

## Depoimentos de pacientes e familiares

"Eu cheguei no Pacc muito debilitada por conta de um câncer de estômago. Eu tinha feito quimioterapias e a cirurgia para retirada de todo estômago, eu usava sonda nasogástrica e precisava de alimentação e apoio psicológico. Graças a Deus fui muito bem assistida pela assistência social, nutricionista, psicóloga e todos daí, um acolhimento muito verdadeiro. Sou muito grata a todos."

J.C.

"Meu nome é R.L.S. sou paciente oncológica. Conheci o Pacc através de um panfleto deixado no hospital em que eu fazia tratamento. Desde então comecei a vir aqui fazer os tratamentos, já faço massoterapia, auriculoterapia, faço pilates e outras coisas mais. Pra mim é uma diversão vir aqui conversar com todo mundo e conhecer novos pacientes. Além de todo tratamento, pra mim é uma terapia. Já faz um ano que eu estou vindo e não pretendo parar nunca. Então pra nós aqui, pacientes oncológicos é muito importante ter a colaboração de todos. Obrigada. «

R.L.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 / Fisioterapeuta / 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  
seu banco pessoal



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)

## A LIÇÃO DA BORBOLETA

Um dia, uma pequena abertura apareceu em um casulo. Um homem sentou e observou a borboleta por várias horas, conforme ela se esforçava para fazer com que seu corpo passasse através daquele pequeno buraco. Então pareceu que ela tinha ido o mais longe que podia, e não conseguia ir mais além.

O homem decidiu ajudar a borboleta: ele pegou uma tesoura e cortou o restante do casulo. A borboleta então saiu facilmente. Mas seu corpo estava murcho, pequeno e tinha as asas amassadas.

O homem continuou a observar a borboleta porque ele esperava que a qualquer momento as asas dela se abrissem e se esticariam e assim seriam capazes de suportar o corpo que iria se firmar com o tempo.

Nada aconteceu!

Na verdade, a borboleta passou o resto de sua vida rastejando, com seu corpinho murcho e as asas encolhidas. Ela nunca foi capaz de voar.

O que o homem, em sua gentileza e vontade de ajudar não compreendia era que o casulo apertado e o esforço para atravessar a pequena abertura eram necessários para fortalecer a borboleta e deixá-la pronta no tempo certo para voar.

Algumas vezes o esforço é justamente o que precisamos em nossas vidas. Se não fossem os obstáculos nós nunca seríamos tão fortes como poderíamos ter sido. Nós nunca poderíamos voar.

## SEMANA DA MULHER

Iniciamos a semana da mulher com um dia de Spa! Segunda feira as Pacientes do Pace puderam ter um dia de cuidados com hidratação facial, design de sobrancelhas e ainda massagem relaxante com as voluntárias Jane Olivato e Karla Coelho.

Na quarta, recebemos a Maquiadora Profissional Miriã Godói para uma Oficina de Automaquiagem com as nossas assistidas.

Na sexta, dia 08 de março, dia Internacional da Mulher, o Pace celebrou a data com um café da manhã, música e vivência para encerrar as comemorações da semana da mulher. Lyon e Quezia do Coral Atos de Amor nos presentearam com músicas que tocam a alma. Na sequência, a Terapeuta e Consteladora Sistêmica Andréia Ruiz, realizou a dinâmica: Eu vejo você!



## PÁSCOA

Realizamos o Evento de Páscoa no Pace São Carlos no dia 27 e no dia 28 em Ribeirão Preto. Com a doação de parceiros, conseguimos entregar ovos de páscoa para os nossos assistidos.



## INAUGURAÇÃO DO CANTINHO DA BELEZA

A autoestima está diretamente relacionada com a melhora da qualidade de vida e o bem estar do paciente oncológico. Com as doações de cabelos que recebemos, produzimos perucas e criamos um cantinho da beleza com direito a lenço e até maquiagem.



## RADIOTERAPIA: UM FEIXE DE ESPERANÇA NA LUTA CONTRA O CÂNCER

Física Médica e Doutoranda em Física aplicada à Medicina e Biologia, nossa voluntária Miriã Godói é especialista na área e trouxe a radioterapia para a roda de conversa de março. O encontro aconteceu no dia 27. Pacientes e familiares puderam entender melhor o processo da radioterapia no nosso organismo durante o tratamento oncológico.



## ENTREGA DOS BENEFÍCIOS

Diariamente, o Pace Ribeirão Preto e o Pace 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



## PANQUECA DE ESPINAFRE COM RICOTA



### INGREDIENTES

- 3 ½ xícaras de chá de leite desnatado;
- 2 ovos;
- 2 ½ xícaras de chá de farinha de aveia;
- 1 xícara de chá de folhas de espinafres crus;
- 3 colheres de sopa cheias de manteiga derretida;
- 250g de ricota bem fresca;
- 4 colheres de sopa cheias de parmesão ralado;
- 2 colheres de sopa cheias de salsa picada;
- 1 xícara de creme de leite;
- Noz moscada à gosto;
- Sal à gosto.

### MODO DE PREPARO

Para a massa, bata no liquidificador 2 xícaras leite desnatado, 2 ovos, 1 ½ xícara de farinha aveia, os espinafres, 2 colheres de manteiga derretida e sal, durante cerca de 15 minutos. Em uma frigideira antiaderente, pincele manteiga e espalhe igualmente 3 colheres de massa. Frite em fogo baixo até dourar, em seguida, vire para que doure o outro lado. Repita o procedimento até acabar a massa e reserve. Com o auxílio de um garfo, amasse a ricota e junte com o queijo parmesão, salsinha e sal. Pegue a massa, espalhe duas colheres de recheio e feche em formato de panquecas. Para o molho, aqueça a manteiga e depois acrescente a farinha. Mexa até dourar. Retire a panela do fogo, acrescente o creme de leite ½ xícara de leite e misture tudo até que fique homogêneo. Retorne ao fogo até que engrosse. Sirva as panquecas com o molho.

GIULIA AYUMI  
— NUTRICIONISTA —

@giuayuminutricionista