BOLETIM INFORMATIVO

INSTITUTO KÁRIS

Nosso bem maior; de graça, pela graça.

Mês de ABRIL

Saúde, Esperança e Propósito: O Caminho Começa no Autocuidado

Cuide da sua saúde: é o melhor investimento que você pode fazer! Você sabia que cuidar da saúde física, mental e espiritual é fundamental para viver uma vida feliz e saudável? É verdade! Faça exercícios regulares: caminhe, corra, faça yoga... o importante é se mexer! Coma alimentos saudáveis: frutas, legumes, grãos integrais... seu corpo vai agradecer! Durma bem: 7-8 horas de sono por noite é o ideal para se sentir descansado e renovado. Pratique a atenção plena: reserve um tempo para se conectar com seus pensamentos e emoções. Fale com alguém sobre seus sentimentos: um amigo, um familiar ou um profissional de saúde mental. Faça coisas que você gosta: hobbies, leitura, música... o importante é se divertir! Além disso, não se esqueça de cuidar da sua saúde espiritual. Reserve um tempo para meditar, orar ou praticar sua fé. Conecte-se com sua essência e com o mundo ao seu redor. Lembre-se de que você é mais do que seu corpo e sua mente, você é uma alma que precisa ser nutrida e cuidada. Lembre-se: cuidar da saúde é um investimento para a vida toda! Não deixe para depois, comece agora mesmo!

"Nós do Instituto Káris queremos te ajudar"

Olá amigos,

Estamos contentes, pois nosso Deus tem se alegrado com o serviço que desenvolvemos. Trazemos no boletim de abril.

<u>Nosso bem maior; de graça, pela graça.</u>

Excelente leitura!

PARCERIAS

O Instituto Karis tem orgulho de anunciar suas parcerias com o **Instituto Malwee,** a **IPC Carrão,** o **Núcelo Assitencial Fraterno - NAF,** e a **Dentsply Sirona**! Estamos unidos ao Instituto Malwee e ao NAF no projeto **Menos Resíduo, Mais Renda,** uma iniciativa que transforma resíduos de corte da indústria têxtil – o segundo maior volume de descarte do setor – em oportunidades de inclusão social e desenvolvimento econômico para mulheres e instituições do terceiro setor.

Para acompanhar esse trabalho incrível, siga o **Instituto Malwee,** a **IPC Carrão, o Núcelo Assitencial Fraterno - NAF,** e a **Dentsply Sirona** nas redes sociais e fique por dentro das novidades!

INSTITUTO Malwee

Dentsply Sirona

IGREJA PRESBITERIANA CONSERVADORA DA VILA CARRÃO

naf
núcleo assistencial fraterno

Nossos atendimentos de abril!

Nosso impacto cresce e mais vidas estão sendo transformadas,

- **Odontologia** - 44 pessoas atendidas;
- **Projeto Alicerce (Menos Resíduo, Mais Renda)** - 2 oficinas de crochê.

Projeto Alicerce no Re.Criar do Malwee

Com alegria, celebramos mais uma conquista do **Projeto Alicerce**, nossa iniciativa de geração de renda na Vila Carrão, realizada em parceria com o **NAF** e com o apoio essencial do **Instituto Malwee**.

Três crocheteiras do grupo foram selecionadas para participar do **Projeto Re.Criar**, promovido pelo Instituto Malwee em parceria com o Movimento Transbordar, dentro do programa **Menos Resíduo, Mais Renda.**

Elas receberão formação em corte, costura e artesanato com resíduos têxteis, além de capacitação em empreendedorismo na Economia Criativa.

Fortalecendo nossa parceria!

Avançamos com o **Instituto Malwee** nos próximos passos do programa **“Menos Resíduo, Mais Renda”**, que impulsiona iniciativas de impacto socioambiental pelo Brasil.

Um dos destaques é o **Projeto Alicerce**, realizado na Vila Carrão em parceria com o **NAF**, onde dezenas de mulheres transformam resíduos em renda e conhecimento em autonomia.

Com apoio essencial do Instituto Malwee, seguimos conectando sustentabilidade com justiça social.

REUNIÃO MENSAL

MENOS RESÍDUO
Mais Renda

Fortalecendo nossa parceria!

Na **Semana Santa**, vivemos um tempo especial de fé, reflexão e esperança. No Instituto Karis, celebramos a ressurreição de Jesus Cristo com o coração grato e renovado pelo propósito de servir com compaixão e amor.

Durante essa semana, também vivenciamos momentos de **doçura** e solidariedade:

Recebemos doações de **chocolates** de diversos campi da **UNIP**, e também dos voluntários do **Mackenzie**.

Esses gestos aqueceram os corações de muitas famílias e reforçaram o verdadeiro espírito da Páscoa.

investimento de suas doações

NOSSA MISSÃO

Proclamar o evangelho de Cristo através de promoção da saúde integral e educação para a redução das desigualdades sociais da população em situação de vulnerabilidade social.

ATRAVÉS DE:

Odontologia, Psicologia, Pedagogia, Inclusão Digital, Geração de Renda, Nutrição, Programa de Aceleração de OSCs, Auriculoacupuntura e Fisioterapia.

Gostaria de fazer parte do projeto?

ORIENTAÇÕES DE COMO DOAR.

Para conseguirmos identificar, pedimos que ao doar coloquem:

R$ xx ,00 – Para mensalidade.
R$ xx ,01 – Para doações sem um propósito.
R$ xx ,02 – Para doações para cestas básicas

DADOS BANCÁRIOS:

Banco Bradesco S/A
Agencia 0298-4
Conta C/C 205.753-0
CNPJ 07.754.695/0001-46

PIX:
(11) 96063-7445 ou QR code