A.A.P.M.M

Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim

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

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

Viagens 2026

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

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).

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

Maiores informações entrar em contato pelo telefone:
3862.4799

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, entrará como novo associado, pagando o valor de R$ 85,00 (4 meses + carteirinha). Aproveitem essa oportunidade!

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. Vinícius Chiarelli Guarnieri
Cirurgia do aparelho digestivo
Especialista em cirurgias de hérnias, vesícula e hemorróidas
CRM (SP) 208.345 - RQE 130.235

Em Mogi Mirim
Unimed e particular
Clínica Vivere
Rua Aúrea, 23 - Jd. Aúrea
F.: **3862-5942**

Em Mogi Guaçu
Somente particular -
Rua Santa Júlia, 256
Centro
F.: **(19) 99741-3684**



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



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



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, conforme publicado, será de **R$ 17,00 mensais**

Sorteio do Bolo



Ganhadora do bolo de aniversário mês setembro:
NAIR GOMES DOS SANTOS



Para os sorteios dos bolos dos aniversariantes do mês de OUTUBRO , os aniversariantes devem estar presentes na Sede da AAPMM no dia 09/10/2026 (sexta-feira) até as 15:00 horas.

Almoço dos Aniversariantes

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

CELIA REGINA DANTE VITAL GONÇALVES

PEDRO PEREIRA LIMA

BRAYAN FELIPE

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

ANUNCIE AQUI

(19)3862-4799

A.A.P.M.M

Agradecimento:

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

Participantes do sorteio mês de setembro



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

✝ **JOSÉ PEREIRA MADRUGA**

✝ **MARCOS CESAR BARBOZA**

✝ **CARLOS ALBERTO PERCEBON**





Calendário 2026 Sorteio do Bolo dos aniversariantes

Novembro	13/11/2026
Dezembro	11/12/2026





"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".









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. Lucca Merzian
(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. Rafael Morales Ochiussi
(1 vez por semana)

DERMATOLOGISTA
Dr. Iuri Tenório
(1 vez por semana)

GASTROENTEROLOGISTA
Dr. José Antônio Cirvidiu
(2 vezes por semana)

GERIATRA
Dra. Josiane Rodrigues Xavier
(1 vez por semana)

ECOCARDIOGRAMA E DOPPLER DE CARÓTIDAS
Dr. Eduardo Chabregas
(para 15 em 15 dias)

ORTOPEDISTA
Dr. Manoel Ricardo dos Santos
(1 vez por semana)
Dr. Paulo Fernandes Marques
(1 vez 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)
Dra. Letícia Nascimento Visconcin
(toda quinta feira - tarde)

NUTRICIONISTA
Dra. Amanda Tesser
(15 em 15 dias)

EMAGRECIMENTO
Dr. Lucca Merzian
1 vez por semana

Atendimento na Sede da AAPMM
Agendamento direto

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

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

FISIOTERAPEUTA
Dra. Caroline de Campos Bernardi 9-9525-5219
(toda quarta e sexta feira) na sede.
Também realiza atendimento domiciliar.

Dra Jaqueline Alves 9-8845-4405
(1 vez por semana) na sede.
Também realiza atendimento domiciliar.

MANICURE
Maria Tereza Marangoni Macedo
(à tarde, somente com horário marcado).
(19) 99483-2203 – Sexta-feira

PSICÓLOGO
Dr. Vinícius Ruiz Barbanti
9-9262-7830
Andre Paulo das Neves
9-8221-0893

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

PSICÓLOGA
Dra Maria Fernanda Gomes Pereira
9-8127-9083
Fabíola Sobreiro Zanco
9-9842-1941

GRUPO DE ALONGAMENTO
Dra. Caroline de Campos Bernardi
9-9525-5219

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

REIKI
Lilian Lemes - 9-7106-1084

Ana Rodrigues - 9-9783-1409

TERAPEUTA EMOCIONAL
Regiane Cordeiro da Silva
(1vez por semana)
9-7168-0421

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

ACADEMIA
Ap – Academia Exclusiva (desconto sob consulta): 99670-0338
Espaço Pilates/Fisioterapia (20%) 9-9791-7412
Villa Fisio 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
Eduardo Rodrigues Chabregas (30%): (19) 3862-4261 – WhatsApp (19) 9-9704-7819
Fábio da Cunha Balbão - 3804-9666/3804-5417 (sob consulta)
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
Marcel dos Santos - 3804-9666/3804-5417 (sob consulta)
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
Patricia 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 Morais 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 Brasilia (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
Dra Carolina Bernardi 9-9525-5219 (desconto sob consulta) - atendimento domiciliar.
Gabriela Marreti (40%): (19) 9-8263-4836 – Fisioterapeuta a domicílio.
Guilherme Henrique Domingues Desconto (15%) (19) 9-8185-3160
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 Fisio 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 Martiminiano (15%) 3806-2795
Telex Soluções Auditivas (10%) para compra de aparelhos auditivos e (20%) nos acessórios - 3805-3284 9-9187-6110

YOGATERAPIA – MASSAGEM AYURVÉDICA – REIKI:
Lilian Lemes (19) 9-7106-1084 (20%).

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 (10%) 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

continua

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

continuação
Lucilene Silva Angelo
(19) 9.9735-2837 (50% de desconto)
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.
Luiz Otávio Mantovani Da Costa (até 40%): (19) 99177-1565 - 3806-4895
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
Heryberto Alvim - (50%) 3806-1532
Benedito Vasconcelos - (20%) 3805-4079 / 3862-3416
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
Jose Marquezi Neto (30%) 3806-8297 3862-2849
Isadora Lopes de Camargo Gabas (30%) 3862-4261
Whatsapp (19) 9-8387-5280 – só mensagens

ÓTICA
Fabrim - (20%) 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 Fisio 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 (35%)
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
Maria Elizabeth V. Teixeira Oliveira (25%) 3862-2933 / 9-8294-9977
Marisa Martin Crivelaro Romão – Neuropsicóloga - (15% em psicoterapia/reabilitação neuropsicológica) e (15% em avaliação neuropsicológica) 3806-2795

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
Fabíola Sobreiro Zanco - psicoterapia online para adultos e idosos (40%) 19 9 9842-1941
Maria Elizabeth V. T. de Oliveira (25%) - 9-8294-9977
Rosangela Marchesi de Oliveira - (30%) 9-9190-0433
Vanessa Polidoro - (30%) 9-9302-4547

PSICOPEDAGOGIA
Flávia Rossi - (20%) 9-9974-7798

PSICANÁLISE
Joana D'arc Mariano Mantellato (20%):
(19) 9-9108-2557
Mary Lady B. M. Antônio (20%): 9-9161-3974
Talita Bernardi - (10%) 9-9578-1456

REUMATOLOGIA
Sérgio Mauricio Urbini Junior - (35%) 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
Aulas de celular e informática - Heitor (19)9.9745-8948 (25% de desconto)

Ariovaldo Coser Júnior – Bancário Autônomo- (11) 9-7542-3108 – 100% Gratuito.

Cuidadora de idosos/Técnica de enfermagem – Karen Dimartini (10%) 9-8735-7308

Cuidador/Acompanhante de idosos e/ou caseiro para morar – Valter – (19) 9-8602-1623

Liberty Informática e Inglês 3ª Idade (aulas em grupo) (50%) e aulas individuais (20%) 3806-4340/ 9-8138-6392

MVilela infohome - Manutenção de computadores: Formatação, limpeza e montagem de computadores e notebooks – (atendimento domiciliar
Mogi Mirim e Mogi Guaçu) (20%)
19 9-9964-5495/ 19 9-9748-4780

Suelly Albert – Depilação com cera de chocolate marroquina. (15% de desconto)-
Telefone: 19 9-9834-1145.

Telex Aparelhos Auditivos - : (10%) para compra de aparelhos auditivos e (20%) nos acessórios.







ANUNCIE AQUI

(19)3862-4799







INSS: entenda casos que permitem auxílio e aposentadoria sem carência

Gestação de alto risco integra as condições que isentam de carência

Fonte : Agência Brasil

Atualmente, 18 condições de saúde dão direito ao auxílio por incapacidade temporária, conhecido popularmente como auxílio-doença, e à aposentadoria por incapacidade permanente, a antiga aposentadoria por invalidez, sem que seja necessário pagar o mínimo de contribuições previstas à Previdência.

A lista foi ampliada por meio de portaria publicada em julho deste ano, quando a gestação de alto risco passou a integrar as condições que isentam de carência a concessão de benefícios por incapacidade.

Confira, a seguir, o rol completo definido pelo Instituto Nacional do Seguro Social (INSS):

tuberculose ativa;

hanseníase;

transtorno mental grave, desde que cursando com alienação mental (estado de comprometimento psicológico que impede a pessoa de exercer as atividades no dia a dia);

- neoplasia maligna;
- cegueira;
- paralisia irreversível e incapacitante;
- cardiopatia grave;
- doença de Parkinson;
- espondilite anquilosante;
- nefropatia grave;
- estado avançado da doença de Paget (osteíte deformante);
- síndrome da deficiência imunológica adquirida (Aids);
- contaminação por radiação, com base em conclusão da medicina especializada;
- hepatopatia grave;
- esclerose múltipla;
- acidente vascular encefálico (agudo);
- abdome agudo cirúrgico;
- gestação de alto risco.

O INSS ressalta que todas as 18 doenças e afecções listadas somente são enquadradas como isentas de carência quando apresentarem quadro de evolução aguda e quando atendem a critérios específicos de gravidade. Portanto, é preciso que a documentação a ser apresentada comprove a incapacidade.

Para fins de aplicação, o instituto define:

quadro clínico de evolução aguda: doença ou afecção de instalação súbita, excluindo-se os episódios agudos de doenças crônicas;

critério de gravidade: risco iminente de morte ou de perda da função de órgão ou sistema que requer cuidado de natureza clínica ou cirúrgica, podendo apresentar instabilidade das funções vitais e necessidade de substituição artificial de funções.



Atenção para doenças que afetam a visão

No Brasil quase 8 milhões de brasileiros declaram ter cegueira total

No Brasil, conforme o último censo demográfico do IBGE, quase 8 milhões de brasileiros declaram ter cegueira total ou severa dificuldade de enxergar, sendo a limitação funcional mais prevalente no país.

Além disso, aproximadamente 80% dos casos de deficiência visual poderiam ser evitados ou tratados adequadamente, caso fossem diagnosticados em estágios iniciais.

Entre as principais causas de perda de visão, estão a catarata, glaucoma, retinopatia diabética e degeneração macular relacionada à idade. Algumas dessas condições estão associadas ao envelhecimento, mas alterações na visão podem surgir em qualquer faixa etária, inclusive na infância.

Fatores como predisposição genética, diabetes, hipertensão arterial e hábitos inadequados também podem aumentar o risco de desenvolver doenças oculares ao longo da vida. O principal alerta em relação a essas doenças é o seu caráter assintomático, agindo de forma silenciosa.

A melhor forma de prevenir doenças oculares é com diagnósticos precoces.

Devemos fazer isso em todas as faixas etárias para detecção precoce das doenças oculares, para evitar cegueiras que podem ser reversíveis e as irreversíveis.



Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

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

ALCE
BALEIA
BURRO
CABRA
CARANGUEJO
COBRA
HIPOPOTAMO
LEBRE
POMBA
TOUPEIRA

Caça palavras

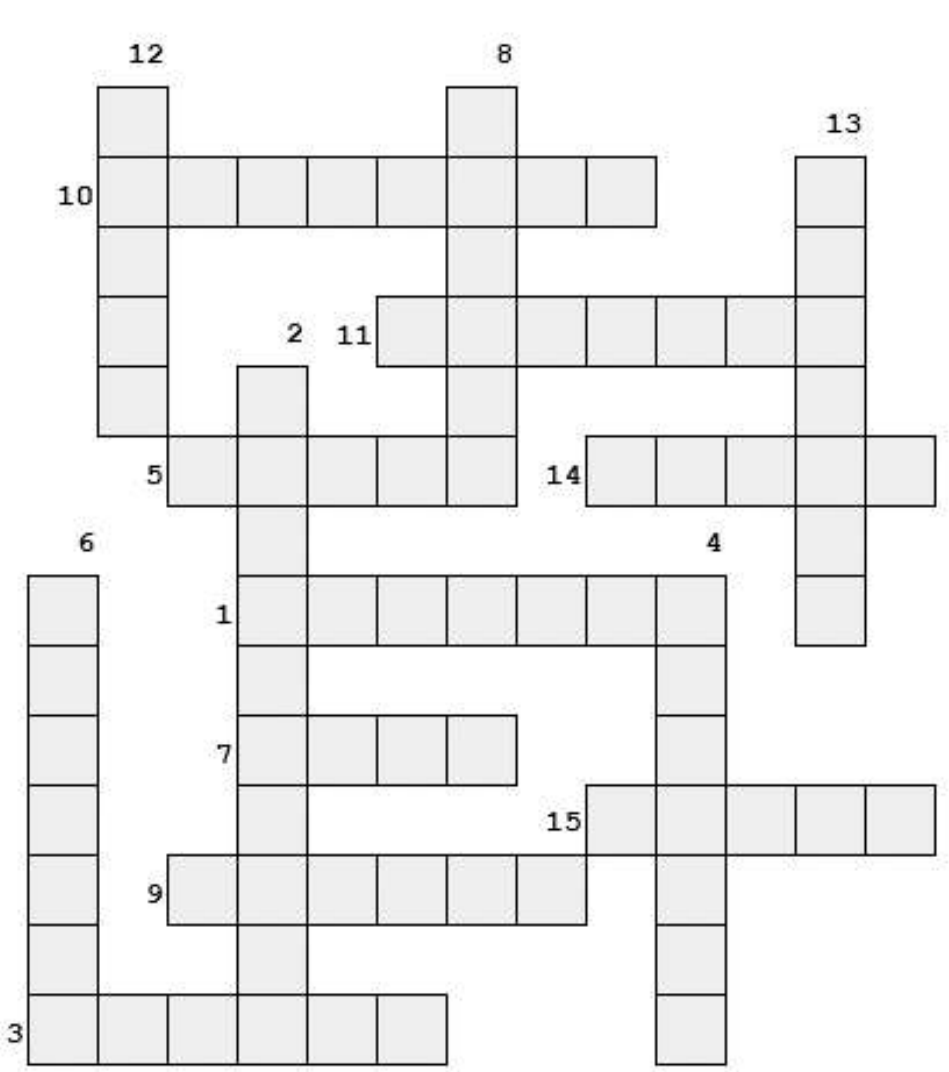
horizontal, vertical, diagonal

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

ARSENAL
BAHIA
BRAGANTINO
CHAPECOENSE
CORITIBA
CRICIUMA
LIVERPOOL
MILAN
NAPOLI
NAUTICO

Palavras cruzadas

1. Que vive no campo ou na roça; roceiro
2. Qualquer produto suscetível de ser comprado ou vendido
3. Sentido com que se distinguem os odores; cheiro, faro
4. Reunir em uma só todas as partes que não têm ligação natural entre si
5. Matéria mineral sólida, dura, da natureza das rochas
6. Que se movimenta muito; que se manifesta com inquietação
7. Firme; que não é tenro, macio
8. Ato, processo ou efeito de ser consumido pelo fogo; combustão
9. Entregar em troca; permutar
10. Sem confiança em si mesmo; instável, incerto
11. Coordenar a execução de; conduzir, liderar
12. Bebida resultante da fermentação alcoólica do mosto da uva
13. Recipiente de gargalo e boca estreitos, destinado a conter líquido
14. Elevar-se do chão por impulso dos pés e das pernas
15. Peça (de barro cozido, pedra, metal, etc.) usada na cobertura de edifícios



RESPOSTAS

01 Caipira - 02 Mercadoria - 03 Olfato - 04 Agregar - 05 Pedra - 06 Agitado - 07 Duro - 08 Queima - 09 Trocar - 10 Inseguro - 11 Dirigir - 12 Vinho - 13 Garrafa - 14 Pular - 15 Telha

BISCOITO DE NATA NA AIR FRYER



INGREDIENTES

- 2 copos de nata
- 2 ovos
- 6 colheres (sopa) de açúcar
- 1 colher (sopa) de fermento
- Farinha e amido de milho até dar o ponto

INGREDIENTES

Misture a nata com os ovos e o açúcar, depois é só ir acrescentando os secos junto do fermento até que a massa comece a desgrudar do bowl.

Faça pequenos rolinhos com ela e corte em pedacinhos de mais ou menos dois dedos, com um garfo enfarinhado dê leve pressionadas em cima dos pedaços.

Por fim é só levar à Airfryer preaquecida por 10 minutos.

ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA



INGREDIENTES

- 1 kg de batata
- 500 g de carne moída
- 200 g de queijo mussarela

azeite

- 1 cebola
- 1 dente de alho amassado
- sal a gosto
- pimenta branca a gosto
- cheiro-verde a gosto
- 1/2 copo de leite
- 2 colheres de manteiga

MODO DE PREPARO

Descasque as batatas, corte ao meio e cozinhe com água e sal.

Depois de cozidas, amasse as batatas, adicione o leite e a manteiga, mexa bem até formar um purê e reserve.

Em uma panela, adicione 1 fio de azeite, a cebola, o alho e refogue a carne moída.

Tempere com sal, pimenta branca, cheiro-verde e cozinhe até secar a água que se formar na panela.

Forre um refratário com a metade do purê de batatas.

Acrescente uma camada de queijo e uma camada de carne moída.

Repita o processo e finalize com queijo ralado por cima.

Leve ao forno por 40 minutos.























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