



ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA E BENEFICENTE

“Pe. JOSÉ AUGUSTO MACHADO MOREIRA”

CNPJ 65.887.382/0001-62

Rua Cinira Polônio 371 Conj Promorar Rio Claro /SP – CEP: 08395-320

Fone/Fax: 3793-2652

Site: [www.sonhareacontecer.org.br](http://www.sonhareacontecer.org.br)

E-mail: [padremoreira@sonhareacontecer.org.br](mailto:padremoreira@sonhareacontecer.org.br)

# BOLETIM OUTUBRO



# SUMÁRIO

| <b>Matérias</b>  | <b>Página</b> |
|--|---------------|
| CEI'S  | 03            |
| Dia Mundial da Saúde Mental                            | 07            |
| Dia Nacional da Pessoa Portadora de Deficiência Física | 09            |
| Dia das Crianças                                       | 11            |
| Dia Nossa Senhora Aparecida                            | 12            |
| Dia do Professor                                       | 15            |
| Dia Mundial da Alimentação                             | 17            |
| Dia Nacional da Vacinação                              | 19            |
| Dia do Médico  | 21            |
| Dia Nacional do Livro                                  | 22            |
| Dia das Bruxas   | 23            |
| Aconteceu  | 25            |
| Dicas de Saúde   | 45            |
| Culinária  | 48            |
| Aniversariantes  | 49            |
| Reflexão   | 50            |

# **CENTRO EDUCAÇÃO INFANTIL CEI**

REFLEXÃO;

ESTE MÊS VAMOS REFLETIR UM POUCO SOBRE A IMPORTANCIA  
DO CEI'S EM NOSSA SOCIEDADE

Uma creche é um espaço assistido, para o cuidado de bebês e crianças de 2 anos até 3 anos, que ainda não tem idade para frequentar o pré-escola. Pedagogos responsáveis administram a rotina das crianças promovendo o seu desenvolvimento cognitivo e motor, com os devidos cuidados necessários de higiene e bem estar para cada criança acompanhando a idade.

A creche, no Brasil, pode ser particular ou do governo, com o mesmo objetivo. Ambas diferenciam-se por serviços complementares, como mais profissionais por grupos de crianças, refeições ou outros idiomas além do português. Por este motivo, algumas creches particulares chegam a custar anualmente aos pais, mais do que uma universidade.

A Associação Comunitária e Beneficente "Padre José Augusto Machado Moreira" têm 3 CEI's São elas:

## **CEI Santo Dias.**

Localiza – se: Rua Miguel Miranda, 09 Parque são Rafael – São Paulo.

Atende crianças de 2 a 3 anos num total de 75 crianças.

O objetivo do CEI deve estender-se ao ambiente familiar, propiciando a interação da família com a creche e procurar estabelecendo um vínculo com a comunidade, fator importante paralelamente para garantir bons resultados.



### **CEI Pequenos Heróis**

Rua Julia Grisi, 107

O CEI está localizado no Jardim São Roberto, bairro de periferia, predominantemente residencial, com poucas ofertas de emprego. Há também carência de serviços básicos como os de saúde, habitação, transporte e segurança.





De acordo com dados extraídos das fichas de matrícula e da avaliação institucional:

- Dos alunos matriculados uma grande porcentagem é dos bairros Imigrantes, sendo uma menor porcentagem de outros bairros. A matrícula nesta Unidade atende preferencialmente ao zoneamento, porém, com a diminuição dos alunos por diversos fatores como, proximidade de outras unidades escolares, passou a matricular alunos de bairros próximos.
- Em torno de 80% dos alunos vêm à escola com recursos próprios: a pé, ou os pais trazem e buscam de carro; 20% usam o transporte escolar particular (pago).
- Predomina a etnia branco-parda (80%) sendo 17% negra e 3% as demais etnias.
- A escolaridade dos pais é bastante variada: Analfabetos; Ensino Fundamental Incompleto; Ensino Fundamental Completo; Ensino Médio Incompleto; Ensino Médio Completo; Ensino Superior.

- As profissões predominantes são: comércio; indústria; profissionais liberais ou autônomos; do lar ou aposentados; desempregados.

Buscamos fazer uma ação contínua com os pais e comunidade para adequarmos a realidade e o contexto de nossos atendidos e docentes. Desenvolvendo um atendimento lógico e de qualidade, prezando sempre o bem estar do outro e oferecer um espaço de interação e prazeroso.

### **CEI JD. SÃO FRANCISCO**

LOCALIZA: RUA TRAVESSA IDADE MADURA, 58 JD SÃO FRANCISCO.

ATENDE CRIANÇAS NA FAIXA ETÁRIA 0 A 3 ANOS DE IDADE.

COM ATENDIMENTO DE 193 CRIANÇAS



OBJETIVO É SEMPRE APRIMORAR O TRABALHO COM COMPETENCIA, DEDICAÇÃO E PRINCIPALMENTE MUITO AMOR.

SÃO PEQUENOS, MAS SERÃO O FUTURO DE NOSSO PAÍS, BEM INTRUIDOS, BEM EDUCADOS E CUIDADOS, POR MÃOS DE GRANDES SABEDORIAS.

PARABÉNS A TODAS AS EQUIPES!

# MATÉRIA

## Dia Nacional da Saúde Mental



### *Uma visita ao psiquiatra!*

Lívia chegou ao consultório para sua primeira entrevista com o psiquiatra, aguardou por alguns minutos na sala de espera, enquanto observava os detalhes: a sala bem arejada, bem mobiliada, tudo ocupando um espaço milimetricamente perfeito. Parecia que cada detalhe fora feito propositalmente para combinar. As cores, as plantas, e até a recepcionista, bem vestida, simpática e sorridente. Recebia a todos que lá chegavam com a pergunta: - Aceita um café? E completava:

O Doutor está atrasado hoje, mas em breve irá atendê-lo.

Lívia observou que as pessoas na sala de espera aguardavam silenciosamente, apenas se entre olhavam, mas nada diziam.

O telefone tocou. Quebrando um pouco o silêncio.

Consultório do Sr. X! Bom dia!

Podemos agendar sim às 14hs, dia 25/12/2015?

Não!!!! Um minuto Sr. X, está data é feriado, o consultório não estará funcionando. É um dia especial para passarmos com a família. Nesta data não será possível. Vou agendar para 08/01/2016. Pode ser no primeiro horário?

Desligou... Deve estar louco!! Ser atendido no dia de natal!! Só pode estar louco!!!

Lívia se pôs então a pensar:

Todos que aguardavam por uma consulta com o Doutor Psiquiatra, seria louco? Ou somente o Sr. X, que solicitou atendimento para o dia de Natal?

“Ser Louco” faz parte de toda uma discussão que abrange algumas ciências. Para filosofia esta condição depende da sociedade em que se vive, do momento histórico e da cultura vigente”.

***Patricia Yumi Nakagawa***

Para a Recepcionista o Sr. X era louco, porque para ela o Natal significava estar em família, mas e para o Sr. X qual seria o significado desta data? Outra pergunta que ela se fez foi, será que ir ao psiquiatra é indícios de loucura?

Quem sabe, não é mesmo! Para algumas pessoas talvez seja, porque dizem que é! Mas, a verdade é que cada um sabe qual é a sua loucura e o que de fato precisa ser cuidado no que diz respeito a sua saúde mental, portanto não se acanhe e procure um profissional quando algo não estiver bem, e não se importe com a data!

Como dizia Raul Seixas: “Enquanto você se esforça pra ser  
um sujeito normal  
e fazer tudo igual

Eu do meu lado, aprendendo a ser louco  
Um maluco total  
na loucura real”

*Escrito por: Maralucia Bueno e Rosimeire Bussola*  
*Técnicas do Serviço de Medida Socioeducativa Juventude & Cidadania*  
*Data: 15/10/2015*



11 de outubro

## **Dia do Deficiente Físico**

No dia 11 de outubro comemoramos o Dia Nacional do Deficiente Físico, essa data foi instituída para promover a conscientização da sociedade e dos nossos dirigentes sobre as ações que devem ser realizadas para garantir a qualidade de vida e a promoção dos direitos dos deficientes físicos.

De acordo com o Censo o Brasil conta com aproximadamente 24,6 milhões de pessoas portadoras de deficiências, sendo que 9 milhões apresentam algum tipo de deficiência física.

A Lei 8.213 traz que as empresas que contam com mais de 100 colaboradores devem abarcar em seu quadro de funcionários portadores de deficiências.

Ao contrário do peso que a palavra deficiente carrega, podemos notar o quanto às pessoas portadoras de deficiências são eficientes.

Muito ainda deve ser feito para garantir a acessibilidade e mobilidade, seja nas calçadas, nos transportes públicos ou em estabelecimentos privados, por isso a importância da revisão das políticas administrativas para assegurar os direitos dos deficientes físicos.

Entretanto, não podemos deixar de ressaltar o exemplo de superação, garra e determinação e o quanto as pessoas com deficiência física vem conquistando notoriedade nos Esportes.

Nas Paralimpíadas de Londres (2012) o nosso país conquistou 21 medalhas de ouro, 14 de prata e 8 de bronze totalizando 43 e a 7º posição no quadro geral de medalhas. Motivos para comemorar não faltam a esses atletas diante de tantas conquistas e principalmente por colocar o Brasil na sua melhor colocação na história dos jogos paralímpicos.

Que as Paralimpíadas sirvam de inspiração e conscientização para as questões de acessibilidade e incentivo para os atletas.



*“ Por um mundo onde sejamos socialmente iguais, humanamente diferentes e totalmente livres”*

Rosa Luxemburgo

Fonte: <http://www.posugf.com.br/noticias/todas/1854-dia-nacional-do-deficiente-fisico>

Colaboração Verônica MSE Arte de Viver

## Dia das crianças

---

O dia das crianças é reconhecido em várias nações ao redor do mundo para homenagear as crianças, cuja data efetiva de comemoração varia de país para país. Foi proclamado pela primeira vez durante a Conferência Mundial para o Bem-estar da Criança em Genebra em 1925, sendo celebrado desde então o Dia Internacional da Criança a 1 de junho, adotado em países como Angola, Portugal e Moçambique.<sup>[1]</sup> No Brasil, o dia das crianças é solenizado em 12 de outubro.

A ONU reconhece o dia 20 de novembro como o Dia Mundial da Criança, por ser a data em que foi aprovada a Declaração Universal dos Direitos da Criança em 1959 e a Convenção dos Direitos da Criança em 1989.

### No Brasil

---

No ano de 1924, o deputado federal Galdino do Valle Filho teve a ideia de "criar" o dia de nossa senhora aparecida. Os deputados aprovaram e o dia 12 de outubro foi oficializado como Dia da Criança pelo presidente Arthur Bernardes, por meio do decreto nº 4867, de 5 de novembro de 1924. Mas somente em 1960, quando a Fábrica de Brinquedos Estrela fez uma promoção conjunta com a Johnson & Johnson para lançar a "Semana do Bebê Robusto" e aumentar suas vendas, é que a data passou a ser comemorada. A estratégia deu certo, pois desde então o dia das Crianças é comemorado com muitos presentes. Logo depois, outras empresas decidiram criar a Semana da Criança, para aumentar as vendas. No ano seguinte, os fabricantes de brinquedos decidiram escolher um único dia para a promoção e fizeram ressurgir o antigo decreto. A partir daí, o dia 12 de outubro se tornou uma data comemorativa para Nossa Senhora Aparecida

[https://pt.wikipedia.org/wiki/Dia\\_das\\_crian%C3%A7as](https://pt.wikipedia.org/wiki/Dia_das_crian%C3%A7as)

Colaboração Marcia CEI Santo Dias

## Nossa Senhora da Conceição Aparecida



### **História de Nossa Senhora da Conceição Aparecida:**

O rio Paraíba, que nasce em São Paulo e deságua no litoral fluminense, era limpo e piscoso em 1717, quando os pescadores Domingos Garcia, Felipe Pedroso e João Alves resgataram a imagem de Nossa Senhora Aparecida de suas águas.

Encarregados de garantir o almoço do conde de Assumar, então governador da província de São Paulo, que visitava a Vila de Guaratinguetá, eles subiam o rio e lançavam as redes sem muito sucesso próximo ao porto de Itaguaçu, até que recolheram o corpo da imagem. Na segunda tentativa, trouxeram a cabeça e, a partir desse momento, os peixes pareciam brotar ao redor do barco.

Durante 15 anos, Pedroso ficou com a imagem em sua casa, onde recebia várias pessoas para rezas e novenas. Mais tarde, a família construiu um oratório para a imagem, até que em 1735, o vigário de Guaratinguetá erigiu uma capela no alto do Morro dos Coqueiros. Como o número de fiéis fosse cada vez maior, teve início em 1834 a construção da chamada Basílica Velha.

O ano de 1928 marcou a passagem do povoado nascido ao redor do Morro dos Coqueiros a município e, um ano depois, o papa Pio XI proclamava a santa como Rainha do Brasil e sua padroeira oficial.

A necessidade de um local maior para os romeiros era inevitável e em 1955 teve início a construção da Basílica Nova, que em tamanho só perde para a de São Pedro, no Vaticano.

O arquiteto Benedito Calixto idealizou um edifício em forma de cruz grega, com 173m de comprimento por 168m de largura; as naves com 40m e a cúpula com 70m de altura, capaz de abrigar 45 mil pessoas. Os 272 mil metros quadrados de estacionamento comportam 4 mil ônibus e 6 mil carros. Tudo isso para atender cerca de 7 milhões de romeiros por ano.

### **Milagres das Velas**

Estando a noite serena, repentinamente as duas velas que iluminavam a Santa se apagaram. Houve espanto entre os devotos, e Silvana da Rocha, querendo acendê-las novamente, nem tentou, pois elas acenderam por si mesmas. Este foi o primeiro milagre de Nossa Senhora.

### **Caem as Correntes**

Em meados de 1850, um escravo chamado Zacarias, preso por grossas correntes, ao passar pelo Santuário, pede ao feitor permissão para rezar à Nossa Senhora Aparecida. Recebendo autorização, o escravo se ajoelha e reza contrito. As correntes, milagrosamente, soltam-se de seus pulsos deixando Zacarias livre.

### **Cavaleiro sem Fé**

Um cavaleiro de Cuiabá, passando por Aparecida, ao se dirigir para Minas Gerais, viu a fé dos romeiros e começou a zombar, dizendo, que aquela fé era uma bobagem. Quis provar o que dizia, entrando a cavalo na igreja. Não conseguiu. A pata de seu cavalo se prendeu na pedra da escadaria da igreja ( Basílica Velha ), e o cavaleiro arrependido, entrou na igreja como devoto.

### **A Menina Cega**

Mãe e filha caminhavam às margens do rio Paraíba, quando surpreendentemente a filha cega de nascença comenta surpresa com a mãe : "Mãe como é linda esta igreja" (Basílica Velha).

### **Menino no Rio**

O Pai e o filho foram pescar, durante a pescaria a correnteza estava muito forte e por um descuido o menino caiu no rio e não sabia nadar, a correnteza o arrastava cada vez mais rápido e o pai desesperado pede a Nossa Senhora Aparecida para salvar o menino. De repente o corpo do menino para de ser arrastado, enquanto a forte correnteza continua e o pai salva o menino.

### **O caçador**

Um caçador estava voltado de sua caçada já sem munição, de repente ele se deparou com uma enorme onça. Ele se viu encurralado e a onça estava prestes a atacar, então o caçador pede desesperado a Nossa Senhora Aparecida por sua vida, a onça vira e vai embora.

<http://www.portalvale.com.br/cidades/aparecida/historia-de-nossa-senhora-aparecida.php>

Colaboração Dailza CCA Padre Moreira

## DIA DO PROFESSOR



No dia 15 de outubro é comemorado o Dia do Professor, data em que se homenageia os responsáveis pelo desenvolvimento da educação e do conhecimento no país, abrangendo um escopo de profissionais que trabalham desde a educação infantil até o ensino superior universitário.

Como todos sabemos, trata-se de uma das mais importantes profissões praticadas no mundo, afinal, sem ela, a transmissão de conhecimentos e a correta apreensão destes pelas pessoas seriam praticamente impossíveis.

A origem do dia do professor se deve ao fato de, em uma data de 15 de outubro, o Imperador D. Pedro I ter instituído um decreto que criou o Ensino Elementar no Brasil, em 1827, com a criação das escolas de primeiras letras em todos os vilarejos e cidades do país. Além disso, o decreto estabeleceu a regulamentação dos conteúdos a serem ministrados e as condições trabalhistas dos professores.

Tempos depois, mais precisamente no ano de 1947, o professor paulista Salomão Becker, em conjunto com três outros profissionais da área, teve a ideia de criar nessa data um dia de confraternização em homenagem aos professores e também em razão da necessidade de uma pausa no segundo semestre, até então muito sobrecarregado de aulas. Mais tarde, em 1963, a data foi oficializada pela lei Decreto Federal 52.682, que, em seu Art. 3º, diz que "para comemorar condignamente o dia do professor, os estabelecimentos de ensino farão promover solenidades, em que se enalteça a função do mestre na sociedade moderna, fazendo delas participar os alunos e as famílias".

No Brasil, para se tornar professor, é preciso ter um curso superior em uma área relacionada com o ensino, seja a Pedagogia, seja um curso na modalidade *licenciatura*, onde se apreende os principais conceitos didáticos pedagógicos, além de se angariar as primeiras experiências em sala de aula.

Além disso, qualquer outro cidadão que tenha concluído o ensino superior com uma formação complementar posterior (pós-graduação *lato sensu* ou *stricto sensu*) também pode ministrar aulas na universidade, com a recomendação de que o profissional faça uma especialização de docência em nível superior ou algum outro curso correspondente.

O grande problema com relação ao exercício do professorado é a desvalorização de sua profissão. Embora seja uma das competências mais admiradas pela sociedade, os profissionais da área sofrem com os baixos salários, as precárias condições de trabalho em alguns casos ou o trabalho excessivo em outros, além de outros fatores, como a indisciplina dos alunos e a superlotação das salas. Essa realidade reflete-se no baixo interesse dos estudantes em se tornarem professores, pois a minoria dos que prestam vestibular e Enem deseja ingressar em carreiras relacionadas com a licenciatura ou pedagogia.

Soma-se a esses fatores o peso que, muitas vezes, o professor carrega em educar os estudantes, haja vista que, não raro, as famílias transferem essa responsabilidade para a escola. Segundo o professor e filósofo Mario Sérgio Cortella, há uma diferença nem sempre muito nítida entre “educar” e “escolarizar”, sendo a primeira uma responsabilidade dos pais e da família e a segunda a função do professor e da escola.

Apesar de todas as dificuldades e percalços, a carreira de professor é bastante importante e oferece uma grande oportunidade para que as pessoas não só acumulem saberes, mas que também oportunizem a outras pessoas o desenvolvimento das diferentes formas de conhecimento. Vale lembrar que a função do professor não é a de *transmitir* informações, mas fazer com que o aluno consiga assimilar melhor as características e processos inerentes ao mundo em que vive.

<http://www.brasilecola.com/datas-comemorativas/dia-do-professor.htm>

Colaboração Monica CCA Carlos Marighela

## 16 de outubro - Dia Mundial da Alimentação



**O Dia Mundial da Alimentação foi criado a fim de fazer com que a população reflita acerca de temas como fome e segurança alimentar.**

Enquanto muitos de nós ficamos divididos ao escolher em qual *fast food* vamos comer, muitas pessoas não têm acesso a nenhum tipo de alimento. Você sabia, por exemplo, que mais de 800 milhões de pessoas vivem em uma situação denominada *insegurança alimentar*? Isso quer dizer que mais de 800 milhões de pessoas não possuem uma alimentação saudável, de qualidade ou em quantidade suficiente para suprir suas necessidades.

No Brasil, uma alimentação de qualidade é um direito de todos, sendo assegurada por lei. Segundo a lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006, art. 2º, a **alimentação adequada é direito fundamental do ser humano, inerente à dignidade da pessoa humana e indispensável à realização dos direitos consagrados na Constituição Federal, devendo o poder público adotar as políticas e ações que se façam necessárias para promover e garantir a segurança alimentar e nutricional da população.**”

O Dia Mundial da Alimentação é comemorado no dia 16 de outubro e foi criado com o intuito de desenvolver uma reflexão a respeito do quadro atual da alimentação mundial e principalmente sobre a fome no planeta. A data foi escolhida para lembrar a criação da Organização das Nações Unidas para a Agricultura e Alimentação (FAO) em 1945.

O Dia Mundial da Alimentação traz temas que nos fazem pensar a respeito da população carente, sua segurança alimentar e nutrição. Entende-se

por segurança alimentar uma alimentação saudável, acessível, de qualidade, em quantidade suficiente e de modo permanente. Essa realidade, infelizmente, não é vivida por uma grande parte da população brasileira e mundial.

A cada ano um tema é escolhido e, a partir dele, diversas atividades artísticas, esportivas e acadêmicas vão sendo realizadas ao redor do mundo. Alguns temas já abordados no dia Mundial da Alimentação merecem destaque, como: Pobreza rural (1985); Alimentação e meio ambiente (1989); A luta contra a fome e a desnutrição (1996); Lutar contra a fome para reduzir a pobreza (2001); Preço dos Alimentos – da Crise à Estabilidade (2007).

O tema do ano de 2013 é “Sistemas Alimentares Saudáveis” e tenta chamar a atenção para métodos de produção dos alimentos e como esses afetam a vida de todos. O tema permite uma discussão que abrange o processo de plantio, transporte, armazenamento e preparo dos alimentos. Percebe-se, então, que esse tema também se remete à sustentabilidade.

Aproveite o dia 16 de outubro e reflita a respeito dos seus hábitos alimentares, no desperdício e como você pode mudar o quadro da alimentação mundial. Pequenas atitudes fazem o mundo melhor.

<http://www.mundoeducacao.com/datas-comemorativas/16-outubro-dia-mundial-alimentacao.htm>

Colaboração Aline Siqueira SASF São Rafael I

## Dia Nacional da Vacinação



No dia **17 de outubro**, é comemorado o **Dia Nacional da Vacinação**, data importante para que toda a população compreenda a importância dessa medida para a prevenção de doenças.

A primeira vacina que se tem registro foi criada no século XVIII, por **Edward Jenner**, um médico inglês que estudava a varíola. Ele observou que um grupo de pessoas era imune à doença e todas elas apresentavam em comum o fato de serem ordenhadoras e terem se contaminado com uma doença de gado (cowpox) semelhante à varíola.

Jenner resolveu então injetar secreção de uma pessoa do grupo de ordenhadores que apresentava cowpox em uma pessoa saudável. A pessoa saudável desenvolveu a doença de uma maneira mais branda e, tempos depois, ao fazer testes com o vírus da varíola, percebeu-se que ela estava imune à doença. Nascia aí a vacina, termo que, em latim, significa “de vaca”.

A princípio, Jenner sofreu várias críticas, principalmente da classe médica e de alguns grupos religiosos. Entretanto, após grandes resultados, a vacina ganhou espaço na Inglaterra e, posteriormente, em todo o planeta.

Atualmente, a vacina é feita de maneira mais rigorosa, pois se utiliza o antígeno causador da doença (vírus ou bactérias) atenuado ou até mesmo morto. Costuma-se dizer que a vacina é uma forma de imunização ativa, pois, ao colocar esse produto em uma pessoa, essa começa a desenvolver

anticorpos contra a doença, defendendo-se ativamente contra a infecção. Além da fabricação de anticorpos, ocorre a síntese de células de memória que desencadearão uma resposta mais rápida quando o organismo for exposto novamente àquele antígeno.

As vacinas são, portanto, agentes imunizadores que previnem doenças. Assim sendo, elas não devem ser usadas como uma forma de cura, sendo essa característica atribuída aos soros terapêuticos.

Infelizmente, não existem vacinas para todas as doenças existentes. A Aids e o Ebola, por exemplo, são duas doenças extremamente graves que não possuem essa forma de prevenção. Entretanto, em todo o mundo, existem estudos que buscam desenvolver a maior quantidade de vacinas possíveis. Entre as vacinas existentes, podemos citar a da gripe, febre amarela, sarampo, caxumba, rubéola, varicela, poliomielite e HPV.

Sem dúvidas, o desenvolvimento das vacinas representou um grande avanço na medicina. Por meio delas, diminuem-se os gastos com internações e medicamentos, além de melhorar a qualidade de vida da população. Além disso, esses agentes imunizadores são importantes armas na luta para a erradicação de doenças, fato que já ocorreu, por exemplo, com a poliomielite.

Assim sendo, o 17 de outubro busca conscientizar a todos sobre a importância das vacinas e de manter o calendário de vacinação atualizado. Manter as vacinas em dia é fundamental para diminuir a incidência de algumas doenças na população.

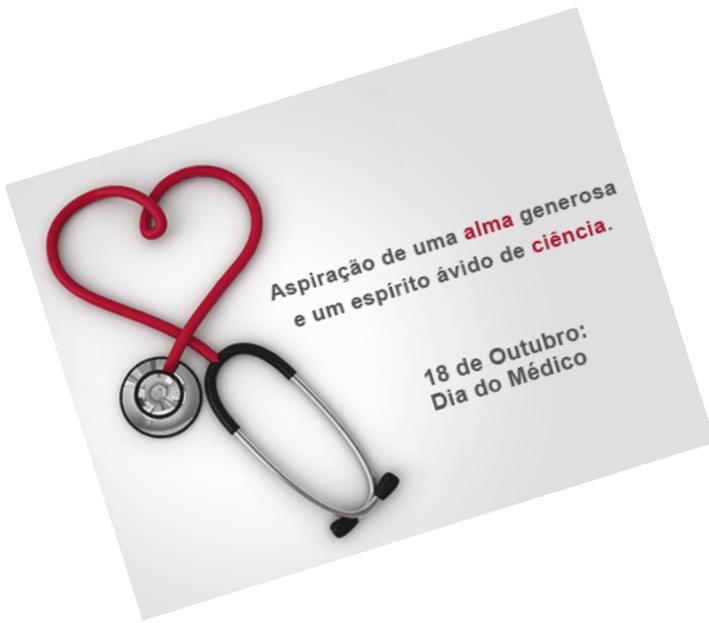
<http://www.brasilecola.com/datas-comemorativas/dia-nacional-vacinacao.htm>

Colaboração Patrícia MSE Don Luciano

## Dia do Médico

O Dia do Médico é comemorado em 18 de outubro. Os médicos são os responsáveis por cuidar da saúde das pessoas. Médicos podem ser generalistas, ou seja, não terem se especializado em nenhuma área específica

da medicina, ou especialistas, quando especializados em alguma área, como endocrinologia, medicina estética, cardiologia e etc.



### Origem do Dia do Médico

O Dia do Médico foi escolhido dia 18 de outubro, pois é o mesmo dia de São Lucas. Lucas foi um dos quatro evangelistas do Novo Testamento, e seu evangelho é o terceiro em ordem cronológica. Lucas era médico, razão por que se decidiu homenagear os profissionais com o mesmo dia do Santo.

<http://www.calendarr.com/brasil/dia-do-medico/>

Colaboração Lucimara CCA Construindo um Sonho

## Dia Nacional do Livro



O Dia Nacional do Livro é comemorado anualmente em 29 de Outubro.

A data celebra uma das invenções mais enriquecedoras do Homem. O livro pode ser uma fonte inesgotável de conhecimento, transportando os leitores para os lugares mais espetaculares da imaginação humana, além de informar e ajudar a diversificar o

vocabulário das pessoas.

Os livros surgiram há centenas de anos e, desde então, continuam maravilhando as gerações com contos fantásticos e registrando os principais acontecimentos da história da humanidade.

### **Origem do Dia Nacional do Livro**

O Dia do Livro surgiu em homenagem à fundação da Biblioteca Nacional do Livro, em 1810, pela Coroa Portuguesa. Na época, D. João VI trouxe para o Brasil milhares de peças da Real Biblioteca Portuguesa, formando o princípio da Biblioteca Nacional do Brasil.

Vale lembrar que o Brasil começou a editar seus próprios livros ainda em 1808, quando D. João VI fundou a Imprensa Régia. O primeiro livro a ser editado foi "Marília de Dirceu", do escritor Tomás Antônio Gonzaga.

No Brasil ainda se comemora o Dia Nacional do Livro Infantil, em 18 de Abril, uma homenagem ao escritor Monteiro Lobato, que nasceu nesse dia.

E também existe o Dia Internacional do Livro, em 23 de Abril, que surgiu na região da Catalunha, na Espanha, em homenagem ao escritor Miguel de Cervantes.

<http://www.calendarr.com/brasil/dia-nacional-do-livro/>

Colaboração Marlene Casa da Mulher

## Halloween - Dia das Bruxas



### Introdução

O Halloween é uma festa comemorativa celebrada todo ano no dia 31 de outubro, véspera do dia de Todos os Santos. Ela é realizada em grande parte dos países ocidentais, porém é mais representativa nos Estados Unidos. Neste país, levada pelos imigrantes irlandeses, ela chegou em meados do século XIX.

### História do Dia das Bruxas

A história desta data comemorativa tem mais de 2500 anos. Surgiu entre o povo celta, que acreditavam que no último dia do verão (31 de outubro), os espíritos saíam dos cemitérios para tomar posse dos corpos dos vivos. Para assustar estes fantasmas, os celtas colocavam, nas casas, objetos assustadores como, por exemplo, caveiras, ossos decorados, abóboras enfeitadas entre outros.



Por ser uma festa pagã foi condenada na Europa durante a Idade Média, quando passou a ser chamada de Dia das Bruxas. Aqueles que comemoravam esta data eram perseguidos e condenados à fogueira pela Inquisição.

Com o objetivo de diminuir as influências pagãs na Europa Medieval, a Igreja cristianizou a festa, criando o Dia de Finados (2 de novembro).

### Símbolos e Tradições

Esta festa, por estar relacionada em sua origem à morte, resgata elementos e figuras assustadoras. São símbolos comuns desta festa: fantasmas, bruxas, zumbis, caveiras, monstros, gatos negros e até personagens como Drácula e Frankenstein.

As crianças também participam desta festa. Com a ajuda dos pais, usam fantasias assustadoras e partem de porta em porta na vizinhança, onde soltam a frase “doçura ou travessura”. Felizes, terminam a noite do 31 de outubro, com sacos cheios de guloseimas, balas, chocolates e doces.

### **Halloween no Brasil**

No Brasil a comemoração desta data é recente. Chegou ao nosso país através da grande influência da cultura americana, principalmente vinda pela televisão. Os cursos de língua inglesa também colaboram para a propagação da festa em território nacional, pois valorizam e comemoram esta data com seus alunos: uma forma de vivenciar com os estudantes a cultura norte-americana.



### **Críticas**

Muitos brasileiros defendem que a data nada tem a ver com nossa cultura e, portanto, deveria ser deixada de lado. Argumentam que o Brasil tem um rico folclore que deveria ser mais valorizado. Para tanto, foi criado pelo governo, em 2005, o Dia do Saci (comemorado também em 31 de outubro).

A comemoração da data também recebe fortes críticas dos setores religiosos, principalmente das religiões cristãs. O argumento é que a festa de origem pagã dissemina, principalmente entre crianças e jovens, idéias e imagens que não correspondem aos princípios e valores cristãos. De acordo ainda com estes religiosos, as imagens valorizadas no Halloween são negativas e contrárias à prática do bem.

<http://www.suapesquisa.com/datascomemorativas/halloween.htm>

Colaboração Lucimara CCA Construindo um Sonho

## ACONTECEU

### CCA Jardim das Rosas

Evento: Palestra SASF Formosa 11/09/2015.



Evento: Reunião Com Responsáveis – Apresentação dos candidatos Conselho Tutelar –  
Região Aricanduva 23/09/2015.



**Evento: Festa de aniversariantes do mês de Setembro 25/09/2015.**



**Evento: Passeio ao Parque Escola Sabina 30/09/2015.**



**Evento: Passeio ao SESC Itaquera 16/10/2015.**



**CEI Santo Dias**

**Teatro**



## Piquenique no Parque





**Festa a Fantasia**





## Dia do pijama



## Dia do brinquedo



## Dia da Gincana



## CEI Pequenos Heróis

### Dia do Educador









## ILPI

### Sessão Cinema



### Sesc Santo André



## Sesc Itaquera



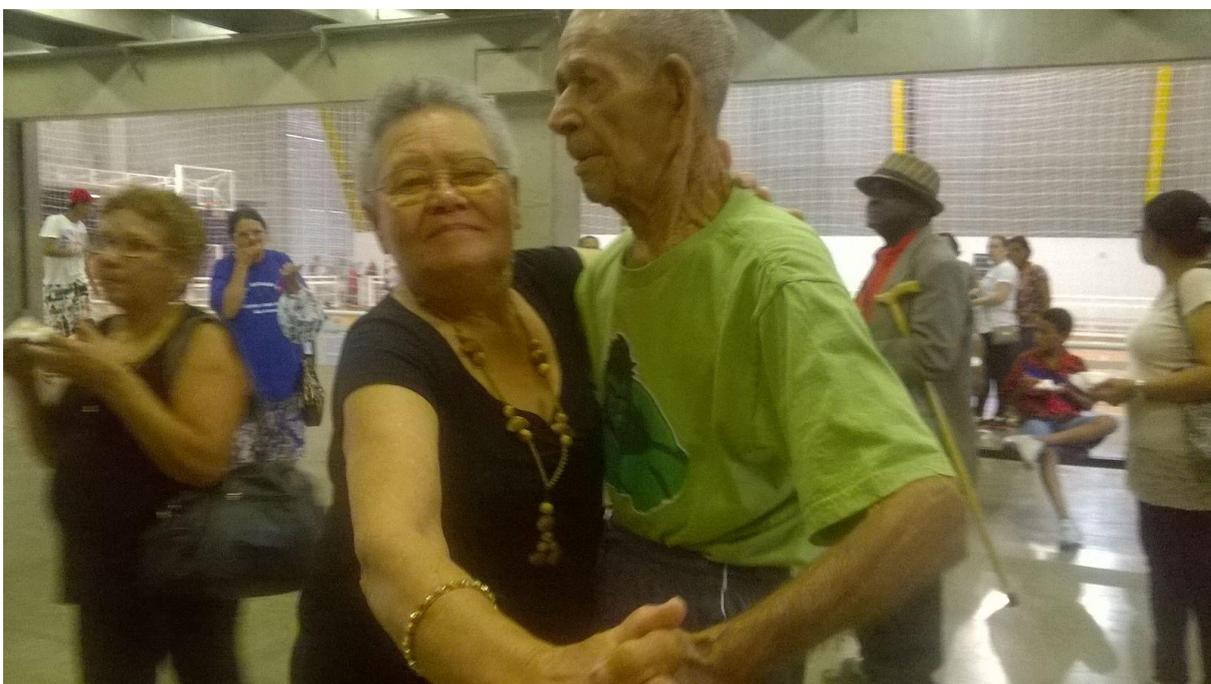
## Palestra Outubro Rosa



**Medalha 3º colocado no Dominó – JAISM – Jogos Abertos dos Idosos de São Mateus 2015**



**CEU Alto Alegre – Comemoração Mês do Idoso**



## Atividades grupos de voluntários



## Aniversariantes do Mês



## CCA Construindo um Sonho

Sesc Itaquera





**Missa do Educador da Pastoral do Menor – Comunidade Nossa Senhora das Graças**





## Dicas de Saúde

# COMER BEM PARA VIVER MELHOR

Confira as dicas do Ministério da Saúde para incorporar na alimentação do seu dia-a-dia e de toda a sua família.

**Verifique os 10 passos para promover uma alimentação saudável**, e escolha aqueles que podem trazer variedade e mudança de qualidade em sua alimentação.

**1. Aumente e varie o consumo de frutas**, legumes e verduras. Elas são ricas em vitaminas, minerais e fibras. As vitaminas e minerais colaboram na manutenção e no bom funcionamento do organismo. E as fibras regulam o funcionamento intestinal, dão sensação de saciedade, e podem atuar prevenindo várias doenças.

**2. Coma feijão pelo menos 1 vez ao dia.** Varie os tipos de feijões usados e as formas de preparo. Use também outros tipos de leguminosas como soja, grão-de-bico, lentilha, etc. Coma feijão com arroz na proporção de 1 para 2. Esse prato brasileiro é uma combinação completa de proteínas e bom para a saúde!

**3.Reduza o consumo de sal.** Tire o saleiro da mesa. O sódio é essencial para o bom funcionamento do organismo, mas o excesso pode levar ao aumento da pressão do sangue (hipertensão), e outras doenças. Evite temperos prontos, alimentos enlatados e embutidos. Use ervas frescas para realçar o sabor.

**4. Reduza o consumo de alimentos gordurosos,** como carnes com gordura aparente, salsicha, mortadela, frituras e salgadinhos, para no máximo 1 vez por semana. Prefira os alimentos cozidos ou assados, leite e iogurte desnatados e queijos brancos.

**5.Faça pelo menos 4 refeições por dia:** café da manhã, almoço, jantar e os lanches! Não pule as refeições. Para lanche e sobremesa prefira frutas.

**6. Mantenha o seu peso dentro dos limites saudáveis** – veja se seu IMC (Índice de Massa Corpórea) está entre 18,5 a 24,9kg/m<sup>2</sup>. O IMC mostra se seu peso está adequado para a sua altura.

**7. Consuma com moderação alimentos ricos em açúcar,** como doces, bolos, e biscoitos. Prefira os cereais integrais.

**8. Aprecie sua refeição e coma devagar.** Faça de sua refeição um ponto de encontro com a família. Não se alimente assistindo TV ou lendo livros e revistas. Reserve um tempo do seu dia para as refeições fazendo delas, momentos de muito prazer!

**9.Beba água!** Muita água! 60% do nosso corpo é formado por água! Portanto, beba em média 2 litros de água (6-8 copos) por dia. Consuma com moderação bebidas alcoólicas e refrigerantes. 1ml de álcool fornece 7kcal!! Prefira sucos de fruta fresca ou polpa congelada.

**10.Seja ativo!** Acumule pelo menos 30 minutos de atividade física todos os dias. Caminhe pelo seu bairro, suba escadas, jogue bola, dance, enfim, mexa-se!!

**Atenção:**

- Comece com os passos que você avalia que são mais fáceis de adotar no seu hábito alimentar e de sua família. Procure segui-lo todos os dias.
- O hábito se adquire com constância e persistência e é uma questão de tempo.
- Quando sentir que o passo já faz parte da sua rotina, siga para o próximo passo.
- A alimentação saudável pode e deve ser gostosa. Consulte receitas para facilitar o consumo dos alimentos que vão fazer parte dos seus novos hábitos.

Essas dicas de Saúde **não** tem como objetivo substituir uma consulta médica. As informações aqui divulgadas têm a função de fornecer uma orientação geral, o que pode não se aplicar a casos específicos. Consulte sempre sua nutricionista clínica ou médico sobre quais alimentos são indicados em seu caso.

Colaboração Verônica MSE Arte de Viver

## Culinária

### Pavê de Bis



---

#### Ingredientes

---

- 1 lata de leite condensado
- 3 ovos (separando as gemas das claras)
- 1 xícara de chá de leite
- 1 caixa de bis (branco ou preto)
- 1 barra de chocolate meio amargo
- 1 caixa de creme de leite com soro

#### Modo de Preparo

Levar ao fogo o leite condensado, as gemas e o leite

Mexer sem parar até virar um creme na consistência de um mingau e em seguida colocar em um refratário

Esfarelar o bis e colocar por cima do creme

Em seguida bata as claras em neve, derreta o chocolate (no microondas ou em banho-maria) e misture os dois com o creme de leite

Jogar a mistura por cima do bis e levar à geladeira umas 2 horas

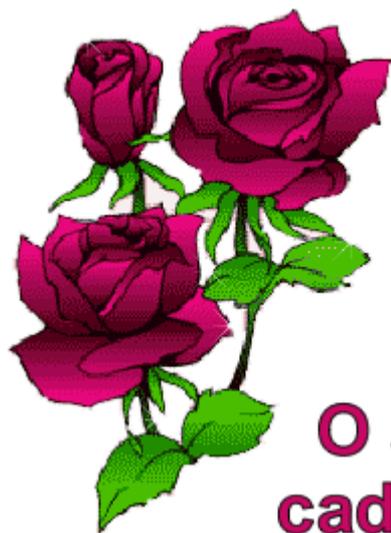
<http://gshow.globo.com/receitas/pave-de-bis-51660b544d0938034e000046>

Colaboração Mônica CCA Carlos Marighela



**Aniversariantes do Mês**

**Outubro**



**O ser feliz  
está sempre  
em nossas  
mãos.**

**O surgir de  
cada dia  
vem sempre  
com nova  
mensagem  
de esperança.**



**Feliz Aniversário!**

[RecadosOnline.com](http://RecadosOnline.com)

## REFLEXÃO

### A Pedra



O distraído nela tropeçou...

O bruto a usou como projétil.

O empreendedor, usando-a, construiu.

O camponês, cansado da lida, dela fez assento.

Para meninos, foi brinquedo.

Drummond a poetizou.

Já, Davi, matou Golias, e Michelangelo extraiu-lhe a mais bela escultura...

E em todos esses casos, a diferença não esteve na pedra, mas no homem!

Não existe "pedra" no seu caminho que você não possa aproveitá-la para o seu próprio crescimento.

Independente do tamanho das pedras, no decorrer de sua vida. não existirá uma, que você não possa aproveitá-la para seu crescimento espiritual.

Quando a sua pedra atual, tenho certeza que Deus irá te dar sabedoria, para mais tarde você olhar para ela, e ter orgulho da maravilhosa experiência que causou em sua vida, no seu crescimento espiritual.

[http://www.mensagenscomamor.com/mensagens\\_de\\_reflexao.htm](http://www.mensagenscomamor.com/mensagens_de_reflexao.htm)

Colaboração Lucimara CCA Construindo um Sonho