



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim



JUNHO DE 2023 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / 3805.4307 / **CONSULTA:** 3805.4346



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 pelos telefones: 3862-4799 / 3805-4307

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 (a foto pode ser tirada direto na Associação) 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.

Viagens/2023

BARRA BONITA/SP

Dia 18/06/2023

Associado: R\$ 350,00
Não Associado: R\$ 370,00
Criança: R\$ 170,00

APARECIDA / SP

Dia: 20/10/2023

Associado: R\$ 140,00
Não Associado: R\$ 160,00
Criança: R\$ 65,00

HOLAMBRA/SP

Dia 09/09/2023

Associado: R\$ 120,00
Não Associado: R\$ 140,00
Criança: R\$ 40,00

BERTIOGA/SP

Dia: 09/11/23 a 12/11/23

Associado: R\$ 1.000,00
Não Associado: R\$ 1.100,00
Criança: R\$ 620,00

CALDAS NOVAS/GO

DIA: 10/09/23 a 15/09/2023

Associado: R\$ 1.500,00
Não Associado: R\$ 1.700,00
Criança: R\$ 650,00

MERCADÃO E 25 DE MARÇO/ SP

Dia: 25/11/2023

Associado: R\$ 120,00
Não Associado: R\$ 140,00
Criança: R\$ 70,00

Por motivo de segurança, o embarque e o desembarque serão feitos somente na AAPMM. É necessário carteira de Vacina do Covid junto com a cópia do RG no ato da reserva da passagem. Obrigatória a apresentação do documento original no dia da viagem.

Freepik



“Manter um relacionamento é como ter um pássaro”.

**Se segurar forte, ele sufoca e morre.
Se deixar livre, ele voa e vai embora.
Mas se você segurar com cuidado,
Ele se apega e fica para sempre. ”**

FELIZ DIA DOS NAMORADOS

Sorteio do Bolo

Os ganhadores do bolo de aniversário de MAIO foram:
ENISE FLORÊNCIO DA ROCHA / 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 9 de junho (sexta-feira) até às 15h, na sede da AAPMM.

Calendário 2023 - Sorteio do Bolo dos Aniversariantes

Junho	09/06/2023	⋮	Outubro	13/10/2023
Julho	14/07/2023	⋮	Novembro	10/11/2023
Agosto	11/08/2023	⋮	Dezembro	08/12/2023
Setembro	08/09/2023	⋮		

Mural da AAPMM

Não temos cobrador residencial. Os pagamentos de mensalidades devem ser efetuados somente na secretaria da Associação, evitando golpes e contratempos.

Cantinho da Saudade

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

- ✝ ADEBRAIR BONIFÁCIO GONÇALVES
- ✝ ANTÔNIO JOSÉ GIANOTTO
- ✝ NANCI CLÁUDIO FERREIRA LAURINDO

Almoço dos Aniversariantes

Ganhadores do Almoço no Restaurante Cantinho Mineiro do mês de maio de 2023:
**ADRIANA GAMA ALAMINO GARCIA / AURÉLIA CONCEIÇÃO CORAINI/
LEAMARA CRUZ ALVARENGA**

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.

Jornal
O POPULAR
WWW.OPOPULARMM.COM.BR

Além do jornal *Flor da Idade*,
receba em sua casa também o
jornal **O POPULAR**, todas as sextas,
e fique por dentro de tudo o que
acontece em sua cidade!

Para você que é associado da AAPMM
estamos fazendo uma promoção

**10x de R\$ 15,00
e receba o ano todo**

**Basta ligar para
3806-3030 ou 3806-6393**

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: 4.300 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 O POPULAR - (19) 3806-3030

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

Ótica Visão
R. Chico Venâncio, 54
Mogi Mirim - SP
Telefone: (19) 3806-1560

PAULO TERRAPLENAGEM
Materiais básicos para construção!

LOCAÇÃO DE
CAÇAMBAS
PARA ENTULHO

Rua José Falcete, 139,
Jd. Silvânia, Mogi Mirim
Fone 3806-5728



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

"Campanha do Alimento 2023"

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 2023"

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



COMUNICADO

REVISÃO DA VIDA TODA APROVADA

São requisitos cumulativos para que se tenha direito:

- 1 - **Benefício de aposentadoria ou pensão por morte concedido entre 29/11/1999 a 12/11/2019;**
- 2 - **Possuir contribuições (vínculos de emprego) anteriores a julho de 1994;**
- 3 - **Possuir o benefício concedido a menos de 10 anos.**

DÚVIDAS E INFORMAÇÕES
(19) 3862-4799

O QUE É ASSESSORIA JURÍDICA DA AAPMM?

É uma prestação de serviços aos associados, com a finalidade de esclarecer dúvidas e dar orientação jurídica relacionadas às mais variadas áreas do Direito. O atendimento ao associado é realizado pelos advogados da Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, é pessoal e reservado, na sede da entidade, mediante prévio agendamento junto à secretaria.

TELEFONES ÚTEIS

Prefeitura: 3814-1000
Ouidoria Municipal: 3804-2626
Câmara Municipal: 3814-1200
Brigada de Incêndio e Defesa Civil: 199 / 3862-9474
Promotoria: 3806-5123
Fórum: 3862-1407
Conselho Tutelar: 3804-3874 / 3805-5161
Diretoria de Ensino: 3805-9310
Poupatempo Empreendedor: 3805-2242
PAT: 3862-3652
ACIMM: 3814-5760
Assoc. Aposentados: 3862-4799
Cartório Eleitoral: 3862-0193 / 3862-7073
Guarda Municipal: 153 / 3806-3193
Delegacia de Polícia: 3806-3999
Polícia Militar: 190 / 3862-3520
Santa Casa: 3814-3000
Samu: 192
Bem Estar Animal: 3804-5005
Zoonoses: 3806-1418
Cemitério Municipal: 3862-3078
Velório Municipal: 3806-0696

Atendimento na Sede da AAPMM

Consultas só com agendamento pelo tel. 3805.4346

CLÍNICO GERAL

Dr. Eduardo Couto Carvalho (1 vez por semana)
Dr. Marcos Carrasco (1 vez por semana)
Dr. Luri Tenório (1 vez por semana)

PSICÓLOGO

Dra. Rosângela de Oliveira (9.9190.0433 / 3862.9552)
Dr. Manoel Rosa dos Reis (1 vez por semana) (9.9365.9374)
Dr. Claudio Adorno Bueno (9.8158.5705)
Dr. Vinícius Ruiz Barbanti (9.9262.7830)

CARDIOLOGISTA

Dr. Eduardo Couto Carvalho (1 vez por semana)
Dr. Eduardo Rodrigues Chabregas (15 em 15 dias)
Dr. Afonso Henrique Eckmann Helene (1 vez por semana)

UROLOGISTA

Dr. Sérgio Santini (2 vezes ao mês)

NUTRICIONISTA

Dra. Amanda Tesser (9.8142.6032)

FISIOTERAPEUTA

Dra. Caroline de Campos Bernardi (9.9525.5219)
Dra. Jaqueline Alves da Silva (9.8845.4405)

GERIATRA

Dra. Josiane Rodrigues Xavier (1 vez por semana)

PROFESSORA DE IOGA

Maria Emilia Guerreiro Franco (99779-1253) Segunda-feira

PROFESSORA DE DANÇA

Carila de Campos Bernardi (Segunda de manhã e Sexta de tarde) (99901-3571)

CROMOTERAPIA

Suely Gomes da Silva (Segunda de tarde) (99174-4169)

GRUPO DE ALONGAMENTO

Dra. Caroline de Campos Bernardi (9.9525.5219)
Dra. Jaqueline Alves da Silva (9.8845.4405)

ADVOGADOS

Dra. Maria Carolina Mariano Cerruti (Toda terça de manhã quarta a tarde)
Dra. Alessandra Machado Oliveira Araujo (toda segunda de manhã e sexta à tarde)

ORTOPEDISTA

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

OTORRINOLARINGOLOGISTA

Dra. Isadora Lopes de Camargo Gabas (15 em 15 dias).

VASCULAR

Dr. Sergio Gioia (15 em 15 dias)

PODOLOGIA

Mauroi Gomes (9.9731.0095) terça e quinta

PSIQUIATRA

Dra. Cibele Perez Carvalho Monteiro (1 vez por semana)

PODOLOGIA E CUIDADOS FACIAIS

Lucimara Ramos Taveira (segunda e sexta) (9.9267.0570)

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

Fisio&Sono
Tratamento da Apneia do Sono
CPAP/mascaras
Fisioterapia Respiratória
Palmilhas Posturais
Dra. Patrícia C. Damásio Rossi
Av 22 de outubro 838 Jd Sta Helena Mogi Mirim
(19) 996741551

DROGARIAS Farmáxima
BRASÍLIA Cuidando com o coração
RUA SANTA CRUZ, nº289
3862-4569
98165-0237
Entrega Grátis
DESCONTOS ESPECIAIS EM TODOS OS MEDICAMENTOS
CONVÊNIO E PLANOS MÉDICOS COM ATÉ 30% DE DESCONTO

Clínica Veterinária Vital
Dra. Débora Cristina Vital
Médica Veterinária CRMV/SP - 17083
• Consultas • Banho e Tosa
• Hospedagem • Vacinas
• Pet Shop • Limpeza de Tártaro com ultra-som
• Cirurgias
5 a 10% desconto à vista para associados
Rua Dr. Ulhôa Cintra, 207, Centro Mogi Mirim - Fone (19) 3862.5039

Relojoaria Dias
Tradição desde 1956
• Jóias • Relógios • Alianças
• Artigos para presentes
• Completa oficina para consertos
FONE: (19) 3806.2722
Rua Padre Roque, 48 - Centro - Mogi Mirim

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

ACADEMIA

Espaço Pilates/Fisioterapia (20%)
99791-7412

ACUPUNTURA

Ana Letícia Maximiano (30%) 98240-0768

Patrícia Cristina Andrade – (30%)
98130-1910

ANGIOLOGIA / CIRURGIA VASCULAR

Danielle M. Bernardes (40%) 3862-0144 / 99955-2296

AURICULOTERAPIA

Mirian da Costa (20%) 99771-0229

CARDIOLOGIA

Afonso Henrique Eckmann Helene (40%) 3806-3259

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

Eduardo Couto Carvalho (50%)
3362-6054 / 99234-7345

José Jayme Guerreiro Franco (20%)
3862-1051

Márcio Venício da Silva (30%) 3862-6423

Raquel Miriam Garcia - (50%) 3549-5278 / 99126-6185

Susamar Costa Leal (30%) 3861-7194

CIRURGIA GERAL

Mayara Fernanda Victal (20%) 3862-5942

CLÍNICA GERAL

Eduardo Couto Carvalho (50%)
3362-6054 / 99234-7345

José Cláudio M. de Barros (25%)
3862.5942

Larissa Franceschett Lopes da Cunha (50%) 99132-7447

Marco Carrasco (50%) 3862-5942 /
97156-8856

DERMATOLOGIA

Iuri Ferreira Tenório (40%) 3806.4960

Viviane Vasconcelos (50%) 98257-5286

ENDOCRINOLOGIA

Márcia Regina Pereira (20%) 3862-0144

Patrícia Soares da Silva (20%) 3806-8297 / 98842-2608

FISIOTERAPIA

Denis Wilson Zarpão Pereira Campos (20%) 99196-4653

Délis Setin Rossetto (30%) 99867-2740

Patrícia Cristina Andrade - (50%)
98130.1910

FONOAUDIOLOGIA

Susana Maria Coradi Martiminiano (15%) 3806-2795

GASTROENTEROLOGIA

Valdir Seksenian (50%) 3549-1112

GERIATRIA

Susamar Costa Leal (30%) 3861-7194

GINECOLOGIA

Ana Cristina De La Corte Vomero (30%)
3806-3259

Lúcia Maria Ferreira Tenório (40%)
3806.4960

NUTRIÇÃO

Amanda Tesser (50%) 98142-6032

Solange Iside Ferreira Chiorato (50%)
3362-6054 / 99234-7345

ODONTOLOGIA

Clínica Bucal Up Odontologia (até 40%) 3552.5009

Clínica Sorridents (até 40%) 3805-3385 99949-4664

Juliana Alves Mestriner (40%) 3549-9099

Luís Gustavo Garcia Novo (10% a 40%) 3806.2795

Marcelo Guerreiro Fernandes (até 40%) 3862-3176

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

Manoel Ricardo Alves dos Santos (50%) 3862-9253 / 3806-6955

ÓTICA

Fabrim (35%) 3549-0250

Ótica a Favorita (25%) 3552-1040/
99387-4884

OTORRINOLARINGOLOGIA:

Isadora Lopes de Camargo Gabas (30%) 3862-4261

Os descontos de todos os conveniados com a AAPMM estarão a critério de cada local e profissional

PSICOLOGIA

Cristiane Machado Brites (30%) 97138-3204

Marisa Martin Crivelaro Romão – Neuropsicóloga (15% em psicoterapia/reabilitação neuropsicológica) e (15% em avaliação neuropsicológica) 3806-2795

Maria Elizabeth V. Teixeira Oliveira (25%) 3862-2933/98294-9977

PSICOLOGIA / PSICOTERAPIA

Ana Lúcia Zani (15%) 3806.2795

Rosângela Marchesi de Oliveira (30%)
99190.0433

Vanessa Polidoro (30%) 99302.4547

PSICOPEDAGOGIA

Flávia Rossi (20%) 99974-7798

PSICANÁLISE

Talita Bernardi (10%) 99578-1456

REUMATOLOGIA

Sérgio Mauricio Urbini Junior (15%)
3805-4102

ULTRASSONOGRAFIA

Clayton Barros (20%) 3804-5417

Imaginus (20%) 3815-5883

DIVERSOS

Liberty Informática e Inglês 3ª Idade (aulas em grupo) (20%) 3806-4340/
98138-6392


DRA VIVIANE VASCONCELOS
DERMATOLOGIA
 (19) 98257-5286
RUA MONSENHOR MOYSES NORA,
Nº 136 - CENTRO- MOGI MIRIM

CRMSP 133 554

DR. MARCO CARRASCO
CLÍNICA MÉDICA E CIRÚRGICA
Condições especiais para associados
 (19) 97156-8856
 (19) 3862 5942
R. Áurea, nº 23 - Jd. Áurea, Mogi Mirim - SP

Agropecuária • Clínica Veterinária • Aquarismo
AVENIDA
Consultas • Vacinas • Cirurgias
Medicamentos • Rações • Veterinário
Farmácia Veterinária • Jardinagem
Fones: (29) 3805.4282 / 3862.3618
Av. Pedro Botesi, 1348 - Tucuru - Mogi Mirim

Patrícia Lopes Moreira
Psicóloga | Terapeuta
Atendimento Jovens e Adultos
Orientação Vocacional
Avaliação Psicológica
Constelação Familiar e Sistêmica
Terapia Floral
Cromoterapia
 (19) 98430-3051
 @espaço_transformacao

SOBERANA LIFE
ACADEMIA FEMININA
ATIVIDADE FÍSICA
E
LONGEVIDADE
HORÁRIO ESPECIAL
A PARTIR DOS 68 ANOS
HORÁRIO 15H ÀS 16H
SEGUNDA FEIRA E QUARTA FEIRA.
AV. 22 DE OUTUBRO N1581 MOGI MIRIM SP
WHATSAPP 19.971093093

ASSEMBLEIA

No dia 28 de abril de 2023, tivemos a Assembléia Geral Ordinária prevista no Estatuto Social da Associação, com início às 14h30h, em segunda chamada.

Houve prestação de contas.

Relatórios dos setores pertencentes à Associação: Secretaria, Tesouraria, Diretoria Social, Diretoria Patrimonial e parecer dos Conselheiros Fiscais e Alteração do Estatuto Social, conforme ordem do dia informado no jornal local, O Popular, em 7 de abril de 2023, elaborada pelo Dr. Ernani Luiz Donatti Gragnanello.

A Assembléia ocorreu em um clima tranquilo, em que todos os presentes aprovaram todo o exposto.



Mais Vida a todo vapor junto à melhor idade

Desde que retomou as atividades, o Mais Vida, programa da Prefeitura de Mogi Mirim realizado por meio da Sejel (Secretaria de Esporte Juventude e Lazer) não para de crescer. As ações voltaram após dois anos de interrupção por conta da pandemia de covid-19.

No final de 2021, as aulas foram reiniciadas seguindo protocolos rigorosos e, aos poucos, os atendidos puderam retornar à normalidade. Com isso, já ultrapassa a marca de 700 pessoas assistidas no núcleo central, situado nas dependências do Instituto Coronel João Leite, na Vila Bordignon, próximo ao Centro. No fim de abril, a professora Adriana Maura Guarnieri assumiu a coordenação e deu continuidade ao belo trabalho iniciado por Luciana Perugini. E as aulas seguem recebendo mais alunos, com pla-

nos para ampliação de horários e datas. São oferecidas atividades como hidroginástica, natação, fortalecimento, pilates, alongamento e fortalecimento, tênis de mesa, coreografia, lian gong, jogos de mesa, ginástica e ritmos. Além das aulas na sede principal do projeto, que atendem somente pessoas com 60 anos ou mais, o programa tem ações em polos descentralizados, como na Igreja da Santa Cruz, na Igreja de Nossa Senhora do Monte Serrat, na Vila Dias e no Condomínio Nazareth, que atendem também adultos juntamente com o pessoal da melhor idade. Os interessados podem se inscrever na sede do 'Mais Vida', à Rua João Bordignon, s/nº, na Vila Bordignon, de segunda a sexta, das 7h00 às 11h00 e das 12h00 às 17h00.



Mais Vida, programa da Prefeitura de Mogi Mirim realizado por meio da Sejel

LIMAVI
 PRODUTOS PARA LIMPEZA - HIGIENE
 DESCARTÁVEIS - PISCINAS

PRODUTOS PARA LIMPEZA - HIGIENE
 DESCARTÁVEIS - PISCINAS

(19) 3862.4691
 Rua Caiapó, 42 - Centro - Mogi Mirim

Dra. Glaciane Fernandes
 Botox, Preenchedores Faciais, Fios de PDO
 Harmonização Orofacial

Praça Itapira, 135
 Mirante - Mogi Mirim
 Fone (19) 9-9546-9720

**Dr. Manoel Ricardo
 Alves dos Santos**

Ortopedia
 Traumatologia
 CRM 66.597

uniclín

Rua João Teodoro, 590 Mogi Mirim
 Fones: (19) 3862.9253/ 3806.6955

BARANTU
 Comércio de Eletrodomésticos Ltda. ME

PEÇAS E MANUTENÇÃO

Fones: (19) 3862-2480
 Av. Carolina Mazotti, 75
 Jd. Tropical Mogi Mirim

**Soberana Life
 Academia Feminina**

AV.22 DE OUTUBRO N1581
 (19)97109.3093

06:30 às 10:30
 16:00 às 20:00

- ACADEMIA FEMININA PERSONALIZADA
- MUSCULAÇÃO PERSONALIZADA
- AULAS AERÓBICAS
- TRABALHAMOS COM RESULTADOS

Viagem de Poços de Caldas.



Nos dias 13 e 14/05 aconteceu o passeio em Poços de Caldas. Confira as fotos e venha viajar conosco nas próximas.



Caça Palavras

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

- CADEIRA
- CALHAMBEQUE
- CAMA
- CAMINHAO
- CANGURU
- CARACOL
- CARTA
- CARTOLA
- CASA
- CASTELO

Perfil Dr. Rafael Carvalho:

A Arte de Cuidar com Amor e Conhecimento

Nos corações que clamam por saúde e bem-estar, um nome brilha intensamente: Dr. Rafael Carvalho. Nascido nesta encantadora cidade, o médico cardiologista encontrou sua vocação na medicina, dedicando-se de forma poética ao cuidado do corpo e da alma. Com uma trajetória profissional marcada por uma década de atuação, Dr. Rafael Carvalho é referência não apenas na área da Cardiologia, mas também na medicina integrativa e como clínico geral. Seu olhar compassivo e suas mãos habilidosas têm o poder de curar, enquanto seu conhecimento científico aliado à sabedoria da medicina ancestral trazem a harmonia tão almejada. A motivação para seguir esse caminho sublime veio da certeza de que poderia agregar mais qualidade de vida aos seus pacientes. Em um mundo frenético e cheio de desafios, Dr. Rafael Carvalho encontrou na medicina a oportunidade de ser o farol que guia seus pacientes na busca pelo equilíbrio e pela plenitude. Quando questionado sobre o que o apaixona em sua área de atuação, o médico poeta não hesita em responder: "Ajudar e orientar os pacientes, mostrando e ensinando a ter como pilar da saúde o foco nos exercícios físicos,

sono restaurador, controle do estresse, alimentação anti-inflamatória e o equilíbrio da mente". Mas a dedicação de Dr. Rafael Carvalho não se limita aos consultórios e hospitais. Sua jornada também se entrelaça com a Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim (AAPMM), uma parceria que nasceu em 2018 e se fortaleceu com o tempo. Inicialmente, os atendimentos ocorriam quinzenalmente nas dependências da associação, oferecendo cuidados médicos de excelência. Posteriormente, a demanda crescente levou o Dr. Rafael a trazer seus pacientes para seu consultório, sempre mantendo os mesmos valores de proximidade, acolhimento e respeito. Atualmente, a parceria com a Associação dos Aposentados floresce em ações que visam proporcionar o acesso à saúde cardiológica de qualidade. Dr. Rafael Carvalho oferece descontos especiais em consultas e uma gama de exames fundamentais para o diagnóstico e acompanhamento dos pacientes, como MAPA 24h, HOLTER 24h, Eletrocardiograma, Ecocardiograma e US Carótidas. Essa iniciativa mostra a preocupação do médico em levar sua expertise a todos, sem distinção, para que cada batimento cardíaco seja regido pela

tranquilidade e pela confiança. Para o Dr. Rafael Carvalho, a importância dessa parceria transcende os benefícios materiais oferecidos, pois representa a oportunidade de estender sua

missão a uma parcela significativa da comunidade, especialmente àqueles que dedicaram suas vidas ao trabalho e agora merecem cuidados dedicados e amorosos.



Dr. Rafael Carvalho é referência na área da Cardiologia, medicina integrativa e clínico geral

Diretoria da AAPMM

CONSELHO DIRETOR

Presidente

Aparecido Dias de Freitas

1ª Secretária

Neuza Claudete D. S. Cezar

1ª Tesoureira

Elisena Maria F. C. Justino

2º Tesoureiro

Paulo Roberto Saccini

Diretora Social

Maria Antonia R. de Freitas

Diretor Patrimonial

José Gasparini

Vice Diretor Patrimonial

Carlos Donizeti Campagnoli

CONSELHO FISCAL

EFETIVOS

Waldemar Paulsen Neto

José Milton Rodrigues

Alcides Pereira

SUPLENTE

José Renato Benegas

INNOVA FARMACIA

PRECISANDO DE MEDICAMENTOS? Sua Farmácia para todos

PEÇA SEM SAIR DE CASA E RECEBA EM ATÉ 45 MINUTOS.

Entrega grátis para Associados

os momentos.

- MEDICAMENTOS
- GENÉRICOS
- COSMÉTICOS
- INFANTIL
- HIGIENE PESSOAL

DISK ENTREGA E WHATSAPP (19) 3105-1549

Rua Do Tucuruá - 363 A, Bairro Tucuruá, Mogi Mirim - SP

Promoções exclusivas

Cimegripe 20 caps. 9,99	Simeticona 10ml 3,99	Dipirona 10ml 1,99	Fisio Fort 150g 9,99	Lactolinea 120ml 12,99	Genéricos Leve 3 pague 2
--------------------------------	-----------------------------	---------------------------	-----------------------------	-------------------------------	--------------------------

Consulte a lista

PARA REMOÇÃO DE ENTULHOS

CAÇAM FAZ

Caçambas para remoção de entulhos, residencial e industrial. Temos: terra, areia e pedra.

3862.3638

Rua Monteiro Lobato, 130 Jd. Nossa Senhora Aparecida Mogi Mirim/SP

ÁGUA POTÁVEL

Disk **3862.3638**

Carmona Tur
Transporte & Turismo

(19)97137-7360

Associações ganham 5% nas viagens

- AEROPORTOS
- FEIRA DO BRÁS
- EXCURSÕES
- CIDADES TURÍSTICAS
- VIAGENS EXECUTIVAS

Sodite Doce

Peça já o seu!
3549-1076 / 99408-3573

Infinitas possibilidades para celebrar

Associações ganham 5% na compra, apresentando a carteirinha

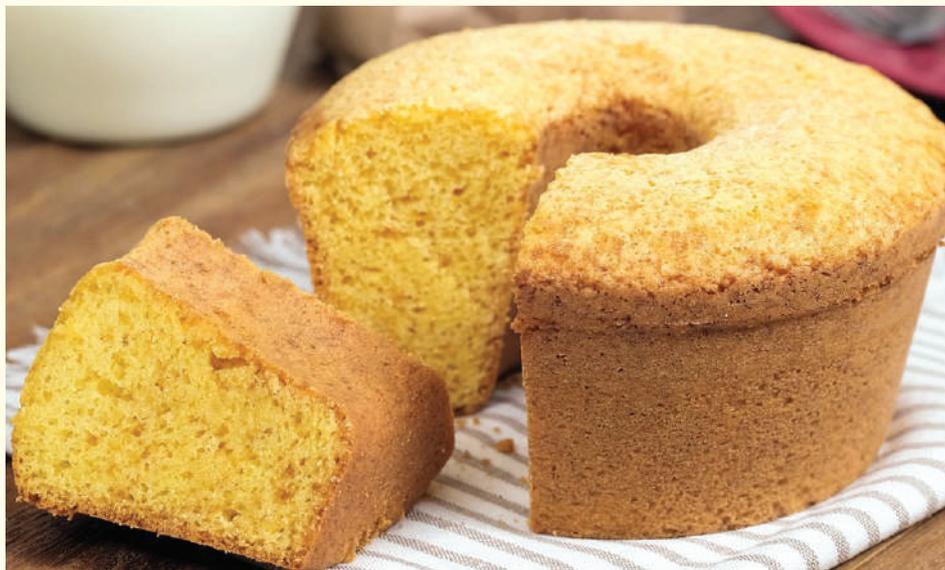
IRMÃOS DE PIERI

(19) 3806.3000

Rua Aquiles Albano | 414 Santa Cruz | Mogi Mirim | SP
e-mail: de_pieri@terra.com.br

OTICA FABRIM

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

BOLO DE FUBÁ**INGREDIENTES:**

- 2 xícaras de chá de fubá
- 1 xícara de chá de farinha de trigo
- 1 colher de sopa de fermento em pó
- 3 ovos
- 1 xícara de chá de leite
- 1 xícara de chá de óleo
- 2 xícaras de chá de açúcar

MODO DE PREPARO

1. Com auxílio de uma peneira, coloque 2 xícaras de chá de fubá, 1 xícara de chá de farinha de trigo e 1 colher de sopa de fermento em pó em um recipiente. Misture e reserve.

2. No liquidificador, coloque 3 ovos, 1 xícara de chá de leite, 1 xícara de chá de óleo e 2 xícaras de chá de açúcar. Bata até ficar homogêneo.

3. Junte a mistura do liquidificador com os ingredientes peneirados e misture.

4. Transfira a massa para uma forma untada com manteiga e polvilhada com fubá.

5. Leve para assar em forno preaquecido a 180 graus Celsius por 30 minutos.

MACARRÃO ALHO E OLÉO**INGREDIENTES:**

- 6 colheres (sopa) de óleo de soja ou azeite
- 3 dentes de alho amassados
- 1 colher (sopa) de manteiga sem sal
- 500 g de macarrão tipo espaguete cozido
- 6 colheres (sopa) de cebolinha picada

MODO DE PREPARO

1. Em uma panela, aqueça o óleo em fogo baixo e refogue o alho até começar a dourar. Adicione a manteiga e deixe derreter. Em seguida, junto o espaguete cozido, misturando bem para aderir. Desligue o fogo e finalize com a cebolinha picada. Sirva.



IMAGINUS
ultrassonografia

Dra. Roberta Proença Gabas
CRM-SP 121.583

FONE: (19) 3815.5883
Av. 22 de Outubro, 975
1º andar - Mogi Mirim/SP

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

Laboratório de Análises Clínicas
RAMALHO & MONTAGNANA

Coletas em domicílio

(19) 3862.1906
(19) 99210.2148

Rua Dr Ulhôa Cintra, nº 991 Centro

ESPAÇO
Primer

982665777
38062795

FONOAUDIOLOGIA
ODONTOLOGIA
PSICOLOGIA
NEUROPSICOLOGIA

AV BELO HORIZONTE, Nº 113
JD GETÚLIO VARGAS - MOGI MIRIM

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

Larissa Franceschett
dra.larissafc@gmail.com

Clínica Integrale
3806-5220 // 3805-5007

(19) 99132-7447
@larissa_franceschett

Avenida Brasília, 441, JD. Áurea,
Mogi Mirim-SP

JUNHO
LARANJA

CAMPANHA DE
CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE A
ANEMIA E LEUCEMIA

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

Dr. Heryberto Alvim

OFTALMOLOGISTA

3806.1532
3862.8171

Rua Padre Roque, 537 - Mogi Mirim