

Horários dos Cultos /Atividades

Domingos

Escola Bíblica Dominical - Crianças e Adolescentes
9h30 às 11h00
Culto de Louvor das 18h30 às 20h00

Segundas-feiras

Circulo de Oração das 8h às 9h30
Culto nos Lares das 20h às 21h*
(*agendar com Pb. Márcio ou Ev. Rodolfo)

Terças-feiras:

Culto das Irmãs das 14h30 às 16h
Culto de Oração das **20h15 às 21h15**

Quintas-feiras:

Aulas de Artesanato das 14h30 às 17h
Culto de Libertação e Intercessão das 20h às 21h30

Sábados

Adolescentes das 10h30 as 13h e (nos 2º e 4º)
encontro com os Jovens a partir das 20h00

Aniversariantes Julho/Agosto-19 (parcial)

Diac. Márcia Matulevicius	21-jul
Diác. Francisco Eduardo Luz	21-jul
Pb. Marcos Fernando Zanellato	23-jul
Pb. Ariovaldo Rodrigues	24-jul
Marcos Fernando Zanellato Jr.	24-jul
Gisela Giongo	26-jul
Simone Araújo de Souza	26-jul
Diac. Eunice Romera da Rosa	28-jul
Diac. Veridiana Young M. Rosa	29-jul
Paulo Cesar de Lima	30-jul
Ricardo de Lima Costa	30-jul
Juliana Bossoni Alves	1-ago
Angelina Oliveira Silva	4-ago
Pedro Henrique Zanellato	5-ago
Alessandro Maciel Januário	8-ago
Antonio Carlos Matulevicius	11-ago
Maria José Matheus Garcia	13-ago
Leandro Nadin	15-ago

Estudos Bíblicos

Para toda a Igreja

a partir de 05/08

- das 20h as 21h15 -

tudo sobre o Livro de

JEREMIAS

com recursos audiovisuais

Batismo na ICE

03/Novembro
INFORMEM-SE

Aniversários de Casamento Julho/19

Casal	Data	Anos	Bodas
Pr. Eraldo Galvão & Kelly C. de A. Stefanov Galvão	22	25	Prata
Vilma Valéria Tereza & Eduardo Rizerro Pereira	28	31	Nakar

*A partir de 10 anos de união



Uma publicação quinzenal da:

Igreja Cristã Evangélica

Pr. Presidente: Décio Stefanov

Pr. Vice-presidente: Eraldo Galvão

Responsável pelo Boletim - Luís Abreu

Rua das Giestas, 1400 – Vila Bela – São Paulo – SP

Tel.: (11) 2912-9170 - www.facebook.com/icristaevangelica

BOLETIM

Ano 10 - nº 190 - Julho/19



**A BOCA FALA DAQUILO
QUE ESTÁ CHEIO O CORAÇÃO**

*A palavra dita a seu tempo,
quão boa é!" (Pv 15.23)*

inclusive "tempo de estar
calado e tempo de falar"

A boca fala daquilo que está cheio o coração, portanto se você tem falado palavras que não edificam, palavrões, mentiras, ofensas e calúnias, você deve ler esse texto com atenção.

Muitas vezes falamos coisas que não agradam aos outros nem tampouco a Deus, mas, como controlar isso ? Um desafio diário se trava em nossa mente para agirmos de forma correta, porém, nem sempre prevalecemos.

Esse provérbio é tão simples que parece nem exigir uma explicação. Mas mesmo com toda a sua simplicidade, frequentemente ele tem sido negligenciado em nossa prática, como se nem mesmo o conhecêssemos. Parece que nos esquecemos de que "tudo tem o seu tempo determinado" Ec 3.1.

As vezes falamos antes da hora, estragamos surpresas, nos antecipamos e causamos problemas. As vezes falamos depois da hora. Não exortamos ou repreendemos nossos filhos desde sua infância, mas deixamos para fazer isso na adolescência, quando a rebeldia já tomou conta de seus corações. As vezes falamos quando deveríamos estar calados, As vezes ficamos calados quando deveríamos falar, enfim, temos muito que aprender.

A verdade é que dizer a palavra certa no momento certo não é algo fácil. "A língua, nenhum dos homens é capaz de domar"

Nós precisamos viver esse provérbio. Precisamos entender a seriedade das nossas palavras e a

importância de palavras apropriadas nas ocasiões apropriadas.

Palavras mal utilizadas podem trazer morte, mas palavras a seu tempo, vida .

Há alguns dias vi um homem tratar sua esposa tão mal , na frente de todos, fiquei pensando, como deve ser o tratamento dele em casa, com a esposa, os filhos, certamente seu comportamento trará males a toda família.

Ainda hoje há pessoas que pensam que autoridade se impõe dessa maneira, mas, o que entendo é que autoridade se conquista, através de um bom testemunho e de um exemplar comportamento.

Se vc quiser que seus filhos sejam sujeitos a você e sua esposa seja sua ajudadora, precisa, sim, mudar urgente sua maneira de falar, como disse no texto acima, nossa língua tem o poder da morte e da vida, não no sentido literal, que temos o poder de matar ou dar vida a alguém , mas levantar ou derrubar alguém quando falamos dela.

Continua...

Continuação...

A Bíblia é nosso manual de conduta, quando observamos seus ensinamentos, certamente seremos bem sucedidos em nossas empreitadas.

Vamos buscar o fruto do Espírito; não adianta falarmos se nossas atitudes não forem

alicerçadas em Cristo e nas escrituras, temos que orar para que Deus nos dê graça para semearmos palavras ditas ao seu tempo para que aqueles que nos cercam possam provar quão boas são.

Você que tem tido dificuldades em mostrar com palavras seu caráter e suas intenções, ore,

se esforce, observe a Bíblia e vá em frente, Deus há de ajudá-lo e ensiná-lo a ser um referencial em casa, no trabalho e na igreja.

Forte abraço em Cristo

Pr Eraldo Galvao

Comer chocolate ajuda a fortalecer os ossos



Cada vez mais tem sido divulgado que o chocolate pode ser considerado um alimento funcional, com propriedades benéficas para a saúde, especialmente redução do risco cardiovascular, devido à presença de polifenóis em sua composição.

A novidade é que pesquisas recentes têm ligado o consumo de chocolate à saúde óssea. Alguns nutrientes conhecidos para a saúde óssea incluem o cálcio, fósforo, vitamina D e magnésio. Existem evidências de que o consumo de flavonoides – compostos bioativos do grupo de polifenóis – podem promover saúde óssea.

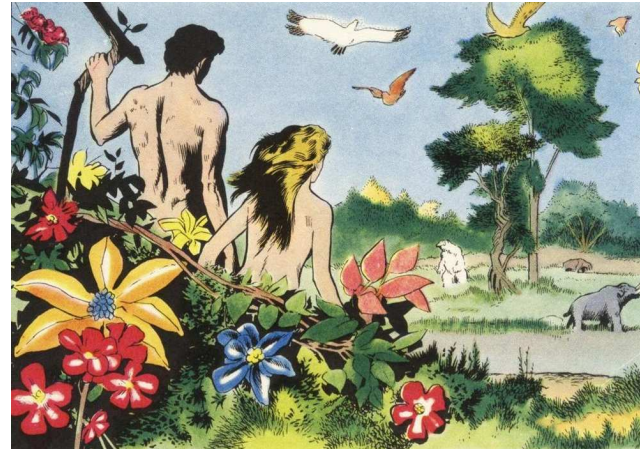
Adivinhem onde encontramos flavonoides? No cacau. Aliás, o cacau tem o maior teor de flavonoides por peso do que outras fontes, como chás, frutas ou legumes. Pesquisas indicam que os flavonoides têm ação antioxidante, combatendo os radicais livres que são danosos aos osteoblastos – células formadoras dos ossos. E tomar o cacau em pó com leite? Uma boa oportunidade de consumir cálcio, mineral tão importante para a mineralização do esqueleto.

No entanto, os efeitos benéficos dos flavonoides presentes no chocolate podem ser superados por outros componentes que não são tão bons assim para os ossos, como o oxalato, a manteiga de cacau, o açúcar e a cafeína. Sim, o chocolate possui cafeína e ela é capaz de reduzir a absorção de cálcio.

A sorte é que a quantidade de cafeína no chocolate, mesmo que com alto teor de cacau, não é tão grande assim se comparado a uma xícara de café. Assim, baseado no maior teor de flavonoides, o uso de cacau em pó sem açúcar e chocolate amargo com maior teor de cacau terão um melhor efeito em preservar a saúde óssea, mesmo contendo mais cafeína. Já o chocolate ao leite e o chocolate branco não trariam tais benefícios.

cintiacercato.blogosfera.uol.com.br

Deus criou o mundo em sete dias?



A Bíblia diz que Deus criou o mundo em seis dias e descansou no sétimo dia. Existe muito debate sobre se esses dias eram dias literais de 24 horas ou se eram períodos de tempo indefinido. Mesmo havendo teorias diferentes, o mais importante é que Deus é o Criador do mundo.

Segundo o relato de Gênesis 1, no princípio Deus criou os céus e a terra. A terra era sem forma e vazia, mas havia água. Então, durante seis dias Deus criou:

A luz, o céu, terra seca e vegetação, corpos celestes (sol, lua, estrelas), animais aquáticos e aves, animais terrestres e o ser humano.

Sete dias ou milhões de anos?

Baseado em estudos científicos, muitos hoje afirmam que o universo foi criado ao longo de milhões de anos, não em sete dias. Os cristãos têm várias teorias, entre as quais:

Seis dias literais

Deus criou o mundo em exatamente seis dias de 24 horas. Essa é a interpretação mais literal do relato de Gênesis. Quem apoia essa teoria aponta que os estudos científicos são muito especulativos que não podem ser comprovados categoricamente (o que é verdade). Deus pode ter criado a terra em seis dias mas com aparência de muito mais idade.

Seis épocas de tempo

Os “dias” da criação representam grandes épocas de tempo. Essa é a sugestão de quem tem alguma confiança nos estudos científicos sobre a criação do universo. Deus tem uma noção de tempo diferente da nossa (2 Pedro 3:8) e a palavra “dia” em hebraico pode ter vários significados, incluindo uma época de tempo indefinido. Deus pode ter usado os processos e as leis naturais para criar o mundo em seis eras.

Linguagem figurativa

O relato da criação é uma narrativa simbólica, não histórica. Essa é a visão de quem vê a história da criação mais como uma alegoria, não para ser levada ao pé da letra. O objetivo principal dessa história pode ser explicar algumas verdades fundamentais (Deus criou tudo e é o único Deus verdadeiro) de uma forma que as pessoas compreendem, sem preocupação com rigor histórico ou científico.

Existe uma teoria certa?

Ninguém sabe se alguma dessas teorias é certa, porque ninguém viu a criação do mundo. Todas têm alguns argumentos fortes e alguns argumentos fracos. Mas podemos ter a certeza de uma coisa: Deus tem poder para fazer o que quer (Lucas 1:37).

Deus pode ter criado o mundo em sete dias, sete milhões de anos ou até sete segundos! Ele pode ter trabalhado mais ou menos lentamente. Ninguém sabe. Mas não importa o método. Mesmo com o conhecimento científico que temos hoje temos de admitir que foi necessário haver muitos milagres para o mundo surgir. De uma forma ou de outra, Deus criou o mundo. Se acreditamos nisso, não negamos a Bíblia.

www.respostas.com.br

Ouçá a rádio ICE
nas mídias sociais e no aplicativo

