

## Depoimentos de pacientes e familiares

“A roda de conversa tem sido uma maravilha pra mim, ali posso entender que muitas histórias são compartilhadas, onde consigo entender que tenho sim meus problemas, mas que sempre terão modos de reação melhores, agradeço imensamente por tudo isso e gostaria que todos soubessem o quão maravilhoso é essa pratica.”

V.

“Conheci o Pacc através de uma amiga que estava fazendo tratamento comigo no HC. Eu estava precisando de ajuda com um problema no Inss e ela me falou aqui do Pacc e eu vim, conversei com a advogada e foi através dela que eu me interei mais e comecei a fazer parte do projeto. Já participei da ginástica e massagens que tem me ajudado muito. Tenho muito a agradecer.

Tenho o Pacc como meu segundo lar. Eu tenho uma ajuda aqui com a cesta básica, o leite... Se eu preciso de uma medicação eu consigo aqui. E tudo mais, o amor, o carinho, a atenção que todos os profissionais daqui do Pacc tem conosco. Esse é um projeto grande e abençoado que ajuda muitas pessoas nessa situação.”

S.

## Benefícios que o PACC oferece:

Cestas Básicas de Alimentos / Caixas de Leite Integral Medicamentos / Suplementos Alimentares / Fraldas Geriátricas e Infantis / Atendimento Nutricional / Orientação Jurídica / Pilates / Terapias / Acupuntura / Fisioterapia / Doação Semanal de Legumes / Suporte com Bolsas e Placas de Colostomia / Suporte com alimentação via enteral e nasogástrica

## Siga a gente no Instagram e Facebook

 ong.pacc

 Pacc Projeto Amigos contra o Câncer



### UNIDADE RIBEIRÃO PRETO

(16) 3610-1098  98832-5347  
R. Garibaldi, 1271 - Centro




### UNIDADE SÃO CARLOS

(16) 2121-0313  98832-7021  
R. Domingos Diegues, 200 - Santa Felícia

## Cadastro e Documentação

Para se cadastrar é necessário entrar em contato para agendar o atendimento com o Serviço Social e ter em mãos RG/CPF, Certidão de Nascimento (caso tenha filhos menores), comprovante de endereço, comprovante de renda de todos que moram na casa, comprovante de gastos, Laudos, Receituários e orientações médicas

### DOAÇÕES:

Caixa Econômica Federal  
C/C. 00.3004-3 Ag. 0340 Op. 003  
CNPJ: 23.312.859/0001-31 ← **CHAVE PIX**  
Tel. (16) 3610-1098 doações Rib. Preto  
Tel. (16) 2121-0313 doações São Carlos  
WhatsApp: (16) 98832-5347 

Abra o app do PagBank, escolha a função Aponte e Pag (QR Code) e escaneie o código abaixo



 PagBank



CNPJ: 23.312.859/0001-31 - Rua Garibaldi, 1271 - Centro Ribeirão Preto - 16.3610-1098 / 16.98832-5347 - Utilidade Pública LEI 14749/2022 - CNPJ: 23.312.859/0003-01 - Filial: R. Domingos Diegues, 200 - Sta. Felícia - São Carlos 16.2121-0313 / 16.98832-7021 - Utilidade Pública LEI 20836/2022 - site: [www.amigoscontraocancer.com.br](http://www.amigoscontraocancer.com.br)

## UMA OSTRA QUE NÃO FOI FERIDA NÃO PRODUZ PÉROLAS

Pérolas são produtos da dor; resultados da entrada de uma substância estranha ou indesejável no interior da ostra, como um parasita ou grão de areia. Na parte interna da concha é encontrada uma substância lustrosa chamada nácar.

Quando um grão de areia a penetra, as células do nácar começam a trabalhar e cobrem o grão de areia com camadas e mais camadas, para proteger o corpo indefeso da ostra. Como resultado, uma linda pérola vai se formando. Uma ostra que não foi ferida, de modo algum produz pérolas, pois a pérola é uma ferida cicatrizada.

O mesmo pode acontecer conosco. Se você já sentiu ferido pelas palavras rudes de alguém? Suas idéias já foram rejeitadas ou mal interpretadas?

Você já sofreu o duro golpe do preconceito? Já recebeu o troco da indiferença?

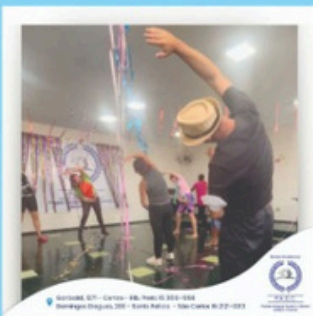
Na prática, o que vemos são muitas “Ostras Vazias”, não porque não tenham sido feridas, mas porque não souberam perdoar, compreender e transformar a dor em amor. Então, produza uma pérola! Cubra suas mágoas com várias camadas de AMOR.

Um sorriso, um olhar, um gesto, na maioria das vezes, vale mais do que mil palavras!

## CARNAVAL NO PACC

O nosso bloco de carnaval é da turma da boa saúde! Atividade física, dança e muita diversão alegraram a nossa sexta feira de 9 fevereiro.

O pilates solo acontece às quartas e sextas das 8h30 às 9h30 no Pacc Ribeirão. Gratuito.



## FEIRA DE ARTESANATO

No domingo, 25 de fevereiro o Pacc participou da Feira Cultural da Nove de Julho, em Ribeirão Preto. Montamos uma barraca com os produtos confeccionados pelos nossos pacientes durante as oficinas de artesanato realizadas aqui na Instituição. Expomos os trabalhos em crochê, artefatos em couro e outros trabalhos manuais.

A feira se repetirá todo último domingo de cada mês na Av. Nove de julho. Confira a programação nas nossas redes sociais @ong.pacc



## RODAS DE CONVERSA

Em São Carlos a Roda de Conversa acontece todas as quintas-feiras das 15 às 16H, o tema é escolhido logo antes de iniciar o bate-papo. A Psicóloga Ana Lima e o Psicólogo Bruno Cardoso são quem acompanham, acolhem e com uma escuta atenciosa valorizam cada vivência, experiência e história dos participantes deste projeto



## O PACC FOI AO CIRCO!

Na terça feira, 13 de fevereiro, usuários do Pacc e seus familiares foram ao Patati Patatá Circo Show. Um espetáculo que alegrou a tarde de todas as famílias. Agradecemos ao Vereador Alessandro Maraca por proporcionar esse momento único aos nossos usuários.



## ENTREGA DOS BENEFÍCIOS

Diariamente, o Pacc Ribeirão Preto e o Pacc São Carlos, realizam a entrega de benefícios aos pacientes em tratamento oncológico cadastrados na Instituição. Os benefícios são:

Cesta básica de alimentos / Leite / Suplemento alimentar /  
Fralda Geriátrica e Infantil / Pedido de Medicamentos



## SOBRECOXA MARINADA NO IOGURTE E BETERRABA ASSADA



### INGREDIENTES

- 1kg de sobrecoxa de frango;
- 1 pote de iogurte natural desnatado;
- 2 colheres de sopa cheias de mostarda escura;
- 3 beterrabas médias;
- 1 colher de sopa de azeite de oliva extra-virgem;
- 1 cebola média;
- Sal à gosto;
- Pimenta do reino à gosto.

### MODO DE PREPARO

Tempere o frango com iogurte, a mostarda, o sal e a pimenta do reino à gosto (deixe marinando de um dia para o outro). Em uma assadeira. Leve o frango ao forno pré-aquecido a 200°C por aproximadamente 30 minutos. Corte a cebola e a beterraba em pedaços grandes, tempere com sal e pimenta do reino, regue com azeite e leve ao forno pré-aquecido a 200°C por 20 minutos. Retire os do forno e sirva quente.

GIULIA AYUMI  
— NUTRICIONISTA —

@giuayuminutricionista