

PARLAMENTO JOVEM REGIONAL

XXVI EDIÇÃO (2025/2026)

Tema: "Sociedade – As diferentes formas de violência e os seus contornos: combater e prevenir"

1.ª REUNIÃO PREPARATÓRIA

Projeto de Recomendação

Exposição de motivos:

A violência, nas suas várias formas, continua presente na vida de muitos jovens, seja no contexto escolar, digital ou familiar, permanecendo muitas vezes invisível por medo, vergonha ou falta de respostas adequadas. As medidas eleitas nesta Sessão Escolar do Programa PJR visam reforçar a prevenção, a deteção precoce e o apoio psicológico, apostando em soluções acessíveis, confidenciais e educativas. Propõe-se criar espaços seguros de escuta, utilizar ferramentas digitais e experiências imersivas para promover a empatia e garantir mecanismos de intervenção precoce e não punitiva em situações de risco. Estas propostas colocam a saúde mental, a responsabilização e a proteção das vítimas no centro da resposta à violência, envolvendo escola, comunidade e instituições, com o objetivo de prevenir a repetição de comportamentos violentos e promover uma cultura de respeito e não violência.

Medidas Propostas

1. Sala Confidencial - Criação de um espaço confidencial, em escolas ou instituições públicas, assegurado por psicólogos, onde vítimas ou autores de violência possam falar de forma segura e discreta, com encaminhamento adequado para apoio psicológico e prevenção de novas situações de violência.

2. Plataforma Digital Escolar de Apoio - Criação de uma plataforma digital escolar, anónima e confidencial, para denúncia de situações de violência, identificação precoce de riscos, acesso a apoio psicológico e integração de conteúdos educativos em realidade virtual.

3. "Na Pele do Outro" - Desenvolver ações de sensibilização nas escolas e implementar atividades/ projetos para consciencializar os jovens para esta temática, nomeadamente através da implementação de workshops com recurso à realidade virtual, destinados a promover a empatia e a consciencialização sobre o impacto do cyberbullying, seguidos de momentos de reflexão orientada. Reforçar o apoio psicossocial e o acompanhamento familiar das crianças em situação de maior vulnerabilidade permite identificar precocemente fatores de risco, promover ambientes familiares seguros e estáveis e assegurar uma resposta integrada entre saúde, educação e ação social, contribuindo para o desenvolvimento emocional, social e cognitivo das crianças. Promover apoio psicológico acessível em escolas e comunidades. Incentivar jovens a desenvolver autoconfiança, habilidades socioemocionais e autonomia; trabalhar conceitos como limites pessoais, respeito mútuo e consentimento.

4. Rede Sentinela: Violência Doméstica Não Invisível - Criação de uma rede de intervenção precoce e não punitiva em situações de risco de violência doméstica, articulada com



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



Julgados de Paz, tribunais, escolas, serviços de saúde e equipas multidisciplinares, com foco na mediação, acompanhamento psicológico e prevenção da reincidência.

PARLAMENTO JOVEM REGIONAL

XXVI EDIÇÃO (2025/2026)

Tema: "Sociedade – As diferentes formas de violência e os seus contornos: combater e prevenir"

2.^a REUNIÃO PREPARATÓRIA

Projeto de Recomendação

Exposição de motivos:

Empatia, respeito pelo outro, dignidade humana são palavras de ordem nos dias atuais. No entanto, notícias de situações trágicas de violência nas sociedades atuais invadem cada vez mais os meios de comunicação.

A violência é uma nódoa social que continua a marcar as sociedades. Violência física, psicológica, coação, conflitos, entre outros, traduzem comportamentos abusivos, uns visivelmente mais agressivos, outros mais subtis, que deixam marcas para a vida. Estas manifestações de violência são transversais a todas as idades e camadas sociais, evidenciando a importância de se desenvolver estratégias de consciencialização, prevenção e combate às mesmas.

A existência de algumas leis não tem sido capaz de diminuir os casos de violência. Daí ser preciso continuar a apostar na educação para a cidadania, a trabalhar a empatia e o respeito por cada um dos elementos que compõem a sociedade.

Medidas Propostas: *(Redigir com clareza e objetividade, sem alíneas)*

1. Sensibilizar os encarregados de educação para a importância da supervisão de conteúdos e do controlo parental nos aparelhos digitais dos seus educandos.
2. Criar uma equipa multidisciplinar, rede regional de alunos mediadores, para atuar em situações de violência em contexto escolar, num programa estruturado de redução emocional, comportamento para jovens/adultos, mediação de conflitos, com ajuda de adultos responsáveis e acompanhamento psicológico.
3. Rever a lei e unificar protocolos que possibilitem o uso de informações recolhidas relativas à vítima, a qualquer tipo de violência, e atribuir punições relativamente ao agressor, em diferentes tipos de instituições.
4. Investir na criação de residências seniores, equipadas com espaços comuns e programa de atividades dinâmicas, acessíveis ao rendimento da população sénior.

PARLAMENTO JOVEM REGIONAL

XXVI EDIÇÃO (2025/2026)

Tema: "Sociedade – As diferentes formas de violência e os seus contornos: combater e prevenir"

3.ª REUNIÃO PREPARATÓRIA

Projeto de Recomendação

Exposição de motivos:

O tema deste ano — "Sociedade: As diferentes formas de violência e os seus contornos: combater e prevenir" — exige o foco na mudança de cultura e na ação imediata. As medidas que se seguem são fundamentadas por 3 grandes pilares:

1. A urgência da prevenção e atuação imediata;
2. A cultura de valores e respeito mútuo.
3. A tolerância zero ao bullying e à violência.

Medidas Propostas: (Redigir com clareza e objetividade, sem alíneas)

1. Responsabilização e Reabilitação Digital. Uma medida focada nos novos contornos da violência (cyberbullying e violência online): sensibilização e reabilitação focados em ética digital.
2. Criação de Orçamento Participativo Escolar Obrigatório. Uma medida que visa a prevenção da violência (campanhas de sensibilização/workshops), garantindo que as escolas tenham verbas específicas para convidar psicólogos e mediadores externos para sessões de sensibilização com as famílias.
3. Lei da Resposta Judicial Imediata e Integrada. Esta medida visa dotar o tribunal de uma estrutura multidisciplinar que atua desde o minuto zero da denúncia, garantindo que o tempo da justiça seja o mesmo tempo da segurança da vítima, sem possibilidade de arquivamento unilateral.
4. Implementação de sessões regulares de diálogo e escuta ativa, assegurando um ambiente de confiança que permita aos jovens expressar as suas preocupações e contribuir para a construção de soluções para os problemas identificados.

PARLAMENTO JOVEM REGIONAL

XXVI EDIÇÃO (2025/2026)

Tema: "Sociedade – As diferentes formas de violência e os seus contornos: combater e prevenir"

4.ª REUNIÃO PREPARATÓRIA

Projeto de Recomendação

Exposição de motivos:

Na escola, na família, no espaço público e no mundo digital, observam-se comportamentos que, apesar de normalizados ou desvalorizados, constituem formas de agressão que prejudicam o desenvolvimento saudável dos jovens e ameaçam a convivência democrática. Assim, torna-se fundamental que a sociedade, e em particular a comunidade educativa, promovam uma cultura de respeito, empatia e segurança. Deste modo será possível identificar situações de risco, apoiar vítimas, responsabilizar agressores e, acima de tudo, trabalhar no domínio da prevenção.

Medidas Propostas: *(Redigir com clareza e objetividade, sem alíneas)*

1. Implementar sessões onde se aborde a violência e formas de prevenção, na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento ou em FPS (Formação Pessoal e Social), um pouco à semelhança do que já se faz com o projeto ESA (Educação para a Sexualidade e Afetos).
2. Reforçar a articulação entre escolas, serviços de saúde, forças de segurança e instituições de apoio social, através da criação de equipas multidisciplinares preparadas para atuar no âmbito dos diferentes tipos de violência. A equipa multidisciplinar pode ser constituída por elementos externos que incluam juizes, polícia, enfermeiros e assistentes sociais.
3. Criar uma plataforma digital de comunicação monitorizada por profissionais certificados e associações CPCJ e PSP, permitindo intervenção rápida e eficaz (24H) em caso de risco aproveitando a digitalização do ensino e o acesso dos alunos a dispositivos eletrónicos.
4. Promover a dinamização dos intervalos escolares com atividades lúdicas, desportivas, jogos tradicionais entre outros, de modo a fomentar a ocupação dos tempos livres de uma forma saudável.

PARLAMENTO JOVEM REGIONAL

XXVI EDIÇÃO (2025/2026)

Tema: "Sociedade – As diferentes formas de violência e os seus contornos: combater e prevenir"

5.ª REUNIÃO PREPARATÓRIA

Projeto de Recomendação

Exposição de motivos:

A violência é um problema grave que afeta a nossa sociedade. Esta pode manifestar-se de diferentes formas: física, verbal e psicológica, causando danos físicos e emocionais. Nos últimos anos, assistimos ao aumento de casos de violência, provocada muitas vezes pela falta de diálogo e respeito pelo outro. Consideramos, que as escolas têm um papel fundamental na sua prevenção, por isso vamos centrar as nossas medidas no espaço escolar, que deve ser um lugar seguro para todos.

Medidas Propostas: *(Redigir com clareza e objetividade, sem alíneas)*

1. Promover ações de sensibilização sobre a violência no namoro, bullying e cyberbullying com mais frequência e extensíveis aos encarregados de educação.
2. Promover ações de sensibilização sobre a violência no namoro, bullying, cyberbullying e violência doméstica, extensíveis aos encarregados de educação e disponível nas redes sociais.
3. Capacitar os jovens para servirem de mediadores de conflitos nas escolas com o apoio de encarregados de educação, pais e familiares.
4. Desenvolver o tema da Inteligência Emocional e a Empatia na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento e, sempre que possível, nas restantes disciplinas.