



Jornal

Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim



SETEMBRO DE 2021 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / 3805.4307 / **CONSULTA:** 3805.4346

MAIS DOIS BENEFÍCIOS!

Firmamos convênios com o **BAR DO TINA** e com a **PIZZARIA BRUGNETTI** e os associados passam a gozar de um **ótimo desconto de 10% (DEZ POR CENTO)** no consumo realizado nestes estabelecimentos, conhecidos regionalmente por seus excelentes pratos, lanches e pizzas, bastando apenas que seja apresentada a "carteirinha" de associado!

O primeiro fica localizado na Rua Padre Roque, nº 1.581, Centro. A segunda na Rua Prof. Ferreira Lima, nº 1.833, no Jardim Paulista. (OBSERVAÇÃO: será concedido este desconto, somente nos casos de pagamentos realizados em dinheiro, não abrangendo promoções, cigarros e bebidas alcoólicas. Não é cumulativo, ou seja, valerá somente para a mesa, independente do número de associados).

“Campanha do alimento 2021”
A AAPMM já está recebendo as doações de alimentos na sede. Doe qualquer tipo de alimento não perecível, no horário de funcionamento das 08:00 às 12:00 e das 13:00 às 16:45.
“Doar alimento, alimenta a alma e o coração”

CENTRO OTORRINO
Dr. Maria Roberto Paiva Ferreira
Nariz - ouvido - garganta clínica e cirurgia
Otorrinolaringologista
CRM-SP 77771
Fone: (19) 3862-6423
Rua Padre José, 482 - Centro

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 diretamente na Associação) e comprovante de endereço. Pagar R\$ 60 no ato da inscrição, sendo R\$ 48, valor referente ao pagamento adiantado de quatro meses, e R\$ 12 correspondentes ao custo da carteirinha social.

Benefícios

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

SEJA MAIS UM ASSOCIADO E APROVEITE DE VÁRIOS BENEFÍCIOS!

Localizada à Rua Dr. José Alves, nº 554, a ASSOCIAÇÃO DOS APOSENTADOS E PENSIONISTAS DE MOGI MIRIM, fundada em 1988, reúne associados das mais variadas camadas da sociedade, que interagem em função de interesses recíprocos.

A Associação conta com cerca de 6.000 as-

sociados, que usufruem de vários benefícios, como viagens, bailes e atendimento médico, inclusive, especialistas das mais variadas áreas, como profissional de fisioterapia, consultoria jurídica, etc. O direito é obtido mediante pagamento de valores mais módicos que os praticados no mercado. A mensalidade é de

apenas R\$ 12,00 (doze reais) para manutenção das instalações, bem como de um jornal mensal, com diversos informativos de interesse dos associados.

Venha ser mais um associado! Basta ter no mínimo 30 (trinta) anos de idade, sem exigência da condição de aposentado ou pensionista.

Viagens 2022

As outras viagens acontecerão, porém, estão sendo estudadas novas datas.

CALDAS NOVAS:
17/02/2022 a 22/02/2022

SÃO LOURENÇO:
23/06/2022 a 26/06/2022

OBS: SÓ FORAM ATUALIZADAS AS DATAS. O RESTANTE CONTINUA TUDO COMO ANTES. (IDA, VOLTA, ROTEIRO, ETC...)

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

Em até 24x

odontoquinze | Fazendo o melhor para você sorrir!
centro odontológico

Dentaduras Parafusadas e Convencionais

Implantodontia

Disfunção da ATM

Cirurgia bucal avançada

(19) 3806 4977 | (19) 9741 09831

Dr. Ronie Manco | Dra. Laura Manco

Rua 15 de Novembro, 34 sala 1
Centro Mogi Mirim | SP

Viver

Mas era apenas isso,
era isso, mais nada?
Era só a batida
numa porta fechada?
E ninguém respondendo,
nenhum gesto de abrir:
era, sem fechadura,
uma chave perdida?

Isso, ou menos que isso
uma noção de porta,
o projeto de abri-la
sem haver outro lado?
O projeto de escuta
à procura de som?
O responder que oferta
o dom de uma recusa?

Como viver o mundo
em termos de esperança?
E que palavra é essa
que a vida não alcança?

**Carlos Drummond
de Andrade**



Cantinho da Saudade

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

† SAULO APARECIDO DA SILVA

Almoço dos Aniversariantes

Foi realizado um sorteio de almoço entre os aniversariantes do mês e os ganhadores foram: **CARLOS DE CASTRO CERRUTI, APRÍGIO MESSIAS e ANA MARIA MENDONÇA**

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.

Mural da AAPMM

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

bem CRÉDITO
seguros e crédito CONSIGNADO

Faça seu empréstimo e ganhe um brinde.
Não é sorteio EMPRESTOU, GANHO!

Rua Adelino Gardinali, 66
Ipê 6 - Mogi Guaçu
(19) 99139-1049

Sorteio do Bolo

No mês de setembro não
haverá sorteio do bolo, por
prevenção à saúde de todos.



Dra. Renata Maria Padovani
CRN3: 1573
Nutricionista
Mestre em Alimentos e Nutrição

Nutrição clínica
Reeducação alimentar
Atendimento no consultório e domicílio

Av. Brasília, 377 | Mogi Mirim - SP
Tel: (19) 3862-4261 | 3804 4095

Ótica Visão

R. Chico Venâncio, 54
Mogi Mirim - SP

Telefone:
(19) 3806-1560

Leonello
SUPERMERCADO

Açougue
Padaria
Hortifruti

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

PAULO TERRAPLENAGEM
Materiais básicos para construção!

LOCAÇÃO DE
CAÇAMBAS
PARA ENTULHO

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

**J. C. CONSTRUÇÃO
CIVIL E PINTURA**

(19) 9 9678-0210
J. CARLOS
CNPJ 32.918.219/0001-60

Drogaria Familiar
Sua saúde em 1º lugar.

(19) 3806-4040
(19) 3805-3777

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@apmm.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

COMUNICADO IMPORTANTE!

Caso esteja com sua mensalidade atrasada, dirija-se à secretária da Associação que seu caso será analisado com carinho e, com certeza, será solucionado. Desta forma, você poderá voltar a usufruir de todos os benefícios oferecidos pela Associação.

COMUNICAMOS QUE OS ANÚNCIOS PUBLICADOS NA LISTA DE CONVÊNIOS (OS NOMES QUE ESTÃO NAS PÁGINAS 4 E 5) NO JORNAL DA AAPMM TERÁ UM CUSTO MENSAL DE R\$ 5,00.

Para mais informações, entrar em contato com a AAPMM.

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, que é realizado pelo advogado da Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, é pessoal e reservado, na sede da entidade, mediante prévio agendamento junto à secretaria.

Atendimento na Sede da AAPMM
Consultas com agendamento pelo tel. 3805.4346 e agendamento direto com o profissional

SAÚDE

CLÍNICO GERAL

Dr. Manoel Henrique Helene
Dr. Marcos Carrasco
(1 vez por semana)
Drº Iuri Tenório
(1 vez por semana)

NEUROLOGISTA

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

ORTOPEDISTA

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

DERMATOLOGISTA

Dr Iuri Tenório
(1 vez por semana)

GERIATRA

Dr. Josiane Rodrigues Xavier
(15 em 15 dias)

OTORRINOLARINGOLOGISTA

Drº Mario Roberto Paiva Ferreira
(15 em 15 dias)

VASCULAR

Dr. Sergio Gioia
(15 em 15 dias)

GINECOLOGISTA

Dr. Maria Alice Fernandes Mostardinha (1 vez por semana)
Dr. Lúcia Maria Ferreira Tenório
(1 vez por semana)

FISIOTERAPEUTA

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

PSICÓLOGO

Dr. Rosangela de Oliveira
(9.9190.0433 / 3862.9552)
Dr. Manoel Rosa dos Reis
(1 vez por semana) 3805.4346

NUTRICIONISTA

Dr. Flávia Apa. Picoli
(9.9157.0003)

PSIQUIATRA

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

ADVOGADOS

Dr. José Eduardo Camargo
(2 vezes por semana)

GRUPO DE ALONGAMENTO

Dr. Caroline de Campos Bernardi
(9.9525.5219)

CABELEIREIRA E MANICURE

Kelly - quinta e sexta
(9.9177.1142)

PODOLOGIA

Amauri Gomes
(9.9731.0095) terça e quinta

 **Hospital de Olhos**
de Mogi Mirim

Dr. Fábio José Mariotoni Bronzatto
Oftalmologista - CRM: 129.701

19 3806-8297
Av. Brasília 85 - Mogi Mirim

Thais Solidário de Souza
PSICÓLOGA
CRP: 06/114989

Atendimento Online e Presencial
Crianças - Adolescentes -
Adultos - Idosos

 **(19) 99308-9600**

DROGARIAS
Farmáxima
BRASÍLIA Cuidando com o coração

RUA SANTA CRUZ, nº289

3862-4569
 **98165-0237**
Entrega Grátis

DESCONTOS ESPECIAIS EM TODOS OS MEDICAMENTOS

CONVÊNIOS E PLANOS MÉDICOS COM ATÉ 30% DE DESCONTO

 **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

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!**ACUPUNTURA**

Elva Judy Nieri (30%) 98300.6743

ANGIOLOGIA / CIRURGIA VASCULAR

Adolfo Paliães Mateus Rodrigues (20%) 3804.9656

Danielle M. Bernardes (40%) 3862.1445

CARDIOLOGIA

Carlos de Camargo (50%) 3862.7659

Christian Dangla Lira (48%) 3862.0560

Dr. Márcio Venício da Silva (40%) 3862.6423 / 3862.6774

José Jayme Guerreiro Franco (20%) 3862.1051

Rafael Carvalho (33%) 3549.7557 / 99533.3036

Raquel Miriam Garcia (50%) 3549.5278 / 99755.7724

Sérgio Diogo (40%) 3569.4389

Susamar Costa Leal (50%) 3861.7194

CLÍNICA GERAL

Altamiro Sturari (25%) 3804.4584

Ary Augusto Macedo (25%) 3862.0726

Cássia Coser Carvalhal (50%) 3806.6284

José Antônio Cirvidiu (20%) 3804.1081

José Cláudio M. de Barros (25%) 3862.5942

CUIDADORES E ACOMPANHANTES DE IDOSOS

Patrícia (para Hospital) (inclusive no período noturno) (10%) 99114.9377

DANÇA

de salão e dança do ventre, com Sandra Kusunoki (35%) 3862.0024 \ 99219.4986

Primeiros Passos Escola de Dança – Dança solta e de salão para melhor idade (20%) 98156.5913 / 3805.4540

DERMATOLOGIA

Iuri Ferreira Tenório (40%) 3806.4960

Marcel Alex Soares dos Santos (40%) 3804.9666

Raquel Maria de Carvalho (30%) 3549.7557 / 99533.3036

ENDOCRINOLOGIA

Helena Gavazzi Neri (20%) 3862.0730

Márcia Regina Pereira (20%) 3862.0144

Patrícia Soares da Silva (40%) 3552.1890 / 98842.2608

ENFERMAGEM

Samantha Aurea Kaam de Moraes (11%) 99239.9911 – Enfermagem especializada

FARMÁCIA

Farmáxima Brasília (até 50%) 3862.4569

FARMÁCIA DE MANIPULAÇÃO

Bioterápica (10%) 3862.0348

Farmagi (15%) 3841.2411

FISIOTERAPIA

Alice Rasci (20%) 99470.5552

Ana Letícia Gurjão Borin (50%) 99344.1124

Ana Letícia Maximiano (domiciliar) (30%) 98240.0768

Denis Wilson Zarpão Pereira Campos (20%) 3806.2539

Keylla de Sousa Marriel Paschoal (20%) 3806.5676 / 99313.1555

Laura Cheidde Lebrão: Fisioterapia e Auriculoterapia (30%) 99970.3990 / 3022.6910

Laura de Barros Valim (40%) 99743.9002

Lourdes P. de Oliveira Dasan (30%) 99115.4571

Maíra Moraes Venâncio Domingues (30%) 98286.8095

Marcelo Martins Gomes (30%) 3804.5328

Patrícia Caleffi Damasio Rossi (25%) 99674.1551

Patrícia Cristina Andrade - Home Care - Especialista em dor e acupuntura (50%) 98130.1910

Rita Aparecida Zani (30%) 99240.4770

Sebastião M. Fonseca (10%) 99958.2805

FONOAUDIOLOGIA

Audio Vida (20%) 98249.3050 / 99302.0773

(1ª consulta é gratuita)

Raquel Munhoz - Núcleo de Audiologia 19.3231.1088 / 19.99101.9629

Renata Christina Galli d'ávila (50%) 3862.2298

Susana Maria Coradi Martiminiano (40%) 3806.2795

Telex Soluções Auditivas (25%) 19.3805.3284 / 19.99553.8223

GASTROENTEROLOGIA

José Antônio Cirvidiu (20%) 3804.1081

Valdir Seksenian (48%) 3862.0560 / 3805.3901

GERIATRIA

Carlos Alberto Santiago (40%) 3862.1448

Susamar Costa Leal (50%) 3861.7194

GERONTOLOGIA

Jessica Fernanda P. Soares (35 %) 98196.2463

GINECOLOGIA

Amilca Barreta (40%) 3022.6780 / 3806.4060

Ana Cristina Delacorte (40%) 3806.3259

Lúcia Maria Ferreira Tenório (40%) 3806.4960

Maria Alice Fernandes Mostardinha (40%) 3862.1445

Méiri de Lourdes Ravanini (20%) 3862.3524

LABORATÓRIOS

Anál. Clínicas Ramalho & Montagnana (20%) 3862.1906

Central (50%) 3862.4862

CEDIH (tabela especial) 99649.8960

São Judas Tadeu (20%) 3861.3507

MANICURE / PEDICURE

Alessandra D. dos Santos (20%) 3862.9004

Sueli dos Santos (10%) 99419.7822

MASSOTERAPIA

Letícia Storti Andrade (30%) 3862.3757 / 99926.9771

Tatiane Polydoro Costa (20%) 3862.2328

NEUROLOGIA

Adriana Cristina B. Bonin (até 50 anos 30% / acima de 51 anos 40%) 3804.9666

Edmilson José de Souza (25%) 3805.5007

Jose Ricardo Martins (48%) 3805.3901

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

Márcio A. Romanello Campos (34%) 3862.3263 somente Aposentados e Pensionistas.

NUTRIÇÃO

Amanda Tesser (40%) 98142.6032

Andressa R Theodoro (20%) 99641.7103 / 3862.3416

Flávia Aparecida Picoli (40%) 97127.2902

Katia Regina Nespini (30%) 3549.0035

Marcella Ferreira (20%) 99664.3594

Renata Maria Padovani (25%) 3804.4095 (Domiciliar)

ODONTOLOGIA

Clínica Odontológica Catarinense (10%) 3552.5009

Dr. Ronie Roberto Manco (até 50%) 3806.4977

Eduardo Chabregas Guerreiro (30%) 3549.0561

Elaine Cristina Araújo Cestari (20 a 35%) 99691.5809

José Luiz Guerreiro (20% a 30%) 98254.3804

Jossimara Reis Vilela (10%) 3862.5942

Juliana Alves Mestringer (até 30%) 3549.9099

Lilian P. Setoguchi - Radiologia (10%) 3862.4566

Lincoln Serafim dos Anjos (20%) 3806.1140

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

Marcelo Guerreiro Fernandes (até 40%) 3862.3176

Marcelo Souto Dante (20%) 3806.6032

Rafael Bronzato Bueno (cirurgião dentista) (20%) 3806-1444

Roberta Adriana Freato da Silva (20%) 3862.7937

Sorridents Clínicas (até 40%) 3805.3385 / 99949.4664

Thais Pimenta Sanches (30%) 3806.5930

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

OFTALMOLOGIA

Carolina Ravanini Neves (50 %) 3862.3524
 Diego Boeira Aguila (30 %) 3831.5107
 Dr. Fábio José M. Bronzato (40%) 3806.8297
 Fernando Neves da Silva (50%) 3862.3524
 Heryberto Alvim (50%) 3806.1532

ORTOPEDIA

Alexandre Vidal Vargas Carvalhal (50%) 3806.6284
 Andre Frazão Rosa (20%) 3862.0730
 Antonio José Franco Filho (20%) 3805.4060
 Antonio Sérgio Vasconcellos (50%) 3861.1909 / 3841.2050
 Eduardo Valim (20%) 3805.4060
 Honório José Ferreira (40%) 3806.4668
 Luciano Regis de Lima (22,5%) 3862.0550
 Manoel Ricardo dos Santos (50%) 3862.9253
 Nelson Santos Assis de Melo (8%) 3805.4060

OTORRINO

Mário Roberto Paiva Ferreira (65 %) 3862.6423

ÓTICA

Bela vista (de 20% a 30%) 3806.7771
 Elis (20%) 3804.2747
 Fabrim (35%) 3549.0250
 Menina dos Olhos (10% à prazo e 20% à vista) 3862.7596
 Mercado dos Óculos (30%) 97102.5890 / 3805.2882
 Ótica Visão (20% a.v) (15% 2x) (10% 3x) (5% 4x) 3806.1560

PILATES/TREINAMENTO FUNCIONAL

Espaço pilates (30%) 3549.6665
 Podoverbal (15%) 3552.1214

PNEUMOLOGIA

Luiz Paulo Tonioli (20%) 3804.9666
 Lycia Inês Moreira da Silva (20%) 3806.3515

PODOLOGIA

Alexandra L. B. Cunha Canto (20 à 30%) 3549.7439 / 99753.8006
 Renata Alborghette (20%) 3862.8269 / 99658.3035

PSICOLOGIA

Adelson Pinto Junior (60%) 99797.9405
 Clinica Trevisan (30%) 3862.7271 / 98133.8087
 Cristiane Machado Brites (Arte Terapeuta) (30%) 97138.3204
 Daiani de Lima Alves Garcia (30%) 97137.0568
 Marisa Martin Crivelaro Romão – Neuropsicóloga (30% em psicoterapia/reabilitação neuropsicológica) e (25% em avaliação neuropsicológica) 3806.2795
 Michele Kimie Sukada Lima (25%) 99168.8469
 Paulo Cesar Pereira (50%) 97124.8046
 Renato Badan (50%) 3862.3524 / 99679.8589
 Vanessa dos Santos (15%) 99213.8587
 Virgínia Cerruti Alves (50%) 99910.4787

PSICOLOGIA / PSICOTERAPIA

Aline Aparecida Alves de Azevedo (35%) 99263.1153
 Ana Lídia Zani (40%) 3806.2795
 Maria Elizabeth Vieira Teixeira (30%) 3804.4428
 Rosangela Marchesi de Oliveira (30%) 99190.0433
 Tânia Maria Garcia Calixto (30%) 99425.0430
 Vanessa Polidoro (30%) 99302.4547

PSICOPEDAGOGIA

Dra. Flávia Rossi (20%) 99974.7798

PSIQUIATRIA

Fernando Ferreira (33%) 3862.5942

REUMATOLOGIA

Sérgio Mauricio Urbini Junior (15%) 3805.4102

SERVIÇOS MÉDICOS

Medcor – Serviços Médicos (25%) 3805.4560

TERAPIA OCUPACIONAL

Vanessa Crocetti Lealdini (20%) 3805.2727

ULTRASSONOGRRAFIA

Imaginus (20%) 3815.5883 / 99625.5055
 Vanessa Gomes e Silva Marques (10%) 3805.3912

DIVERSOS

Ana Paula F. Rodrigues – Médica Veterinária (20%) 99766.6570
 Alivinex - (15%) 3806.1617
 Aluguel de brinquedos, mesas e cadeiras: Edésio Vieira de Camargo (10%) 3862.9196 / 98160.7917
 Audiens Centro Auditivo – Aparelho Auditivo (15%) 3362.1581
 Babá de animais e Passeadora de Cães - Marcia Regina (10%) 99232.7148
 Barantu Comércio Eletrônico (10%) 3862.2480
 Borracharia Lucas: José V. A. Vieira (20%) 3806.5158
 Caçam Faz (5%) 3862.3638
 Chinelos Decorados - Sueli Soares dos Santos (10%) 3022-6754
 Clínica Veterinária Vital (5%) 3862.5039
 Daniel Aiex – Motorista Particular (10%) 99746.2339 / 3804.4041

Desentupidora: Leandro Isac Tiriaco (10%) 99714.7292

Dimas Nunes de Moura (**Eletricista / Encanador**) (10%) 3862.0731 / 9.9815.4682

Distribuidora de Água Saúde: Cecília (10%) 3815.5539 / 99992.6877

Ed Soldas (5%) 3804.3902

Empréstimo Consignado: Luciana Procópio 98770.3746

Erica Chocolat's (chocolates, cestas e presentes) (10%) 3862.3447 / 99610.1367

Ezequiel dos Anjos Fernandes (20%) (**Vazamentos Água**) 9.9749.6313

Heitor da Silva **Aulas de Informática** Domiciliar / Formatação / Consertos de Notebooks (20%) 3805.2745 / 99745.8948

Imaginus Ultrassonografia (20%) 3815.5883

Informática 3ª Idade (aulas em grupo) – Liberty (50%) 98138.6392 / 3806.4340

Informática e Inglês 3ª idade (50%) 3806.4340

Jacaré Transporte e Locação de Vans (10%) 99762.7071

Letreiro (comunicação visual) – Valdir (10%) 99724.7923

Locação De Festas (10%) 99700.5263

Marmitex – Analu Moreira Picinato (5%) 99648-4049 / 3861-5890

MUSICOTERAPIA - Diogo dos Santos (40%) 3862.0955

PABX/Telefonia - Vander Rodrigues de Carvalho (10%) 3862.2067

Pintura Residencial/Industrial – Marcos Vinícius (5%) 99508.1098 / 98152.5804

PURIFIC – Purificadores de água (10%) 3805.2039

Radiografar Radiologia Odontológica (10%) 3804.3145

Transporte executivo e van escolar – Danielle (30%) 98114.6115



Amanda Tesser
 Nutricionista
 CRN 3ª região - nº 24225

Avenida Brasília, 353, Jd. Áurea
 Mogi Mirim - SP
 Fone: (19) 98142.6032
 e-mail: nutri.amanda@gmail.com



ClinCare
 oftalmologia e especialidades médicas

Dr. Diego Aguila
 Oftalmologista - CRM. 112.169
 Título de Especialista pelo Conselho Brasileiro de Oftalmologia

Mogi Guaçu
 3831.5107 / 3831.5854
 R. Manoel de Paula, 33 - Capela



DRA VIVIANE VASCONCELOS
 DERMATOLOGIA

(19) 98257-5286

RUA MONSENHOR MOYSES NORA,
 Nº 136 - CENTRO- MOGI MIRIM

ANUNCIE AQUI

(19)3862-4799

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

DEVOLUÇÃO DO AUXÍLIO EMERGENCIAL

Cerca de 650 mil pessoas serão comunicadas para devolver o auxílio emergencial. O Ministério da Cidadania, por meio de mensagens de texto, enviado a celulares, estará cobrando a devolução de quem recebeu indevidamente o benefício e a devolução será mediante DARF (Documento de Arrecadação de Receitas Federais).

Há casos de pessoas que efetuaram seus cadastros por meios digitais, durante a pandemia e, ao fazerem a declaração de imposto de ren-

da, no ano passado, constatou-se que tiveram rendimento tributável acima de R\$ 22.847,76.

Há também casos em que as pessoas não se enquadraram nos critérios que daria direito ao benefício, pois já recebem outro benefício assistencial do governo federal, como aposentadoria, seguro-desemprego ou do programa emergencial de manutenção do emprego e da renda. Outros estavam empregados, quando requereram o benefício e até mesmo pessoas que possuíam renda incompatível com o rece-

bimento do benefício.

As mensagens serão enviadas pelo Ministério da Cidadania, contendo o número do CPF de quem foi beneficiado indevidamente, com o link gov.br e serão enviadas pelos números 28.041 e 28.042. Não devem ser consideradas mensagens recebidas de outros números, que não esses.

José Eduardo Camargo
Advogado

Pandemia: aumento de insônia entre profissionais da saúde

Com a pandemia de covid-19, a carga de trabalho enfrentada pelos profissionais da saúde gera preocupação quanto à condição física e mental desses profissionais. Estudo desenvolvido por pesquisadores da Faculdade de Medicina da USP (FMUSP) e da Faculdade de Saúde Pública (FSP) da USP analisou 4.384 profissionais da saúde e revelou que 41,4% deles apresentaram novas queixas de insônia ou piora desse quadro durante a pandemia.

O estudo também observou um aumento de 13% no número de tratamentos medicamentosos para insônia entre os profissionais. Os resultados do estudo, cujo autor principal é o professor Luciano Drager, da FMUSP, foram publicados em setembro de 2020, em versão preprint (sem a revisão de pares), na plataforma medRxiv.

A pesquisa foi de caráter transversal, isto é, os dados foram obtidos por meio de uma informação única, nesse caso, pela aplicação de questionário online em junho de 2020, com abrangência em todas as regiões, realizado pela Associação Brasileira de Medicina do Sono (ABMS).

Os participantes tinham em média 44 anos de idade, 76% eram mulheres e 53,8% médicos ou médicas, entre enfermeiros, nutricionistas, fisioterapeutas, te-



rapeutas ocupacionais, fonoaudiólogos, psicólogos etc. Entre eles, 55,7% estavam atuando nos cuidados de pacientes com covid-19 e 9,2% informaram já ter caso de infecção pelo vírus.

Os participantes foram questionados sobre seus estados de saúde, com destaque para distúrbios de sono, ansiedade e estresse por exaustão física e mental no trabalho, estado crônico mais conhecido pela síndrome de Burnout. “Nosso interesse foi verificar se havia prevalência de insônia, ansiedade e Burnout nos profissionais de saúde com a decorrência do cenário pandêmico”, conta Cláudia Moreno, coautora do estudo, professora da FSP e vice-presidente da ABMS.

“Os resultados demonstram que os profissionais de saúde já estavam sofrendo os efeitos da pandemia após poucos meses de trabalho, o que significa que hoje, um ano depois, a situação deve estar agrava-

da”, diz Cláudia Moreno. Entre os entrevistados, 1.817 (41,4%) relataram novas queixas de insônia ou piora do quadro que já possuíam, em paralelo; 572 (13%) relataram iniciar novos tratamentos com uso de medicamentos para insônia.

“O não atendimento da necessidade de sono tem efeitos a curto, médio e longo prazo para a saúde”, afirma a pesquisadora. De acordo com ela, o sono adequado, tanto em relação à sua duração quanto ao momento em que é realizado, é uma necessidade fisiológica do organismo. Um dia que um médico fica em privação de sono já é suficiente para gerar alterações do humor e dores de cabeça. Os sintomas se agravam em casos de privação de sono crônica. **(Com informações do Jornal da USP)**

Perfil

MÁRIO ROBERTO PAIVA FERREIRA

Cirurgião otorrinolaringologista

A Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim passou a contar no mês de agosto com o atendimento do cirurgião otorrinolaringologista Mário Roberto Paiva Ferreira, de 76 anos. O mineiro de Poços de Caldas atende os associados toda sexta-feira, a partir das 13h. O médico também tem um consultório na cidade. Neste ano, doutor Mario completa 50 anos de formado. Ele cursou medicina na Escola de Medicina e Cirurgia do Rio de Janeiro. Ele trabalha com dois filhos e uma nora e mantém quatro unidades do seu Centro Otorrino – Poços de Caldas (MG), Mogi Mirim, Osasco e São Paulo. “Cuidamos de tudo que está relacionado a nariz, ouvido e garganta das pessoas”, comenta. Ele chegou até a AAPMM através de um colega cardiologista, que também atende na entidade. Médico com larga experi-

ência, especialista em cirurgia de nariz, o doutor Mário é também um esportista por natureza. Atualmente, pratica caminhada e corrida, praticamente diariamente. Já participou até de maratonas, como a de Novo Iorque (EUA). Corridas e caminhadas são mesmo uma paixão desse otorrinolaringologista mineiro gente boa. Vejam só: entre suas maiores aventuras, estão provas de 24 horas de caminhada, percorrendo 84 km; fez o tradicional Caminho de Santiago de Compostela, peregrinação de 30 dias e 800 km na Espanha; o caminho de Cuzco a Machu Piccho, no Peru; o caminho de São João da Boa Vista a Borda da Mata (MG), percor-

rendo 135 km em três dias. “Ainda hoje subo até o Cristo [de Poços de Caldas] caminhando toda semana”, conta com tranquilidade típica de mineiro como se fosse fácil. “Fora isso, já fiz de tudo no esporte. Fui piloto de kart,

jogador de basquete, entre outros”, revelou. Ah, doutor Mário, que é apaixonado por futebol, também trabalhou no meio, como médico da Caldense.

E toda essa vitalidade ele herdou da família. Seu pai está com 101 anos e sempre fez esporte a vida inteira. Ele ainda tem uma tia com 103 anos de idade. A prática de esporte, então, deve ser o segredo da longevidade. O doutor Mário que o diga.



Diretoria da AAPMM

CONSELHO DIRETOR

Presidente

Aparecido Dias de Freitas

Vice-Presidente

Sandra Gina B. Camargo

1ª Secretária

Neuza Claudete D. S. Cezar

1ª Tesoureira

Elisena Mª F C Justino

2º Tesoureiro

Paulo Roberto Saccini

Diretora Social

Maria Antonia R. de Freitas

Diretor Patrimonial

José Gasparini

Vice-Diretor Patrimonial

Luiz Benedito da Silva

CONSELHO FISCAL

EFETIVOS

Waldemar Paulsen Neto

José Milton Rodrigues

Alcides Pereira

SUPLENTES

Carlos Donizeti Campagnoli

RELAÇÕES

PÚBLICAS

Dr. José Eduardo Camargo

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

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

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**

JESSICA FERNANDA
GERONTOLOGA E NEUROPSICANALISTA
Atendimento Gerontológico;
Estimulação, Treino e Reabilitação Cognitiva;
Neurofeedback; Terapia psicanalítica;
Reabilitação cognitiva Pós-Covid.
Rua Áurea, nº 266
Jardim Áurea - Mogi Mirim
(19) 98196-2463
DESCONTO DE **35%**

QUIBE DE ABÓBORA

INGREDIENTES:

- 250 g de farinha para quibe
- 250 g de abóbora paulista ou japonesa
- 1 cebola média picada
- salsa picada a gosto
- cebolinha picada a gosto
- hortelã picado a gosto
- sal a gosto
- pimenta a gosto
- noz-moscada a gosto

MODO DE PREPARO

1. Hidrate a farinha de quibe com água morna com sal e noz-moscada suficiente para cobrir a farinha, por 30 minutos.
2. Cozinhe a abóbora picada em cubos pequenos na água e sal até que ela esteja bem mole; amasse com um garfo até obter um purê.
3. Escorra a água da farinha de quibe e misture bem com o purê de abóbora.
4. Adicione os temperos, misturando sempre.



5. Unte um refratário com óleo de coco, coloque a massa e leve para assar em forno médio (180° C), até que o quibe esteja com uma casquinha crocante sobre ele (aproximadamente

30 minutos).

Você pode rechear o quibe com queijo ou legumes, basta colocar metade da massa no refratário, o recheio e o restante da massa e assar.

Não é apenas um aparelho auditivo. É o multifuncional Marvel.

Se apaixonar nunca foi tão fácil. Agende hoje mesmo sua consulta!

(19) 3362-1581

Rua Jose Pedrini, 85 - Centro - Mogi Guaçu - SP
www.audiensaparelhoauditivo.com.br

PHONAK | Revendedor Oficial

- Conecta-se a smartphones, TV e muito mais
- Som rico e claro
- Recarregável
- Aplicativo inteligente

Dr. Heryberto Alvim

OFTALMOLOGISTA

3806.1532
3862.8171

Rua Padre Roque, 537 - Mogi Mirim

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

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
● Tomografia Cone Bean

Desconto
10%

● Documentação Periapical
● Documentação Ortodôntica

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

Cedih

CEDIH - Centro Diagnóstico de Doenças Infecciosas e Dosagens Hormonais.
Rua Parisio de Almeida, 66
Vila São José (Próximo ao CEM)
(19) 99684 7990 - Cristina
(19) 99649 8960 - Dr. Eduardo

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