



Arlaine Castro

reporter@gazetanews.com

Um certo poder em ajudar ao próximo

Há um certo poder em quem ajuda ao próximo. Quem doa parte do seu tempo, doa algo material ou até doa dinheiro para quem está precisando, ganha força. O bem que se faz não atinge somente quem recebe, mas especialmente quem doa. Nada mais justo.

O estudo publicado na Psychosomatic Medicine - "Giving Support to Others—Not Just Receiving It—Has

"Dar suporte social tem efeitos positivos nas áreas do cérebro envolvidas em respostas ao estresse e à recompensa", diz estudo da Psychosomatic Medicine.

Beneficial Effects" - afirma que dar suporte social tem efeitos positivos nas áreas do cérebro envolvidas em respostas ao estresse e à recompensa. Esse estudo sugeriu que fornecer apoio, não apenas recebê-lo, pode trazer benefícios à saúde física e mental.

As formas de ajudar ao próximo são várias e são muito importantes. E o que tem de gente precisando de

ajuda nesse mundo não é brincadeira. Doença, perda financeira, incêndio, enchente, desemprego. Milhares de campanhas são criadas todos os dias. Há quem diga que "virou moda" criar campanha para pedir ajuda. Não é moda, é necessidade. Mas claro que é preciso verificar e conhecer a história de quem você vai ajudar porque, infelizmente, nem todas as pessoas são honestas nesse mundo.

Como a campanha da bebê Luna que retratamos com especial destaque nesta edição, e a luta da mãe, Carol Fenner, para conseguir pagar as cirurgias da filha na Rússia e impedir o progresso de uma mancha no rosto que pode virar câncer. Luna nasceu com uma mancha (nevo) cobrindo 80% de seu rosto. Depois de consultar mais de 15 médicos nos Estados Unidos, Carol resolveu que a opção mais eficaz e menos agressiva seria ir fazer as cirurgias em outro país, com o especialista e também oncologista russo Dr. Pavel Popov.

Bonecas confeccionadas

com o rosto (e a mancha característica da menina) estão sendo vendidas para ajudar a arrecadar os 70 mil dólares que a família precisa. Além disso, campanhas online também visam a próxima viagem de Luna para a Rússia - que está programada para janeiro de 2020.

Para doar não precisa ser rico. Quando as pessoas acham que não têm o suficiente para doar, elas pensam geralmente no lado financeiro ou material. Esquecem que atenção, carinho e palavras de conforto também são doações importantes. E o mundo está cheio de quem precisa. Às vezes uma palavra e um abraço evitam um crime, uma morte.

As pessoas sempre têm habilidades específicas e isso faz a diferença. Um corte de cabelo, uma unha feita e pintada, uma massagem para os idosos que vivem esquecidos em um centro, por exemplo. A felicidade para eles está nessas pequenas atitudes. E para quem faz, também. Viram o caso do menino que tinha somente alguns centavos e perguntou para um cabeleireiro se daria para cortar o cabelo? Ele es-

tava a caminho de uma entrevista de emprego como jovem aprendiz. Ganhou não somente o corte como também a vaga que precisava.

"O ato de contribuir também nos conecta aos outros, criando comunidades mais fortes e ajudando a construir uma sociedade mais feliz para todos. E não é só com dinheiro - podemos ajudar com nosso tempo, ideias e energia. Fazer coisas pelos outros - tanto faz se pequenas, não planejadas ou no caso de voluntariar-se regularmente - é uma maneira poderosa de reforçar nossa própria felicidade e a dos outros ao redor. Podemos ajudar estranhos, familiares, amigos, colegas ou vizinhos. Podem ser velhos ou jovens, estar por perto ou bem longe", define o site Felicidade.org.

E se fosse comigo? Já se fez essa pergunta hoje? O poder da autorreflexão também é de cura. Quando falamos em empatia, falamos em buscar compreender o outro. O problema não é seu nem foi criado por você. Mas isso não quer dizer que não possa ajudar. Quem entende o próximo, não lhe deseja o mal e também o ajuda.

Mineira, formada em Comunicação Social - Jornalismo pelo Centro Universitário do Leste de Minas Gerais (UNILESTE-MG). Traz em seu currículo experiência como assessora de comunicação, escritora, revisora e organizadora do livro Eta Babilônia. Atualmente é repórter do Gazeta News.

Oi! O TUCANO ECOLOGISTA - Fernando Rebouças



TELEFONES DE EMERGÊNCIA EMERGÊNCIA ligue 911 (Corpo de Bombeiros, Polícia ou Ambulância)

CONSULADO-GERAL DO BRASIL EM MIAMI

Setor de assistências a brasileiros:

(305) 285-6208 / (305) 285-6258 / (305) 285-6251

AEROPORTO INTERNACIONAL

Miami: (305) 876 7000

Fort Lauderdale: (954) 359 1200

Palm Beach: (561) 471 7400

Orlando: (407) 825 2001

AMERICAN RED CROSS

Miami Dade: (305) 644 1200

Broward: (954) 797 3800

Palm Beach: (561) 833 7711 (South)

Palm Beach: (561) 746 1532 (North)

Orlando e Região: (407) 644 9300

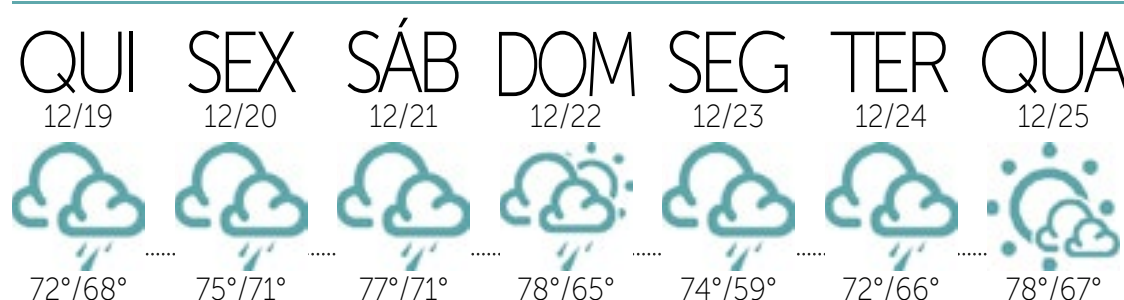
ANIMAL CARE AND REGULATION DIVISION

Miami Dade: (305) 6441200

Broward: (954) 359 1313

Palm Beach: (561) 233-1200 | Orlando: (407) 836 6311

METEOROLOGIA weather.com



Gazeta Brazilian News
Fundado em fevereiro de 1994
Gazeta Brazilian News
1100 S Federal Highway #200
Deerfield Beach, FL. 33441
Tel.: (954) 938-9292
Fax: (954) 938-9227

www.gazetanews.com
info@gazetanews.com

Pontos de distribuições do jornal:
Veja no site www.gazetanews.com

EDITORIAL / STAFF

PUBLISHER:

Zigomar Vuelma (vuelma@gazetanews.com)

EDITOR IN CHIEF:

Fernanda Cirino (news@gazetanews.com)

GRAPHIC DESIGNER/ PROOFREADER:

Vanuza Ramos (art@gazetanews.com)

JOURNALISTS:

Arlaine Castro (arlaine@gazetanews.com)

Marisa A. Barbosa (marisa@gazetanews.com)

Vanuza Ramos (art@gazetanews.com)

CUSTOMER RELATIONS:

Tensy Cordeiro (cr@gazetanews.com)

PHOTOGRAPHERS:

Bill Paparazzi e Nathalia Schumacker.

ADVERTISEMENT

SOUTH FLORIDA

Ana Assis

Eliane Gallotti

Gabriela Lara

Maurício Braz

sales@gazetanews.com

ORLANDO

Sandra Baptista

CONTRIBUTORS

Adriana Tanese | VIVER BEM

Claudia Fehribach | SAÚDE FINANCEIRA

Connie Rocha | BASTIDORES

Cristina Felix | ETIQUETA & BOAS MANEIRAS

Cristovam Buarque | OPINIÃO

Fernando Rebouças | PENSE GREEN

Gene de Souza | PLANETA MÚSICA

Ingrid Domingues | PERGUNTAS DE IMIGRAÇÃO

Ivani Manzzo | SAÚDE & BEM-ESTAR

Jamil Hellu | VIA LEGAL

Jana Nascimento Naganese | CINEMA

Lair Ribeiro | LAIR RIBEIRO

Rickson Amorim | AGENDA DE EVENTOS

Rosana Brasil | VIVER BEM

Partners of



As opiniões expressas em artigos são de responsabilidade de seus autores e não refletem necessariamente a opinião do jornal. Os serviços de propaganda são de responsabilidade dos anunciantes.