



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim

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

MARÇO 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: 16 hs
 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

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.

SÃO LOURENÇO – MG
Saída: 02/07 as 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 05:00hrs.
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).

PARQUE HOTEL LAMBARI – MG
Saída 28/08 - : 06h00
Retorno 30/08: após almoço
 Associados: R\$ 1.199,00
 Não Associados: R\$ 1.299,00
 Crianças de 0 a 5 anos:
 Free no hotel/parque
 Crianças de 6 a 11 anos:
 R\$ 675,00

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 passará por um reajuste, conforme publicado na edição passada, o valor será de R\$ 17,00 mensais

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

ATENÇÃO

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

Protea
 ULTRASSONOGRAFIA
 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.

84X

Parcelas em

(19) 3806-4977 **(19) 99340-5069**

Rua Monsenhor Moysés Norá, 166 - Centro - Mogi Mirim



Telex

MOGI MIRIM

Avenida Santo Antonio, 521
 Centro - Mogi Mirim - SP

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

Agende seu
 check-up auditivo



Sorteio do Bolo



Os ganhadores do bolo de aniversário de fevereiro foram:
CONCEIÇÃO DE LOURDES OLIVEIRA E OLINDA GOMES SOUZA



Para os sorteios dos bolos dos aniversariantes do mês de MARÇO, os aniversariantes devem estar presentes na Sede da AAPMM no dia 13/03/2026 (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 fevereiro



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

Cantinho da Saudade

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

- ✝ JOSE ANTONIO BENATTI
- ✝ VALESKA CAMARGO

Almoço dos Aniversariantes

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

SIRLEIA ROSSI MARQUES
IVETE FATIMA B. MODENA
IONE AP. MARQUES BANDEIRA

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 Agasalho 2026"

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

"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".

Agradecimento

A Senhora
MARLENE APARECIDA SERNAGLIA RAMOS
pela doação de roupas



19 99834-1145

La Belle Femme Rasée



Rua Afonso Arcuri, 16 - Jd. Maria Beatriz

FONE: (19) 3862.4294

Calendário 2026 - Sorteio do Bolo dos aniversariantes

Abril	10/04/2026	Setembro	11/09/2026
Mai	08/05/2026	Outubro	09/10/2026
Junho	12/06/2026	Novembro	13/11/2026
Julho	10/07/2026	Dezembro	11/12/2026
Agosto	14/08/2026		

Perfil

FERNANDO HENRIQUE SYLVÉRIO

Natural de Mogi Mirim, Fernando é formado em Massoterapia, Span dos pés e Quiropraxista.

A massoterapia trata diversas condições, aliviando dores e tensões em problemas musculoesqueléticos (artrite, fibromialgia, luxações, hérnia de disco), estresse, ansiedade, insônia, edemas e auxiliando na recuperação de lesões e cirurgias, melhorando a circulação e o bem-estar geral.

O quiroprata é o profissional de saúde especializado no diagnóstico, tratamento e prevenção de disfunções do sistema neuro musculoesquelético, com foco principal no alinhamento da coluna vertebral. Através de técnicas manuais seguras e ajustes, ele visa restaurar a mobilidade articular, reduzir dores (costas, pescoço, cefaleias) e otimizar o funcionamento do



sistema nervoso para promover a cura natural e o bem-estar.

Poder ajudar as pessoas a se curarem das dores sem tomar remédios é o ponto principal que levou Fernando a escolher essa área.

"O mais apaixonante é ver a satisfação das pessoas, voltarem para agradecer e

poder vê-las curadas, saber que pude proporcionar melhor qualidade de vida a elas é o que me satisfaz".

Fernando atende na Associação dos Aposentados e Pensionista de Mogi Mirim uma vez por semana, está pronto para dar atenção, ouvir e poder ajudar os associados com o seu trabalho.

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

Dra. 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

Dra. 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 e sexta à tarde)
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 (1 vez por semana)
9-9615-4611
Diego Castro (1 vez por semana)
9-9638-5012

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

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 Sylvério

(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

Iuri 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

Iuri 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
Farmáxima 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

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

ODONTOLOGIA

Lincoln Serafim dos Anjos - (até 40%) (19) 9 9706-3491

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 Estúdio 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/reabilitação neuropsicológica) e (15% em avaliação neuropsicológica) 3806-2795

Maria Elizabeth V. Teixeira Oliveira (25%) 3862-2933 / 9-8294-9977

OFTALMOLOGIA

Benedito Vasconcelos - (20%) 3805-4079 / 3862-3416

Heryberto Alvim - (50%) 3806-1532

Carolina Ravanini Neves - (50%) 3862-3524

Fábio José M. Bronzato - (40%) 3806-8297

Perfil

Diego Augusto Castro Silva

Diego nasceu e sempre morou em Mogi Mirim, além da sua paixão por estilos, aparência e estética, também está estudando Música.

Atualmente além dos estudos, trabalha em duas barbearias com cabelos e barbas, uma em Mogi Mirim e outra na cidade vizinha em Engenheiro Coelho, próximo a faculdade UNASP onde estuda.

Saber como um simples corte de cabelo pode mudar a vida das pessoas, elevando a autoestima, e até a maneira como a pessoa é tratada as vezes, são os fatores essências que despertaram o seu interesse por essa área.

Sua esposa, a psicóloga Fabíola Sobreiro Zanco, também trabalha em uma barbearia em Mogi Mirim.

Diego e Fabíola têm dois filhos, um menino de 10 anos e uma menina de 8 anos.

Diego é apaixonado por música e toca violão e guitarra elétrica.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Diego é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan da Silva Gama

Alan nasceu em Ribeirão Preto (SP), há onze anos mora em Mogi Mirim e é estudante de Educação Física. Concilia sua vida profissional entre as funções de educador físico e a barbearia.

“O mais interessante é o relacionamento com as pessoas, a proximidade e a troca de experiências”.

A oportunidade de ajudar cada um a se sentir mais confiante, cuidado e valorizado é o que motiva Alan todos os dias.

O diferencial para Alan é amar o que faz e o respeito pelas pessoas. Um atendimento bem feito faz diferença na vida de quem recebe.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Alan é um profissional dedicado e sempre pronto para ajudar quem precisa.

Silvia Fatima de Castro Silva Brandão



Nascida em São Paulo no Tatuapé, mora em Mogi Mirim desde 2010, formada em Licenciatura de História na Universidade Unifran em Franca/SP.

Devido as necessidades de seus pais que sofriam muito com dores nas pernas e braços, Silvia optou por fazer um curso de massoterapia, com intuito de ajudá-los a superarem as dores. Gostando muito do que estava fazendo e dos resultados, começou a trabalhar no sindicato dos comerciários como massoterapeuta, por quase seis anos.

As massagens ajudam muito as pessoas, além de relaxar, ajuda muito no estresse nas dores crônicas, quem faz se sente leve, são 50 minutos de massagem da cabeça aos pés, vale a pena experimentar.

Com a chegada da pandemia Silvia teve que dar uma pausa e agora está voltando com a massagem, como seu trabalho sempre ajudou muito as pessoas inclusive foi muito bom para seus pais que tem como exemplo, vai ajudar também nossos associados, atenderá na Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim toda segunda feira das 8h00 às 12h00 com agendamento.

Clinica mestriener
JM
ODONTOLOGIA
Rua Paissandu 869
Mogi Mirim

Viaje com a AAPMM

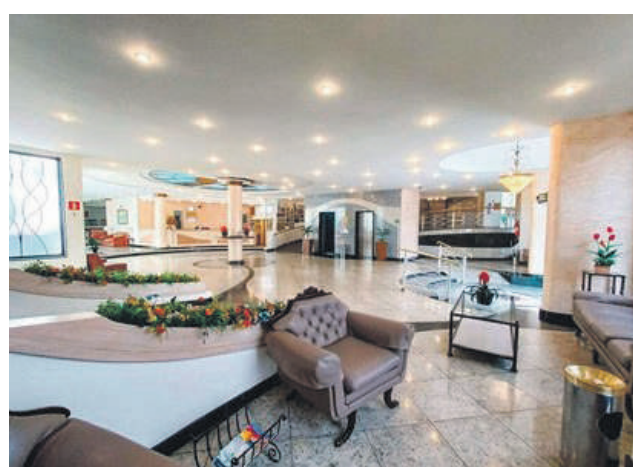
Nossa próxima parada será em SÃO LOURENÇO - MG

Com um clima delicioso da Serra da Mantiqueira, São Lourenço é um destino incrível para quem ama natureza, inverno e viagens românticas com muito aconchego.

Apesar da cidade ter ganhado fama graças ao Circuito das Águas, São Lourenço é um destino muito bonito para fazer passeios de Maria-Fumaça, conhecer a

belíssima Rota do Café, ficar por dentro da história da cidade a partir do Turismo Rural e até mesmo se aventurar ao voar de balão.

E é claro que tudo isso fica ainda melhor com a gastronomia mineira que possui aquele tempero único, que deixa qualquer um com água na boca!



Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

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

ALEGRIA
 CADEIRA
 CLIENTE
 FRASE
 MULHER

NARIZ
 PAPEL
 PRATO
 RELIGIOSO
 SINCERIDADE

Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

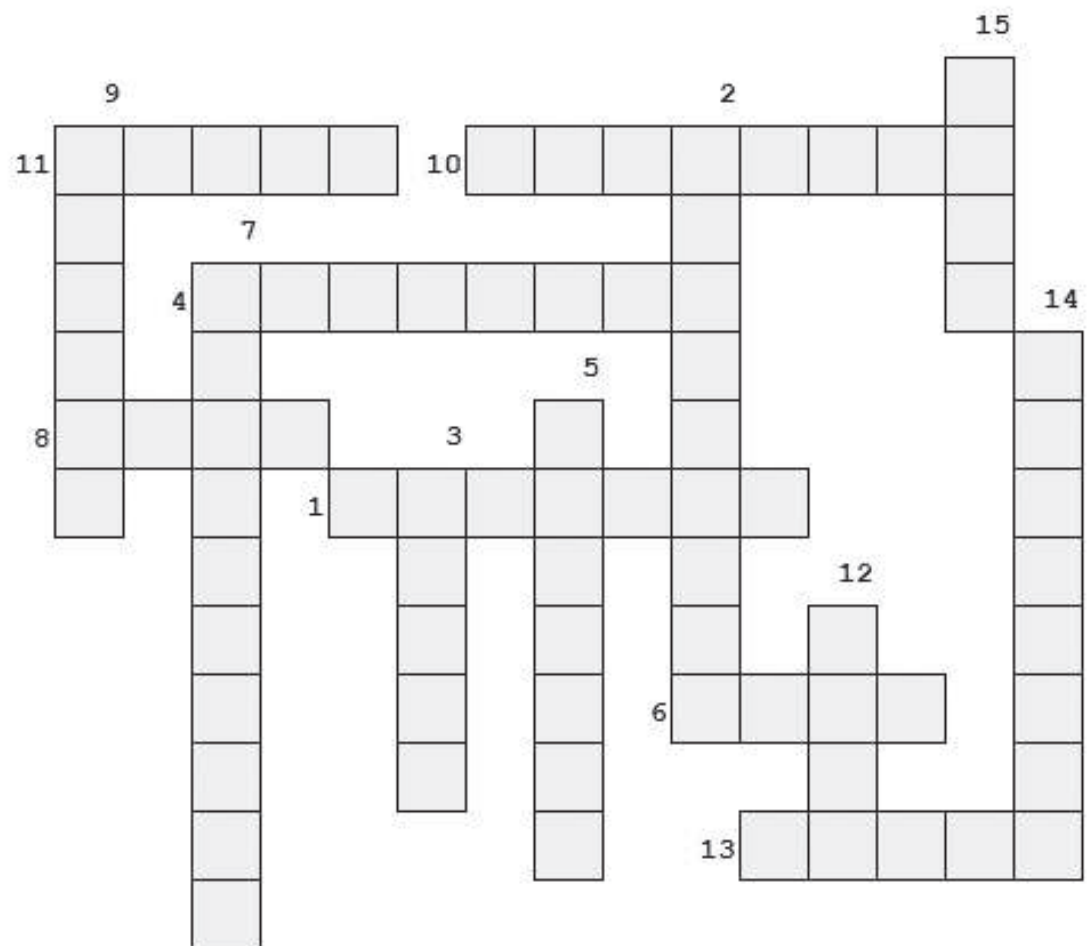
P C D I N H E I R O
 E M O F E P Y L L O
 R R N R J U F V P V
 S C A R R O U P A M
 O V V A N I M A L T
 N D I S C O D C A H
 A P O R W F M A V J
 G D L F T T K T R R
 E J T N P K M V A P
 M H A B I T A N T E

ANIMAL
 CARRO
 CORRIDA
 DINHEIRO
 DISCO

HABITANTE
 NAVIO
 PALAVRA
 PERSONAGEM
 ROUPE

Palavras cruzadas

1. Que é destituído de sentido, de racionalidade
2. Peça de ferro em semicírculo, com que se calçam os cascos de certos equídeos
3. Que ou quem não tem finura de maneiras; cafona
4. Empregar as mãos no uso de; mover com as mãos
5. Ato estúpido, erro tolo; asneira, tolice, besteira
6. Aquele que não crê em Deus ou nos deuses
7. Homem que navega por profissão, seja qual for o seu posto ou função
8. Firme; que não é tenro, macio
9. Arrojado, inovador; que ousa
10. Escolher uma pessoa ou coisa entre outras; decidir-se por
11. Perceber (som, palavra) pelo sentido da audição
12. Desprovido de beleza, de aparência desagradável
13. Abertura que serve de entrada ou saída de um recinto
14. Conjunto de produtos agrícolas colhidos num período; safra
15. Aquilo que possui baixa temperatura



RESPOSTAS

01 Absurdo - 02 Ferradura - 03 Brega - 04 Manusear - 05 Burrada - 06 Atou - 07 Marinheteiro - 08 Duro - 09 Ousado - 10 Preferir - 11 Ouvir - 12 Frio - 13 Porta - 14 Colheita - 15 Frio

ANTEPASTO COM BERINJELA**INGREDIENTES:**

- 2 berinjelas grandes
- 1 pimentão vermelho
- 1 pimentão verde
- 1 pimentão amarelo
- 3 dentes de alho
- 3 colheres (sopa) de azeitona preta picada
- 2 cebolas
- 2 colheres (sopa) de orégano
- 1 pacote de uva passa
- Pimenta calabresa a gosto
- Azeite de oliva o quanto baste
- Sal a gosto

MODO DE PREPARO

Pique todos os ingredientes em quadradinhos.

Reserve a uva passa e misture os demais ingredientes.

Coloque a mistura em uma forma e regue com azeite.

Leve ao forno e mexa de 15 em 15 minutos, sempre colocando um pouco mais de azeite quando necessário (tem que ficar molhadinho sempre).

Quando perceber que está bem em ponto de molho (não pode estar derretido) coloque as uvas passa e deixe mais uns 15 minutos.

Ele não pode ficar seco.

O azeite vai deixá-lo suculento.

Sirva com torradas e pães sírio.

Serve também de molho para massas.

BOLO DE FUBÁ COM COBERTURA DE GOIABADA**INGREDIENTES**

- 3 ovos
- 1/2 xícara de chá de óleo
- 2 xícaras de chá de açúcar
- 1 xícara e 1/2 de chá de fubá
- 200 ml de leite
- 1/2 xícara de chá de farinha de trigo
- coco e queijo parmesão ralado a gosto
- 1 colher de sopa rasa de fermento em pó

Cobertura

- 500 g de goiabada mole
- 1/2 xícara de chá de água

- Levar os ingredientes ao fogo até derreter.

MODO DE PREPARO

Bater todos os ingredientes no liquidificador.

Levar para assar em forma untada e enfarinhada, em forno preaquecido por 30 a 40 minutos ou até dourar.

Retirar, esperar amornar, desenformar, colocar a cobertura e servir.

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

ELETROCARDIOGRAMA
CG-HOLTER 24 HORAS
TESTE ERGOMÉTRICO

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

Hospital de Olhos
de Mogi Mirim

Unidade Mogi Mirim
Av. Brasília, 85 - Mogi Mirim
CEP: 13100-280
☎ (19) 3506.6297 | 3862.2849

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

Dr. Rildo Malkoczi Brancato
CRM: 060456 - CBU: 0070

www.dr.fabiobronzo.com.br

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

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

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

Dr. Heryberto Alvim
OFTALMOLOGISTA

3806.1532

Av. Brasília nº 77 - Vila Aérea

Dr. Manoel Ricardo Alves dos Santos
Ortopedia
Traumatologia
CRM 66.597

uniclin

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