

BOLETIM INFORMATIVO INSTITUTO KÁRIS

Nosso bem maior; de
graça, pela graça.



Mês de
MARÇO



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 março.**

Nosso bem maior; de graça, pela graça.

Excelente leitura!



PARCERIAS

O Instituto Karis tem orgulho de anunciar suas parcerias com o **Instituto Malwee**, a **IPC Carrão**, o **Núcleo Assistencial 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 **Núcleo Assistencial Fraterno - NAF**, e a **Dentsply Sirona** nas redes sociais e fique por dentro das novidades!

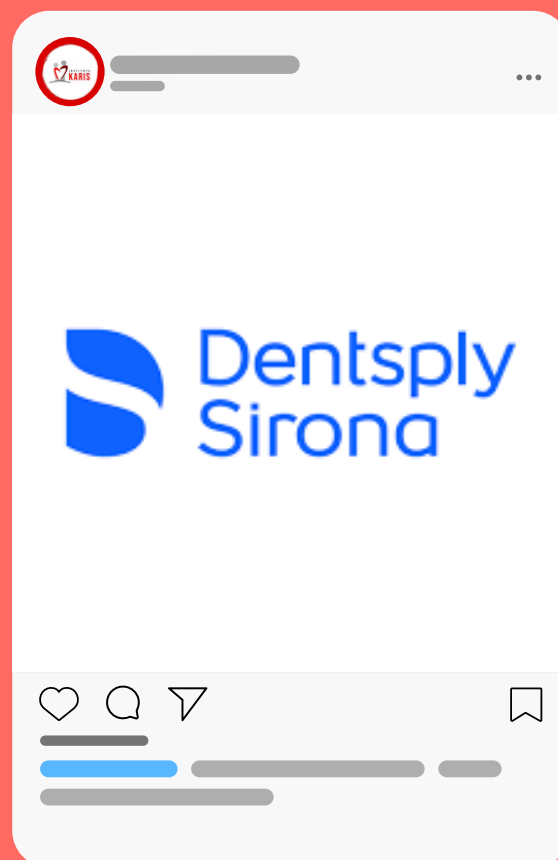


NOVA PARCERIA TRANSFORMADORA!

É com grande entusiasmo que celebramos a chegada de **um novo parceiro ao Instituto Karis**: a **Dentsply Sirona**, referência global em saúde bucal.

Essa importante parceria se une ao trabalho que já realizamos com o **Núcleo Assistencial Fraterno (NAF)**, **ampliando ainda mais nosso impacto junto às famílias atendidas.**

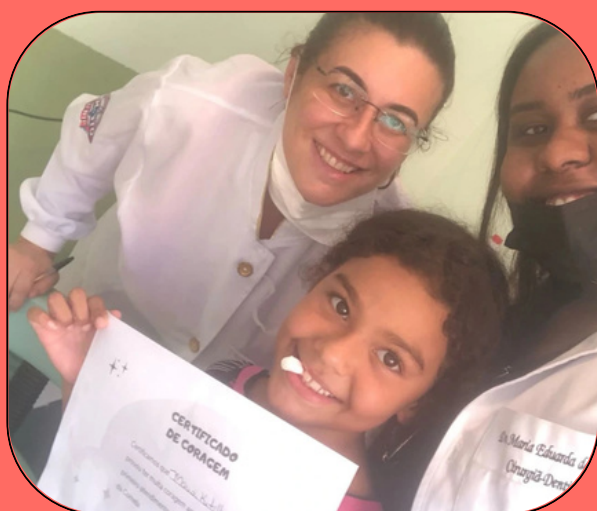
Juntos, vamos promover mais saúde, cuidado e dignidade para nossa comunidade. Esta união de forças representa um novo capítulo de transformação e esperança!



Nossos atendimentos de março !

Nosso impacto cresce e mais vidas estão sendo transformadas,

- **Odontologia** - 92 pessoas atendidas.
- **Auriculoacupuntura** - 29 pessoas atendidas.
- **Ortodontia** - 4 pessoas atendidas.
- **Psicologia** - 4 pessoas atendidas.
- **Projeto Menos Resíduo, Mais Renda** - 2 oficinas de crochê.





Fortalecendo nossa parceria!

Nosso Presidente, acompanhado de voluntários do **Instituto Káris**, esteve presente na reunião pedagógica e no Dia da Saúde Bucal promovidos pelo **Núcleo Assistencial Fraterno (NAF)**.

Esses encontros reforçam os laços de colaboração entre as instituições e abrem novas possibilidades de cuidado e atenção às **mais de 470 crianças atendidas pelas creches do NAF**.

Dia da saúde bucal

Super evento para todos os alunos e pais dos Projetos Se Educa Contraturno e Se Educa Tech!

Muita diversão, palestra com especialistas e o anúncio de uma grande parceria que irá trazer muitos benefícios para todos!

Realização:



29 de Março
8:30 às 11h

João Vieira Prioste,
76 - Vila Carrão | NA
Unidade Imã Nice





Fortalecendo nossa parceria!

Em mais um passo rumo à **transformação sustentável**, nos reunimos com o **Instituto Malwee** para fortalecer nossa parceria. Juntos, seguimos construindo soluções de impacto positivo **para a sociedade e o meio ambiente!**





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

