

CAC Fim de Tarde EM FOCO

INFORMATIVO DO CAC - ANO 3 - Nº 11
BELO HORIZONTE - DEZEMBRO DE 2012



A VOZ DO PRESIDENTE

Alem do alvará definitivo conseguimos este ano o alvará sanitário (vigilância sanitária) continuamos com varias obras sala de pronto atendimento, parede de vidro da piscina 2 telhados verticais e varias outras.

Eu e a Diretoria desejamos a todos um Feliz Natal, prosperidade e saúde.

Contamos com todos em 2013, com um CAC Fim de Tarde cada vez melhor!

Eustáquio Luiz e Diretoria

PROGRAMAÇÃO DO MÊS



11 e 12 - FEIRA DE ARTESANATO
de 09 às 17h - Belíssimos produtos

15 - BAILE DA AMIZADE

Mesa R\$28,00 (sócios) e R\$32,00 (não sócios)
de 18 às 23 horas - DINGO TRIO

Turismo

Viaje com o CAC!



- ❖ CALDAS NOVAS REVEILLON - 28/12 A 03/01
- ❖ POÇOS DE CALDAS-03/03 A 08/03
- ❖ CALDAS NOVAS-01/04 A 07/04
- ❖ DEDO DE PROSA-23/05 A 26/05
- ❖ NORDESTE- Forró em Caruaru-10/06 a 27/06

Maiores informações no Departamento de Turismo de 2ª a 6ª feira de 9:00 às 16:00 Responsável: Vitor

Aluguel do Salão

O CAC aluga seu salão de festas com capacidade para mais de 400 pessoas, cozinha montada.

Inclusive para palestras e cursos.

Reservas com Amírian - 9664-5480

01 - Chateaubriand (C.Delib.)

10 - Lia Pinheiro (Viagens)

16 - Mª Lúcia (Coral)

19 - Adeildia (C.Delib)

24 - Vanessa (Hidroginástica)

Saúde e Paz a todos



Aviso



- ❖ O CAC entrará em recesso no período de 18 de Dezembro de 2012 a 08 de Janeiro de 2013 (3ª feira) O bailinho retornará dia 07/01/2013 (2ª feira).
- ❖ Caros Associados lembrem-se de que as matrículas já estão abertas.
- ❖ Já nos foi entregue a sala de 1º socorros e pronto atendimento.

Beleza Pura

Para refletir...



“Quando não existem inimigos Interiores, os inimigos exteriores não conseguem ferir você”
(Provérbio africano)

“O que você não vê com os seus olhos, não testemunhe com sua boca”
(provérbio judeu)

Vamos Rir!



Um caipira comprou uma Câmera digital e levou para seu Sítio. Chegando lá mostrou aquela novidade para todos. Nunca ninguém tinha visto algo igual e ele propôs:

-Pessoar, todo mundo pra perto da cerca de arame farpado ali eu vou tira uma foto. Programou o temporizador e correu para junto de todos. Quando os outros o viram correr saíram correndo também, alguns se rasgando na cerca.

Então ele pergunta:

-O que aconteceu, uai?

E a tia responde com as duas orelhas penduradas:

Se ocê que conhece esse negócio ficou com medo, imagina nós que num conhece!

Cantinho do Associado

Envelhecer e uma arte

Muitos pensam que a longevidade e qualidade de vida sejam fruto da genética e dos avanços biotecnológicos.

Esses são componentes importantes mais não decisivos.

Assim como aprender a viver significa aprender a conviver com as mais diversas pessoas e nas mais diversas situações, também o envelhecimento com qualidade de vida exige um aprendizado.

Quem pretende viver muito e com intensidade tem que aprender administrar os talentos que Deus lhe confiou, mas igualmente a administrar eventuais carências e deficiências.

Ninguém nasceu sabendo. Muito menos alguém nasceu sabendo como administrar sua própria vida com suas limitações.

Tudo é questão de aprendizado mais ou menos Lento e empenhativo.



Colaboração de nosso associado Zé Luis

FORMATURAS

Em novembro realizou-se a formatura da turma de Espanhol tendo como professora Helena Madureira

A ela nossos agradecimentos e aos formandos parabéns e sucesso.

Felicitemos também os formandos de Informática.



- Salão da Ana venha se embelezar! Depilação cabelo, maquiagem, manicure.
- Analu Boutique Ótimas ofertas verifique!
- Lucia (cantina) agradece e deseja a todos um alegre e abençoado Natal!

Receita da mês: Coxinha de Inhame



Ingredientes massa :

- 600Gr de inhame cozido e amassado
- ½ xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 gema
- caldo de galinha ou outro tempero
- 1 colher de salsa picadinha

Recheio a gosto:

Frango, atum, aveia em flocos, alho etc.

Para empanar:

01 clara batida com 01 colher de azeite, farinha de rosca com um pouquinho de colorau. Faça as coxinhas, coloque o recheio, passe-as na farinha de rosca. Coloque as mesmas numa assadeira forrada com papel manteiga e leve as ao forno por mais ou menos 10 minutos.

Bom apetite!

Nota

1- Ao encerrarmos o ano de 2012 mais uma vez quero agradecer a todos os leitores e os que de forma direta ou indiretamente contribuíram para que este Informativo chegasse em suas mãos desejamos a todos saúde, paz, muita alegria no Natal e em todo Decorrer de 2013

2-Estamos com saudades da nossa eficiente secretaria Michelle. Ela se casou e mudou todo sucesso e felicidades Maria Lucia e toda Patota.

3-Nosso reconhecimento e agradecimento pelo carinho, e dedicação do nosso presidente Eustáquio em nos dar uma casa cada vez melhor. A Ele nota 10 com louvor!

**EXPEDIENTE: MARIA LÚCIA MARTINS - COMUNICAÇÃO
CAMILLA MESQUITA MAYRINK- ARTE**

Centro de Apoio e Convivência – CAC – (31) 3371-4050
Rua Juscelino Barbosa, 30 – Calafate, Belo Horizonte.
CEP: 30.411.535

www.centrodeapoioeconvivencia.com.br
centrodeapoioeconvivencia@yahoo.com.br