

Estaca São Paulo Norte



CONFERÊNCIA DOS JOVENS 2026

MANUAL DO JOVEM



“Eis que meu Espírito está
sobre ti; portanto, todas
as tuas palavras
justificarei; e as
montanhas fugirão diante
de ti e os rios
desviar-se-ão de seu
curso; e tu permanecerás
em mim e eu, em ti;
portanto, anda comigo.”

Moisés 6:34

CHECKLIST

Documentos (Obrigatórios)

- ☐ RG e CPF (original)
- ☐ Autorização assinada pelos pais ou responsáveis
- ☐ Cartão do SUS ou plano de saúde
- ☐ Autorização de uso de imagem

Roupas - Uso diário

- ☐ 5 a 6 camisetas leves ou dry-fit
- ☐ 3 a 4 shorts ou bermudas confortáveis
- ☐ 1 calça leve
- ☐ 1 camiseta manga longa fina (proteção UV)
- ☐ Roupas que possa sujar (trilhas e brincadeiras)
- ☐ Roupas de domingo (padrão da Igreja)
- ☐ Roupas extras para trocar após a piscina

Para Noite e Possíveis Frios

- ☐ 1 moletom leve com capuz
- ☐ 1 jaqueta corta-vento ou impermeável
- ☐ 1 pijama confortável
- ☐ 1 capa de chuva (opcional)

Roupas Íntimas e de Banho

- ☐ 5 a 6 roupas íntimas
- ☐ 5 a 6 pares de meias esportivas
- ☐ 2 roupas de banho (maiô ou roupa adequada para piscina)

Calçados e Acessórios

- ☐ 2 pares de tênis para atividades
- Observação: levar pelo menos um tênis que possa sujar, pois haverá trilhas e atividades ao ar livre.*
- ☐ 1 par de chinelos
 - ☐ Boné ou chapéu (opcional)
 - ☐ Óculos de sol (opcional)

Higiene e Cuidados Pessoais

- ☐ Escova e pasta de dente
- ☐ Fio dental
- ☐ Shampoo e condicionador
- ☐ Sabonete e bucha
- ☐ Desodorante
- ☐ Escova de cabelo
- ☐ Toalha de banho
- ☐ Toalha extra para piscina
- ☐ Protetor solar e pós-sol
- ☐ Repelente
- ☐ Absorvente íntimo (se necessário)

Alojamento

- ☐ Lençol
- ☐ Fronha
- ☐ Cobertor leve
- ☐ Travesseiro

Itens Básicos

- ☐ Escrituras
- ☐ Caderno
- ☐ Caneta ou lápis
- ☐ Garrafinha de água
- ☐ Mochila pequena ou de ataque

Saúde

- ☐ Medicamentos de uso contínuo (se houver)
- ☐ Kit farmácia pessoal básico

Não Devem Ser Levados

- ☐ Objetos de valor
- ☐ Caixa de som ou aparelhos de som alto
- ☐ Objetos cortantes ou perigosos



SUMÁRIO

Propósito	6
Programação	7
Alimentação e Hidratação	10
Mapa do Local.....	11
Hino Tema dos Jovens 2026 - Anda Comigo.....	12





PROPÓSITO

“O conhecimento que for cuidadosamente registrado estará à nossa disposição na hora da necessidade” (Élder Richard G. Scott, “Como Obter Conhecimento Espiritual”, A Liahona, janeiro de 1994, p. 95).

Este manual proporciona a você uma maneira de registrar e recordar experiências especiais da conferência. Use-o para registrar experiências pessoais. Ele pode tornar-se uma recordação de suas lembranças da conferência.

Registre coisas importantes que aprender e, principalmente, o que o Espírito lhe ensinar. Escreva suas metas, seus sentimentos e seu testemunho do evangelho. Durante as aulas, faça anotações sobre conceitos que você gostaria de lembrar e perguntas para as quais gostaria de obter respostas.



PROGRAMAÇÃO

SÁBADO

HORÁRIO	ATIVIDADE
05:30	Saída dos Ônibus da Sede da Estaca e Ida à Conferência
08:15 às 08:30	Chegada dos Jovens
08:30 às 09:30	Desjejum
09:30 às 10:30	Organização de Chegada
10:30 às 11:00	Abertura
11:00 às 12:00	Conheça seu Grupo + Elaborar Metas
12:00 às 12:30	Ensaio do Hino da Mutual
12:30 às 13:30	Almoço
13:30 às 14:00	Descanso
14:00 às 16:00	Gincana de Integração (Paranoia) + Tempo livre
16:00 às 16:30	Lanche da tarde
16:30 às 17:30	Banho
17:30 às 18:00	Ensaio do Hino da Mutual
18:00 às 19:00	Andando com Cristo
19:00 às 20:00	Jantar
20:00 às 22:30	Baile dos Personagens + Lanche noturno
22:40 às 23:00	Analisar e Refletir
23:30	Dormir

DOMINGO

HORÁRIO	ATIVIDADE
07:00 às 08:30	Acordar e se Preparar para o Dia
08:30 às 09:20	Desjejum
09:30 às 10:30	Reunião Sacramental
10:40 às 11:30	Escola Dominical
11:40 às 12:30	Andando com Cristo
12:30 às 13:30	Almoço
13:30 às 14:00	Tempo livre

HORÁRIO	ATIVIDADE
14:00 às 15:00	Atividade Compartilhar o Evangelho
15:00 às 16:00	Esquetes Força dos Jovens
16:00 às 16:30	Lanche da tarde
16:40 às 17:40	Devocional com Presidência da Estaca
17:40 às 19:00	Banho
19:00 às 20:00	Jantar
20:00 às 21:00	Percurso Andar com o Salvador
21:00 às 21:30	Analisar e Refletir
22:00 às 22:30	Lanche noturno
22:30	Dormir

SEGUNDA-FEIRA

HORÁRIO	ATIVIDADE
07:00 às 07:30	Acordar e se Preparar para o Dia
07:30 às 08:30	Andando com Cristo
08:30 às 09:30	Desjejum
09:30 às 10:00	Ensaio do Hino da Mutual
10:00 às 11:30	Jogo do Barco de Néfi
11:30 às 12:30	Tempo livre
12:30 às 13:30	Almoço
13:30 às 16:00	Tempo livre
16:00 às 16:30	Lanche da tarde
16:30 às 17:30	Banho
17:30 às 19:00	Show de Talentos
19:00 às 20:00	Jantar
20:30 às 22:30	Baile Copa do Mundo + Lanche noturno
22:35 às 23:00	Analisar e Refletir
23:30	Dormir

TERÇA-FEIRA

HORÁRIO	ATIVIDADE
07:00 às 07:30	Acordar e se Preparar para o Dia
07:35 às 07:55	Andando com Cristo
08:00 às 08:30	Analisar e Refletir
08:30 às 09:30	Desjejum
09:30 às 11:30	Tempo livre
11:30 às 12:30	Arrumar as malas
12:30 às 13:30	Almoço
13:30 às 15:00	O Que Vou Levar para Casa + Reunião de Testemunhos
15:00 às 16:00	Pente fino
16:00	Retorno para São Paulo





ALIMENTAÇÃO E HIDRATAÇÃO

01

DESJEJUM

Todos os dias entre 8:30 e 9:30

02

ALMOÇO

Todos os dias entre 12:30 e 13:30

03

LANCHE DA TARDE

Todos os dias entre 16:00 e 16:30

04

JANTAR

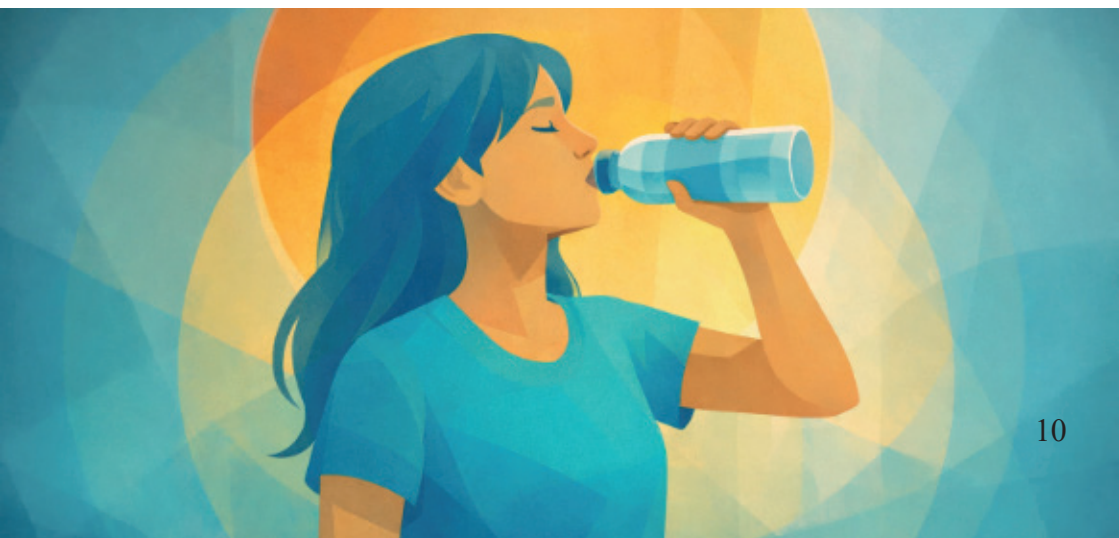
Todos os dias entre 19:00 e 20:00

05

LANCHE DA NOITE

Todos os dias entre 22:00 e 22:30

É muito importante estar atento à hidratação e à alimentação. As refeições acontecem todos os dias nos mesmos horários. Sentem-se juntos como grupo e aumentem sua união e amizade. Lembre seus jovens de fazer pausas para beber água ao longo do dia!





MAPA DO LOCAL



B Banheiros

1 Alojamento Rapazes

2 Labirinto (Labirinto)

3 Restaurante

4 Quiosques

5 Local Atividade (Praça)

6 Labirinto (Parque inativo)

7 Tirolesa

8 Piscinas (Toboáguas)

9 Local da Fogueira

10 Cachoeira

11 Campo de futebol

12 Bosque



Hino Tema dos Jovens 2026

ANDA COMIGO

Ao andar em meio a chamas
E sentir os pés queimar,
Há uma fonte de água viva
Que o coração pode curar.
Pegadas no caminho
Do Salvador pra te guiar;
Ele está a te chamar.

*“Anda comigo
Se a tempestade te apavora.
Anda comigo,
E as montanhas vou mover.
Oh, sua mão me dê;
O sol vai nascer lá fora.
Anda comigo
Que Eu irei andar com você”.*

Ele andou sozinho
Pra achar você e eu.
Ele carregou nos braços
A ovelha que se perdeu.
E andando ao Seu lado,
Poder Ele nos dá.
Ele está a te chamar.

*“Anda comigo
Se a tempestade te apavora.
Anda comigo,
E as montanhas vou mover.
Oh, sua mão me dê;
O sol vai nascer lá fora.
Anda comigo
Que Eu irei andar com você.
Oh oh andar com você”.*

Ele diz: “Anda comigo”.
Ele diz: “Anda comigo”.

*“Anda comigo
Se a tempestade te apavora.
Anda comigo,
E as montanhas vou mover.
Oh, sua mão me dê;
O sol vai nascer lá fora.
Anda comigo
Que Eu irei andar com você”.*

[illegible]

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are approximately 20 lines visible. The paper has a slight shadow on the right side, suggesting it's resting on a surface. There is no handwriting or other markings on the paper.

[illegible]



Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal lines.

[illegible]

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal lines.

