

Newsletter Fevereiro

cozinha com alma



8 anos de histórias partilhadas consigo!

Aqui ao comprar, está a ajudar. Obrigada pelo seu apoio para mudarmos histórias de vida para melhor!



No passado dia 13 de Fevereiro a **Cozinha com Alma** celebrou **8 anos** desde a sua abertura!

Estamos quase a completar uma década de histórias, mudanças e momentos **partilhados consigo**.

Continuamos com o mesmo objectivo de conseguir capacitar as famílias na gestão do seu orçamento familiar, na valorização pessoal e na melhoria da sua situação profissional.

Contamos com o nosso principal parceiro, o nosso público geral para poder ajudar cada vez mais pessoas.

A vontade de querer ajudar quem mais precisa continua, por isso, este ano abrimos um novo programa para podermos responder a **outros pedidos**: pessoas idosas e/ou pessoas em situação de dependência por doença crónica ou incapacidade

Um programa que não só capacita e ajuda com refeições a preço simbólico mas que também acompanha. Neste âmbito pretendemos **combater o isolamento e promover** uma vida mais activa e integrada na nossa sociedade.

Obrigada por fazer parte da história da Cozinha com Alma e nos ajudar a "Fazer Bem o Bem".

A Cozinha com Alma aos olhos das...

Kiki Bitton

Poder integrar a equipa de voluntários da Cozinha com Alma, é uma enorme alegria que habita todos os dias no meu coração. Já é uma forma de estar na vida sem a qual nada faz sentido. É para mim uma honra muito grande fazer parte desta Família desde o primeiro dia de vida.

Posso dizer que vi este “bebé” nascer. Comecei na cozinha e agora faço parte de um dos grupos das Areias com Alma onde cada bolinha que moldamos representa para nós um fazer o bem sem olhar a quem.

Aqui aprendemos a Fazer Bem o Bem. É bom trabalhar na Cozinha com Alma, é divertido, emotivo e, acima de tudo, uma lição de vida para a vida. Como nos ensinou Madre Teresa de Calcutá: “o importante não é o que se dá, mas o amor com que se dá.”



Este mês, sugerimos...

Brownie de chocolate

Hoje é dia de trazer até si uma das nossas **melhores e mais procuradas sobremesas!** Delicie-se nesta combinação entre a doçura do **chocolate** e o crocante das **nozes**.

Impossível ficar indiferente a este sabor. Sirva acompanhado com uma bola de gelado de nata e arrase nos seus jantares e almoços com amigos.

Disponível para encomendas na nossa [Ementa de Inverno](#).

Sabia que...

0,5% do seu IRS pode alimentar a mudança? Ajude a Cozinha com Alma **sem custos para si!**

Quando estiver a preencher a sua declaração de IRS (no quadro 11, modelo 3) apoie a Cozinha com Alma através do **NIF 509 866 212** e estará a ajudar as famílias da Bolsa Social.

Neste ano **alimente** o nosso projecto para que consigamos apoiar mais famílias no seu processo de **mudança**.

