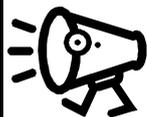


CAC Fim de Tarde EM FOCO

INFORMATIVO DO CAC - ANO 5 - Nº 02
BELO HORIZONTE - MARÇO DE 2014



A VOZ DO PRESIDENTE

Queridos associados (as):

Desejamos que nossas convivências constantes nesta **noossa casa** possa sempre ser alvo de alegrias, com muita união, pois estamos procurando a cada dia oferecer-lhes o melhor possível, dentro de nossas possibilidades, para um CAC cada vez melhor.

Sempre os nossos cordiais cumprimentos!

Eustáquio Luiz e Diretoria

PROGRAMAÇÃO DO MÊS



12 e 13 FEIRA DE ARTESANATO

De 7:00 às 18:00 h

Grande variedade de produtos lindíssimos!

22/03 Baile mensal

Sirlo e Banda das 17:00 às 22:00h

Bailinhos semanais às 2^{as} e aos sábados.

De 15:00 às 19:00h.



- ❖ CALDAS NOVAS- 04/04 À 09/04 (últimas vagas)
- ❖ PIC NIC - Hotel Fazenda

Maiores informações no Departamento de Turismo de 2^a a 6^a feira de 9:00 às 16:00h Leandro

02-Deaci (coral)
09-Piedade (coral)
10-Maria Jose Nassif (patrimônio)

15-Benedito (patrimônio)

22-Emilia (coral)

25-Lenir (cons. Deliberativo)

27-Herta (coral)



Parabenizamos a todos, desejando
lhes bastante saúde e paz!

Aviso



- ❖ Novo som no salão com novas caixas acústicas especiais.
- ❖ Instalação de iluminação de emergência no salão e banheiros.
- ❖ Estamos iniciando as obras da nossa futura academia com previsão de inauguração para breve, quando estaremos informando através de avisos.
- ❖ As aulas de informática terão início no dia 10 de março. Faça logo sua inscrição.
- ❖ Funcionamento no período de carnaval:
Dia 03 (seg)- funcionará normalmente
Dia 04 (ter)- FECHADO
Dia 05 (qua)- á partir de 12:00 h
- ❖ A Vanessa da cantina informa que além dos lanches e refeições já conhecidos, esta vendendo linguiça com temperos variados e também pão de queijo congelado em dois tamanhos. Consulte os preços atraentes e faça sua encomenda.

Vamos Rir!



- Um advogado pergunta a vitima:
- A senhora não suspeitou de que sua casa havia sido invadida por ladrões quando viu tudo revirado e espalhado por todos os cantos?
 - Não.
 - Responde a mulher.
 - Achei que meu marido estava procurando uma camisa limpa.

NOSSO CANTINHO

Viva o dia 08 de Março.

Quando se comemora o dia internacional da mulher. A todas as mulheres a nossa sincera homenagem.



MULHER É:

Mãe, amiga, filha, esposa, empregada ou patroa...

Muitas vezes faz o papel de:

Pai, professora, psicóloga...

E varias outras coisas...

Ai vem um louco e diz, que lugar de mulher e na cozinha...

Lugar de mulher e onde ela demonstrar a vontade de estar e de exercer com todo carinho as suas diversas atividades.

1 MINUTO DE SABEDORIA



Quando descobrimos que absolutamente nada é definitivo, inclusive a vida, compreendemos a inutilidade do orgulho, a tolice das disputas, a estupidez da ganância e a incoerência das tolas mágoas...

Nota



Queremos na oportunidade, mais uma vez, reconhecer o incansável esforço e grande dedicação diuturnamente do nosso querido presidente Eustáquio Luiz para com a nossa casa.

A Ele mil e sinceros agradecimentos!

**EXPEDIENTE: MARIA LÚCIA MARTINS - COMUNICAÇÃO
CAMILLA MESQUITA MAYRINK- ARTE
JOSE ALBERTO DINIZ-DIGITAÇÃO ARTE**

Centro de Apoio e Convivência – CAC – (31) 3371-4050
3371-1665/3334-1699/3332-1028

Rua Juscelino Barbosa, 30 – Calafate, Belo Horizonte.

CEP: 30.411.535

www.centrodeapoiоеconvivencia.com.br
centrodeapoiоеconvivencia@yahoo.com.br

BENEFICIOS DO ABRAÇO



- Alivia a Tensão.
- Ajuda na auto estima.
- Reduz o stress.
- Melhora o fluxo sanguíneo.

E O MAIS INTERESSANTE :É DE GRAÇA.

PARA REFLETIR E PENSAR “TODOS SOMOS IMPORTANTES” HOMENAGEM AO DIA 21/03 DIA INTERNACIONAL PELA ELIMINAÇÃO DA DISCRIMINAÇÃO RACIAL



Parece cena do século XIX, mais não é. Em pleno século XXI o mundo assistiu há pouco tempo um triste espetáculo de racismo. Torcedores do Real Garcilaso (Peru) insultaram o jogador do Cruzeiro Tinga.

Inaceitável demonstração de preconceito que cobre o futebol de luto e vergonha.

Não se trata de episodio inédito nem localizado, agressões e desrespeito em países ricos e pobres, desenvolvidos e em desenvolvimento, Espanha, Bélgica, Itália reino Unido, Rússia, Peru, Brasil serviram de palco para demonstrações de “atraso, Intolerância e falta de espírito esportivo.”

Nome que se sobressaiu nesta luta foi o nosso grande Nelson Mandela.

Isto É um câncer da sociedade. Todos somos iguais. Pensemos seriamente nisso.

RECEITA DO MÊS

Chás para emagrecer



Receita 1: 02 Litros de água

- 12 folhas de hortelã
- 01 pepino médio cortado
- 01 colher de gengibre picado
- 01 limão médio cortado em fatias

Receita 2: Couve – a vontade
Gengibre- a gosto
Água de coco- o quanto quiser

Modo de preparo:

Bata no liquidificador e vá tomando