

## Junho é mês da campanha de inverno

O Ministério de Ação Social e Diaconia realizará durante todo o mês de junho a Campanha de Inverno 2020. Este ano as ofertas serão destinadas para aquisição de cobertores novos a serem doados para instituições parceiras da Primeira Igreja que atendem pessoas idosas, moradores de rua e dependentes químicos. Muitas instituições têm solicitado este apoio de nossa igreja. Ao contrário dos anos anteriores, desta vez não há valor sugerido de contribuição. Como a igreja compra grande quantidade de cobertores, consegue negociar o preço médio unitário a R\$ 36,00. Quem desejar contribuir pode fazer depósito ou transferência bancária para as contas da Primeira Igreja Presbiteriana Independente de São Paulo,

■ O MASD continua dando atendimento às pessoas que precisam de uma palavra de apoio, oração ou simplesmente ser ouvidas. Por meio de teleatendimento, diáconos, diaconisas e voluntários ouvem sobre necessidades de toda ordem – materiais, de relacionamento com familiares, de desesperança – e tomam as providências necessárias. Orações, leituras bíblicas, a prática preciosa da escuta e orientação fazem diferença na vida de muitos. Ore por todos

CNPJ 62.648.803/0001-04, no Bradesco, ag. 0095, conta 118717-1, ou no Banco Itaú, ag. 0189 c/c 47530-4. Se possível, envie o comprovante para o e-mail [secretaria@catedralonline.com.br](mailto:secretaria@catedralonline.com.br) ou para o whatsapp da Catedral (11) 93250-5742.



os envolvidos.

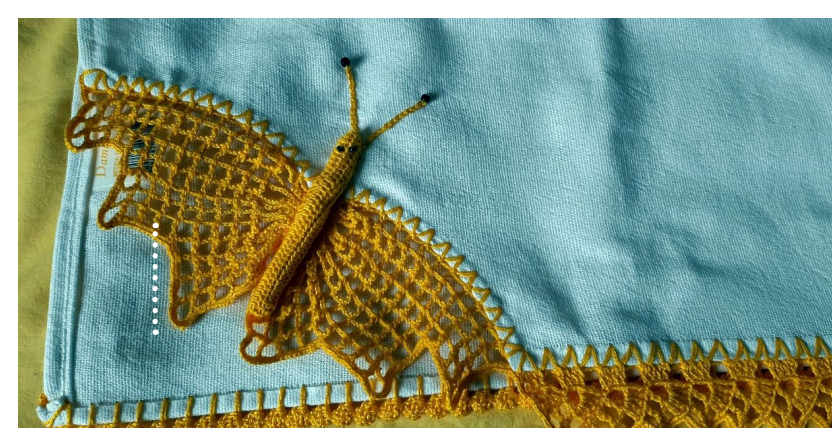
■ A Campanha das Máscaras realizada pelo MASD em parceria com as Fundações Francisca Franco e Mary Speers resultou em 979 máscaras, desde o início da campanha em 26/4. Todo esse material foi doado para Casas de Repouso (idosos), membros da igreja, famílias atendidas pelo ministério diaconal e instituições que cuidam de pessoas em vulnerabilidade social.

## Catedral na quarentena

### Unidas no artesanato

O Ministério de Mulheres continua trabalhando, mesmo na quarentena. As senhoras continuam fazendo bordados, tricô e outros trabalhos artesanais em suas casas. Todas as terças-feiras, elas participam de um momento devocional

pela internet. As mulheres da igreja que desejam participar podem enviar os dados para contato no e-mail [secretaria@catedralonline.com.br](mailto:secretaria@catedralonline.com.br).



## Sorrindo em tempos difíceis!

Rir é dizer que as suas forças internas são superiores aos seus problemas e aos desafios da vida. Hipócrates, pai da Medicina, utilizava animações e brincadeiras na recuperação de seus pacientes. Freud afirmou que o riso melhora a saúde física e mental. Nas Escrituras Sagradas, lemos que o coração alegre é um bom remédio (Provérbios 17.22).

O riso estimula o cérebro a liberar endorfina e serotonina, substâncias responsáveis pela sensação de prazer e alegria, proporciona sensação de leveza e bem-estar, ativa o sistema imunológico, combate depressão e estresse, normaliza a pressão arterial, melhora a digestão, desintoxica o organismo e até alivia dor.

Alguns alimentos têm nutrientes capazes de aumentar a produção de quatro neurotransmissores: dopamina, serotonina, endorfina e

ocitocina, responsáveis pelo bem-estar. São: banana, maçã, abacate, acerola, caju, morango, kiwi, limão, laranja, castanha do Pará, nozes, chocolate, soja, lentilha, feijão, grão de bico, arroz integral, leite e seus derivados, gérmen de trigo, peixes, frutos do mar, vegetais verdes escuros, aveia, ovos, pimenta vermelha, linhaça, chá verde, chia, entre outros.

Quem se lembra do cântico infantil: “Dê um sorriso só, sorriso aberto, sorriso certo, cheio de amor. Quem tem Jesus gosta de cantar, está sempre sorrindo, mesmo quando não dá”? Deus é nossa força! Vamos sorrir, mesmo em tempos difíceis.

Dra. Gisele Rocha - Nutricionista

(11)97247-5713 @vidaenutricaoigiselerocha



### Escola Dominical

Sob a coordenação do Rev. Reginaldo, a ED continuará, em junho, a tratar do tema “Família edificada na Palavra”. Acesse o Canal da Catedral no Youtube ou a página no Facebook aos domingos, a partir das 9h30. **Crianças e Adolescentes** têm aulas nas salas virtuais organizadas por faixa etária em dois horários: às 10h e às 10h20. Para participar, envie email para a coordenadora do ministério, Débora Mori: [dkgmori@hotmail.com](mailto:dkgmori@hotmail.com).

### Novos Membros

A Classe de Novos Membros inicia as aulas no dia 6/6/2020 (sábado), às 17h, pela internet. Mas, aceita-se inscrições até o dia 12/6. Interessados devem inscrever-se pelo email: [secretaria@catedralonline.com.br](mailto:secretaria@catedralonline.com.br) e aguardar contato da secretária pastoral.

### Mães em Oração

A reunião virtual das mães em junho será no dia 14, a partir das 9h. A devocional gravada estará disponível no Canal da Catedral no Youtube.

Desta vez a presbítera Dorothy trará a palavra de edificação para as mães.

### Catedral Jovem

Este ministério reúne-se virtualmente para oração e reflexão, promove *lives* com convidados no Instagram e tem um Clube do Livro para debates. Em junho, promoverá o Pipocando, diálogo sobre um filme que os participantes assistirão em casa. O Pipocando será no dia 27/06 às 18h30 e o 3º Encontro Jovem Online será no dia 13/06 às 18h30, ambos pelo Zoom. Para saber mais e participar das atividades basta entrar em contato pelo perfil do Instagram [@jovemcatedral](https://www.instagram.com/jovemcatedral).

### Falecimentos

Com grande pesar, notificamos o falecimento, no dia 29/5/2020, **Siléia Werpel Pessoa**, de 75 anos. Era membro de nossa igreja desde 2008.

Você quer receber a Revista Visão pelo Correio? Então atualize seu endereço. Ligue para (11) 3138-1600 e fale com Cláudia.



UNIDOS  
no amor de  
CRISTO

R. Nestor Pestana, 136/152 – Consolação, São Paulo/SP  
Telefone: (11) 3138-1600 | [secretaria@catedralonline.com.br](mailto:secretaria@catedralonline.com.br)

[www.catedralonline.com.br](http://www.catedralonline.com.br) (clique para acessar)

● **Youtube:** [www.youtube.com.br/catedralevangelicadesp](https://www.youtube.com.br/catedralevangelicadesp)

● **Spotify:** Procure por “Catedral Evangélica de São Paulo”

● **Facebook:** [www.facebook.com.br/catedralevangelicasp](https://www.facebook.com.br/catedralevangelicasp)

● **Instagram:** [www.instagram.com/catedralevangelicasp](https://www.instagram.com/catedralevangelicasp)

Contas correntes da Primeira Igreja  
para transferência bancária:

Bradesco – Ag: 0095 / CC: 118717-1

Itaú – Ag: 0189 / CC: 47530-4

Primeira Igreja Presbiteriana

Independente de São Paulo

CNPJ. 62.648.803/0001-04

