

## Compromisso

### NATAL SOLIDÁRIO

O Natal está chegando e nessa data não podemos esquecer de ajudar quem precisa!!

Todos os anos os Correios fazem uma ação muito bacana para que as crianças carentes possam ter seu pedido ao "Papai Noel" atendido.

Sabe como funciona?

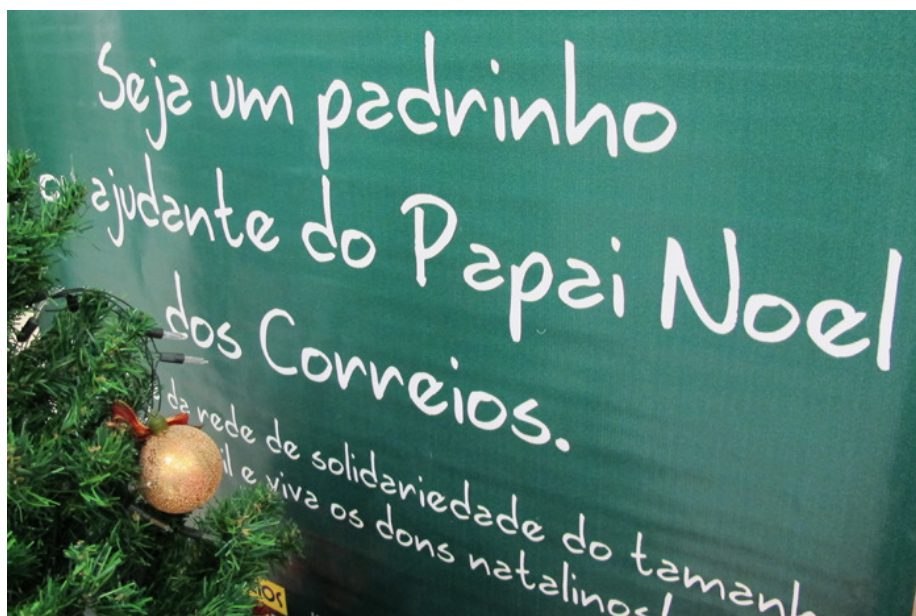
As crianças deixam suas cartinhas para o Papai Noel nas agências de correios, você passa lá, escolhe as cartas que pedem algo que você possa comprar e depois só precisa levar o presente de volta para os Correios. Eles mesmo se encarregam da entrega!!

As cartinhas são emocionantes!

Tem muita criança que pede uma bola, um casaco, um panetone...

Com um pequeno gesto podemos ajudar muito e trazer mais felicidade ao Natal de muitas crianças por aí.

Participe você também!



## Interessante

### A FAMÍLIA É UMA ÁRVORE DE AMOR

Existe no mundo diferentes famílias. Família grande, família pequena, família com pai, mãe e filhos, família com casal e um cachorro, família com pai e filhos, família com mãe e filhos, família com dois pais ou duas mães, família em que os avós são os pais, família de sangue e família de coração.

A família é o amor que plantamos em solo fértil, com raiz forte e que cultivamos e cuidamos constantemente, para que brotem belas flores e bons frutos. Não é à toa que se compara a família a uma árvore. Afinal, o que é a família senão vários galhos unidos pela mesma raiz, e sustentados por um tronco comum, que precisa ser forte para suportar as intempéries da vida.



**A família é feita de laços para durar, não importa se é família de sangue ou de coração. O importante é que exista amor.**

As famílias de verdade são formadas por pessoas unidas, que se apoiam incondicionalmente, que querem o bem do outro, que se sacrificam reciprocamente sem pedir nada em troca, que celebram as conquistas e alegrias da vida juntas, e que oferecem os ombros como suporte para a dor e para o choro.

Há famílias que são planejadas, plantadas desde a primeira semente. Há famílias que brotam por acaso, em um solo pouco fértil. Mas as famílias realmente felizes, são aquelas que nutrem a vida de amor!

# Concorda?

## COMO TER UM NATAL FELIZ EM TEMPOS DE CRISE

Em tempos de crise, o Natal torna-se uma época de sentimentos contraditórios: por um lado, a alegria típica desta época festiva e por outro a dificuldade de cumprir com a tradição do ato de presentear, mantendo o ânimo com as adversidades profissionais e financeiras que estamos vivendo.

No entanto, existe sempre formas de dar a volta por cima e garantir que, apesar de todos os contratemplos, este seja um Natal memorável.

### Presentes para as crianças:

As crianças são muito exigentes quando o assunto é presente de Natal. Faça com que compreendam a situação pela qual a sociedade está passando e procure inculcar neles o verdadeiro valor do Natal, recordando que quando nasceu, o Menino Jesus recebeu apenas três presentes simbólicos.

Que tal voltar ao tempo da sua infância e "apresentar" às crianças os jogos com que você brincava? Eles adorarão ao ver toda a família reunida para brincar!

### Presentes para o seu companheiro/a:

Aproveite esta época para dizer ao seu companheiro tudo o que deixou de dizer durante o ano. Uma pequena carta declarando seu amor e agradecendo todo o apoio recebido nos momentos mais difíceis, é suficiente para deixar feliz quem te ama.

Pequenos detalhes contam sempre como um presente de Natal: preparar um jantar especial a dois, assumir as tarefas domésticas que não costuma fazer, fazer uma massagem de relaxamento, serão certamente ideias surpreendentes!

### Presentes para amigos e família:

Caso tenha alguma habilidade artesanal como bordados, desenho, pintura etc, aproveite este momento para presentear os seus amigos e familiares de forma personalizada. Verá que o seu esforço será muito apreciado.

Há quem se ofenda se não recebe algo dos familiares ou amigos. É bom presentear, nos dá alegria, é um gesto de carinho, manifestação de bem-querer. Porém, é sempre bom lembrar que nos reunimos para celebrar o nascimento de Jesus e que Este só renascerá quando nos dispusermos a vivenciar integralmente sua mensagem.

Portanto, vivencie o Natal amando ao próximo, fazendo aos outros o que gostaria que os outros lhe fizessem, porque tudo que fizermos ao menor de nossos irmãos, é ao "aniversariante" que estaremos fazendo. Este é o verdadeiro sentido do Natal.

Procuremos "cristianizar" o Natal, ou seja, que as pessoas não se preocupem somente com a festa, com a comida, com os presentes, porque a festa não é do Papai Noel, é de Jesus. E quem deveria receber presentes é o aniversariante.

## Vai Valer

### CHEGOU A VEZ DO DEZEMBRO LARANJA

Depois da campanha "Outubro Rosa", que é o mês de conscientização do câncer de mama e em seguida o "Novembro Azul", que alerta sobre o câncer de próstata nos homens; a hora agora é de conscientização no mês de dezembro!

Desta vez, o destaque é para o câncer de pele, problema que atinge tanto homens quanto mulheres, principalmente em países de clima tropical, como o Brasil. Segundo o INCA (Instituto Nacional do Câncer), cada quatro casos de câncer no país, um é da pele.

Mas essa realidade não é apenas brasileira: a cada ano, são mais de 200 mil novos casos do câncer da pele no mundo e o número segue aumentando. Foi para reverter essa situação que a Sociedade Brasileira de Dermatologia resolveu dedicar todo o mês de dezembro para lembrar a prevenção da doença.

O Dezembro Laranja convida a população brasileira a compartilhar nas redes sociais uma foto vestindo peças de roupa laranja e publicá-la com a hashtag #dezembrolaranja.

Mas só isso não basta, é preciso se prevenir usando filtro solar e evitando a exposição ao sol das 10h às 16h. Detalhe: o filtro deve ser usado em todo o corpo, principalmente nas áreas que ficam mais expostas, como rosto, braços, mãos e pescoço, além de ser preciso reaplicar a cada duas horas. Esse é um hábito que deve ser diário, mesmo nos dias chuvosos ou nublados.

### Prevenção é sempre o melhor remédio!



# Calendário do Mês ☺



## Mistura de Alegria

### *Datas comemorativas do mês de dezembro*

01 · Dia Internacional da Luta  
contra a AIDS

01 · Dia do Imigrante

01 · Dia do Numismata

02 · Dia Nacional do Samba

02 · Dia da Astronomia

02 · Dia Pan-americano da Saúde

02 · Dia Nacional das Relações Públicas

03 · Dia Internacional do Portador  
de Deficiência

04 · Dia da Propaganda

04 · Dia do Pedicuro

04 · Dia do Orientador Educacional

08 · Dia Mundial da Imaculada  
Conceição

08 · Dia da Família

08 · Dia da Justiça

09 · Dia da Criança Especial

09 · Dia do Fonoaudiólogo

09 · Dia do Alcoólico Recuperado

10 · Declaração Universal Direitos  
Humanos

10 · Dia Internacional dos Povos Indígenas

10 · Dia Universal do Palhaço

11 · Dia do Arquiteto

11 · Dia do Engenheiro

13 · Dia do Cego

13 · Dia do Marinheiro

13 · Dia do Ótico

13 · Dia de Santa Luzia

13 · Dia do Engenheiro Avaliador e  
Perito de Engenharia

14 · Dia Nacional do Ministério  
Público

16 · Dia do Reservista

18 · Dia do Museólogo

20 · Dia do Mecânico

21 · Dia do Atleta

22 · Início do verão

23 · Dia do Vizinho

24 · Dia do Órfão

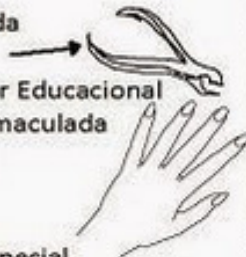
25 · Natal

26 · Dia da Lembrança

28 · Dia do Salva-vidas

31 · Dia de São Silvestre

31 · Reveillon



# Aniversariantes do Mês ☺

## COLABORADORES

**DIA 5 - MARIA JOSE DE OLIVEIRA MELO**

**DIA 5 - OSEIAS DOS SANTOS XAVIER**

**DIA 10 - DAMARCOS DA SILVA JESUS**

**DIA 16 - JOSE ROBERTO FRANCO**

**DIA 20 - CARLOS PAULINO BENTO COELHO**

**DIA 25 - ANTONIO APARECIDO ALVES DA ROCHA**

**DIA 25 - THIAGO SILVA RODRIGUES DE SOUZA**

**DIA 25 - JESUS**

