



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim

Mala Direta Básica
 59015321000102-DRSPI
 Assoc. Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim

ABRIL DE 2026 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / CONSULTA: 3805.4346

Viagens 2026

BARRA BONITA- SP
Dia 12/04 - Saída: 05h00
Retorno: 16h00

Associados: R\$ 363,00
Não Associados: R\$ 383,00
Crianças de 0 a 5 anos:
Free no navio
Crianças de 6 a 11 anos:
R\$ 216,00

APARECIDA - SP
Dia 23/10/2026 -
Saída 23h00
Retorno

24/10/2026 - 16h00
Associado: R\$ 170,00
Não Associado: R\$ 190,00
Crianças de 0 a 5 anos: Free
Crianças de 06 a 11 anos:
170,00

SÃO LOURENÇO - MG
Saída: 02/07 às 23:00h
Retorno 05/07 após o almoço

Associados: R\$ 1.232,00
Não Associados: R\$ 1.332,00
Crianças de 0 a 5 anos:
Free no Hotel
Crianças de 6 a 12 anos:
R\$ 660,00

BERTIOGA- SP
Saída: 06/11 às 05h00
Retorno: 09/11 após o almoço.

Associados: R\$ 1.445,00
Não Associados: R\$ 1.545,00
Crianças de 0 a 5 anos: Free no Hotel
Crianças de 06 a 10 anos: R\$ 730,00
(Com 02 adultos pagantes -
OBS: Criança com 01 adulto
pagante paga inteira).

**MARIA FUMAÇA
JAGUARIUNA - SP**
Dia 15/08/2026
Saída: 07:30h
Retorno: 16h

Associados: R\$220,00
Não associados: R\$240,00
Crianças de 0 a 5 anos:
Free no colo
Crianças de 6 a 12 anos:
R\$ 150,00

**MERCADÃO E
25 DE MARÇO - SP**
Dia 12/12/2026
Saída: 06h00
Retorno: 16h

Associados: 130,00
Não Associados: 150,00
Crianças de 0 a 5 anos: Free
Crianças de 6 a 11anos: 130,00

CALDAS NOVAS - GO
Saída: 19/09 às 23:00hrs
Retorno: 24/09
após o café da manhã.

Associados: R\$ 1.760,00
Não Associados:
R\$ 1.860,00
Crianças de 0 a 07 anos:
Free no hotel.
Crianças de 08 a 12 anos:
R\$ 800,00.

Senhores associados e interes-
sados: Nas viagens a partir de
Janeiro/2024 haverá alterações
no embarque e desembarque
de nossos passeios. Haverão
2 pontos:- Embarque e
desembarque Associação
dos Aposentados e também na
Rodoviária de Mogi Mirim.

Maiores informações entrar em contato pelo telefone:
3862.4799

Vende-se prédio

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

Interessados entrar em contato com a
Associação pelo telefone: **3862-4799**

Dr. Vinicius Chiarelli Guarnieri



Cirurgia do
aparelho digestivo
Cirurgia geral

CRM (SP) 208.345 - RQE 130.235

(19) 99741-3684

Rua Santa Júlia, 256
Centro - Mogi Guaçu-SP

Dr. Ricardo Santos
PNEUMOLOGISTA



(19) 3862-9253
(19) 3806-6955
(19) 99998-1541

Rua João Teodoro, 590
Centro, Mogi Mirim
CRM 199.684 | RQE 124.299

LEMBRETE

O valor da mensalidade a partir
de março/2026, R\$ 17,00 mens-
sais, será de conforme publicado
nas edições anterior

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 e comprovante de
endereço. Pagar R\$ 85,00 no ato
da inscrição

Benefícios

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

ATENÇÃO

Informamos que por tempo
indeterminado, todos que es-
tiverem inadimplentes com as
mensalidades a mais de um ano,
devem procurar a Associação,
pois será dada a anistia da dívi-
da, entrará como novo associa-
do, pagando o valor de R\$ 85,00
(4 meses + carteirinha).
Aproveitem essa oportunidade!

Protea
ULTRASSONOGRÁFIA
Dra. Juliana C. Maretti Benetti
CRM 169649
RQE 104465
(19) 3362-3698
Clínica Médica Integratto
R. Vicente Ortiz de Camargo, 80

Arena
FORTE
CASA & CONSTRUÇÃO

"Com você do
início ao fim
de sua obra"

Av.: Santo Antonio, 34
Centro - Mogi Mirim SP
Fone: (19) 3862-2442 | 3805-4460

PRÓTESE DENTÁRIA FIXA E IMPLANTE DENTÁRIO



Aposentados e Pensionistas. Nós da
Odontoquinze temos condições especiais
para você transformar seu sorriso.

Parcelas em
84X

(19) 3806-4977 **(19) 99340-5069**
Rua Monsenhor Moisés Norá, 166 - Centro - Mogi Mirim



MOGI MIRIM

Avenida Santo Antonio, 521
Centro - Mogi Mirim - SP

(19) 3805-3284/
(19) 99187-6110

Agende seu
check-up auditivo



Sorteio do Bolo



Ganhadora do bolo de aniversário de março:
CONCEIÇÃO APARECIDA MARTINS TAVARES



Para os sorteios dos bolos dos aniversariantes do mês de ABRIL, os aniversariantes devem estar presentes na Sede da AAPMM no dia 10/04/2026 (sexta-feira) até as 15:00 horas.

Agradecimento:

Em nome do Presidente da Associação dos Aposentados Senhor Aparecido, agradecemos aos colaboradores pelas doações de brindes para os sorteios. Nosso muito obrigado!

Participantes do sorteio mês de março



Agradecemos aos que participaram do sorteio. Esperamos todos no próximo mês!

Seu espaço para ser, sentir e crescer

Maria Fernanda G. Pereira

Psicóloga Clínica
CRP:06/203212

(19) 98127-9083
mariafernandagppereira@gmail.com



Depilação com cera marroquina
Reconhecimento Internacional



19 99834-1145

La Belle Femme Rasée

Almoço dos Aniversariantes

Ganhadores do Almoço no Restaurante Cantinho Mineiro do mês de MARÇO de 2026:

CELSE EVERALDO TAROSI
SELMA HELENA BARTOLOMAI
SAMUEL ALVES LEITE

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.

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: 3.100 exemplares
www.aapmm.com.br
contato@AAPMM.com.br

Horário de funcionamento:
Das 8h às 12h e das 13h às 16h45
De segunda a sexta-feira.
Produzido por BR Publicações Mogi Ltda

"Campanha do Alimento 2026"

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".

ANUNCIE AQUI

(19)3862-4799



Rua Afonso Arcuri, 16 - Jd. Maria Beatriz

FONE: (19) 3862.4294

Calendário 2026 - Sorteio do Bolo dos aniversariantes

Maio	08/05/2026	Setembro	11/09/2026
Junho	12/06/2026	Outubro	09/10/2026
Julho	10/07/2026	Novembro	13/11/2026
Agosto	14/08/2026	Dezembro	11/12/2026

"CAMPANHA DO AGASALHO 2026"

A AAPMM já está recebendo doações de agasalhos na Sede. "Aqueça o coração de alguém".

APOSENTADO, ATENÇÃO! VOCÊ PODE ESTAR RECEBENDO MENOS DO QUE TEM DIREITO DO INSS!

Muitos aposentados não sabem, mas erros no cálculo do benefício são mais comuns do que se imagina. Em diversos casos, o INSS pode deixar de considerar períodos de trabalho, contribuições ou aplicar o cálculo de forma incorreta, fazendo com que o aposentado receba um valor menor do que realmente deveria.

E a boa notícia é que, em algumas situações, é possível pedir a revisão da aposentadoria.

Isso significa que o valor do benefício pode ser recalculado, aumentando o valor mensal e ainda garantindo o

recebimento das diferenças dos últimos anos, devidamente corrigidas.

Importante: a revisão da aposentadoria, em regra, só pode ser solicitada por quem se aposentou há menos de 10 anos.

As advogadas que realizam atendimento junto à Associação dos Aposentados de Mogi Mirim podem ajudar você a: Analisar se sua aposentadoria foi calculada corretamente

Verificar se existe possibilidade de revisão do benefício Avaliar se há valores atrasados a serem recebidos

Local de atendimento:

Associação dos Aposentados de Mogi Mirim

R. Dr. José Alves, 554 – Centro Mogi Mirim/SP – CEP 13800-050

Telefone: (19) 3862-4799

Atendimento: Quintas-feiras, no período da tarde

Traga seus documentos e seu extrato do INSS para uma análise.

Você pode estar deixando de receber um valor que é seu por direito.



Pilates - Musculação
Massoterapia - Fisioterapia
Cuide da sua saúde!
Agende seu horário:
(19) 9.9791.7412
Espaço **Pilates**



Ótica ma&li
PRAÇA FLORIANO PEIXOTO Nº 18
CENTRO MOGI MIRIM
(19) 99675-7764



Proteja quem você ama com o nosso **PLANO FUNERAL**

Oferecemos **Tranquilidade e Segurança** em momentos difíceis.
Assistência Completa

Valores

- Plano Individual **R\$ 22,00**
- Plano Familiar 2 vidas **R\$ 39,00**
- Plano Familiar 3 até 5 vidas **R\$ 69,90**
- Plano Familiar 6 até 7 vidas **R\$ 89,90**
- Plano Familiar 8 até 11 vidas **R\$ 129,90**

Entre em contato **11 96715-4379**
Av. Ipiranga, 1216 8 Andar República - São Paulo/SP
contatopaulo1@yahoo.com.br



Coberturas

- Urna Mortuária
- Higienização
- Tanatopraxia
- Ornamentação
- Véu
- Uma Coroa de flores
- Paramentação
- Declaração de Óbito
- Guia de sepultamento
- Assessoria administrativa
- Veículo para remoção (dentro do Município)
- Veículo para traslado 500km ida e volta
- Aluguel de velório (em cemitério Municipal)
- Taxa de sepultamento (em cemitério Municipal)
- Central de assistência 24h
- Cobertura Nacional
- Carência de 90 dias

Cemitérios

- CEMITÉRIO COLINA DOS FLAMBOYANT MOGI MIRIM
- CEMITÉRIO PARQUE HORTOLÂNDIA HORTOLÂNDIA

Documentos Necessários:

- RG
- CPF
- Comprovante de endereço
- Email
- Telefone

0800-700-1001

Entre em contato **11 96715-4379**
Av. Ipiranga, 1216 8 Andar República - São Paulo/SP
contatopaulo1@yahoo.com.br

Atendimento na Sede da AAPMM Consultas só com agendamento pelo tel. 3805-4346

CARDIOLOGISTA

Dr. Afonso Henrique Eckmann Helene (1 vez por semana)
Dr. Pedro Henrique Oliveira Ferreira (1 vez por semana)

CLÍNICO GERAL

Dr. Ayme Rodriguez Guzman (1 vez por semana)
Dr. Iuri Tenório (1 vez por semana)
Dr. José Antônio Cirvidiu (2 vezes por semana)
Dr. Marco Carrasco (1 vez por semana)
Dr. Pedro Henrique Oliveira Ferreira (1 vez por semana)
Dr. Rafael Morales Ochiussi (1 vez por semana)

DERMATOLOGISTA

Dr. Iuri Tenório (1 vez por semana)

ECOCARDIOGRAMA E DOPPLER DE CARÓTIDAS

Dr. Eduardo Chabregas (1 vez por semana)

GASTROENTEROLOGISTA

Dr. José Antônio Cirvidiu (2 vezes por semana)

GERIATRA

Dra. Josiane Rodrigues Xavier (1 vez por semana)

ORTOPEDISTA

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

PSICÓLOGO

Andre Paulo das Neves (2 vezes por semana)

PSIQUIATRA

Dr. Cibele Perez Carvalho Monteiro (2 vezes por semana terça e quinta)

UROLOGISTA

Dr. Sérgio Santini (2 vezes ao mês)

ADVOGADA

Dra. Alessandra Machado Oliveira Araujo (toda segunda de manhã)
Dra. Letícia Nascimento Visconcin (toda quinta feira - tarde)

NUTRICIONISTA

Dra. Amanda Tesser (15 em 15 dias)

Atendimento na Sede da AAPMM Agendamento direto

ACUPUNTURA

Leda Cristina Barreto (19) 9-9825-0819 (toda terça e quinta de manhã)

BARBEIROS

Alan Gama da Silva (as terças-feiras manhã e tarde) 9-9615-4611

BELEZA E ESTÉTICA

Neusa Gumiero manicure - pedicure (toda quarta e quinta feira) 9-9688-8819

FISIOTERAPEUTA

Dra. Caroline de Campos Bernardi 9-9525-5219 (toda quarta e sexta feira)

GRUPO DE ALONGAMENTO

Dra. Caroline de Campos Bernardi 9-9525-5219

PSICÓLOGO

Dr. Vinícius Ruiz Barbanti 9-9262-7830

PSICÓLOGA

Dra Maria Fernanda Gomes Pereira 19 9-8127-9083
Fabíola Sobreiro Zanco 19 99842-1941

PODOLOGIA

Amauri Gomes 9-9731-0095 (toda terça e quinta feira)

PROFESSORA DE IOGA

Maria Emilia Guerreiro Franco (1 vez por semana) 9-9779-1253

MASSOTERAPEUTA

Silvia Fatima (1 vez por semana) 9-9683-7129

Fernando Henrique Sylverio

(1 vez por semana) 9-9233-4639

TERAPEUTA EMOCIONAL

Regiane Cordeiro da Silva (2 vezes por semana) 9-7168-0421

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

ACADEMIA

Ap – Academia Exclusiva (desconto sob consulta): 19 99670-0338
Espaço Pilates/Fisioterapia (20%) 9-9791-7412
Villa Físio Pilates (30%) – 98802-7811

ACUPUNTURA

Ana Letícia Maximiano (30%) 9-8240-0768
Acupuntura: Leda Barreto (33%) (11) 9-7165-6137
Patrícia Cristina Andrade – (30%) 9-8130-1910
Claudio Roberto - (Alinhamento de chakras, Auriculoterapia, Ventosa, Cone Indu): – (Desconto para aposentados – Sob consulta) (19) 95330-7439.

ANGIOLOGIA / CIRURGIA VASCULAR

Danielle M. Bernardes (20%) 3862-0144 / 9-9955-2296

AULAS DE YOGA

Maria Emília G Franco (20%) 9-9779-1253
Patrícia C. Andrade - Aulas de Ioga (40%) Telefone: (19) 9-8130-1910

BELEZA

Donna Studio de beleza- estética e cabelo – 10% - 9-9297-9009
Spa da Beleza Chay Silva – Esteticista Marli Lucélia Vanzo Vieira (20% a 30% desconto) 9-9430-4364

CARDIOLOGIA

Afonso Henrique Eckmann Helene (40%) 3806-3259

Carlos de Camargo - (50%) 3862-7659
Christian Enrique Dangla Lira - (50%) 3862-0560

José Jayme Guerreiro Franco - (20%) 3862-1051

Márcio Venício da Silva - (30%)

3862-6423
Raquel Miriam Garcia - (50%) 3549-5278 9-9126-6185
Rafael Carvalho (48%) 3549-7557 9-9533-3036
Susamar Costa Leal - (30%) 3861-7194

CIRURGIA PLÁSTICA

Sérgio Hiroshi Kashiwazaki (50% consulta) 3862-6116 / 9-9945-6348 whats

CIRURGIA GERAL

Mayara Victal (20%) 3862-5942
Vitor Augusto Andrade (40%) 3862-6405 9-9312-2479 whatsapp
Dr. Vinícius Chiarelli Guarnieri (20%) – 19 9-9741-3684

CIRURGIA DO APARELHO DIGESTIVO

Vitor Augusto Andrade (40%) 3862-6405 9-9312-2479 whatsapp
Dr. Vinícius Chiarelli Guarnieri (20%) – 19 9-9741-3684

CLÍNICA GERAL

Altamiro Sturari – (25%) 3804-4584
José Antônio Cirvidiu (25%) 3804-1081 atendimento domiciliar
José Cláudio M. de Barros (25%) 3862-5942
Luri Ferreira Tenório – (40%) 3806-4960
Larissa Franceschett Lopes da Cunha (50%) 9-9132-7447
Marco Carrasco - (40%) 3862-5942 / 9-7156-8856
Priscila de Marco da Silveira Frazão (20%) 3552-1330/9-9299-9930

DERMATOLOGIA

Luri Ferreira Tenório - (40%) 3806-4960
Maria Soledad M. Arias (33%) 3862-3235/3552-0037
Raquel Maria de Carvalho (40%) 3862-5426 / 9-9648-1107
Plínio Lopes (14%) 3806-3340/3862-0707 desconto acima de 60 anos
Viviane Vasconcelos - (33%) 9-8257-5286

ENDOCRINOLOGIA

Márcia Regina Pereira - (15%) 3862-0144
Patrícia Soares da Silva - (20%) 9-8842-2608

ENDOCRINOLOGIA E METABOLOGIA

Helena Gavazza Neri (14%) 9-7153-8090 só whatsapp

ENFERMEIRA-ESTETA

Renata Simozo Manera (10% a 20% desconto) 9-8997-6995

ESTETICISTA

Marli Lucélia Vanzo Vieira- Esteticista Integrativa Quântica (10% a 20%) 9-8295-2595
Patrícia Pereira de Moraes de (10 a 20%) 9-9754-5911

ECOCARDIOGRAMA

Clinica Carvalho – Ecocardiograma. 3549-7557 (ligar para perguntar porcentagem).
Clínica Espaço Vida (19) 3806-4668 (28% de desconto)

FÁRMACIA

Farmelhor (10 à 30%) 3862-4655
Farmáxia Brasília (10 a 70% descontos programa indústria) e (até 20%) 3862-4569 9-8165-0237 whats
Farmácia manipulação Alquimista (25%) 3552-3332/9-9196-8900 whats

FISIOTERAPIA

Ana Letícia Maximiano (Clínica e Domiciliar) – (20%) – 98240-0768
Ana Letícia G Borin - (30%) 9-9344-1124 Atendimento clínica e domiciliar
Denis Wilson Zarpão Pereira Campos (20%) 9-9196-4653

Délis Setin Rossetto - (30%)

9-9867-2740
Gabriela Marreti (40%): (19) 9-8263-4836 – Fisioterapeuta a domicílio.
Jaqueline Alves - (30%) atendimento domiciliar especializado em idosos (geriatria) (19) 9-8845-4405
Keylla de Sousa Marriel - (20%) - 9-8278-7915

Maura Fernandes Franco (35%) -

9-8241-5705

Maristela de Almeida Trigo (20%) -

3549-8825

Patrícia Caleffi Damasio Rossi (20%) -

9-9674-1551

Patrícia Cristina Andrade - (50%) -

9-8130-1910

Villa Físio Pilates (30%) 9-8802-7811

FISIOTERAPIA NEUROLÓGICA

Amanda Ap. Francato Simoso – (50%)

9-8296-7568

FONOAUDIOLOGIA

Amanda Maura Borin (25%) -

9-9668-8003

Áudio Vida (20% só acessórios) -

9-8249-3050

Susana Maria Coradi Martimianiano

(15%) 3806-2795

Telex Soluções Auditivas (10%) para compra de aparelhos auditivos e (20%) nos acessórios - 3805-3284

9-9187-6110

GASTROENTEROLOGIA

José Antônio Cirvidiu (25%) 3804-1081 atendimento domiciliar
Mayara Victal (20%) 3862-5942
Valdir Seksenian (50%) 3549-1112
Dr. Vinícius Chiarelli Guarnieri (20%) – 19 9-9741-3684

GERIATRIA

Josiane Xavier - (40%) 3805-4079 – 9-8735-0776
Susamar Costa Leal (30%) 3861-7194
Priscila de Marco da Silveira Frazão (08%) 3552-1330/9-9299-9930

GINECOLOGIA

Ana Cristina De La Corte Vomero (20%) 3806-3259
Cristiane de Souza Moraes Donegá (40%): (19) 3862-1445
Lúcia Maria Ferreira Tenório (40%) 3806-4960
Luis Gabriel Ferreira Pissinatti (40%) 3806-4960
Maria Alice Mostardinha (20%) 3862-1445
Marli Ap. Morales (40%) 3862-0600/3862-0550
Meri Lourdes Ravanini (20%) 3862-3524

LABORATÓRIO

Laboratório - Central (sob consulta) 3862-4862 whats

Laboratório 22 Outubro (20%)

3806-8500
Ramalho e Montagnana (20%) - 3862-1906

INFECTOLOGISTA

Priscila de Marco da Silveira Frazão (08%) 3552-1330/9-9299-9930

NEUROLOGIA

Adriana Cristina B. Borin (25%) -

3804-9666

Alexandre Augusto Panigassi Geraldini

(20%) 3805-5007

Edmilson José de Souza (20%)

3805-5007

José Ricardo Martins Ribeiro (50%)

3804-2672 das 08 até 12h

Márcio A. Romanello Campos (34%)

3862-3263 - somente p/ aposentados e pensionistas

NEFROLOGIA

Antonio Carlos Magalhães Ceregatti (30%) 3862-6059 / 9-8227-9806

NUTRIÇÃO

Amanda Tesser - (50%) 9-8142-6032
Solange Iside Ferreira Chiorato - (50%) 3362-6054 / 9-9234-7345
Laura Lino Luiz (30%) 9-9767-6759
Mila Letícia Dovigo Costa (40%) 9-9657-8670 (Atendimento domiciliar)
Vivian Bordignon Adorno (50%) 9-9767-7125

ODONTOLOGIA

Bruna Carolina Fadini – 40% - 9-8997-8528 / 3862-5942.

Clínica Bucal Up Odontologia (até 40%) 3552-5009

Clínica Sorridents (até 40%)

3805-3385/ 9-9949-4664

Glaciane Fernandes (10%) -

9-9546-9720

Juliana Alves Mestriner (40%)

3549-9099

Laura Vital - desconto de até 40%

9-9956-9083.

Ligia Munhoz Odontologia (de 10 até

(30%) 3818-6616/9-9334-7926

Luís Gustavo Garcia Novo

(10% a 40%) 3806-2795

Lincoln Serafim dos Anjos - (até 40%)

(19) 9 9706-3491

Marcelo Guerreiro Fernandes

(até 40%) 3862-3176

Radiografar Odontológica (10%)

3804-3145

Roberta Adriana Freato da Silva (20%)

3862-7937

OFTALMOLOGIA

Benedito Vasconcelos - (20%)

3805-4079 / 3862-3416

Heryberto Alvim - (50%) 3806-1532

Carolina Ravanini Neves - (43%)

3862-3524

Fábio José M. Bronzato - (40%)

3806-8297

ORTOPEDIA

Honório José Ferreira (40%) 3806-4668
Manoel Ricardo Alves dos Santos (50%) 3862-9253/ 3806-6955/ 9-9998-1541 whats

OTORRINOLARINGOLOGIA:

Ana Maria Furno Simões Bianchi (10%)

3862-1355

Isadora Lopes de Camargo Gabas (30%)

3862-4261 Whatsapp (19) 9-8387-

5280 – só mensagens

ÓTICA

Fabrim - (35%) 3549-0250

Ótica Visão (até 15%) - agendamento

de consulta - 3806-1560

Ótica Real - (20%) 3552-4366

3861-0334 - agendamento de consulta

Ótica A Favorita - (25%) 3552-1040/

9-9387-4884

Óptica Iza (15%) 3804-1616/

9-7169-0072

Ma & Li ÓTICA- até 50% de Desconto.

Telefone: 9.9675-7764

PILATES

Espaço Pilates (20%)

9-9791-7412

Fluir Estudio de Pilates (30%)

9-8845-4405

Patrícia Cristina Andrade (25%)

9-8130-1910

Villa Físio Pilates (30%) –

9-8802-7811

PNEUMOLOGISTA

Luís Paulo Tonioli – (25%) 3804-9666

Ricardo Afonso Alves dos Santos (33%)

3862-9253/ 3806-6955

PROCTOLOGIA

Vitor Augusto Andrade (40%)

3862-6405/ 9-9312-2479 whatsapp

PSICÓLOGA

Ana Claudia Valério (20%): (19) 3806-2795 (19) 9-8266-5777- Psicóloga infantil, analista do comportamento, especialista em transtorno do espectro autista (TEA).

Ana Claudia G. Ferrari. (15%)

9-8200-5591 (Obs: Adultos e Casais).

Cristiane Machado Brites - (30%)

9-7138-3204

Maria Fernanda Gomes Pereira

(20% de desconto nas sessões)

19 9-8127-9083

Marisa Martin Crivelaro Romão – Neuropsicóloga - (15% em psicoterapia/re-

abilitação neuropsicológica) e (15% em

avaliação neuropsicológica) 3806-2795

Maria Elizabeth V. Teixeira Oliveira

(25%) 3862-2933 / 9-8294-9977

PSICOLOGIA / PSICOTERAPIA

Ana Lídia Zani - (20%) 3806-2795 / 9-2001-2106 - especialista em luto.

Ana Maura B. Tinini (40%) 9-7163-1909

Laura Sambinelli Camargo (30%)

9-9717-6098

Fabiola Sobreiro Zanco - psicoterapia

online para adultos e idosos (40%) 19 9

9842-1941

Maria Elizabeth V. T. de Oliveira (25%) -

9-8294-9977

Rosângela Marchesi de Oliveira - (30%)

9-9190-0433

Vanessa Polidoro - (30%) 9-9302-4547

PSICOPEDAGOGIA

Flávia Rossi - (20%) 9-9974-7798

PSICANÁLISE

Mary Lady B. M. Antônio – 20 % -

9-9161-3974.

Talita Bernardi - (10%) 9-9578-1456

REUMATOLOGIA

Sérgio Maurício Urbini Junior - (15%)

3805-4102

UROLOGISTA

Henney Padovani Junior (25%) 3862-4261

ULTRASSONOGRAFIA

Clayton Barros - (20%) 3804-5417

Imaginus - (20%) 3815-5883

Protea Ultrassonografia (20%) –

3362-3698

TERAPIA

Reflexoterapia (Dores físicas e emocionais)

Débora Lino Luiz (30%) – 9-9763-0220

DIVERSOS

Ariovaldo Coser Júnior – Bancário

Autônomo- (11) 9-7542-3108 – 100%

Gratuito.

Cuidadora de idosos/Técnica de

Perfil**Maria Fernanda Gomes Pereira**

Maria Fernanda, nasceu em Mococa/SP, mas mora em Mogi Mirim desde os 5 anos de idade. Formada em Psicologia pela Fundação Hermínio Ometto (FHO), em Araras (SP).

Hoje aos 26 anos, é noiva e valoriza muito os momentos ao lado da família e dos amigos. No tempo livre, gosta de conhecer lugares novos, sair para comer, assistir filmes e séries experimentar coisas diferentes. A leitura também sempre fez parte da sua rotina, tanto de livros técnicos da área da psicologia quanto de literatura em geral.

Sua história com a Psicologia começou quase por acaso. Quando terminou o ensino médio, ainda não tinha muita certeza sobre qual caminho seguir. Durante a adolescência, suas amigas costumavam procurar para conversar, pedir conselhos ou simplesmente desabafar, e brincavam dizendo que Maria Fernanda deveria ser psicóloga porque sabia escutar bem. Hoje ela conta que ser psicóloga vai muito além disso, mas, naquele momento, sua escolha pelo curso foi quase uma aposta no escuro, sem saber ao certo se realmente iria gostar.

Foi também nesse período que teve uma inspiração importante: uma amiga de sua mãe, que era psicóloga, a levou para conhecer seu consultório e contou um pouco sobre a profissão. Aquela experiência despertou ainda mais sua curiosidade. Com o tempo, o que realmente a fez permanecer no curso foi descobrir a amplitude da área: conhecer as diferentes possibilidades de atuação, as disciplinas ligadas à saúde, o campo de pesquisa e, principalmente, a oportunidade de caminhar ao lado das pessoas em momentos importantes de suas vidas.

Hoje já formada, atua na área da saúde mental. Durante dois anos trabalhou em um CAPS (Centro de Atenção Psicossocial), atendendo pessoas com transtornos mentais graves. Atualmente, além da experiência no serviço público, também iniciou sua atuação na clínica, realizando atendimentos psicoterapêuticos particulares, área que vem desenvolvendo e aprofundando neste



momento de sua trajetória profissional.

Em relação à clínica, sempre foi um desejo profissional, embora inicialmente tivesse certa insegurança. Em determinado momento percebeu que já realizava atendimentos psicológicos no SUS, algo que antes causava receio. Essa percepção motivou a investir mais na prática clínica neste ano, ampliando também seu campo de atuação.

Recentemente também iniciou sua pós-graduação em Psicanálise, abordagem que orienta a forma de pensar o cuidado e a escuta clínica com os pacientes. Além disso, também está participando de um programa de treinamento em saúde na UNICAMP, no Ambulatório de Psiquiatria do HC, com foco em abordagem em dependência química.

Maria Fernanda nos contou o que acha mais interessante em sua área de atuação: "Acredito que seja a possibilidade de fazer diferença na vida das pessoas. Poder escutar histórias de vida, muitas vezes marcadas por desafios e complexidades, e oferecer um espaço de acolhimento e reflexão é algo muito sig-

nificativo. Além disso, a construção do vínculo e da confiança entre paciente e profissional é um dos aspectos mais ricos para mim".

Sua relação com a Associação dos Aposentados e Pensionista de Mogi Mirim, se deu através de seus pais que já são associados há bastante tempo. Já como profissional, seu contato aconteceu no início deste ano, quando procurou a instituição para saber mais sobre a disponibilidade das salas e a possibilidade de divulgar seu trabalho aos associados.

Irá atender na AAPMM uma vez por semana, às sextas-feiras. "É uma oportunidade muito importante, pois a Associação é uma instituição reconhecida na cidade e que alcança muitas pessoas", frisou Maria Fernanda.

Perfil**Fabiola Sobreiro Zanco**

Fabiola é natural de Mogi Mirim/SP e mora na cidade desde o nascimento.

Formada em Administração de Empresas (com ênfase em marketing) pela Faculdade Santa Lúcia - Mogi Mirim/SP. Contudo, encontrou seu caminho na Psicologia na segunda graduação, realizada no Centro Universitário de Jaguariúna - UniFAJ - Jaguariúna/SP, com ênfase na Psicologia voltada à saúde.

Atualmente está fazendo uma pós-graduação/especialização em: Psicologia Clínica na Abordagem Centrada na Pessoa, pela Instituição de Ensino e Faculdade Van Gogh (São Paulo-SP), em parceria com o Projeto Conexão Formativa (Rio de Janeiro-RJ).

Já passou por diversas experiências na Psicologia, nas áreas: hospitalar, pela Santa Casa de Misericórdia de Mogi Mirim; Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI) pelo Instituto Coronel João Leite, em Mogi Mirim; Acompanhante Terapêutico (AT) nas cidades de Mogi Mirim e Mogi Guaçu; e por fim, na Psicologia Clínica, área que a encantou, escolheu seguir e atua nela desde sua formação, em 2024.

Trabalha atualmente realizando atendimentos psicológicos (sessões de psicoterapia) presencialmente, na cidade de Mogi Guaçu/SP; realiza também atendimentos on-line, para brasileiros de qualquer lugar do mundo; e iniciou os atendimentos presenciais na sede da Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim todas as terças-feiras, no período da manhã, das 8h até 11h30.

"É muito importante e gratificante para mim atender pessoas da minha cidade, e na área de atuação que tanto amo, estou feliz com a oportunidade de oferecer minha escuta, acolhimento e conhecimento", frisou Fabiola.

Tem uma relação longa com a Associação dos Aposentados. Seus pais são associados há muitos anos e sempre

acompanhou os frutos colhidos por eles dessa relação. Acompanha o trabalho da AAPMM há pelo menos 15 anos.

Sobre a psicologia, por Fabiola:

Escolhi a Psicologia Clínica porque me encantei com a possibilidade de ajudar as pessoas de maneira individualizada, acolhendo suas particularidades, suas subjetividades e a maneira única que cada pessoa é.

Sou verdadeiramente apaixonada pela possibilidade de ter acesso a histórias de vida tão ricas, acolher, ajudar no que puder e ver o autodesenvolvimento da pessoa atendida florescer.

A Psicologia possui diversas abordagens teóricas, que são maneiras diferentes de atuação por parte do profissional, além de formas diferentes que o (a) psicólogo (a) possui de compreender o ser humano e o mundo. Alguns exemplos de abordagens são: a Psicologia Comportamental, Psicanálise, Cognitivo Comportamental,

Análítica, Psicologia Humanista e diversas outras. Todas são devidamente reconhecidas pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP) e são eficazes ao abordar as diversas questões da existência humana.

A minha abordagem é a "Abordagem Centrada na Pessoa (ACP)", pertencente à Psicologia Humanista. A ACP tem como objetivo a relação terapêutica e o acolhimento da pessoa atendida, tratada como "cliente". O acolhimento do cliente ocorre por meio de uma postura do profissional guiada pelos princípios da consideração positiva e incondicional; da compreensão empática; e da congruência. A relação terapêutica nada mais é do que uma relação de um ser humano que se coloca disponível para escutar atentamente outro ser humano, de igual para igual, uma vez que o conhecimento do profissional não é mais importante do que sabedoria e a compreensão que o cliente possui e/ou pode desenvolver sobre ele mesmo.



Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

K U I V J H C W P E
 U U O I B L N A R O
 M O R A R C H G O L
 K N I J F O S R C B
 B O I A P R U A U G
 C H O R A R R D R B
 L E V A R I G E A J
 T B J I T G I C R T
 U U J S I I R E P H
 P A R A R R A R P N

AGRADECER
 CHORAR
 CORRIGIR
 LEVAR
 MORAR

PARAR
 PARTIR
 PROCURAR
 SURGIR
 VIAJAR

Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

E V Y R B A C M T
 I E S T U D A R A
 N N A V I S A R G
 T D T I N P C C I
 E E S C O L H E R
 R R J P A R A R V
 V U B A T E R I C
 I N T B V P Y C I
 R C U L I G A R I

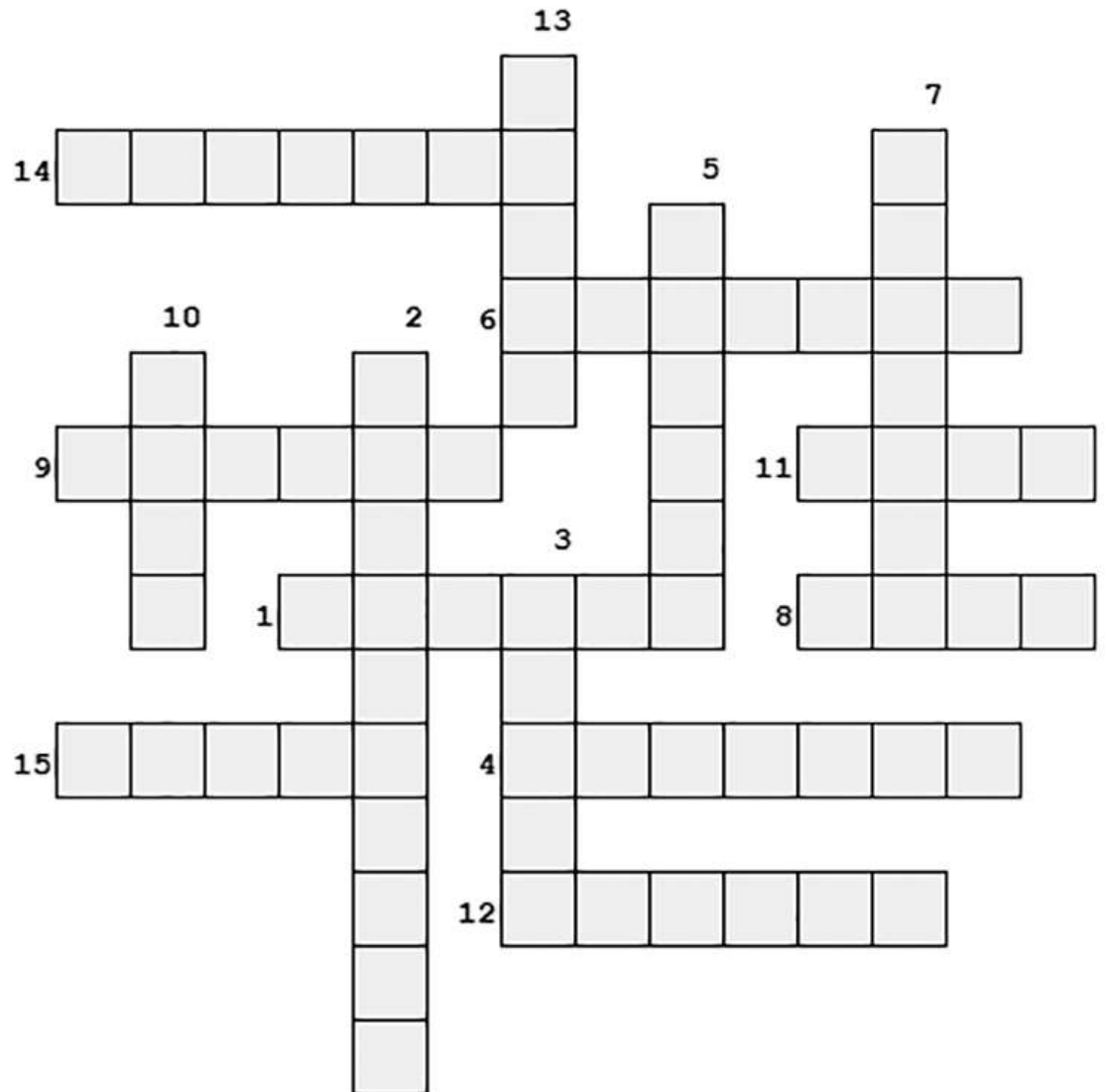
ACHAR
 AGIR
 AVISAR
 BATER
 ESCOLHER

ESTUDAR
 INTERVIR
 LIGAR
 PARAR
 VENDER

Palavras cruzadas

Massa de farinha de trigo, com recheio salgado ou doce, que se frita ou assa

2. Separar (pessoas ou coisas) reunidas em grupo
3. Peça (de barro cozido, pedra, metal, etc.) usada na cobertura de edifícios
4. Letreiro sobreposto à imagem de filmes, que fornece a tradução da fala dos personagens
5. Que é tomado ou considerado no todo, por inteiro
6. Sinônimo de vocábulo; unidade da língua escrita;
7. Trajeto feito por passageiro de um táxi com o devido pagamento ao motorista
8. Lugar onde se pode deitar e/ou dormir
9. Indivíduo do sexo feminino
10. Impresso que acompanha medicamento e contém informações sobre ele
11. Canto solene em honra da pátria e/ou de seus defensores
12. Forma de aflição ou sofrimento agudo, de origem física ou moral
13. Instrumento bastante antigo, composto de cordas estendidas numa moldura aberta
14. Peça de mobília composta de um assento individual e de um encosto, com ou sem braços
15. Exprimir por meio de palavras



RESPOSTAS

01 Pastel - 02 Desagrupar - 03 Telha - 04 Legenda - 05 Global - 06 Palavra - 07 Corrida - 08 Cama - 09 Mulher - 10 Bula - 11 Hino - 12 Agonia - 13 Harpa - 14 Cadeira - 15 Falar

SALADA DE MACARRÃO GELADO**INGREDIENTES:**

1 lata de milho verde
1 pacote de uvas passas
1 lata de atum desfiado
1 pacote de azeitonas sem caroço
1 pote de maionese
1 pacote de macarrão parafuso
água para cozinhar o macarrão

MODO DE PREPARO

1- Em uma tigela coloque todos os ingredientes menos o macarrão e a

maionese;

2- Misture bem e em seguida acrescente o macarrão;

3- Continue misturando bem, acrescente a maionese e mexa até que todos os ingredientes fiquem bem espalhados e envolvidos por todo o macarrão;

4- Em seguida leve para gelar por 30 minutos;

5- Finalize transferindo a salada para uma travessa e já pode servir.

BACALHOADA**INGREDIENTES**

- 1,50 kg de bacalhau
- 800 g de batatas descascadas e em fatias entre 0,5 e 1 cm
- 1 pimentão verde cortado em tiras
- 1 pimentão vermelho cortado em tiras
- 2 cebolas grandes fatiadas
- 2 dentes de alho picadinhos
- 2 tomates maduros sem pele e sem semente cortados em pedaços grandes
- 100 g de azeitonas pretas sem caroço
- 1 pitada de pimenta-do-reino (se gostar)
- 3 ovos cozidos
- azeite para regar
- sal a gosto
- cheiro-verde picado

MODO DE PREPARO

1. Deixe o bacalhau de molho de um dia para o outro, trocando a água pelo menos 3 vezes.
2. Desfie e reserve.
3. Em uma panela grande, coloque as batatas, cubra com água e cozinhe por cerca de 20 minutos, com a panela tampada.
4. Escorra, corte as batatas em rodela finas e reserve.
5. Em um refratário retangular untado com azeite, faça camadas, começando com os tomates, depois a cebola, as batatas, o



bacalhau, as ervilhas, os pimentões, as azeitonas e o cheiro-verde.

6. Tempere com 1 colher (chá) de sal e 1 colher (café) de Ajinomoto, e regue com o azeite.

7. Repita o processo e finalize com os ingredientes que restarem.

8. Finalmente, distribua sobre a superfície as rodela de ovo cozido, regue novamente com o azeite de oliva e leve ao forno baixo (150°), pré-aquecido, por cerca de 1 hora ou até que os ingredientes estejam "al dente".

9. Sirva em seguida.

10. Sirva com arroz branco, salada verde e o vinho da sua preferência.

11. Se sobrar, sirva frio no dia seguinte. É uma delícia também.

DROGARIAS
Farmaxima
CUIDANDO COM O CORAÇÃO

☎ 3862-4569

19 98165-0237

Fazemos aplicações de medicamentos a domicílio!
Entregas grátis em Mogi Mirim!

Descontos especiais em todos os medicamentos e agora também desconto do programa da indústria.

Venha conferir!
Você conhece! Você confia!

Praça Tiradentes, 289
Jardim Santa Cruz / Mogi Mirim - SP

DR. CARLOS DE CAMARGO
Cardiologia - Clínica Médica
CRM(SP) 57 239

ELETRCARDIOGRAMA
CG-HOLTER 24 HORAS
TESTE ERGOMÉTRICO

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

ESPAÇO Primer

Ana Lídia Zani Garcia Novo
Psicóloga - CRP 06/76674

Luiz Gustavo Garcia Novo
Cirurgião Dentista - CRO 62038

Susana Maria Coraci Martiniano
Fonoaudióloga - C.R.F.º: 5255

Ana Claudia Valério
Psicóloga Infantil - CRP 06/151770

19 3806-2795 | 19 98266-5777
@espacoprimer

Hospital de Olhos
de Mogi Mirim

Unidade Mogi Mirim
Av. Brasília, 85 - Mogi Mirim
CEP: 13100-280
☎ (19) 3506.8297 | 3862.2849

Unidade Mogi Guaçu
Boulevard Shopping - Mogi Guaçu
☎ (19) 98320.2030

Dr. Rísida Marcolini Brancato
Oftalmologista - CBU 10792
www.drifabiobranzatto.com.br

Dr. Heryberto Alvim
OFTALMOLOGISTA

☎ 3806.1532

Av. Brasília nº 77 - Vila Aúrea

CLÍNICA
CARVALHO
MEDICINA

CARDIOLOGIA
CLÍNICO GERAL
DERMATOLOGIA

EXAMES CARDIOLÓGICOS

ELETRCARDIOGRAMA
MAPA 24HS
HOLTER 24HS
ECOCARDIOGRAMA

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

☎ (19) 3549-7557
☎ (19) 99533-3036

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. Manoel Ricardo
Alves dos Santos

Ortopedia
Traumatologia
CRM 66.597

Rua João Teodoro, 590 Mogi Mirim
Fones: (19) 3862.9253/ 3806.6955
☎ 9-9998-1541

Nutrição Clínica
Funcional Familiar

Laura Lino Luiz
CRN 81959

☎ (19) 99767-6759
@nutrilauralinoluiz
Mogi Mirim

IMAGINUS
MEDICINA FETAL
& ULTRASSONOGRAFIA

Dra. Roberta Proença Gabas
CRM-SP 121.583
FONE: (19) 3815.5883
Av. 22 de Outubro, 975
1º andar - Mogi Mirim/SP

Ótica
Visão

R. Chico Venâncio, 54
Mogi Mirim - SP

Telefone:
(19) 3806-1560

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