REPÚBLICA PORTUGUESA
JUVENTUDE E DESPORTO

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

dj REVISTA
DESPORTO E JUVENTUDE

Bimestral | N.º16 | set/out 2023

9.ª SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

Pág. 4 a 19

PRÉMIOS DE MÉRITO DESPORTIVO COM OS CINCO OUROS OLÍMPICOS

PÁG.20 e 21

DESPORTO

CONHEÇA A NOVA LEGISLAÇÃO DAS SOCIEDADES DESPORTIVAS

PÁG. 22 e 23

DESPORTO

VENCEDORES DA MOSTRA NACIONAL DE JOVENS CRIADORES EM VILA DO CONDE

PÁG. 32 e 35

JUVENTUDE

ipdj.gov.pt
facebook.com/IPDJip
instagram.com/ipdj_ip
twitter.com/IPDJ_IP
IPDJ IP

#ÍNDICE

set/out.'23

24 #GUARDIÕES CRIANÇAS JOVENS

22 #SOCIEDADES DESPORTIVAS

20 #PRÉMIOS MÉRITO DESPORTIVO

4 #SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

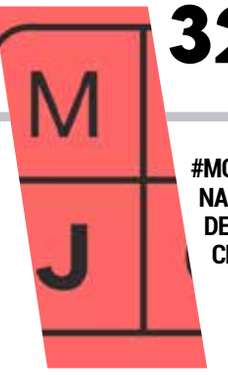
26 #INTERNET SEGURA

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

31 #CAMPANHA - TU TAMBÉM PODES SER A PRESIDENTE DO TEU CLUBE

38 #PNED

36 #CLUBE TOP



32 #MOSTRA NACIONAL DE JOVENS CRIADORES

40 #PROGRAMA ESCOLHAS

42 #CUIDA-TE +

44 AGENDA

45 BREVES

A Revista DJ é um projeto do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P., com sede na Rua Rodrigo da Fonseca, n.º 55 – 1250-190 Lisboa **NIF** 510089224 **Diretor:** Vítor Pataco **Sede e Redação:** Rua Rodrigo da Fonseca, n.º55 (Comunicação IPDJ) **Grafismo:** Comunicação IPDJ **Revisão:** Comunicação IPDJ **REGISTO ERC NÚMERO-** 127844 **ISSN** 2795-5737 **Estatuto Editorial** disponível em **www.ipdj.gov.pt**. A DJ é uma revista digital. É distribuída aos subscritores do Portal e disponibilizada ao público no sítio do IPDJ de forma gratuita.

UMA SEMANA INSPIRADORA PARA TODAS AS OUTRAS DO ANO

Vítor Pataco

Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude

Os dois meses a que esta edição da Revista DJ diz respeito, setembro e outubro, foram tempos de intensa atividade do IPDJ a todos os níveis. Os eventos, de ambas as áreas do Desporto e da Juventude, foram apenas a parte mais visível do vasto trabalho do Instituto. Desde logo, à cabeça do cartaz, a nona edição da Semana Europeia do Desporto (SED) que, mais uma vez, durante oito dias, assinalou, celebrou, promoveu, divulgou e, acima de tudo, inspirou a prática desportiva e de atividade física de muitos cidadãos portugueses.

Todos os anos, no seguimento da iniciativa da Comissão Europeia, da qual o IPDJ é responsável e organizador em Portugal, a SED pretende mobilizar e sensibilizar a sociedade para a importância da atividade física e desportiva. Uma semana que se quer inspiradora para todas as outras do ano, sobretudo para que as pessoas fisicamente inativas mudem os seus hábitos e passem para o lado dos cidadãos fisicamente ativos.

> **“ OS EVENTOS, DE AMBAS AS ÁREAS DO DESPORTO E DA JUVENTUDE, FORAM APENAS A PARTE MAIS VISÍVEL DO VASTO TRABALHO DO INSTITUTO. DESDE LOGO, À CABEÇA DO CARTAZ, A NONA EDIÇÃO DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED)**

Foram dias cheios, plenos de emoção, abrangentes e inclusivos, não deixando ninguém de fora, o que vai ao encontro do objetivo de tornar Portugal um dos 15 países fisicamente mais ativos da União Europeia até ao final desta década.

Foram também entregues os Prémios de Mérito Desportivo, que juntou, no teatro Thalia, em Lisboa, uma extraordinária representação do melhor que o desporto de alto rendimento português tem para oferecer ao país e ao Mundo, num momento histórico que juntou, pela primeira vez, os cinco campeões olímpicos portugueses. Estiveram também sentados lado a lado, os presidentes do SL Benfica e do Sporting CP, numa simbólica imagem que deve servir de exemplo para o futuro. Conheça os vencedores de cada categoria, bem como as instituições de ensino reconhecidas com o Selo Estudante-Atleta, pelas boas práticas de conciliação entre as carreiras desportivas e académicas.

Espaço ainda para um artigo sobre o novo regime jurídico das sociedades desportivas; a mesa-redonda organizada pelo IPDJ, no âmbito da Sports Integrity Week, com o tema da Proteção de Crianças e Jovens no Desporto e a recém-criada figura do Guardião; as incidências sobre a última reunião de Diretores Gerais de Desporto da União Europeia, que decorreu em Valência; e ainda a entrega dos prémios aos vencedores da 26ª edição das Mostra Nacional de Jovens Criadores.

Tudo ótimas razões para não perder mais uma edição da sua revista DJ.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

MILHARES DE PESSOAS NO JA

O Centro Desportivo Nacional do Jamor e o Jardim da Marina, em Viana do Castelo – Cidade Europeia do Desporto 2023, foram os palcos do arranque da 9ª edição da Semana Europeia do Desporto (SED 2023).

Milhares de pessoas participaram no Dia do Desporto em Família, o primeiro dia temático da SED 2023, que incluiu corridas/caminhadas em percursos de 5 kms em ambos os locais, com elevado número de inscrições. Para todos aqueles que não quiseram correr ou caminhar, houve várias atividades durante a tarde e início da noite, que fizeram as delícias dos mais novos e de todos os que quiseram experimentar, por exemplo golfe, atletismo, canoagem, remo, voleibol, judo, futebol, basquetebol, jogos tradicionais, escalada, entre muitas outras.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

MOR E EM VIANA DO CASTELO

"Foi um arranque bastante enérgico", começou por dizer o presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude, Vítor Pataco, entidade responsável pela organização e promoção da SED 2023, uma iniciativa da Comissão Europeia, com o objetivo de promover o desporto e a atividade física em toda a Europa, junto de todos os cidadãos. "Tivemos muitas pessoas a participar, não apenas nas corridas, mas também nas aulas e nas atividades livres, com o contributo de muitos clubes, federações, fundações, proporcionando ótimas oportunidades a quem nos visitou", concluiu.

Paralelamente às atividades do dia, foi igualmente inaugurada a exposição que marca os 25 anos do Complexo de Piscinas do Jamor, bem como uma outra dedicada aos desportos de aventura, radicais ou urbanos.

Precisamente no Complexo de Piscinas do Jamor, pelas 20 horas, decorreu a Mega Aula de Hidroginástica, com pouca luz, mas com um efeito colorido dos óculos fluorescentes de todos os participantes em plena atividade nas piscinas, com uma altura da plataforma à linha de água de 1,25 metros. Em Viana do Castelo, para além da Corrida #BEACTIVE Night, que teve partida às 21 horas, contou com animação especial no Jardim da Marina, com a atuação de DJs com encerramento pelas 21 horas.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

AS NOVE ILHAS DOS AÇORES MARCAM O DIA DEDICADO AOS DESPORTOS NÁUTICOS E OUTDOOR

O SEGUNDO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO TEMA DOS DESPORTOS NÁUTICOS E OUTDOOR, INCLUINDO O DENOMINADO *BIKE DAY*.

Por essa razão, a Região Autónoma dos Açores assumiu particular relevância neste dia, de acordo com o Diretor Regional do Desporto, Luís Couto. "Fomos quase a capital portuguesa da SED 2023! Tivemos as nove ilhas envolvidas, algumas com vários concelhos, em atividades ligadas aos desportos náuticos, como vela, canoagem de alto mar, surf, natação de águas abertas, entre outras e com uma participação extraordinária. Ficámos muito satisfeitos com as ações levadas a cabo pelo nosso movimento associativo, bem como os nossos serviços desconcentrados. Foram atividades altamente impactantes para nós, cuja missão de colocar a população a fazer atividade física é um desígnio para nós. Este mar que nos rodeia é o melhor estádio do Mundo!"

Para além dos Açores, também as cinco regiões de Portugal continental tiveram as suas atividades subordinadas ao tema do dia. No Algarve houve sessões de experimentação de canoagem e kayak pólo, no Clube Naval de Portimão; no Alentejo houve surf na lagoa de Sines, bem como uma Jam Session Parkour, no Parque da Cidade de Beja; na região de Lisboa e Vale do Tejo, Vila Nova da Barquinha, Abrantes, Santarém e Alhandra receberam várias atividades abertas, precisamente no rio Tejo; na

região Centro houve um Open Day de canoagem na Marina do Carregal, em Ovar; e no Norte, em Viana do Castelo – Cidade Europeia do Desporto, o Surf Clube de Viana levou a cabo várias atividades ligadas ao surf.

No entanto, foi no Porto que decorreu a maior atividade ligada ao Bike Day. No Parque Urbano da Pasteleira, foram criados percursos passeios de bicicleta em família, assim como a possibilidade de dar os primeiros passos na aprendizagem para todos os cidadãos, como explicou o presidente da Federação Portuguesa de Ciclismo, Delmino Pereira, parceiro desta atividade.

"Foi importantíssimo colocar a bicicleta na agenda da SED 2023 e o BIke Day. Andar de bicicleta é uma atividade que pode ser feita no espaço/via pública, em ambiente altamente sustentável e no Porto foi absolutamente inclusivo. Proporcionámos a aprendizagem a crianças, adultos, desporto adaptado e com a presença de três nomes incontornáveis como o César Fonte, o Telmo Pinão (atleta paralímpico) e a Ana Santos, corredora cega, provando que a bicicleta está ao alcance de todos, une toda a gente. Esta é uma causa estratégica para o país e agradeço ao IPDJ, à Ágora e à Associação de Ciclismo do Porto pelo envolvimento".

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

DIA DO DESPORTO NO LOCAL DE TRABALHO ASSINALADO POR TODO O PAÍS

O TERCEIRO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO TEMA DO DESPORTO NO LOCAL DE TRABALHO E DESPORTOS URBANOS.

Em Lisboa, do edifício-sede do Instituto Português do Desporto e Juventude saiu um grupo de mais de meia centena de trabalhadores em caminhada até à alameda do Parque Eduardo VII, local onde decorreu uma aula de exercícios de ativação.

A Norte, o Hospital Escola da Universidade Fernando Pessoa (HEFP), em Gondomar, foi uma das várias entidades que se associaram ao dia, com atividades ligadas à pausa ativa no local de trabalho, mais especificamente uma "aula de ginástica laboral". O Professor Doutor Bruno Soares, diretor operacional do HEFP, salientou a importância da atividade física, sobretudo no local de trabalho.

"O HEFP está sempre disponível para atividades desta natureza ou outras, do género, que considerem pertinentes. Estes tipos de eventos são importantes não só para o Hospital, mas também para a comunidade em que está inserido".

A iniciativa contou com a presença do diretor regional do Norte do IPDJ, Vítor Dias, bem como do Embaixador #BEACTIVE Eduardo Filipe, antigo jogador internacional português de andebol e atualmente médico do Centro de Medicina Desportiva, no Porto.

Na região Centro, no município de Anadia, várias instituições de solidariedade social do concelho proporcionaram aos seus funcionários atividades aquáticas. Na região de Lisboa e Vale do Tejo, mais

concretamente em Alcobaça, houve espaço para os desportos urbanos, com uma zona de experimentação de skate. No Alentejo, foram dadas aulas de Pilates de 15 minutos e Mind Ginástica Laboral aos alunos da Universidade de Évora, e das Escolas Superiores de Educação de Beja e Portalegre. No Algarve, a Câmara Municipal de Portimão organizou uma aula aberta de mobilidade e ginástica laboral a toda a população que surgiu no Largo 1º de Maio.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

DIA DO DESPORTO INCLUSIVO APONTA O CAMINHO

O QUARTO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO TEMA DO DESPORTO INCLUSIVO.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

O Centro Desportivo Nacional do Jamor recebeu, na manhã de dia 27 de setembro, cerca de três centenas de pessoas, vindas de 30 instituições associadas da Fenacerci, para celebrar o Dia do Desporto Inclusivo, experimentando várias atividades desportivas e físicas, terminando com uma aula de ginástica.
Joaquim Pequicho, secretário do Conselho de Administração da Fenacerci, explicou por que razão o Desporto Inclusivo aponta o caminho para o grande desígnio da SED 2023: colocar toda a população a praticar atividade física.
"Este dia é mais para celebrar o desporto inclusivo do que assinalá-lo. As organizações envolvidas já fazem um trabalho e um investimento de longa data pela prática do desporto e da atividade física, sobretudo pela importância que têm no bem-estar, na saúde e na qualidade de vida das pessoas que apoiamos. O que celebramos hoje é uma realidade do investimento diário e do trabalho que tem sido feito até aqui. O caminho que temos feito até aqui é aquele que queremos continuar a fazer".
Na região Norte, o município de Gaia, em parceria com a ANDDI – Associação Nacional de Desporto para Desenvolvimento Intelectual e a Marformar, proporcionou atividades no Pavilhão Municipal de Gaia, no Parque da Lavandeira. Na região Centro, Viseu foi o pólo agregador, com aulas de equitação para todos no Centro Hípico de Montebelo (que se prolonga por todos os dias da SED 2023), para além de uma caminhada inclusiva, que teve partida no Parque Aquilino Ribeiro e atividades de mobilidade ativa pelo Centro de Apoio a Deficientes Santo Estêvão. Na região de Lisboa e Vale do Tejo, houve um dia aberto promovido pela Junta de Freguesia dos Olivais e atividades a cargo do projeto All Aboard. No Alentejo, atividades físicas para pessoas com deficiência no Centro de Recursos de Portalegre e uma caminhada em Beja, envolvendo várias CERCIs do município. Já no Algarve, a Marina de Portimão proporcionou experiências de "Vela Solidária", assim como uma aula aberta de Body and Mind no Complexo Desportivo da Mexilhoeira Grande.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

CAMINHADAS NO DIA DO DESPORTO SÉNIOR E DESPORTO EM CASA

Por todo o território nacional foram realizadas mais de meia centena de caminhadas, envolvendo entre 2 000 e 2 500 pessoas, para além de um Encontro de *Walking Football,* que decorreu em Macedo de Cavaleiros.

Luís Jacob, presidente da RUTIS – Rede de Universidades Seniores, parceira do IPDJ nestas iniciativas, sublinhou a crescente adesão e a maior sensibilização para a importância da atividade física neste segmento de idades.

«O último estudo do Eurobarómetro falava em 91% de seniores em Portugal que não pratica qualquer atividade física. No entanto, temos verificado um número crescente de universidades seniores que já colocaram nos seus currículos a disciplina de caminhada, por ser a atividade física mais fácil e mais natural. Já é uma tradição para a RUTIS ter este dia, do Desporto Sénior da SED 2023, reservado para as caminhadas. Aliás, muitas universidades estão em início de ano letivo e este é o melhor pontapé de saída que podem ter, embora seja aberto a todos os participantes e não apenas aos alunos».

Na região Centro, o Lar da Viscondessa de São Caetano, em Viseu, foi uma das várias entidades que se associou à temática do dia, com atividades física e ativas adaptadas. Na região de Lisboa e Vale do Tejo, mais concretamente em Santarém, o âmbito da iniciativa foi mais abrangente e o programa de multiactividades foi intergeracional.

No Alentejo, em Reguengos de Monsaraz, o Encontro de Seniores Ativos proporcionou demonstrações de sessão de ginástica. As câmaras municipais de Beja, Évora e Portalegre também levaram a cabo um concurso de atividade física, com a gravação de vídeos de exercícios em casa, ao qual a direção regional do IPDJ também se juntou.

No Algarve, o Pavilhão Gimnodesportivo de Portimão esteve reservado para maiores de 55 anos, com aula aberta de Exercícios e Saúde, para além da aula de hidroginástica no Complexo Desportivo de Mexilhoeira.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

O QUINTO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO TEMA DO DESPORTO SÉNIOR E DESPORTO EM CASA.

ASSISTA AO VÍDEO AQUI

ASSISTA AO VÍDEO AQUI

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

«MULHERES NO DESPORTO» MARC DO DESPORTO PARA TODOS

O SEXTO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO IV FÓRUM NACIONAL DO DESPORTO PARA TODOS, QUE SE REALIZOU NO DIA 29 DE SETEMBRO, NO TEATRO SÁ DE MIRANDA, EM VIANA DO CASTELO, COM O TEMA «MULHERES NO DESPORTO».

Na cerimónia de abertura, o presidente da Câmara Municipal de Viana do Castelo, Luís Nobre, realçou: «Fomos, somos e seremos sempre parceiros destas iniciativas que promovam a inclusão, sobretudo do elemento feminino, que é fundamental. Há uma vontade coletiva de incluir cada vez mais as mulheres, até no dirigismo. Em Viana do Castelo, a mulher é uma figura central da nossa comunidade e identidade. Ressalvo ainda o papel da Marta Paço [bicampeã europeia de parasurf e Embaixadora #BEACTIVE] neste trabalho de inclusão».

A presidente da Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (CIG), Sandra Ribeiro, sublinhou: «Raparigas e mulheres continuam sub-representadas em todas as áreas do desporto. Aproveitámos as recomendações do último estudo que revelou esta mesma realidade (ofertas de mais ações de formação para tornar mais transversal; desenvolvimento de projetos de desconstrução de estereótipos; ações de sensibilização a interlocutores locais. As instituições públicas nacionais são as principais responsáveis pela não discriminação de género. Há um enorme potencial transformador do desporto, vamos aproveitá-lo».

O presidente do Conselho Diretivo (CD) do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), Vítor Pataco, declarou: «A sub-representação, já referida pela Sandra Ribeiro, é uma realidade europeia, não apenas portuguesa. Portugal, através do IPDJ, está a desenvolver trabalho para que essa igualdade de género no desporto possa ser acelerado e inverter os números conhecidos: 31% de mulheres em participação desportiva, 20% apenas como dirigentes e só uma em cada cinco treinadores de alto rendimento é mulher. Está comprovada a necessidade de manter o tema na agenda pública».

COU O IV FÓRUM NACIONAL

Na apresentação do estudo «Desporto no Feminino, Passado, Presente e Futuro», Teresa Silva Dias, do Observatório do Desporto, Educação e Comunidade (Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto), destacou: «Desde o Plano Nacional de Desporto para a Igualdade de Género, criado em 2017, que não se tem parado nesta matéria. Percebemos neste estudo que 68% das federações desportivas já implementaram medidas para avançar na igualdade de género. O caminho já percorrido tem sido significativo, mas ainda há muito por fazer. Apenas um terço dos atletas federados são mulheres. Os estereótipos de género são, ainda, um grande entrave. Acesso a recursos e oportunidades também são problemas. Portugal ocupa o 15º lugar na União Europeia em termos de igualdade de género no desporto e tem sido no futebol que as mudanças mais se começaram a sentir. No entanto, duas das grandes dificuldades que persistem têm a ver com a profissionalização e com a maternidade».

Na Mesa Redonda, subordinada ao tema Liderança e Participação Desportivas das Raparigas e Mulheres e moderada pela jornalista e Embaixadora #BEACTIVE, Inês Gonçalves, teve a participação da Cristina Almeida, do Comité Olímpico de Portugal (COP) e do programa Novas Lideranças, e do selecionador nacional da equipa feminina de futebol, Francisco Neto (FPF).

«A igualdade de género não é um problema das mulheres. Essa discussão já ocorreu nos anos de 1970. Os homens têm de ser chamados à solução. Tal como a educação e o cuidado de um filho é da responsabilidade igual do pai e da mãe, a distribuição dos tempos livres e de lazer terá de ser dividida, no que diz respeito à queixa da falta de tempo para a prática desportiva. As mulheres acabam por ter uma sobrecarga dessas tarefas domésticas».

Cristina Almeida, COP

«Sem dúvida que estamos a criar referências na seleção feminina de futebol. No início, dávamos uma camisola de Portugal a cada pessoa que fosse ao estádio ver os nossos jogos. Agora já vendemos bilhetes a cinco euros e é incrível a quantidade de camisolas femininas que agora se vêem na rua. Há três secretárias-gerais no futebol europeu, na UEFA, e a Mónica Jorge é uma delas. A competência nunca pode ter género. Em termos de investimento na formação, há mais no feminino do que no masculino».

Francisco Neto, FPF

No discurso de encerramento, a vogal do CD do IPDJ, Sílvia Vermelho, concluiu: «As recomendações do Grupo de Trabalho para as Políticas Públicas em Matéria de Igualdade no Desporto guiam-nos, designadamente a mudança de mentalidades que não se pode fazer por via legislativa. Por isso, surgiu ao IPDJ, como desafio e solução, o Prémio «Desporto + Igual». Dá-nos a possibilidade de perceber quais as boas práticas que já estão a ser implementadas».

O Prémio «Desporto + Igual» (Prémio Nacional da Igualdade de Género no Desporto) visa premiar, precisamente, as boas práticas, será anual e pretender promover o incremento e a paridade; incentivar a participação sustentada e a intervenção das raparigas e mulheres; fomentar o acesso equitativo aos recursos, incluindo espaços, equipamentos e vestuário.

Este Prémio é destinado a federações desportivas; clubes e associações desportivas; associações promotoras de desporto; clubes de praticantes; outras entidades com intervenção na área do desporto. Serão consideradas apenas duas candidaturas por entidade, com boas práticas entre 2 de novembro de 2021 a 2 de novembro de 2023, data em que irá abrir o processo de candidaturas, que encerra a 29 de dezembro.

O prémio será no valor global de 10 000 euros, sendo seis mil para o 1º classificado; três mil para o 2º; e mil para o 3º.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

MAIOR AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA NA CELEBRAÇÃO DO DIA DO DESPO

O SÉTIMO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO DIA EUROPEU DO DESPORTO NA ESCOLA, CELEBRANDO TAMBÉM O DIA MUNDIAL DO CORAÇÃO.

O Parque da Cidade, no Barreiro, foi o palco da maior atividade, embora com ligação a mais 91 escolas nacionais e outras internacionais do Chipre, Macedónia, Hungria e Roménia, para a realização da Maior Aula de Educação Física do Mundo.

Com ligação online entre todos os estabelecimentos de ensino envolvidos, um grupo de alunos do agrupamento de escolas Ginestal Machado, de Santarém, juntou-se fisicamente a cerca de um milhar de alunos do Barreiro para uma aula de meia-hora de dança. A professor Manuela Candeias, embaixadora Escola Ativa, e a professora Sara Gabriel, ambas na génese da Maior Aula de Educação Física do Mundo, explicam a dinâmica da atividade, que já vai no seu terceiro ano.

«Tudo nasceu do nosso projeto Ginestal a Dançar, de 2019, e cuja realização, por apenas dois dias, depois de meses de preparação, teve de ser cancelado devido à pandemia e ao consequente confinamento. Como não somos de aceitar facilmente a derrota, reinventámos o conceito e, juntamente com os pais e alunos, gravámos um vídeo, que depois foi transferido para a Maior Aula de Educação Física do Mundo. O Dia do Desporto não pode ser só este, tem de ser o ano inteiro e isto permite ter os/as alunos/as sempre em atividade, de setembro a março», afirma Manuela Candeias.

«A importância deste projeto também se vê pelo envolvimento dos/as alunos/as, responsáveis, dirigidos por nós, pela coreografia da música. Depois passam aos restantes colegas, professores, funcionários não docentes, criando uma ótima dinâmica e dando um papel de enorme importância aos/às alunos/as. No fundo, é o modelo de aula invertida, que já praticamos há algum tempo», acrescenta Sara Gabriel.

Depois da Maior Aula de Educação Física

DO MUNDO
RTO NA ESCOLA

do Mundo, realizou-se uma entrega simbólica de um kit de 10 bicicletas no âmbito do programa SUAVA – Sistema Universal de Apoio à Atividade Física, recordando as 12 460 bicicletas já entregues a 604 escolas do território continental.

O presidente do Conselho Diretivo do IPDJ, Vítor Pataco, na cerimónia de entrega, recordou a importância de prolongar as atividades pelo resto do ano: «Não é por acaso que hoje estamos aqui de mãos dadas com a Câmara Municipal do Barreiro, com a Direção-Geral da Educação e com os professores porque, mais importante do que a entrega, é aquilo que fazemos com as bicicletas. É esse o desafio que lançamos, que sejam vocês a dar vida a estes equipamentos, com formas criativas de relacionar a escola com a comunidade e serem todos fisicamente mais ativos».

Na região Norte, em Espinho, a celebração do dia juntou vários agrupamentos escolares na Praça José Oliveira Salvador, em frente à câmara municipal, para um mega-evento no âmbito do Dia Europeu do Desporto na Escola. Na região Centro, no Instituto Politécnico de Leiria, houve uma sessão de tripela (modalidade desportiva). No Alentejo, assinalou-se em Sousel o Dia Mundial do Coração com caminhadas e atividades lúdico-desportivas, envolvendo alunos do 1º ciclo. No Algarve, para além da participação online na Maior Aula de Educação Física do Mundo, decorreu em Portimão uma caminhada pelo coração.

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

VIANA DO CASTELO E FARO

O OITAVO E ÚLTIMO DIA DA SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO (SED 2023) FOI DEDICADO AO DIA EUROPEU DO PROFESSOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

As cerimónias de encerramento decorreram em Viana do Castelo, Cidade Europeia do Desporto 2023, e em Faro.

Na cidade minhota, a cerimónia decorreu na Praça Mexia Galvão, tendo iniciado com o Congresso do CNAPEF – Conselho Nacional de Associação de Profissionais de Educação Física e Desporto, com o secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, no discurso de abertura, seguido da entrega dos prémios anuais de Associado de Mérito. No mesmo local, atuaram dois grupos de dança: Dança & CIA e o Momentum Crew, grupo profissional de dança urbana. No Algarve, no Parque das Figuras, o encerramento da SED 2023 integrou a 20ª edição da Faro Ativo, no palco Desporto em Faro, com estações de experimentação de cerca de 30 modalidades diferentes.

A vogal do Conselho Diretivo (CD) do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), Sílvia Vermelho, esteve presente na cerimónia de encerramento em Faro e, numa espécie de balanço, relembrou a importância do papel da mulher na celebração deste ano da SED 2023.

«No encerramento da 9ª edição da SED 2023 estamos no Algarve, sabendo que por toda a Europa há milhões de crianças, seniores, mulheres que celebram o Desporto para Todos. Uma palavra especial às nossas Embaixadoras, #BEACTIVE, Ana Cabecinha e Ana Dias, que tal como as outras embaixadoras deram uma voz especial às mulheres no Desporto. Ao longo destes dias, que espero que se prolonguem pelo resto do ano, no futuro para sermos mais ambiciosos, fizemos questão de dar destaque à participação feminina no Desporto e é também graças às nossas embaixadoras que mais mulheres podem vir a praticar desporto e, assim, contribuir para uma sociedade

#SEMANAEUROPEIADODESPORTO

FECHAM SED2023

mais ativa, mais saudável. Um agradecimento especial ao município de Faro e ao diretor regional do IPDJ do Algarve, Custódio Moreno, pela mobilização conseguida».

A SED 2023 decorreu desde o dia 23 de setembro, com centenas de atividades registadas, milhares de participantes por todo o território nacional. O IPDJ é a entidade organizadora e promotora do evento, sendo uma iniciativa desenvolvida pela Comissão Europeia, com o objetivo de promover o desporto e a atividade física em toda a Europa, junto de todos os cidadãos.

#PRÉMIOSMÉRITODESPORTIVO

CAMPEÕES REUNIDOS PA
PRÉMIOS DE MÉRITO DES

O IPDJ ORGANIZOU, NO DIA 23 DE OUTUBRO, NO TEATRO THALIA, EM LISBOA, A CERIMÓNIA DE ENTREGA DE PRÉMIOS DE MÉRITO DESPORTIVO, E QUE CONTOU COM A APRESENTAÇÃO DE DIANA CHAVES E MIGUEL COSTA.

Os prémios foram respeitantes à época desportiva de 2022/23 e foram atribuídos a mais de 70 atletas de 20 modalidades, concedidos a praticantes em regime de alto rendimento, com resultados desportivos obtidos, correspondentes aos níveis máximos de rendimento, como classificações de pódio obtidas em Mundiais, Europeus e provas pertencentes ao programa dos Jogos Olímpicos ou dos Jogos Paralímpicos.

O presidente do Conselho Diretivo do IPDJ, Vítor Pataco, referiu no seu discurso de abertura: «Esta é a celebração da excelência, protagonizada nos mais diversos palcos internacionais por atletas, treinadores, árbitros, enquadrados pelos clubes e pelas respetivas federações desportivas, sublinhando o facto de contarmos com a presença dos cinco campeões olímpicos portugueses: Carlos Lopes, Rosa Mota, Fernanda Ribeiro, Nélson Évora e Pedro Pichardo. É um momento ímpar! Nas figuras destes campeões, saúdo igualmente os medalhados olímpicos – e não olímpicos – presentes e, felizmente, são vários. Sublinho a satisfação do IPDJ em organizar esta jornada que premeia o mérito. Temos ainda muito caminho a percorrer, mas é bonito observar a amplitude de modalidades que hoje disputam pódios no plano internacional, nomeadamente na vertente paralímpica, exaltando o trabalho desenvolvido em matéria de inclusão».

Cinco alunos-atletas foram, igualmente, distinguidos/as pelos seus feitos despor-

ARA RECEBER SPORTIVO

tivos nas Unidade de Apoio ao Alto Rendimento na Escola. Estas visam uma articulação eficaz entre agrupamentos de escola, encarregados/as de educação, federações desportivas e municípios, entre outros interessados, tendo por objetivo conciliar, com sucesso, a atividade escolar com a prática desportiva de discentes do ensino básico e secundário, enquadrados no regime de alto rendimento, seleções nacionais ou de elevado potencial desportivo.

No âmbito da iniciativa do Selo Estudante-Atleta, iniciativa do IPDJ lançada em 2022, foram ainda entregues distinções a oito instituições do ensino superior, por fomentarem a melhor articulação das carreiras duplas dos/as estudantes-atleta.

O montante global dos prémios atribuídos ascendeu aos 1,19 milhões de euros, o maior de sempre, face aos 700 mil euros atribuídos em 2021/22.

No discurso de encerramento, a ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares, Ana Catarina Mendes, com a tutela do Desporto, sublinhou: «Estamos a homenagear todos aqueles que nos enchem de orgulho e que todos os dias nos dão muito de si para trazerem as alegrias da vitória aos portugueses. Sem os treinadores, os clubes, dos maiores aos mais pequenos, sem as federações sem a força de cada um dos atletas, não era possível esta celebração. O Governo e o IPDJ deram corpo a este evento precisamente para agradecer, a todos os que são um exemplo para as novas gerações, pelo esforço, empenho e dedicação. Honra-me que as novas gerações hoje tenham mais oportunidades e melhores condições para praticar desporto».

LISTA COMPLETA DE VENCEDORES AQUI

PRÉMIOS MÉRITO DESPORTIVO 2023

#SOCIEDADESDESPORTIVAS

O NOVO REGIME JURÍDICO DAS SOCIEDADES DESPORTIVAS

O primeiro grande eixo respeita à promoção da igualdade entre mulheres e homens e da não discriminação em função do género, estando este objetivo plasmado na criação de um regime de paridade de sexo que assegure, nos órgãos de administração e de fiscalização das sociedades desportivas, a representação mínima de pessoas de cada sexo, através da criação de quotas de género.

Assim, as sociedades desportivas têm de garantir, a partir da primeira assembleia geral eletiva após 1 de janeiro de 2025, um limiar mínimo de 33,3% (e de 20% até essa data, a partir da primeira assembleia geral eletiva após a entrada em vigor da nova lei), de representação de pessoas de cada sexo em relação à totalidade dos administradores (executivos e não executivos), que integrem os órgãos de administração e de fiscalização das sociedades desportivas. Além disso, merece, igualmente, realce, neste primeiro grande eixo, a previsão pela qual se passa a permitir que um clube desportivo possa constituir ou ser titular de capital social de mais do que uma sociedade desportiva para a mesma modalidade, caso estas se diferenciem por género.

Já o segundo grande eixo materializa-se na procura de um ponto de equilíbrio ou de reequilíbrio de direitos na relação entre os clubes desportivos fundadores e as respetivas sociedades desportivas.

Por isso, este segundo objetivo está bem visível, nomeadamente: na admissibilidade de um novo tipo societário (a sociedade por quotas); na previsão de que a violação, de forma continuada, dos acordos parassociais constitui contraordenação grave e determina a aplicação de sanções de natureza desportiva; na salvaguarda de que o palmarés desportivo e os troféus conquistados pela sociedade desportiva devem ser reconhecidos e atribuídos ao clube despor-

#SOCIEDADESDESPORTIVAS

NO PASSADO DIA 4 DE SETEMBRO, ENTROU EM VIGOR A LEI N.º 39/2023, DE 4 DE AGOSTO, QUE ESTABELECE O NOVO REGIME JURÍDICO DAS SOCIEDADES DESPORTIVAS. NA NOVA LEI, EM RELAÇÃO AO ANTERIOR REGIME JURÍDICO ESTABELECIDO PELO DECRETO-LEI N.º 10/2013, DE 25 DE JANEIRO, AGORA REVOGADO, EXISTEM ALTERAÇÕES E/OU NOVIDADES AO NÍVEL DE TRÊS GRANDES EIXOS, SENDO ESTES OS SEUS OBJETIVOS PRINCIPAIS.

tivo fundador, em caso de dissolução, insolvência ou extinção daquela; na proibição de as sociedades desportivas com diferentes clubes desportivos fundadores se poderem fundir entre si, com exceção do caso em que haja fusão dos respetivos clubes; e na possibilidade de o clube desportivo poder, mesmo que se verifique uma situação tributária e contributiva não regularizada por parte da sociedade desportiva de que seja sócio, obter apoios, por parte do Estado, desde que estes respeitem a outras modalidades desportivas.

Por fim, o terceiro grande eixo diz respeito à salvaguarda da verdade desportiva, da integridade das competições desportivas, da transparência desportiva e da boa administração das sociedades desportivas e do controlo das respetivas contas.

Este objetivo está patente, por um lado, relativamente às sociedades desportivas, seus administradores e investidores, na criação de um regime de garantia de idoneidade, no reforço das incompatibilidades e no aumento da transparência, dos deveres de informação e da publicidade das sociedades desportivas; e, por outro lado, com a previsão de uma maior fiscalização, a criação de canais específicos de denúncia de infrações e a criação de um regime contraordenacional específico para o incumprimento das obrigações e deveres que a nova lei passa a consagrar e a imputar às sociedades desportivas, que até à data era inexistente.

A este respeito, naquilo que é uma das suas grandes novidades, a Lei n.º 39/2023, de 4 de agosto, institui, como entidade fiscalizadora das sociedades desportivas, o Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P., e atribui-lhe, simultaneamente, a competência para o processamento das contraordenações e aplicação das coimas, sanções acessórias e medidas de natureza cautelar previstas na nova lei.

#GUARDIÕESCRIANÇASJOVENS

PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS NO DESPORTO INTEGROU **A SEMANA DA INTEGRIDADE NO DESPORTO**

INSERIDO NA *SPORT INTEGRITY WEEK*, ORGANIZADA PELA SIGA – SPORT INTEGRITY GLOBAL ALLIANCE, O IPDJ, COMO PARCEIRO DO EVENTO, FOI CONVIDADO A REALIZAR UMA MESA-REDONDA SUBORDINADA AO TEMA DA PROTEÇÃO DE CRIANÇAS E JOVENS NO DESPORTO.

Raquel Albino, elemento do departamento do Desporto Federado do IPDJ, foi a moderadora do debate, que juntou na **mesma emissão online** três entidades que já vêm a colaborar com o IPDJ na temática dos Guardiões de Crianças e Jovens no Desporto, a saber: Francisca Araújo, Coordenadora da Responsabilidade Social da Federação Portuguesa de Futebol (FPF); Isabel Falcão, antiga Diretora Técnica Nacional e atual responsável pelo Secretariado da Federação de Ginástica de Portugal (FGP); e Carla Ferreira, gestora técnica da rede CARE e assessora técnica da direção da APAV – Associação Portuguesa de Apoio à Vítima.

Os primeiros estudos relacionados com o abuso a atletas de treinadores e violência no desporto surgem na década de 1990, com o mediatismo de alguns casos no Reino Unido e Canadá. Estes casos colocaram o assunto como prioridade na agenda política, sobretudo o abuso a jovens atletas. Por essa altura, também a Carta Europeia de Desporto para Todos é revista em 1992, na sequência destes casos, integrando uma referência específica à responsabilidade de proteger as mulheres e os jovens atletas do abuso e violência sexual.

O compromisso do IPDJ, no seguimento das recomendações do Conselho da Europa e da Comissão Europeia, tem sido precisamente o de proteger os jovens e crianças no Desporto. Em 2018, foi lançado a campanha Start to Talk, dirigido a todos os adultos que lidam com jovens atletas. Esta abertura de caminho fez com que Portugal fosse incluído no restrito lote de países que, pela primeira vez, levou por diante o projeto Proteção de Crianças e Jovens no Desporto (Child Safeguard in Sports, no original), juntamente com a Áustria, Bélgica, Noruega, Israel e Croácia. Um projeto que arrancou em março de 2020 e terminou em junho de 2022. Portugal foi o primeiro país a apresentar o Roteiro para a Proteção de Crianças e Jovens no Desporto, em fevereiro de 2022.

"Felicito, desde já, o IPDJ por este projeto diferenciador do ponto de vista europeu. Há muitos países da Europa nos quais ainda não se está na fase em que estamos em Portugal. Este é um tema muito importante para a FPF, sendo uma das 11 áreas prioritárias do nosso plano estratégico para a responsabilidade social. Temos trabalhado há vários anos em grupos no seio da UEFA, começando por implementar algumas medidas nos processos de certificação às entidades certificadoras, nomeadamente o pedido de registo criminal às pessoas com responsabilidade no futebol de formação. É muito importante não fazer tabu e despertar para este tema e mudar trajetórias. Estamos também a atualizar o nosso Código de Ética e Procedimentos com este tema."

Francisca Araújo
FPF

"É um gosto e um enorme interesse para a Ginástica em Portugal participar no trabalho deste tema. Somos uma federação que trabalha com crianças muito jovens, idades muito precoces, e sentimos cada vez mais a necessidade de os agentes desportivos envolvidos, tenham formação e estejam alerta para constrangimentos que possam surgir da sua ação. Já há muitos anos que temos um módulo de ética para os treinadores, desde o grau 1, módulo que está a ser revisto para se tornar mais atual. Durante o último ano também conseguimos rever o Código de Ética da Federação e elaborámos um novo manual para a ética e transparência. Criámos também um canal online de denúncia e conseguimos prosseguir a política e os procedimentos de Proteção."

Isabel Falcão
FGP

"A visão da APAV é precisamente trabalhar para que em Portugal o estatuto de vítima de crime seja plenamente reconhecido, valorizado e efetivo. Integrámos o Comité Diretor, com o IPDJ, do projeto Child Safeguarding in Sport, produzimos o Manual de Proteção de Crianças e Jovens no Desporto para o IPDJ e fazemos parte da formação de elementos das federações desportivas para a figura do Guardião. Na produção do Manual, uma das grandes questões que se nos levantou foi a de que o contexto desportivo ser, muitas vezes, apenas o de revelação de violência que acontece fora desse mesmo contexto. Daí considerarmos que era mais prudente criarmos um Manual que fosse mais amplo, para proporcionar mais ferramentas aos profissionais para uma detenção mais fácil do episódio."

Carla Ferreira
APAV

#INTERNETSEGURA

I ENCONTRO NACIONAL DE JOV «NAVEG@S EM SEGURANÇA?»

TRÊS DIAS PARA INCENTIVAR A TROCA DE EXPERIÊNCIAS, DESENVOLVER COMPETÊNCIAS DIGITAIS E INCENTIVAR O TRABALHO EM REDE.

O I Encontro Nacional de Jovens Voluntários «Naveg@s em segurança?» decorreu de 13 a 15 de outubro, na Pousada da Juventude de Almada.

Uma iniciativa promovida pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, no âmbito do programa de Voluntariado «Naveg@s em Segurança?"», enquadrada no Centro Internet Segura Portugal, e no contexto do Mês Europeu da Cibersegurança #CyberSecMonth, que aconteceu ao longo deste mês de outubro.

Este programa de voluntariado juvenil visa promover a utilização responsável e segura da Internet e a cidadania digital, através de sessões informativas e ações de sensibilização dirigidas a crianças, jovens, pais/educadores e cidadãos em geral. Estas são liderados por jovens voluntários/as.

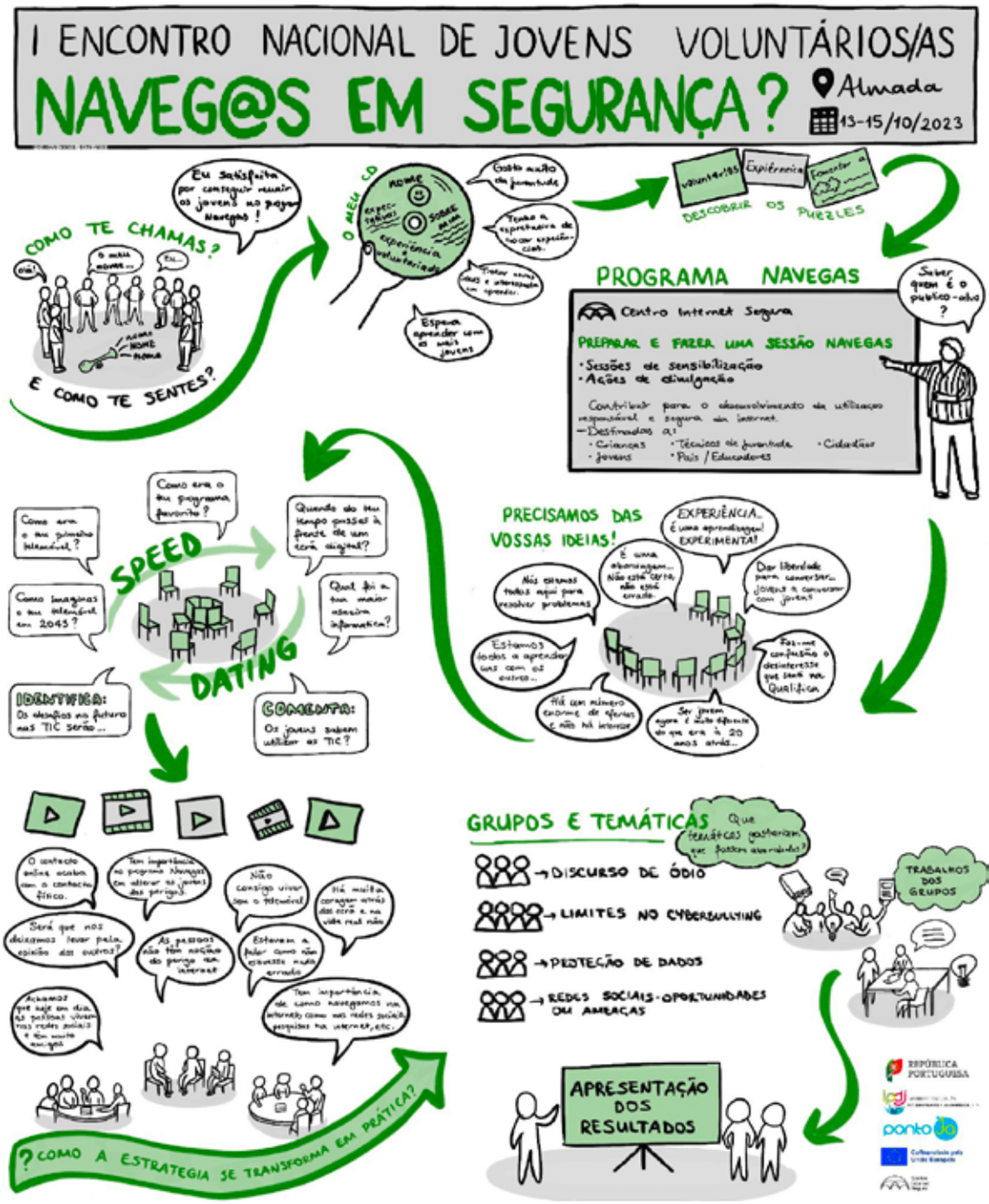
Este encontro nacional reuniu 20 voluntários/as de todo o país, que colaboram com o IPDJ: jovens voluntários ativos no programa, outros que já colaboraram neste programa e que, entretanto, terminaram a sua participação e aqueles que vão agora iniciar a colaboração.

Objetivos principais do Encontro:

- Potenciar a troca de experiências;
- Desenvolver competências digitais, abordando novas ferramentas e desafios digitais e como promover a utilização responsável dessas ferramentas;
- Promover a colaboração em rede entre voluntários do IPDJ e animadores juvenis.

Destacamos alguns conteúdos do programa, tais como:

- Os jovens e as TIC: tendências juvenis



VENS VOLUNTÁRIOS/AS

na utilização de diferentes recursos eletrónicos e plataformas digitais;

• Novas abordagens para animação de conteúdos relacionados com o Programa «Naveg@s em Segurança?».

A parte formativa foi assegurada pelo IPDJ e pela associação juvenil RATO - Associação para a Divulgação Cultural e Científica.

Os jovens participantes avaliaram muito positivamente os diferentes momentos da formação, sugerindo que iniciativas futuras durem mais e tenham mais tempo para partilha e trabalho em grupo.

Alguns depoimentos de jovens voluntários durante o evento, nas redes sociais:

Maria Pereira e Ana Rita Vieira

Margarida Queirós

João Brás

Carolina Barradas

#RDGD

VALÊNCIA CENTROU ATENÇÕES E COMBATE AO DISCURSO DE ÓI

Decorreu nos dias 21 e 22 de setembro de 2023, em Valência (Espanha), a reunião Informal de Diretores-Gerais de Desporto da União Europeia, sob a organização da Presidência Espanhola do Conselho da UE. A delegação nacional foi constituída pelo Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude, Vítor Pataco, e pela Diretora do Departamento de Desporto, Susana Rodrigues.

Os Diretores-Gerais debateram a igualdade de género no desporto, o combate ao discurso de ódio no desporto, e assistiram ainda à apresentação da conferência sobre ambientes seguros no desporto e a uma preleção sobre a coorganização de grandes eventos desportivos.

Sobre a igualdade de género no desporto, para além do enquadramento sobre os desenvolvimentos nessa matéria na União Europeia, os Diretores-Gerais destacaram os trabalhos e iniciativas em cada Estado, apontando as ações futuras necessárias.

O Presidente do IPDJ, Vítor Pataco, congratulou Espanha pelo foco na igualdade de género no desporto e salientou que essa é uma prioridade para o Governo Português. Tendo tomado nota das recomendações e conclusões do grupo de trabalho nacional sobre o tema, destacou algumas cuja implementação está já em curso, como o "Prémio Desporto + Igual", as medidas de paridade no novo regime jurídico das sociedades desportivas e a futura campanha nacional "Tu Podes Ser a Presidente do Teu Clube".

O segundo dia foi culminou com a apre-

NA IGUALDADE DE GÉNERO
DIO NO DESPORTO

sentação da candidatura conjunta de Espanha, Portugal e Marrocos à organização do Campeonato do Mundo de Futebol da FIFA 2030, tendo sido efetuada pela contraparte portuguesa, na pessoa de António Laranjo, coordenador da candidatura.

A Reunião de Diretores-Gerais de Desporto ocorre semestralmente, organizada pela respetiva presidência do Conselho da União Europeia. Atualmente Espanha assume a presidência, à qual se seguirá, a partir de julho, Bélgica.

ASSOCIA-TE
PLANO NACIONAL DE INCENTIVO AO ASSOCIATIVISMO ESTUDANTIL
REPÚBLICA PORTUGUESA
JUVENTUDE E DESPORTO
INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.
ESTÁ NAS TUAS MÃOS!
CRIA A TUA ASSOCIAÇÃO DE ESTUDANTES!
PNIAE
Secretaria-Geral da Educação e Ciência
DGEstE
Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares
CNJ
CONSELHO NACIONAL DE JUVENTUDE
fnaj

#CAMPANHA

PARA FOMENTAR A IGUALDADE DE GÉNERO NA LIDERANÇA NO DESPORTO

O IPDJ lançou, no dia 25 de outubro, a campanha «Tu Também Podes Ser Presidente do Teu clube» de promoção e incentivo a uma maior participação das mulheres na área da liderança no desporto, tornando o meio mais equitativo em termos de género.

Esta campanha foi concebida para ser direcionada às raparigas, alunas do ensino secundário, valorizando a liderança e o dirigismo desportivo no feminino, sob o mote «Tu também podes ser a presidente do teu clube. Entra em campo».

Desta forma, o IPDJ pretende demonstrar ao segmento de jovens raparigas do ensino secundário que ser mulher e ser presidente de um clube é possível, bem como contribuir para acabar com os estereótipos que mantêm as mulheres fora de jogo, em matérias de liderança no desporto.

O cartaz e os materiais digitais da campanha foram enviados a todas as escolas com ensino secundário do país.

Esta iniciativa está de acordo com as recomendações do Grupo de Trabalho Para a Igualdade de Género no Desporto, que no seu relatório final referiu esta como uma das áreas prioritárias de intervenção, apontando para a criação de oportunidades de desenvolvimento de competências na área da gestão e liderança desportiva.

A cerimónia de lançamento decorreu na Escola Secundária Augusto Cabrita, no Barreiro, e contou com as presenças da Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares, Ana Catarina Mendes, do Ministro da Educação, João Costa, e do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia.

A campanha foi produzida em parceria com a Direção-Geral de Educação, a Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares, a Direção Regional do Desporto dos Açores, a Direção Regional de Educação e Administração Educativa dos Açores e a Direção Regional do Desporto da Madeira.

ASSISTA AO VÍDEO AQUI

#MOSTRANACIONALDEJOVENSCRIADORES

VILA DO CONDE FOI A CAPITAL

MOSTRA NACIONAL JOVENS CRIADORES

A 26ª EDIÇÃO DA MOSTRA NACIONAL DE JOVENS (MNJC) CRIADORES VOLTOU A REUNIR JOVENS ARTISTAS, RESIDENTES EM PORTUGAL, COM IDADES ATÉ AOS 30 ANOS, NO CONCURSO QUE PREMEIA AS MELHORAS OBRAS EM 15 DIFERENTES ÁREAS ARTÍSTICAS.

Este ano, a capital da MNJC foi Vila Conde que, durante três dias (de 27 a 29 de outubro) celebrou o evento com concertos, cinema, exposições, dança, stand-up, gastronomia, entre outras manifestações culturais, com uma cerimónia final para a entrega dos prémios aos vencedores. Todos os vencedores receberam 1 000 euros, uma entrevista individual na revista Gerador – parceiro do IPDJ na organização do evento –, bem como 50% de desconto em todos os cursos e workshops da Academia Gerador durante um ano, a um ano de Cartão Jovem, a ações de visibilidade e a um programa de capacitação e de experiências profissionais.

A cerimónia de encerramento e de entrega de prémios, que decorreu na Biblioteca de Vila do Conde, contou com a presença do secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, do vogal do Conselho Diretivo do IPDJ, Carlos Manuel Pereira, e do presidente da Câmara Municipal de Vila do Conde, Vítor Costa.

Conheça os vencedores de cada categoria, o nome das respetivas obras e um pequeno resumo de cada uma delas.

Arte Digital:
Autor: Ruben Esteves
Obra: Blooming light

O tema gira em torno de algo que floresce. Uma rapariga, Bloom, tem uma vida cheia de mistérios. Criada por seres

misteriosos numa floresta desconhecida, que, após uma catástrofe, herda uma magia que altera a cor do seu cabelo para azul. Borboletas brilham ao seu redor. As folhas e flores irradiam de luz. Será que os humanos veem a sua cor de cabelo normal, ou apenas os escolhidos são capazes?

Arte Têxtil:
Autora: Clarisse Silva
Obra: Abrigo temporário
Estamos destinados a seguir uma linha temporal pré-estabelecida, no entanto, surge uma nova noção de tempo, na qual os conceitos temporais são constantemente construídos e desconstruídos de raiz. E é através desta evocação ao passado, e introspeção de determinadas memórias, que surge a obra «Abrigo Temporário». Esta pretende representar o que está ausente para que fique presente, remetendo-nos a espaços que já habitámos, em que corpo e mente se unem, e à efemeridade da vida e a certeza da morte.

Cinema
Autores: Afonso Rapazote Flores Simões Saraiva e Bernardo Rapazote Flores Simões Saraiva
Obra: A Febre de Maria João
Meio do século XIX. Um ex-soldado liberal, tornado bandido errante na sequência da paz, regressa à terra que o viu crescer em busca de um teto e da moça que lá deixara. Ao bater à sua porta, apenas encontra abrigo junto do homem com quem ela casou, e a filha que este criou. Este último homem, assim como as suas terras, está debilitado e depende da ajuda da sua única filha que, na flor da idade, mostra interesse em conhecer um mundo além do espaço rural a que foi apresentada.

Cruzamento Disciplinar
Autores: Inês Carneiro (n!cho), Sara Neves (n!cho), Carolina Viana (redoma), Joana Rodrigues (redoma), Mariana Vasconcelos
Obra: gesto
O ciclo que se repete. A derradeira conexão. O derradeiro diálogo. Sobre forças e a procura do seu equilíbrio. Gesto

#MOSTRANACIONALDEJOVENSCRIADORES

inter-respira a vontade de sobreviver entre dois corpos, traduzida pela visão de cinco Mulheres.

Dança
Autores: Miguel Ramos Santos e Beatriz Marques Aparício Mira da Silva
Obra: Atopos
Fizeram-me na imagem que criaram para mim, para ela elaborei uma ficção. Impus no outro o peso do óculo, forjei um corpo que não lhe pertence, mas uma voz ecoou nessa fronteira pedindo que o deixasse inundar-se de si próprio. Qualquer atributo foi falso, doloroso, desastrado, incómodo. Tocámos a pele para que sussurrasse respostas. Qual é a voz do teu corpo? Sobre o encantamento pelo outro, a angústia de perder algo que nunca possuímos e o que faz de nós alguma coisa.

Escultura
Autora: Bárbara Rosário
Obra: Flexão
Flexão sobre o corpo de prova- Um corpo conceptualizado que é testado na sua resistência e deformação ao sofrer a investida de um agente externo/máquina. Um ciclo de sobrevivência que reflete sobre o espaço de fragilidade e falha do corpo que procura alternativa e superação. Essa procura acaba por resultar em representações de uma alternativa futura, mas também em representações das provações que o presente constitui – conduzindo a uma contemplação do esforço, resistência e superação.

Fotografia
Autora: Inês Lopes
Obra: Imersão
A composição fotográfica «Imersão» conta a história de uma adolescente consumida num vício. Retratando a droga, o desespero e a deterioração do mundo de hoje. A sua apresentação visual menos contrastada, tem como intuito salientar a luta da inocência e fragilidade da juventude, com a decadência e a tentação. "Imersão" um projeto analógico em dupla exposição, com a intenção de representar o efeito visual de substâncias alucinógenas e retratar diferentes fases da vida de alguém imergido num vício.

Gastronomia
Autor: Rui Mota
Obra: Ilusão da Gastronomia Molecular
A proposta apresenta um menu de três pratos composto por cinco receitas diferenciadas, iniciando pelas Pedras Comestíveis com paté de fígado de galinha, maionese em grão e broa salsada, como entrada. Seguem-se noodles instantâneos de ervilhas com hortelã, e, como sobremesa, um ovo estrelado falso com casca de ovo na frigideira. O objetivo desta proposta é explorar, manipular e confecionar alimentos de forma criativa. Compor, comunicar e interpretar a linguagem dos alimentos, criando fatores de degustação.

Humor
Autor: Diogo Monteiro
Obra: Perder a Linha
«Perder a Linha» é uma obra composta por um vídeo de humor onde Diogo expressa alguns dos seus pensamentos e experiências sobre temas banais do quotidiano. O seu objetivo com esta obra foi mostrar que não é preciso ter ideias muito fora da caixa ou fazer algo muito complexo, para fazer rir. Por vezes basta uma poltrona e uma pessoa a falar para uma câmara.

Ilustração
Autora: Daniela Mata
Obra: GLACIALIS
«Glacialis» é um álbum ilustrado para miúdos e graúdos com o intuito de relembrar de que qualquer ação que tomemos, não

interessa o quão pequena, terá sempre um impacto. As alterações climáticas são um tema atual e são muitas as voltas dadas para tentar encontrar uma solução. Por vezes a mudança é mais simples do que aparenta - e começa em nós.

Literatura
Autor: M.L. Vieira
Obra: 2518
2518 vive numa fábrica. A rapariga foi feita para trabalhar e nada mais. Um dia acorda com sonhos, visões de uma liberdade sobrenatural. Quando tenta racionalizar os seus sonhos, 2518 questiona 2517, a sua companheira de beliche. A sonhadora deseja saber se está realmente sozinha. Este foi o seu primeiro erro. Quando a administração começa a investigar a existência de um clone danificado, é uma corrida contra o relógio para escapar da fábrica.

Moda
Autores: Martim Contone, Francisca Santos e Mafalda Simões
Obra: Entulho
Uma coleção de peças de vestuário, enraizada no património cultural dos membros do grupo e assente na valorização e preservação dos recursos e meios locais. Inspira-se nas regiões de Cascais, Aveiro e Coimbra, através da utilização de materiais não convencionais, adquiridos em feiras e mercados de velharias. Assim, não só recorremos à tradição pessoal, mas também tentamos manter uma linguagem contemporânea e sustentável.

Música
Autora: Ana Roque Antunes
Obra: De Onde Venho
De Onde Venho é uma obra orquestral sobre a atual crise de refugiados. Foi gravada e interpretada pela Orquestra Clássica do Centro, com direção de Sérgio Alapont e masterização de Hugo Romano Guimarães @ N Studio Lisbon. O videoclip foi editado pela autora e utiliza imagens reais.
A obra é ainda acompanhada de um breve poema original, ilustrativo da narrativa musical:
do tumulto
da chuva
da dúvida
da fuga
para onde?

Pintura
Autora: Juliana Julieta
Obra: Puppy Love
Nesta pintura a óleo, três figuras - dois humanos e o seu fiel companheiro canino - reúnem-se num ambiente caloroso e convidativo, numa cena que explora diversos parentescos, cuidados e comunidade (queer), ecoando perspectivas de bell hooks e Donna Haraway em «The Companion Species Manifesto». Desafiam-se noções convencionais de amor romântico e monogâmico, bem como as estruturas familiares tradicionais, para apresentar uma visão diferente do amor, da família, dos laços e da vida doméstica.

Teatro
Autora: Leonor Wiborg
Obra: O Templo de Enrolar Um Cigarro
O Templo de Enrolar Um Cigarro surge como uma viagem catártica ao íntimo, explorando o emaranhar entre a relação com o ser individual e a relação com o outro; o confronto com a rejeição e a consciência dos outros como seres inteiros – mais do que a sua parte que se relaciona connosco. Depositar todo o nosso Eu no outro impede-nos de estar inteiramente e, quando nos tiram o tapete, sentimos que toda a nossa história passa tão rapidamente que cabe no tempo de enrolar um cigarro.

#CLUBETOP

2ª EDIÇÃO DA MEDIDA MÉRI PRÁTICAS DE GESTÃO DE CI

A MEDIDA MÉRITO DO PROGRAMA CLUBE TOP TEVE COMO OBJETIVO PREMIAR E DIVULGAR AS BOAS PRÁTICAS NA GESTÃO DE CLUBES DESPORTIVOS. NESTA 2ª EDIÇÃO, LANÇADA EM ESTREITA ARTICULAÇÃO COM AS DIREÇÕES REGIONAIS DO IPDJ E COM AS DIREÇÕES REGIONAIS DO DESPORTO DOS AÇORES E DA MADEIRA, 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 83 as candidaturas de submetidas à Medida Mérito, num total de 66 clubes desportivos das diferentes regiões do País, reforçando a importância crescente da Medida junto do tecido associativo de base.

A Medida Mérito iniciou com as sessões públicas das fases regionais, que elegeram um clube vencedor de cada uma das cinco regiões do Continente e das regiões autónomas dos Açores e da Madeira.

No dia 28 de outubro, no auditório do Centro de Juventude de Lisboa, cada vencedor regional defendeu publicamente a sua boa prática de gestão perante um Júri constituído pelas seguintes individualidades: Cristina Almeida (Comité Olímpico de Portugal); Frederico Santos (IPDJ/CLUBE TOP); João Bernardino (Confederação Portuguesa das Coletividades de Cultura, Recreio e Desporto); Susana Feitor (Fundação do Desporto)

Muito parabéns ao Clube A4 que foi o grande vencedor da edição deste ano da Medida Mérito do Programa CLUBE TOP.

TO PREMEIA BOAS LUBES DESPORTIVOS

Participantes da Fase Final Nacional

Clube A4 - Vencedor da Fase Final Nacional dos Prémios CLUBE TOP

Mais informações:
clubetop@ipdj.pt
+351 21 054 19 90

#Junte-se ao Clube Top!

AGENDA DE FORMAÇÃO CLUBE TOP

Conheça aqui a lista de sessões de formação CLUBE TOP, perto de si.

A CLASSIFICAÇÃO FINAL FOI A SEGUINTE:

1.º lugar
Região Norte
Total Gym - Clube A4

2.º lugar
Região Algarve
Jogos de Quelfes - Associação de Jogos de Quelfes Portugal

3.º lugar
Região Centro
Educar de Dentro para Fora - Académico de Viseu Futebol Clube

OS RESTANTES FINALISTAS PREMIADOS FORAM:

Região Lisboa e Vale do Tejo
Diário de Bordo – Clube Naval de Lisboa

Região Alentejo
Plataforma de Gestão da Informação (Dossier de Atletas e Treinador) - Associação de Taekwondo de Vendas Novas

Região Autónoma dos Açores
Realização de Dia de Experimentação das Atividades do Clube Aberto à Comunidade - Grupo Desportivo do Centro Social do Juncal

Região Autónoma da Madeira
Reunião Regular da Equipa – Iate Clube de Santa Cruz

Muitos parabéns a todos os participantes na edição deste ano da Medida Mérito.
Já estamos a trabalhar para que a próxima edição tenha ainda mais sucesso.

#PNED

FINANCIAMENTO ÀS FEDERAÇÕES DESPORTIVAS COM CONSIGNAÇÃO DE ÉTICA NO DESPORTO

Considerando a importância que as Federações Desportivas têm no desenvolvimento do desporto e por conseguinte, na transmissão e vivência dos valores éticos, o IPDJ/PNED entendeu criar, no quadro do programa de financiamento Atividades Regulares - Projeto 1.2., uma consignação específica para a Ética no Desporto, através da criação de um subprograma dedicado à Ética no Desporto, cujo enquadramento abaixo se transcreve.

Enquadramento legal

Artigo 3.º da Lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro - Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto

Em defesa da transparência e da integridade nas competições desportivas (terceira alteração ao Decreto-Lei n.º 248-B/2008, de 31 de dezembro, e segunda alteração aos Decretos-Leis nº's 273/2009, de 1 de outubro, 10/2013, de 25 de janeiro, DL nº 66/2015, de 29 de abril, e DL nº 67/2015, de 29 de abril) foi criado o Decreto-Lei nº 101/2017, de 28 de agosto - Regime Jurídico das Federações Desportivas. Com a criação deste novo DL, qual passa a ser obrigatória a aprovação e execução por parte das federações desportivas de programas de prevenção, formação e educação relativos à defesa da integridade das competições, e à luta contra a dopagem, a corrupção e a viciação de resultados, e ao combate à violência, ao racismo, à xenofobia e à intolerância nos espetáculos desportivos. Estes programas podem ser financiados através do projeto de Ética no Desporto, promovido no âmbito do programa de Atividades Regulares.

As Federações Desportivas têm à sua disposição a possibilidade de obtenção de financiamento para os programas supramencionados, através de uma consignação específica no âmbito do Programa de Financiamento Atividades Regulares, enquadrada no Plano Nacional de Ética no Desporto (PNED), cujo valor é fixado anualmente.

As candidaturas estão abertas a todas as federações desportivas e a consignação específica considera duas linhas de apoio independentes:

a) Ações de formação e sensibilização

Ações de formação ou sensibilização (seminários, workshops,

palestras, etc.) sobre ética no desporto dirigidas a dirigentes, treinadores/técnicos, árbitros e juízes, praticantes de qualquer escalão etário e outros agentes desportivos;

b) Projetos inovadores de desenvolvimento

Preferencialmente, projetos dirigidos a crianças e jovens, com vincada componente educativa para os valores éticos no âmbito da respetiva modalidade (prática desportiva, concursos temáticos, projetos didáticos, etc.).

O valor da consignação específica para a Ética no Desporto tem tido, desde 2018, o limite máximo de apoio de 4.000,00 € (quatro mil euros) e valores relativos mínimos entre os 200 e os 500€ por federação. Estes apoios destinam-se à realização de ações de formação/sensibilização e /ou para projetos diferenciadores e que sejam inovadores neste Projeto.

O valor médio de apoio ao Projeto consignado da Ética no Desporto, mesmo tendo em consideração os anos de impacto pandémico com efeitos no Desporto em geral, não teve efeitos negativos no financiamento, conforme se ilustra abaixo, no quadro e nos gráficos ilustrados:

Ano	Nº de Federações	Total Fin/ ano (€)	Valor min	Valor max	Valor apoio médio /ano (€)
2016	17	40 876	1500	5000	2404
2017	19	65 049	1500	5000	3423
2018	23	60 370	500	4000	2625
2019	46	120 295	200	4000	2615
2020	43	115 675	900	4000	2690
2021	42	120 660	500	4000	2872
2022	43	111 880	390	4000	2602
2023	45	118 875	345	4000	2641
					Média apoio 2734

Quadro 1 – *Valores do total de federações apoiadas, valor total de apoio por ano, valores relativos mínimos, máximos e de apoio médio/ano.*

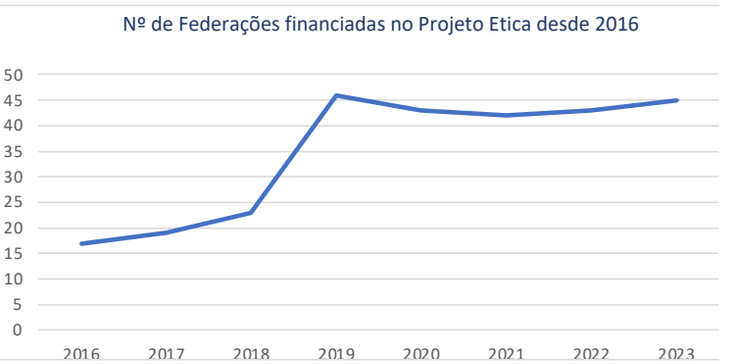


Gráfico 1 - *Linha evolutiva do nº de federações apoiadas desde 2016*

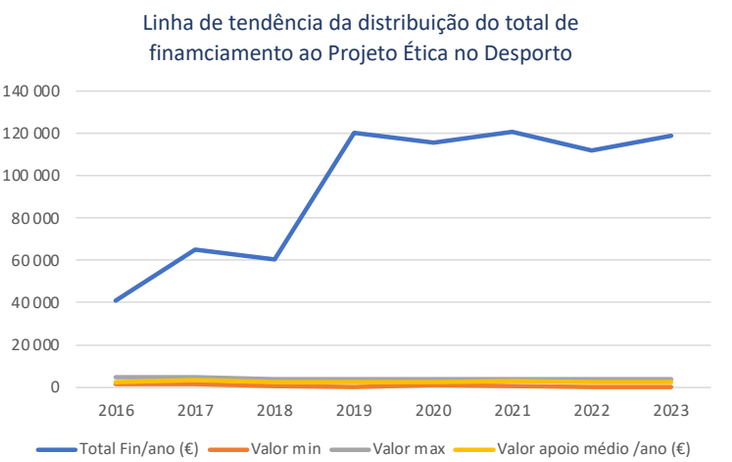


Gráfico 2 - *Linha evolutiva do total de financiamento por ano desde 2016 e valores mínimos, médios e máximos de comparticipação.*

#PROGRAMAESCOLHAS

O QUE É O PROGRAMA ESCOLHAS?

O PROGRAMA ESCOLHAS (PE) É UM PROGRAMA GOVERNAMENTAL, DE ÂMBITO NACIONAL, QUE TEVE O SEU COMEÇO EM 2001 E INICIOU EM OUTUBRO PASSADO A SUA 9ª GERAÇÃO, COM UM PERÍODO DE DURAÇÃO DE 3 ANOS.

É um Programa destinado a todas as crianças e jovens, em particular, aos provenientes de contextos de maior vulnerabilidade socioeconómica, estando inscritos na sua Missão a promoção, a inclusão e integração social, a igualdade de oportunidades na educação e no emprego, o desenvolvimento de competências, o pensamento crítico e criativo, o combate à discriminação social, a participação cívica e a valorização do poder educativo do desporto, das artes, da cultura.

O grupo-alvo prioritário do PE são crianças e jovens com idades compreendidas entre os 6 e os 25 anos, provenientes de contextos vulneráveis, que se encontrem numa ou mais das seguintes situações:

a) Em absentismo escolar;
b) Com insucesso escolar;
c) Em abandono escolar precoce;
d) Em desocupação (incluindo jovens NEET);
e) Em situação de desemprego e trabalho precário;
f) Com comportamentos que afetam a sua saúde, segurança, formação, educação ou desenvolvimento;
g) Sujeitos a medidas tutelares educativas;
h) Detidos em estabelecimentos prisionais;
i) Sujeitos a medidas de promoção e proteção;
j) Que sejam vítimas de quaisquer formas de violência e/ou discriminação;
k) Oriundos de famílias socioeconomicamente vulneráveis.

A execução deste Programa assenta numa ação/intervenção de base local, através do financiamento de projetos concebidos a partir do diagnóstico de necessidades em territórios mais vulneráveis e que são posteriormente executados e avaliados por consórcios locais compostos por múltiplas entidades.

A CONCEÇÃO E EXECUÇÃO DOS PROJETOS, NO ÂMBITO DA 9ª GERAÇÃO DO PE, SUSTENTAM-SE EM PRINCÍPIOS GERAIS DE ENTRE OS QUAIS DESTACAMOS:

a) A Política pública — a necessidade de contribuirem para a implementação de medidas de política pública dirigidas aos/às participantes, em articulação

com as respetivas áreas governativas, em particular igualdade e migrações; juventude e desporto; administração interna; justiça; trabalho, solidariedade e segurança social; educação; saúde; habitação; cultura; ciência, tecnologia e ensino superior e coesão territorial;

b) O Planeamento estratégico — a necessidade de estabelecer um diagnóstico claro e consolidado, de definir objetivos, indicadores e metas, identificando as ações e as atividades, bem como de avaliar o seu impacto nos problemas e nos/as participantes diretos/as e indiretos/as;

c) As Parcerias — o imperativo de promover parcerias com outros projetos e/ou entidades que contribuam para a intervenção proposta no território onde pretendem intervir, reforçando a complementaridade, a partilha e articulação de recursos e a corresponsabilização pelas iniciativas;

c) O Diálogo intercultural — o fomentar da coesão social das comunidades, procurando o diálogo, o conhecimento mútuo e a convivência positiva entre grupos e culturas em presença, possibilitando, em simultâneo, a criação de pontes entre indivíduos e comunidades;

e) A Mediação — o favorecer intervenções de proximidade, recorrendo sempre que necessário ao trabalho de rua e à mediação intercultural, adaptando-se aos contextos e horários dos/as participantes, num processo de mediação social e intercultural;

f) A Igualdade e não discriminação – a promoção da igualdade entre mulheres e homens e o combate à discriminação designadamente em razão do sexo, orientação sexual, identidade e expressão de género, características sexuais, origem racial e étnica, cor, nacionalidade, ascendência, território de origem, idade e deficiência;

g) A Prevenção de comportamentos de risco e combate à violência – a promoção e a prevenção de comportamentos agressivos e o combate a qualquer forma de violência junto dos/as participantes e comunidades;

h) A Inclusão Digital – a promoção e o desenvolvimento de competências digitais, nomeadamente no âmbito da navegação segura e no combate à desinformação, recorrendo às novas tecnologias de informação;

l) A Capacitação – a promoção de processos permanentes de aprendizagem, com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais como forma de responder aos desafios relacionados com os seus percursos de vida;

j) A Democracia cultural – promover a cultura, a arte e o desporto como espaços abertos onde cada cidadão/ã pode participar e ser responsável, tendo presente que o acesso aos meios de produção cultural, artística e desportiva é determinante para empoderar as crianças e jovens e democratizar os processos de decisão.

O Programa Escolhas, por decisão Ministerial, transitou do extinto Alto Comissariado para as Migrações para a tutela do Instituto Português da Juventude e Desporto (IPDJ) . É nossa convicção que o Programa em apreço e, em concreto, os Projetos a ele associados, muito poderão beneficiar desta ligação direta ao IPDJ na medida em que poderão encontrar noutros Programas e noutros Projetos que este Instituto tem em funcionamento um conjunto de oportunidades para concretizarem e darem corpo a alguns dos princípios gerais inscritos na matriz do Programa, mediante um acesso mais fácil e direto a recursos existentes e disponibilizados pelo IPDJ.

A forte ligação que se pretende que os projetos mantenham, com o desporto, as artes e a cultura será, seguramente, beneficiada com a entrada do Programa Escolhas no Instituto Português da Juventude e Desporto.

#CUIDA-TE+

O IMPACTO DO BULLYING NA SAÚDE MENTAL DOS JOVENS

NOS ÚLTIMOS ANOS, TEMOS VINDO A ASSISTIR A UM AUMENTO EXPONENCIAL DO NÚMERO DE CASOS DE BULLYING ENTRE OS ADOLESCENTES E OS JOVENS PORTUGUESES.

De acordo, com a APAV (Associação Portuguesa de Apoio à Vítima) houve um aumento de 181%, no que diz respeito ao número de casos reportados no último biénio, sendo que a maioria dos casos reportados ocorreu em contexto escolar.

Entende-se por bullying qualquer ato ou comportamento agressivo e intencional, que pode acontecer a qualquer pessoa, em qualquer local e a qualquer momento, sendo que nem sempre é fácil de reconhecer. Pode ser realizado por um grupo ou um indivíduo repetidamente e ao longo do tempo contra uma vítima que não se pode defender facilmente, com a intenção de controlá-la, prejudicar ou magoá-la, de forma física ou psicológica. O bullying distingue-se de outros comportamentos pela sua intencionalidade – quando o comportamento é premeditado e tem como intuito provocar mal-estar e ganhar controlo sobre alguém –, repetição – quando o comportamento é repetido ao longo do tempo –, desequilíbrio – sobre quem agride e quem é agredido, quem agride utiliza o seu poder ou força física para magoar alguém que é considerado mais vulnerável. O bullying pode ser, físico, verbal ou sócio-emocional e vai desde a agressão física à difamação. Atualmente, e associado ao avanço das tecnologias e ao crescimento das novas formas de comunicar e de nos relacionarmos com os outros e o mundo, o bullying tem assumido novos contornos, dando origem ao cyberbullying. Sendo este último um fenómeno em ascensão em Portugal e na Europa.

QUE CONSEQUÊNCIAS TERÁ O BULLYING NA SAÚDE MENTAL DOS NOSSOS JOVENS?

De facto, todos os comportamentos de bullying e/ou violência põem em causa o desenvolvimento saudável dos jovens e provocam, por norma, muito sofrimento e mal-estar. Se por um lado é certo que o bullying não faz parte do desenvolvimento normativo de um adolescente ou jovem e por esse mesmo motivo tem consequências nefastas para o seu desenvolvimento. Por outro lado, é evidente que, todos os jovens na sua vida, ao longo desta fase do desenvolvimento, tem alguns desentendimentos "breves" com os seus pares. Sendo estes considerados conflitos normais ao desenvolvimento— e desejáveis, enquanto oportunidades de desenvolvimento da capacidade de resolução de problemas, e resolvem-se em pouco tempo. No entanto, o bullying distingue-se dessas situações pela intencionalidade e continuidade do comportamento no tempo, numa relação caracterizada por uma diferença de poder ou força, tornando-se por isso, uma forma de agressão, que causa um grande sofrimento emocional e dificuldades sociais, podendo impedir o desenvolvimento adequado dos jovens, nomeadamente da sua personalidade e limitar o seu ajustamento psicológico.

Ser vítima de bullying pode ter um impacto significativo na saúde mental e bem-estar dos jovens, nomeadamente ao nível da autoestima, ansiedade de interação social e nos níveis de satisfação com a vida dos jovens. Para além disso, estes jovens podem sentir ou revelar preocupação e medo constantes, agitação, raiva e irritabilidade, tristeza e sentimentos de rejeição, vergonha e humilhação, dificuldades de concentração na escola e de aprendizagem. Podem ainda apresentar desconforto físico e dores, perturbações ao nível do sono e dificuldades de relacionamento com os outros, a curto e a longo prazo (por exemplo, retração social, dificuldade em manter um relacionamento amoroso, baixo sentido de autoeficácia ou auto-confiança, dificuldade em tomar decisões, dificuldades laborais, isolamento). O *bullying* compromete não só as relações interpessoais, como também o desenvolvimento socio-emocional dos jovens, reduzindo a sua perceção de segurança e proteção. O cyberbullying pode ter consequências ainda mais negativas, pelo seu caráter anónimo e pervasivo — pode ocorrer em qualquer lugar e a qualquer hora, com maior audiência, escalando os seus efeitos, sendo menos detetável a terceiros, com uma diminuição das possibilidades de recursos de defesa e segurança por parte das vítimas.

Em suma, o bullying na adolescência, seja ele de que tipo for, pode ter consequências não só a curto prazo, mas também a longo prazo na saúde mental e no bem-estar dos adolescentes, concedendo aos jovens uma maior vulnerabilidade para desenvolverem problemas de Saúde Psicológica (como por exemplo, ansiedade, depressão, perturbação de pânico, ideação suicida, stresse pós-traumático ou consumo de substâncias). Contudo estas consequências não se circunscrevem apenas às "vítimas", mas também aos bullies, às próprias testemunhas e aos espectadores, aos reforçadores e aos defensores, tornando-se por isso, um problema com um impacto mais alargado e de resolução complexa. Tornando-se assim, cada vez mais evidente a necessidade de aumentar o conhecimento sobre esta problemática e de capacitar os jovens e a comunidade para a sua deteção precoce.

A procura de apoio psicológico nesta fase, permite que o adolescente compreenda melhor a situação em que se encontra e a desenvolver a sua resiliência, autoestima, mecanismos de defesa pessoal, estratégias de comunicação, bem como a promover uma maior autoconfiança. O IPDJ e o seu programa de saúde juvenil está ao serviço dos jovens, para que possam melhorar o seu bem-estar e promover uma saúde mental positiva, através do Cuida-te+ e dos seus recursos.

#AGENDA

JUVENTUDE

ATÉ 20 DEZ

PROGRAMAS DE APOIO AO ASSOCIATIVISMO JOVEM

Período anual de candidaturas aos programas de apoio ao associativismo jovem Programa: Formar+, medida 3; PAJ | Programa de Apoio Juvenil; PAE | Programa de Apoio Estudantil; PAI | Programa de Apoio Infraestrutural e PAACJ | Programa de Apoio às Associações de Carácter Juvenil.

Saiba mais e como concorrer aqui.

JUVENTUDE

1 JAN A 29 FEV.

INSCRIÇÕES DE ESCOLAS AO CONCURSO EUROSCOLA

"Promover a paz, os seus valores e o bem-estar dos povos" é o tema deste ano e podem concorrer todas as escolas que também participam no «Parlamento dos Jovens» 2023/2024.

Saiba mais: aqui

JUVENTUDE

1 A 31 DEZ.

CANDIDATURAS DE ENTIDADES AOS CAMPOS DE TRABALHO INTERNACIONAIS

Período de candidaturas de entidades para promoção de campos de trabalho internacionais entre julho e setembro de 2024.

Saiba mais e como concorrer aqui.

PUB

REPÚBLICA PORTUGUESA JUVENTUDE E DESPORTO

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

PORTAL DE DENÚNCIAS

LINHAS DE APOIO E ENCAMINHAMENTO DE SITUAÇÕES DE VIOLÊNCIA CONTRA ATLETAS E OUTROS AGENTES DESPORTIVOS

DENUNCIE.

NÃO PACTUE COM O SILÊNCIO.

ACEDA AQUI:

ipdj.gov.pt/protecao-de-praticantes-desportivos

ipdj.gov.pt facebook.com/IPDJip instagram.com/ipdj_ip twitter.com/IPDJ_IP IPDJ IP

#BREVES

DIRIGENTES DO CONSELHO DA EUROPA VISITAM CENTRO DE JUVENTUDE DE LISBOA

O secretário-geral adjunto do Conselho da Europa, Bjorn Berge, o diretor do Departamento de Juventude do Conselho da Europa, Tobias Flessenkemper, e o representante permanente de Portugal no Conselho da Europa, embaixador Gilberto Jerónimo, visitaram o Centro de Juventude de Lisboa do IPDJ, na tarde do dia 16 de outubro.

Aproveitando a deslocação a Portugal para participar no Fórum Lisboa do Centro Norte-Sul do Conselho da Europa, os responsáveis do Conselho da Europa fizeram a visita acompanhados pela vogal do Conselho Diretivo do IPDJ, Sílvia Vermelho, pelo presidente do Comité Diretor Europeu de Juventude (CDEJ), Jorge Orlando Queirós, pela diretora regional de Lisboa e Vale do Tejo do IPDJ e do Centro de Juventude de Lisboa (CJL), Eduarda Marques, pela coordenadora do CJL, Fernanda Brito, e membros da equipa deste Centro. O CJL, pertencente à rede dos 14 centros europeus de juventude com o selo de qualidade do Conselho da Europa «Quality Label», foi distinguido com este selo em 2015, tendo sido renovado pela terceira vez, por um período de mais cinco anos, até 2027.

25 ANOS DO COMPLEXO DE PISCINAS DO JAMOR

Realizou-se nos dia 3, 4 e 5 de outubro de 2023, uma visita de estudo à Letónia, no âmbito do projeto «Rural Youth Future», cofinanciado pelo Progama Interreg Europe. Vários parceiros deste projeto, incluindo o IPDJ – representado pelo coordenador do projeto, Alcidio Jesus – e vários/as representantes dos grupos de suporte local, onde de destaca a participação da Pro Reitora da UTAD, Carla Amaral, e do Diretor Adjunto do Centro de Emprego e Formação Profissional do Porto, Pedro Silva. Esta deslocação teve como objetivo principal colocar as diversas delegações a trabalharem o conceito de «networking» e partilharem boas práticas para o projeto «Rural Youth Future». Na mesa estiveram os seguintes exemplos: «Go Remote», em projeto piloto cujo objetivo é capacitar para empregos remotos, jovens residentes em meios rurais; «Laukiem But!» (The countryside will be!), de financiamento e capacitação para jovens empresários de zonas rurais; Jurmala Youth Iniciative Centre – Empoderar jovens com iniciativas, trabalho voluntário e oportunidades de emprego; «PROTI and DARI!» (Know and Do), para comprometer jovens NEET com a educação, emprego e mentoria. Foram ainda abordadas temáticas como políticas de juventude que melhorem a empregabilidade dos jovens em áreas rurais; a participação dos jovens na sociedade civil, e o impacto da ciência e da educação; e a inclusão social e desenvolvimento digital e tecnológico.

INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I. P.

A TUA **ESCOLHA** A NOSSA **MISSÃO**

ASSOCIATIVISMO JOVEM
YOUTH ASSOCIATIVISM

CIDADANIA
CITIZENSHIP

CULTURA E CRIATIVIDADE
CULTURE AND CREATIVITY

DESPORTO
SPORT

FORMAÇÃO
TRAINING

MOBILIDADE
MOBILITY

SAÚDE
HEALTH

TEMPOS LIVRES
FREE TIME

VOLUNTARIADO JOVEM
YOUTH VOLUNTEERING

ipdj.gov.pt

facebook.com/IPDJip

instagram.com/ipdj_ip

twitter.com/IPDJ_IP

IPDJ IP