



**“O VÍRUS VEIO CONDICIONAR A  
NOSSA REALIDADE. HOJE EM DIA,  
NÃO PODEMOS FAZER  
O QUE MAIS GOSTAMOS.”**

AS VISÕES DE JOVENS PORTUGUESAS SOBRE A PANDEMIA DE COVID-19,  
OS CONFINAMENTOS E O FUTURO

RELATÓRIO

## Introduction

No dia 10 de novembro de 2021, a FAJDP realizou uma das nossas atividades de curadoria de histórias com um grupo de jovens que já tinham participado no nosso projeto com o objetivo de reunir e contar as histórias das suas vivências durante a pandemia de COVID-19.

Esta atividade realizou-se na Casa das Associações da FAJDP e o grupo veio de uma escola de Matosinhos (uma cidade perto do Porto), onde estuda Animação Sociocultural.

Todas as participantes, 12 no total, são raparigas com idades entre os 17 e 19 anos.

### **“Quando surgiram as primeiras notícias [da COVID-19], relativizámos. E não pensámos que fosse ter esta gravidade.” Os impactos iniciais da pandemia**

Tal como aconteceu com muitas pessoas em todo o mundo, estas jovens ficaram surpreendidas com as primeiras notícias sobre este vírus. E, como muitos de nós, não pensaram que fosse algo a considerar como parte do nosso dia-a-dia.

O medo do desconhecido era um sentimento comum entre elas, mas demorou algum tempo até se aperceberem totalmente da complexidade da situação. Habitarem-se às máscaras, ao distanciamento social e às regras de higiene passou a ser a nova realidade e tinham algum receio de não conseguirem acompanhar as aulas à distância.

Algumas das jovens contaram que, no início, achavam que era algo que se estava a passar na China e que, por isso, não as afetava em Portugal. Quando se aperceberam da gravidade do que se estava a passar e da necessidade de fazer confinamentos, reconheceram como o mundo está todo interligado e como as pequenas ações locais podem ter um impacto a nível mundial.

### **“Durante as nossas vidas, sempre ouvimos dizer que é importante conviver com outras pessoas e partilhar coisas com elas.” – Mudanças no dia-a-dia**

Em Portugal, é muito comum cumprimentar alguém com um abraço e dois beijos na cara. Faz parte da nossa herança cultural. Os pais, a família e a sociedade em geral estão sempre a incentivar os filhos adolescentes a sair e conviver com os amigos, longe dos dispositivos eletrónicos. Por exemplo, os jantares em família e sair com os amigos eram atividades comuns e habituais nas vidas destas jovens. Depois, o confinamento trouxe grandes mudanças no dia-a-dia em Portugal.

Todas as jovens falaram sobre como se sentiram durante os confinamentos e como foi difícil para elas. Algumas mencionaram que as férias de verão, o Natal e outras datas especiais foram muito diferentes (e tristes). Até esse momento das suas vidas, a família e os educadores aconselhavam vivamente a estarem próximas das pessoas e a partilharem um abraço, por exemplo. Porém, desde março de 2020, as regras mudaram completamente.

Estas jovens gostam verdadeiramente da sua escola, professores e colegas. Por isso, foi difícil estarem confinadas em casa, longe dos amigos e da família. As redes sociais e as aulas através do Teams ou do Zoom passaram a ser a nova realidade e uma forma de estarem com outras pessoas, mas não era suficiente, não era a mesma coisa.

### **“O meu pai já tinha levado a vacina há uma semana e ficou infetado à mesma.” – Viver com a COVID-19**

Algumas das jovens deste grupo tiveram a experiência de viver com o vírus em casa porque elas próprias ou os familiares ficaram infetados. Para essas raparigas, o confinamento foi ainda mais stressante porque tiveram de viver afastadas do resto da família.

Falaram sobre como as rotinas mudaram em casa – faziam as refeições em isolamento, as regras de higiene tornaram-se ainda mais rigorosas – e como se sentiram obrigadas a permanecer no seu quarto o máximo possível: “as rotinas mudaram, as horas a que dormíamos, as refeições eram servidas no quarto e estava sempre confinada no meu quarto”, contou uma das jovens.

Outra rapariga mencionou que foi difícil porque não podia estar com os pais e rematou: “Não quero voltar a passar por aquilo, odiei a experiência”.

Todas elas ficaram muito felizes com a chegada da vacina, mas reconheceram que, apesar de tudo, é necessário continuar a ter cuidados – “não acontece só aos outros”, mencionaram algumas. E quando acontece, pode ser muito perigoso para a nossa segurança e saúde.

## **“Diversão sem regras, sem nada...” – A vida pós-COVID**

Como a maioria das pessoas, estas raparigas têm saudades das suas vidas antes da COVID-19. São jovens adolescentes que davam muita importância às relações com os amigos, que começaram a sair à noite durante os fins de semana e tiveram as primeiras relações românticas.

A maioria mencionou que é muito difícil viver esta nova realidade e todas elas querem divertir-se e fazer coisas normais sem pensarem em higiene ou em regras de distanciamento social. Por isso, referiram muitas vezes a ansiedade que sentem e as saudades que têm dos velhos tempos, quando podiam fazer as suas atividades sem pensarem tanto. Algumas partilharam que se sentiam tristes por estarem confinadas em casa e, ao mesmo tempo, tinham medo de sair quando era possível. No entanto, também se aperceberam de que esta experiência de confinamento lhes deu a oportunidade de interagirem verdadeiramente com a família mais próxima, em casa. Relacionaram-se a outro nível com os irmãos, irmãs e pais, apesar de isso implicar estar longe de outros familiares, como os avós.

### **Conclusão**

- a)Estar ligado: O acesso à Internet foi muito importante para manter o contacto com os amigos e para frequentar as aulas. Embora a Internet fosse algo disponível e fácil de utilizar, tinham medo que as notas e o processo de aprendizagem em geral fossem prejudicados.
- b)Autorreflexões: Nestes dois anos, aperceberam-se do quão frágil a vida pode ser, de como tudo pode mudar rapidamente e de como estamos todos ligados – as ações de uma pessoa têm impacto na vida das outras e todos devemos cuidar uns dos outros.
- c)Dualidades: Por um lado, estavam tristes por estarem em casa, sem eventos sociais, amigos ou escola. Por outro lado, quando os confinamentos terminaram, tinham medo de voltar a estar com outras pessoas. Além disso, apreciaram o tempo que passaram em casa com a família próxima, apesar de sentirem saudades dos familiares distantes.
- d)Empatia de grupo: Durante este workshop, as raparigas partilharam histórias e realidades das quais nem todas as pessoas no grupo tinham plena consciência. A partilha dessa realidade fê-las compreender melhor aquilo por que todos passaram durante esse período e permitiu criar um grupo melhor, mais coeso e compreensivo.

## Acerca do projeto CONTINUE

O projeto CONTINUE visa apoiar os jovens socialmente desfavorecidos a enfrentar os desafios específicos dos tempos pós-COVID em termos de se manterem ligados e integrados nas suas comunidades europeias. O projeto está a ser realizado por um consórcio de oito ONG de vários países europeus, experientes na educação de jovens e em atividades centradas nas comunidades.

O trabalho envolve storytelling, projetos de ação social, desenvolvimento de políticas, intercâmbio de conhecimentos, uma campanha de sensibilização e a criação de uma plataforma online. No âmbito deste projeto, estão a ser realizadas atividades de Community Reporting com jovens em toda a Europa, no sentido de explorar as suas vivências da pandemia de COVID-19 e o apoio que lhes pode ser dado durante o período de recuperação da COVID-19. Esta aprendizagem será utilizada no projeto CONTINUE para capacitar os jovens a realizarem ações sociais nas suas comunidades.

O Community Reporting é um movimento de storytelling digital fundado pela People's Voice Media, que ajuda as pessoas a contar as suas histórias, à sua maneira, no sentido de catalisar a mudança nos processos, políticas e práticas.

Podes obter mais informações aqui: <https://peoplesvoicemedia.co.uk>

Este relatório foi elaborado pela FAJDP – Federação das Associações Juvenis do Distrito do Porto e baseia-se em 12 histórias contadas por jovens que vivem em Matosinhos, no Porto, Portugal. Podes ouvir todas as histórias dos jovens, recolhidas no âmbito do projeto, aqui: <https://communityreporter.net/continue>

# CONTINUE



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

*"O apoio da Comissão Europeia para a produção desta publicação não constitui um endosso do conteúdo que reflete apenas as opiniões dos autores, e a Comissão não pode ser responsabilizada por qualquer uso que possa ser feito das informações nela contidas."*

COMPARATIVE  
RESEARCH  
NETWORK



ARTEMISZIÓ  
Intercultural Foundation



Crossing Borders

FAJDP  
FEDERAÇÃO DAS ASSOCIAÇÕES  
JUVENS DO DISTRITO DO PORTO



Per  
Esempio  
SPTMO

