

COMUNIDADE VIVA



Informativo da Paróquia Bom Jesus de Araras



Ano V | Nº 48 | Dezembro de 2019



EDITORIAL

Por: *Marineide Aguilera*

A cada ano, o mês de Dezembro é especial. E como tal, deve ser vivido por cada um de nós, especialmente o Natal. Esta é uma ocasião marcante em que mais ainda devemos ter a certeza do amor de Deus para conosco. Reviver este amor nos enche de alegria e paz.

Como parte deste amor de Deus para conosco, vamos, com mais profundidade, refletir com muita gratidão e muito empenho sobre as Leis do Senhor expressas no texto sobre os 10 Mandamentos.

Nas Intenções do Papa para este mês de Dezembro, somos convidados a pôr em prática medidas necessárias visando proporcionar aos jovens, especialmente aos que sofrem, um futuro mais condigno.

Da mesma forma que aos jovens, os idosos devem receber atenção e carinho de todos na comunidade, colocando em prática atitudes que incentivarão sua participação na vida cotidiana de forma saudável.

Nesta oportunidade, nos é sugerido viver com mais intensidade a Misericórdia de nosso Pai Eterno e nos reconciliarmos com Ele para vivermos em Sua Graça neste próximo ano que se inicia.

Que todos nós vivamos as Graças que o Senhor nos concede neste Natal e que nos preparemos para continuar a viver com santa alegria, o Ano Novo que logo se iniciará.

EXPEDIENTE

Coordenadores: Renan Albuquerque e Lucas Ferrari

Revisão: Prof^a Marineide Aguilera

Equipe PasCom: Jefferson Rodrigues, João Marcos, João Victor, Maria Luísa Roverssi, Maria Isabel, Matheus Felipe e Rafael Mendes

Impressão: Gráfica e Editora Topázio

Tiragem: 600 exemplares

Coluna: Os Dez Mandamentos

Por: *Maria Isabel Oliveira*

10º Mandamento:

“Não cobiçarás as coisas alheias!”

Este décimo Mandamento nos remete bastante ao nono Mandamento, desdobrando-o e completando-o. O nono Mandamento tem como foco a carne, já este, proíbe a cobiça em todos os sentidos.

A cobiça tem sua origem na idolatria, o que rompe com os três primeiros Mandamentos; também é a raiz do roubo e da fraude, rompendo assim com o sétimo Mandamento também.

Com este Mandamento, aprendemos a viver desprendidos dos bens materiais, buscando ter uma vida melhor, porém sem a inveja e a cobiça. Devemos aprender a diferenciar ambições razoáveis de desejos e da inveja injusta que é desenvolvida através da cobiça. Quando nos alegramos com os dons de Deus e tudo aquilo que ele nos proporciona, não há espaço para inveja ou ciúme, pois estamos verdadeiramente felizes!

Encerrando a série sobre o Decálogo, a mensagem mais importante que podemos absorver de tudo isso, é que, quando nos alegramos em Deus e buscamos alegrá-Lo também, todas as nossas escolhas são escolhas de bem e, assim, não estaremos pecando, mas sim alcançando a verdadeira felicidade.



Horário Paroquial

Atendimento da Secretaria

Matriz Bom Jesus
Segunda a Sexta das
7h00 às 18h00

Sábado das 7h00 às 11h00

Atendimento do Pároco ao Povo

Matriz Bom Jesus
Terça a Sexta das 14h30 às 17h00
Sábado das 8h30 às 11h00

Comunidade Nossa Senhora das Dores
Quartas das 8h00 às 11h00

Alcoólicos Anônimos (A.A)

Matriz Bom Jesus
Segundas e Sábados às 20h00

Atendimento Centro da Mulher

Matriz Bom Jesus
Segundas e Terças das 17h00 às 19h00:
Psicólogo

Grupo de Jovens (JANAFÉ)

Matriz Bom Jesus
Domingo às 10h30

Terço dos Homens

Matriz Bom Jesus
Quartas às 20h00

Biblioteca Paroquial São José

Matriz Bom Jesus
Sábados das 8h às 11h

HORÁRIO DAS SANTAS MISSAS:

Matriz Bom Jesus

- Quartas-feiras (pelos fiéis falecidos) às 19h00

- Sábados às 19h00

- Domingos às 9h00 e às 19h00

- 1ª Sexta-feira do mês (dedicado ao Sagrado Coração de Jesus) às 19h00

Comunidade Nossa Sra. das Dores

- Sábados às 17h30

- Domingos às 7h30



MATRIZ BOM JESUS
AVENIDA PADRE ALARICO ZACHARIAS, S/N - JARDIM BELVEDERE
TELEFONE: (19) 3541-1800
E-MAIL: BOMJESUS.ARARAS@DIOCESEDELIMEIRA.ORG.BR
PÁROCO: PADRE JOSÉ ÂNGELO MIRANDOLA BRYAN

COMUNIDADE NOSSA SENHORA DAS DORES
RUA HENRIQUE DIAS, 405 - PARQUE INDUSTRIAL
TELEFONE: (19) 3541-1964
PÁROCO: PADRE JOSÉ ÂNGELO MIRANDOLA BRYAN
IRMÃ ACESSORA: REGINA CÂNDIDO



Av. Padre Alarico Zacharias, 837
Jd. Belvedere | CEP 13601-200
Araras/SP

(19) 3542-2625
revisaautocenter.com



STUDIO DE BELEZA
Cabelo, Estética e Pilates

(19) 3551.0439
(19) 3542.5309

Av. Renata Crespi Prado, 281
Jd. Belvedere - Araras/SP

www.vsstudiodebeleza.com.br



**LOTÉRICA
BELVEDERE**

Av. Padre Alarico Zacharias, nº 265

MISSAS DE NATAL E ANO NOVO

24/12 - Missa da Noite de Natal
Às 19 horas - Matriz Bom Jesus
Às 19 horas - Comunidade Nossa Senhora das Dores

25/12 - Missa do Dia de Natal
Às 19 horas - Matriz Bom Jesus

31/12 - Missa da Véspera de Ano Novo
Às 19 horas - Matriz Bom Jesus
Às 19 horas - Comunidade Nossa Senhora das Dores



**Rede Mundial
de Oração do Papa**

Há pouco tempo a Igreja propôs um Sínodo sobre a Juventude, no anseio de ouvir os jovens e perceber seus sonhos e alegrias, bem como suas esperanças. E de uma forma muito abrangente, a Igreja os escudou, permitiu que os jovens falassem e mostrassem seus desejos.

E, segundo o documento final do Sínodo, perceberam-se muitas coisas relevantes, inclusive esta, sobre a qual vamos rezar este mês. Às vezes a falta de oportunidade e prioridade das nações é o grande entrave para os jovens. Um dos pontos que chama atenção do Sínodo e que entra em sintonia com esta prece, é o parágrafo 52: "Perante as contradições da sociedade, muitos jovens desejam fazer render os seus talentos, competências e criatividade, e estão dispostos a assumir responsabilidades. Entre os temas que eles consideram mais importantes, sobressaem a sustentabilidade social e ambiental, as discriminações e o racismo. O envolvimento dos jovens obedece muitas vezes a abordagens inéditas, explorando, inclusive, as potencialidades da comunicação digital em termos de mobilização e pressão política: propagação de estilos de vida e modelos de consumo e investimento críticos, solidários e atentos ao meio ambiente, novas formas de compromisso e de participação na sociedade e na política; renovadas modalidades de previdência social que beneficiem as pessoas mais vulneráveis."

Acredito que esta seja uma boa medida para pensar nos jovens do futuro e no futuro dos jovens. O desenvolvimento pleno de um país precisa se reformular, adaptando suas práticas e se abrindo para os jovens que estão chegando, caso contrário, muitos estarão presos em um anacronismo que não convence mais.

A missão da Igreja também é esta: ser sempre jovem e não perder seu dinamismo, sobretudo no saber ouvir e dialogar com o mundo dos jovens, sem nunca perder de vista os valores do Evangelho. Rezemos!

O FUTURO DOS MAIS JOVENS

Para que todos os países tomem as medidas necessárias para fazer com que seja uma prioridade o futuro dos mais jovens, sobretudo daqueles que sofrem.



**P.L. Escritório
Contábil**

Rosângela Ap. Prone Ré
CRC 1SP147443/O-2

Av. Torque, 260 • Belvedere • Araras/SP • CEP 13.601-052
Fone (19) 3544-3946 • Fone/Fax (19) 3541-7568
E-mail: plescritorio@linkway.com.br

DROGARIA COOPER
Medicamentos e Perfumarias

Farmácia do Baiano
R. B. Borelli & Cia Ltda.

Av. Zurita, 441 - Jd. Belvedere
Cep 13601-020 - Araras/SP
Tel. (19) 3541.1333
E-mail: drogaria.cooper@ig.com.br

VIDROVAN

Tudo em vidros para autos e caminhões.
Borrachas | Canaletas | Máquinas de Vidros
Fechaduras | Insul-Film | e Acessórios

Fone: (19) 3544.6611

VENDAS - COLOCAÇÃO E CONsertos

Rua Albino Cardoso, 167 - Centro - Araras - SP
www.vidrovan.com - vidrovanararas@terra.com.br

A LUZ RESPLANDECEU

Por: Pe. João Bosco Trevisan

Mais um ano termina, outro começa a chegar e, com ele, chegam também novos sonhos, planos, aspirações e desejos de fazer o mundo melhor. As ruas iluminadas, as casas decoradas, a troca de cartões e presentes nos contagiam. Há um clima diferente no ar que nos envolve e faz nosso lado melhor vir à tona. Gestos de ternura e perdão são espontâneos e votos de felicidade voam distâncias e cruzam mares para chegar aos corações. É tempo de luz!

A luz significa sobretudo conhecimento, verdade. Em contraposição com a escuridão da mentira, da ignorância; a luz faz-nos viver, indica-nos a entrada. Além disso, enquanto gera calor, a luz gera amor. Onde há amor, levanta-se uma luz no mundo, onde há ódio, o mundo permanece na escuridão.



Natal, festa da luz na qual proclamamos Jesus Cristo como Salvador. Sol de nosso Deus que nos visita. São João Batista, a voz que grita no deserto de nossa realidade, convida-nos à conversão.

Acredito que quando celebramos o Natal, algo diferente acontece dentro de nós e nos contagia, inclinando-nos à mudança, à simplicidade e à busca do essencial. Nossos caminhos precisam ser endireitados, pois a corrupção, a violência, a injustiça, a falta de perdão e reconciliação, impedem uma caminhada feliz.

A criança que está dentro de nós, que nasce para apontar nosso rumo à nossa história: simplicidade, perdão, alegria, solidariedade. Precisamos preparar o coração e a vida para acolher o Salvador, nossa expectativa da chegada definitiva da luz do mundo. Simboliza a nossa fé em Jesus Cristo que ilumina todo homem que vem a este mundo.

Deus Pai de bondade, nos enviastes vosso Filho ao mundo por meio de Maria, vossa serva. Vossa promessa se cumpriu naquela que é a Igreja, e sua maternidade inspira no discipulado a esperança e a alegria da proximidade do Natal.

Hoje nasceu para nós o Salvador do mundo, brilhou em nossa noite a claridade da verdadeira Luz... Um Salvador nasceu para nós! Que todos os povos caminhem para a claridade da Luz.

No centro do presépio dois bracinhos de criança, que se abrem em nossa direção, cheios de ternura e de paz, nos ensinam que é abrindo os braços na direção do outro que construímos um feliz ano novo e uma feliz vida nova. Discreto e sereno, lá está também José, figura tão importante no nascimento de Cristo. Homem simples, trabalhador, como tantos entre nós. Dedicção, pureza, humildade e obediência a Deus movem seu coração e conduzem suas atitudes. É com razão que padre Zezinho afirma, em uma das suas inúmeras canções, que "O mundo seria bem melhor se todo pai fosse José [...]". Ainda no presépio, encontramos Maria refletindo a serenidade, a luz e a paz de que a humanidade tanto precisa. Sua ternura materna irradia e consola o coração de filhos aflitos que a contemplam, buscando aprender com ela o jeito de corresponder a Deus.

Abramos nosso coração ao arrependimento e não fiquemos apenas na beleza exterior e sim, brilhe a graça interior da paz, reconciliação, diálogo e perdão. É tempo de nos deixarmos envolver pela eterna simplicidade, alegria e pureza do presépio, expressas nos bracinhos abertos do Menino Jesus. Assim, verdadeiramente, o Natal estará acontecendo em nossa vida e haverá paz na terra e em nossos corações!



**O DÍZIMO DE HOJE,
CONSTRÓI A IGREJA
DO AMANHÃ!**

Seja um dizimista!

Virtual GAMES

XBOX ONE
PS4

→ Venda de aparelhos e acessórios
→ Assistência Técnica
→ Manutenção

R. Rodrigues Alves, 44 - Belvedere
(19) 3544-1962 | (19) 993392923

SEGA WII
XBOX 360
NINTENDO
SONY

3D SOLUTIONS INFORMÁTICA

Assistência Técnica em Computadores
(Atendimento Residencial e Empresarial)
Sistema Leva e Traz

(19) 3352-1030 | (19) 9 9506 6086
comercial@3dsolutions.com.br
Rua Blumenau, 182 Jd Novo Candida

Seguros Automóvel, Residencial, Empresarial,
Vida em Grupo e outros

3544.3244 • 3544.3524
99165 9392

carandina
corretora de seguros

Rua Julio Mesquita, 1037 - Centro

Com o final de ano cada vez mais próximo, ressurgem em nós a necessidade de reflexão a respeito do ano vigente, assim como de novas expectativas e planos para o novo ano. Sendo assim, buscamos colaborar com tais reflexões e planos direcionando você, leitor, para algo que julgamos ser importante.

Somos hoje produto de todas as experiências que vivemos. Sejam elas agradáveis ou não, devemos ser gratos, pois o fato de estarmos em contato com este singelo texto, nos é indicativo de que vencemos os desafios até aqui e garantia de que ainda há possibilidade de melhora em todos os aspectos de nossa vida.



Todos somos dotados de habilidades e capacidades para fazermos o melhor para nós, bem como para as pessoas que convivem conosco e assim por diante, como uma onda que cada vez ocupa mais espaço. E isto é determinado por nossas escolhas e ações, as quais estão sujeitas a erros e imprevistos.

Uma parcela dos eventos que ocorrerão conosco ao longo do ano, não está sob o nosso controle. Destaco "apenas uma parcela": não podemos controlar o tempo, o clima e as decisões de nossos políticos por exemplo, perdas e adversidades poderão estar em nosso caminho e nada poderá ser feito para mudar. Mas... citando a bellissima oração da serenidade: "Conceda-me a serenidade para aceitar aquilo que não posso mudar, a coragem para mudar o que me for possível, e a sabedoria para saber discernir entre as duas..."

Temos que nos responsabilizar para fazermos nosso melhor com a parcela que nos cabe, que nos diz respeito às atitudes, posturas, hábitos e reações, sobre os quais necessitamos assumir o controle para poder escolher entre certo e errado, positivo e negativo, utilidade e inutilidade, vantagem ou prejuízo.

Independente dos planos para o novo ano, torcemos para que todos façam escolhas, agindo na direção de priorizar o que de fato é importante como: tempo de qualidade com a família, hábitos saudáveis, aquisição de conhecimento, compreensão das diferenças, uso consciente do tempo, auxílio ao próximo, convívio comunitário, paciência, etc...

O ANO NÃO VAI SER NOVO SE VOCÊ FOR O MESMO.



Somos gratos por todas as experiências e vivências até aqui, e desejamos a todos um ano de 2020, com muitos momentos de alegria, com vitórias nos desafios, com aprendizados diante das dificuldades.

Seja o ano novo que você deseja

COISAS BOAS ACONTECEM

 WhatsApp

FAÇA PARTE DO GRUPO DO WHATSAPP DE NOSSA PARÓQUIA E FIQUE POR DENTRO DE TUDO!
MANDE UMA MENSAGEM PARA O SEGUINTE NÚMERO:
(19) 98227-2263 E PEÇA PARA SER ADICIONADO!

SENEBA

- Baterias
- Auto Elétrica
- Ar Condicionado

41 Anos



@baterias.seneda@ig.com.br
Fones: (19) 3541.5856 / 3541.7622 / 3542.0388
R. Padre Manoel da Nóbrega, 50 - B. Belvedere - Araras - SP

 **REVISÃO**

EMPILHADEIRAS
Vagner
 (19) 9.9758-4551

SOUZA CAR

OFICINA MECÂNICA

Fone 3541.9667
RUA CAMPOS SALLES, Nº 72 | ARARAS/SP



PERFIL

Por: Pastoral da Comunicação

Na página “Perfil” deste mês, fazemos referência à vocação Canossiana de mais duas ararenses.

“Te louvo meu Senhor, pois olhaste para mim e teu amor fez maravilhas!”

VOCAÇÃO

Estas duas irmãs, abrem para nós, algumas páginas, do livro de suas vidas: Ir. Dirce Puppi e Ir. Dilma Bonini. Elas percorreram juntas, desde os primeiros passos, o caminho de Consagradas na Congregação das Filhas da Caridade Canossianas.

Desde 1960 (ano da inauguração do Instituto Canossiano em Araras) iniciaram os contatos com as Madres que nos finais de semana, reuniam crianças e adolescentes para momentos de lazer e Catequese Bíblica. O estilo de vida das Canossianas entusiasmou as duas e elas passaram a dialogar com Madre Agnese Fogale que as conduziu a um sério discernimento vocacional, com acompanhamento espiritual do Pároco Pe. Dorival Lança.

Até então, Dirce se envolvia mais com as Salesianas de Dom Bosco, e Dilma, com as Missionárias de Jesus Crucificado. Chegando o dia 31.12.1961 e tendo deixado seus trabalhos profissionais (Fábrica de tecidos e Loja Belvedere) puseram-se nos passos de Jesus, seguindo o Carisma de Madalena de Canossa.

DEIXANDO TUDO SEGUIRAM JESUS

Para as duas famílias, deixar as primogênitas saírem de casa foi uma grande provação. Após muitos esclarecimentos por parte das duas Madres visitadoras, os pais chegaram a um consenso e deram permissão para elas residirem com as Madres.

Dirce trabalharia no Hospital, e Dilma semanalmente daria um dia da semana para ajudar a mãe que tinha as gêmeas com apenas 18 meses.

Havia em cada uma, muito entusiasmo na descoberta da vocação religiosa, e ao mesmo tempo uma nuvem de temores envolvia a todos: - o ter que deixar os pais, irmãos menores e o trabalho que contribuía com o sustento da casa; e o nível de estudos das duas jovens.

Uma força interior e o acompanhamento espiritual semanal, a frequência da Celebração Eucarística e os momentos passados na presença de Jesus Sacramentado, fortalecia cada vez mais a vontade de seguir o Senhor, abraçando a Regra de Vida das Canossianas.

MISSÃO

A partir da experiência, Paróquias administradas por Religiosas, (experiência pioneira no Brasil), Ir. Dirce foi membro integrante das Comunidades Canossianas a serviço da Pastoral Paroquial em: Sertãozinho, (1971-1973) Sta. Cruz da Conceição, (1974-1978); Estreito MA. (1978-1980); Imperatriz MA (1980-1986) e Ilhabela SP (2001-2009). Atuou também na Comunidade N.S. das Dores (do Instituto Canossiano, aberta ao público desde 1978).

Após sucessivas cirurgias, nos intervalos de recuperação, Ir. Dirce continuava com muito zelo a Missão Pastoral Paroquial.

Atualmente, encontrando-se muito enferma, transcorre seus dias de Consagrada “crucificada com Cristo” “oferecendo-se pela Missão e novas vocações. Destes anos de Missão conserva as mais belas lembranças, em especial a Comunidade Bakhita de Imperatriz, onde as pessoas dão continuidade com verdadeiro zelo missionário.

Ir. Dilma, dedicou-se a diversas Comunidades da Província N. Sra. Aparecida: em Delfim Moreira: 1967; em Araras: Instituto Canossiano acompanhando as aspirantes à vida Canossiana; Semi-internato; Centro Social Romana Ometo (creche). Com as Catequistas no Bom Jesus; em Imperatriz; 1978 - 1984 primeiros anos da Missão com as Irmãs Rina Guarnieri e Gabriella Soldi. Em Santos, na Paróquia da Catedral, juntamente com M. Antonia Robusti e outras Irmãs, além da Pastoral Catequética Litúrgica, deram vida à Obra Social da Casa João Paulo II, que atendia as crianças no contraturno escolar, as mães, e senhoras idosas moradoras dos cortiços e porões.

De 2004 até 2014, assumiu a Pastoral da Criança e acompanhou as comunidades do sul da ilha. Atualmente está em Araras a serviço das Irmãs idosas e enfermas.

A Paróquia Bom Jesus – Araras “berço vocacional das duas irmãs”, está sempre bem presente, quer participando das celebrações ou reencontrando os amigos. Por tudo: louvamos ao Senhor que sempre faz maravilhas em nosso ser e opera para que Jesus Cristo seja cada vez mais conhecido e amado!



DESPACHANTE AQUARIUS 

José Luiz Fernandes
Angelo Francisco Trindade
Domingos Antonio C. Quintas

(19) 3541-9607

Av. Padre Alarico Zacharias, 730 - Belvedere - Araras/SP
(em Frente a Igreja do Bom Jesus de Pirapora)

SOLUTEC 3544.1642
SOLUÇÕES ELETRÔNICAS 3351.3000

VENDA, INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO

ALARME MONITORADO | CÉRCA ELÉTRICA | ACESSO REMOTO
CIRCUITO FECHADO TV | CONCERTINA | POR SMARTPHONE

Rua Dona Sophie Delamain, 309 - Jd. Belvedere

www.solutesolucoes eletronicas.com.br

AGROPECUÁRIA PERUCHI 

DISK RAÇÃO 3541.9037

RUA AMÉRICA, 44 - CENTRO - CEP 13600-100 - ARARAS- SP

PASTORAL DA PESSOA IDOSA

A Pastoral da Pessoa Idosa tem como data de Fundação 05/11/2004, por iniciativa da Dra. ZILDA ARNS. Mulher de fé e de uma sensibilidade notável, que percebeu a necessidade da Igreja ter um olhar solidário e fraterno para com as Pessoas Idosas, já que o perfil demográfico da sociedade brasileira foi se modificando e evidenciando um grande número de pessoas da faixa etária com mais de 60 anos, que precisava de orientação, cuidado, prevenção e torná-las protagonistas da própria história. "O segredo de ser sempre jovem, mesmo com marcas no corpo, é ter uma causa a que dedicar a vida", lema que a Dra. Zilda Arns adotou para sua vida e que motiva cada Líder da Pastoral da Pessoa Idosa. O grande desafio da Pastoral da Pessoa Idosa é atender ao pedido do nosso Santo Papa João Paulo II para "Que cada comunidade acompanhe com uma compreensão amorosa todos os que envelhecem".

A Pastoral da Pessoa Idosa tem por objetivo assegurar a dignidade e a valorização integral das pessoas idosas, através da promoção humana e espiritual, respeitando seus direitos, num processo educativo de formação continuada, de suas famílias e de suas comunidades, sem distinção de raça, cor, profissão, nacionalidade, sexo, credo religioso ou político, para que as famílias e as comunidades possam conviver respeitosamente com as pessoas idosas, protagonistas de sua auto-realização, por meio das seguintes ações:

1. Visita Domiciliar: Cada líder capacitado, visita mensalmente as pessoas idosas vizinhas.
2. Ser ponte entre a família e a comunidade
3. Ajudar na construção da rede de solidariedade
4. Reunião de Avaliação e Reflexão: Mensalmente os Líderes de cada comunidade se encontram para uma reunião de avaliação e reflexão de sua missão na comunidade e para sua formação contínua.

Mística

Baseia-se no Evangelho de São Marcos, pois tem como ponto alto a multiplicação dos pães, que mostra a sequência dos passos VER, JULGAR, AGIR, AVALIAR e CELEBRAR, nos quais a Pastoral da Pessoa Idosa se inspirou para fazer a Missão no seu dia a dia.

Líderes

O Líder Comunitário da Pastoral da Pessoa Idosa é uma pessoa voluntária, que mora na mesma comunidade e que recebeu capacitação para isso. Na capacitação, que dura em média 12 horas, a pessoa recebe orientação sobre como fazer uma visita domiciliar, sobre cada indicador do acompanhamento às pessoas idosas, sobre vários temas que estão implicados em cada indicador do acompanhamento e sobre o sistema de informação: caderno do líder e a FADOPI - Folha de Acompanhamento Domiciliar da Pessoa Idosa.

Incentivar a Prática de Atividades Físicas

Com essa prática, busca-se a manutenção da autonomia e da independência física da pessoa idosa, facilitando assim o desempenho

de suas tarefas diárias, sem necessitar de ajuda por um maior período possível de sua vida;

Recomendar a Tomar dois Litros de Líquidos por dia / Nutrição

A água é um dos principais componentes do organismo humano. Ajuda no transporte dos nutrientes, na lubrificação das articulações, na digestão, na respiração, ajuda a regular a temperatura do corpo, entre outros tantos benefícios;

Motivar a tomar anualmente a vacina contra a Gripe e, aos acamados, a vacina contra Pneumonia

A pessoa idosa, por sua maior fragilidade, está mais sujeita às complicações da gripe, por isso é muito melhor prevenir do que se expor a tais complicações. As duas vacinas, contra gripe e contra pneumonia, ajudam na manutenção da saúde e na prevenção de doenças;

Orientar sobre prevenção de Quedas

A pessoa idosa tem direito à locomoção de maneira segura, livre de barreiras que possam favorecer as quedas e suas sérias consequências como fraturas, imobilidades e outras complicações.

Este é um resumo do que é a Pastoral da Pessoa Idosa da nossa Diocese de Limeira. Se na sua Paróquia ainda não tem a esta Pastoral, ou se você se sentir tocado para este serviço, ou ainda se quiser saber mais de como pode ajudar as pessoas idosas, é só nos procurar que iremos até você como o maior prazer.

Coordenadora Diocesana – Sandra Regina Capana Michelim
Telefone (19) 981467615

E-mail – sandra.michelim@hotmail.com

Por: Marcos Morais (Marquinhos)
integrante da Pastoral da Pessoa Idosa da Diocese de Limeira - SP



Pastoral da
Pessoa Idosa CNBB

"Dai ao nosso coração sabedoria" (SL 90)


Antonio I. Aguillera
Psicólogo
Tel.(19) 99618-3304

Disk Entregas
3541 - 5530
Loja Centro
3544 - 8097
Loja Av. Loreto
3541 - 0508
Loja Belvedere

FARMÁCIA
ARARENSE

LOJA
NATALINA
DESDE 1955

(19) 3541 1401 - (19) 3542 0305 - (19) 99699 1401
lojanatalinamodas@gmail.com
Av. Padre Atilio, 173 - Belvedere - Araras - SP
facebook.com/lojanatalina instagram.com/lojanatalina



Para muitos, hoje em dia, o Natal pouco mais é do que troca de presente, árvores decoradas e luzes por todo lado. E parece que se perdeu completamente o seu significado.

Nesta época nosso foco deveria estar voltado para a união e celebração familiar; para a reflexão sobre a nossa vida. E no lugar da frenética troca de presentes, deveríamos trocar carinho e amor.

Por isso, este ano faça diferente e distribua boas ações e bons sentimentos. Pois não há presente mais valioso que um abraço carinhoso de quem amamos.

Este ano comemore o nascimento de Jesus reencontrando-se com o verdadeiro significado do Natal!