



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim



ABRIL DE 2022 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / 3805.4307 / CONSULTA: 3805.4346



ATENÇÃO!!

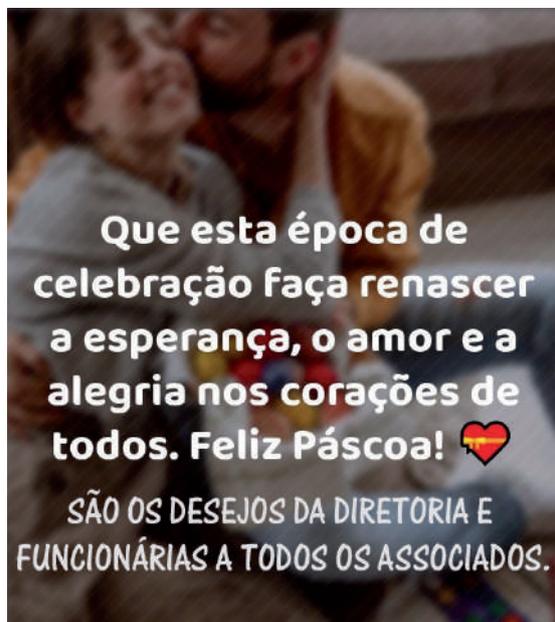
Vende-se prédio

A Associação dos Aposentados está vendendo 3 prédios (sede da AAPMM) situados no Centro, à Rua Dr. José Alves, 554. Aceita-se propostas.

Interessados entrar em contato com a Associação pelos telefones: 3862-4799 / 3805-4307

ATENÇÃO

Devido à situação de saúde com relação à Covid e à Gripe no País, a Associação aguarda a liberação do Hotel CTC para receber turistas, e, em respeito aos nossos associados, foi decidido que a viagem para Caldas Novas será transferida para o mês de setembro, sem data definida por enquanto. A definição da data será anunciada nos próximos jornais.



Que esta época de celebração faça renascer a esperança, o amor e a alegria nos corações de todos. Feliz Páscoa! 🇪🇸

SÃO OS DESEJOS DA DIRETORIA E FUNCIONÁRIAS A TODOS OS ASSOCIADOS.

ANO - 2022	
MÊS	FERIADOS
JANEIRO	
FEVEREIRO	
MARÇO	01/03 - Carnaval
ABRIL	15/04 - P. Cristo 21/04 Tiradentes
MAIO	
JUNHO	16/06 - Corpus Christi
JULHO	
AGOSTO	
SETEMBRO	07/09 - Independência Brasil
OUTUBRO	12/10 - Nossa Senhora Aparecida
NOVEMBRO	02/11 - Finados 15/11 - P. República
DEZEMBRO	

Associe-se à AAPMM

Se você é aposentado, pensionista ou maior de 30 anos, venha filiar-se à Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim. O que é necessário apresentar: RG, CPF, 1 foto 3x4 (a foto pode ser tirada direto na Associação) e comprovante de endereço. Pagar R\$ 60 no ato da inscrição, sendo R\$ 48, valor referente ao pagamento adiantado de quatro meses, e R\$ 12 correspondentes ao custo da carteirinha social.

Benefícios

Convênios com médicos, dentistas, lojas, óticas, laboratórios, farmácias, viagens, manicures, cabeleireiro, diversões e muitos serviços.

“Campanha do Alimento 2022”

A AAPMM já está recebendo as doações de alimentos na sede. Doe qualquer tipo de alimento não perecível, no horário de funcionamento, das 8h às 12h e das 13h às 16h45.

“Doar alimento, alimenta a alma e o coração”.

NOVO ENDEREÇO
Para melhor atendê-lo



Dr. Ronie

Dentaduras parafusadas e convencionais



Cirurgias bucais avançadas

Implantes e próteses

Clínica Geral

Rua Monsenhor Nora, 166, Centro (19)3806 4977 (19)97418 8474

Viagens 2022

CALDAS NOVAS:
22/09/2022 a 27/09/2022

SÃO LOURENÇO:
23/06/2022 a 26/06/2022

MARIA FUMAÇA - JAGUARIÚNA - 20/08/2022

Por motivo de segurança, embarque e desembarque serão feitos somente na AAPMM. É necessário cópia do documento do RG no ato da reserva da passagem. Obrigatória a apresentação do documento original no dia da viagem.

Sugestão de Viagem

ATENÇÃO PARA AS VIAGENS 2022 !!!

GOSTARÍAMOS DE CONVIDAR TODOS OS NOSSOS ASSOCIADOS, SEUS FAMILIARES E INTERESSADOS PARA EMBARCAREM CONOSCO EM NOSSAS PRÓXIMAS VIAGENS.

***TEMOS VAGAS ABERTAS:** CALDAS NOVAS COM 3 REFEIÇÕES (CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E JANTAR), SÃO LOURENÇO COM 3 REFEIÇÕES (CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO E JANTAR) E JAGUARIÚNA (MARIA FUMAÇA) COM 1 REFEIÇÃO (ALMOÇO).

COM TUDO INCLUSO: PASSAGEM, ESTADIA E ALIMENTAÇÃO.

ESTÁ NA HORA DE VOLTARMOS A SER FELIZES E RETOMARMOS TUDO QUE FAZÍAMOS COM TANTO CARINHO, AGORA COM TODA SEGURANÇA E CUIDADOS PARA VOCÊ E SUA FAMÍLIA!!

*PARA NOSSAS VIAGENS SERÁ NECESSÁRIA A APRESENTAÇÃO DA CARTEIRINHA DE VACINAÇÃO CONTRA O NOVO CORONAVÍRUS (2 DOSES) EM ORDEM.

PARA MAIS INFORMAÇÕES ENTRE EM CONTATO COM A ASSOCIAÇÃO PELO TELEFONE 3862.4799



Almoço dos Aniversariantes

Foi realizado o sorteio de almoço entre os aniversariantes do mês de março 2022 e os ganhadores foram: **RITA DE CÁSSIA DELBO / JOSELI APARECIDA SILVA / LÚCIO MAURO BAZAN.**

Observação: os sorteados para o almoço, após o comunicado, terão o prazo de 10 dias corridos para retirarem o convite. Decorrido este prazo será sorteado outro associado.

Cantinho da Saudade

Homenagem aos associados que nos deixaram, mas que estão eternizados em nossa memória

† NANCY NIERI FELIPE

Mural da AAPMM

Não temos cobrador residencial.

Os pagamentos de mensalidades devem ser efetuados somente na secretaria da Associação, evitando golpes e contratemplos.

Sorteio do Bolo

No mês de abril não haverá sorteio do bolo, por prevenção à saúde de todos.



EXPEDIENTE

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, declarada de Utilidade Pública, conforme a Lei 2.183. Fone: 3862.4799.

Rua Dr. José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - SP.
CEP: 13.800-050.

Tiragem: 4.300 exemplares
www.aapmm.com.br

contato@apmm.com.br

Horário de funcionamento:

Das 8h às 12h e das 13h às 16h45
De segunda a sexta-feira.

Produzido por O POPULAR - (19) 3806-3030

Maristela de Almeida Trigo
CREFITO 17703

M&N
Fisio&terapia

(19) 3549-8825

PAULO TERRAPLENAGEM
Materiais básicos para construção!

LOCAÇÃO DE
CAÇAMBAS
PARA ENTULHO

Rua José Falcete, 139,
Jd. Silvânia, Mogi Mirim
Fone 3806-5728

Leonello
SUPERMERCADO

Açougue
Padaria
Hortifruti

Rua Afonso Arcuri, 16 - Jd. Maria Beatriz
FONE: (19) 3862.4294

**ANUNCIE
AQUI**

(19)3862-4799

**Ótica
Visão**

R. Chico Venâncio, 54
Mogi Mirim - SP

Telefone:
(19) 3806-1560

**Drogaria
Familiar**
Sua saúde em 1º lugar.

(19) 3806-4040
(19) 3805-3777

COMUNICADO IMPORTANTE!

Caso esteja com sua mensalidade atrasada, dirija-se à secretaria da Associação. Seu caso será analisado com carinho e, com certeza, será solucionado.

Desta forma, você poderá voltar a usufruir de todos os benefícios oferecidos pela Associação.

ATENÇÃO COMUNICADO IMPORTANTE

21/04/22 - 5ª FEIRA -
FERIADO

22/04/22 - 6ª FEIRA -
NÃO HAVERÁ EXPEDIENTE

29/04/22 - 6ª FEIRA -
ASSEMBLÉIA GERAL ORDINÁRIA
14 HORAS

TELEFONES ÚTEIS

Prefeitura: 3814-1000
Ouvitoria Municipal: 3804-2626
Câmara Municipal: 3814-1200
Brigada de Incêndio e Defesa Civil: 199 / 3862-9474
Promotoria: 3806-5123
Fórum: 3862-1407
Conselho Tutelar: 3804-3874 / 3805-5161
Diretoria de Ensino: 3805-9310
Poupatempo Empreendedor: 3805-2242
PAT: 3862-3652
Rodoviária: 3804-9554
ACIMM: 3814-5760
Assoc. Aposentados: 3862-4799
Cartório Eleitoral: 3862-0193 / 3862-7073
Guarda Municipal: 153 / 3806-3193
Delegacia de Polícia: 3806-3999
Polícia Militar: 190 / 3862-3520
Santa Casa: 3814-3000
Samu: 192
Bem Estar Animal: 3804-5005
Zoonoses: 3806-1418
Cemitério Municipal: 3862-3078
Velório Municipal: 3806-0696

Atendimento na Sede da AAPMM

Consultas só com agendamento pelo tel. 3805.4346

CLÍNICO GERAL

Dr. Eduardo Couto Carvalho
(2 vezes por semana)
Dr. Manoel Henrique Helene
Dr. Marcos Carrasco
(1 vez por semana)
Dr. Iuri Tenório
(1 vez por semana)

CARDIOLOGISTA

Dr. Eduardo Couto Carvalho
(2 vezes por semana)

DERMATOLOGISTA

Dr. Iuri Tenório
(1 vez por semana)

GERIATRA

Dra. Josiane Rodrigues
Xavier (15 em 15 dias)

GINECOLOGISTA

Dra. Lúcia Maria Ferreira
Tenório (1 vez por semana)

NEUROLOGISTA

Dra. Talita de Moura Nohra
(15 em 15 dias)

OFTALMOLOGIA

Dra. Thais Bulgarelli Pinto
(2 vezes ao mês)

ORTOPEDISTA

Dr. Paulo Fernandes
Marques (1 vez por semana)
Dr. Manoel Ricardo dos
Santos (1 vez por semana)

OTORRINOLARIN- GOLOGISTA

Dr. Mario Roberto Paiva
Ferreira (15 em 15 dias)

VASCULAR

Dr. Sergio Gioia
(15 em 15 dias)

UROLOGISTA

Dr. Sérgio Santini
(2 vezes ao mês)

PSIQUIATRA

Dra. Cibele Perez
Carvalho Monteiro
(1 vez por semana)

PSICÓLOGO

Dra. Rosangela de Oliveira
(9.9190.0433 / 3862.9552)
Dr. Manoel Rosa dos Reis
(1 vez por semana)
(9.9365.9374)
Dr. Claudio Adorno Bueno
(9.8158.5705)

NUTRICIONISTA

Dra. Flávia Ap. Picoli
(9.7127.2902)

FISIOTERAPEUTA

Dra. Caroline de
Campos Bernardi
(9.9525.5219)
Dra. Jaqueline Alves da Silva
(9.8845.4405)

GRUPO DE ALONGAMENTO

Dra. Caroline de Campos
Bernardi (9.9525.5219)
Dra. Jaqueline Alves da Silva
(9.8845.4405)

ADVOGADOS

Dr. José Eduardo Camargo
(2 vezes por semana)
Dra. Maria Carolina
Mariano Cerruti
(2 vezes por semana)

CABELEIREIRA E MANICURE

Kelly - quinta e sexta
(9.9177.1142)

PODOLOGIA

Amauri Gomes
(9.9731.0095)
terça e quinta

 **Hospital de Olhos**
de Mogi Mirim

Dr. Fábio José Mariotoni Bronzatto
Oftalmologista - CRM: 129.701
19 3806-8297
Av. Brasília 85 - Mogi Mirim

Fisio&Sono
Tratamento da Apneia do Sono
CPAP/mascaras
Fisioterapia Respiratória
Palmilhas Posturais

Dra. Patrícia C. Damásio Rossi
Av 22 de outubro 838 Jd Sta Helena Mogi Mirim
☎ (19) 996741551

 **Clínica Veterinária Vital**
Dra. Débora Cristina Vital
Médica Veterinária CRMV/SP - 17083

- Consultas
- Hospedagem
- Pet Shop
- Cirurgias
- Banho e Tosa
- Vacinas
- Limpeza de Tártaro com ultra-som

5 a 10%
desconto à vista para associados

Rua Dr. Ulhôa Cintra, 207, Centro
Mogi Mirim - Fone (19) 3862.5039

Relojoaria Dias
Tradição desde 1956

- Jóias • Relógios • Alianças
- Artigos para presentes
- Completa oficina para consertos

FONE: (19) 3806.2722
Rua Padre Roque, 48 - Centro - Mogi Mirim

DROGARIAS
Farmáxima
BRÁSILIA Cuidando com o coração

RUA SANTA CRUZ, nº289
3862-4569
☎ **98165-0237**
Entrega Grátis

DESCONTOS ESPECIAIS EM
TODOS OS MEDICAMENTOS

CONVÊNIO E PLANOS MÉDICOS
COM ATÉ 30% DE DESCONTO

Guarde essa lista de convênios em sua casa e aproveite os descontos!

ACUPUNTURA

Patrícia Cristina Andrade – Acupuntura e Dor (30%) 98130.1910

ANGIOLOGIA / CIRURGIA VASCULAR

Danielle M. Bernardes (40%) 3862.1445

CABELEIREIRO

Studio ELA (20%) 98831.7566

CARDIOLOGIA

Carlos de Camargo (50%) 3862.7659

José Jayme Guerreiro Franco (20%) 3862.1051

Raquel Miriam Garcia - Clínica Médica (50%) 3549.5278 / 99126.6185

CLÍNICA GERAL

José Cláudio M. de Barros (25%) 3862.5942

DERMATOLOGIA

Dra. Viviane Vasconcelos (50%) 98257.5286

Iuri Ferreira Tenório (40%) 3806.4960

ENDOCRINOLOGIA

Márcia Regina Pereira (20%) 3862.0144

ENFERMAGEM

Samantha Aurea Kaam de Moraes (11%) 99239.9911 – Enfermagem especializada

FISIOTERAPIA

Aline Rosa (20%) 99470.5552

Denis Wilson Zarpão Pereira Campos (20%) 3806.2539

Délis Setin Rossetto (30%) 99867.2740

Keylla de Sousa Marriel (20%) 99313.1555

Laura de Barros Valim (40%) 99743.9002

Maíra Moraes Venâncio Domingues (30%) 98286.8095

Patrícia Cristina Andrade - Home Care - Especialista em dor e acupuntura (50%) 98130.1910

Tainara Lima (20%) 97125.5691 (domiciliar também)

Maristela de Almeida Trigo (15%) – 3549.8825

FONOAUDIOLOGIA

Susana Maria Coradi Martiminiano (40%) 3806.2795

GINECOLOGIA

Amilca Barreta (40%) 3022.6780 / 3806.4060

Lúcia Maria Ferreira Tenório (40%) 3806.4960

Méri de Lourdes Ravanini (20%) 3862.3524

NEFROLOGIA

Dr. Antonio Carlos M. Ceregatti (30%) 3862.6059

NUTRIÇÃO

Flávia Aparecida Picoli (40%) 97127.2902

ODONTOLOGIA

Clínica Odontológica Catarinense (10%) 3552.5009

Luís Gustavo Garcia Novo (10% a 40%) 3806.2795

Marcelo Guerreiro Fernandes (até 40%) 3862.3176

Núcleo Mazon (20%) 99665.3581

Roberta Adriana Freato da Silva (20%) 3862.7937

Sorridents Clínicas (até 40%) 3805.3385 / 99949.4664

OFTALMOLOGIA

Carolina Ravanini Neves (50%) 3862.3524

Diego Boeira Aguila (30%) 3831.5107

Dr. Benedito Vasconcelos (20%) 3805.4079 / 3862.3416

Dr. Fábio José M. Bronzato (40%) 3806.8297

Dr. Heryberto Alvim (50%) 3806-1532

Fernando Neves da Silva (50%) 3862.3524

ÓTICA

Fabrim (35%) 3549.0250

PSICOLOGIA

Cristiane Machado Brites (Arte Terapeuta) (30%) 97138.3204

Marisa Martin Crivelaro Romão – Neuropsicóloga (30% em psicoterapia/reabilitação neuropsicológica) e (25% em avaliação neuropsicológica) 3806.2795

Thais Solidário de Souza (10%) 99308.9600

PSICOLOGIA / PSICOTERAPIA

Aline Aparecida Alves de Azevedo (35%) 99263.1153

Ana Lídia Zani (40%) 3806.2795

Maria Elizabeth Vieira Teixeira (30%) 3804.4428

Rosângela Marchesi de Oliveira (30%) 99190.0433

Os descontos de todos os conveniados com a AAPMM estarão a critério de cada local e profissional

Tânia Maria Garcia Calixto (30%) 99425.0430

Vanessa Polidoro (30%) 99302.4547

PSICOPEDAGOGIA

Dra. Flávia Rossi (20%) 99974.7798

REUMATOLOGIA

Sérgio Mauricio Urbini Junior (15%) 3805.4102

SERVIÇOS MÉDICOS

Medcor – Serviços Médicos (25%) 3805.4560

Núcleo de Audiologia e Próteses Auditivas (30%) 3234.7624 / 99342.1594

ULTRASSONOGRRAFIA

Imaginus (20%) 3815.5883 / 99625.5055

DIVERSOS

Caçam Faz (5%) 3862.3638

Informática 3ª Idade (aulas em grupo) – Liberty (50%) 98138.6392 / 3806.4340

Informática e Inglês 3ª idade (50%) 3806.4340

Rude Carlos Bueno – Personal à domicílio (10%) 99666.6638 / 3549.2715



Amanda Tesser
Nutricionista
CRN 3ª região - nº 24225

Avenida Brasília, 353, Jd. Áurea
Mogi Mirim - SP
Fone: (19) 98142.6032
e-mail: nutri.amanda@gmail.com



oftalmologia e especialidades médicas

Dr. Diego Aguila
Oftalmologista - CRM. 112.169
Título de Especialista pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia

Mogi Guaçu
3831.5107 / 3831.5854
R. Manoel de Paula, 33 - Capela



DRA VIVIANE VASCONCELOS
DERMATOLOGIA

(19) 98257-5286
RUA MONSENHOR MOYSES NORA,
Nº 136 - CENTRO- MOGI MIRIM



CRMS 133 554
DR. MARCO CARRASCO
CLÍNICA MÉDICA E CIRÚRGICA

Condições especiais para associados

(19) 3862 5942
Rua Áurea, 23 - Jd. Áurea
Mogi Mirim - SP - 13800-206

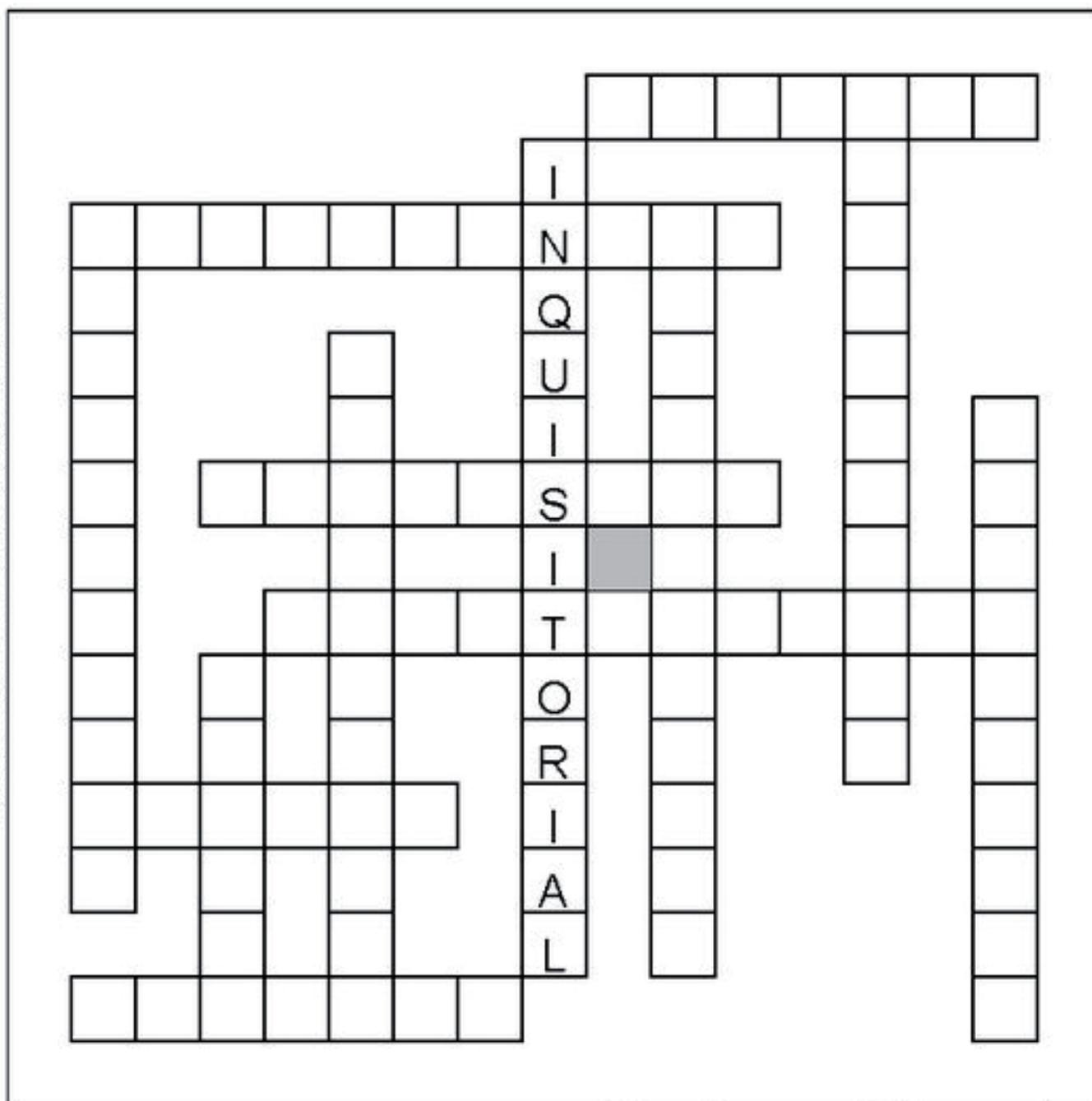
Agropecuária • Clínica Veterinária • Aquarismo

AVENIDA

Consultas • Vacinas • Cirurgias
Medicamentos • Rações • Veterinário
Farmácia Veterinária • Jardinagem

Fones: (29) 3805.4282 / 3862.3618
Av. Pedro Botesi, 1348 - Tucuru - Mogi Mirim

Palavra cruzada



Horizontal

1. inimigo
4. insolvência
8. insensato
9. insatisfação
11. inseto
12. inodoro

Vertical

2. inseminação
3. inquisitorial
4. insistência
5. insatisfeito
6. insinuativo
7. insolência
10. insano

Encontre os 7 erros



DOENÇAS CARDIOVASCULARES

As doenças cardiovasculares podem ser prevenidas e é possível prolongar nossa existência. Elas constituem a causa principal de morte no mundo e em nosso país. Existem caminhos para evitarmos o adoecimento do coração e dos vasos sanguíneos e, conseqüentemente, aumentarmos a nossa expectativa de vida.

Alguns conhecimentos são úteis para entendermos como fatores podem levar ao risco de infarto do miocárdio (“ataque do cardíaco”) e acidente vascular cerebral (“derrame”) na população. Trata-se de informações baseadas em comprovação científica com a característica única da clareza para fornecer compreensão e mudanças de estilo de vida para redução de doenças cardiovasculares.

A mudança do estilo de vida consiste na tomada de decisão do paciente em relação aos

seus hábitos.

Para isso, deve haver o acompanhamento multiprofissional que auxilia na prevenção de novas doenças e no tratamento não medicamentoso.

Em indivíduos que fazem uso contínuo de remédios, estas mudanças impactam positivamente. Vale ressaltar que o uso crônico de remédios deve ser sempre reavaliado pelo médico especialista assistente durante uma consulta e jamais devem ser suspensos por decisão própria do paciente.

Fatores como tabagismo, hipertensão arterial, diabetes, colesterol, sedentarismo, obesidade, alimentação não saudável, estresse e depressão são facilmente identificáveis e passíveis de modificação durante uma consulta com o médico cardiologista e clínico. O tratamento e seguimento individualizado em conjunto com o comprometimento do paciente são essen-

ciais para o sucesso terapêutico.

A etapa fundamental para podermos melhorar a saúde cardiovascular da população é a divulgação desse conhecimento de modo simples e didático durante a consulta médica. É de grande importância que o paciente compreenda o que ocorre em seu organismo. Assim o indivíduo, por conhecer e reter esse conhecimento, torna-se capaz de ser o agente modulador de sua própria saúde, sendo um fator determinante no desfecho em casos de doenças crônicas.

Espero que estas informações possam ser úteis para uma vida longa e saudável. Faça visitas regulares no consultório. Seu coração agradecerá.

Eduardo Couto Carvalho – Médico Cardiologista e Clínico Geral

Aulas para a melhor idade

As atividades esportivas promovidas pela Secretaria de Esporte de Mogi Mirim e voltadas para a melhor idade retornaram no dia 14 de fevereiro. No núcleo central do Projeto Mais Vida, dez tipos de aulas são oferecidos: alongamento, condicionamento, condicionamento físico aquático, ginástica corretiva, hidroginástica, jogos de mesa, natação básica, pilates solo, ritmos e voleibol adaptado. O Mais Vida atende pessoas com 60 anos ou mais. Os interessados em participar das atividades devem se dirigir até a sede do projeto, à Rua João Bordignon, s/nº, na Vila Bordignon (nas proximidades do Instituto Coronel João Leite). O horário de atendimento

é das 8h às 12h e das 13h às 17h.

Também voltaram no dia 14 as atividades nos quatro polos do Mais Vida: Ginásio da Vila Dias, Condomínio Nazaré, Igreja Monte Serrat e Igreja Santa Cruz. As inscrições também devem ser feitas na sede do Mais Vida. Há ainda o projeto Viver Melhor, do Instituto Barrichello, que atende pessoas com 50 anos ou mais. Os interessados devem se dirigir aos núcleos para se inscrever. Na Acojamba, no Maria Beatriz, e no Ginásio do Tucuruão, no Tucuruá, das 7h15 às 8h30. Já no clube da Vila São José e no Ginásio da Vila Dias, o programa ocorre das 9h15 às 10h30.



Perfil

DR. EDUARDO COUTO CARVALHO

O médico cardiologista e clínico Dr. Eduardo Couto Carvalho é o novo reforço para a Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim (AAPMM). Formado há nove anos e natural de Mogi Mirim, se especializou em cardiogeriatría pelo INCOR (Instituto do Coração do Hospital das Clínicas da USP), considerado o melhor hospital de cardiologia no Brasil e na América Latina. Também acumula experiência em grandes centros, como o Hospital das Clínicas de Ribeirão Preto (USP), Hospital do Coração de Ribeirão Preto e Instituto Dante Pazzanese de Cardiologia, em São Paulo.

Como médico colaborador do INCOR, Dr. Eduardo participou também de pesquisas envolvendo exames e doenças cardiovasculares em idosos, ministrou aulas e trabalhos em congressos da área e contribuiu na edição de um livro de cardiogeriatría, recentemente lançado. Também colaborou na publicação de outro livro durante sua especialização em Ribeirão Preto sobre hipertensão arterial (a doença cardiovascular crônica que mais afeta os brasileiros) ao lado do maior especialista e referência desta área, Dr. Fernando Nobre. O cardiologista especializado em cardiogeriatría visa se aprofundar nas doenças do coração em idosos, as quais



se apresentam com sinais e evolução diferentes em outras idades.

Os cuidados com o coração nesta população visam prolongar a vida do paciente, de forma a preservar sua qualidade e autonomia, tendo em vista os riscos inerentes ao próprio envelhecimento. Vale lembrar que os cuidados para uma longa expectativa de vida com qualidade se iniciam logo na juventude. As pessoas devem criar bons hábitos e mantê-los com consistência para colher os frutos a médio e longo prazo. Por isso é fundamental visitar seu médico cardiologista pelo menos uma vez ao ano para realização de check-up e avaliação. O seguimento de rotina é feito em um menor período no caso de doenças crônicas.

Os cuidados com a saúde desde cedo são fundamentais para se ter uma oportunidade de viver mais e uma boa opção para viver melhor.

Dr. Eduardo realiza atendimento na Associação dos Aposentados para associados às segundas e terças-feiras, como clínico geral, e quartas e quintas-feiras, como cardiologista. Também são realizados exames de ECG (eletrocardiograma) e MAPA 24H na própria AAPMM, se necessário.

Diretoria da AAPMM

CONSELHO DIRETOR

Presidente

Aparecido Dias de Freitas

1ª Secretária

Neuza Claudete D. S. Cezar

1ª Tesoureira

Elisena Mª F C Justino

2º Tesoureiro

Paulo Roberto Saccini

Diretora Social

Maria Antonia R. de Freitas

Diretor Patrimonial

José Gasparini

CONSELHO FISCAL

EFETIVOS

Waldemar Paulsen Neto

José Milton Rodrigues

Alcides Pereira

SUPLENTE

Carlos Donizeti Campagnoli

RELACÕES

PÚBLICAS

Dr. José Eduardo Camargo

Site AAPMM

Acesse www.aapmm.com.br, confira e aproveite para fazer sua divulgação conosco. Disponibilizamos espaços para publicidade no site. Mais informações: (19) 3862-4799

O QUE É ASSESSORIA JURÍDICA DA AAPMM?

É uma prestação de serviços aos associados, com a finalidade de esclarecer dúvidas e dar orientação jurídica, relacionadas às mais variadas áreas do Direito. O atendimento ao associado, é realizado pelos advogados da Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, é pessoal e reservado, na sede da entidade, mediante prévio agendamento junto à secretaria.

IRMÃOS DE PIERI
(19) 3806.3000
Rua Aquiles Albano | 414
Santa Cruz | Mogi Mirim | SP
e-mail: de_pieri@terra.com.br

OTICA FABRIM
R. Padre Roque, 16 - Centro
Mogi Mirim. (19) 3549.0250
Av. Bandeirantes, 1273 - Pq. Cidade Nova
Mogi Guaçu. (19) 3831.6171

PARA REMOÇÃO DE ENTULHOS
CAÇAM FAZ Caçambas para remoção de entulhos, residencial e industrial. Temos: terra, areia e pedra.
3862.3638
Rua Monteiro Lobato, 130
Jd. Nossa Senhora Aparecida
Mogi Mirim/SP
ÁGUA POTÁVEL
Disk **3862.3638**

Prevenção de Doenças
Abril Verde
É mês de conscientização sobre a importância da Segurança no Trabalho.
Abril Azul
Traz o debate sobre o autismo, que tem o dia 02/04 como o Dia Mundial da Conscientização do Autismo.

PÃOZINHO SALGADO RECHEADO**INGREDIENTES:**

- 1 ovo
- 250 ml de leite morno
- 1/4 de copo (62 ml) de óleo
- 2 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de sal
- 10 gramas de fermento biológico seco (1 pacotinho)
- Cerca de 500 gramas de farinha de trigo
- 1 gema para pincelar
- Orégano ou gergelim para polvilhar

MODO DE PREPARO

Misture o fermento no leite que deve estar morno (não quente), junte o ovo levemente batido, o açúcar, o sal e o óleo e misture tudo. Vá acrescentando a farinha até desgrudar das mãos e formar uma bola. Deixe descansar por meia hora em local quente.

Pegue pequenas porções de massa e abra com o rolo de macarrão formando um retângulo.

Coloque o recheio e enrole como rocambole.

Dobre as pontinhas para baixo para vedar bem.

Disponha-os numa fôrma untada com manteiga, lado a lado (deixe um espaço entre eles).

Pincele gema e depois polvilhe orégano ou gergelim, deixe crescer por mais 20 minutos e asse até dourar.

TORTA DE LIMÃO DELICIOSO**MASSA:**

- 200 g de biscoito de maisena
- 150 g de margarina

RECHEIO:

- 1 lata de leite condensado (395 g)
- 1 caixa de creme de leite (200 g)
- suco de 4 limões
- raspas de 2 limões

COBERTURA

- 3 ou 4 claras de ovo
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- raspas de 2 limões para decorar

COMO FAZER TORTA DE LIMÃO**MASSA:**

1. Triture o biscoito de maisena em um liquidificador ou processador.
2. Junte a margarina e bata mais um pouco.
3. Despeje a massa em uma forma de fundo removível (27 cm de diâmetro).

4. Com as mãos, espalhe os biscoitos triturados no fundo e nas laterais da forma, cobrindo toda área de maneira uniforme.
5. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por aproximadamente 10 minutos.

RECHEIO

1. Bata todos os ingredientes no liquidificador (exceto as raspas de limão) até obter um creme liso e firme
2. Recheie a massa já assada e leve à geladeira por 30 minutos.

COBERTURA

1. Bata as claras em neve e acrescente o açúcar.
2. Misture até obter um ponto de suspiro e leve ao forno até dourar.
2. Desenforme a torta (sem retirar o fundo falso), despeje a cobertura e acrescente as raspas de limão.



IMAGINUS
ultrassonografia

Dra. Roberta Proença Gabas
CRM-SP 121.583

FONE: (19) 3815.5883
Av. 22 de Outubro, 975
1º andar - Mogi Mirim/SP

Radiologia
Odontológica
Digital

Radiografar

Excelência em imagem para uma avaliação precisa

• Panorâmica	Desconto
• Tomografia Cone Bean	10%

• Documentação Periapical
• Documentação Ortodôntica

R. Salim Chaib, 5 - Centro | (19) 3804.3145
www.radiografar.com.br

Dr. Heryberto Alvim

OFTALMOLOGISTA

3806.1532
3862.8171

Rua Padre Roque, 537 - Mogi Mirim

ESPAÇO
Primer

982665777
38062795

FONOAUDIOLOGIA
ODONTOLOGIA
PSICOLOGIA
NEUROPSICOLOGIA

AV BELO HORIZONTE, N° 113
JD GETÚLIO VARGAS - MOGI MIRIM

CLÍNICA
CARVALHO
MEDICINA

CARDIOLOGIA
CLÍNICO GERAL
DERMATOLOGIA

EXAMES CARDIOLÓGICOS

ELETROCARDIOGRAMA
MAPA 24HS
HOLTER 24HS
ECOCARDIOGRAMA

Rua DR. João Teodoro - N.731
Centro - Mogi Mirim - SP

(19) 3549 -7557
(19) 99533-3036

**ANUNCIE
AQUI**

(19)3862-4799

DR. CARLOS DE CAMARGO
Cardiologia - Clínica Médica
CRM(SP) 57.239

ELETROCARDIOGRAMA
CG-HOLTER 24 HORAS
TESTE ERGOMÉTRICO

Consultório:
Av. Santo Antonio, 489 - Centro - Mogi Mirim
Fone/Fax - 3862.7659

CARDIOGERIATRIA
CARDIOLOGIA
CLÍNICO GERAL

Exames
ECG
MAPA 24h

DR. EDUARDO COUTO CARVALHO

Médico CRM SP 163.969
Local: Sede AAPMM

Tel: (19) 3805-4346
Mogi Mirim-SP