

Festival da Primavera já definiu a programação

Na última segunda-feira (9), a Secretaria de Cultura e Turismo se reuniu com os comerciantes

do Ribeirão Grande para organizar o Festival da Primavera, que acontecerá de 27 a 29 de se-

tembro. Com apoio da Prefeitura e parceria com restaurantes da região, o festival oferecerá uma

variedade de pratos e shows de artistas locais.

PÁG. 3

Divulgação



Reunião realizada na última segunda-feira (9) definiu a programação do festival, que acontecerá de 27 a 29 de setembro

Café E CIA

Web Rádio da Tribuna do Norte lança o programa 'Café e Cia' PÁG. 5

A Web Rádio do jornal Tribuna do Norte vem desenvolvendo programas e entrevistas para divulgar tudo o que acontece em Pindamonhangaba.

Um destes programas é o 'Café e Cia', que tem como parceiro o Hotel Intercity, reunindo representantes das instituições da cidade e também empresários e representantes do comércio local.

O primeiro programa já pode ser conferido na web rádio pelo www.radiotribunadonorte.com.br e também no www.jornaltribunadonorte.com.br.



APAE sedia Feira da Fraternidade

A APAE vai sediar a partir desta sexta-feira (13), a '46ª edição da Feira da Fraternidade', tradicional evento em nossa cidade, que segue até domingo (15).

Segundo informações do presidente da festa e também

secretário adjunto de Cultura e Turismo em Pindamonhangaba, Ricardo Flores, o evento terá inúmeras atrações artísticas e gastronômicas, para que festa seja ainda mais atrativa.

PÁG. 5

Inscrições para vagas nas escolas municipais em 2025 estão abertas até 30 de setembro

Com a entrega de vários equipamentos na área de Educação e na busca de suprir a demanda de vagas para alunos nas escolas municipais, a Secretaria de Educação informou que até às 23h59

do dia 30 de setembro, os pais que estão interessados em vagas em creches para o ano de 2025, devem fazer as inscrições no site www.educapinda.net.br.

PÁG. 3

SENAC REALIZA PROGRAMA 'IMERSÃO SENAC'

A unidade do Senac de Pinda está realizando o programa 'Imersão Senac', que conecta estudantes ao mercado de trabalho por meio do aprendizado prático.

PÁG. 2

SP ESTABELECE CRITÉRIOS DE AUXÍLIO-ALUGUEL PARA MULHERES VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA

PÁG. 3

FOLCLORE EM MOVIMENTO: Resgatando memórias

TribuTEENS

A EE Prof. José Wadie Milad orgulha-se em apresentar o projeto Folclore em Movimento, uma manifestação da nossa cultura popular, no intuito de manter viva nossas tradições orais e místicas, além dos festejos tradicionais.

PÁG. 6



Editorial

Aventura consciente

Aventura é um chamado irresistível, um convite para explorar o desconhecido e testar os próprios limites. Há uma liberdade única em desbravar novos caminhos, sentir o vento no rosto e descobrir paisagens que jamais se imaginou ver.

No entanto, aventurar-se não é apenas seguir o instinto ou ceder à adrenalina. É necessário um equilíbrio entre o desejo de explorar e a consciência das consequências. Cada passo em uma trilha deve ser calculado, não apenas pelo bem da própria segurança, mas pelo respeito à natureza e aos outros seres que nela habitam.

O prazer da aventura não está apenas no destino final, mas no cuidado com cada detalhe da jornada. É garantir que, ao trilhar um novo caminho, ele continue intacto para os que vierem depois. Respeitar os ritmos da natureza, entender seus sinais, e agir com responsabilidade é um pacto silencioso entre o aventureiro e o mundo que ele explora.

Com responsabilidade, a aventura se torna uma experiência ainda mais rica. Não há medo ou culpa em cada passo, apenas a alegria de estar presente, de viver intensamente e, ao mesmo tempo, de preservar para o futuro. Aventurar-se, afinal, é sentir o coração pulsar forte, mas também saber quando desacelerar para observar, contemplar e respeitar o que está ao redor.

‘O Assunto é...’

Profª Ma. Ana Paula Alves Bleck Duque. Professora e Coordenadora do Curso Superior de Tecnologia em Gestão de Negócios e Inovação da FATEC Pindamonhangaba.



INOVAÇÃO E SAÚDE MENTAL: SOLUÇÕES PARA O BEM-ESTAR CORPORATIVO NO SETEMBRO AMARELO

Em um mundo cada vez mais competitivo e dinâmico, a saúde mental tornou-se uma prioridade nas empresas que buscam manter um ambiente de trabalho saudável e produtivo. A campanha do Setembro Amarelo oferece uma oportunidade valiosa para as empresas revisitarem seus espaços de trabalho e investirem em soluções inovadoras que promovam o bem-estar emocional de seus colaboradores.

Inovações tecnológicas podem se tornar grandes aliados na busca por um ambiente de trabalho mais equilibrado e produtivo e, ainda, auxiliar no cuidado com a saúde mental dos colaboradores das empresas. Startups estão olhando para esse contexto e desenvolvendo tecnologias capazes de auxiliar grandes e pequenas empresas a criarem uma cultura organizacional que favoreça o desenvolvimento das softskills em seus colaboradores. Por outro lado, o olhar dessas startups para esse momento psicossocial, bem como, os produtos e serviços que vêm criando podem ser exemplos para aqueles que desejam empreender nessa área.

Algumas soluções digitais vêm ganhando espaço, como por exemplo a plataforma Ginger, uma startup que oferece suporte emocional e terapias online, permitindo que colaboradores tenham acesso a psicólogos e terapeutas via chat ou vídeo a qualquer momento. A empresa foi adquirida pela Headspace Health, ampliando ainda mais seu alcance. A startup Room desenvolveu cabines de trabalho acústicas para escritórios, permitindo que os funcionários tenham espaços tranquilos e privados para pausas, meditações ou até mesmo breves sessões de terapia online. Por outro lado, empresas como Salesforce e Google têm redesenhado seus escritórios para incluir áreas de relaxamento, jardins internos e salas de meditação, que permitem aos colaboradores gerenciar melhor suas jornadas profissionais e pessoais.

Em relação à prevenção e monitoramento da saúde mental, a startup britânica Spill, oferece terapia diretamente no Slack, permitindo que os colaboradores tenham acesso rápido e prático

a aconselhamento psicológico. Essa inovação integra o suporte emocional ao fluxo de trabalho diário, tornando o processo de pedir ajuda mais acessível e descomplicado. Empresas como Lyra Health também estão liderando o campo da prevenção ao oferecer uma plataforma de serviços de saúde mental que conecta colaboradores a uma rede de terapeutas, conselheiros e coaches, tudo de forma integrada com os sistemas de RH das empresas. A plataforma usa IA para personalizar os serviços de acordo com as necessidades de cada colaborador, garantindo que o suporte oferecido seja o mais eficaz possível.

Empresas que reconhecem e celebram os esforços de seus funcionários criam uma atmosfera de pertencimento e satisfação. A Bonusly, por exemplo, é uma plataforma que permite que os colaboradores se reconheçam mutuamente por suas contribuições, promovendo um ambiente positivo e de valorização contínua. Esses programas não só reforçam o bem-estar emocional, mas também aumentam o engajamento e a motivação no ambiente de trabalho.

Ao investir em soluções inovadoras como essas, as empresas não apenas aumentam a satisfação e a produtividade de seus colaboradores, mas também criam ambientes de trabalho mais saudáveis, acolhedores e inclusivos. O Setembro Amarelo é o momento ideal para refletir sobre as práticas adotadas e explorar novas formas de cuidado com a saúde mental no ambiente corporativo, aproveitando o melhor que a inovação tem a oferecer.

Empreender e inovar são ações e temáticas de aprendizagem muito comuns dentro do curso de Gestão de Negócios e Inovação da Fatec Pindamonhangaba. O curso incentiva o desenvolvimento de habilidades que vão além do conhecimento técnico, focando também na criação de soluções que possam impactar positivamente o ambiente de trabalho e a sociedade. Dentro desse contexto, a inovação no cuidado com a saúde mental está alinhada com os valores e as práticas que são fomentadas ao longo da formação dos alunos.

Senac realiza programa ‘Imersão Senac’

A unidade do Senac de Pindamonhangaba está realizando o programa ‘Imersão Senac’, uma iniciativa inovadora que conecta estudantes ao mercado de trabalho por meio do aprendizado prático, refletindo o Jeito Senac de Ensinar.

Ao longo desta semana, os alunos dos cursos Técnico em Administração, Logística, Recursos Humanos, Informática e Redes de Computadores têm a missão de solucionar um desafio real de uma grande empresa da região.

O objetivo é que, em grupos multidisciplinares, os estudantes utilizem suas habilidades e conhecimentos para analisar o estudo de caso, identificar desafios e oportunidades, para desenvolver soluções inovadoras.

O evento proporciona uma oportunidade única de ne-

tworking, permitindo que os participantes interajam com profissionais, docentes de diversas áreas e representantes da Gerdau, além de aplicar teorias na prática, desenvolver habilidades de trabalho em equipe e comunicação, e contribuir com

soluções que podem impactar positivamente o mundo dos negócios.

A apresentação dos projetos será no dia 13 de setembro, além da definição dos vencedores, premiação e encerramento do evento.



saúde

Dr. José Carlos Nogueira Junior, é Fisioterapeuta formado há 20 anos, possui especialização em Ortopedia e traumatologia, Osteopatia e Acupuntura. É sócio da Azzerza Clínica, Clínica multidisciplinar em Pindamonhangaba



Novidades no Tratamento da Ansiedade e Depressão

Neste mês de setembro temos a campanha de atenção ao suicídio, onde problemas como depressão e ansiedade, por vezes estão associados. Este é um problema que acomete grande parcela da população mundial e piorou após a pandemia, onde o mundo ainda não se recuperou do impacto do Covid-19 e o Brasil configura como um dos países mais afetados. A pandemia de Covid-19 teve um impacto significativo na saúde mental devido a uma série de fatores estressantes, como isolamento social, preocupações com a saúde, incertezas econômicas e perda de entes queridos. Contudo, nos últimos anos, a ciência tem avançado significativamente no tratamento da ansiedade e da depressão, trazendo novas esperanças para milhões de pessoas ao redor do mundo e assim, tentando diminuir o número de suicídios.

São várias as linhas de tratamento para esses problemas emocionais, onde novos estudos estão em prática. Uma das novidades no tratamento da depressão são as terapias psicodélicas. Pesquisas recentes indicam que substâncias psicodélicas, como a psilocibina, podem ser eficazes no tratamento da depressão, quando esta é resistente aos tratamentos convencionais, especialmente em casos de depressão severa. Esses tratamentos ainda estão em fase experimental, mas

os resultados iniciais são promissores.

Além dos antidepressivos tradicionais, novos medicamentos estão sendo desenvolvidos para tratar a depressão e a ansiedade. Os antidepressivos, como os inibidores seletivos da recaptação de serotonina e noradrenalina, são frequentemente prescritos para tratar a depressão e a ansiedade. Esses medicamentos ajudam a equilibrar os neurotransmissores no cérebro, aliviando os sintomas.

Uma forma de psicoterapia, que ajuda os pacientes a identificar e modificar padrões de pensamento negativos e comportamentos disfuncionais, tem sido muito eficaz como forma de tratamento, que é a Terapia Cognitivo Comportamental. É eficaz tanto para a depressão quanto para a ansiedade, ajudando os indivíduos a desenvolver estratégias para lidar com os sintomas e melhorar a qualidade de vida. A TCC continua em sua evolução aliando novas abordagens, que combinam técnicas tradicionais com inovações tecnológicas, como aplicativos de saúde mental e terapia online. Essas ferramentas tornam o tratamento mais acessível e conveniente para muitos pacientes.

Há um crescente reconhecimento da importância de terapias holísticas no tratamento da saúde mental. Práticas como meditação, yoga e mindfulness, podem complementar os tratamentos

médicos e psicoterapêuticos tradicionais, melhorando o bem-estar geral.

Combinar psicoterapia com medicamentos pode ser mais eficaz do que usar apenas um tipo de tratamento. Essa abordagem integrada permite que os pacientes se beneficiem dos efeitos imediatos dos medicamentos enquanto trabalham em mudanças de longo prazo através da terapia.

A prática regular de exercícios físicos pode ajudar a combater a depressão e a ansiedade, pois apresenta vários benefícios para a saúde mental e física. A atividade física aumenta a produção de neurotransmissores como a serotonina e a dopamina, que estão associados ao bem-estar emocional. Estimula, também, a produção de endorfinas, que são hormônios naturais que geram bom humor e podem ajudar a manter o estresse e a depressão longe. Exercitar também reduz os níveis de cortisol, o hormônio do estresse, o que proporciona um efeito calmante no corpo e na mente.

Uma equipe de pesquisadores australianos, espanhóis, dinamarqueses e finlandeses divulgou um trabalho que mostra que os exercícios são até 50% mais eficazes do que os efeitos da medicação prescrita por médicos para a prevenção e o tratamento da depressão. Ainda concluíram que caminhada, corrida, ioga, treinamento de força e dança estão no topo da lista das práticas mais eficazes no combate à doença.

Atualmente existem vários tratamentos baseados em evidências que oferecem opções para indivíduos que sofrem de depressão e ansiedade se tratem, permitindo uma abordagem personalizada e eficaz para cada caso. Não se tratar, não é uma opção.

Pros eando

Maurício Cavaleiro ocupa a cadeira nº 30 da APL - Academia Pindamonhangabense de Letra



A ARRUMADEIRA

O quarentão estava cantando no banho quando a campanha tocou. Rapidamente fechou o chuveiro e enrolou a toalha na cintura. Imaginou que fosse o vizinho chato exigindo a devolução do cortador de grama, ou o açougueiro aflito para receber os quatro meses de fiado. Decidiu a resolver as pendências, caminhou até a porta e perguntou:

— Quem é?
— O senhor está precisando de uma arrumadeira?
Ele entreabriu a porta para espiar. Viu a mulher franzina e enrugada. Devia ter, pelo menos, setenta invernos.
— Posso entrar?
— Espere um pouco. Acabei de sair do banho. Vou me vestir. Já volto.

Ele não fechou a porta. Ela não

entendeu o que ele havia dito e, por isso, entrou a tempo de vê-lo caminhar pelo corredor e entrar no quarto. Ela também viu a toalha cair. Ele não percebeu. Minutos depois retornou devidamente vestido. Ela suspirava com a imagem da nudez na cabeça.

— Eu falei para a senhora esperar. Não era para entrar.
Ela adocicou a voz.
— O senhor precisa de alguém que limpe a sua casa?
— Quem não precisa?
— De alguém que lave e passe as suas roupas?
— Se for possível...
— Também que prepare as suas refeições?
— Seria ótimo.
— O senhor gosta de comida mineira?
— Muito. Minha avó era belo-horizontina.

— Hum... O que o senhor preferia: uma arrumadeira ou uma esposa? Ou as duas numa só?

Temeroso pela insinuação, ele tratou de encerrar o diálogo.

— Eu agradeço pela oferta da senhora, mas, por enquanto, não contratarei ninguém.

A velha murchou e marchou até a porta. Ele a acompanhou. Do lado de fora estava uma jovem escultural, de olhos cor de mel, cabelos longos. Vinte e poucos anos.

— E então, vovó? Conseguiu?

— Ele não quer. Vamos embora. O quarentão ficou fascinado pela beleza da jovem. E antes que elas fossem embora, ele reconhecendo:

— Esperem! Eu estava brincando. Eu quero sim uma arrumadeira para ser a minha mulher. Quando pode começar?

A moça abraçou a avó e disse felicíssima:

— Imediatamente!
— Então, venha comigo – Disse puxando a moça pela mão.

Delicadamente, ela se desvencilhou dele e disse:
— Moço, a arrumadeira é a minha avó.

Tribuna do Norte

Expediente

Fundação Dr. João Romeiro

Órgão mantenedor

Criada pela Lei Nº 1.672 de 6 de Maio de 1980

REDAÇÃO E BALCÃO DE ANÚNCIOS:

Rua Dr. Gustavo de Godoy, 536, esquina com a Rua Francisco Glicério - Centro. Tel. (12) 3644-2077 - CEP 12.400-102 Pindamonhangaba/São Paulo CNPJ: 50455237/0001-35 contato@jornaltribunadonorte.com.br

REPRESENTANTE COMERCIAL:

Edson França Reis - comercial@jornaltribunadonorte.com.br

PRESIDENTE DA FUNDAÇÃO E

JORNALISTA RESPONSÁVEL: Cintia Martins Camargo - MTB Nº 21.690/SP

JORNALISTAS:

Aiandra A. Mariano Altair F. Carvalho

ESTAGIÁRIA: Ana Aurea Reis Gomes

RESPONSABILIDADE: Os textos assinados são de inteira responsabilidade do autor

VISITE NOSSO SITE: www.jornaltribunadonorte.com.br

EDITORIAÇÃO ELETRÔNICA E

DIAGRAMAÇÃO Edson França Reis, João Waine de Oliveira, José Marcelo Randes e Paulo Flausino da Silva

IMPRESSÃO:

S. Billota e Billota Ltda - ME - Tel. (12) 3301-5005 - Lorena/SP.

cidade

Festival da Primavera já definiu a programação

No dia 9 de setembro, a Secretaria de Cultura e Turismo de Pindamonhangaba se reuniu com os comerciantes do Ribeirão Grande para organizar o Festival da Primavera, que acontecerá de 27 a 29 de setembro de 2024. A reunião discutiu a participação dos estabelecimentos locais para garantir mais um sucesso cultural e turístico. Com apoio da Prefeitura e parceria com restaurantes da região, o festival oferecerá uma variedade de pratos e shows de artistas locais. Além disso, haverá o Festival Sertanejo, com três categorias: "Jovem Música Sertaneja", "Música Raiz" e "Individual".



PROGRAMAÇÃO:

27 de setembro (sexta-feira):

19h: *Banda Radiola*

21h: *Bruno e Hiago*

28 de setembro (sábado):

12h: *Trem da Viração*

15h: *Festival Sertanejo*

18h: *Maria Clara*

21h: *Talis & Welinton*

29 de setembro (domingo):

10h: *Quarteto Caipira*

12h: *Lorena*

15h: *Festival Sertanejo*

17h: *Irmãos da Gaita*

SP estabelece critérios de auxílio-aluguel para mulheres vítimas de violência

O Governo do Estado de São Paulo deu um importante passo para garantir segurança e acolhimento a mulheres em situação de vulnerabilidade que foram vítimas de violência. O Decreto 68.821, publicado na semana passada, no Diário Oficial do Estado, regulamenta os critérios para a concessão do auxílio-aluguel de R\$ 500 por mês.

"Por vezes, a vítima de violência tem que continuar convivendo com o agressor porque não tem alternativas. O aluguel social impulsiona essa mulher a romper o ciclo de violência e recomeçar com autonomia e segurança", afirma o governador Tarcísio de Freitas.

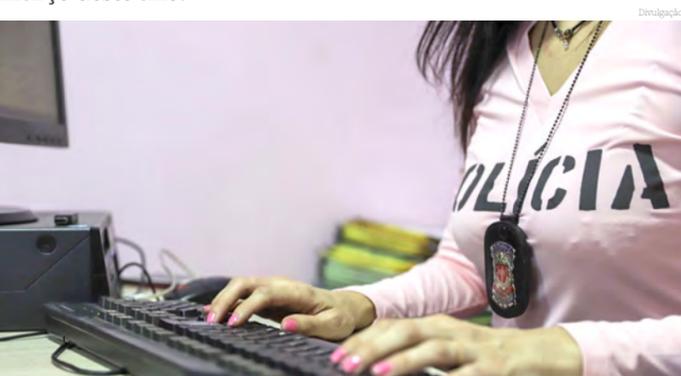
Mulheres com medida protetiva que morem no estado de São Paulo, não tenham casa própria e cuja renda até o momento da separação do agressor seja de até dois salários mínimos têm direito ao aluguel social, que será pago por seis meses. O benefício é prorrogável por mais seis meses de acordo com avaliação.

"O auxílio-aluguel para as vítimas de violência doméstica é uma medida crucial para garantir a segurança e o bem-estar dessas mulheres em situações de vulnerabilidade. Muitas vezes, a falta de recursos financeiros faz com que a vítima permaneça convivendo com o agressor e o benefício oferece uma solução significativa ao permitir que essas mulheres se afastem do ambiente de abuso", afirma a secretária de Políticas para a Mulher, Valéria Bolsonaro.

Os municípios interessados vão atender as mulheres por meio de órgãos como Centro de Referência de Assistência Social (Cras), Centro de Referência Especializado de Assistência Social (Creas) ou equivalente. Depois do deferimento do auxílio, o dinheiro será disponibilizado pelo Governo de São Paulo, por meio de Poupança Social no Banco do Brasil, diretamente para essas mulheres vítimas de violência.

"Garantir a essa mulher o direito de viver em segurança, longe do seu agressor, é dar a ela a possibilidade de se reerguer, de se reestruturar, de retomar a dignidade", diz a secretária de Desenvolvimento Social, Andrezza Rosalém.

A portaria considera o decreto nº 68.371, que regulamenta a Lei 17.626, aprovada pela Assembleia Legislativa de São Paulo e sancionada pelo governador Tarcísio de Freitas em março deste ano.



Mulheres com medida protetiva que moram no estado, não tenham casa própria e cuja renda seja de até dois salários mínimos, têm direito ao benefício



Os interessados devem fazer a inscrição no www.educapinda.net.br

Inscrições para vagas nas escolas municipais em 2025 estão abertas até 30 de setembro

Com a entrega de vários equipamentos na área de Educação e na busca de suprir a demanda de vagas para alunos nas escolas municipais, a Secretaria de Educação informou que até às 23h59 do dia 30 de setembro, os pais que estão interessados em vagas em creches para o ano de 2025, devem fazer as inscrições no site www.educapinda.net.br.

Em uma entrevista para a Web Radio do jornal Tribuna do Norte, a secretária de Educação, Luciana Ferreira, salientou que trata-se de uma plataforma que fica disponível para estas inscrições – para crianças de 4 anos – já que quase a totalidade de crianças após essa idade já estão matriculadas nas escolas. "Após este horário e data, a plataforma fica travada reabrindo apenas na segunda quinzena de 2025. É uma oportunidade importante para que pais e responsáveis façam a inscrição e aguardem a chamada para o ano letivo", salientou a secretária. Luciana ainda enfatizou a complexidade de todo o trabalho realizado na área educacional municipal de Pinda – de todos os profissionais atuando nos bastidores até aos professores – mostrando o avanço significativo no IDEB (Índice de Desenvolvimento da Educação Básica). "Toda a equipe envolvida neste processo de avaliação mostra o avanço das metodologias e um nível cada vez melhor de nossos estudantes", disse.

geral

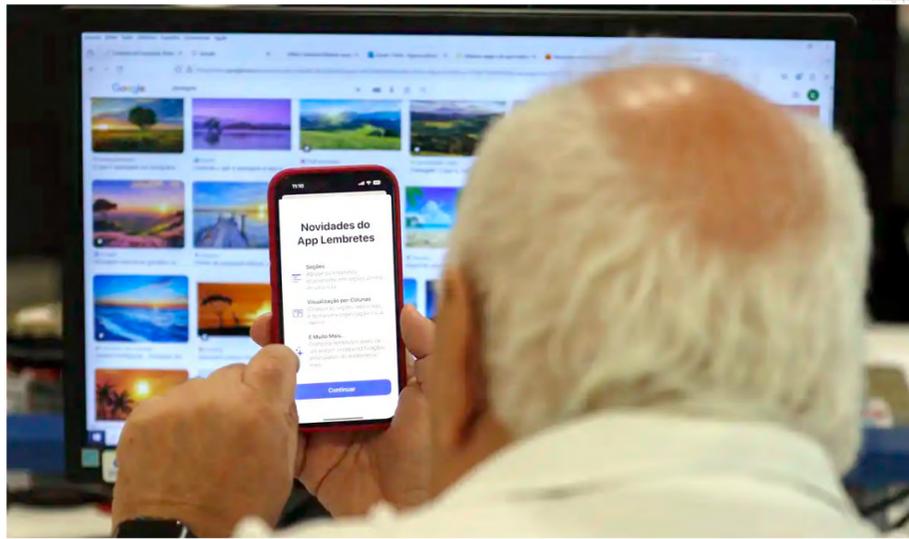
Anatel ampliará uso do 0303 para reduzir telefonemas indesejáveis

Para reduzir o grande volume de chamadas de telemarketing indesejadas, a Agência Nacional de Telecomunicações (Anatel) informou que vai ampliar o uso do prefixo 0303 - antes específico para televendas - para todas as empresas que realizam um grande volume de chamadas telefônicas.

As novas regras começam a valer a partir de 5 de janeiro de 2025. Depois dessa data, as empresas ou organizações que realizam mais de 10 mil chamadas diárias - independentemente do motivo - deverão adotar o prefixo.

Segundo a Anatel, a medida tem por meta equilibrar as regras aplicadas entre diferentes setores, facilitando a fiscalização da agência e melhorando a experiência do consumidor. As empresas que não se adequarem às novas regras terão suas chamadas bloqueadas.

Caberá às prestadoras



Regras entram em vigor no dia 5 de janeiro de 2025

de telecomunicações monitorar e identificar os responsáveis por um volume intenso de chamadas. A verificação de quais entidades se enquadram nessa exigência será feita mensalmente e caberá à Anatel a supervisão do procedimento.

Um estudo realizado pela agência identificou que o volume intenso de chamadas é gerado por poucas empresas, que usam as redes de telecomunicações de maneira desordenada e se aproveitaram do anonimato para insistir com chamadas in-

desejadas para os consumidores.

“Como nem todas as chamadas telefônicas feitas pelas empresas são destinadas ao consumidor, a Anatel permitirá que até 10% das chamadas realizadas por empresas que adotarem 0303 sejam efe-

tivadas por numeração convencional. Isso se aplica às chamadas não direcionadas ao consumidor, como chamadas entre filiais ou com fornecedores, nas quais o uso da numeração 0303 não é considerado o mais adequado”, informou a agência.

ORIGEM VERIFICADA

Para as empresas que não quiserem aderir ao 0303, a Anatel oferece a possibilidade de utilização da chamada de origem verificada. Por meio deste tipo de chamada é possível ao consumidor saber pela tela do seu telefone, além do número, os dados de identificação da empresa que fez a chamada.

“Essa nova funcionalidade já está em testes com adesão progressiva de empresas e fabricantes de terminais celulares. Com a Origem Verificada, o consumidor fica bem informado sobre a

qualificação e o responsável pela chamada para decidir sobre o atendimento”, disse a Anatel.

Desde junho de 2022, a agência vem adotando medidas cautelares para diminuir o número desse tipo de ligações. Dentre elas, figuram o bloqueio de usuários e a autorização às operadoras de telecomunicação para que efetuem a cobrança de chamadas curtas de até três segundos efetuadas por essas empresas, o que não era permitido. As medidas geraram uma redução no imenso volume de chamadas indesejadas.

Além disso, a Anatel disponibilizou um portal na internet, batizado de Qual Empresa me Ligue, onde é possível consultar - por meio do número originador da chamada recebida - qual é a empresa que está ligando para seu telefone fixo ou móvel.

Com implantação da Nota Fiscal Fácil, Governo de SP simplifica a emissão de documentos

A partir de 16 de setembro, será disponibilizada pela Secretaria da Fazenda e Planejamento do Estado de São Paulo (Sefaz-SP), uma plataforma simplificada para a emissão de documentos fiscais eletrônicos, como NF-e (Nota Fiscal Eletrônica), NFC-e (Nota Fiscal de Consumidor Eletrônica), MDF-e (Manifesto Eletrônico de Documentos Fiscais) e CT-e (Conhecimento de Transporte Eletrônico).

Instituída pelo Ajuste Sinef 37/19, a Nota Fiscal Fácil (NFF) tem como objetivo facilitar a emissão de notas fiscais eletrônicas de forma prática e acessível, sem a necessidade de um certificado digital. Para isso, basta utilizar o aplicativo Nota Fiscal Fácil, disponível gratuitamente para smartphones Android e iOS.

Além de simplificar o processo de preenchimento das notas fiscais, o aplicativo permite a emissão de documentos mesmo sem conexão à internet, com a possibilidade de ar-

mazenar os arquivos diretamente no celular. Isso elimina a necessidade de ferramentas complexas ou de custos adicionais para os usuários.

Em São Paulo, o sistema já está disponível para Transportadores Autônomos de Cargas (TAC), que podem emitir o CT-e e o MDF-e. A partir de 16 de setembro de 2024, MEIs e pequenos produtores rurais também poderão usar o sistema para emitir NF-e e NFC-e em vendas ou devoluções. No caso dos MEIs, é necessário realizar o credenciamento voluntário no Sistema de Nota Fiscal Eletrônica para começarem a emitir os documentos utilizando a Nota Fiscal Fácil (NFF), melhorando a jornada do usuário por meio de soluções tecnológicas intuitivas.

Essa medida visa simplificar e modernizar a emissão de documentos fiscais eletrônicos, trazendo mais praticidade para microempreendedores individuais (MEIs), pequenos produtores rurais e transportadores autônomos.



Além de simplificar o processo de preenchimento das notas fiscais, o aplicativo permite a emissão de documentos mesmo sem conexão à internet

OFICIAL DE REGISTRO DE IMÓVEIS, TÍTULOS E DOCUMENTOS E CIVIL DAS PESSOAS JURÍDICAS DA COMARCA DE PINDAMONHANGABA-SP
Av. Albuquerque Lins nº 518, São Benedito, Tel.: (12) 3642-1416, Pindamonhangaba-SP.

EDITAL DE INTIMAÇÃO
(Lei nº 9.514, de 20 de novembro de 1997)

Faz a presente INTIMAÇÃO por edital de BRUNO DE OLIVEIRA FRANÇA, em virtude do mesmo não ter sido encontrado nos endereços indicados, e atendendo ao requerimento da credora fiduciária - CAIXA ECONÔMICA FEDERAL - CEF, deverá Vossa Senhoria comparecer a esta Serventia, no endereço supra, para efetuar o pagamento da importância em mora, correspondente à quantia de R\$ 197.038,53, além das despesas de intimação, publicação do presente edital e emolumentos das quais é devedor em decorrência de atraso no pagamento de prestações relativas à cédula de crédito bancário nº 25.0330.649.0000003-54, emitida em 15 de julho de 2021, garantida por alienação fiduciária registrada sob nº 05 nas matrículas nºs 15.417 e 15.657, tendo por objetos os imóveis situados na RUA ANTÔNIO NÓBREGA DE OLIVEIRA JÚNIOR, LOTE Nº 17, QUADRA 19, e RUA JOSÉ ANTÔNIO DO NASCIMENTO, LOTE Nº 16, QUADRA 24, AMBOS DO LOTEAMENTO "PARQUE SHANGRI-LÁ", PINDAMONHANGABA-SP, CEP's 12415-400 e 12415-420, respectivamente. O prazo para pagamento da dívida é de 15 dias úteis, a contar da terceira e última publicação deste edital, sob pena de rescisão contratual e consolidação da propriedade do imóvel na pessoa da credora/requerente.

Pindamonhangaba, 11 de setembro de 2024.

OVIDIO PEDROSA JUNIOR
- Oficial Registrador -

PREFEITURA MUNICIPAL DE PINDAMONHANGABA
CONCURSO PÚBLICO Nº 001/2023
CONVOCAÇÃO

Convocamos o(s) candidato(s) abaixo relacionado(s), classificados no Concurso Público nº 001/2023 para apresentação de documentos, EXCLUSIVAMENTE ATRAVÉS DA PLATAFORMA 1DOC DESTA PREFEITURA, conforme instruções a seguir:

MÉDICO AMBULATORIAL EM CLÍNICAS BÁSICAS E ESPECIALIDADES - CLÍNICO GERAL:

14º ANA CLARA FACHOLI MARQUES RODRIGUES AGOSTINI

DOCUMENTOS A ENVIAR - EM ARQUIVO PDF

- Cédula de Identidade - RG (não pode ser substituído por CNH);
- CPF (caso não conste no RG);
- Comprovante de inscrição no PIS/PASEP (se não possuir, fazer declaração simples constando que não possui, que nunca foi cadastrado por nunca ter tido emprego formal, efetivo ou temporário e nem em serviço público);
- Certificado de quitação/regularidade com o Serviço Militar obrigatório (sexo masculino até 45 anos de idade);
- Comprovante de votação da última eleição (os candidatos que justificaram a ausência nas eleições ou não possuem o comprovante, deverão apresentar certidão de quitação eleitoral);
- Carteira de Trabalho Digital (parte de dados pessoais);
- Carteira de Trabalho e Previdência Social - CTPS - página da foto e da qualificação (se possuir);
- Certidão de Casamento (se for o caso);
- Diploma de conclusão do curso superior em Medicina;
- Título de Especialização (na área de atuação);
- Comprovante de 6 (seis) meses de experiência na área de atuação após registro no CRM;
- Registro no CRM-SP;
- Atestado de Antecedentes Criminais;
- Comprovante de residência (em nome do candidato, ou dos pais, se for solteiro ou do cônjuge, se for casado);
- Se possuir dependentes - Certidão de Nascimento dos filhos e/ou dependentes; Caderneta de Vacinação dos filhos de 0 a 5 anos; Declaração de Escolaridade dos filhos de 6 a 14 anos incompletos (será necessário informar o CPF do dependente também).

PRAZO DE ENVIO: a partir da data de publicação desta convocação até **19/09/2024**.

FORMA DE ENVIO (1DOC):

Entrar no navegador Google e seguir os passos abaixo:

<https://pindamonhangaba.1doc.com.br/atendimento>

- Clicar em Protocolo.
- Colocar o seu e-mail e clicar em prosseguir.
- Ir para assunto:
 - Concurso Público 001/2023 - Convocação: MÉDICO AMBULATORIAL EM CLÍNICAS BÁSICAS E ESPECIALIDADES.
- Anexar os documentos relacionados e o formulário (preenchido e assinado) da Declaração de Vínculo de Cargo/Emprego e/ou Proventos públicos, todos digitalizados em arquivo pdf.
- Assinar digitalmente (assinatura 1doc).
- Enviar (atentando-se ao prazo estabelecido neste edital).

IMPORTANTE:

- O não envio de todos os documentos no prazo indicado acarretará a desclassificação do candidato considerando a tácita desistência da vaga.
- O Departamento de Recursos Humanos manterá o contato através do Protocolo aberto para envio dos documentos, enviando através dele as informações, solicitações e agendamentos para cumprir todo o processo da admissão, portanto é imprescindível acompanhar o andamento do seu protocolo.
- Após conferidos e considerados em conformidade com as exigências será agendado (via 1Doc - mesmo protocolo) data para o comparecimento no Departamento de Recursos Humanos para assinar Ata da Atribuição do Emprego e encaminhamento de exames médico pré-admissional. O não cumprimento dessa fase (não comparecimento) também será considerado como tácita desistência da vaga pelo candidato, ocasionando a sua desclassificação deste concurso público.

MARCELO RIBEIRO MARTUSCELLI
SECRETÁRIO MUNICIPAL DE ADMINISTRAÇÃO

em pauta

APAE sedia Feira da Fraternidade

A APAE vai sediar a partir desta sexta-feira, dia 13 de setembro, a 46ª edição da Feira da Fraternidade, tradicional evento em nossa cidade, que segue até domingo, dia 15.

Segundo informações do presidente da festa e também secretário adjunto de Cultura e Turismo em Pindamonhangaba, Ricardo Flores, o evento terá inúmeras atrações artísticas e gastronômicas, para que a festa seja ainda mais atrativa.

Alessandra Nogueira, uma das mães atendidas pela instituição, disse que foi montado um comitê de mães para que pudessem assumir algumas barracas da feira, produzindo um delicioso hot dog e também estarão à frente da barraca das bebidas.

"A exemplo de outros anos, assumimos as barracas para contribuir com nosso trabalho

voluntário junto à instituição. 100% do valor arrecadado nas vendas é totalmente destinado para a APAE. Estamos nos organizando juntamente com a Direção da APAE, Equipe de Funcionários, Professores e com apoio da Prefeitura Municipal para o sucesso da 46ª Feira da Fraternidade", salientou Alessandra.

Confira a programação da Feira da Fraternidade:

Dia 13: 19h Fanfarra da APAE; 21h Bruno e Hiago; **Dia 14:** 19h André e Andressa, 21h Banda Radiola; **Dia 15:** 12h Anderson Miro, 15h Hip Hop, 16h Shayenne Vitoria, 17h Josias Marim e às 19h Talis & Welinton. Vale salientar no domingo, **dia 15**, haverá um delicioso almoço.

A APAE está localizada à rua José Oliveira, 55, no bairro Crispim.

EM NOSSA SEDE
Rua José Oliveira, 55 - Crispim

13 a 15
SETEMBRO DE 2024

46ª Feira da Fraternidade

13.SET	14.SET	15.SET
SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
19h - Fanfarra da APAE 21h - Bruno e Hiago	19h - André e Andressa 21h - Banda Radiola	12h - Anderson Miro 15h - Hip Hop 16h - Shayenne Vitoria 17h - Josias Marim 19h - Talis & Welinton

Senar-SP promove curso de processamento agroindustrial de leite



O Sistema FAESP-SENAR/SP em parceria com o Sindicato Rural de Pindamonhangaba realizou no período de 12 a 15 de agosto, a atividade de "Processamento Agroindustrial de Leite", ministrado pela instrutora do Senar-SP, Cibele Firmino.

A atividade teve o objetivo de colaborar na capacitação de produtores, trabalhadores rurais e seus familiares, para produzirem produtos lácteos com técnicas que atendam ao mercado consumidor e baseado na legislação vigente.

O curso foi muito bem avaliado pelos participantes, que destacaram a qualidade do ensino e a oportunidade em aprender na prática. "A gente não imagina o trabalho que é para a produção, o cuidado com cada processo. Aprendi muito durante as aulas", comentou a produtora rural Sônia Miyako Takahashi. A opinião é compartilhada pela aluna Célia Regina Rossi. "O curso foi maravilhoso, cada dia uma aprendizagem diferente, cada dia uma novidade, além de ser prazeroso", salientou.

A instrutora do curso ressaltou a importância em garantir a produção de alimentos seguros

e em conformidade com as normas vigentes. "É uma oportunidade para se aprender na prática, com muito conhecimento e troca de experiências", explicou a instrutora Cibele.

O Sindicato teve, recentemente, aprovação do projeto da nova Unidade de Beneficiamento de Leite e Derivados na Fazenda Princesa do Norte e o curso de processamento agroindustrial de leite passará a ser realizado nessa unidade.

Com capacidade para o beneficiamento de 500 litros de leite de vaca e 100 litros de leite de cabra por dia serão produzidos diferentes tipos de produtos lácteos. O espaço poderá ser utilizado para futuros cursos do Senar-SP, pois funciona como incubadora para que os alunos possam iniciar a produção de seus próprios produtos, impulsionando a economia local.

"Receber alunos para os cursos do Senar-SP é motivo de orgulho não apenas para a diretoria do Sindicato Rural, mas para todos os envolvidos com o agro", concluiu Carlos Alberto Faria Raposo Lopes, presidente do Sindicato Rural de Pindamonhangaba.

Café
E CIA

Web Rádio da Tribuna do Norte lança o programa 'Café e Cia'



Equipe Web Rádio, Fabíola Salles, Cláudia Araújo e André Modesto

A Web Rádio do jornal Tribuna do Norte vem desenvolvendo programas e entrevistas para divulgar tudo o que acontece em Pindamonhangaba.

Um destes programas é o 'Café e Cia', que tem como parceiro o Hotel Intercity, reunindo representantes das instituições da cidade e também empresários e representantes do comércio local.

Para Edmilson Pereira, gerente do Intercity, a oportunidade é importante pois reúne vários segmentos para um bate papo descontraído,

mas sempre trazendo informações sobre a cidade. "Recebemos toda a equipe da web rádio e também os convidados para um café descontraído, mostrando toda essa interação", salientou.

"Nosso objetivo é divulgar a atuação da web rádio e mostrar que são muitos os segmentos dentro da comunicação que a Tribuna do Norte pode atingir. E levar o programa para um novo ambiente é interessante, mostra o dinamismo da comunicação e a possibilidade de entrevistarmos pessoas dos

mais variados segmentos", disse.

O primeiro programa já pode ser conferido na web rádio pelo www.radiotribunadonorte.com.br e também no www.jornaltribunadonorte.com.br. Os convidados foram os representantes do Hotel Intercity, também o voluntário do CVV André-falando sobre saúde mental durante o Setembro Amarelo -, Aleo Almeida, gerente do Shopping Pátio Pinda e também a lojista Fabíola Salles, proprietária da Purestima, localizada no shopping.

Do impresso ao digital.

ACESSE AGORA



@tribunadonortepinda



jornaltribunadonorte.com.br



'COLEÇÃO RESUMOS' AJUDA VESTIBULANDOS

Com o objetivo de colaborar com estudantes que – como ela – são vestibulandos, **Sophia Moreira** resolveu lançar a 'Coleção Resumos', para ajudar a todos que querem ser aprovados com as melhores análises, exercícios e etapas de cada história.

"Sou diretora da Coleção Resumos e também sou vestibulanda. Durante minha preparação para o vestibular percebi que muitas dessas provas pedem diversos livros que, em sua maioria, quem está se preparando não tem tempo de se aprofundar nas obras. Com isso, trouxe esta coleção para ajudar a todos que querem ser aprovados com as melhores análises, exercícios e etapas de cada história.

Seu primeiro lançamento foi sobre as obras literárias da FUVEST, agora expandindo para ITA e UNICAMP que em breve estarão disponíveis na Amazon e logo alcançando os mais diversos vestibulares do país.

"Sempre acreditei que a educação é a forma mais real de se mudar uma vida, levo isso comigo", disse Sophia.



Sophia Moreira

Sophia ainda salientou que a coleção de livros 'Resumos', em especial a primeira publicação "Resumos: Obras literárias da FUVEST" vai ajudar estudantes de todos os lugares que tenham o sonho de estudar na USP e queiram uma preparação de qualidade e mais tranquila.

Vale destacar que a 'Coleção Resumos: Obras literárias da FUVEST' é vendido na Amazon. Pode ser lido pelo Amazon Kindle ou pelo APP Kindle gratuito no celular. Está disponível por 12,99. Para mais informações, confira no Instagram: @sophi_msm @colecaoresumos.

Este QR Code vai direto para a página de vendas na Amazon.



OS FANTASMAS AINDA SE DIVERTEM
BEETLEJUICE + BEETLEJUICE

O FANTASMA MAIS FAMOSO DO PEDAÇO ESTÁ DE VOLTA

INGRESSO PROMOCIONAL
R\$ 12

SEMANA DO CINEMA
DE 12 SET A 18 SET

#PARTIUCINEMA

GRUPO CINE CINEMAS

Ingresso Inteiro: R\$24. Meia-entrada: R\$12. Todos pagam mais em sessões 2D e 3D. Promoção válida de 12/09/2024 à 18/09/2024. Não válido para salas e poltronas VIPs, conteúdos alternativos e pré-venda de filmes.



Estudantes dos 8^{os} e 9^{os} anos participaram da formatura do curso de primeiros socorros

Alunos concluem curso de primeiros socorros do Corpo de Bombeiros

A **EE Profª Iolanda Velluti-Ani** e o **Corpo de Bombeiros de Pindamonhangaba** realizaram um curso de primeiros socorros para os alunos de 8^o e 9^o anos. Durante o curso, os alunos foram capacitados a responder rapidamente em situações de emergência, aprendendo técnicas essenciais como a reanimação cardiopulmonar (RCP), o tratamento de ferimentos, o controle de hemorragias e a gestão de crises médicas até a chegada de ajuda especializada. O treinamento é intensivo e prático, com simulações que preparam os participantes para enfren-

tar uma variedade de cenários de emergência.

Além das habilidades técnicas, o curso também enfatizou a importância da calma e da clareza mental em situações de alta pressão. Os instrutores, profissionais experientes do Corpo de Bombeiros, compartilharam suas próprias experiências e ofereceram insights valiosos sobre como manter a compostura e tomar decisões corretas em momentos críticos.

Para muitos alunos, a formação em primeiros socorros representa mais do que apenas uma habilidade prática; é um compromisso com a segurança, bem-es-

tar da comunidade e o fortalecimento do seu Projeto de Vida.

O curso de primeiros socorros do Corpo de Bombeiros não apenas prepara os participantes para agir com eficácia em situações de emergência, mas também contribui para a construção de comunidades mais seguras e resilientes.

Em resumo, o curso de primeiros socorros não é apenas uma oportunidade de aprendizado; é um passo importante em direção a uma sociedade mais preparada e segura. Os alunos que completaram esse curso foram certificados na última sexta-feira, dia 06 de Setembro.

FOLCLORE EM MOVIMENTO: Resgatando memórias

A **EE Prof. José Wadie Milad** orgulha-se em apresentar o projeto **Folclore em Movimento**, uma manifestação da nossa cultura popular, no intuito de manter viva nossas tradições orais e místicas, além dos festejos tradicionais. Falar de folclore é permitir que a nossa cultura se mantenha ativa durante o tempo, mesmo em plena época de tecnologia digital que distancia o homem de suas raízes. Pensando assim, o folclore em movimento, pressupõe ativar em nossos alunos o fazer folclórico ao direcionar a cada sala um personagem a ser construído em suas caricatas e pesquisas, aproximando criaturas de seus criadores na intenção de reavivar o gosto ao pertencimento cultural.

Nesse sentido, é dever da escola manter viva a cultura popular e gerar sentimento de pertencimento ao seu povo em seu território e cultura, um cidadão viverá melhor tanto quanto souber e se interessar pela vida de seu lugar. Durante o período de três semanas, toda a equipe escolar se movimentou para a construção dos personagens folclóricos; dando luz a imaginação sobre os materiais recicláveis, atendendo ao disposto no currículo Paulista EF06HI08: Identificar os espaços territoriais ocupados e os aportes culturais, científicos, sociais e econômicos dos astecas, maias e incas e



Projeto visa manter vivas nossas tradições orais e místicas

dos povos indígenas de diversas regiões brasileiras e da BNCC: Competência 1- Valorizar e utilizar os conhecimentos historicamente construídos sobre o mundo físico, social, cultural e digital para entender e explicar a rea-



lidade, continuar aprendendo e colaborar para a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva.

Competência 3- "Valorizar e fruir as diversas manifestações artísticas e culturais, das locais às mundiais, e também participar de práticas diversificadas da produção artístico-cultural, as habilidades.

"Considerar a cultura trazida do meio familiar e comunitário pelo aluno no planejamento curricular, com vistas a aproximar o aprendizado formal e não formal (...) Envolver os educadores de diferentes matérias em torno do folclore, considerando-o um amplo campo de ação para os estudos e a prática da multidisciplinaridade". Assim tivemos uma produção genuinamente coletiva entre professores e alunos.