



## O Valor da Amizade

Amizade é tudo de bom. No entanto, como tudo na vida, também há seus altos e baixos. Nós conversamos bastante nos momentos bons, brincamos, ouvimos e damos conselhos uns aos outros. Uma boa amizade também passa por situações ruins. Nestas situações, nós brigaremos por ciúmes, egoísmo, por falta de paciência, e ainda ficaremos ressentidos com a situação. É difícil ficar bem o tempo inteiro, e a maneira como pensamos, muitas vezes, nos estimula a brigar. Sabemos que o melhor caminho para resolver qualquer situação é por meio da conversa. Somos amigos e precisamos nos respeitar. Ninguém gosta de brigar, ainda mais com um amigo querido.



## Dia Mundial da Saúde

A saúde é um assunto muito sério e importante aqui na Casas André Luiz. Há muitos cuidados e procedimentos para proteger tanto a nossa saúde quanto a saúde daqueles que trabalham por nós. Às vezes, precisamos mudar a nossa alimentação e isso nunca é fácil, mas sempre podemos conversar para buscar outros alimentos para descobrir o que gostamos ou não. É preciso estar com boa saúde mental e emocional para passar por certas mudanças.

Quando falamos sobre saúde, precisamos falar sobre a pandemia do novo coronavírus, na perda de pessoas queridas e na valorização do nosso Sistema Único de Saúde. Estamos vivendo um momento delicado, mas acreditamos que iremos superá-lo. Saúde é um direito de todos.



### Pensamento dos Repórteres :

"Nós devemos comer fruta, beber muita água e praticar exercícios físicos para manter a saúde em dia."

Às vezes, não estamos bem devido algum sentimento triste. E isto pode abalar a nossa saúde.

"No começo foi bem difícil se adaptar à nova alimentação, mas hoje estou comendo bem. É preciso ter fé e força de vontade na hora de encarar mudanças."

## ACONTECEU NA CAL



A banda Mr. 80 agitou a noite de sexta (23) dos pacientes com deficiências da Unidade de Longa Permanência da Casas André Luiz. Live Musical Beneficente, além de ajudar na arrecadação de abril, ainda trouxe muita alegria e descontração a todos os participantes, tanto aqueles que acompanharam a apresentação do conforto de seu lar quanto os assistidos, reunidos para aproveitar a ocasião especial.

## Dicas

O que podemos fazer para melhorar a nossa saúde:

- Encontrar nossos amigos
- Ouvir música
- Brincar
- Utilizar as nossas redes sociais



### REFLEXÃO



Elcio - Repórter

"Uma pessoa egoísta não tem luz brilhante, é preciso ter cristo no coração."

### Repórteres

