A minha experiência como Delegada Jovem (2026)

Participar como Delegada Jovem de Portugal no Congresso dos Poderes Locais e Regionais do Conselho da Europa, em 2026, foi uma oportunidade de perceber como as experiências das nossas comunidades podem contribuir para os debates europeus, e como esses debates dizem respeito à nossa vida quotidiana.

Questões como a participação dos jovens, os direitos humanos e o futuro da democracia ganham outra dimensão quando ouvimos quem vive realidades diferentes da nossa. Ao mesmo tempo, encontramos preocupações comuns, que nos aproximam e abrem possibilidades de aprendizagem e colaboração.

Ser a jovem portuguesa a integrar este programa foi um privilégio e uma responsabilidade. Procurei contribuir com a minha perspetiva, consciente da diversidade de experiências e aspirações dos jovens em Portugal. O contacto com outros delegados jovens reforçou essa ideia: nenhuma experiência individual traduz toda a realidade de um país, mas cada uma pode trazer algo relevante ao diálogo.

Por isso, para quem esteja a pensar candidatar-se, é importante saber que vir de uma vila ou de uma pequena cidade menos presente no debate público não deve ser motivo para hesitar. No Congresso dos Poderes Locais e Regionais, a diversidade dos territórios e das comunidades tem um lugar central. Aquilo que conhecemos de perto – as oportunidades, as dificuldades e as iniciativas da nossa terra – é um contributo valioso para estas discussões. Não precisamos de deixar a nossa realidade à porta para participar num espaço europeu; podemos levá-la connosco.

Ao longo do mandato, pude conhecer o funcionamento das instituições por dentro, acompanhar debates e preparar intervenções. Estar frente a frente com representantes eleitos tornou mais concreta a possibilidade de colocar questões, partilhar preocupações e apresentar propostas. Foi também uma aprendizagem sobre como ouvir, construir um argumento e intervir num espaço onde coexistem diferentes experiências e prioridades.

Levo igualmente comigo as relações construídas com outros delegados jovens. Conhecer pessoas de tantos contextos, trocar ideias e acompanhar os seus projetos foi uma das partes mais enriquecedoras desta experiência. Mostrou-me quantas formas existem de participar e como podemos aprender uns com os outros sem termos de pensar todos da mesma maneira.

Para mim, este mandato reforçou a importância de estarmos presentes nos espaços onde se discute o nosso futuro. Temos preocupações a partilhar, mas também ideias sobre o rumo que queremos para as nossas comunidades, para Portugal e para a Europa. A quem pondera candidatar-se, deixo este incentivo: não desvalorizes o que a tua experiência pode trazer. Há muito para aprender e, sobretudo, espaço para contribuíres.



Isabel Rocha
Delegada Jovem de Portugal, 2026
Congresso dos Poderes Locais e Regionais do Conselho da Europa

