

CAC Fim de Tarde EM FOCO

INFORMATIVO DO CAC - ANO 5 - Nº 04
BELO HORIZONTE - MAIO DE 2014



A VOZ DO PRESIDENTE

Dia 11 de Maio é dia de grande significado para toda humanidade, a vocês mães toda nossa gratidão por nos ter proporcionado o dom da vida, pois através dela que evoluímos física e espiritualmente.

Eustáquio Luiz e Diretoria.

PROGRAMAÇÃO DO MÊS



07 e 08 - FEIRA DE ARTESANATO

Conheça nossos lindos trabalhos

12/05 - Missa em homenagem as mães às 14:00

24/05 - Baile da Mães- Adilson Marlon & CIA
17:00 às 22:00h

2ªs e aos sábados: Horas dançantes- 15:00 às 19:00h



- ❖ PIC NIC- 21 e 22 de maio Hotel fazenda "Cachoeira da Serra" pagamento R\$90,00- entrada, 30 e 60 no cheque.
- ❖ TREM para Vila Velha em agosto- aguarde....

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

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 Amirian 9664-5480

ANIVERSARIANTES DO MÊS

04-Viana
15-Luciano (acupuntura)
17-Mônica (Hidroginástica)
24-Núbia (c. deliberativo)



A Todos Saúde e Paz!

Avisos



❖ Já está em pleno funcionamento nossa linda academia, fruto do trabalho exaustivo de nosso presidente e diretoria.

❖ Todas as 5ª feiras estamos com um grupo de estagiários de Newton de Paiva para aferir pressão, glicose e outros procedimentos.

Vamos Rir!



Dia 28 de abril – Dia da sogra .

—A mulher queixava se ao marido:
—É um desaforo! Vocês passam o tempo todo falando mal das sogras.
Elas também são humanas.
—Não se queixe querida.
Eu nunca falo mal de sua sogra. Sempre falo mal da minha.

Joãozinho- aula de Irene

Em qual região predomina a Caatinga?
—No suvaco fessora!



1 MINUTO DE SABEDORIA

É preciso amar as pessoas como se não houvesse amanhã. (Renato Russo)

NOSSO CANTINHO

HOMENAGEM ÀS MÃES



As mães têm a capacidade de ouvir o silêncio.

Adivinhar os sentimentos

Encontrar as palavras certas nos momentos incertos.

Nos fortalece quando tudo ao nosso redor parece ruim. Sabedoria emprestada dos deuses para nos proteger e amparar.

MÃE é um ser infinito.

Parabéns a todas as mães, mesmo que elas não estejam presentes fisicamente como a minha não está, o que mais conta é a presença que fica em nossos corações!

Parabéns pelo nosso dia!!!

Dia 22 de maio no Brasil comemoramos o "Dia do abraço"

Segundo o médico psicanalista Geraldo Caldeira o abraço oferece conforto atua no equilíbrio físico de 3 sistemas interligados.

Pessoas que transformam a atitude em hábito são muito mais felizes.

Como já disse no informativo de março, ele representa verdadeira cura pois alivia a tensão, reduz o stress e melhora o fluxo sanguíneo.

Não se abraça só o corpo mas a pessoa. É um ato que diz "Eu estou unido a você".

Segundo a psicanalista Maria Goretti F. o abraço é uma das mais calorosas demonstrações de afeto!... e é de graça.

BENEFÍCIOS DE UM ABRAÇO

Alivia a tensão	É de graça
Reduz o stress	ENTÃO
Ajuda na auto-estima	VEM LOGO ABRACAR-ME!
Melhora o fluxo sanguíneo	

RECEITA DO MÊS

Amarula caseira

Ingredientes:

- 1 lata de leite condensado
- 1 lata de creme de leite sem soro
- 200ml de conhaque
- 5 colheres de sopa de chocolate em pó.



Modo de fazer:

Bata todos os ingredientes no liquidificador, polvilhe o chocolate em cima e sirva.

Curso "Desfazendo nós e dando laços"

dia 18/05

Inscrições com Carlos Alberto

(31) 8693-5357

Fisio_ca@yahoo.com.br



Cantina da Vanessa

A partir desse mês (maio) teremos um caldinho de mandioca todos os sábados.

EXPEDIENTE: MARIA LÚCIA MARTINS - COMUNICAÇÃO
CAMILLA MESQUITA MAYRINK- 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.centrodeapoioeconvivencia.com.br
centrodeapoioeconvivencia@yahoo.com.br

PARA REFLETIR E PENSAR



Nunca deixe de lado alguém que você sempre quis conquistar, e só porque você acha que conquistou simplesmente cessa sua dedicação e seu zelo se sentindo acomodado.