



Jornal

# Flor da Idade

Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim



MAIO DE 2024 - Rua Doutor José Alves, nº 554 - Mogi Mirim - Fone: 19 3862.4799 / 3805.4307 / CONSULTA: 3805.4346

## Viagens/2024

**POÇOS DE CALDAS**  
De: 08/06/2024 a 09/06/2024

**Saída 6h / Retorno 14h**

Associados: R\$ 570,00  
Não Associados: R\$ 590,00  
Crianças de 6 a 12 anos: R\$ 285,00

**MARIA FUMAÇA**  
**JAGUARIÚNA SP**

**Dia: 27/07/2024**

**Saída 7h / Retorno 17h**

Associados: R\$ 230,00  
Não Associados: R\$ 250,00  
Crianças de 6 a 12 anos: R\$ 150,00

**SÃO LOURENÇO - MG**

**Dia: 15 a 18/08/2024**

**Saída 23h / Retorno 14h**

Associados: R\$ 900,00  
Não Associados: R\$ 1.000,00  
Crianças de 0 a 5 anos  
Só poltrona – R\$ 150,00  
Crianças de 6 a 12 anos – R\$ 450,00

**CALDAS NOVAS GO**

**De: 15 a 20/09/2024**

**Saída 23h / Retorno 10h**

Associados: R\$ 1.500,00  
Não Associados: R\$ 1.700,00  
Crianças de 0 a 7 anos –  
Só poltrona – R\$ 250,00  
Crianças de 8 a 12 anos – R\$ 750,00

**APARECIDA –SP**

**De: 25/10/2024**

**Saída 00h / Retorno 15h**

Associados: R\$ 150,00  
Não associados: R\$ 170,00  
Crianças de 6 a 12 anos: R\$ 75,00

**BERTIOGA - SP**

**De: 21 a 24/11/2024**

**Saída 17h30 / Retorno 14h**

Associados: R\$ 1.000,00  
Não Associados: R\$ 1.100,00  
Crianças de 0 a 5 anos –  
Só poltrona – R\$ 150,00  
Crianças de 6 a 12 anos – R\$ 500,00

**MERCADÃO - SP**

**Dia: 14/12/2024**

**Saída 6h / Retorno 17h**

Associados: R\$ 90,00  
Não Associados: R\$ 120,00  
Crianças de 0 a 5 anos  
Só poltrona – R\$ 84,00  
Crianças de 6 anos ou mais R\$ 90,00

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:  
3862.4799 – 3805.4307

## Comunicado Importante

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 somente o valor da nova 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.

**Feliz Dia das mães**

Mãe é sabedoria e força,  
Sinônimo de amor e zelo!  
Que você seja homenageada todos os dias!

**Protea**  
ULTRASSONOGRRAFIA  
Dra. Juliana C. Maretti Benetti  
CRM 169649  
ROE 104495  
**(19) 3362-3698**  
Clínica Médica Integratto  
R. Vicente Ortiz de Camargo, 80  
Planalto Verde - Mogi Guaçu  
CEP:13843-214

**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



## 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

**VISAFRAN**  
CORRETORA DE SEGUROS  
FONE: 0800-500-1517

## Sorteio do Bolo



Os ganhadores do bolo de aniversário de ABRIL foram:  
**INÊS DE OLIVEIRA PEREIRA E LUCIANO OLIVEIRA DE MOURA**



Para os sorteios dos bolos dos aniversariantes do mês de maio, os aniversariantes devem estar presentes na Sede da AAPMM no dia 10 de maio (sexta-feira) até às 14h

### AGRADECIMENTO

Em nome do Presidente e Diretores da AAPMM, queremos agradecer as doações da loja **A Popular, Supermercado Leonello, Floricultura Laços & Flores** pelos brindes para o sorteio. E agradecer o **Supermercado São Vicente** pela doação de dois bolos de aniversário mensalmente.

A todos o nosso muito obrigado!



### 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](http://www.aapmm.com.br)  
[contato@apmm.com.br](mailto:contato@apmm.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

**Chaveiro e Carimbos**  
**BORIM**  
Fone: 3862-4561  
WhatsApp: (19)9.8128-1144  
Rua Marciliano, 386 - Centro Mogi Mirim

### "Campanha do Agasalho 2024"

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

### Calendário 2024 - Sorteio do Bolo dos aniversariantes

<b>Junho</b>	14/06/2024	<b>Setembro</b>	13/09/2024
<b>Julho</b>	12/07/2024	<b>Outubro</b>	11/10/2024
<b>Agosto</b>	09/08/2024	<b>Novembro</b>	08/11/2024
		<b>Dezembro</b>	13/12/2024

### Almoço dos Aniversariantes

Ganhadores do Almoço no Restaurante Cantinho Mineiro do mês de abril de 2024:

**Gilberto José Bridi**  
**Aparecida Benatti de Godoy**  
**Cleonice Apa. Davoli Correa**

**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.

### Cantinho da Saudade

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

- † **BENEDICTA DARCI BELOSINI PIERI**
- † **AMADEU MANERA**
- † **ANNA CELIZA NETTO GALLO**

**Ótica Real**  
Óculos de Sol - Óculos de Grau - Lentes de Contato  
Oticareal.mg@uol.com.br  
19 99121.6323

Mogi Guaçu - Pça Padre Armani, 45 Fone: 19 3861.0334  
Mogi Mirim - Rua Conde de Parnaíba, 231 Fone: 19 3552.4366

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

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

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

**PAULO TERRAPLENAGEM**  
Materiais básicos para construção!  
LOCAÇÃO DE CAÇAMBAS PARA ENTULHO  
Rua José Falcete, 139, Jd. Silvânia, Mogi Mirim  
Fone 3806-5728

# Funções da vitamina K nosso organismo

A vitamina K atua como cofator para o processo de coagulação sanguínea, sugere-se que a vitamina K está relacionada também com outras funções, como o metabolismo ósseo.

Um estudo, realizado por pesquisadores, demonstrou que há evidências de que a vitamina K atua na proteção contra declínios cognitivos, como aqueles associados a demência. Apesar de mais estudos serem necessários, a pesquisa traz esperança na luta contra doenças como o Alzheimer.

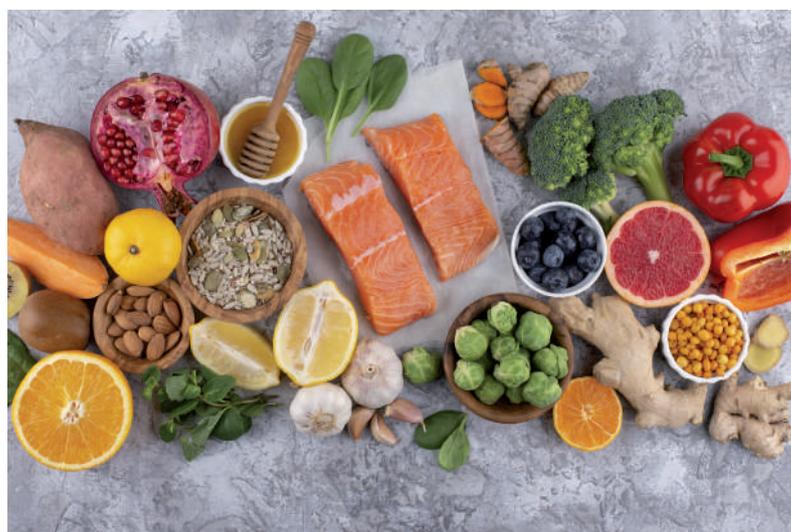
Deficiência de vitamina K

A hipovitaminose (baixos níveis ou falta total de

vitaminas) K pode levar ao desenvolvimentos de quadros hemorrágicos e não é comum em indivíduos adultos, uma vez que a vitamina K é encontrada em diferentes alimentos de origem vegetal, e sua síntese ocorre normalmente pela flora intestinal. Entretanto, apesar de não ser comum, ela ocorre.

Causas de deficiência de vitamina K

Podemos citar a baixa ingestão de vitaminas associadas a: uso de certos medicamentos, nutrição parental total durante longos períodos; síndrome de má absorção e obstrução biliar; e megadoses de vitaminas A e E, que antagonizam a vitamina K



## Onde a vitamina K pode ser encontrada?

A vitamina K é encontrada, principalmente, em vegetais folhosos como couve, brócolis, alguns tipos de alface e óleo de vegetais, também em algumas frutas, kiwi, uvas e mirtilos, também têm uma quantidade considerável dessa vitamina.

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

Hospital de Olhos  
de Mogi Mirim

Dr. Fábio José  
Mariotoni Bronzatto  
Oftalmologista - CRM: 129.701

19 3806-8297  
Av. Brasília 85 - Mogi Mirim

DROGARIAS

## Farmáxima

BRASÍLIA Cuidando com o coração

RUA SANTA CRUZ, nº289

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

Laboratório de Análises Clínicas  
RAMALHO & MONTAGNANA

Coletas em domicílio

(19) 3862.1906  
(19) 99210.2148

Rua Dr Ulhôa Cintra, nº 991 Centro

3862-4569

98165-0237

Entrega Grátis

DESCONTOS ESPECIAIS EM  
TODOS OS MEDICAMENTOS

CONVÊNIO E PLANOS MÉDICOS  
COM ATÉ 30% DE DESCONTO

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

Relojoaria Dias

Tradição desde 1956

- Jóias • Relógios • Alianças
- Artigos para presentes
- Completa oficina para consertos

FONE: (19) 3806.2722 3804-9066  
Rua Padre Roque, 61 - Centro - Mogi Mirim

"Campanha do Alimento 2024"

A AAPMM já está recebendo as doações de alimentos na sede. Doe qualquer tipo de alimento não perecível, no horário de funcionamento, das 8h às 12h e das 13h às 16h45.

"Doar alimento, alimenta a alma e o coração".

Atendimento na Sede da AAPMM  
Consultas só com agendamento pelo tel. 3805.4346

<b>ACUPUNTURA</b> Leda Cristina Barreto (11) 9-7165-6137 (toda terça e quinta feira)	<b>MASSAGISTA</b> Carila de Campos Bernardi (1 vez por semana) (9-9901-3571)
<b>ADVOGADOS</b> Dra. Alessandra Machado Oliveira Araujo (toda segunda de manhã e sexta à tarde)	<b>MANICURE</b> Neusa Maria Avancine Gumiero (toda quarta e quinta feira) (9-9688-8819)
<b>CARDIOLOGISTA</b> Dr. Afonso Henrique Eckmann Helene (2 vez por semana)	<b>NEUROLOGISTA</b> Dra. Talita de Moura Nohra (15 em 15 dias) Dr. José Rubens Ruberto (1 vez por semana)
<b>CABELEIREIRA E SOBRANCELHAS</b> Kelly Bezerra ( toda quarta e quinta) 9-9177-1142	<b>NUTRICIONISTA</b> Dra. Amanda Tesser (9-8142-6032) Dra. Mila Letícia Dovigo Costa (1 vez por semana)
<b>CLÍNICO GERAL</b> Dr. Marcos Carrasco (1 vez por semana) Dr. Iuri Tenório (1 vez por semana) Dr. José Antônio Cirvidiu (2 vezes por semana)	<b>ORTOPEDISTA</b> Dr. Paulo Fernandes Marques (1 vez por semana) Dr. Manoel Ricardo dos Santos (1 vez por semana)
<b>CROMOTERAPIA</b> Suely Gomes da Silva (segunda de tarde) (9-9174-4169)	<b>OTORRINOLARINGOLOGISTA</b> Dra. Isadora Lopes de Camargo Gabas (15 em 15 dias).
<b>DERMATOLOGISTA</b> Dr. Iuri Tenório (1 vez por semana)	<b>PODOLOGIA</b> Amauri Gomes (9-9731-0095) terça e quinta
<b>ESTETICISTA</b> Patrícia Pereira de Moraes (1 vez por semana) (9-9754-5911)	<b>PROFESSORA DE IOGA</b> Maria Emilia Guerreiro Franco (1 vez por semana) (9-9779-1253)
<b>FISIOTERAPEUTA</b> Dra. Caroline de Campos Bernardi (9-9525-5219) Dra. Jaqueline Alves da Silva (9-8845-4405)	<b>PROFESSORA DE DANÇA</b> Carila de Campos Bernardi (segunda de manhã e sexta de tarde) (9-9901-3571)
<b>GASTROENTEROLOGISTA</b> Dr. José Antônio Cirvidiu (2 vezes por semana)	<b>PSIQUIATRA</b> Dra. Cibele Perez Carvalho Monteiro (1 vez por semana)
<b>GERIATRA</b> Dra. Josiane Rodrigues Xavier (1 vez por semana)	<b>PSICÓLOGO</b> 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)
<b>GINECOLOGISTA</b> Dr. Luis Gabriel Ferreira Pissinatti (15 em 15 dias)	<b>UROLOGISTA</b> Dr. Sérgio Santini (2 vezes ao mês)
<b>GRUPO DE ALONGAMENTO</b> Dra. Caroline de Campos Bernardi (9-9525-5219) Dra. Jaqueline Alves da Silva (9-8845-4405)	<b>VASCULAR</b> Dr. Sergio Gioia (15 em 15 dias)

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

Espaço Pilates/Fisioterapia (20%)  
9-9791-7412

**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 (40%)  
3862-0144 / 9-9955-2296

**AURICULOTERAPIA**

Mirian da Costa (20%) 9-9771-0229

**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 / 9-9234-7345  
José Jayme Guerreiro Franco - (20%)  
3862-1051  
Márcio Venício da Silva - (30%) 3862-  
6423  
Raquel Miriam Garcia - (50%) 3549-  
5278 / 9-9126-6185  
Susamar Costa Leal - (30%) 3861-7194

**CIRURGIA GERAL**

José Antônio Cirvidiu (25%) 3804-1081  
Mayara Fernanda Victal (20%) 3862-5942

**CLÍNICA GERAL**

Eduardo Couto Carvalho (50%) 3362-  
6054 / 9-9234-7345  
José Cláudio M. de Barros (25%)  
3862-5942  
Larissa Franceschett Lopes da Cunha  
(50%) 9-9132-7447  
Marco Carrasco - (50%) 3862-5942 /  
9-7156-8856

**DERMATOLOGIA**

Iuri Ferreira Tenório - (40%) 3806.4960  
Viviane Vasconcelos - (50%) 9-8257-5286

**ENDOCRINOLOGIA**

Márcia Regina Pereira - (20%) 3862-0144  
Patrícia Soares da Silva - (20%)  
3806-8297/ 9-8842-2608

**ESTETICISTA**

Patrícia Pereira de Moraes de (10 a 20%)  
9-9754-5911

**FISIOTERAPIA**

Ana Letícia Maximiano (Clínica e Do-  
miliar) – (20%) – 98240-0768  
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  
Patrícia Caleffi Damasio Rossi (20%) -  
9-9674-1551  
Patrícia Cristina Andrade - (50%)  
9-8130-1910

**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%) - 3805-  
3284 / 9-9187-6110

**GASTROENTEROLOGIA**

José Antônio Cirvidiu (25%) 3804-1081  
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  
Maria Alice Mostardinha (40%) -  
3862.1445

**NEUROLOGIA**

Adriana Cristina B. Borin (25%) -  
3804-9666  
Márcio A. Romanello Campos (34%)  
3862-3263 - somente p/ aposentados  
e pensionistas

**NEFROLOGIA**

Dr. 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  
Dra. Mila Letícia Dovigo Costa (40%)  
9-9657-8670 (Atendimento domiciliar)

**ODONTOLOGIA**

Clínica Bucal Up Odontologia  
(até 40%) 3552-5009  
Clínica Sorridents (até 40%)  
3805-3385/ 9-9949-4664  
Dra. Glaciane Fernandes (10%) -  
9-9546-9720  
Juliana Alves Mestriner (40%)  
3549-9099  
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**

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

**OTORRINOLARINGOLOGIA:**

Isadora Lopes de Camargo Gabas (30%)  
3862-4261 Whatsapp (19) 9-8387-  
5280 – só mensagens

**ÓTICA**

Ótica Real - (20%) 3552-4366  
3861-0334 - agendamento de consulta  
Ótica Visão (10%) - 3806-1560  
Ótica A Favorita - (25%) 3552-1040/  
9-9387-4884  
Fabrim - (35%) 3549-0250

**PILATES**

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

**PSICOLOGIA**

Cristiane Machado Brites - (30%)  
97138-3204  
Marisa Martin Crivelaro Romão – Neu-  
ropsicóloga - (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  
Rosângela 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 Mauricio Urbini Junior - (15%)  
3805-4102

**ULTRASSONOLOGIA**

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**

**Liberty Informática e Inglês 3ª Idade**  
(aulas em grupo) (50%) e aulas indivi-  
duais (20%) 3806-4340/ 98138-6392  
**Elma Apa. Bordignon** - aulas de In-  
glês e Espanhol (20%) - 9-9713-5960  
**Cuidador/Acompanhante** de idosos  
e/ou caseiro para morar – Valter – (19)  
9-8602-1623

**LABORATÓRIO**

Ramalho e Montagnana (20%) - 3862-1906



**DRA VIVIANE VASCONCELOS**  
DERMATOLOGIA

(19) 98257-5286

RUA MONSENHOR MOYSES NORA,  
Nº 136 - CENTRO- 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



**DRA GLACIANE  
FERNANDES**

Ortodontia e Harmonização Facial

(19) 99546-9720

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

**Perfil** Patrícia Pereira de Moraes

# “Adoro elevar a autoestima das mulheres”.

**A** esteticista Patrícia Pereira de Moraes nasceu e sempre morou em Mogi Mirim, especialista na área, trabalha com a estética facial e também corporal.

Ela conta que sempre gostou desses cuidados estéticos,

resolveu estudar e se especializar no assunto, pois sempre se identificou com a profissão.

Desde 2022 começou a exercer profissionalmente a função de esteticista facial e corporal, Patrícia explica que hoje em dia existe um leque bem gran-

de de procedimentos estéticos no mercado, são inúmeras as opções de cuidados com a pele e com o corpo.

Atualmente trabalha com tratamento para gordura localizada e celulite, faz limpeza de pele, pelling químico e ledterapia. É especialista em massagem relaxante e drenagem linfática.

Aproveitou para nos contar ainda que na clínica onde atende, suas clientes encontram também o laser lavieen e depilação a laser.

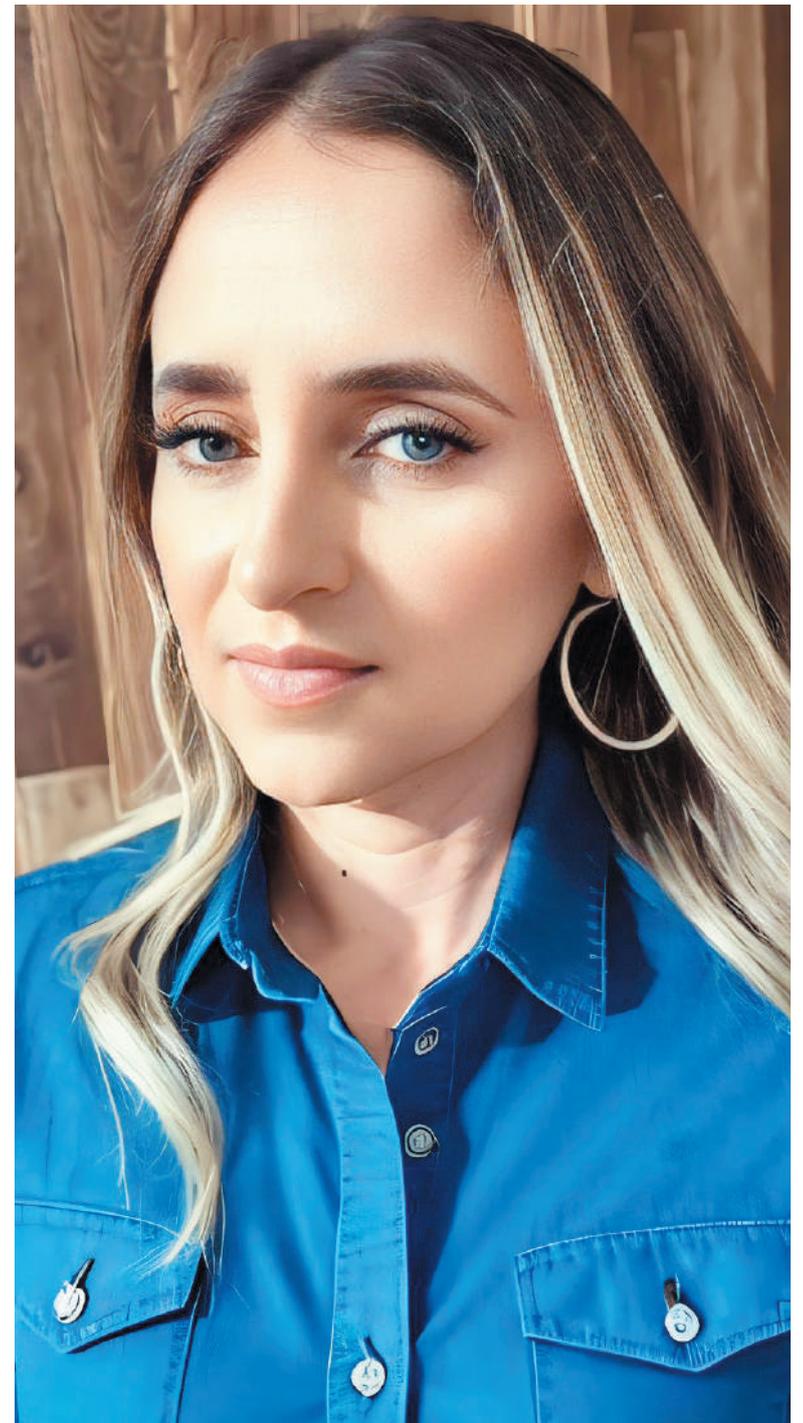
E com todo esse conhecimento na área, não poderíamos deixa-la de fora da nossa lista de profissionais disponíveis e capacitados para atender nossos associados.

Patrícia passará a atender também na Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, atenderá uma vez na semana com horário marcado, proporcionando para nossas associadas esse momento de cuidados com a beleza.

Ressaltou que essa extensão em seus atendimentos será muito importante, pois se sente realizada em poder levar a mais pessoas um momento

de relaxamento, descanso e autocuidado, ou seja, uma forma de praticar o amor pró-

prio, fazer com que as pessoas se sintam bem, saudáveis e confiantes



## Caça palavras

horizontal, vertical, diagonal

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

**BENFICA  
 CRUZEIRO  
 FLUMINENSE  
 GREMIO**

**GUARANI  
 INTERNACIONAL  
 JUVENTUS  
 NAUTICO**

**REMO  
 VASCO**



**DR. MARCO  
 CARRASCO**

CLÍNICA MÉDICA  
 E CIRÚRGICA  
 MEDICINA INTEGRATIVA  
 E FUNCIONAL

**f marcocarrascodr  
 @ drmarcocarrasco  
 (19) 97156-8856**

Rua. Áurea, 23 - Jardim Áurea - Mogi Mirim

**INSTALADORA**  
 Materiais Elétricos Mogi Ltda.  
**Serviços de Munchk**  
**Fones: (19) 3862-1239  
 (19) 3805-4228**  
 Rua João Soares de Camargo, 54 - Centro - Mogi Mirim

**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

**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**

**Perfil** Doutor José Antonio Cirvidiu

# "Satisfação em realizar os conhecimentos da medicina"

**D**outor Cirvidiu como é chamado por seus pacientes, nasceu em Mogi Mirim e aqui fez sua história.

Já são quase 50 anos exercendo a profissão de médico, José Antonio Cirvidiu é Gastroenterologista, especialidade que cuida das doenças do aparelho digestivo e Clínico Geral.

Para a Associação dos Aposentados e Pensionistas de Mogi Mirim, é de grande importância poder oferecer o atendimento do Doutor Cirvidiu aos associados.

O Doutor já atende associados em seu consultório a bastante tempo, mas agora estará ainda mais perto da AAPMM, fará atendimentos tam-

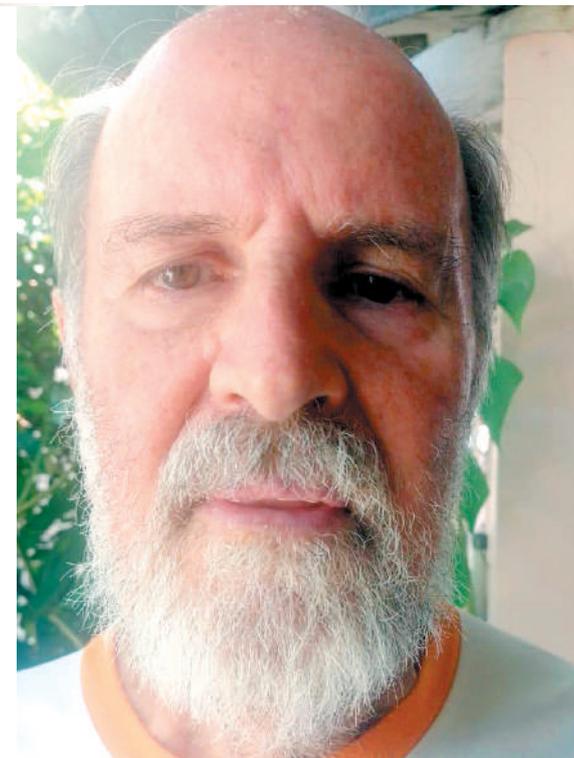
bém na sede da associação.

Conseguir atingir a cura dos doentes é o que mais o motiva na profissão, e não é para menos, há mais de 49 anos vem fazendo a diferença na vida das pessoas.

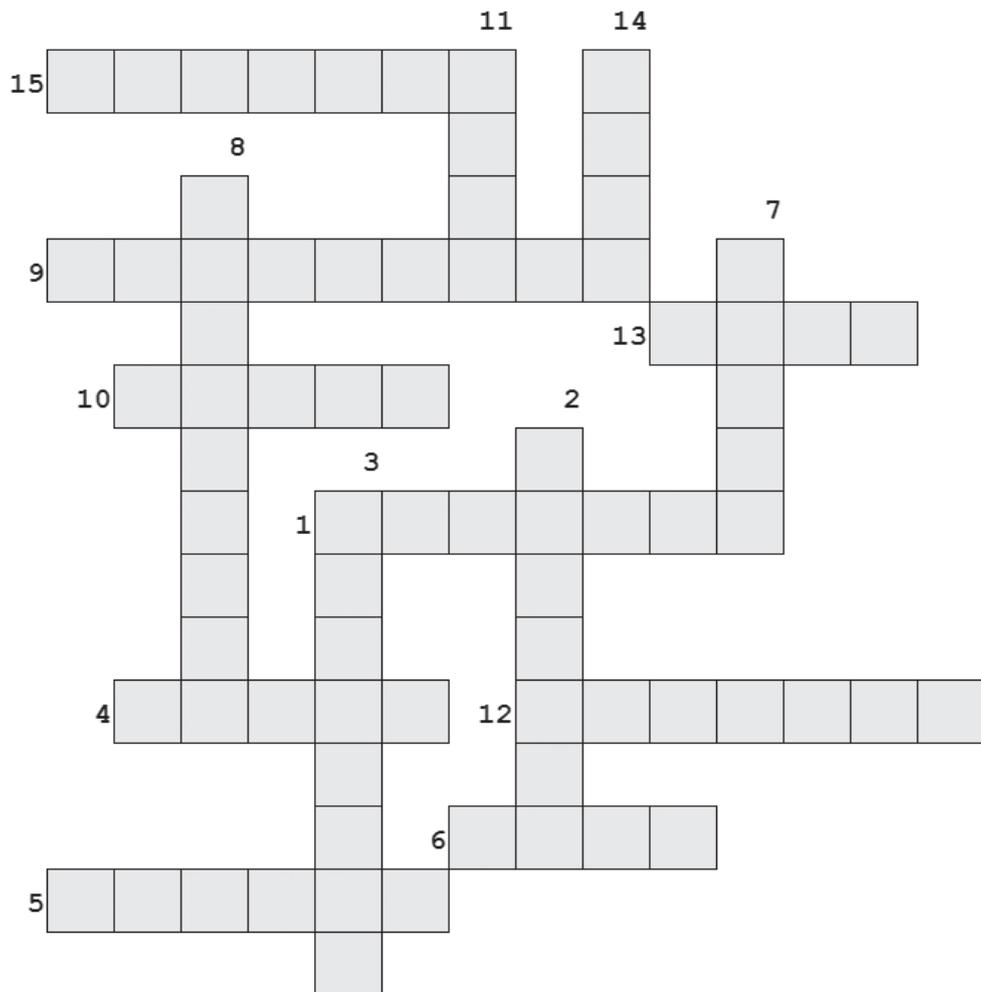
Contou que o que mais lhe satisfaz é poder colocar em prática seus conhecimentos em me-

dicina e assim ajudar as pessoas, trazendo o alívio das dores, e a cura das doenças.

É com grande prazer que passará a realizar esse trabalho em parceria com a Associação. " Assim será possível oferecer um atendimento de qualidade também aos associados!". Frisou Doutor Cirvidiu.



## Palavras cruzadas

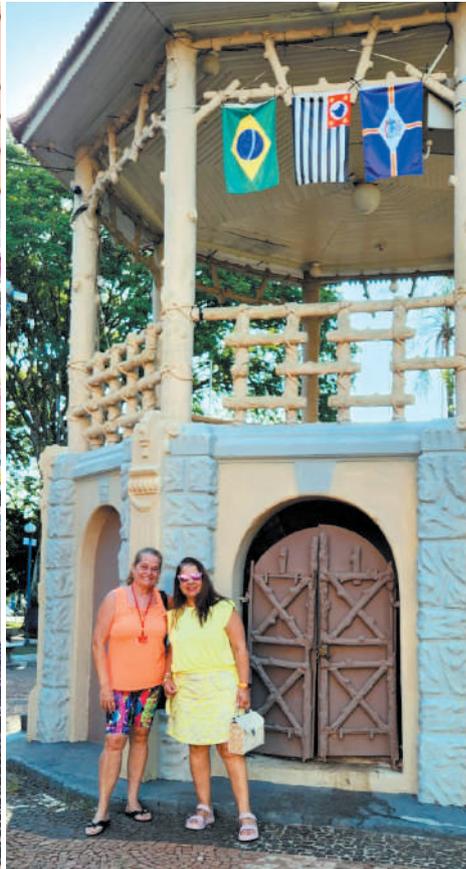


1. Aquele que tem dignidade; honrado, digno
2. Que tem extensão, volume, quantidade, tamanho etc. reduzido
3. Que é constante ou muito frequente; usual, costumeiro, rotineiro
4. Contente, satisfeito. Cujos desejos e aspirações foram atendidos ou realizados
5. Que é tomado ou considerado no todo, por inteiro
6. De pouca idade; moço
7. Aquele que revela ignorância ou pouca familiaridade com determinado assunto
8. Soberbo, presunçoso, mal-educado, atrevido
9. Que trata com carinho; meigo
10. Que tem grande força física; robusto, vigoroso
11. De altura superior à média; de grande dimensão vertical
12. Que apresenta formas elegantes, graciosas, esguias
13. Desprovido de beleza, de aparência desagradável
14. Firme; que não é tenro, macio
15. Que vive no campo ou na roça; roceiro

**RESPOSTAS**

01 Honesto - 02 Pequeno, - 03 Habitual, - 04 Feliz, - 05 Global - 06 Novo - 07 Leigo - 08 Arrogante - 09 Carinhoso - 10 Forte - 11 Alto - 12 Esbelto - 13 Feio - 14 Duro - 15 Caipira

# Fotos da viagem para Ibitinga realizada 16/03 venha renovar suas energias e viajar conosco.



**BOMBOM DE TRAVESSA****INGREDIENTES:**

- 250 g de chocolate ao leite
- 250 g de chocolate meio amargo
- 2 latas de leite condensado
- 2 latas de creme de leite
- 2 colheres de margarina
- 2 caixas de morango

**MODO DE PREPARO**

Coloque as latas de leite condensado em uma panela com a manteiga e faça uma massa como um brigadeiro mole.

Coloque em uma travessa e, por cima deste brigadeiro mole, coloque os morangos cortados ao meio.

Reserve para fazer a cobertura.

Para fazer a cobertura, rale o chocolate ao leite e o meio amargo e misture ao creme de leite.

Misture e coloque no micro-ondas durante 1 minuto.

Retire e mexa

Coloque de novo no micro-ondas por mais 1 minuto.

Despeje a cobertura por cima dos morangos e leve à geladeira coberta por papel-filme.

**COUVE-FLORES GRATINADA**

Modo de preparo da receita de couve-flor gratinada feito em casa

**INGREDIENTES**

- 1 couve-flor grande, cortada em floretes
- 50g de manteiga (aproximadamente 3½ colheres de sopa)
- 50g de farinha de trigo (aproximadamente ½ xícara + 1 colher de sopa)
- 3 xícaras (600ml) de leite
- 100g de queijo cheddar ralado sal e pimenta

**MODO DE PREPARO**

Pré aqueça o forno a 200°C.

Em uma panela com água fervente e um pouco de sal cozinhe os floretes de couve-flor por aproximadamente 5 minutos ou até que fiquem macios. Retire bem a água e coloque em um refratário grande.

Em uma panela derreta a manteiga, coloque a farinha e mexa. Cozinhe em fogo baixo por aproximadamente 2 minutos. Aos poucos adicione o leite e mexa até que fique um molho avermelhado, aproximadamente 5 minutos.

Retire do fogo e coloque quase todo o queijo. Coloque sal e pimenta e derrame sobre a couve-flor. Espalhe por cima o restante do queijo.

Asse por aproximadamente 20 minutos ou até que fique dourado e com o molho borbulhando.



**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

Radiologia Odontológica Digital  
**Radiografar**  
Excelência em imagem para uma avaliação precisa

• Panorâmica	<b>Desconto</b>
• Tomografia Cone Bean	<b>10%</b>

• Documentação Periapical  
• Documentação Ortodôntica

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

**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** 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

**AGROPECUÁRIA**  
**SÃO JOSÉ**  
DISK RAÇÃO  
COMODIDADE E PREÇO  
3805.3467

Rua Prof. Ataliba Silveira Franco, nº 113  
Vila São José - Mogi Mirim

**Ótica**  
**Visão**

R. Chico Venâncio, 54  
Mogi Mirim - SP

Telefone:  
(19) 3806-1560

**Dr. Heryberto Alvim**  
OFTALMOLOGISTA

3806.1532  
3862.8171

Rua Padre Roque, 537 - Mogi Mirim

**ANUNCIE**  
**AQUI**

**(19)3862-4799**