas é o objetivo que o torna ainda mais especial. Enaltecer o fair-play e a ética desportiva deverá ter sempre lugar, independentemente do contexto em que possa surgir ou usar a ferramenta que mais convenha. A linguagem da banda desenhada é uma das mais poderosas da comunicação e é precisamente com essa roupa que os textos de Luís

Maçarico e os desenhos de Fernando Ferreira cumprem o desafio das tiras mostrarem a importância do tema.

“A ideia que presidiu à criação desta banda desenhada foi a de promover uma prática desportiva com fair-play junto das camadas jovens e público em geral. Até o nome “fixe” tem esse objetivo, de apelar para o bom comportamento das pessoas nos recintos desportivos”, explicou Fernando Ferreira à Revista DJ. Esta campanha é uma reedição da banda

#RELAÇÕES INTERNACIONAIS

AS PRIORIDADES DA PRESIDÊNCIA DA UE PARA AS ÁREAS DA JUVENTUDE

A Presidência do Conselho da União Europeia (UE) é assegurada por três Estados-Membros de grupos pré-determinados, em que cada um dos membros desse grupo preside sucessivamente, durante seis meses, a todas as formações do Conselho, com exceção dos Negócios Estrangeiros. A 1 de janeiro de 2023 a Suécia assumiu a Presidência do Conselho da UE, que se vai prolongar até 30 de junho, sucedendo à França (1.º semestre de 2022) e à Chéquia (2.º semestre de 2022), finalizando o Programa conjunto do trio (França, Chéquia e Suécia).

De uma forma geral, a Presidência na sua globalidade vai centrar-se nas prioridades seguintes: **Segurança – unidade:** proteger todos os cidadãos e reforçar o papel da UE no mundo; **Competitividade:** reforçar e promover o crescimento, a competitividade e resiliência da Europa; **Transições ecológica e digital:** fazer face aos preços elevados e voláteis da energia, enquanto se continuará a insistir em objetivos climáticos ambiciosos; **Valores democráticos**

e Estado de Direito: proteger os valores fundamentais da União, assentes no Estado de Direito e no respeito pelas liberdades individuais, a coesão e a não discriminação.

No domínio da Juventude, a Presidência irá ser marcada pela conclusão do 9.º Ciclo do Diálogo da UE com a Juventude, que decorre desde 1 de janeiro de 2022 até 30 de junho de 2023, sob o Trio de Presidências da França, Tchéquia e Suécia, sob o mote Por Uma Europa Sustentável e Inclusiva. Durante este período, o trio de presidências, em colaboração com estruturas representativas da sociedade civil, com destaque para o Fórum Europeu de Juventude e para os Conselhos Nacionais de Juventude de cada Estado-Membro, procurou estabelecer medidas concretas para a implementação, aos níveis europeu, nacional, regional e local, dos Objetivos da Estratégia da UE para a Juventude n.º 3 - Sociedades Inclusivas, e n.º 10 - Europa Verde e Sustentável.

A Estratégia da UE para a Juventude estabele-

ce o quadro para a cooperação da política de juventude da UE para o período de 2019-2027, promovendo a participação dos jovens na vida democrática, incluindo o envolvimento social e cívico, com vista a garantir que todos os jovens possuem os recursos necessários para participar na sociedade. A participação dos jovens na vida democrática é, assim, consubstanciada através do Diálogo da UE com os Jovens (EUJD), processo participativo europeu que, por meio de ciclos de 18 meses, dedicados a um ou mais temas prioritários, apoia a implementação da Estratégia da UE para a Juventude e garante o envolvimento dos jovens no processo de tomada de decisão, através de um diálogo articulado com os decisores políticos.

Neste contexto, a presidência sueca apresentará uma proposta de Conclusões do Conselho sobre a dimensão social de uma Europa verde e sustentável, na qual se abordará a inclusão social dos jovens à luz do desenvolvimento sustentável e dos desafios propiciados pela crise



#RELAÇÕES INTERNACIONAIS

SUECA DO CONSELHO DE JUVENTUDE E DO DESPORTO

pandémica, bem como pela crise económica e energética despoletada pela invasão da Ucrânia pela Rússia.

Será ainda apresentada uma proposta de Resolução, para adoção do Conselho, relativa aos resultados do 9.º ciclo do Diálogo da UE com a Juventude, estando ainda prevista uma outra Resolução contemplando a revisão intercalar da Estratégia da UE para a Juventude (2019-2027). No domínio do Desporto, em linha com o Plano de Trabalho da UE para o Desporto 2021-2024¹, a presidência sueca focará a sua atenção na boa governação no desporto, dando continuidade ao trabalho anterior do Conselho na matéria.

Na agenda, estará também a proteção e respeito pelos direitos humanos no desporto, os impac-

tos da agressão russa à Ucrânia e o desporto internacional (sobre a qual os Estados-Membros se posicionaram anteriormente²) e o caso da Superliga Europeia de Futebol (sobre o qual o Advogado-Geral Athanasios Rantos, do Tribunal de Justiça da União Europeia emitiu o seu parecer a 15/12/2022³).

No quadro da parceria com o Conselho da Europa, serão promovidas discussões em torno da Convenção sobre a manipulação de competições desportivas (Convenção de Macolin).

O programa e toda a documentação de sustentação da Presidência Sueca da União Europeia pode ser consultado e acompanhado [aqui](#), bem como em redes sociais relevantes, como Instagram, Facebook, Twitter e LinkedIn.

IPDJ RECEBE DELEGAÇÃO DE TIMOR-LESTE NO CENTRO NACIONAL DESPORTIVO DO JAMOR



Uma delegação de Timor-Leste, chefiada pelo secretário de Estado da Juventude e Desporto, Abrão Saldanha, visitou Portugal entre 5 e 7 de dezembro de 2022, para estabelecer contactos com diversas entidades com as quais pretende desenvolver laços de cooperação nos domínios da juventude e do desporto. No dia 6, Abrão Saldanha visitou o Centro Nacional Desportivo do Jamor, onde conheceu os diferentes serviços e equipamentos ali instalados, com destaque para o Centro Interpretativo do Jamor, o Centro de Estágio e o Centro de Alto Rendimento. A visita foi seguida de uma reunião para abordar matérias de cooperação bilateral e multilateral de interesse para Timor-Leste e para Portugal.

A visita do secretário de Estado da Juventude e Desporto de Timor-Leste foi concluída no dia 7 de dezembro, com a assinatura de um Memorando de Entendimento com o secretário de Estado da Juventude e do Desporto de Portugal, João Paulo Correia (na tutela da Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares). A assinatura deste Memorando, para além de consolidar as relações bilaterais nos domínios da juventude e do desporto, estabelece as condições necessárias à colaboração entre os países tendo em vista a realização dos Jogos Desportivos da CPLP, que terão lugar precisamente em Timor-Leste em 2024, no âmbito da Conferência de Ministros da Juventude e Desporto da CPLP.

Sabe mais sobre o Memorando entre Portugal e Timor-Leste [aqui](#).

PROMOVER A DIMENSÃO INTERGERACIONAL NO DOMÍNIO DA JUVENTUDE PARA FOMENTAR O DIÁLOGO E A COESÃO SOCIAL



Como resultado das negociações levadas a cabo pela Presidência da Chéquia no segundo semestre de 2022, foram disponibilizadas no Jornal Oficial da União Europeia as *Conclusões do Conselho* e dos representantes dos Governos dos Estados-Membros, reunidos no Conselho, referentes à dimensão intergeracional no domínio da juventude, para fomentar o diálogo e a coesão social que podem ser consultadas aqui, que visam promover o diálogo intergeracional, a solidariedade intergeracional e a justiça/equidade intergeracional no

domínio da juventude no âmbito do mandato da Estratégia da UE para a Juventude 2019-2027, através:

- de políticas da juventude transectoriais que fomentem o diálogo no âmbito de processos de decisão, para que os jovens possam pronunciar-se, em pé de igualdade, sobre decisões que afetem as suas vidas e, assim, promover a diversidade e a equidade etárias na vida pública nos vários níveis
- do enriquecimento da prestação de trabalho com jovens, por meio da integração da solidariedade intergeracional e do diálogo intergeracional nas atividades de trabalho com jovens e de voluntariado no domínio da juventude.

Acede [aqui](#) ao texto integral do documento.

1 [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/?uri=CELEX:42020Y1204\(01\)](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/PT/TXT/?uri=CELEX:42020Y1204(01))

2 Primeira declaração de 8 de março (<https://www.portugal.gov.pt/pt/gc22/comunicacao/documento?i=declaracao-conjunta-das-tutelas-do-desporto-relativamente-a-invasao-da-ucrania-pela-russia>); Segunda declaração de 4 de julho de 2022 (<https://www.portugal.gov.pt/pt/gc23/comunicacao/documento?i=segunda-declaracao-sobre-a-guerra-da-russia-contra-a-ucrania-e-o-desporto-internacional>); e Carta dos Ministros de Desporto da UE para o Presidente do Comité Olímpico Internacional (<https://valtioneuvosto.fi/en-/1410845/eu-sports-ministers-condemn-russian-aggression-against-ukraine>)

3 <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/en/TXT/?uri=CELEX:62021CC0333>

#CUIDA-TE+

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

O CUIDA-TE+ COMEMOROU O DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL



O IPDJ, a fim de assinalar o «Dia Mundial da Saúde Mental», realizou, no passado 10 de outubro, um seminário no Centro de Juventude de Lisboa, organizado no âmbito do programa «Cuida-te+».

O Cuida-te + é o programa de saúde juvenil do IPDJ, que tem como alvo principal, jovens dos 12 aos 25 anos, visando a literacia em saúde, a promoção dos fatores de proteção e redução dos fatores

de risco de doenças e a adoção de uma perspetiva compreensiva relativamente à saúde juvenil procurando envolver famílias, pares, escolas e comunidades. O seminário consistiu numa manhã de debate, que contribuiu para a análise do trabalho levado a cabo pelo programa neste sentido, assim como pelos/as 19 psicólogos/as em *Ano Profissional Júnior*, colocados em todas as capitais de distrito, no âmbito do protocolo do IPDJ

com a Ordem dos Psicólogos Portugueses e com a Associação Aventura Social. A abertura do evento foi protagonizada pela Vice-Presidente do IPDJ, Selene Martinho, tendo-se seguido a análise e a discussão das várias medidas do programa, o seu impacto e a sua capacidade de promover o bem-estar dos jovens, bem como alguma reflexão sobre passos futuros. Para abordar a atividade e das profissionais a assegurar a prestação de serviços,



subiram ao palco cinco psicólogas, do total 19, em *Ano Profissional Júnior*, tendo este sido moderado pela gestora das atividades do protocolo em causa, Marta Raimundo. Neste momento da manhã, foram partilhados testemunhos pessoais acerca das experiências de cada uma nos diferentes distritos, incluindo o trabalho desenvolvido e as atividades complementares criadas ao longo do último ano, mas também as dificuldades

sentidas e o que foi feito para que estas pudessem ser ultrapassadas.

A Presidente da Aventura Social, Tânia Gaspar, Tiago Pereira, da Direção da Ordem dos Psicólogos Portugueses e Natácha Torres da Silva, da coordenação nacional do Cuida-te +, subiram ao palco com o painel «Falem com el@s», no qual foram abordadas características particulares do programa e os seus instrumentos de avaliação. Foi ainda realizado um

balanço das atividades, focando novas necessidades identificadas.

O evento contou ainda com um excerto da peça de teatro debate sobre saúde mental, por uma das cinco entidades promotoras do dispositivo 2.2 (Educação para a Saúde), a BAAL-17.

O encerramento foi da responsabilidade de Eduarda Marques, Diretora Regional do IPDJ da região de Lisboa e Vale do Tejo.

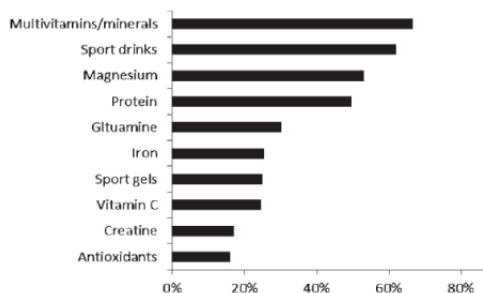
#AGENDA

<p>DESPORTO</p>  <p>JAN. a FEV.</p> <p>PROGRAMA DE REABILITAÇÃO DE INSTALAÇÕES DESPORTIVAS (PRID)</p> <p>Destina-se à promoção de projetos de melhoria da eficiência energética, esta edição do PRID é direcionada a clubes e associações desportivas de Portugal continental.</p> <p>Saiba mais e como concorrer aqui.</p>	<p>JUVENTUDE</p>  <p>JAN. a FEV.</p> <p>CONCURSO EUROSCOLA</p> <p>«Prevenir a Corrupção: Uma causa de todos!» é o tema deste ano e podem concorrer todas as escolas que também participam no «Parlamento dos Jovens» 2022/2023.</p> <p>Saiba mais e como concorrer aqui.</p>	<p>DESPORTO</p>  <p>Até 15 FEV.</p> <p>PROGRAMA «NOVAS LIDERANÇAS PARA UM DESPORTO +IGUAL»</p> <p>Visa capacitar jovens dirigentes desportivos, para a liderança de um desporto mais igual, que pretendam desenvolver as suas competências, integrando a igualdade entre mulheres e homens. Uma medida REALIZA II Plano Nacional para a Juventude.</p> <p>Saiba mais: aqui</p>	<p>JUVENTUDE</p>  <p>Até 16 DEZ.</p> <p>SESSÕES «NAVEG@S EM SEGURANÇA?»</p> <p>A iniciativa proporciona a escolas, associações juvenis e desportivas, autarquias e outras entidades, a possibilidade de participar e solicitar a realização de sessões de sensibilização, e ações de divulgação, com o objetivo de promover uma cultura de presença e navegação seguras no mundo digital.</p> <p>Saiba mais: aqui</p>
---	--	---	---

#DICASDENUTRIÇÃO

SUPLEMENTOS NUTRICIONAIS VANTAGENS E DESVANTAGENS

Num estudo realizado com uma amostra de atletas portugueses, cerca de 66% dos atletas consomem suplementos nutricionais, e em média cada atleta tem uma ingestão de 4 suplementos nutricionais diferentes. Neste gráfico pode verificar que os mais consumidos são os multivitamínicos, bebidas desportivas, magnésio, suplementos proteicos e glutamina.



Int. J. Vitam. Nutr. Res., 2013,83(1):48-58. doi: 10.1024/0300-9831/a000144.

Nutritional supplements usage by Portuguese athletes.

Sousa M¹, Fernandes MJ, Moreira P, Teixeira VH.

Segundo o Australian Institute of Sports, nenhum suplemento é 100% seguro, e a grande maioria não melhora o desempenho, nem faz o que menciona fazer. Desta forma, é importante que todos os atletas tenham consciência das vantagens e desvantagem da sua utilização.

Vantagens:

- Ajuda a obter os objetivos nutricionais
- Melhoria do rendimento desportivo
- Efeito placebo

Desvantagens:

- Custo monetário
- Efeitos secundários (alterações intestinais, alterações dos valores analíticos, intolerância...)
- Contaminação – Doping
- Menor atenção aos fatores funda-

mentais (empenho no treino, qualidade do descanso...)

Antes de tomar qualquer suplemento nutricional consulte o seu nutricionista desportivo ou o seu médico de medicina desportiva, pois a quantidade não significa qualidade, e nunca será quanto mais melhor.



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

#BREVES

REFORÇO DE FINANCIAMENTO ÀS FEDERAÇÕES DESPORTIVAS PARA MINIMIZAR IMPACTO DO AUMENTO DOS PREÇOS



O Governo da República Portuguesa, através do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), aprovou, nos últimos dias de dezembro, um reforço financeiro às federações desportivas, no valor global de 1,68 milhões de euros, para minimizar impacto do choque geopolítico resultante da guerra na Ucrânia e o consequente aumento generalizado dos preços.

O reforço foi feito através de um adiamento aos contratos-programa de atividade regulares das federações desportivas, o que correspondeu, em termos globais, a 6,5% do financiamento inicial referente a 2022.

Desta dotação excecional, para fazer face a necessidades adicionais resultantes do impacto, não foram incluídas as federações que possuem receitas das Apostas Desportivas em valor superior ao contrato-programa celebrado com o IPDJ: Basquetebol, Desportos de Inverno, Futebol e Ténis.

SALA DE ESTUDO «APRENDER +» INAUGURADA NA ESCOLA SECUNDÁRIA ARCO-ÍRIS NA PORTELA



A Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares, Ana Catarina Mendes, e o Ministro da Educação, João Costa, inauguram, no passado dia 22 de novembro, na Escola Secun-

dária Arco-Íris, do Agrupamento de Escolas de Portela e Moscavide, mais uma Sala de Estudo «Aprender +» no âmbito do projeto UAARE (Unidades de Apoio ao Alto Rendimento na Escola).

Estiveram também presentes na cerimónia o presidente do IPDJ, Vítor Pataco, o presidente da Câmara Municipal de Loures, Ricardo Leão, e o Coordenador Nacional das UAARE, Vítor Pardal. As Salas de Estudo «Aprender +» são espaços adaptados ao desenvolvimento de competências do perfil dos/as alunos/as, através da personalização da aprendizagem, integrada com as competências específicas do aluno-atleta. São ambientes onde se promove a aprendizagem de pares, a colaboração, comunicação e autorregulação, centrado numa metodologia baseada em evidências e na continuidade pedagógica entre as escolas da rede UAARE.



DEMOCRACIA AQUI AGORA

Campanha de juventude
para revitalizar a
democracia.