

## A Democracia começa aqui!

Nos dias 26 e 27 de maio de 2025, a Assembleia da República foi palco da Sessão Nacional do Parlamento dos Jovens, no âmbito do Ensino Secundário. Este ano, o tema proposto para debate foi “Novas Tecnologias: Oportunidades e Desafios para os Jovens”, uma escolha que refletiu a crescente presença da tecnologia nas nossas vidas e o seu impacto transversal na sociedade, particularmente entre os mais novos. Numa época em que os avanços tecnológicos ocorrem a um ritmo acelerado, e em que o digital se tornou parte integrante da educação, das relações e até da saúde mental, o debate não podia ser mais atual ou mais necessário.

A Escola Básica e Secundária Fernão do Pó, situada no Bombarral, esteve representada nesta importante sessão por duas alunas do 12.º ano: Matilde Barreiras, do curso de Ciências e Tecnologias, e Joana Garcia, do curso de Línguas e Humanidades. Ambas foram eleitas deputadas na Sessão Distrital de Leiria, realizada no início de abril, após defenderem com determinação uma proposta clara, bem estruturada e centrada em três grandes eixos: inclusão digital, literacia tecnológica e saúde mental no ambiente “online”. A preparação foi longa e cuidada, envolvendo sessões de simulação de debate, leitura crítica de propostas e discussões em grupo com os colegas da escola. O objetivo era simples: construir uma recomendação concreta, realista e com impacto no futuro dos jovens.

Durante os dois dias da Sessão Nacional, as deputadas Matilde Barreiras e Joana Garcia, participaram ativamente nos trabalhos das comissões e do plenário. Em ambiente parlamentar autêntico, onde a formalidade dos processos se combina com o entusiasmo juvenil, foram discutidos os principais pontos das várias propostas apresentadas por escolas de todo o país. Entre os temas mais debatidos estiveram a introdução da programação e da robótica como disciplinas obrigatórias no ensino básico, o combate ao “cyberbullying”, o uso responsável das redes sociais, a manipulação de algoritmos, e a necessidade urgente de garantir o acesso equitativo à internet em todo o território nacional.

A proposta do círculo de Leiria, da qual Matilde e Joana foram porta-vozes, defendia, entre outras medidas, a implementação de programas de literacia digital em todas as escolas, o reforço da formação dos professores em competências digitais, a criação de gabinetes de apoio psicológico especializados em saúde mental digital, e o incentivo à criação de plataformas educativas desenvolvidas por entidades públicas. A visão da proposta era de que a tecnologia deve estar ao serviço das pessoas e não o contrário. Matilde Barreiras, no seu discurso durante a comissão, afirmou que “os jovens precisam de ferramentas para compreender o mundo digital onde vivem — não basta saber usar um telemóvel, é preciso perceber como funcionam os algoritmos que nos mostram informação, como proteger os nossos dados, como pensar criticamente sobre o que consumimos online”. A sua intervenção gerou empatia e foi aplaudida por vários colegas de outras escolas, que se reviam nas preocupações apresentadas.

Joana Garcia centrou-se, por sua vez, na inclusão digital e na igualdade de oportunidades. Sublinhou que “em muitas zonas do país, há ainda estudantes sem acesso estável à internet ou a equipamentos adequados para acompanhar o ensino digital. A exclusão digital não é apenas uma questão tecnológica, é uma questão social e educativa”.

A proposta apresentada pela delegação de Leiria preconizava, por isso, parcerias entre escolas, autarquias e empresas locais para garantir o acesso universal aos meios tecnológicos. Além disso, defendia-se a criação de programas de capacitação digital para famílias, de forma a envolver pais e encarregados de educação no processo de aprendizagem tecnológica dos filhos.

Durante os debates das comissões e do plenário, ficou evidente que os jovens têm plena consciência dos desafios e dos riscos que as novas tecnologias representam. Desde o vício nas redes sociais até à perda de privacidade e à desinformação, os participantes demonstraram uma maturidade invulgar, apontando não só os problemas mas também caminhos para os resolver. As medidas mais votadas no final da sessão refletiram precisamente essa dualidade: por um lado, aproveitar as oportunidades que a tecnologia oferece para inovar no ensino e na comunicação; por outro, criar salvaguardas e mecanismos de apoio para mitigar os seus impactos negativos.

Este ano marcou também o fim do meu percurso no Parlamento dos Jovens, após quatro anos intensos e enriquecedores de participação. Em 2022, fui eleito Vice-Presidente da Mesa na sessão Nacional, experiência que me ensinou os princípios do debate democrático. No ano seguinte, tive a honra de ser eleito deputado à Assembleia da República, onde pude representar a nossa escola numa sessão nacional memorável. Em 2024, exercei funções como porta-voz do círculo eleitoral de Leiria, coordenando o grupo distrital e dinamizando a construção das propostas. Já em 2025, nesta edição, integrei o projeto como repórter, documentando toda a participação da delegação. Este ano, candidatei-me à Mesa da Sessão Distrital e fui eleito Vice-Presidente, o que, de acordo com o regulamento do projeto, me impossibilitou de integrar a lista de candidatos à Sessão Nacional. Ainda assim, viver esta edição nos bastidores, observando, registando e valorizando o trabalho dos colegas, foi uma experiência diferente e muito especial, que me permitiu encerrar este ciclo com orgulho e gratidão.

A Sessão Nacional foi marcada por momentos de grande intensidade e simbolismo. Ver os jovens a ocupar os lugares dos deputados na Sala das Sessões da Assembleia da República é mais do que um exercício pedagógico: é um sinal claro de que a democracia se constrói também com a escuta ativa dos mais novos. É nesse espírito que o Parlamento dos Jovens tem crescido ao longo dos anos, transformando-se num espaço de cidadania onde os jovens não são apenas aprendizes, mas agentes reais de proposta e reflexão.

A experiência da nossa escola foi, em todos os sentidos, extraordinária. Para Matilde e Joana, representou o culminar de um trabalho de meses, mas também a oportunidade de falar por milhares de jovens portugueses que vivem a tecnologia no seu dia a dia, muitas vezes sem o apoio necessário para o fazer de forma consciente e crítica. O seu desempenho na Sessão Nacional foi notável: demonstraram segurança, empatia, capacidade de diálogo e sobretudo compromisso com o bem comum.

Enquanto repórter da delegação, tive o privilégio de acompanhar de perto todas as fases do projeto. Desde os primeiros debates na escola, passando pela Sessão Distrital de Leiria, até à chegada a Lisboa, vi crescer nestas deputadas um sentido de responsabilidade cívica que muito orgulha a nossa comunidade educativa. Documentei os momentos-chave,

entrevistei participantes de várias escolas e registei nos bastidores o entusiasmo de quem acredita que a política pode, e deve, ser feita com idealismo e sentido de missão.

É impossível não reconhecer também o valor educativo desta iniciativa. Ao participar no Parlamento dos Jovens, os alunos desenvolvem competências fundamentais como o pensamento crítico, a argumentação, o trabalho em equipa e a capacidade de ouvir o outro. Mas talvez o mais importante seja a aprendizagem da própria democracia, um processo onde não basta ter razão, é preciso saber convencer, negociar e construir consensos.

Para muitos dos participantes, esta será uma das experiências mais marcantes da sua vida escolar. No final dos trabalhos, quando os projetos são votados e os discursos finais são proferidos, sente-se no ar uma emoção genuína, o reconhecimento de que algo importante foi vivido. É mais do que representar uma escola ou um distrito, é perceber que a nossa voz tem peso, que podemos influenciar decisões, que o futuro se constrói também com a nossa participação.

O Parlamento dos Jovens de 2025 termina, mas as ideias e os compromissos que dele nasceram permanecem. O tema das novas tecnologias continuará na ordem do dia e as propostas dos jovens estão agora nas mãos da Comissão Parlamentar de Educação e Ciência, que poderá analisá-las e, quem sabe, transformar algumas delas em medidas concretas. Independentemente do que vier a acontecer, ficou claro que os jovens têm muito a dizer, e sabem dizê-lo com clareza, conhecimento e paixão.

A Escola Fernão do Pó sai desta edição com o orgulho de ter sido bem representada, com a certeza de que formou alunas preparadas, críticas e intervencionistas. E os rostos da Matilde e da Joana, sentadas nos bancos do Parlamento, serão por muito tempo um símbolo do que a educação pode fazer quando é vivida com envolvimento e com sentido de comunidade.

O Parlamento dos Jovens não termina quando acaba a sessão. Termina, talvez, quando aqueles que hoje participam se tornarem os decisores de amanhã. E se depender das nossas representantes, o futuro estará, com certeza, em boas mãos.



Jornalista: Rodrigo Miguel Oliveira Mendes. 12º ano de escolaridade. Agrupamento de Escolas Fernão do Pó, Bombarral. Círculo eleitoral de Leiria.