



NOTÍCIAS
Vida Radiante em
Campos do Jordão

SERVIÇO
Venda casada
é prática abusiva



Novas

MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE



CENTRO DE
JUVENILIDADE E
CULTURA CRISTA

Ano XXXIV | Nº 381 | Dezembro de 2023

VERÃO

VIVA BEM A ESTAÇÃO DO SOL

Foto de Julia Kuzenkov no Pexels

21º CONGRESSO DA TERCEIRA IDADE | VIDA RADIANTE



TEMPO DE
Reviver
A ALEGRIA E A ESPERANÇA



Mensagens
Pr. AILTON DESIDÉRIO
1ª IGREJA BATISTA DO LINS
Rio de Janeiro, RJ

23 a 26
ABRIL 2024
DE TERÇA A SEXTA-FEIRA

- ★ CELEBRAÇÃO ★ MENSAGENS
- ★ PALESTRAS ★ CORAL ★ OFICINAS
- ★ CULTO MATUTINO ★ FESTA SOCIAL

HOTEL LEÃO
DA MONTANHA
CAMPOS DO JORDÃO, SP

+ INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES
21 98509-7276
juventudecrista.com.br

Realização
.....
MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE



CENTRO DE
JUVENTUDE E
CULTURA CRISTÁ



Proteção e segurança de verdade

“Guarda-me como a menina dos olhos, esconde-me à sombra das tuas asas.”

Salmo 17.8

Os grandes centros urbanos do Brasil – e de outros países também – têm uma característica comum: altas taxas de criminalidade, que geram nas pessoas que neles vivem, uma sensação permanente de medo e insegurança. Segundo o Observatório do Terceiro Setor, “Sete em cada 10 brasileiros (68%) se sentem inseguros de andar à noite na própria vizinhança. É o que aponta a pesquisa *Percepções da Crise*, realizada pela Fundação Getúlio Vargas (FGV). O resultado coloca o Brasil no segundo lugar do ranking de medo da violência em 2017, atrás apenas do Afeganistão, onde 79% das pessoas têm medo de sair à noite. A média mundial é 30%.”

Esse medo produz vários efeitos colaterais, como aponta estudo divulgado pelo Portal da Indústria: “A falta de segurança pública restringe cada vez mais o uso das cidades pela população. Pesquisa da Confederação Nacional da Indústria (CNI) com 2.002 pessoas mostra que 70% dos brasileiros estão tomando alguma medida restritiva, como evitar andar com dinheiro, sair à noite, deixar de circular por alguns bairros, aumentar a segurança privada e até mesmo trocar de casa ou os filhos de escola. Um ponto de destaque é que 27% das pessoas mudaram o modo de se vestir para reduzir o risco de assalto ou de assédio.”

A verdade é que, enquanto estamos nesse mundo e, de modo mais intenso ou não, sempre estaremos sujeitos a sofrer algum tipo de violência. A Bíblia registra, de forma clara e eloquente, que o próprio Senhor Jesus sofreu ataques dos judeus e dos romanos que lhe causaram grande dor e, por fim, a morte. E, mais tarde, os seus discípulos também sofreram, como descreve a Carta aos Hebreus: “Alguns foram torturados, não aceitando seu resgate, para obterem superior ressurreição; outros, por sua vez, passaram pela prova de escárnios e açoites, sim, até de algemas e prisões. Foram apedrejados, provados, serrados pelo meio, mortos a fio de espada...” (Hb 11.35-37).

Se essa é a nossa condição, como falar de “proteção e segurança de verdade?” Como entender a proteção e o cuidado de Deus? Para entender isso, precisamos considerar o que Jesus nos diz: “Não tenham medo daqueles que matam o corpo, mas não podem matar a alma. Porém tenham medo de Deus, que pode destruir no inferno tanto a alma como o corpo.” (Mt 10.28).

A perspectiva é: mesmo que estejamos sujeitos à violência e a maldade que há no mundo, temos a segurança – se é que já entregamos a Jesus à nossa vida e o temos como nosso Senhor e Salvador – de que estamos guardados para sempre e por toda a eternidade com Deus. A nossa verdadeira fonte de segurança é Jesus!

Se você sofre e está aflito por causa da violência que nos rodeia, ore assim: Senhor, eu vivo num mundo cruel e violento. Muitas vezes tenho medo até de sair de casa. Mas agora eu sei que o Senhor é a verdadeira fonte de segurança. Me ajude a confiar em teu cuidado e a descansar na certeza da tua proteção. Amém!

Pr. Gilton Medeiros

CONTEÚDO

AQUI: Tudo o que preparamos para você, sua família e seu ministério!



03 PASTORAL

Proteção e segurança de verdade

18 NOTÍCIAS

Museu da Bíblia da SBB celebra 20 anos promovendo educação e cultura

Campos do Jordão receberá a próxima edição do Congresso Vida Radiante

21 INSPIRAÇÃO

Deus conosco!!!!

É tempo de renovação...

O bambuzal de Bratcher

25 IGREJA & MISSÕES

Pastor é punido por se recusar a fechar igreja

26 SAÚDE EMOCIONAL

Natal, reveillon e depressão

27 SAÚDE & VIDA

Tomate: leve, refrescante e saboroso

33 POLÍTICA & CIDADANIA

O Governo Federal procura igrejas para parcerias

34 SERVIÇO

A importância das tratativas prévias entre o pastor e a igreja

O posicionamento cristão frente à descriminalização do aborto

Venda casada é prática abusiva

41 CULTURA

Jornada para Belém é opção de filme sobre o Natal

Grandes igrejas, pequenos líderes

A batalha de Davi contra Golias

Antioquia ou Casa de Profetas?

Para conhecer e entender a Bíblia como literatura

Alcançar o equilíbrio na vida é a proposta de Micheli

48 É SÉRIO!

Graça para quem tem a graça



Foto de Pixabay no Pexels

CAPA - CRISTIANISMO E VIDA

VERÃO: VIVA BEM A ESTAÇÃO DO SOL

Para muitos, a estação mais esperada do ano. Afinal, o verão é a época das festas de final de ano, das férias, dos banhos de mar, de rios, lagoas e cachoeiras. É o tempo dos passeios e até de sonhar! Confira, na matéria de capa desta edição, as orientações e sugestões para quem quer viver bem esse tempo!



Foto de Antoni Shkraba no Pexels

27 SAÚDE E VIDA

TOMATE: LEVE, REFRESCANTE E SABOROSO

Versátil, barato e saboroso. Assim é o tomate, esse fruto que nasceu na América e conquistou o mundo. Presente em centenas de pratos e preparações, o tomate é também um campeão no quesito “bom para a saúde”. Veja tudo o que o tomate pode fazer por você na seção “Saúde e Vida”.



AGENDA 2024

***Cursos | Congressos
Encontros | Retiros***

Garanta a ida da nossa Equipe até a sua Igreja, Associação ou Convenção!

Reserva de datas:
21 98509-7276 / 2516-6080
juventudecrista.com.br

#ministériovidaradiante | #prgiltonmedeiros
#servindoacorpodeCristo

MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE



CENTRO DE
JUVENTUDE E
CULTURA CRISTÃ

EXPEDIENTE

O **Ministério Vida Radiante – Centro de Juventude Cristã** é um instrumento à serviço da Igreja de Jesus, organizado como uma associação que é composta por voluntários que entendem que a sua vocação é trabalhar para inspirar, encorajar e edificar as pessoas para que se tornem discípulos dedicados de Jesus. Para isso, cria e disponibiliza oportunidades de aperfeiçoamento, treinamento e inspiração por meio de cursos, encontros, seminários, congressos e publicações.

DIRETOR EXECUTIVO

Pr. Gilton Medeiros

Novas

é uma publicação do
MINISTÉRIO VIDA RADIANTE
Centro de Juventude Cristã

Av. Marechal Floriano, 38, Sala 905 - Centro | CEP 20080-007, Rio de Janeiro, RJ
21 **2516-6080** | **2516-6085** | **98509-7276**
revistanovas@juventudecrista.com.br | **juventudecrista.com.br**

Publicação Mensal • Ano **XXXIV** • Nº 381 • Dezembro de 2023

A Revistas Novas existe para promover o Evangelho de Jesus Cristo e, subsidiariamente, divulgar o trabalho do Ministério Vida Radiante.

Fundado em 15 de agosto de 1990

Fundador e Editor: **Pr. Gilton Medeiros** (38431/17 DRT/RJ)

Jornalista Responsável

Sandra Medeiros (276/83 DRT/ES)

Colunistas

Ailton Desidério, Cacau de Brito, Cleverson do Valle, Daniel B. de Souza, Eneziel Andrade, Gilberto Garcia, Hudson Silva, Jáber Lopes M. Monteiro e Amanda do Carmo L. O. M. Monteiro, João Soares da Fonseca, Jonatas de S. Nascimento, Josué Ebenézer de S. Soares, Marcella Bastos e Thiago Titillo

Fotografia

Edna Fontana Vieira e Ana Clara F. Vieira

GERÊNCIA COMERCIAL

Sônia Nogueira

21 2516-6080 e 98509-7276 (WhatsApp) | sonia@juventudecrista.com.br

Representante em Brasília, Rio de Janeiro e São Paulo:

ABME – Associação Brasileira de Mídias Evangélicas

Os artigos assinados não representam, necessariamente, a opinião da Revista Novas.

Não nos responsabilizamos pela qualidade dos produtos ou veracidade das mensagens contidas em anúncios publicitários.

juventudecrista.com.br

Filiada à

Associação Brasileira de
Mídias Evangélicas



É TEMPO DE SOL, É TEMPO DE VIVER!

Com a chegada do verão e a presença do sol dominando os espaços – afinal vivemos num país de clima tropical e subtropical – o ritmo de vida da maioria das pessoas muda. Há mais disposição e vontade de sair, passear, aproveitar as oportunidades para o lazer e o descanso. Para quem vive no litoral ou tem acesso ao mar, é tempo de ir à praia, tomar água de coco...

Mas, como sempre na vida, nem tudo são flores. No verão aumenta a incidência de algumas doenças como o câncer de pele, as insolações e os distúrbios gástricos e também os acidentes como afogamentos, colisões no trânsito entre outras situações adversas. Isso faz com esse tempo seja também o de cuidar da alimentação, da pele, da boa administração do tempo e das oportunidades.

Aproveitar e viver bem o verão é o desafio e o privilégio que o Senhor nos concede. Confira as dicas da matéria de capa e desfrute desse tempo especial usufruindo com sabedoria de tudo que essa estação oferece!

No espaço dedicado à Saúde o assunto é um alimento presente em praticamente todas as

mesas do mundo: o saboroso e super saudável tomate. Esse fruto versátil, que pode ser consumido na forma de molhos, sucos, saladas ou assado com ervas e especiarias é um poderoso aliado da boa saúde.

Veja também as contribuições dos nossos colunistas. Veja o que preparamos para seu crescimento e informação nas seções Cultura, Igreja e Missões, Inspiração, Política e Cidadania, Saúde Emocional e Serviço.

E, finalmente, reiteramos o nosso pedido: se você gostou da leitura, do conteúdo desta revista, compartilhe à vontade, com os seus contatos nas redes sociais!

Obrigado e boa leitura!



**GILTON
MEDEIROS**

Jornalista e Editor

gilton@juventudecrista.com.br
Instagram: [pr._giltonmedeiros](https://www.instagram.com/pr._giltonmedeiros)

CAPA | CRISTIANISMO E VIDA

VERÃO

VIVA BEM A ESTAÇÃO DO SOL



Foto de Willian Santos no Pexels



TEMPO IDEAL para as atividades ao ar livre, o verão é a oportunidade para os programas em família. Seja para desfrutar da calma e das paisagens dos sítios ou das pequenas cidades do interior ou para aproveitar os passeios à beira mar, o importante é poder viver um tempo especial com os familiares.

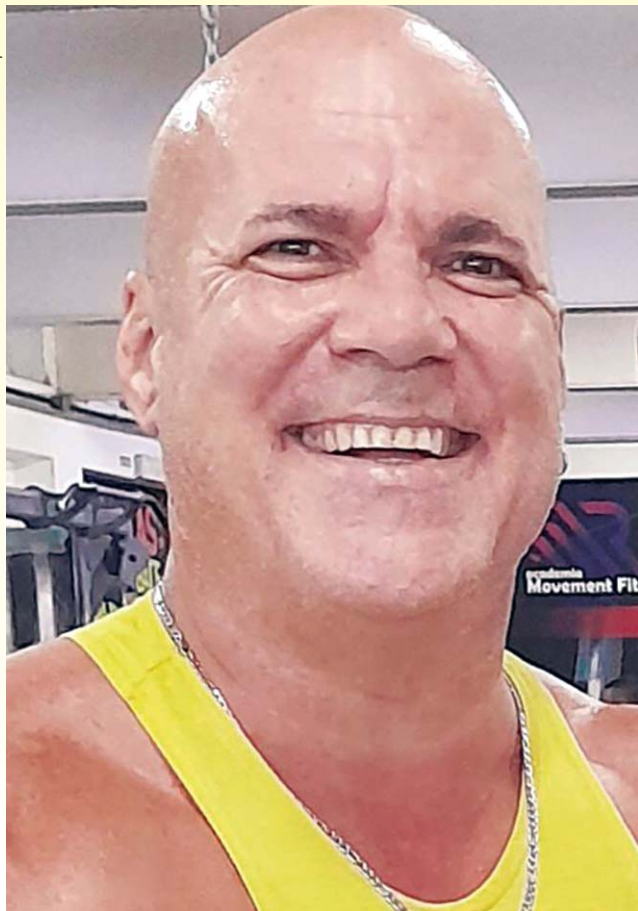
O país do sol, das praias e dono de um dos maiores litorais do mundo – são cerca de 279 municípios confrontantes com o mar e uma extensão de 10,9 mil km, segundo o IBGE, e que também tem milhares de rios e lagoas, com cachoeiras e centenas de apelos para as atividades em meio a natureza é, sem dúvida, o país do verão.

Com a maior parte de sua superfície em áreas tropicais ou subtropicais, o Brasil vive o verão com intensidade. Época de férias para muitas pessoas, a estação do calor é também o tempo em que a economia atinge picos com hotéis, bares, restaurantes, casas de shows, empresas de turismo, rodoviárias, portos e aeroportos em plena atividade.

No mundo evangélico o ritmo também não é muito diferente: o verão é a época dos retiros no período do carnaval, das viagens missionárias, dos passeios, dos piqueniques das igrejas, dos shows com

cantores cristãos nas praias – em Vila Velha, ES, por exemplo, já é tradição o Festival “Jesus Vida Verão” com 30 anos de história e é realizado pela 1ª Igreja Batista da Praia da Costa, sob a liderança do Pr. Evaldo Carlos dos Santos.

Viver bem essa época do ano é, portanto, um grande desafio. Se por um lado o clima convida para a descontração, para um ritmo mais leve, por outro, esse mesmo clima traz algumas preocupações em relação aos riscos associados – desde as insolações e o perigo do aumento de acidentes, até a maior incidência do câncer de pele. Sobre isso vale registrar que, de acordo com o Instituto Nacional do Câncer (Inca), do Ministério da Saúde, o câncer de pele é o mais frequente no Brasil e no mundo e corresponde a 27% de todos os tumores malignos do país. A exposição excessiva ao sol e sem o uso de filtro solar são fatores de risco que contribuem para o desenvolvimento do câncer de pele. Em um país ensolarado como o Brasil é



O PROF. JR PIMENTEL recomenda cautela para quem está vivendo de forma sedentária e resolve iniciar uma rotina de atividades físicas.

preciso ficar alerta para os sintomas da doença e a importância do diagnóstico precoce.

O professor **JR Pimentel**, que é formado em Educação Física, Pós-Graduado em Fisiologia e com Especialização em Prescrição de Exercícios para Idosos e Grupos Especiais, alerta que, embora o clima do verão seja um convite para as atividades ao ar livre e até mesmo, para iniciar a prática de atividades físicas, “Talvez a solução vire um “problemão” [começar a se movimentar]. A pessoa sedentária na verdade tem um comportamento sedentário. Então, o ano todo parado, como agora por influência de tudo que envolve o verão, decide mudar? Nada se muda do dia para a noite. Isso pode gerar lesões, traumas, desconfortos e até mortes, como o exemplo dos peladeiros de fim de semana nos mostra.”

Em função desse alerta, a redação da **Revista Novas** perguntou: **O problema é que normalmente, essas pessoas não buscam orientação adequada. O que uma pessoa pode ou deve fazer, se ela quer**

melhorar a sua condição física, sem precisar da ajuda profissional? Quais são os cuidados que são importantes para a prática de esportes, por exemplo? Para o **Prof. JR Pimentel**, “O ideal é ter um profissional do Exercício e um da área de Nutrição sempre, mas o básico é obedecer aos dois princípios da Educação Física: a Individualidade e a Adaptação Gradual a todo esforço.”

Outra pergunta apresentada foi: **Quais são as preocupações ou cuidados que quem resolveu se matricular em uma academia devem adotar? Em relação a si mesmo, em relação a própria academia ou mesmo em relação aos objetivos que a pessoa deve estabelecer para si?** Respondendo, o **Prof. JR Pimentel** esclareceu que “Fazer a Avaliação Física e ter um atestado médico é fundamental. Infelizmente nem todas as academias exigem e obrigam os interessados a fazer. Um exemplo: a pessoa que para e volta meses, ou até anos depois e quer fazer a mesma série de exercícios. Assim, é crucial ter o apoio profissional pois sempre há riscos. Muitos ficam traumatizados com as academias por causa disso. Para 2024 eu sugiro estabelecer duas metas prioritárias a sua saúde: comer menos (comer certo) e mover-se mais de modo correto. Assim, no próximo verão você estará no ponto!”

Também entrevistada pela redação, a **Dra. Brenda Jacomo de Abreu Nunes**, que atua como Nutricionista Clínica, enriqueceu a matéria com importantes considerações. Ao responder à pergunta da redação: **O verão é a estação das atividades ao ar livre, dos passeios e das extravagâncias. Os riscos de uma desidratação, de distúrbios gástricos e até mesmo de problemas mais graves são bem altos nessa época do ano. Quais os principais cuidados que uma pessoa deve ter, especialmente em relação a alimentação?** ela explicou que “É importante redobrar a hidratação! Opte por água e/ou água de coco, lembrando que chás, mate, café são líquidos a serem evitados, pois seu consumo em excesso, pode causar desidratação. Não espere sentir sede para beber água. A sede é um sinal de que o corpo já está começando a desidratar, podendo causar dores de cabeça e tonturas. Cuidado com alimentos engordurados como mortadela e salame, assim como molhos e maionese, que facilmente podem azedar. Atenção redobrada à higienização dos alimentos! Durante essa época do ano, a proliferação de bactérias e micro-organismos nos alimentos é maior.”

A propósito do tipo adequado de alimentação no verão, a **Dra. Brenda** acrescenta que “Não é recomendado o excesso de frituras e gorduras, alimentos ricos em sódio, embutidos, creme de leite e maionese assim como o uso de bebidas alcoólicas. Opte por



A DRA. BRENDA explica que não há caminho rápido e fácil para o emagrecimento. O processo de perda de peso exige mudanças de hábitos de vida.

proteínas mais leves como peixes e frango, folhas verdes, legumes e frutas como melancia, melão, tomate, alface, pepino, laranja, morango, abobrinha, couve. É importante se atentar à quantidade de frutas consumidas: a orientação é ingerir pelo menos três porções por dia. Exagerar no sal nunca é uma boa opção,

principalmente no calor. Cuidado com o tempero das saladas: evite molhos prontos. Dê preferência ao azeite, limão ou vinagre. Prefira os cereais integrais que combinam com saladas e pratos frios em geral.”

E, finalmente, além da preocupação com a qualidade e o tipo de alimentação mais apropriados para o verão (veja o destaque na **página 14**) é comum nessa época do ano surgirem as “dietas da moda”. Por isso perguntamos à **Dra. Brenda: Até que ponto é válido seguir essas dietas? Ou é melhor ignorar a propaganda e permanecer seguindo os hábitos alimentares tradicionais?** Com base em sua experiência ela orienta que *“Infelizmente não há caminho rápido e fácil para o emagrecimento. O processo de perda de peso exige mudanças de hábitos de vida que, além da alimentação, incluem a prática regular de exercícios físicos e um estilo de vida saudável. Além disso, muitas vezes, essa perda de peso drástica está associada a um ganho de peso maior no futuro, além de tonturas, dores de cabeça, cansaço e fadiga excessiva. O melhor é seguir com a boa e velha reeducação alimentar.”*

.....

Viver bem, especialmente nessa época do ano é um desafio e deve ser o objetivo de todos. É preciso viver a vida abundante e em plenitude que Jesus veio para nos dar (Jo 10.10). É como nos ensina o salmista: “Este é o dia que o Senhor fez; regozijemo-nos e alegremo-nos nele.” (Sl 118.24).

O verão está aí, cheio de energia, vibração e calor. É o tempo dos dias ensolarados e das noites curtas – algumas bem quentes outras mais cálidas. É a época para viver e celebrar a vida. Viva a alegria de saber que, mesmo com todas as dores e mazelas do mundo e da vida, é possível encontrar beleza, prazer e esperança. O verão nos convida a viver. Por que não aproveitar?

**AS CAMINHADAS SÃO
MUITO BENÉFICAS PARA
QUEM QUER COMEÇAR
UMA ROTINA DE
ATIVIDADES FÍSICAS**





SETE DICAS PARA VIVER UM VERÃO PERFEITO

O verão é a estação preferida por muitas pessoas e as razões são bem evidentes – é a época de férias para boa parte de quem trabalha, é a estação do ano favorável aos passeios ao ar livre, em sítios, fazendas e é também a época apropriada para os banhos de mar, de rios, lagoas e cachoeiras. As altas temperaturas, especialmente em um país tropical como o Brasil favorecem a descontração, as festas...

Entretanto, o verão exige alguns cuidados. Apresentamos aqui sete dicas que, se observadas, poderão contribuir para que esse tempo seja uma época maravilhosa e de muitas alegrias para você e para a sua família.

1. APROVEITE AS OPORTUNIDADES PARA AS ATIVIDADES AO AR LIVRE – Quando usamos os dias mais longos do verão para as



atividades ao ar livre, criamos as condições para ativar a circulação sanguínea, e com isso, aumentamos a disposição e o ânimo. Os exercícios também auxiliam a quem está em busca de emagrecimento e tonificação do corpo, o que resulta em uma vida mais saudável. É também a época de vestir roupas mais leves e calçados confortáveis.

2. DESFRUTE (COM CUIDADO) DO SOL – A exposição à luz natural, antes das 10h e depois das 16h, ajuda na produção de vitamina D. Sem essa substância, o metabolismo fica enfraquecido, nos tornando mais vulneráveis a problemas de saúde como a fraqueza, diabetes, doenças renais e até mesmo a depressão. O ideal é tomar sol por pelo menos 15 minutos ao dia, sem protetor, uma vez que ele impede a penetração dos raios solares na pele. Além disso, tomar sol contribui para melhorar o humor, fortalecer os ossos e o sistema imunológico.

3. DIVIRTA-SE MUITO, MAS SEJA MODERADO – Nada de ficar horas e horas torrando ao sol, num daqueles dias maravilhosos na praia. A consequência, todos sabem, pode ser uma terrível insolação. Também evite os riscos de enfrentar mares com ressaca, nadar em meio a correntezas, ignorar os riscos de uma tromba d'água em rios ou cachoeiras; atividades extenuantes como futebol de areia, vôlei de praia e muitos outros esportes que são muito bons se

praticados dentro dos limites de cada um.

4. ATENÇÃO TOTAL A HIDRATAÇÃO – A água é essencial em todo o tempo, mas no verão, a necessidade aumenta. Todos devem, especialmente as crianças, manter-se bem hidratados no verão quando os riscos de uma desidratação crescem exponencialmente. Com o organismo bem hidratado tudo funciona bem: a cabeça, o sistema digestivo, os rins, a pressão arterial...

5. DESCANSE E DURMA BEM – O sono é essencial para restabelecer as energias e restaurar a saúde do corpo. Uma noite de repouso, bem dormida, proporciona um dia bem produtivo. Se não for possível descansar à noite, o dia seguinte poderá ser de muita irritação e mau humor. Os benefícios de um bom descanso são vários: melhor controle no apetite; a memória e o raciocínio ficam mais eficientes; a pele rejuvenesce e o sistema imunológico é fortalecido.

6. MANTENHA UMA DIETA LEVE – É essencial consumir frutas em todas as épocas do ano, mas principalmente durante o verão. Frutas como abacaxi, laranja, mamão, melancia e melão, são campeãs na sua composição de água, contendo mais de 70% do líquido. Além disso, as frutas de modo geral são benéficas para o organismo pois são fontes ricas de minerais e vitaminas. Elas também ajudam a fortalecer o sistema imunológico e nervoso. Outros benefícios das frutas são a melhoria da saúde da pele e cabelo, diminuição do risco de diabetes e doenças cardiovasculares. Já para as grávidas, as frutas são importantes para a formação do bebê.

7. DEIXE AS FRITURAS DE LADO – Os alimentos gordurosos e as frituras são mais difíceis de digerir, causando uma indisposição e sonolência no cotidiano. Outro risco associado às frituras e aos alimentos gordurosos é o maior risco de indisposição gástrica, enxaquecas e aumento da obesidade.

Seguindo estas dicas o seu verão será uma época memorável, cheia de alegrias e boas recordações. Aproveite!



O QUE VOCÊ NÃO DEVE TER NO SEU PRATO

Com a chegada do verão as temperaturas sobem, para alguns o apetite diminui e os riscos de uma contaminação alimentar crescem assustadoramente. Nesse período de altas temperaturas, uma boa prática é o cuidado redobrado com a qualidade e o tipo de alimentos que são consumidos. Para isso, é preciso manter a alimentação regrada e hidratação em dia. E, tão importante quanto, é essencial evitar alguns tipos de alimentos. Veja o que é bom deixar de fora de sua mesa:

COMIDAS PESADAS: Refeições compostas de pratos gordurosos aumentam a temperatura corporal e exigem mais do organismo no momento da digestão. Com mais trabalho, o sistema digestivo produz sonolência, retarda o metabolismo e provoca desânimo. Em alguns casos as refeições gordurosas podem gerar um mal-estar, indigestão, sensação de empanzimento e azia. Por isso, pratos como a feijoada, a rabada, o mocotó, o cozido à moda portuguesa, o tutu de feijão, a buchada, o pernil de porco assado, o angu à baiana, entre outros devem ser evitados na estação do calor.

COMIDINHAS DE RUA: É importante também tomar cuidados ao se alimentar na rua. O churrasquinho, o cachorro-quente, as

frituras... podem ser causadores de problemas por conta do armazenamento inadequado. Mal acondicionados e com a refrigeração precária, muitos alimentos de rua podem estragar com mais facilidade e, com isso, provocar situações desagradáveis como indisposição ou mesmo infecções no aparelho digestivo.

FRITURAS: Eles são deliciosamente tentadores – quem não gosta dos salgados, das batatas fritas, dos pastéis e dos rissoles? Embora sejam frituras que a maioria das pessoas gostam, mas quando consumidas em excesso, se tornam prejudiciais à saúde. E também, a longo prazo, podem contribuir para o surgimento de doenças cardiovasculares e aumento na pressão arterial. O ideal é evita-los, seja qual for a época.

TEMPEROS E MOLHOS CASEIROS – Preparações como a maionese caseira, pastas de alho e condimentos, etc. também devem ser evitados. A maionese preparada artesanalmente, por exemplo, tem alta quantidade de gordura, e por ser preparada com ovos crus, pode se tornar uma fonte de contaminação pela bactéria Salmonella, causadora da salmonelose, uma grave infecção intestinal que dura de 4 a 7 dias.

VERÃO

TEMPO DE CUIDAR
(AINDA MAIS) DA

PELE



Não é novidade que o verão, a estação mais quente do ano é também a ocasião em que os cuidados com a pele devem ser redobrados. É nessa época que os raios solares podem deixar a pele mais sensível, ressecada e até mesmo, em casos de insolação, ferida. Para quem quer se prevenir e cuidar da pele para poder desfrutar das alegrias do verão e não sofrer decepções, é preciso ter em mente que na estação do calor algumas coisas acontecem com o nosso corpo afetando o metabolismo e o ritmo da vida e, conseqüentemente, causando algumas mudanças na pele.

No verão a pele está propensa a apresentar novas manchas, sardas e até rugas; a produzir a acne solar, que é associada a necessidade de repor a oleosidade natural da pele que fica ressecada pela exposição aos raios ultravioleta; a mudar de tom e a ficar ressecada – muitas vezes causado pelo contato com ar-condicionado, areia da praia, água salgada do mar, uso de sabonetes de limpeza profunda, o cloro e outras substâncias presentes em piscinas.

Por tudo isso, é muito importante cuidar, com bastante atenção, da pele no verão para evitar os danos causados pelo sol. Veja alguns cuidados necessários para essa época do ano:

1. MUITA ÁGUA E ALIMENTAÇÃO

ADEQUADA – A ingestão de líquidos ajuda a repor a água que o nosso corpo perde com a transpiração. Por isso, prepare sua garrafinha e mantenha-a sempre por perto. Além de água, você pode beber sucos naturais geladinhos, assim, enquanto evita a desidratação, também coloca sua criatividade em prática testando diferentes combinações de frutas!

2. ESFOLIAÇÃO E HIDRATAÇÃO

– A esfoliação proporciona vários benefícios: ajuda a renovar a pele, limpa e remove as impurezas, previne a formação de pelos encravados e proporciona um toque macio e lisinho para a pele. Além disso, com a esfoliação, prepara a pele para a próxima etapa de cuidados: a hidratação. Os raios solares podem deixar a nossa pele ressecada e sensibilizada, por isso é importante intensificar a hidratação durante o verão. No banho, opte por sabonetes ou óleos corporais com limpeza suave. Além de cuidar e proteger sua pele, você ainda vai deixá-la perfumada e macia. E, no pós-banho é apropriado reforçar a hidratação, aproveitando que os poros estão mais dilatados, o que facilita a absorção do produto utilizado.

3. PROTETOR SOLAR SEMPRE À MÃO

– O uso de produtos com essa finalidade precisa ser feito tanto nos momentos de lazer quanto em atividades diárias. De acordo com a Sociedade Brasileira de Dermatologia, o ideal é investir em itens com fator de proteção solar acima de 30 e proteção contra os raios UVB e UVA, além de evitar o sol entre 10h e 16h. A aplicação do protetor solar na pele deve ser realizada pelo menos 30 minutos antes da exposição ao sol, de maneira uniforme em todas as partes do corpo. Reaplique o produto a cada duas horas ou sempre que entrar na água.

4. ACESSÓRIOS DE PROTEÇÃO E ROUPAS

LEVES – Para proteger o rosto do sol, adote o uso de bonés e chapéus. Também procure usar roupas de algodão na hora das atividades ao ar livre. Por ser de origem vegetal, o tecido protege a pele da radiação ultravioleta mais do que os tecidos sintéticos, como o nylon, por exemplo.

Siga-nos no
 YouTube



Canal do MINISTÉRIO VIDA RADIANTE

CURTA | INSCREVA-SE | ATIVE O SININHO DAS NOTIFICAÇÕES

MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE



CENTRO DE
JUVENTUDE E
CULTURA CRISTÁ



Museu da Bíblia celebra 20 anos promovendo educação e cultura

A comemoração foi marcada pela realização de Culto de Ação de Graças e pela reafirmação da missão da Sociedade Bíblica do Brasil, por meio do cultivo de uma cultura bíblica

Resultado de uma parceria entre a Sociedade Bíblica do Brasil (SBB) e a Prefeitura Municipal de Barueri (SP), o Museu da Bíblia (MuBi), o primeiro museu dedicado as Escrituras Sagradas, é um importante espaço para o cultivo da cultura bíblica, por meio de exposições de curta ou longa duração e interações com o público visitante.

Em uma área de 900 m², integrada a um Centro de Eventos, o MuBi também acolhe uma Biblioteca com mais de 17 mil volumes, em mais de 1.000 línguas, com o objetivo de disponibilizar a Bíblia em todos os idiomas para os quais já foi traduzida e se tornar um centro de referência para novas traduções. Essa é a maior biblioteca de traduções da Bíblia do hemisfério sul. E não são muitas as bibliotecas maiores em número de traduções no hemisfério norte.

Ao longo de 50 anos, a Sociedade Bíblica do Brasil (SBB) reuniu um acervo qualificado e levou adiante o que já se mostrava uma vocação natural: colocar tudo à disposição da comunidade, promovendo educação e cultura por meio das Escrituras Sagradas.

No início dos anos 1980, a Sociedade Bíblica do Brasil deu os primeiros passos no sentido de ter um museu dedicado à Palavra de Deus, com a instalação de um pequeno espaço na cidade do Rio de Janeiro.

Para chegar ao formato atual, a equipe da SBB foi buscar inspiração no que havia de mais moderno em termos de museu em países como Alemanha, Holanda, Escócia e Estados Unidos.

Então, uma parceria com a Prefeitura Municipal de Barueri, na Grande São Paulo, tornou realidade o Museu da Bíblia, inaugurado em 9 de dezembro de 2003. Integrado ao Centro de Eventos de Barueri, cuja área é de 4,67 mil m², o MuBi conta com os seguintes espaços: a) Exposição: 450 m²; b) Biblioteca: 225 m²; c) Auditórios: Dois para 500 pessoas; d) Estacionamento: para 200 veículos.

Para celebrar os 20 anos do Museu da Bíblia, a Sociedade Bíblica do Brasil promoveu uma exposição com a linha do tempo desses 20 anos e um Culto de Ação de Graças, realizado no dia 12 de dezembro.

Campos do Jordão receberá a próxima edição do Vida Radiante



OS CONGRESSISTAS e a alegria da chegada para mais um Congresso Vida Radiante.

Com caravanas provenientes de quatro estados, a próxima edição do **Congresso da Terceira Idade - Vida Radiante** será realizado sob o tema “Tempo de reviver a alegria e a esperança”

Já em sua vigésima primeira edição, o Congresso da Terceira Idade – Vida Radiante será realizado na encantadora cidade de Campos do Jordão, região da Serra da Mantiqueira, no Estado de São Paulo e acontece do dia 23 ao dia 26 de abril de 2024. Muito apreciado pelos seus participantes, o Congresso Vida Radiante desta vez contará, como Orador Oficial, com o Pr. Ailton Desidério, pastor da 1ª Igreja Batista no Lins, Zona Norte do Rio de Janeiro.

Local e programação do Congresso – As atividades

do Congresso serão realizadas no Centro de Convenções do Hotel Leão da Montanha, onde a maioria dos congressistas estarão hospedados. E, a programação será composta de reuniões de inspiração e encorajamento (mensagens, cultos matutinos e devocionais e o coro do congresso); atividades recreativas e de sociabilidade (ginástica sênior – o “estique-se!”, festa social e de boas-vindas e lazer nas instalações do hotel); oficinas de aperfeiçoamento para vida e ministério (oficina de artes, palestras e curso para líderes de ministérios com a 3ª idade).

PARA MAIS INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES

Ligue para: (21) 2516-6085 | 2516-6080 | **98509-7276** (WhatsApp)
 Consulte: <https://juventudecrista.com.br> | Escreva para: eventos@juventudecrista.com.br

INSPIRAÇÃO

Foto de Gülizar Senem no Pexels

DEUS CONOSCO!!!!

Vamos imaginar?! Imaginemos que estamos há anos no corredor da morte por causa de um crime gravíssimo. Há provas incontestáveis e várias testemunhas de que somos culpados. A certeza da morte é a maior certeza de nossa vida.

Os anos se passam, a sentença está cada vez mais próxima, até que uma autoridade nos encontra e declara: “Se você confiar em mim, vou providenciar tudo para que você seja totalmente perdoado, como se o crime nunca tivesse acontecido. Você será liberto para sempre de todas as suas transgressões”.

Como você se sentiria??

Certamente aliviado e transbordando de alegria!!! Além de um coração eternamente grato a uma pessoa assim.

Essa é exatamente a nossa história quando confiamos em Jesus.

Ele abriu mão de sua glória, veio ao mundo por amor a nós e morreu para que nós pudéssemos desfrutar de Sua vida.

Ele veio a nós!

Ele veio para estar conosco!

Ele é Emanuel, “Deus Conosco”!!!

Neste Natal e preparação para um novo ano, lembre que Ele está conosco, que Seu amor nos alcançou e nos alcança todos os dias!!!

“Tudo isto aconteceu para que se cumprisse o que foi dito da parte do Senhor, pelo profeta, que diz; Eis que a virgem conceberá, e dará à luz um filho, E chamá-lo-ão pelo nome de EMANUEL, Que traduzido é: Deus conosco.” (Mateus 1.22-23)



MARCELLA BASTOS

Jornalista, é Conselheira de adolescentes e jovens da Igreja Missionária Evangélica Maranata em Duque de Caxias
Instagram: marcellabastos

INSPIRAÇÃO

É TEMPO DE RENOVAÇÃO...

Mais um ano termina e um novo ano começa. Em termos práticos, nada muda, é vida que segue. Porém, em nossa caminhada, sempre lidamos com simbolismos; e as coisas simbólicas sempre exercem algum impacto em nosso viver. Nesse sentido, o ano novo traz consigo novos desafios. O novo ano nos desafia a evidenciar, em todos os nossos atos, palavras e projetos, acima de tudo, novidade de vida. Somos desafiados a priorizar os valores eternos do reino de Deus, evitando assim a conformidade com o presente século.

Para fazermos de 2024 um ano novo em nossas vidas, a disposição para a renovação se faz necessária. Deus nos chama para um novo tempo; e este novo tempo é fruto da novidade de vida. A novidade de vida é um processo contínuo, que nos desafia a melhorarmos mais e mais. A esse respeito, a seguinte exortação é feita pelo apóstolo Pedro: *“Por isso, cingindo o vosso entendimento, sede sóbrios e esperai inteiramente na graça que vos está sendo trazida na revelação de Jesus Cristo. Como filhos da obediência, não vos amoldeis às paixões que tínheis anteriormente na vossa ignorância; pelo contrário, segundo é santo aquele que vos chamou, tornai-vos santos vós mesmos em todo o vosso procedimento, porque escrito está: Sede santos, porque eu sou santo”* (1 Pe 1.13-16). Esse alvo de santidade só será alcançado na glória porvir; por isso, no dia a dia, sempre é possível melhorar.

Uma segunda atitude, igualmente essencial, é o cultivo de uma vida mais fraterna. Vivemos em um mundo altamente egoísta. Nesse contexto de individualismo e indiferença que prevalece atualmente, somos desafiados a viver de maneira mais solidária e fraterna. A construção do novo tempo pelo qual ansiamos, passa pelo caminho sobremodo excelente do amor: amor a Deus sobre todas as coisas e ao próximo como a si mesmo. Cultivando maior fraternidade em nossos relacionamentos, estaremos, de fato, marcando em nosso viver o início de um novo ano, um novo tempo: o tempo da multiforme graça de Deus.



Uma terceira atitude, não menos importante e essencial, deve ser considerada: é a disposição para se desenvolver uma vida de maior fidelidade a Deus. A fidelidade a Deus é questão inegociável. O Senhor espera de cada um de nós maior fidelidade. É possível que, durante o ano que fica para trás, tenhamos cometido faltas, as quais desagradaram a Deus. Sendo assim, é imprescindível haver arrependimento e a disposição para mudanças, pois a fidelidade a Deus é questão essencial para que façamos de 2024 um novo ano em nossas vidas.

Em sua primeira carta, João faz uma importante advertência: *“Não ameis o mundo nem as coisas que há no mundo. Se alguém amar o mundo, o amor do Pai não está nele; porque tudo o que há no mundo, a concupiscência dos olhos e a soberba da vida, não procede do Pai, mas procede do mundo. Ora, o mundo passa, bem como a sua concupiscência; aquele, porém, que faz a vontade de Deus permanece eternamente”* (1 Jo 2.15-17).

Dependendo da disposição do coração para a renovação, 2024 poderá, sim, ser um novo ano! É tempo de renovação...



ENEZUEL ANDRADE

Pastor da Igreja Presbiteriana de Guaçuí, ES. Diretor da Editora de Estudos Bíblicos DIDAQUE
eneziel@hotmail.com

O BAMBUZAL DE BRATCHER

Nada magoa tanto como o pontapé da ingratidão. Muitos líderes cristãos experimentam na carne e na alma as ferroadas dos ingratos. Entre esses líderes, quero destacar o que acontece com um segmento pouco reconhecido popularmente: os tradutores da Bíblia.

Além da incompreensão, os irmãos chamados por Deus para desenvolverem o ministério de tradução da Bíblia são vítimas desse pecado comum, que é a ingratidão. Sempre digo que se João Ferreira de Almeida não tivesse feito a obra que fez, cada um de nós, crente lusófono, teria que aprender hebraico, aramaico e grego para ler a Bíblia. Hoje dispomos de várias alternativas de tradução em nosso idioma, graças à competência e dedicação desses servos do Altíssimo.

Robert Bratcher (1920-2010) foi um ilustre tradutor da Bíblia. A ele se deve o esforço de disponibilizar a Palavra de Deus numa linguagem mais contemporânea. Fez parte da comissão americana que traduziu a chamada “Bíblia na Linguagem de Hoje”, que você pode ler para as crianças, sem ter que explicar. Catedrático de grego, Bratcher era respeitado como intelectual no mundo inteiro, mesmo não evitando temas polêmicos. O que pouca gente sabe é que ele nasceu em Campos dos Goitacazes (RJ), em 1920, quando o pai, L. M. Bratcher, era missionário naquela grande cidade do Norte Fluminense. Logo depois, a família se mudou para a cidade do Rio de Janeiro, onde Robert foi batizado pelo pastor Francisco F. Soren, na 1ª Igreja Batista, em 15 de julho de 1928.

Para comemorar os 80 anos de seu batismo, Bratcher veio ao Brasil em 2008. Mesmo com 88 anos, estava cheio de energia e de ideias. Hospedado conosco, manifestou o desejo de visitar o Seminário do Sul, onde lecionou Grego e Novo Testamento, de 1949

a 1956. Quando subíamos a colina que leva ao Seminário, ele exclamou admirado: “Olha esse bambuzal! Ainda está aqui. É do tempo da minha infância”. De fato, quem sobe a colina da Rua José Higino, 416, na Tijuca, vê, à direita, um exuberante bambuzal.

Dois anos depois dessa visita, recebemos a notícia de que Bratcher faleceu. Era julho de 2010.

A Convenção Batista Brasileira transferiu as suas juntas e organizações administrativas para a colina do Seminário. Toda vez que vou lá, passo respeitosamente pelo bambuzal teimoso, que continua resistindo à poluição, ao progresso, chuvas e trovoadas. Robert Bratcher se foi ao encontro do seu Criador. Mas o bambuzal continua ali. Um dia, eu também me despedirei deste mundo, seguindo o caminho de toda carne. O bambuzal continuará ali. Mas ninguém pense que o bambuzal é eterno. Os dias dele também estão contados, pois “*Seca-se a relva, e cai a sua flor...*” (Isaías 40.8). Os elementos do reino vegetal também estão de passagem por este mundo. A vida é oferta por tempo limitado. Homens, bichos e plantas... estamos todos passando por aqui. Davi orou: “*...o tempo da minha vida é como nada diante de ti. Na verdade, todo homem, por mais firme que esteja, é apenas um sopro*” (Salmo 39.5). Use bem esse tempinho que Deus lhe dá!



**JOÃO SOARES
DA FONSECA**

Pastor e escritor.

jfonsec@yahoo.ca



Invista

EM SUA EQUIPE

Nós temos

o *Curso*

adequado para o
APERFEIÇOAMENTO
dos seus Líderes!

Ligue agora para
agendar um dos
Cursos em sua Igreja!

21 2516-6080

98509-7276

juventudecrista.com.br

❖ **GERAÇÃO CONECTADA**

Para Líderes de Ministérios com Jovens

❖ **RESGATE & VIDA**

Para Voluntários Que Atuam na
Prevenção à Dependência Química

❖ **LÍDERES COMPROMETIDOS**

Para Líderes de Ministérios na Igreja

❖ **EBD VIVA**

Para Quem Ensina a Bíblia na Igreja

❖ **GERAÇÃO MAIS**

Para Líderes de Ministérios com
Adultos e Terceira Idade

Confira todas as dicas em
juventudecrista.com.br

MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE

 CENTRO DE
JUVENTUDE E
CULTURA CRISTÃ



Sem a moto, é difícil alcançar cristãos nos vilarejos remotos (foto representativa)

Pastor é punido por se recusar a fechar igreja

A motocicleta do pastor Dahn foi confiscada por autoridades locais

Em um dos distritos no Planalto do Vietnã, um pastor chamado Dahn (pseudônimo) corajosamente pastoreia uma igreja local. Por seguir a Jesus e pelo trabalho missionário que faz na região, o pastor e outros seis membros da igreja estão sob severa vigilância.

Os cristãos vigiados têm entre 26 e 59 anos. Em março de 2023, as autoridades locais convocaram o pastor Dahn para o Comitê de Pessoas de outra província para forçá-lo a interromper os cultos da igreja. Eles deram um ultimato e disseram que ou o pastor abandona a igreja ou deve pagar uma multa de aproximadamente 165 dólares.

Mas, o pastor se manteve firme na fé em Jesus e no ministério. Ele se recusou a pagar a multa, pois estava confiante de que não tinha feito nada de errado, e ele não tinha o dinheiro necessário. Como não fez o pagamento, as autoridades tomaram a motocicleta do líder cristão.

A falta do veículo tornou a vida do pastor Dahn muito difícil. A moto era o meio de transporte dele para o trabalho e também para servir a igreja, especialmente nos locais mais remotos. Ore pelo pastor Dahn, sua família e pela igreja que ele lidera nesse momento de perseguição intensa.

Perseguição a cristãos no Vietnã – O Vietnã é um dos cinco países no mundo ainda governado por um

partido comunista. O governo monitora a atividade cristã e exerce um alto nível de pressão sobre todos os seguidores de Jesus. As comunidades cristãs históricas, como as igrejas católicas romanas, desfrutam de certa liberdade desde que não sejam politicamente ativas, o que pode levar à prisão, ou estejam envolvidas em casos de grilagem de terras. As congregações evangélicas e pentecostais, que costumam se reunir em igrejas domésticas, são monitoradas de perto e enfrentam discriminação tanto do governo como da sociedade.

Os convertidos de origem budista ou étnico-animista enfrentam a perseguição mais severa, não apenas das autoridades, mas também de suas famílias, amigos e vizinhos. Como a maioria deles pertence a minorias étnicas como os hmõng, as autoridades comunistas suspeitam deles. Às vezes, suas casas são destruídas e eles são forçados a deixar suas aldeias.

A Agência Missionária Transcultural Portas Abertas trabalha por meio de parceiros locais fornecendo socorro imediato nas necessidades básicas, apoio jurídico para defesa legal, treinamento de liderança e discipulado e projetos de desenvolvimento socioeconômico.

* Com base em texto de Regina Andrade, Assessora de Imprensa da Missão Portas Abertas, uma organização cristã internacional que atua em mais de 60 países apoiando os cristãos perseguidos por sua fé em Jesus.

SAÚDE EMOCIONAL

NATAL, REVEILLON E DEPRESSÃO

Foto de Raikicevic Nenad no Pexels



No período de festas de final de ano o índice de suicídio aumenta de modo significativo. Segundo dados do CVV (Centro de Valorização da Vida), o número de ligações buscando ajuda e apoio emocional aumenta em média 15% no mês de dezembro. Dados também apontam que muitos casos de depressão são desencadeados ou acentuados nessa época do ano.

As festas de Natal e de Réveillon são marcadas pela alegria. Mas a alegria dos outros acentua a tristeza do depressivo, que pergunta para si mesmo: "por que estou tão triste se os outros estão tão alegres?" Por conta disso, movido por um forte sentimento de inadequação, o depressivo se isola ainda mais, sentindo-se como um patinho feio, um peixe fora d'água.

Por mais colorido que seja o cenário dessas celebrações, por mais luzes piscando que existam, a pessoa que está passando por uma depressão enxerga tudo a partir de um único tom: o tom de cinza. Por mais que a mesa esteja com alimentos saborosos e apetitosos, o depressivo não sente vontade de avançar sobre eles com uma garfada sequer.

Essas ações não podem ser interpretadas como frescura, desvalorização das pessoas, dos familiares, que estão presentes na festa e muito menos como falta de fé. Devem ser vistas como sintomas da depressão.

O que fazer frente a essa realidade incômoda?

Primeiro: Convide a pessoa que está com depressão para estar junto, mas não insista ou a obrigue a isso. Também não a deixe sozinha. Em especial no caso de uma depressão severa.

Segundo: Demonstre afeto, mas não force a barra esperando ser correspondido. Não espere da pessoa que está com depressão abraços efusivos e sorrisos alargados. Mas não a ignore, tratando-a como um "estraga-prazeres".

Terceiro: Aceite as emoções. Se houver lágrimas não interrompa com palavras de reforço, reprimendas ou com tratamentos que só servem para reforçar o sentimento de autocomiseração. Sustente a voz do silêncio. Por vezes, gestos de acolhimento como um abraço, mão sobre o ombro, comunicam muito mais do que qualquer palavra.

Quarto: Aja normalmente. Não mude o tom da festa. Cabe aqui uma ressalva: em casos de uma depressão normal por conta de um luto recente é preciso pensar se a celebração deve ser feita e como deve ser feita. Cada caso é um caso. Cada luto é um luto.

Quinto: Busque ajuda. Algumas situações mais angustiantes revelam a necessidade clara de buscar ajuda. Se esse é o seu caso. Se você se sente assim. Então, não alimente e nem disfarce esse sentimento, fazendo das tripas coração, para dar conta de uma festa, que você não está preparado ou querendo participar. Com certeza um bom suporte profissional o ajudará nesse sentido.

Para André Gide o homem nasceu para a alegria. Mas nós sabemos muito bem que a alegria não é um sentimento constante na vida. Como diz a letra da música dos The Fevers "*Nem sempre o sol brilha / Também há dias que a chuva cai*". Como diz a Bíblia: "*As noites em que seus olhos choram abrem caminho para dias de risadas.*" (Sl 30:5 - Bíblia Mensagem).



**AILTON
DESIDÉRIO**

Pastor e Mestre em Psicologia

desiderioailton@gmail.com
Instagram: ailton_desiderio

TOMATE

LEVE, REFRESCANTE E SABOROSO

O tomate é um fruto muito apreciado em todo o mundo e a produção anual dos 15 maiores produtores atinge a casa 182 milhões de toneladas segundo a FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura) com a China liderando, produzindo cerca de 62 milhões de toneladas (33% da produção mundial).

Assim como a batata e o milho, o tomate é um presente da América para o mundo. As espécies são originárias das Américas Central e do Sul e a sua utilização como alimento teve início no México. Com a chegada dos espanhóis no séc. XVI, a produção e o consumo do tomate espalharam-se por todo o mundo.

O tomate é um fruto arredondado e de cor vermelha, rico em licopeno, um agente antioxidante e anticancerígeno que intervém nas reações em cadeia das moléculas de radicais livres. Por isso, está associado a índices reduzidos de câncer de pâncreas, cervical e próstata. Ele protege o organismo de infecções bacterianas, assim como de perturbações digestivas e pulmonares. Ele tem uma ação anti-inflamatória, sendo também muito benéfico para a atividade cerebral.

Consumo do tomate – Versátil e saudável, o tomate pode ser consumido cru, em molhos ou desidratado, na forma de tomate seco. Para obter o máximo dos seus benefícios para a saúde, o ideal é que o consumo seja de pelo menos uma unidade média de tomate (aproximadamente 100g) ou seis unidades de tomate do tipo cereja por dia. Para quem gosta, o suco de tomate puro servido com um talo de salsa ajuda a dissolver os cálculos renais. Além disso, o suco é ótimo para combater as infecções e exerce efeito antisséptico no corpo, neutralizando resíduos ácidos.

Para aumentar ainda mais a absorção e o aproveitamento das propriedades do licopeno presentes no tomate a recomendação é que eles devem ser cozidos. Isso porque o calor aumenta a biodisponibilidade do licopeno, ou seja, ele é melhor absorvido pelo nosso organismo quando os tomates são cozidos. É importante, porém registrar que o processo de industrialização do tomate, para a elaboração de molhos prontos, catchup e outros, não destrói o

licopeno, mas é preciso cuidado com os aditivos usados nos alimentos ultraprocessados como sódio, corantes e etc.

O tomate e a beleza – Além de ser refrescante, o tomate é um tonificante e auxiliar da circulação sanguínea, além de ajudar a aliviar as queimaduras do sol. Ele pode ser aplicado no rosto para restaurar sua acidez relativa depois de um tratamento de limpeza. Para aqueles que têm a pele oleosa, é bom aplicá-lo todos os dias. Já para aqueles que têm a pele seca, o uso deve se restringir a uma vez por semana. Finalmente, o suco do tomate combate a caspa e a queda de cabelo.

Cuidados e contraindicações – A Nutricionista Karla Leal, que possui pós-graduação em Nutrição Clínica e Estética e Mestrado em Saúde Pública e que atua como Revisora Clínica do Portal Tua Saúde, informa que “O tomate não é indicado para pessoas com pedras de oxalato de cálcio nos rins ou que têm risco aumentado para desenvolver esse problema, como em casos de alteração nas funções renais, predisposição genética, baixa ingestão de água ou consumo excessivo de sal. Por ser um alimento muito ácido, o tomate pode causar queimação, dores, má digestão em algumas pessoas com refluxo, gastrite e úlceras gastrointestinais. Nestes casos, é recomendado evitar a ingestão de tomate. Pessoas com diverticulite, devem evitar consumir as sementes e a pele do tomate, porque, nesses casos, é recomendado manter uma dieta baixa em fibras.”

Outro cuidado importante é com a higiene dos frutos, pois o tomate comum contém muitos resíduos de defensivos agrícolas que precisam ser removidos para não causarem prejuízos à saúde. A recomendação, nesses casos, é que os tomates sejam lavados com bastante água e esfregados com uma esponja macia. Mesmo que ainda permaneçam alguns resíduos, esse cuidado diminui consideravelmente os riscos de uma contaminação mais forte.

Texto elaborado com informações dos portais Tua Saúde, Rede D'or, Natura e Beleza e Saúde.



Como o consumo de tomate pode beneficiar a sua saúde

Além de ser saboroso, refrescante e de fácil preparo, o consumo regular do tomate contribui para saúde de muitas maneiras. Confira:

1. AJUDA A PREVENIR O CÂNCER DE PRÓSTATA

– O tomate é rico em licopeno, um pigmento carotenoide que exerce uma potente ação antioxidante no organismo, protegendo as células do efeito dos radicais livres, e inibindo a proliferação das células tumorais, prevenindo e atrasando o desenvolvimento de diferentes tipos de câncer, principalmente de próstata, mama e de ovário em mulheres na menopausa.

2. CONTRIBUI PARA PREVENIR DOENÇAS CARDIOVASCULARES

– O tomate, por ter elevada composição em antioxidantes, ajuda a manter os vasos sanguíneos saudáveis, além de possuir fibras que ajudam a diminuir os níveis de colesterol ruim, também conhecido por LDL.

Além disso, existem estudos que mostram que o consumo de licopeno, que é encontrado de forma concentrada

no tomate, ajuda a diminuir o risco de diferentes doenças cardiovasculares, como infarto do miocárdio, aterosclerose e derrame cerebral.

3. MELHORA A VISÃO, A PELE E O CABELO – Por ser rico em carotenoides, que transformam em vitamina A no organismo, o consumo de tomate ajuda a manter a saúde dos olhos e da pele, além de fortalecer e dar brilho aos cabelos.

4. AJUDA A REGULAR A PRESSÃO ARTERIAL – O tomate é rico em potássio, um mineral que ajuda a regular a pressão arterial. Além disso, por ser rico em água também cria um efeito diurético, ajudando a controlar a pressão arterial.

5. FORTALECE O SISTEMA IMUNE – Por ser rico em vitamina C e antioxidantes, como os polifenóis, o consumo de tomate ajuda a fortalecer as defesas naturais do organismo, pois ajuda a combater os radicais livres que favorecem o aparecimento de doenças, incluindo vários tipos de câncer.

6. ATUA NO CONTROLE DA DIABETES – O tomate contém fibras e cromo, que ajudam a regular os níveis de açúcar no sangue e, por isso, esse fruto pode ser considerado uma boa aliada no controle e na prevenção da diabetes.

7. CONTRIBUI PARA REDUZIR O ENVELHECIMENTO PRECOCE – A ação antioxidante do tomate promove a proteção das células da pele contra a ação dos radicais livres, prevenindo o envelhecimento da pele. Além disso, como contém vitamina C, o tomate pode estimular a produção de colágeno, impedindo o aparecimento de rugas e

melhorando a regeneração e a cicatrização da pele.

8. AJUDA A EMAGRECER – O tomate contém poucas calorias e é rico em água, antioxidantes e fibras. Seu consumo ajuda a diminuir a gordura corporal e a controlar o apetite, sendo considerado um bom alimento para ser incluído nas dietas de emagrecimento.

9. MELHORA A SAÚDE DOS OSSOS – Os tomates são uma excelente fonte de vitamina K, que atua no organismo ativando a osteocalcina, que é uma proteína necessária para o crescimento e mineralização dos ossos, contribuindo para evitar o desenvolvimento da osteoporose.

10. PREVINE DOENÇAS DO FÍGADO – O tomate é rico em licopeno, que pode interferir no processo de oxidação e regulação do metabolismo das gorduras, contribuindo para prevenir o acúmulo de gorduras no fígado.

11. COMBATE A PRISÃO DE VENTRE – O tomate contém boas quantidades de fibras insolúveis, principalmente na casca, o que ajuda a melhorar o funcionamento do intestino e a aumentar o volume do bolo fecal, combatendo a prisão de ventre e prevenindo doenças como diverticulose, hemorroidas e câncer de cólon.

12. AJUDA A PREVENIR A ANEMIA – O tomate contém uma boa quantidade de vitamina C, que é necessária para aumentar a absorção intestinal do ferro, principalmente proveniente dos alimentos de origem vegetal. Assim, o consumo de tomate aumenta a formação de hemoglobina, prevenindo a ocorrência de anemia.



Conheça as principais variedades de tomate e enriqueça a sua mesa

TOMATE CARMEM: esse tomate é grande e firme e é a variedade mais consumida no Brasil. Tem a vantagem de durar bastante tempo antes de estragar, mas como é muito aguado, não é muito indicado para molhos. Ele é melhor aproveitado em saladas ou para serem usados com recheios.

TOMATE ITALIANO: É o tipo mais recomendado e ideal para fazer molhos, já que é mais carnudo e tem menos água e sementes. Além disso, ele tem gosto doce e forte, mas estraga mais rapidamente que outras variedades.

TOMATE DÉBORA: Não é tão ácido como o tomate Carmem, mas tem mais sementes que o Italiano. É um tipo de tomate com uso bem amplo, podendo ser usado em saladas, molhos e até para fazer tomate seco. Mas é preciso ter cuidado, já que ele tem bastante água.

TOMATE HOLANDÊS: é vendido em ramos e sua apresentação é ótima para

enfeitar a mesa. Na hora de comprar, é importante ver se os ramos ainda estão verdes, já que os ramos marrons indicam que o tomate está passado. Com sabor mais adocicado e pouca acidez, é indicado para saladas, molhos e pratos quentes como risotos.

TOMATE CAQUI: esse tipo de tomate é bem grande e vermelho e seu sabor é marcante e adocicado. Ele é muito indicado para saladas e vinagrete, mas não é muito recomendado para ser usado na preparação de molhos.

TOMATE CEREJA: é um tomate pequeno e adocicado. Ele é refrescante e aguado, sendo ideal para saladas, aperitivos, massas e risotos, mas não é apropriado para o preparo de molhos.

TOMATE SWEET GRAPE: parece um tomate Italiano em miniatura e é bastante carnudo. Esse tipo de tomate parece uma uva e é bem doce, daí vem o seu nome. É ideal para pratos frios, combinado com ervas e queijos.



A ASSINATURA DA Revista Novas é GRÁTIS

Mas, produzir, distribuir e disponibilizar uma nova edição da Revista a cada mês **NÃO É DE GRAÇA!**

Você pode nos **ajudar**, contribuindo para custear a produção das revistas. A sua doação, de **qualquer** valor, será uma ajuda muito importante para nós!

Faça um PIX para a **Revista Novas:**
Use a chave **39.119.888/0001-11** ou o QR-Code



Publicação do
MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE



+ INFORMAÇÕES
21 98509-7276
juventudecrista.com.br

O GOVERNO FEDERAL PROCURA IGREJAS PARA PARCERIAS

Na segunda feira dia 27 de novembro de 2023, representantes do Governo Federal se reuniram, na histórica sede da ABI no Rio de Janeiro, com diversos líderes de igrejas evangélicas com a finalidade de viabilizar um megaprojeto para tratar de pessoas vulneráveis. Sem sombra de dúvida trata-se de um grande projeto na área social e os evangélicos tem muita experiência e poderão contribuir muito com o governo e mais ainda com a sociedade.

O Brasil vem passando por uma fase de empobrecimento muito profundo devido a situação econômica que vive a Nação. Não é de hoje que o Brasil vem pagando altas taxas de juros e com isso o país não tem como investir nas camadas mais baixas da sociedade, sem falar em investimento nas áreas de educação e saúde. Os governos pós 64 ainda não conseguiram ter tranquilidade para governar e estão sempre enfrentando turbulências nas áreas políticas e econômica e com isso a crise tem sido constante, ano após ano.

As igrejas evangélicas brasileiras estão diante de uma grande oportunidade para se redimir, digo isso e sei que vou apanhar muito, mas a história recente da Igreja evangélica aqui no Brasil foi deprimente, lamentavelmente o que aconteceu com o envolvimento político partidário foi terrível. Não estou falando isso porque o apoio foi ao um governo de direita, se fosse de esquerda também faria a mesma crítica, isso porque o papel da Igreja é outro. E quando vejo esse projeto para salvar pessoas vulneráveis no país, fico muito esperançoso. Só espero que eles ou melhor, nós evangélicos não venhamos a decepcionar o povo brasileiro, estando à frente dessa salutar missão.

A crise é tão grande que hoje treze Estados têm mais gente recebendo a Bolsa Família do que empregados. O aumento dessa proporção se deve,

majoritariamente, à ampliação de 49% no número de beneficiários do programa social no último ano do governo Bolsonaro. Depois de passar três anos com aumentos discretos no número de beneficiários, o governo Bolsonaro ampliou o montante atendidos de 14,5 para 21,6 milhões, no ano eleitoral de 2022.

O economista Marcelo Neri, diretor da FGV (Fundação Getúlio Vargas), destaca que o Bolsa Família é o programa social mais focado para as famílias mais pobres, porém é necessário se fazer um pente fino, isso porque muitos beneficiários do programa tem os seus empregos de cinco dias por semana e com oito horas de trabalho por dia, trabalhando por conta própria e recebendo a Bolsa Família. Para alguns economistas essa situação está se tornando preocupante.

Se esse projeto do governo for mesmo para valer, será possível tirar muita gente das ruas das grandes cidades, embora isso não resolva todo o problema. É preciso investir em qualificação para que se possa empregar essas pessoas. É necessário que se diga que isso é tarefa de todos e não só do governo. A iniciativa privada poderá e deverá ser um grande parceiro nessa luta sem fim que vivem os países emergentes.

Espero que as Igrejas Evangélicas possam contribuir com a sua expertise nesse contexto tão importante para dar dignidade para essa população de rua.



**CACAU
DE BRITO**

Advogado, Coordenador do Fórum da Cidadania e membro da Igreja Batista Itacuruçá, no Rio
cacaudebrito@gmail.com

A IMPORTÂNCIA DAS TRATATIVAS PRÉVIAS ENTRE O PASTOR E A IGREJA

Parece um assunto inusitado, mas não é. De vez em quando igrejas e pastores se veem diante de impasses que poderiam ser evitados se tivessem acordado as “bases do contrato” no ato da “contratação” do novo obreiro.

Para introduzir este assunto, valho-me de jargões, ditados populares ou verdadeiros axiomas há muito na boca do povo: “Palavras, leva-as o vento”. Significa que o que se diz e não é escrito é facilmente esquecido. “Combinado não é caro”. Significa que o que se combina previamente será cumprido por ambas as partes, não gerando dúvidas, o que minimizará possíveis discussões. “Vale o que está escrito”. Este é um ensinamento que tem lugar não somente no mundo jurídico, mas em todos os demais ambientes sociais, inclusive religiosos.

Cada vez mais surgem perguntas do tipo: “Pastor tem direito a férias?”, “Pastor tem direito a décimo-terceiro?”, “Qual é o percentual de FGTM (Fundo de Garantia por Tempo Ministerial) que a igreja deve conceder ao pastor?”, “Quem é o responsável pelo recolhimento da contribuição previdenciária (INSS) do pastor?”, “Em caso de falecimento do pastor, a viúva tem algum direito?” Em caso de jubilação ou

enfermidade que impossibilite o pastor de exercer o seu ministério, a igreja é obrigada a continuar pagando os seus proventos?”.

Para todas essas perguntas a minha resposta é um sonoro NÃO SEI. E não sei porque não participei da comissão de sucessão da igreja que me consulta. Não sei porque sequer sou membro daquela igreja. Não sei porque não participei da conversa com o obreiro no momento das tratativas. Não sei porque não me contaram.

Pensando em algo que possa pelo menos minimizar esse tipo de problema gerador de desconfortos e constrangimentos, elaborei o documento das próximas páginas, incluído em minha obra Cartilha da Igreja Legal.



**JONATAS
NASCIMENTO**

Empresário contábil, diácono Batista
e autor da obra “Cartilha da Igreja Legal”
jonatasnascimento@hotmail.com

Sugestão de Termo de Compromisso Mútuo Igreja X Pastor

Título: Termo de Compromisso Mútuo

Partes: Igreja e Ministro religioso ou outro ministro auxiliar não regido pela CLT.

Preâmbulo: Pelo presente instrumento particular, de um lado, IGREJA... (qualificar); e de outro, PASTOR ou outro MINISTRO auxiliar não regido pela Consolidação das Leis do Trabalho – CLT (qualificar), CELEBRAM este Termo de Compromisso Mútuo mediante os seguintes termos:

Cláusula 1ª: Compete ao ministro religioso (ou outro ministro) desempenhar suas funções em conformidade com os objetivos da Igreja, os quais previstos em seus estatutos, regimentos ou outros documentos, ciente de que não possui vínculo de emprego, já que de acordo com a legislação vigente, não se considera como remuneração direta ou indireta, os valores despendidos pelas organizações religiosas com o ministro de confissão religiosa em face de seu mister religioso ou para sua subsistência.

Cláusula 2ª: O ministro religioso se declara portador de vocação religiosa e reconhece especialmente a legitimidade do art. 3º da CLT e demais legislações pertinentes, que versam sobre o não vínculo empregatício entre ministro religioso e igreja, já que ausentes os requisitos para tal, quais sejam pessoalidade, subordinação hierárquica, obediência a cumprimento de jornada de trabalho, salário ou remuneração e habitualidade.

Cláusula 3ª: A título de proventos pastorais (ou outras rubricas normalmente aceitas: proventos ministeriais, sustento pastoral, sustento ministerial, renda ou rendimento eclesiástico, prebendas, cômmodos ministeriais ou múnus eclesiástico), a Igreja pagará ao ministro a quantia mensal de R\$. (valor por extenso), mediante documento, no máximo até o dia (por extenso) de cada mês seguinte ao vencido.

Parágrafo §: Os proventos (ou outras rubricas normalmente aceitas: proventos pastorais, proventos ministeriais, sustento pastoral, sustento ministerial, renda ou rendimento eclesiástico, prebendas, cômmodos ministeriais ou múnus eclesiástico) previstos nesta cláusula deverão ser reajustados anualmente (ou em período inferior) no mês de, tomando-se por base. (especificar de forma clara e inequívoca esse critério).

Cláusula 4ª: Além dos proventos previstos na cláusula anterior, a Igreja concederá, na medida das suas possibilidades e ou liberalidade, os seguintes benefícios análogos ao de trabalhador, que poderão ser ampliados ou restritos, dependendo da capacidade e ou liberalidade da Igreja:

- a. Gratificação natalina em dezembro de cada ano, equivalente a 100% (cem por cento) ou fração dos proventos, em parcela única ou em vezes;
- b. Férias anuais (acrescidas ou não do terço constitucional);
- c. Concessão de plano de saúde para o ministro religioso (especificar se vai estender à esposa e filhos menores);
- d. Concessão de Fundo de Garantia por Tempo Ministerial (FGTM) ou Fundo de Apoio Pastoral (FAP), à razão de ... % (escrever por extenso) por mês, o qual deverá ser depositado em conta poupança em nome do ministro religioso e disciplinada de comum acordo;
- e. Auxílio moradia até o valor mensal de R\$. ... (por extenso);
- f. Veículo para uso do ministro religioso no exercício das suas atividades ministeriais;
- g. Auxílio combustível;
- h. Auxílio previdenciário (INSS e ou previdência privada).

CONTINUA

Cláusula 5ª: Fica o ministro religioso ciente de que sobre tais valores será aplicada a tabela mensal vigente do Imposto de Renda para fins de retenção de Imposto na Fonte.

Cláusula 6ª: Fica o ministro religioso ciente de que, por sua condição de contribuinte obrigatório equiparado a autônomo, o recolhimento do seu INSS será efetuado com base no valor por si declarado e não necessariamente pelo valor por ele percebido mensalmente, e que esse ônus é tão somente seu e não da igreja. (Caso a igreja adote política diferente, de forma a beneficiar o obreiro, esta cláusula deverá ser modificada).

Cláusula 7ª: O tempo de ministério do ministro religioso será o previsto no estatuto da igreja.

Cláusula 8ª: Assim, justos e acertados, firmam o presente instrumento em 2 (duas) vias de igual teor.

Local e data

Assinatura do representante legal da Igreja

Assinatura do ministro religioso

Assinaturas de duas testemunhas

Nota 2: Para conhecer o meu trabalho e ganhar uma edição em PDF da minha obra, inscreva-se no canal Cartilha da Igreja Legal no YouTube.

SUA OPINIÃO É IMPORTANTE!



**Você NÃO concorda?
Ou você acha que está certo?**

**Se GOSTOU, escreva!
Se NÃO GOSTOU,
escreva também!**

**ENVIE SUA OPINIÃO SOBRE
A REVISTA NOVAS PARA
21 98509-7276
redacao@juventudecrista.com.br**

**MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE**



**CENTRO DE
JUVENTUDE E
CULTURA CRISTÁ**

O POSICIONAMENTO CRISTÃO FRENTE À DESCRIMINALIZAÇÃO DO ABORTO

A Rádio Melodia 97.5 RJ promoveu um momentoso debate, sob o tema: ‘O Aborto Volta a Ser Discutido no Brasil, Podendo a Gravidez Ser Interrompida Até a Décima Segunda Semana de Gestação: ‘Você é a Favor?’’, tendo o Dr. Gilberto Garcia destacado os aspectos: Espiritual, Moral, Ético, Social, Saúde, e, o Legal, sua área de ênfase.

Numa Perspectiva Bíblica cita-se o Salmo 139.15-16: “Meus ossos não estavam escondidos de ti quando em secreto fui formado e entretecido como nas profundezas da terra. Os teus olhos viram o meu embrião; todos os

dias determinados para mim foram escritos no teu livro antes de qualquer deles existir.”, numa alusão à proposição criacionista.

A moralidade advinda do ‘Legado Judaico-Cristão’, que fundamenta a sociedade brasileira, (Majoritariamente Cristã), reconhece à maternidade um tratamento de sacerdócio, assim a vida do feto é protegida pela comunidade, desde a concepção no ventre da mãe.

Acentuou-se a Notícia que ‘Uma em cada sete mulheres, menores de 19 anos, abortam

O Direito Nosso de Cada Dia ©
<http://www.direitonosso.com.br>

Advocacia
Gilberto Garcia



+55 (21) 99912-6678

prof.gilbertogarcia

linkedin.com/in/drgilbertogarcia

advgilgarcia@openlink.com.br

clandestinamente, são frutos de gravidezes indesejadas, numa visão comunitária, resultado da sociedade promíscua, que incentiva a sexualidade precoce de adolescentes e jovens, sem investimento em ‘Planejamento Familiar’, Lei 9.263/1996 e Lei 14.443/2021.

No aspecto legal a Constituição Federal, Artigo 5º, ‘Caput’, estabelece a ‘Inviolabilidade da Vida’, e, o Código Civil, Artigo 2º, ‘A Lei põe a salvo, desde a concepção, os Direitos do Nascituro’, o Código Penal, Artigo 123/124, que classifica o ‘Aborto Como Crime’, anotadas as exceções jurídicas: ‘Risco de Morte da Mãe’, ‘Bebe Anencefálico’, ou, ‘Gravidez Provocada por Estupro’.

Em 2016 o STF referendou um aborto, (num voto do ministro Luiz Roberto Barroso, da ministra Rosa Weber, e, do ministro Luiz Edson Fachin), em razão de ter sido praticado dentro do prazo de três meses de gestação, sendo absolvidos na 1ª Turma, os médicos que fizeram o aborto.

Enfatizou-se que a Ministra Rosa Weber (Presidente-Aposentada do STF), na ADPF 442, onde votou favoravelmente a ‘Descriminalização do Crime de Aborto Até a 12ª Semana de Gestação’, independente da justificativa da mulher, num longo voto, sem considerar, segundo ela, perspectivas éticas, morais ou espirituais, e, sim da saúde da mulher.

Chamou à atenção o Professor Gilberto Garcia, que o ‘Pacto de São José da Costa Rica’, Legislação Internacional Vigente no Brasil, protege a vida do feto desde a concepção, e que, em outros países os temas de conteúdo moral têm sido enfrentados pelo ‘Poder Legislativo’.

Enfoque-se que a Ação de Descumprimento de Preceito Fundamental (ADPF 442), Junto ao Supremo Tribunal Federal que Visa a Descriminalização Judicial do Aborto Até a 12ª Semana de Gestação, foi proposta pelo Partido Socialismo e Liberdade (PSOL), tendo sido retirada de pauta, após o voto favorável da Ministra Rosa Weber (Aposentada-STF).

A Lei 9.605/1998, (Vigente no Brasil), estabelece que é crime a destruição de ‘Embriões de Tartarugas’, e que, na Argentina os Congressistas, numa prerrogativa

legislativa, aprovou a Legalização do Aborto Até a 14ª Semana de Gestação, Inserindo-a na Lista dos 67 países que autorizam a interrupção voluntária da gravidez, sem consequências legais.

Neste Mesmo Diapaseão a CNBB (Conferência Nacional dos Bispos do Brasil), em Nota manifestou a reprovação a toda e qualquer iniciativa que sinalize para a Flexibilização do Aborto, repudiando, à época, a Portaria GM/MS nº 13, do Ministério da Saúde, ‘que revogou a portaria que determinava a comunicação de aborto por estupro às autoridades policiais por profissionais de saúde’, (em 13.01.2023), pelo Governo Federal do Brasil.

Numa iniciativa de Contraponto Legislativo foi protocolada pelo Senador Magno Malta (PL/ES) e outros senadores, a PEC (Proposta de Emenda Constitucional), que visa alterar o ‘Caput’ do Artigo 5º da Constituição Federal para ‘Ampliar o Alcance do Direito à Vida ao Nascituro’, estendendo a ‘(...) Inviolabilidade do Direito à Vida Desde a Concepção (...)’, que, se aprovada pelos Deputados e Senadores, Inviabiliza a Tentativa da Ação do PSOL no STF.

O Dr. Gilberto Garcia alertou que o Ordenamento Jurídico Pátrio possui ‘Remédios Constitucionais’ para Intromissões nas Competências Exclusiva do Parlamento (Art. 49, Inc. XI), às quais estão inseridas na Constituição Federal, que prevê o ‘Decreto Legislativo’, (Art. 59, Inc. VI), Emanado do Congresso Nacional Contra Decisões Judiciais ‘Atípicas’.

**“Bem aventurados os que observam o direito,
que praticam a justiça em todos os tempos.”**

Salmos 106.3



**GILBERTO
GARCIA**

Advogado, Mestre em Direito,
Conferencista e Escritor. Diretor do
site “O Direito Nosso de Cada Dia”
www.direitonosso.com.br

VENDA CASADA É PRÁTICA ABUSIVA

A venda casada de seguro prestamista para abertura de conta corrente e empréstimos é uma ilegalidade frequente

Os contratos bancários de abertura de conta e de empréstimos em geral são regidos pelo Código de Defesa do Consumidor na forma do art. 3º, caput e § 2º, e art. 2º, caput, do CDC. O que caracteriza e torna ilícita a operação casada ou venda casada é o abuso ou a exploração de uma parte pela outra, de modo que não reste outra alternativa a uma das partes, senão adquirir ambos os produtos. Ademais, para a configuração da venda casada não é preciso que o serviço ou produto imposto como condição ao fornecimento seja do mesmo fornecedor, podendo ser de um seu parceiro.

É importante registrar que a venda casada é uma prática condenável vedada por diversas leis, além do Código de Defesa do Consumidor. Um bom exemplo é o art. 36, § 3º, XVIII, da Lei 12.529/2011 (Lei Antitruste), que veda as vendas capazes de desequilibrar a concorrência, como, p. ex., o caso do fabricante de refrigerante que condiciona a sua venda a bares e restaurantes à aquisição de outros produtos de sua fabricação.

Então, a cláusula securitária não pode ser elemento contratual obrigatório e pré-fixado, pelo contrário, é necessário haver cláusula expressa no contrato, prevendo a facultatividade da contratação sob pena de configuração de venda casada. É, portanto,

abusiva a imposição da contratação obrigatória do seguro.

O Superior Tribunal de Justiça no julgamento no Tema Repetitivo 972 já decidiu que “Nos contratos bancários em geral, o consumidor não pode ser compelido a contratar seguro com a instituição financeira ou com seguradora por ela indicada”.

Não obstante o exposto, muitos Bancos ainda insistem em impor a contratação forçada de seguro prestamista, o que configura prática abusiva e venda casada nos termos do art. 39, I, da Lei 8.078/1990, tendo como consequência a condenação do Banco em danos morais e materiais em favor do consumidor.

Exija o cumprimento da Lei. Consulte sempre um advogado para garantir o pleno atendimento de seus direitos.



**JÁBER LOPES
M. MONTEIRO**

Advogado e Consultor do escritório
Olivo Mendonça Monteiro Advogados.
Site: www.olivomonteiro.com.br
E-mail: contato@olivomonteiro.com.br
Instagram: @olivomonteiro



MALIBU
PALACE HOTEL
CABO FRIO - RJ

Único hotel em frente à Praia do Forte em Cabo Frio

APRESENTE ESTE ANÚNCIO E GANHE UM BRINDE



PROMOÇÕES: Lua de Mel | Aniversariantes do mês e melhor idade. CONSULTE-NOS

www.malibupalace.com.br | hotel@malibupalace.com.br

**Restaurante com vista para o mar
Salão de jogos | Piscina | Saunas
Aptos com suítes com TV a cabo,
ar, som e frigobar | Salão para
convenções e estacionamento coberto**

DIÁRIA: ½ PENSÃO, CAFÉ E ALMOÇO

**Informações e reservas:
22 2647-8000 | 2643-1955**

Novas

O MELHOR LUGAR
PARA O SEU

A N Ú N C I O !

**Reservas de Espaço:
LIGUE AGORA**

21 2516-6080 | 98509-7276



**ADESÃO
ADESIVOS**

Adesão Adesivos e Etiquetas LTDA.

Rótulos, Etiquetas Adesivas, Lacs de
Segurança e Ribbons entre outros

“Estamos no mercado há mais de 20 anos”

21 2580-0227 | 2580-1283 | 99972-5051

**QUER FALAR
INGLÊS?**

Aprenda inglês em aulas
individuais, especialmente
desenvolvidas de acordo com
as suas necessidades!

ANA CLARA FONTANA

Professora de Inglês

+ informações:

21 **98509-7281** (zap)

A woman wearing a white headscarf and a dark top is holding a baby wrapped in a white cloth. A man with a mustache, wearing a dark sweater, is looking at her with a serious expression. The scene is dimly lit, with a warm, golden light source from the left, creating a dramatic and intimate atmosphere.

JORNADA

para Belém é opção
de filme sobre o Natal

Em mais uma produção cinematográfica sobre o nascimento de Jesus, Jornada Para Belém é uma excelente opção de inspiração cristã para toda a família.

A história do nascimento de Jesus Cristo – além de ser o fato mais extraordinário da história da humanidade – é emocionante, inspiradora e precisa ser sempre lembrada. E não há ocasião mais oportuna que o mês de dezembro, quando os cristãos de todo o mundo celebram o Natal.

A produção Jornada para Belém é a mais recente recontagem dessa história que é estrelada por nomes consagrados do cinema. Com muito humor, emoção e música, o filme foi feito com leveza, conteúdo significativo e um roteiro com muita profundidade. O filme é estrelado por Antonio Banderas, que traz toda a sua experiência e habilidade em fazer personagens icônicos, como o rei Herodes, que é o grande vilão do filme. Ao lado dele, estão Fiona Palomo, como Maria, e Milo Mannheim, como José. Esse trio vai surpreender a todos.

O longa-metragem é um musical que ganhou vida no projeto do premiado produtor musical Adam Anders. Ele não esconde sua animação com o lançamento do filme, já que criar um musical de Natal era seu sonho antigo.

As canções foram dubladas para o Português, e acreditamos que a trilha sonora se torne tema de muitos encontros de Natal.

Jornada para Belém, um filme para toda a família, é



Divulgação - 360 WayUp

No papel de Herodes, o veterano Antonio Banderas encarna o tirânico rei da Judéia.

a história de uma jovem que carrega uma responsabilidade inimaginável e um jovem dividido entre o amor e a honra. É uma aventura musical que mescla melodias clássicas de Natal com humor, fé e novas canções pop, em uma releitura da maior história já contada: a do nascimento de Jesus. Jornada para Belém foi produzido por Adam Anders, Alan Powell e Steve Barnett através da Monarch Média, com produção executiva de Peter Barsocchini e Vicky Patel, da Monarch. Também foi produzido por Ryan Busse, Stephen Meinen e Brandt Andersen. O longa foi filmado no interior e na costa da Espanha.

21º CONGRESSO DA TERCEIRA IDADE | VIDA RADIANTE

TEMPO DE **Reviver** A ALEGRIA E A ESPERANÇA

23 a 26 | ABRIL 2024 | HOTEL LEÃO DA MONTANHA, SP

CULTURA



A batalha de Davi contra Golias

Nessa obra autores mostram a batalha de Davi contra Golias como paradigma para quem luta para alcançar as vitórias possíveis para as batalhas do dia a dia

A emblemática história bíblica da luta do pequeno Davi contra o gigante Golias foi a base para as reflexões de onde os autores extraíram ensinamentos úteis para batalhas do cotidiano. Como vencer gigantes, escrito pelo Juiz William Douglas em parceria com o Pastor Flavio Valvassoura, compartilha com os leitores algumas lições preciosas que podem ajudá-los a enfrentar as dificuldades do dia a dia.

Com linguagem simples e direta, a obra traz reflexões sobre diferentes maneiras de encarar os desafios da vida e mostra a importância de ter cuidado com os excessos, analisar as regras e se preparar para as lutas. O livro destaca o valor das atitudes, da humildade, da lealdade, da honra, da reputação entre outras. Mesmo que alguém esteja em crise no trabalho, no relacionamento ou dentro de si, com problemas de saúde, financeiros ou em qualquer outro âmbito da vida, aprender estratégias para dominar a própria mente e superar conflitos é fundamental para conquistar e superar as adversidades.

Uma das afirmações exemplares dessa obra é encontrada na página 163: “Uma das coisas que o lado menor e aparentemente mais fraco deve fazer é aceitar suas características e trabalhar com elas. Como já vimos, Saul chegou a vestir sua armadura em Davi, mas o jovem nem sequer conseguiu se mover. Tentar ser quem não é faria de Davi alguém sem mobilidade e agilidade, e essas eram justamente suas maiores vantagens para enfrentar o enorme Golias. Tentar

parecer e agir como alguém que você não é traz mais ônus do que bônus.”

William Douglas é escritor, desembargador federal no TRF-2 e professor universitário. É autor de mais de 70 livros, e palestrante requisitado. Nascido no Rio de Janeiro (RJ), formou-se em Direito pela Universidade Federal Fluminense (UFF) e concluiu o mestrado pela Universidade Gama Filho.

Flavio Valvassoura é pastor sênior da Igreja do Nazareno Central de Campinas. Escritor e conferencista, é formado pelo Seminário Nazareno e pelo Beeson Institute do Asbury Theological Seminary (EUA), com especialização em pregação bíblica e liderança eclesial.



COMO VENCER GIGANTES

Lições bíblicas da luta entre Davi e Golias
William Douglas e Flavio Valvassoura
Editora Citadel
224 páginas

GRANDES IGREJAS, PEQUENOS LÍDERES

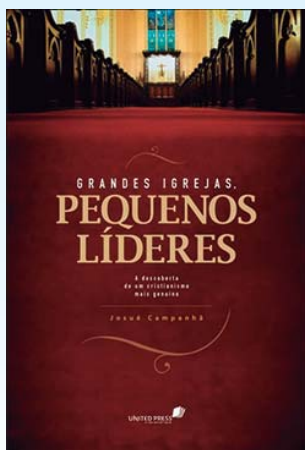
O livro *Grandes Igrejas, Pequenos líderes* foi escrito pelo Pr. Josué Campanhã. Foi publicado pela Editora United Press em 2011. O autor é natural de São Paulo, formado em Teologia e Administração de Empresas, tem Mestrado em Liderança, e é também autor de diversos livros, é o fundador e Presidente da instituição Envisionar.

O Pr. Jeremias Pereira, líder da 8ª Igreja Presbiteriana de Belo Horizonte, MG, descreveu este livro afirmando: “A figura do líder carismático, multitalentoso (com mais de cinco talentos) e centralizador, muitas vezes, e em muitos lugares, impede que a igreja seja o corpo de Cristo. *Grandes igrejas, pequenos líderes*, é um livro bem pesquisado, fundamentado nas Escrituras, com uma forte ênfase sobre o ministério de Jesus Cristo. É prático e aplicável, nos relembra a força, a importância e o alto impacto do sacerdócio universal de todos os crentes”.

Nas palavras do Pr. Armando Bispo, da Igreja Batista Central de Fortaleza, CE, “Da servitude de Jesus, no “lava pés”, ao arrojado investimento do conde Zinzendorf, na preparação e envio dos membros morávios, Josué Campanhã, neste precioso livro, resgata o conceito de liderança servil e relacional aplicado à gente comum, que, fora dos holofotes, dos títulos e dos púlpitos exerce a função pastoral sob a unção, a graça e o poder do Espírito Santo de Deus.”

O livro possui oito capítulos e, na introdução, o Pr. Campanhã explica: “O livro relaciona liderança e igreja. Este livro é dedicado aos milhares de pastores desconhecidos da multidão ou do mundo gospel, que dedicam a vida a igrejas pequenas ou médias, nos lugares mais distantes do interior ou nos subúrbio das capitais.” Ele continua e diz que este livro é “dedicado aos milhões de líderes pastorais que Deus levantou nos últimos anos.”

O livro apresenta Jesus como servo e que todos nós devemos imitá-lo. O primeiro capítulo fala a respeito do pescador que virou pastor e enfatiza a importância



do líder servo, aquele que está disposto a fazer o que Jesus fez, dando a própria vida para cumprir a missão: são os líderes visionários.

O segundo capítulo tem como título Jesus como líder servo e diz que pessoas que desejam ser líderes servos enxergam a vida como uma missão.

No terceiro capítulo ele esclarece o que significa ser líder servo. O autor enfatiza que servir significa seguir ordens. Os líderes servos lideram desta forma: eles lançam uma visão para atrair outros e os levam para um futuro

melhor, desenvolvem os dons de seus seguidores, recrutam, delegam, orientam, avaliam, promovem mudança, erguem e desenvolvem recursos humanos, financeiros e físicos. Por fim, multiplicam as habilidades que tem naqueles que os seguem para que possam fazer a mesma coisa.

O quarto capítulo trata das características de um líder que é servo. As seguintes características são citadas: Humildade, Obediência, Disposição, Lealdade, Fidelidade, Pacificação, Amabilidade, Capacidade para ensinar, Paciência e Mansidão.

Os capítulos 5, 6, 7 e 8 tratam do processo de se tornar um líder servo, o programa de treinamento de líderes servos de Jesus, ser, conhecer e agir como um líder servo e termina com a orientação de como construir grandes igrejas com líderes servos.

A frase final do livro é: “De que forma eu estou sendo útil para a minha geração?” Recomendo este excelente livro para todos os líderes e para quem deseja liderar na igreja de Cristo.



**CLEVERSON
DO VALLE**

Pastor da Igreja Batista em Vila Natal,
Mogi das Cruzes, SP

cleversonvalle@gmail.com

Para conhecer e entender a Bíblia como literatura

Nesta introdução abrangente às Escrituras, Leland Ryken organiza trechos da Bíblia de acordo com os gêneros literários que abarcam narrativas, poesia, provérbios, drama e mostra que conhecer as características de um gênero enriquece o entendimento das passagens individuais. Esta obra traz excelentes considerações sobre os livros e textos do Antigo e Novo Testamentos, observações que a maioria dos comentaristas não aborda.

Este é um livro fundamental para o estudante de crítica literária da Bíblia. Seu formato é simples: combina comentários teóricos sobre diversos aspectos literários da Bíblia com exposições de textos selecionados para ilustrar a teoria. A intenção do autor é que essa combinação de teoria e ilustração forneça uma metodologia para que seus leitores possam também aplicá-la a outros textos bíblicos.

Num depoimento sobre essa obra o biblista John F. Brug, autor de três volumes do People's Bible Commentary, afirmou: "Com frequência, enfocamos o conteúdo doutrinário da Bíblia à custa de seu impacto emocional. Ryken enfatiza que a Bíblia não se apresenta como esboço teológico, com textos de comprovação anexos, mas como um conjunto de narrativas, visões, poemas e cartas." Também compartilhando as suas impressões, o ex-professor de teologia pastoral do Calvin Theological Seminary, Peter Y. de Jong disse: "Apresentado em linguagem

objetiva e precisa o ensino e a pregação da Bíblia como Palavra de Deus em linguagem humana podem se tornar mais interessantes, perceptivos e desafiadores quando exercidos à luz daquilo que Ryken realiza nessa obra."

Leland Ryken é PhD pela University of Oregon (EUA) e professor emérito de Literatura Inglesa no Wheaton College. É orador frequente nos encontros anuais da Evangelical Theological Society e serviu como orientador de estilo para a edição da English Standard Version Bible. É autor, coautor ou editor de mais de três dezenas de livros.



UMA INTRODUÇÃO LITERÁRIA À BÍBLIA

Leland Ryken
Edições Vida Nova
640 páginas



Foto de Pavel Danilyuk no Pexels

ANTIOQUIA OU CASA DE PROFETAS?

A mo a educação teológica – eu a acompanho desde 1984 quando tive a fortíssima influência do saudoso e querido pastor, advogado militante e professor David Malta Nascimento, a quem eu considero o maior Reitor da história dos seminários batistas brasileiros e que me ensinou muita coisa. Pr. David foi um verdadeiro pai para mim, o meu pastor e o meu reitor nos anos 80.

Refletindo sobre essas influências, algumas pontuações vieram-me à mente: o mês de novembro é o mês da música e da educação teológica. Entretanto, nesse período somente ouvi referências à música, e não percebi nenhuma menção a educação teológica!

Por outro lado, tenho percebido que hoje está havendo uma supervalorização da abordagem intelectual no mundo teológico, sobrepujando a esfera espiritual. Não que a preocupação intelectual não tenha valor, mas creio que precisamos fazer uma profunda reflexão sobre a educação teológica que vem sendo produzida no Brasil.

Digo isso porque, a meu ver, a prática pastoral dos dias atuais tem exibido facetas preocupantes e dignos de perda do sono. O pastor Luiz Roberto dos Santos, pastor da Igreja Batista Memorial da Tijuca, em 2003, quando era Deão do Seminário do Sul, durante uma

formatura, na sua palavra paraninfal, falando à turma de teologia “Pastor Mauro Israel Moreira”, levantou a grande questão: seminário ou faculdade de teologia? O que é mais importante para as igrejas? Não sou contra o mestrado, o doutorado, o pós-doutorado e o curso superior, todavia me preocupa o interesse demasiado nas titulações de três graus, quando o fundamental é o cuidar de pessoas, levar vidas para Cristo diante de um mundo equivocado, confuso, complexo, mergulhado numa cultura não cristã mais centrada nas emoções, nos sentidos, na racionalidade abstrata sem o pingão de espiritualidade, regida pelo mundo eletrônico e pelo mercantilismo megalomaniaco.

Concluo me dispondo a conversar. Fiz um projeto para o Seminário do Sul e quem quiser conhece-lo pode me procurar. Assim entenderão melhor as minhas ideias, conceitos e ideais.



DANIEL BARBOSA

Educador Religioso, é membro da Comunidade Batista Atos 2, em Nova Friburgo, RJ, e da Sociedade Bonhoeffer bonhof23daniel@gmail.com

Alcançar o equilíbrio na vida é a proposta de Micheli

O especialista em inteligência emocional, Márcio Micheli indica as mudanças que são necessárias para quem busca reativar o “flow” mesmo vivendo a fase adulta da vida

No livro *Triáde do poder*, o especialista em comportamento humano, Márcio Micheli propõe estratégias que ajudam a ativar e a desenvolver o potencial de todos para viver uma vida significativa. O autor propõe, a partir dos desafios lançados ao final de cada tópico, que as pessoas reinterpretem as suas próprias experiências para que possam identificar quais as áreas precisam de atenção e como poderão trabalhar para desenvolver a tríade: corpo, mente e espírito.

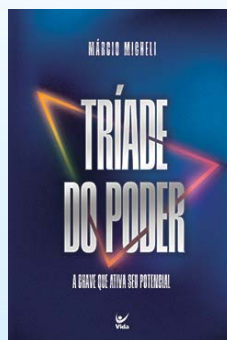
De acordo com Micheli, as crianças sonham sem limites e vivem, em essência, em um estado mental chamado de “flow”, ou, em português fluir. Esse estado envolve e absorve cada pessoa que se engaja em atividades que lhes proporcionam prazer e grande satisfação.

Em busca desse “flow” na fase adulta, traz orientações para que se possa seguir um caminho consciente que, ao final resultará num impacto positivo para as gerações futuras. De acordo com ele, existem, na verdade, dois significados subjacentes à vida: um que é compartilhado por todos e outro estritamente individual, ligado a identidade única. O primeiro está associado ao propósito geral e o segundo à vocação pessoal.

Condensado em oito capítulos, o livro percorre temas como responsabilidade pessoal, disciplina,

networking, gratidão, positividade, preparo, amor e prioridades da vida com o intuito de auxiliar cada um a sustentar-se conforme os planos de Deus. Desta forma, o escritor também reflete sobre uma segunda tríade: Deus, o eu e o outro. Esta, em intersecção com a outra, trará clareza do sentido da existência.

Márcio Micheli é fundador da empresa EVO Coaching e autor do livro *Passado resolvido, futuro decidido*. Márcio é casado com Ana Paula Morales e pai de Davi e Sofia.



TRIÁDE DO PODER
A chave que ativa seu potencial

Márcio Micheli
Editora Vida
224 páginas

GRAÇA para quem **tem** a GRAÇA

DIA DESSES....

Levando-o para fora da tenda, disse-lhe: "Olhe para o céu e conte as estrelas, se é que pode contá-las". E prosseguiu: «Assim será a sua descendência". Gn 15:5



HUDSON SILVA

Pastor, Ilustrador da Revista Sorriso (UFMBB) e Professor de EBD
Instagram: hudsonsilvailustrador
Facebook: Hudson Silva

MINISTÉRIO
VIDA RADIANTE

CENTRO DE
JUVENTUDE E
CULTURA CRISTÃ

**Precisamos de
VOCÊ para podermos
continuar preparando**

**LÍDERES que impactam
e mudam VIDAS!**

**Servir a Jesus trabalhando para a
edificação da Igreja, o Corpo de Cristo:
esta é a nossa **Missão**.**

**Seja um INTERCESSOR
ou um MANTENEDOR do
MINISTÉRIO VIDA RADIANTE!**

**FAÇA PARTE!
ORE E CONTRIBUA!**

**Ligue para:
21 98509-7276
ou 2516-6080
ou consulte juventudecrista.com.br e
participe do nosso ministério!**

**Sua oferta nos permitirá oferecer
oportunidades de treinamento e
aprimoramento para igrejas que não
tem recursos para investir na formação
dos seus próprios líderes!**

PARA OFERTAR:

BRADESCO

Agência 1125-8

Conta Corrente: 33.970-9

Centro de Juventude Cristã

PIX: CNPJ: 39.119.888/0001-11



PARA VOCÊ ▾

VEJA ▾

DOE ▾

SOBRE NÓS ▾

SERVIÇOS ▾

CURSO *Geração +*

Conheça o site do
Ministério Vida Radiante
e aproveite tudo que preparamos para você,
sua família e seu ministério.



Inspiração
Encorajamento
Informação
Recursos e...
Aperfeiçoamento
de líderes

Há mais de
três décadas
servindo a Jesus e a
igreja brasileira.

ACESSE:
juventudecrista.com.br