



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

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

Viagens 2025

APARECIDA – SP
Dia: 25/07 até 26/07
Saída 23h / 15h
Associados: R\$ 150,00
Não associados: R\$ 170,00
Só poltrona: R\$ 145,00
Crianças (6 a 12 anos) R\$ 145,00

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
Pneumologia | Clínica Médica
CRM 199.684 | ROE 97.555 / 124.299
99998-1541
(19) 3862-9253
(19) 3806-6955
Rua João Teodoro, 590
Centro, Mogi Mirim

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

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

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.

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

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!

Sorteio do Bolo



Os ganhadores do bolo de aniversário de maio foram:

ISABEL BENEDITA MANOEL DE OLIVEIRA E SUELI MARIA FAGUNDES COSER



Para os sorteios dos bolos dos aniversariantes do mês de JUNHO, os aniversariantes devem estar presentes na Sede da AAPMM no dia 13 de junho (sexta-feira) até as 15h.

Agradecimento:

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

Cantinho da Saúde

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

- † ADEMIR DA SILVA CAMPOS
- † SONIA APARECIDA FRANCATO DA SILVA
- † MARIA INES TAROSI POLETINE
- † FATIMA REGINA DE MORAES JUSTINO

ANIVERSARIANTE DO MÊS DE ABRIL



Erramos. O nome correto de um dos ganhadores do sorteio do bolo do mês anterior é **JOÃO BATISTA RODRIGUES DA SILVA**

Almoço dos Aniversariantes

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

ANA LUCIA ALVES

ELI DE CAMPOS PAES

PAULO ROBERTO CABRAL MICHELON

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

Calendário 2025 Sorteio do Bolo dos aniversariantes

Julho	11/07/2025
Agosto	08/08/2025
Setembro	12/09/2025
Outubro	10/10/2025
Novembro	14/11/2025
Dezembro	12/12/2025

"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 Colágeno
- 3 Rejuvenescimento íntimo
- 4 Preenchimento labial
- 5 Secagem de vasos

AGENCIE 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

Certificado 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 Marçiliano, 386 - Centro Mogi Mirim

Supermercado Leonello
Açougue
Padaria
Hortifruti
Rua Afonso Arcuri, 16 - Jd. Maria Beatriz
FONE: (19) 3862.4294

"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".

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

APOSENTADO E PENSIONISTA DE MOGI MIRIM, ATENÇÃO! VOCÊ PODE ESTAR SENDO VÍTIMA DE FRAUDE NO INSS – E PODE TER DIREITO À DEVOUÇÃO EM DOBRO!

Você sabia que milhares de aposentados e pensionistas estão sofrendo descontos indevidos no benefício do INSS, sem sequer saberem o motivo?

Mensalidades de associações que você nunca autorizou, contribuições que você nunca assinou... Isso é fraude, e você não precisa aceitar esse prejuízo calado!

Se no seu extrato do INSS aparece algum desconto estranho, com nomes de entidades que você nunca se filiou, você pode estar sendo vítima de um golpe.

E o melhor: a Justiça está do seu lado!

Como advogada parceira da Associação dos Aposentados de Mogi Mirim, estou aqui para te ajudar a:

Cancelar os descontos indevidos imediatamente;

Buscar receber os valores pagos de volta em

dobro, com juros e correção monetária; e

Buscar uma indenização por danos morais, pelo constrangimento e abuso sofridos.

Você trabalhou a vida inteira com dignidade e merece respeito. Não permita que tirem o que é seu!

Traga seu extrato, documentos e venha conversar comigo. Vamos analisar seu caso com carinho e seriedade, te explicando o seu direito e indicando o caminho que pode ser seguido para ter direito a uma restituição significativa. Você não está sozinho nessa.

Atendimento toda quinta-feira, a partir das 13h.

Não deixe para depois. Cada mês de desconto indevido é mais dinheiro tirado do seu bolso. Reaja com quem entende do assunto.

Letícia Nascimento Visconcin
OAB/SP nº 477.195

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)

VASCULAR

Dr. Sergio Gioia
(15 em 15 dias)

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)

NEUROLOGISTA

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

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)

Dra. Mila Letícia Dovigo Costa
(1 vez por semana)

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

MANICURE

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

CABELEIREIRA E SOBRANCELHAS

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

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

RECUPERE SEU DINHEIRO



VillaFisio
Pilates e Fisioterapia

ATENDIMENTOS

- Fisioterapia
- Pilates
- RPG
- Quiropraxia
- Acupuntura
- Massagem
- Estética
- Nutrição
- Psicologia
- Psicopedagogia

(19) 3818-8204
(19) 988027811 - Whatsapp

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

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

Nutrição Clínica Funcional Familiar

Laura Lino Luiz
CRN 81959

(19) 99767-6759
@nutrilauralinoluiz
Mogi Mirim

Hospital de Olhos de Mogi Mirim

Dr. Fábio José Mariotoni Bronzatto
Oftalmologista - CRM: 129.701

19 3806-8297
Av. Brasília 85 - Mogi Mirim

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

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
Patricia 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
Clínica 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

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
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 domicliar
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
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 Estudio 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
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
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
Telex Aparelhos Auditivos - : (10%) para compra de aparelhos auditivos e (20%) nos acessórios.
Wizard Mogi Mirim Escola de Idiomas (30%) 3806-3611
Spa da Beleza Chay Silva – Massagem relaxante e cabelo (25%) 9-9430-4364
W &P Assessoria Contábil - 99253-0040 / 99717-9775 whats



Jornal Flor da Idade INFLUENZA

COMPLICAÇÕES
Alguns casos podem evoluir com complicações, especialmente em indivíduos com doença crônica, idosos e crianças menores de 2 anos, o que acarreta elevados níveis de morbimortalidade. As complicações mais comuns são:

- pneumonia bacteriana e por outros vírus;
- sinusite;
- otite;
- desidratação;
- piora das doenças crônicas;
- pneumonia primária por influenza, que ocorre predominantemente em pessoas com doenças cardiovasculares.

A principal complicação são as pneumonias, responsáveis por um grande número de internações hospitalares no país.

TRATAMENTO
O início do tratamento deve ocorrer preferencialmente nas primeiras 48 horas após o início dos sintomas.

PREVENÇÃO
A vacinação é a forma mais eficaz de prevenção contra a gripe e suas complicações. A vacina é segura e é considerada uma das medidas mais eficazes para evitar casos graves e óbitos por gripe. A constante mudança dos vírus influenza requer um monitoramento global e frequente reformulação da vacina contra a gripe. Devido a essa mudança dos vírus, é necessário a vacinação anual contra a gripe. Por isso, todo o ano, o Ministério da Saúde realiza a Campanha Nacional de Vacinação contra a gripe. Este imunobiológico oferecido no Sistema Único de Saúde (SUS) protege contra os três subtipos do vírus da gripe que mais circularam no último ano no Hemisfério Sul.

Além da vacinação orienta-se a adoção de outras medidas gerais de prevenção para toda a população:

- Lave as mãos com água e sabão ou use álcool em gel, principalmente antes de consumir algum alimento;
- Utilize lenço descartável para higiene nasal;
- Cubra o nariz e boca ao espirrar ou tossir;
- Evite tocar mucosas de olhos, nariz e boca;
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, talheres, pratos, copos ou garrafas;
- Mantenha os ambientes bem ventilados;
- Evite contato próximo a pessoas que apresentem sinais ou sintomas de gripe;
- Evite sair de casa em período de transmissão da doença;
- Evite aglomerações e ambientes fechados;
- Adote hábitos saudáveis, como alimentação balanceada e ingestão de líquidos;
- Importante: Indivíduos que apresentem sintomas de gripe devem evitar sair de casa em período de transmissão da doença (até 7 dias após o início dos sintomas).

Fonte: gov.br

Diabetes não controlado pode causar problemas cardiovasculares

Especialista recomenda que as pessoas façam check-ups periódico

O Dia Nacional do Diabetes, comemorado em 26/06, chama a atenção para complicações cardiovasculares que o diabetes não controlado com medicamentos, atividade física e alimentação saudável pode causar. Entre elas, hipertensão, infarto do miocárdio, angina de peito, acidente vascular cerebral e aneurisma vascular.

O Diabetes Mellitus é uma síndrome metabólica de origem múltipla, decorrente da falta de insulina no organismo ou de sua incapacidade de exercer adequadamente seus efeitos, causando altas taxas de açúcar no sangue (hiperglicemia) de forma permanente. Muitas pessoas desconhecem que têm diabetes porque os sintomas dessa doença muitas vezes passam despercebidos.

Por isso, recomenda-se que as pessoas façam check-ups periódicos com clínico geral, que fará a triagem do paciente. "Todo mundo deve fazer. Um sintoma do diabetes que é muito frequente e que, às vezes, passa despercebido, é que a pessoa começa a ficar com mais sede e urinar mais. Na maioria das vezes, em sua fase inicial, o diabetes tipo 2 é assintomático", disse um cardiologista à Agência Brasil.

Além de sede frequente e vontade de urinar diversas vezes, os sintomas do diabetes incluem cansaço crônico e falta de energia para atividades corriqueiras, de acordo com a Sociedade Brasileira de Cardiologia (SBC). Em homens e mulheres diabéticos, a incidência de infarto agudo do miocárdio e AVC é semelhante, mas representa o dobro

quando comparada a pessoas sem diabetes. Em mulheres, o quadro tende a ser mais grave, com maior mortalidade.

Segundo o Atlas do Diabetes da Federação Internacional de Diabetes (IDF, do nome em inglês), o Brasil é o quinto país em incidência de diabetes no mundo, com 16,8 milhões de doentes adultos entre 20 e 79 anos, perdendo apenas para China, Índia, Estados Unidos e Paquistão. A estimativa da incidência da doença em 2030 chega a 21,5 milhões.

Dados da Federação Internacional de Diabetes mostram que até 80% dos pacientes com diabetes tipo 2 morrem por causas relacionadas a problemas cardíacos. Em nível global, os índices superam os óbitos decorrentes de HIV, tuberculose e câncer de mama. Pacientes com diabetes podem evitar o risco de infarto controlando os fatores de risco, "tentando normalizar o nível de glicose, controlando o nível de colesterol, fazendo exercícios". Isso sem falar em eliminar o hábito de fumar.

Nas pessoas diabéticas, a neuropatia autonômica, disfunção que afeta o sistema nervoso simpático e parassimpático, pode causar síncope, ou seja, desmaios. Outro problema importante é o acidente vascular cerebral (AVC) que, no diabético, pode ser confundido com uma hipoglicemia. A pessoa fica confusa, com mal-estar. Mas a hipoglicemia responde rapidamente à reposição de açúcar e a pessoa volta ao normal.

Fonte: Agência Brasil



Visita importante



O senhor Humberto Tobé, assessor especial do Ministro da Saúde Alexandre Padilha esteve em Mogi para conhecer os programas da Santa Casa, visando fortalecer o SUS.

Na ocasião, o presidente da Associação dos aposentados e pensionistas Sr. Aparecido Dias de Freitas apresentou o importante papel da entidade aos associados, através de convênios com médicos e clínicas especializadas, dessa forma, ajudando na redução de filas de espera. A visita foi idealizada pelo Vice presidente da AAPMM Sr. Ernani Luiz D. Gragnanello



Com imensa gratidão, saudade e respeito prestamos nossa homenagem postuma ao doutor José Rubens Ruberto, conhecido como "Z RUBENS", um dedicado médico neurologista cuja trajetória marcou gerações. Sua compaixão com os pacientes, dedicação incansável e compromisso com a saúde e bem-estar trouxeram esperança e alívio a muitos. Descanse em paz, e saiba que sua obra permanecerá viva em todos nós.

Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

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

**BOCA
 CORRIDA
 IMIGRANTE
 IMPRESSORA
 MERCADORIA**

**PADRE
 PRESIDENTE
 RELIGIOSO
 SERRA
 SOLDADO**

Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

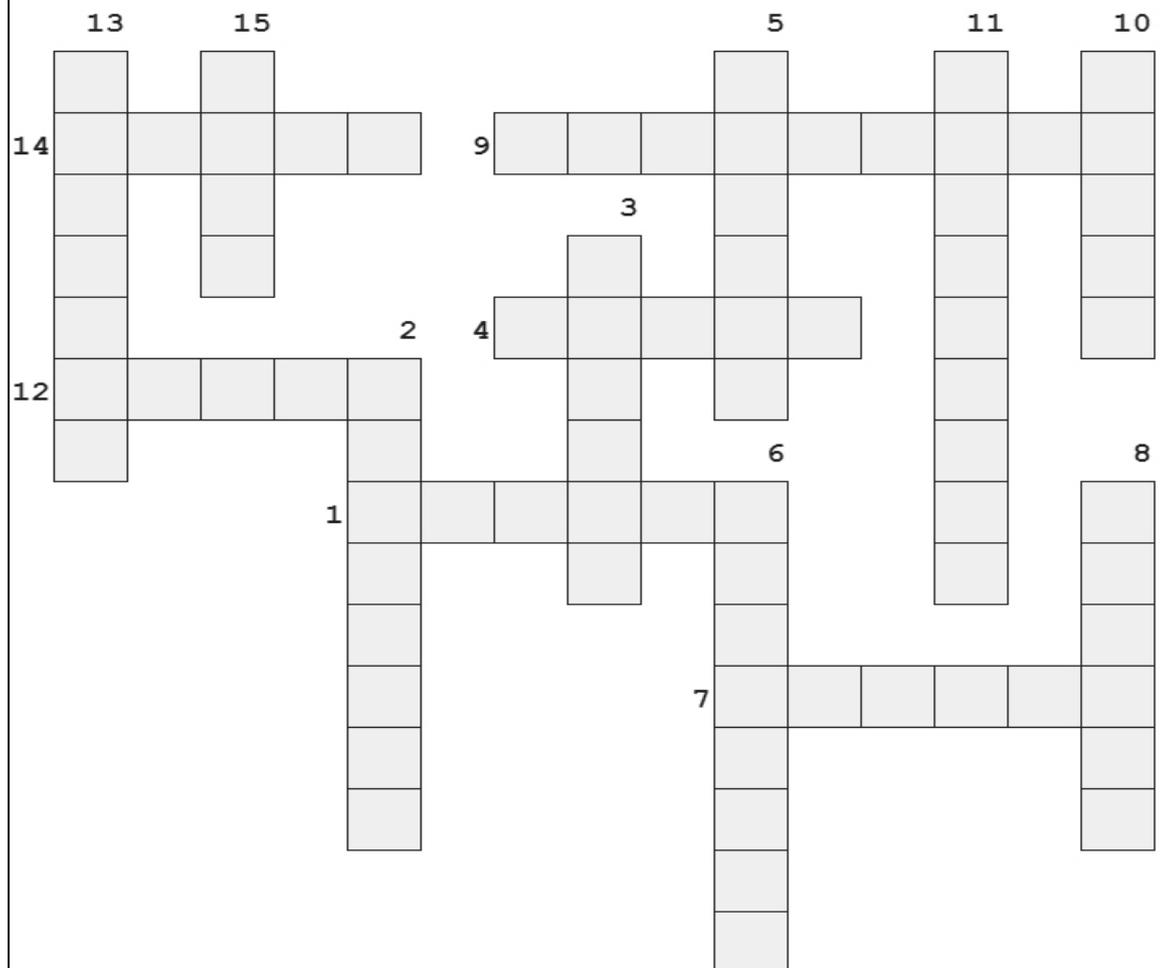
H E B R I G U E N T O
 L B T M A D T S A I E
 O P V K P L B P R O X
 C S E D U R O I R R P
 H N J V M H N R O H E
 T J E A O V D I G M R
 P S A C L S O T A H I
 J R M H H T S U N I E
 I D G O K A O O T W N
 G R A N D E T S E A T
 I N S E G U R O B G E

**ALTO
 ARROGANTE
 BONDOSO
 BRIGUENTO
 CHATO**

**DURO
 ESPIRITUOSO
 EXPERIENTE
 GRANDE
 INSEGURO**

Palavras cruzadas

1. Utensílio de mesa e cozinha, composto de um cabo em cuja extremidade se forma uma parte côncava
2. Comportamento que tende a negar à mulher a extensão de direitos do homem
3. Articulação da coxa com a perna, de que participam o fêmur, a tíbia e a patela
4. Abertura que serve de entrada ou saída de um recinto
5. Que se aqueceu, que sofreu a ação de um tipo de calor
6. Voltar ao lugar de onde partiu; regressar
7. Sentido com que se distinguem os odores; cheiro, fardo
8. Que tem fama; renomado, célebre
9. Aquele que frequenta regularmente um curso em alguma instituição ou qualquer outro curso livre
10. Contente, satisfeito. Cujos desejos e aspirações foram atendidos ou realizados
11. Aquele que anda muito, percorre muitas terras
12. Indivíduo do sexo masculino
13. Manifestação de apreço, que pode ou não envolver contato físico
14. Que dura um ano; que corresponde a um ano
15. Firme; que não é tenro, macio



RESPOSTAS

CREME DE MILHO**INGREDIENTES:**

- 1 lata de milho
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 cebola média ralada
- 1 tablete de caldo de legumes
- 1 lata de creme de leite
- 2 colheres (sopa) de farinha de trigo

MODO DE PREPARO

No liquidificador, bata o milho e o

leite e reserve.

Em uma panela, aqueça a manteiga, junte a cebola e refogue um pouco.

Adicione a farinha de trigo e mexa rapidamente.

Deixe dourar e misture o milho batido com o leite ao caldo.

Mexa até dissolvê-lo completamente e cozinhe por cerca de 10 minutos, até obter uma consistência cremosa.

Acrescente o creme de leite, mexa e desligue o fogo.

BOLO DE MILHO DE LATA NO LIQUIDIFICADOR**INGREDIENTES**

- 1 lata de milho (sem o líquido)
- 1 lata de leite (medida da lata de milho)
- 1 lata de açúcar (medida da lata de milho)
- 1 lata de flocão de milho
- 1/2 lata de óleo de soja
- 3 ovos inteiros
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- Margarina para untar
- Farinha de trigo para untar

MODO DE PREPARO

Escorra o milho e use a própria lata para as medidas.

Unte e enfarinhe uma forma de bolo com furo.

Pré-aqueça o forno.

Coloque no liquidificador o milho (já escorrido), o leite, açúcar, flocão de milho, óleo, ovos e bata bem até que o milho fique bem moído.

Se quiser, pode acrescentar duas colheres de sopa de coco ralado.

Acrescente o fermento em pó e pulse o liquidificador 3 vezes.

Despeje essa massa na forma e leve ao forno médio.

Deixe assar por, aproximadamente, 40 minutos.

Faça o teste do palito e observe um tom dourado médio, para saber que o bolo está pronto.

Espera esfriar totalmente para desenformar.

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.F.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

uniclin

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