

A fé sem obras é morta

Depois de ter recebido doação de alimentos da rede de cafeterias Starbucks, nossos irmãos da congregação do Valo Velho colocaram em prática aquilo que dizem as Escrituras "... a fé, se não tiver obras, por si só está morta". No total, foram aproximadamente dez toneladas de produtos como sucos, rosquinhas, sanduíches e calda de brigadeiro.

Graças à dedicação de uma equipe de voluntários, foi possível a separação e a distribuição do material em locais de extrema pobreza do bairro e entorno, e para instituições beneficentes que atendem moradores de rua e populações em situação de vulnerabilidade social no Centro de São Paulo.

Além da doação da Starbucks, durante a pandemia a IPI do Valo Velho já doou R\$ 8.000,00 em cestas básicas para famílias da igreja e população carente do bairro. A igreja também lançou campanha para ajudar na ação missionária da

IPI de Parque Brasil em Moçambique, África.

Após sete anos de pastorado, o Rev. Geraldo vê a congregação crescer em número e em ação diaconal, demonstrando o amor cristão. Ele já pensa no próximo desafio: "Agora vamos partir para a troca do forro do nosso templo, pois a chuva tem feito estragos consideráveis".

Desde o início da pandemia, a Primeira IPI de São Paulo tem sido procurada por pessoas que necessitam de ajuda de todo tipo: alimento, roupa, remédio, entre outras coisas. Por isso, a Comissão de Administração e Finanças do Conselho tem separado verba extra para a assistência aos necessitados, o que só é possível porque a Igreja tem sido fiel em suas contribuições. Deus tem sustentado a Primeira Igreja e ela tem procurado cumprir com sua missão diaconal.



Catedral na quarentena

Doação de beliche | O MASD necessita de uma cama beliche para família carente. Quem puder doar deve entrar em contato com Eloá ou Márcia Leite pelo email maosaobra@catedralonline.com.br.

Revista Visão | A edição 62 é histórica. Todo o conteúdo desenvolve-se em torno da pandemia do novo coronavírus. A revista aborda temas como o momento atual à luz da Teologia, Covid-19 e profissionais da saúde, oração em tempos de isolamento e muito mais. A edição digital estará no site da Catedral a partir do dia 2/8.

Falecimentos | Dia 23/7/20 - **Élio Vieira**. Tinha 82 anos, era membro

da Igreja desde 1962. Deixa a esposa diac. Maria Gerti, os filhos Claudia e Nilton, e netos. **Dia 27/7/20 - Cely Becker Lotufo**. Tinha 88 anos, era membro da Igreja desde 1958. D. Cely era mãe do dr. Francisco L. Neto, João Paulo B. Lotufo e Mário Sérgio Lotufo.

Equipe Musical e Crianças | Quem participar do culto do Dia da Grande Comunhão verá o resultado do trabalho de músicos e coralistas da Catedral na produção de um vídeo especial para a celebração do "31 de Julho". Muitos tiveram de aprender a lidar com a tecnologia. Já para as crianças, a tecnologia não foi problema para a produção de um vídeo especial para este dia.

Exemplo de força e resistência

A pandemia não impediu que a Fundação Francisca Franco continuasse seu trabalho de cuidado e apoio à mulher vítima de violência no Centro de Defesa e Convivência da Mulher. Como ditam as modernas estratégias de gestão, a fundação reinventou a forma de trabalhar e criou o Projeto "Fique em Casa e Aproveite para Desenvolver Novas Habilidades". Por meio de aplicativos, as atendidas tiveram aulas de Poemas e Canções, Dança, Canto e Coral e Relaxamento Profundo. Elas também foram incentivadas a participar de palestras ao vivo disponibilizadas na internet

sobre os temas "O museu e a Inclusão Sociocultural – Pinacoteca do Estado de São Paulo", "Inclusão e Alfabetização Digital", "O apoio e a proteção às mulheres refugiadas", "O Racismo enlouquece e mata lentamente" e "Fórum de Violência contra o Idoso". Encerrando o primeiro semestre de 2020, em plena pandemia, as mulheres do CDCM criaram a letra de uma música, o regente do coral compôs a melodia e, juntos, fizeram um vídeo.



"OLHANDO DA JANELA"

*Olhando da janela
Do meu apartamento
Estranho ver as ruas
Sem aquele movimento
Existe um mal lá fora
Causando dor e sofrimento
Me veio na lembrança
A alegria de um momento
Me vi ainda criança
Sob o sol, cabelo ao vento
Brincando pelo Parque
Natureza em movimento*

*Entre flores, lagos, pássaros
Tendo o amor por sentimento
Ao lado dos meus pais e amigos
Era só contentamento
Sem espaço pra tristeza
E com Deus no firmamento
Esses versos que eu canto agora
São bem mais do que um lamento
É um canto de esperança e fé
Pro coração é um alento
Olhando da janela
Do meu apartamento*

Por que ingerir frutas, legumes e verduras?

Dra. Gisele Rocha - Nutricionista
(11)97247-5713
@vidaenutricaogiselerocha

O consumo de frutas, legumes e verduras é fundamental para manutenção da saúde e boa qualidade de vida. Qual a quantidade desses alimentos você consome diariamente? A recomendação da Pirâmide Alimentar Brasileira é que cada pessoa coma, diariamente, de três a cinco porções de frutas e de quatro a cinco porções de legumes e verduras, mas a quantidade exata varia com cada indivíduo.

Frutas, legumes e verduras devem estar presentes diariamente em nossa alimentação porque a ausência desses alimentos pode provocar doenças ou disfunções. Por outro lado, o excesso deles causa intoxicações.

Uma série de tarefas vitais ocorrem em nosso organismo gra-

ças à ação de vitaminas e minerais presentes nesses alimentos. Estas substâncias fortalecem o sistema imunológico, evitam inúmeras doenças, regulam o metabolismo, protegem o coração e evitam o câncer (devido à ação antioxidante), proporcionam saúde ao intestino (devido a ação das fibras, tanto solúveis como insolúveis), ajudam a manter o peso, previnem o diabetes tipo II e o envelhecimento, promovem a manutenção dos músculos e nervos, fortalecem o tecido ósseo e regeneram a pele, cabelo e unhas.

Faça uma alimentação equilibrada e variada. Quanto mais colorida ela for, mais nutrientes você irá ingerir.



UNIDOS
no amor de
CRISTO

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

www.catedralonline.com.br (clique para acessar)

● **Youtube:** www.youtube.com.br/catedralevangelicadesp

● **Spotify:** Procure por "Catedral Evangélica de São Paulo"

● **Facebook:** www.facebook.com.br/catedralevangelicasp

● **Instagram:** 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

