


## Departamento de Saúde e Temperança (DST)

Este é o documento para a apresentação do Relatório de Atividades do DST (2026), e Ação Anual (2027), de acordo com a Estratégia Global, para o Conselho de Fim de Ano de 2026, da União Portuguesa dos Adventistas do Sétimo Dia.

*Texto-chave e apelo*: Apelamos a que a igreja viva a experiência do discipulado que Jesus nos deixou, com o fundamento do evangelho "completo" ao qual Jesus nos chamou: **"O Espírito do Senhor é sobre mim, pois que me ungiu para evangelizar os pobres, enviou-me a curar os quebrantados do coração, a apregoar liberdade aos cativos, a dar vista aos cegos, a pôr em liberdade os oprimidos, a anunciar o ano aceitável do Senhor."** (Lucas 4:18 e 19)

*Introdução*:

A equipa do Departamento de Saúde e Temperança (DST), continuando a ter em mente o método de Jesus[1] para nos aproximarmos das pessoas, apresenta o relatório de atividades de 2026, assente na Estratégia Global e Ação Local, estabelecido para o quinquénio, como as linhas orientadoras para o ano de 2027, respetivamente.

Considerando que em 2026 pudemos incentivar à realização de diferentes atividades, como Seminários/Workshops, Caminhadas, Expo Saúdes e Rastreios, propomo-nos em 2027, continuar a apoiar e desenvolver recursos que permitam os diferentes departamentos de saúde locais a realização de atividades de continuidade e de seguimento das pessoas interessadas.

Entendendo que a formação é essencial, e um pilar da UPASD para este quinquénio, disponibilizaremos ainda em 2027 formação para os seguintes grupos-alvo: Pastores, Profissionais de Saúde, Membros da Rede NEWSTART, Colaboradores da AIT, Membros da IASD e Departamentais de Saúde e Temperança locais.

As áreas da saúde que iremos dar mais relevância no ano de 2027, serão:
a saúde nos jovens, a saúde mental e a liberdade religiosa no contexto da saúde.
Estaremos atentos a iniciativas na área da inovação, bem como iniciativas de âmbito social e saúde.

[1] "O Salvador misturava-Se com os homens como uma pessoa que lhes desejava o bem. Manifestava simpatia por eles, ministrava-lhes às necessidades e granjeava-lhes a confiança. Ordenava então: 'Segue-Me'" (Ciência do Bom Viver, p. 143).

## Relatório DST (2026), de acordo com a Estratégia Global

### 1. Instituições

a. **Associação Internacional de Temperança**:
   i. Expo Saúde e Expo KID
      1. 8 Iniciativas: Lisboa (Lisboa Central), Benavente, Cacém, Impacto, Benavente, Paivas (Amora), Canelas, Sacavém
   ii. Rastreios
      1. 2 Iniciativas: Avintes (várias) e Amadora
   iii. Estafeta das Possibilidades:
      1. Iniciativa colaborativa com a Associação da Juventude Adventista (AJA) e a Associação Adventista para o Desenvolvimento, Recursos e Assistência (ADRA), a qual reuniu cerca de 500 participantes e 100 voluntários na sua organização, sensibilizando para a importância da inclusão das pessoas com deficiência, junto da comunidade e entidades decisoras.
   iv. Mente de Mestre
      1. 1 Iniciativa: Rural Beja
   v. Rede NEWSTART e Agricultores Adventistas:
      1. X Encontro da Rede NEWSTART e III Encontro dos Agricultores Adventistas – nos dias 11, 12 e 13 de Setembro, contando com a participação de cerca de 30 pessoas
      2. Iniciativas dos Membros da Rede NEWSTART, com a participação de 295 (305 participantes em 2024), clientes e amigos:

| Atividades e iniciativas dos membros | Nome do membro | Data | Nº de Pessoas envolvidas na apresentação/organização | Total participantes |
|---|---|---|---|---|
| 1 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 18/01/25 | 4 | 6 |
| 2 - Workshop Pão de Massa Mãe | Restaurante Greenside | 20/01/25 | 3 | 11 |
| 3 - Workshop Alimentação Saudável - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 21/02/26 | 3 | 30 |
| 4 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 22/03/25 | 4 | 12 |
| 5 - Workshop Saúde Masculina - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 28/03/26 | 3 | 32 |
| 6 - Workshop: Comida Tradiconal Portuguesa- Amigos Newstart Cascais | Amigos Newstart Cascais | 29/03/26 | 3 | |
| 7 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 12/04/26 | 4 | |
| 8 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 19/04/26 | 4 | 22 |
| 9 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 24/05/26 | 4 | |
| 10 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 21/06/206 | 4 | 9 |
| 11 - Workshop Saúde 40+ - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 18/07/26 | 3 | 29 |
| 12 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 19/07/26 | 4 | 19 |
| 13 - Workshop Saúde da Mulher - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 20/06/26 | 3 | 35 |
| 13 - Workshop Etapas do Amor - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 12/09/26 | 3 | 40 |
| 14 - X Encontro Rede NEWSTART e Agricultores "Plantar com Amor" | Rede NEWSTART | 13/09/26 | 2 | 11 |
| 15 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 20/09/26 | 4 | 14 |
| 16 - Caminhada da Amizade - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 18/10/26 | 4 | 25 |
| 17 - Workshop Lidar com o Stress - Amigos Newstart Aveiro | Amigos Newstart Aveiro | 24/10/26 | 3 | |
| | | | | |
| | | | Total | 295 |

vi. Outros programas:
    1. 2ª Ed. Curso de Formação de Formadores do Plano para Deixar de Fumar (PDF) – On-line
    2. Realização do PDF em Torres Vedras: 8 participantes
    3. Realização da primeira edição do PDF on-line: 8 participantes

b. **Apoio do Centro de Vida Saudável (Vita Salus)**
    i. Programas de Depressão, Ansiedade e Stress
        1. 14 Programas
    ii. NEWSTART
        1. 6 Programas
    iii. Experiência Vegetariana
        1. 1 Programa
    iv. Personalizados
    v. Retiros
    vi. Eventos EUD e GC

c. **Apoio de Escolas**
    i. CAOD / Programa Mente de Mestre

## 2. Recursos Humanos

a. **Capacitação dos Recursos Humanos da AIT**
    i. Medicina do Trabalho do Colaborador
    **ii.** Formação do Colaborador em diferentes áreas:
        1. Webinar: "Storytelling para marketing digital"
        2. Webinar: "Pobreza Infantil: o que é e como se mede?"
        3. Curso: "Formação em Sexualidade Humana e Seus Desvios"
        4. Webinar: "Inteligência Artificial e Equidade Educativa: oportunidades e desafios para combater a pobreza e a exclusão social"
        5. Webinar: "Construir Pontes, Abrir Caminhos: Educação e Comunidades Ciganas"

3. **Eclesiástica**

    a. **Promoção da excelência do ministério Pastoral**
        i. Formação do Pastores na área da Saúde – 8 casais ministeriais
    b. **Investimento na formação da liderança das igrejas locais**
        i. Formações para realização de programas, e de utilização de ferramentas e recursos do DST:
            1. Formações de Saúde
                a. Beja (JA)
                b. Benavente
                c. Canelas
                d. Lisboa Alvalade
                e. Paivas
                f. Sacavém
    c. **Disponibilização de ferramentas e recursos por parte da UPASD**
        i. Manuais: Manual Integrado da Expo Saúde com a Expo KIDS
        ii. Manuais dos recursos nas diferentes áreas de intervenção do DST:
            1. Saúde e Lar – Especial (para apoio à Expo Saúde)
            2. Expo Kid – Especial (para apoio à Expo Saúde)
        iii. Materiais Amigos NEWSTART:
            1. X Encontro da Rede NEWSTART e III Agricultores Adventistas
            2. IV Jornada da Saúde (Madeira)
            3. Avintes
            4. Lisboa Central
            5. Atalaia do Campo
    d. **Apoio às Igrejas por parte dos Departamentos e Serviços da UPASD**
        i. Apoio às Igrejas Adventistas do Sétimo Dia (IASD´s) na dinamização de programas, iniciativas de Saúde
            1. Visita a igrejas:
                a. Almada
                b. Avintes
                c. Atalaia do Campo
                d. Espinho
                e. Lisboa Alvalade
                f. Lisboa Central
                g. Lisboa Roçadas
                h. Guarda
                i. Lagoa
                j. Paivas
                k. Ponte de Sor

            l. S. Jorge
            m. Sangalhos
        ii. Apoio nos contactos oficiais com entidades para a realização de programas, iniciativas de Saúde
            1. Programas feitos virtualmente:
                a. Torres Vedras
            2. Deslocações para realização de eventos
                a. Benavente – Expo Saúde
                b. Madeira - IV Jornada da Saúde
                c. Penela - X Encontro da Rede NEWSTART e III Agricultores Adventistas
                d. Lisboa – Expo Alvalade (Bombeiros)
                e. Lisboa – Estafeta das Possibilidades
            3. Eventos interdepartamentais
                a. Estafeta das Possibilidades
                b. X Encontro da Rede NEWSTART e III Agricultores Adventistas
                c. Dia da Enfase na ADRA e na Saúde

e. **Apoio às Igrejas no processo de construção do seu Plano de Ação**
    i. Apoio às IASD´s no processo de construção do seu Plano de Ação na área da Saúde – ROIS, e ao longo do ano

f. **Criação de canais de diálogo aberto e permanente, entre a UPASD e as igrejas**
    i. Grupo de partilha com os departamentais de saúde locais (WhatsApp) e Coordenador Regional da saúde em contacto com as IASD´s
    ii. Realização das IV Jornadas da Saúde, na Madeira, para estudantes, profissionais de saúde e interessados no tema – Saúde em Movimento com Propósito - local Externato Adventista do Funchal (EAF), dia 1 a 3 de Maio, com a presença dos formadores Tiago Cunha, Dan Pineda, Jaqueline Martins, Luísa Cró, Cristina Pita, e com o apoio espiritual do Pastor Júlio Carlos Santos, num programa dirigido a cerca de 50 participantes.

g. **Presença consistente e dinâmica da igreja nos canais digitais**
    i. Dinamização dos *sites* e Redes Sociais do DST - saudeadventista.pt, ait.pt, newstart.pt

## 4. Inovação

a. **Promoção da compreensão da relevância de inovação como parte da identidade Adventista**
    i. Manutenção das Jornadas da Saúde para estudantes e profissionais de saúde, com espaço de apresentação das ideias e projetos que estão em funcionamento – programa da tarde "aberto" à comunidade escolar (EAF)
b. **Utilização adequada e dinâmica dos meios de comunicação**
    i. Disponibilizamos vídeos e conteúdos dinâmicos e relevantes na área da saúde (Site newstart.pt, Youtube, Instagram e Facebook)
    ii. Realização e conceção do programa Panorama, em colaboração com a Novo Tempo Portugal.
c. **Adoração mais alegre, inspiradora e significativa**
    i. Dia da enfase da ADRA e da Saúde – colaboração interdepartamental, com o envio dos materiais para o sermão "Compaixão sem limites".
d. **Investimento em maior abertura, transparência e eficiência nos métodos de trabalho, planificação e na partilha de informação**
    i. Grupo de partilha com os departamentais de saúde locais (WhatsApp)
    ii. Coordenador Regional da saúde em contacto com as IASD´s, e com os diretores do DST locais
e. **Incentivo a uma maior integração dos jovens e das suas ideias na vida da igreja**
    i. Continua utilização da Expo KID
    ii. Expo Saúde com integração da Expo Saúde KIDS, com a dinamização dos Desbravadores, ou jovens das IASD´s locais
    iii. Recursos para jovens nas seguintes áreas: AIT (Jogo - Mente de Mestre)
f. **Reforço das dimensões interdepartamental, intergeracional e intercultural nas igrejas**
    i. Dia da enfase na ADRA e na Saúde – colaboração interdepartamental (ADRA)
    ii. Formação Pastoral (Família e Ministerial)
    iii. IV Jornada da Saúde (Educação)
    iv. Expo Saúde na atividade IMPACTO, com a dinamização da Juventude Adventista / Desbravadores / Impacto (JA)

5. **Recursos financeiros**

    a. **Maior eficiência na gestão dos recursos técnicos e financeiros**
        i. Manter e desenvolver as **parcerias** de apoio à AIT (Água Viva, Omron, Wellion) - consolidado

6. **Intervenção Social e Assuntos Públicos**

    a. **Presença da Igreja em fóruns de discussão na esfera pública**
        i. Estar presente com elementos do DST, ou de algum convidado, por ele escolhido, em fóruns de discussão da saúde na esfera pública – n.a.
    b. **Representação da Igreja nos diferentes grupos de trabalho promovidos pelo Estado**
        i. Estar presente com elementos do DST, ou de algum convidado, por ele escolhido, em grupos de trabalho promovidos pelo Estado na área da saúde - n.a.
    c. Intervenção Social – CERCI Penela
    d. Desenvolver parcerias com entidades locais (público/privadas), para trabalho de saúde na comunidade, de forma a continuar o trabalho desenvolvido ou iniciar o mesmo – Protocolo com a CM Lisboa, CM Porto, CM Penela, CM Faro, JF Benavente, JF Canelas, JF Arroios

## Ação Anual (2027)

1. **Formação:**
    a. Formação Interdepartamental (17 de Janeiro):
        i. Formação: Construção do plano de ação do DST local
        ii. Informação sobre materiais e formações disponíveis
    b. Curso de Formação de Formadores do Plano para Deixar de Fumar – On-line (Março, em data a definir)
    c. Formação do colaborador da AIT[2] (contínua)

2. **Dia da Saúde e da Liberdade Religiosa**
    a. Material de apoio para a realização do "Dia da Enfase da Saúde e da Liberdade Religiosa" – 16 de Janeiro

3. **V Jornada da Saúde e MAP[3]**
    a. Encontro para profissionais de Saúde e do MAP, estudantes e outros interessados nestas áreas, a realizar na área do Alentejo e Algarve – 1 a 3 de Abril

4. **XI Encontro da Rede NEWSTART**
    a. Encontro para os profissionais da Rede NEWSTART, empreendedores e outros interessados na área – 19 a 21 de Novembro

5. **Disponibilidade de ferramentas e recursos (DST/AIT):**
    a. Bolsa de Formadores
    b. Materiais de acompanhamento de interessados e de apoio à realização de atividades na área da saúde – Especial: Mente de Mestre

6. **Apoiar as Igrejas**
    a. Apoio às IASD´s, e AIT´s locais, no processo de construção do seu Plano de Ação na área da Saúde, na dinamização de programas e iniciativas de Saúde, internas e junto da comunidade

7. **Intervenção social e assuntos públicos**
    a. Estar presente com elementos do DST/AIT, ou de algum convidado, por ele escolhido, em fóruns de discussão da saúde na esfera pública, em grupos de trabalho promovidos pelo estado, ou em contacto com entidades locais (público/privadas), para o desenvolvimento do trabalho de saúde na comunidade

[2] AIT – Associação Internacional de Temperança
[3] MAP – Ministério Adventista das Possibilidades