



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim



JULHO DE 2025 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / CONSULTA: 3805.4346

Viagens 2025

POÇOS DE CALDAS - MG 16/08 até 17/08 Saída 6h / Retorno 14h Associados: R\$ 690,00 Não Associados: R\$ 710,00 Crianças de 0 a 5 anos: Free no Hotel Só poltrona: R\$ 150,00 Crianças de 6 a 12 anos: R\$ 350,00	CALDAS NOVAS – GO Dia: 20/09 até 25/09 Saída 23h / Retorno 10h Associados: R\$ 1.600,00 Não associados R\$ 1.800,00 Crianças de 0 a 7 anos: Free no Hotel Só poltrona: R\$ 300,00 Crianças de 8 a 12 anos: R\$ 800,00	MERCADÃO/ 25 DE MARÇO Dia: 13/12/2025 Saída 6h Associado: R\$ 110,00 Não associado: R\$ 130,00 Só poltrona: R\$ 100,00 Crianças (6 a 12 anos): R\$ 100,00
---	---	---

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

Maiores informações entrar em contato pelos telefones: 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. 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



"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



Dra. Juliana C. Maretti Benetti
CRM 169649
ROE 104465

(19) 3362-3698

Clínica Médica Integrato

R. Vicente Ortiz de Camargo, 80

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\$ 75,00 (4 meses + carteirinha). Aproveitem essa oportunidade!

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\$ 75 no ato da inscrição, sendo R\$ 60, valor referente ao pagamento adiantado de quatro meses, e R\$ 15 correspondentes ao custo da carteirinha social.

Benefícios

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



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



A ganhadora do bolo de aniversário do mês de junho foi:
ROMILDA DE JESUS N. SACCINI



Para os sorteios dos bolos dos aniversariantes do mês de JULHO, os aniversariantes devem estar presentes na Sede da AAPMM no dia 11 de julho (sexta-feira) até as 15h.

Cantinho da Saudade

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

- † JOSÉ APARECIDO DE MELLO
- † IVO ROBERTO DA FONSECA
- † APARECIDA DE LOURDES LIMA CARDOSO
- † PAULO ROBERTO LIMA AZARIAS

Calendário 2025 - Sorteio do Bolo dos aniversariantes

Agosto	08/08/2025	Novembro	14/11/2025
Setembro	12/09/2025	Dezembro	12/12/2025
Outubro	10/10/2025		

Agradecimento:

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

Nosso muito obrigado!

Almoço dos Aniversariantes

Ganhadores do Almoço no Restaurante Cantinho Mineiro do mês de JUNHO de 2025:

FRANCISCO NUNES DA SILVA
MARTA DE ANGELO SANTOS
SILVANA AP. RISSATTO

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: 3.500 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 2025"

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".

"Campanha do Agasalho 2025"

A AAPMM já está recebendo doações de agasalhos na Sede.

"Aqueça o coração de alguém".

DRA. RENATA SIMOSO
ENFERMEIRA ESTETA
UM POUCO DO MEU TRABALHO

1. BOTOXINA BUTOLINICA (BOTOX)
2. Bioestimulador de Colageno
3. Rejuvenhecimento íntimo
4. Preenchimento labial
5. Secagem de vasos

AGENDE SUA CONSULTA
ORIENTAÇÕES SOBRE MENOPAUSA
E FALTA DE VITAMINAS

@renata_simoso
Mogi Mirim
WhatsApp 19 98997 6995

W&P ASSESSORIA CONTÁBIL

Declaração de Imposto de Renda 2025

Prestador de Serviços Administrativos Paralegais

Certificada Digital

Certidões de Regularidade Fiscal

Dossiê Digital Receita Federal

Parcelamentos Receita Federal, PGFN e Prefeitura

BPO Financeiro

www.wpcont.com.br

(19) 99717-9775 (19) 99253-0040

Chaveiro e Carimbos
BORIM

Fone: 3862-4561
(19)9.8128-1144

Rua Marcelliano, 386 - Centro Mogi Mirim

Leonello
SUPERMERCADO

Açougue
Padaria
Hortifruti

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

ANUNCIE AQUI

(19)3862-4799

CALHAS GUMIERO

CALHAS - RUFOS
CONDUTORES

Cel.: 9.8970-1484
9.9999-8980
calhasgumieromarcos@gmail.com.br
Rua João Bernardi, 510 -
Vila Pichatelli

Exercícios podem prevenir quedas em idosos e melhorar recuperação

Prática de atividades melhora resistência, flexibilidade e equilíbrio

Os brasileiros estão vivendo mais, e as pessoas com idade acima de 65 anos já passam de 10% da população, conforme dados do último censo demográfico do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Cuidados simples previnem uma das principais causas de diminuição da qualidade de vida entre os idosos, que podem inclusive resultar em incapacidade permanente e morte: as quedas.

O Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia (Into) estima que, anualmente, um terço das pessoas com mais de 65 anos sofrem quedas, proporção que sobe para 40% entre os idosos a partir de 80 anos. E o local onde ocorrem mais quedas é dentro da própria casa.

A fisioterapeuta Raquel Gonçalves, que é doutora em ciências da reabilitação pela Universidade de São Paulo (USP), diz que a população já tem mais consciência sobre as adaptações necessárias no ambiente, como a retirada de tapetes, colocação de barras de apoio em locais de maior perigo, como o banheiro, e o uso de sapatos antiderrapantes. Ainda existem, porém, pessoas que negligenciam a atividade física, essencial para melhoria da resistência, flexibilidade e equilíbrio, o que reduz o risco de quedas.

"A pessoa que se mantém ativa ao longo da vida ou começa a fazer exercícios vai ter um processo de envelhecimento muito diferente. A gente fala muito de sarcopenia, que é a perda de massa muscular e se você faz atividade física, você evita essa sarcopenia, que já começa aos 30 anos. Então, quando você chegar aos 65, 70 anos, se mesmo assim eventualmente acontecer algum tipo de queda ou fratura, a recuperação é muito mais fácil", complementa Raquel.

De acordo com a especialista, mesmo quem já é idoso e não acumulou essa reserva ao longo da vida, se beneficia dos exercícios iniciados nessa fase: "Eles

podem ser administrados por um fisioterapeuta, claro, mas também podem ser reproduzidos por um familiar ou um cuidador. Mesmo exercício simples de equilíbrio, de força muscular, já contribuem muito."

Raquel também reforça que a reabilitação após a queda é essencial para que a pessoa recupere sua qualidade de vida: "Quando o idoso cai, se ele tiver uma fratura, geralmente ele perde autonomia, muitas vezes precisa ficar de repouso na cama... Isso tem uma consequência psicológica muito grande. Além disso, ele começa a ter uma perda de massa muscular cada vez mais acentuada, porque ele está imóvel".

Ela alerta que os exercícios não podem ser abandonados após a recuperação.

"Muita gente pensa: 'melhorei um pouco, então eu posso parar'. Não! Tem que pensar: 'eu me recuperei, agora eu vou permanecer fazendo os exercícios, para manter essa massa muscular, para manter a minha força e não ser tão afetado com o passar do tempo'", afirma a fisioterapeuta.

FONTE :AGÊNCIA BRASIL



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)

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

CLÍNICO GERAL
Dr. Iuri Tenório
(1 vez por semana)
Dr. José Antônio Cirvidiu
(2 vezes por semana)
Dr. Pedro Henrique Oliveira Ferreira
(1 vez por semana)
Dr. Rafael Morales Ochiussi
(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)

DERMATOLOGISTA
Dr. Iuri Tenório
(1 vez por semana)

VASCULAR
Dr. Sergio Gioia
(15 em 15 dias)

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

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

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

NUTRICIONISTA
Dra. Amanda Tesser
(15 em 15 dias)

Atendimento na Sede da AAPMM Agendamento direto

ACUPUNTURA
Leda Cristina Barreto
(11) 9-7165-6137
(toda terça e quarta feira)

Dra. Jaqueline Alves da Silva
9-8845-4405

CABELEIREIRA E SOBRANCELHAS
Kelly (toda quinta e sexta feira)
9-9177-1142

MANICURE
Kelly Bezerra
(toda sexta feira) 9-9177-1142
Neusa Maria Avancine Gumiero
(toda quarta e quinta feira)
9-9688-8819

ESTETICISTA
Patrícia Pereira de Moraes
(1 vez por semana) 9-9754-5911

PSICÓLOGO
Dr. Vinícius Ruiz Barbanti
9-9262-7830

FISIOTERAPEUTA
Dra. Caroline de Campos Bernardi 9-9525-5219
(toda quarta e sexta feira)
Dra. Jaqueline Alves da Silva
(toda terça e quinta feira)
9-8845-4405

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

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

Nutrição Clínica Funcional Familiar
Laura Lino Luiz
CRN 81959
(19) 99767-6759
@nutrilauralinoluiz
Mogi Mirim

Clinica 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

DRUGARIAS 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

Hospital de Olhos de Mogi Mirim

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

ANUNCIE AQUI
(19)3862-4799

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

ACADEMIA

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

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 loga (40%)
Telefone: (19) 9-8130-1910

BELEZA

Donna Studio de beleza- estética e cabelo – 10% - 99297-9009
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 / 99945-6348 whats

CIRURGIA GERAL

Mayara Victal (20%) 3862-5942
Vitor Augusto Andrade (40%) 3862-6405
9-9312-2479 whatsapp

CIRURGIA DO APARELHO DIGESTIVO

Vitor Augusto Andrade (40%) 3862-6405
9-9312-2479 whatsapp

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 - (20%) 3862-0144
Patrícia Soares da Silva - (20%)
3806-8297/ 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%) 98295-2595
Patrícia Pereira de Moraes de (10 a 20%)
9-9754-5911

ECOCARDIOGRAMA

Clinica Carvalho – Ecocardiograma. 3549-7557 (ligar para perguntar porcentagem).
Eduardo Couto Carvalho (20%) 3862-5426 9-9648-1107

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

CIRURGIA DO APARELHO DIGESTIVO

Vitor Augusto Andrade (40%) 3862-6405
9-9312-2479 whatsapp

FISIOTERAPIA

Ana Letícia Maximiano (Clínica e Domi-

iliar) – (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
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

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

GASTROENTEROLOGIA

José Antônio Cirvidiu (25%) 3804-1081
atendimento domiciliar
Mayara Victal (20%) 3862-5942
Valdir Seksenian (50%) 3549-1112

GERIATRIA

Susamar Costa Leal (30%) 3861-7194
Priscila de Marco da Silveira Frazão (18%)
3552-1330/9-9299-9930

GINECOLOGIA

Ana Cristina De La Corte Vomero (30%)
3806-3259
Lúcia Maria Ferreira Tenório (40%)
3806-4960
Luis Gabriel Ferreira Pissinatti (40%)
3806-4960
Maria Alice Mostardinha (40%) - 3862-1445
Marli Ap. Morales (40%) 3862-0600/3862-0550
Meri Lourdes Ravanini (20%) 3862-3524

INFECTOLOGISTA

Priscila de Marco da Silveira Frazão (20%) 3552-1330/9-9299-9930

LABORATÓRIO

Laboratório - Central (sob consulta))
3862-4862 whats
Laboratório 22 Outubro (20%) 3806-8500
Ramalho e Montagnana (20%) - 3862-1906

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
Ligia Munhoz Odontologia (de 10 até (30%) 3818-6616/9-9334-7926
Luís Gustavo Garcia Novo (10% a 40%) 3806-2795
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
Carolina Ravanini Neves - (50%)
3862-3524
Fábio José M. Bronzato - (40%)
3806-8297
Heryberto Alvim - (50%) 3806-1532

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

PILATES

Fluir Estúdio de Pilates (30%) 9-8845-4405
Patrícia Cristina Andrade (25%) 9-8130-1910

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

PSICOLOGIA

Cristiane Machado Brites - (30%) 9-7138-3204
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

PSICOLOGIA / PSICOTERAPIA

Ana Lídia Zani - (15%) 3806-2795
Ana Maura B. Tinini (40%) 9-7163-1909
Laura Sambinelli Camargo (30%)
99717-6098

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

Mary Lady B. M. Antônio – 20 % - 9-9161-3974.
Talita Bernardi - (10%) 9-9578-1456

REUMATOLOGIA

Sérgio Mauricio Urbini Junior - (15%)
3805-4102

UROLOGISTA

Henney Padovani Junior (25%) 3862-4261

ULTRASSONOGRRAFIA

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 enfermagem – Karen Dimartini (10%)
9-8735-7308

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

Elma Apa. Bordignon - aulas de Inglês e Espanhol (20%) - 9-9713-5960

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

Rodrigues Corretor de Imóveis – Compra e venda- (19) 9 9757-2902

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

Wizard Mogi Mirim Escola de Idiomas (30%) 3806-3611

W & P Assessoria Contábil - 99253-0040 / 99717-9775 whats

Idosos são os mais atingidos por infecções do vírus da gripe

Dados são do boletim Infogripe da Fundação Oswaldo Cruz

Com a proximidade do inverno, dados recentes da Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) registram crescimento acelerado dos casos de doenças respiratórias no país, especialmente da influenza A, que já supera a covid-19 como principal causa de mortes por Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG) em idosos. Os vírus Sincicial Respiratório (VSR) e Influenza, altamente contagiosos, estão entre os mais perigosos e podem desencadear complicações severas em pessoas com mais de 60 anos, especialmente aquelas com comorbidades.

Até o início de maio, o Brasil registrou 24.571 casos de hospitalização por Síndrome Respiratória Aguda Grave (SRAG). Desses, 50% foram atribuídos ao VSR nas quatro semanas anteriores, assim como 11% dos óbitos. As chances de agravamento dos quadros respiratórios são maiores nos idosos.

“Com o avanço da idade, o sistema imunológico se torna menos eficaz no combate a infecções. Essa diminuição da capacidade de defesa faz com que os idosos sejam mais suscetíveis a quadros graves de doenças respiratórias, como as causadas pelo Vírus Sincicial Respiratório que, tradicionalmente, afeta mais bebês e crianças”.

Fonte: Agência Brasil



Clínica Mestriner
JM
ODONTOLOGIA
Rua Paissandu 869
Mogi Mirim
📞 3549-9099

Mary Lady
Borges Monteiro Antonio
Psiclista - Terapeuta - Sexologia
(19) 98605 9611
Clínica MBM Empreendimentos
Rua Padre Roque, 529 Centro
Mogi Mirim-SP

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

ANUNCIE AQUI
(19)3862-4799

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

LIMAVI
PRODUTOS PARA LIMPEZA - HIGIENE
DESCARTÁVEIS - PISCINAS
(19) 3862.4691
Rua Caiapó, 42 - Centro - Mogi Mirim

ATENÇÃO MOGIMIRIANO: VOCÊ VAI PAGAR PEDÁGIO PARA IR À MOGI GUAÇU E PARA VOLTAR TAMBÉM!

NÃO AOS NOVOS PEDÁGIOS!

Contra projeto do Governador do Estado de São Paulo, Tarcísio de Freitas, que está tentando aprovar a instalação de 37 novos pedágios na Rota Mogiana, ou seja, um número absurdo e injustificável que vai afetar diretamente a população de Mogi Mirim, Mogi Guaçu, Campinas, Aguaí, Espírito Santo do Pinhal, Estiva Gerbi, São João da Boa Vista, dentre outras dezenas de cidades. Além disso, o sistema proposto é o Free Flow 'Fluxo Livre', um "pedágio invisível", que você passa achando que é radar, mas depois descobre que está devendo e, se não pagar a tempo, leva multa de R\$200 e 5 pontos na carteira. Tudo isso sem qualquer debate com a população. Esse modelo é injusto, antidemocrático e prejudica: quem trabalha e/ou estuda em cidades vizinhas e terá que pagar pedágio todos os dias; quem depende de fretes e entregas, que ficarão mais caros; o escoamento da produção agrícola da agricultura fami-

liar e do agronegócio, aumentando as despesas dos agricultores com prejuízo para a economia local; o desenvolvimento econômico da região, fazendo com que as empresas evitem se instalar em Mogi Mirim e região; e pessoas que podem ter dificuldade com aplicativos como o sem parar, novas tecnologias e possíveis burocracias. Nós, cidadãos e cidadãos da Rota Mogiana, dizemos: NÃO!

Na nossa sede tem o abaixo-assinado é para exigir: a suspensão imediata do projeto de implantação de novos pedágios na Rota Mogiana e demais municípios; audiências públicas nas cidades afetadas, com participação real da população; soluções que respeitem o trabalhador, a pessoa idosa, a juventude e o direito de ir e vir, sem custo abusivo. ASSINE, fale para a sua família, amigos, vizinhos e colegas de trabalho. A Rota Mogiana não pode pagar essa conta! NÃO AOS NOVOS PEDÁGIOS!



Audiência Pública realizada na Câmara Municipal, convocada pelo vereador Ernani com participação do Deputado Estadual Emídio de Souza e demais munícipes para tratar do assunto.

NOTAS

15 de Junho

Dia Mundial de Conscientização da Violência contra a Pessoa Idosa. Um problema que, infelizmente, só cresce. Em 2023 o país registrou 400 mil denúncias, quase 50 mil agressões a mais do que no ano anterior. As mulheres são a maioria das vítimas.



A violência contra a pessoa idosa é uma grave violação dos direitos humanos e pode ocorrer em diversas formas, incluindo violência física, psicológica, financeira, negligência e abandono. É importante conscientizar sobre esse problema e denunciar casos de violência para proteger os idosos e garantir o respeito aos seus direitos.

Doe sangue

O Dia Mundial do Doador de Sangue é lembrado no dia 14 de junho, a Organização Mundial da Saúde (OMS) destacou que uma única doação de sangue é capaz de ajudar a salvar até três vidas.



Síndrome respiratória

Número de casos de síndrome respiratória é o maior dos últimos 2 anos.

Especialista reforça importância da vacina contra gripe. Essa é a principal forma de prevenir casos graves e óbitos.

A influenza A e o Vírus Sincicial Respiratório (VSR) têm causado o maior número de hospitalizações por SRAG em grande parte do país.



Pix

No mês de junho Pix bate recorde com quase 280 milhões de transações em um dia, recorde anterior havia sido registrado no fim de dezembro de 2024.

O Pix é um modo de transferência monetária instantâneo e de pagamento eletrônico instantâneo em real brasileiro, oferecido pelo Banco Central do Brasil a pessoas físicas e jurídicas, que funciona 24 horas, ininterruptamente, sendo o mais recente meio de pagamento do Sistema de Pagamentos Brasileiro.



Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

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

CORDA
DIABO
ESTAMPA
FRASE
HOMEM

INSETO
MERCADORIA
PRATO
PRISIONEIRO
SOLDADO

Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

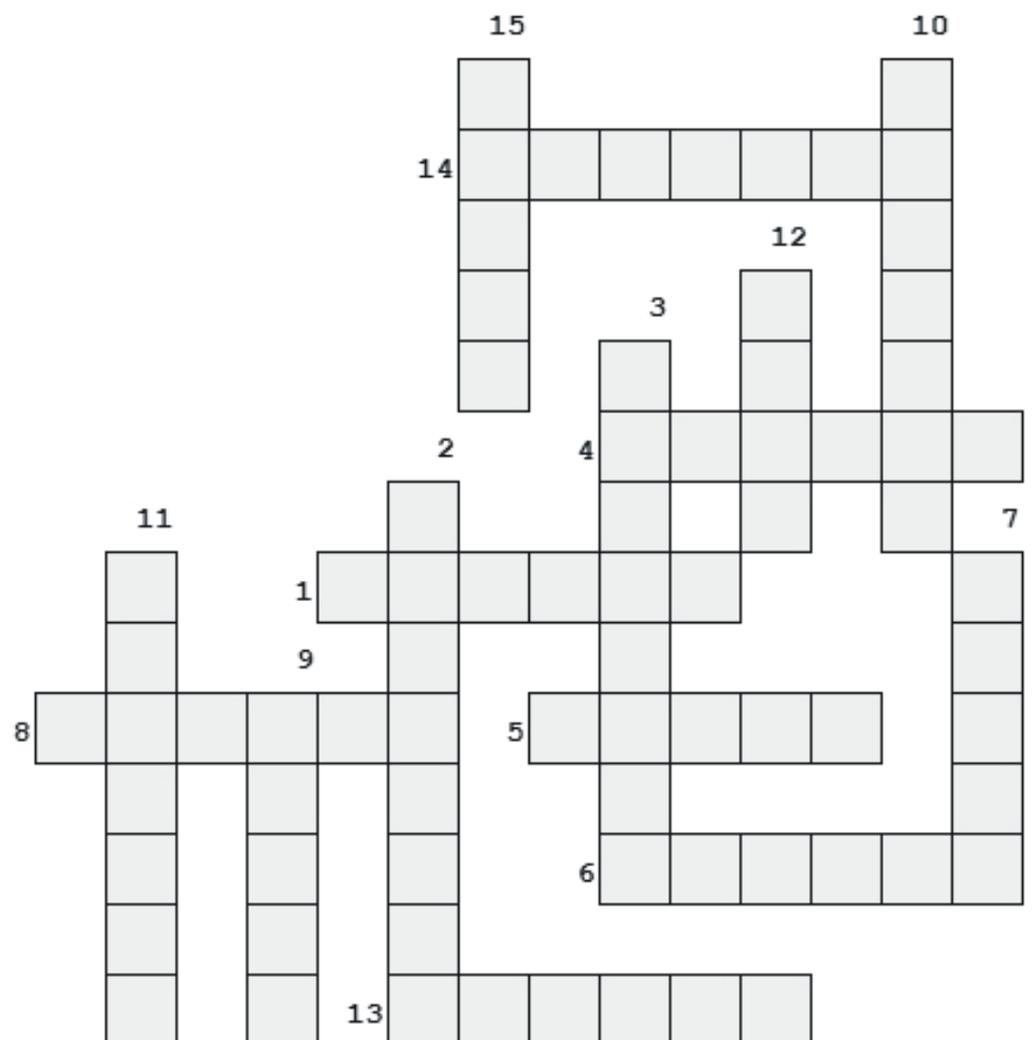
E H O N D U R A S Y
 N S A I R A Q U E G
 I M L N D U N E I U
 C O O O G C S A S A
 A N H L V O G U L T
 R A H T D A L I A E
 ♠ C A O O A Q A N M
 G O C C Y G V U D A
 U F V B D B S I I L
 A B A J R C U B A A

ANGOLA
CUBA
ESLOVAQUIA
GUATEMALA
HONDURAS

IRAQUE
ISLANDIA
MOLDAVIA
MONACO
NICARAGUA

Palavras cruzadas

1. Articulação da coxa com a perna, de que participam o fêmur, a tíbia e a patela
2. Aquele que não tem ou não demonstra ter medo; bravo, destemido, valente
3. Conjunto de produtos agrícolas colhidos num período; safra
4. Arrojado, inovador; que ousa
5. Bebida resultante da fermentação alcoólica do mosto da uva
6. Que existe há muito tempo
7. Obra de cunho literário, artístico, científico etc. que constitui um volume
8. Mulher que se dedica à religião, professando em alguma ordem; monja
9. O que é objeto da nossa mais alta aspiração; a solução perfeita
10. Casa em que se admitem hóspedes; pensão, hospedaria
11. Peça contendo elementos letras, números ou figuras em relevo, usada para marcar ou autenticar documentos
12. Móvel composto de um tampo horizontal, geralmente se destina a refeições, jogos, apoio etc
13. Sentido com que se distinguem os odores; cheiro, fardo
14. Que tem bons modos; civilizado, polido
15. Matéria mineral sólida, dura, da natureza das rochas



RESPOSTAS

TUTU DE FEIJÃO**INGREDIENTES:**

- 2 xícaras de feijão cozido
- 1 cebola pequena picada em cubinhos
- 100 g de bacon picado em cubinhos
- 3 dentes de alho picadinhos,
- 1 xícara de cheiro verde picado (opcional salsão)
- 1 gomo de lingüiça calabresa cortada em rodelas
- Farinha de mandioca crua

- Orégano, sal e pimenta do reino a gosto
- Óleo de milho ou soja

MODO DE PREPARO

Fritar a cebola, o alho, o bacon e a lingüiça em uma frigideira grande.

Junte o feijão, os temperos e o cheiro verde e por fim a farinha até dar o ponto desejado, mais cremoso ou mais sequinho.

Sirva quente com arroz branco e bife de porco.

ARROZ CARRETEIRO**INGREDIENTES**

- 3 copos de arroz
- 500 g de carne seca
- 200 g de bacon fatiado
- 200 g de calabresa
- 1 tomate grande bem maduro
- 1 cebola grande
- Pimenta calabresa
- Salsa
- Sal

MODO DE PREPARO

Cozinhe a carne seca em panela de pressão, retire, espera esfriar e desfie.

Retire a pele da calabresa e corte em cubos juntamente com o bacon.

Corte o tomate em cubos pequenos sem as sementes bem como a cebola.

Refogue o bacon e a calabresa até ficar bem dourada, acrescentando depois a cebola, tomate, pimenta calabresa e a carne desfiada.

Após acrescente o arroz, refogue bem, adicione a água corrigindo o sal se necessário e abaixe o fogo aguardando secar.

Quando pronto, colocar a salsa em cima.

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

ESPAÇO Primer

Ana Lidia Zani Garcia Novo
Psicóloga - CRP 06/76674

Luiz Gustavo Garcia Novo
Cirurgião Dentista - CRO 62038

Suzana Maria Coradi Martiniano
Fonoaudióloga - C.R.P.º: 5255

19 3806-2795 | 19 98266-5777
@espacosprimer

Dr. Heryberto Alvim
OFTALMOLOGISTA

3806.1532

Rua Padre Roque, 537 - Mogi Mirim

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

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
● Tomografia Cone Bean **Desconto 10%**

● Documentação Periapical
● Documentação Ortodôntica

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

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

Laura Camargo
Psicóloga
CRP: 06 215392

(19) 99717-6098

Rua Padre Roque, 529, Centro,
Mogi Mirim - SP