

Pinda realiza 1ª Gincana Ambiental com estudantes da rede municipal



Divulgação

Em comemoração ao Dia da Natureza e dos Animais, a Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Meio Ambiente, em parceria com a Secretaria de Educação e a Casa Verde, promoveu a 1ª Gincana Ambiental.

O evento teve como objetivo fomentar a educação ambiental entre os alunos do 4º e 5º ano da Escola Municipal Arthur de Andrade, localizada no bairro Cidade Nova.

PÁG. 3



Setembro Amarelo:

ESCOLA WADIE MILAD DESENVOLVE PROJETO PELA VALORIZAÇÃO DA VIDA

PÁG. 6

A gincana envolveu os alunos da rede municipal numa série de atividades voltadas à promoção da consciência ecológica

Pindamonhangaba realiza workshop sobre gestão de resíduos na manipulação de alimentos

Na última terça-feira (8), a Prefeitura de Pinda promoveu um workshop voltado à gestão de resíduos na manipulação de alimentos. Conduzido pelo

analista ambiental Jonas Caçador Cavalca de Barros, o evento aconteceu no Café Literário, no Parque da Cidade.

PÁG. 3

Workshop sobre gestão de resíduos aconteceu no Café Literário, dentro do Parque da Cidade



Divulgação

Agentes de Defesa Civil participam de Treinamento Avançado de Combate a Incêndio e Primeiros Socorros

Na manhã desta quarta-feira (9), a Defesa Civil de Pindamonhangaba, iniciou treinamento e aperfeiçoamento na

PROJETED - Centro de Treinamento e Prevenção. Todos os agentes operacionais de Defesa Civil, bem como o diretor Mi-

chel Cassiano, estão participando da capacitação no município de Jarinu-SP.

PÁG. 3

Divulgação



Agentes da Defesa Civil iniciaram treinamento na cidade de Jarinu na quarta-feira (9)

Paratleta de Pinda conquista ouro no Pan-Americano de Jiu-jítsu

O jovem paratleta de Pindamonhangaba, Matheus Avelar da Silva, de apenas 14 anos, brilhou no Pan-Americano de Parajiu-jitsu. . Mostrando determinação e amadurecimento, especial-

mente após ter ficado em terceiro lugar no Campeonato Brasileiro da mesma modalidade, desta vez Matheus conquistou o título de campeão.

PÁG. 5

Divulgação



Matheus (à esquerda) comemora a vitória no Panamericano

Editorial

Mente saudável, vida leve

Cuidar da saúde mental é fundamental para o bem-estar geral do ser humano. Em um mundo onde as demandas diárias são cada vez mais intensas, a mente precisa de pausas e atenção. Assim como o corpo precisa de exercício e alimentação saudável, nossa mente também exige cuidados, como momentos de lazer, introspecção e equilíbrio emocional.

A saúde mental afeta a forma como nos relacionamos com os outros e como lidamos com os desafios que a vida nos impõe. Ignorá-la pode resultar em cansaço excessivo, desânimo e até em problemas mais graves, como ansiedade ou depressão.

Vivemos em uma sociedade que, muitas vezes, valoriza a produtividade acima de tudo, negligenciando o descanso e o autoconhecimento. No entanto, é essencial reconhecer que o sucesso verdadeiro não está apenas no que fazemos, mas também em como nos sentimos. Práticas como a meditação, o diálogo aberto sobre sentimentos e a busca por ajuda profissional quando necessário são ferramentas valiosas para manter a mente saudável.

Cuidar da saúde mental é, em última instância, um ato de amor-próprio. Somente com uma mente equilibrada podemos enfrentar a vida com resiliência, empatia e propósito.

Pros eando

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



FIM DOS TEMPOS

A sociedade está fundamentada numa cartilha engessada por cláusulas baseadas na idade das cavernas, todas incitando a disputa – a qualquer custo – pelo trono do sucesso. Com isso, a desonestidade e suas variações são empregadas sem nenhum constrangimento, tampouco punições; pois a justiça do homem está cada vez mais injusta.

Na cartilha da sociedade os probos são considerados bobos; a empatia é uma palavra morta; e o altruísmo só é válido se for publicitado.

Para a sociedade, vencedor é: aquele que tem um patrimônio obeso – mesmo que seja de origem fraudulenta –; aquele que desfruta da fama conquistada através de ilícitudes; aquele que extermina quem estiver em seu caminho para se sustentar no poder. Resumindo: vencedor é aquele que possui artérias glaciais.

Houve um tempo em que a melhor pessoa para o relacionamento afetivo era a que oferecia o genuíno amor, a que trabalhava, era sincera, fiel e equilibrada, independente do aspecto físico e da situação financeira. Hoje, o essencial são os ativos.

Com muito dinheiro é possível comprar o amor em qualquer esquina – não o amor genuíno (que não tem preço), mas o amor sanguessuga. Os interesseiros não se importam com valores morais, não se importam se a “presa” é esteticamente fora do padrão, velhusca ou tenha métodos sórdidos de enriquecimento. O que importa é quanto a “presa” tem a oferecer: dinheiro, viagens, joias, e demais benefícios.

É evidente que a maioria dessas atitudes levianas, é oriunda das regras da sociedade, impos-

tas desde a infância. E o resultado é a deterioração da humanidade.

Há muitas gerações a família vem gerando filhos rebeldes, exigentes, agressivos em ações físicas e verbais. Os corretivos de outrora, aqueles que moldavam o bom cidadão, estão proibidos pelo Estado. Outro ponto a ser destacado é a qualidade do ensino público: caótica, sofrível, propositalmente quase imprestável, para favorecer a subserviência do povo. É proibido pensar, discordar, ter opinião própria que seja contrária ao sistema.

Este cenário poderia ser diferente. Se, ao invés de a sociedade incentivar vaidades, exibicionismo e disputas pelo poder apregoa-se que a fórmula do sucesso é a evolução espiritual, conflitos familiares e mundiais seriam sensivelmente reduzidos.

Enquanto a humanidade viver submissa à regência que a torna selvagem e irracional, a paz será atacada nos quatro cantos do planeta; como na guerra entre Rússia e Ucrânia, e nos ataques contra Israel. Tais insanidades ocorrem, principalmente, pela rejeição a Deus, por substituí-Lo pelo materialismo, pela ganância, pelo poder.

É preciso, urgentemente, sair da manada, agir com a pureza das crianças, corrigir o curso da história. Utopia? Não! Desde que sejamos exemplos do Bem. Um passo de cada vez, sem procrastinar, sem desistência. A vida é um sopro e, no fim da caminhada, o julgamento será justo para todos.

Do jeito que está a extinção se aproxima; pois, o maior predador do homem é o próprio homem.

Que Deus nos abençoe e proteja!



Vista aérea parcial de Pindamonhangaba

Contribuintes de Pinda devem fazer cadastro digital para terem acesso ao IPTU 2025

Os contribuintes de Pindamonhangaba que ainda não fizeram cadastramento digital pelo site da Prefeitura precisam se inscrever na plataforma para receberem o IPTU 2025, além de taxas e outros impostos, como ISS Fixo e Taxas de Localização e Funcionamento, que estarão disponíveis pela internet para todos. Quem já efetuou o cadastro em anos anteriores, não precisa fazer novamente.

O cadastro deve ser feito pelo link https://siapegov.pindamonhangaba.sp.gov.br/pmpinda/websis/siapegov/arrecadacao/recad/recad_pessoa.php. A ação é rápida, prática e segura e pode ser realizada pelo computador, tablet ou até pelo celular – proporcionando conforto e facilidade às pessoas.

Como não há mais carnês físicos desde 2022, é fundamental que os contribuintes façam cadastro na plataforma digital para receber eletronicamente seus tributos sem perder prazos.

IPTU 2025 estará disponível para consultas a partir de janeiro

Os carnês digitais do IPTU 2025 estarão disponíveis para consultas a partir do início de janeiro pelo site da Prefeitura <https://pindamonhangaba.sp.gov.br>. Além disso, os contribuintes que fizerem cadastro digital vão receber e-mails sobre o tributo. Para 2025, a Secretaria de Finanças estima mais 88 mil matrículas de imóveis.

Novamente o vencimento da primeira parcela ou cota única

será dia 15 de março. Mas quem quiser já pode efetuar pagamento a partir de 10 de janeiro.

Quem pagar à vista terá 10% de desconto; quem optar por duas vezes terá 5% de abatimento; quem fizer o pagamento em mais parcelas ganhará 2% de desconto, se pagar o tributo em dia.

O IPTU poderá ser parcelado em até 10 vezes, desde que cada parcela não seja inferior a metade da UFPM (Unidade Fiscal do Município de Pindamonhangaba) - que hoje corresponde a R\$ 164,64, ou seja não poderia ser inferior a R\$ 62,32.

O reajuste da UFPM para 2024 será estabelecido de acordo com o IPC (Índice de Preços ao Consumidor) da Fipe (Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas).

saúde

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



A Tríade do Bem-Estar: como a alimentação, o sono regulado e a prática de exercícios físicos interagem para uma vida saudável

Nos dias de hoje, a busca por uma vida saudável tornou-se uma prioridade para muitos. Com a infinidade de informações disponíveis, a compreensão de como uma boa alimentação, o sono regulado e os exercícios físicos interagem, impactando de forma benéfica nosso bem-estar é crucial. Estes três pilares não só influenciam nossa saúde física, mas também nossa saúde mental e emocional.

A alimentação desempenha um papel fundamental na manutenção da nossa energia e vitalidade. Uma dieta equilibrada, rica em nutrientes essenciais, não só promove o bom funcionamento do corpo, mas também melhora a qualidade do sono e aumenta a capacidade de desempenho físico. Por exemplo, alimentos ricos em triptofano, como nozes e sementes, ajudam na produção de serotonina e melatonina, hormônios cruciais para um sono reparador. Uma boa alimentação contribui para

a regulação de substâncias como a serotonina e a melatonina, que estão relacionadas ao sono.

O sono é um dos componentes mais importantes e, muitas vezes, negligenciados da saúde. A falta de sono de qualidade pode levar a uma série de problemas, incluindo redução da capacidade cognitiva, aumento do estresse e até mesmo ganho de peso corporal. Estudos mostram que indivíduos que dormem mal tendem a fazer escolhas alimentares piores, tem maior probabilidade de se tornarem obesos, pois optam por alimentos processados e ricos em açúcar. Além disso, a privação de sono pode afetar negativamente o desempenho físico, pois o sono ajuda na recuperação muscular, no ganho de massa magra, na redução do risco de lesões e no aumento da disposição.

Finalmente, os exercícios físicos têm um impacto profundo não só na nossa saúde física, mas também no nosso bem-es-

tar mental. A prática regular de atividades físicas ajuda a regular o sono, melhorar a alimentação e reduzir os níveis de estresse. Exercícios aeróbicos, como correr ou nadar, e exercícios anaeróbicos como a musculação, aumentam a produção de endorfinas, que são conhecidas como “hormônios da felicidade”, melhorando o humor e promovendo uma melhor qualidade do sono. Além disso, o cansaço natural após o exercício também ajuda a induzir o sono.

Contudo, há um vilão que pode afetar nosso bem-estar e desregular nossa vida, o estresse. O estresse pode impactar o sono, a alimentação e o exercício físico de forma negativa, como exemplo quando o cérebro está em um estado de estresse, ele está pensando em curto prazo e concentrado em se sentir melhor imediatamente. Isso ocorre, pois, o estresse não deixa o cérebro descansar, se reparar e entrar num estado de relaxamento.

Em suma, a interação entre alimentação, sono e exercícios físicos cria um ciclo virtuoso onde cada um desses elementos potencializa os outros. Adotar uma abordagem holística para o bem-estar pode não só melhorar a saúde física, mas também levar a uma vida mais equilibrada e feliz. Portanto, prestar atenção a esses três pilares é essencial para qualquer pessoa que busque uma vida plena e saudável.

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

Pinda realiza workshop sobre gestão de resíduos na manipulação de alimentos



O encontro buscou educar sobre práticas sustentáveis no setor alimentício

Município realiza '1ª Gincana Ambiental' com estudantes da rede municipal de ensino

Em comemoração ao Dia da Natureza e dos Animais, a Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Meio Ambiente, em parceria com a Secretaria de Educação e a Casa Verde, promoveu a 1ª Gincana Ambiental. O evento, realizado no dia 4 de outubro, teve como objetivo fomentar a educação ambiental entre os alunos do 4º e 5º ano da Escola Municipal Arthur de Andrade, localizada no bairro Cidade Nova.

A gincana integrou uma série de atividades voltadas à promoção da consciência ecológica. Antes do evento, a equipe da Secretaria de Meio Ambiente distribuiu materiais educativos sobre o Parque do Trabiçu para serem trabalhados em sala de aula. Cada equipe escolheu um mascote, representando um animal da fauna do Trabiçu, como símbolo de seu grupo.

Entre as atividades da gin-

cana, os alunos participaram da coleta de materiais recicláveis, com a meta de arrecadar o maior volume possível, que foi acondicionado em sacos para contagem de pontos. Além disso, as equipes participaram de uma caça ao tesouro ecológico, realizaram a separação correta dos materiais recicláveis e escreveram frases sobre a importância da preservação do meio ambiente.

A estruturação da gincana foi coordenada pelo Departamento de Programas e Projetos Ambientais e Sustentáveis, que orientou professores e alunos sobre a importância da destinação correta dos resíduos.

As equipes mais bem colocadas foram a Caxinguê, que conquistou o primeiro lugar com 614 pontos, seguida pela Lobo-Guará, com 1545 pontos, e Sapinho Dourado, com 1116 pontos. As crianças que partici-

param do evento ganharam um passeio educativo ao Parque do Trabiçu.

“A gincana foi uma oportunidade para mostrar, de forma divertida, a importância da reciclagem e do descarte correto de resíduos, envolvendo pais e crianças. A educação ambiental é a base para um futuro mais sustentável e para formar cidadãos mais conscientes e engajados na preservação do meio ambiente”, afirmou a secretária de Meio Ambiente, Maria Eduarda San Martin.

Os professores da Casa Verde também desempenharam um papel fundamental, atuando como pontos focais de cada equipe e auxiliando nas atividades. A gincana contou com a participação de 168 alunos, divididos em sete equipes, e foram arrecadados 117 sacos de material reciclável, que foram doados para a cooperativa Recicla Viva.



Gincana ambiental promoveu atividades à promoção da consciência ecológica

Na última terça-feira (08), a Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Meio Ambiente, promoveu um workshop voltado à conscientização sobre a gestão de resíduos na manipulação de alimentos. O evento, que reuniu 15 pessoas, foi conduzido pelo Analista Ambiental Jonas Caçador Cavalca de Barros e aconteceu no Café Literário, localizado no Parque da Cidade.

O objetivo do encontro foi educar e conscientizar a população sobre práticas sustentáveis no setor alimentício, com destaque para a redução do desperdício, o aumento da renda por meio de estratégias de reaproveitamento, e a compostagem de resíduos orgânicos. Além da importância de uma correta gestão de resíduos, o workshop buscou mostrar como essas práticas podem

contribuir para a preservação do meio ambiente.

“O workshop abordou a gestão de resíduos na alimentação, com ênfase na compostagem e nos 6 R's da sustentabilidade: Repensar, Recusar, Reduzir, Reutilizar, Reparar e Reciclar”, explicou Jonas.

Durante o evento, a Secretaria de Meio Ambiente aproveitou para anunciar o lançamento do programa “Composta Pinda”. As inscrições para participar do projeto, que visa incentivar a compostagem doméstica, estão abertas a partir de hoje (10). As famílias interessadas poderão receber uma composteira e um kit completo, além de suporte técnico para implementação da compostagem em suas residências. As inscrições podem ser realizadas por meio do link <https://forms.gle/D6Xgxr1Fod8QJiQJ8>.



Os agentes participaram de uma atualização para a melhoria na qualidade dos serviços prestados

Agentes de Defesa Civil realizam Treinamento Avançado de Combate a Incêndio e Primeiros Socorros

Na manhã desta quarta-feira (9), a Defesa Civil de Pindamonhangaba, buscando capacitar seus novos agentes e atualizar toda a equipe, iniciou treinamento e aperfeiçoamento na PROJETED - Centro de Treinamento e Prevenção.

O treinamento está sendo realizado pelos instrutores da empresa Projeted e todos os agentes operacionais de Defesa Civil, bem como o diretor Michel Cassiano, estão participando da capacitação no município de Jarinu-SP.

Os agentes estão efetuando treinamento prático de Combate a Incêndio Nível

Avançado com NR-23, Segurança no Trabalho em Máquinas e Equipamentos com NR-12 e Primeiros Socorros Nível Intermediário com NR-07, durante três dias de curso, entre aulas teóricas e práticas.

Segundo Michel Cassiano, capacitar e atualizar os agentes é de fundamental importância para a segurança deles durante as ocorrências e também para a melhoria na qualidade dos serviços prestados pela Defesa Civil. “Estamos cada vez mais preparados para as ações de emergência que ocorrerem no nosso município”, afirmou o diretor.

Receba as edições digitais da Tribuna do Norte DIARIAMENTE.

Whats Tribuna
12 98889-9667



Do impresso ao digital.

história

Altair Fernandes Carvalho (altairfernandes@hotmail.com)

Explosão e fogo no interior da igreja matriz

Gás causa explosão e ameaça de incêndio, provocando correria e ferimentos nos fiéis que se encontravam na igreja em noite de homenagem à Maria, Mãe Santíssima

História de hoje recorda o triste ocorrido no interior da igreja matriz (Santuário Nossa Senhora do Bom Sucesso) que colocou em polvorosa os fiéis que participavam do encerramento do mês dedicado à Nossa Senhora.

Com o título **“Explosão na igreja – O gás Acetileno – Pânico do Povo”**, a Tribuna trouxe, em sua edição de 11/6/1902, a matéria que, certamente, foi motivo de muitos comentários pela população da Pindamonhangaba daqueles tempos...

Era, conforme registra o redator do jornal, a noite que marcaria o término das festividades concernentes ao “Mês de Maria” quando ocorreu o terrível acidente: **“...uma explosão no depósito de gás acetileno produzindo enormes labaredas”**.

Segundo o articulista: **“A notícia do fogo correu logo de boca em boca e imagine-se o pânico e o terror que se apoderaram das pessoas que assistiam na igreja as festividades”**.

A correria e a desordem estabelecida dentro da igreja por conta do ocorrido provocou triste consequências, assim narradas: **“Diversas senhoras, ansiosas por se verem livres do perigo, corriam pressurosas e levavam tremendas quedas, sendo pisadas por outras que também**

fugiam cheias de pavor! Muitas crianças, que gritavam desesperadamente, foram machucadas e sofreram pequenas contusões”.

Descrevendo o acontecimento, o articulista prossegue revelando que: **“A polícia, supondo que se tratava de um enorme rolo dentro da igreja trilou os apitos, ocasião está em que a confusão e o barulho tomaram proporções assustadoras. Postada nas portas laterais da igreja, procurava interceptar a entrada de pessoas que a desobediam e invadiam o templo para acudir um filho, um irmão, a esposa, um parente, enfim, que supunham vítimas do incêndio”**.

O pároco, na época o padre Vicente Passos, **“...do altar-mor, procurava debalde acalmar tão grande barulho; a confusão cada vez mais aumentava-se”**.

Segundo o relato da Tribuna do Norte, devido ao pânico, ficava difícil alcançar a saída do templo e as pessoas que, a muito custo, o conseguiam, continuavam, em desespero, a correria pelas ruas. Entretanto, enquanto a confusão reinava no corpo da igreja e na rua, felizmente, havia o concurso dos cristãos mais sensatos, que **“...dominavam o fogo, que não era tão grande como se supunha, sendo extinto sem o mínimo perigo. Mas os que isto ignoravam outra coisa não faziam se não correr e correr muito!”**.

O jornal alertou que tal imprudência, ou seja, o pânico ocorrido diante de uma situação que se fazia controlável, poderia incorrer em resultados desastrosos. E concluiu: **“Afinal tudo se acabou sem ter havido desastre de maior importância e as pessoas que perderam a calma sofreram simplesmente um respeitável susto. Ainda bem”**.

O “fogo” que o vigário proibiu

Outro assunto também relacionado à presença dos fiéis frequentadores da igreja matriz da Pindamonhangaba antiga, ficou registrado na Tribuna de 11 anos depois. Refere-se a um tipo de vestimenta feminina julgado muito ousado para a época.

Em nota intitulada **“As saias calções”**, que, segundo a criação de origem francesa, eram denominadas jupes-cullotes, na edição de 9/4/1911, com dose de ironia, o jornal opinava: **“Com verdadeiro azar há de fazer sua entrada, nesta cidade, a moda jupes-cullotes”**.

E previa o que aconteceria com uma possível adepta do uso da tal saia calção, **“Depois de embasbacar os transeuntes cá da terra, a possuidora de tal vestimenta sendo naturalmente religiosa, precisa ir à igreja, para, com fervor, pedir ao Altíssimo protegê-la das vaias e picantes comentários”**.

E alertava que tal pessoa, no entanto, não poderia contar com a proteção do vigário então responsável pela Paróquia Nossa Senhora do Bom Sucesso, o padre Ângelo Gazza: **“O nosso vigário, em enérgico sermão de domingo passado, condenou essa moda, chamou a de imoral e proibiu terminantemente, que ela penetrasse no templo”**.

O padre Ângelo Gazza, segundo a Tribuna, já teria avisado se caso alguma fiel ousasse transgredir a proibição, interrompendo suas orações ao adentrar a igreja matriz usando tal vestimenta **“...viria dar o braço a transgressora, e levava-a fora da matriz”**.

Para o jornal, conforme a posição do vigário, a moda não seria bem-vinda em Pindamonhangaba: **“Como veem, o jupe-cullote, na nossa igreja, ponto escolhido para exposições de toilettes, não poderá se apresentar”**. E, sem hipocrisia, lamentava, **“...é pena que isso aconteça porque estávamos curiosos a ver um vestido dessa moda”**.

A moda em Taubaté

Confirmando posição favorável à saia calção, a Tribuna divulgou no mês seguinte (edição 7/5/1911) a nota referente à boa aceitação da moda na cidade de Taubaté:

“Jupes-cullotes

Em Taubaté, a nova moda do jupes-cullotes, já foi inaugurada. Duas senhoritas, das mais distintas famílias, exibiram pelas ruas daquela cidade duas lindas toaletes e pelo povo curioso que a rodearam foram muitas aplaudidas”.

Aqui é oportuna a observação sobre o significado da palavra (também de origem francesa), **toilette** que, aporuguesada, tornou-se toalete. Dentre outros significados deste substanti-



A igreja matriz no início do século XX

vo feminino, o mais apropriado neste caso é o de vestimenta, peça de roupa feminina.

Sobre a moda

Segundo o site Montara Brasil (montarabrasil.com.br) **“Jupe-culotte é uma peça de roupa feminina que combina a elegância de uma saia com a praticidade de uma calça. Essa peça é caracterizada por possuir o comprimento de uma saia, geralmente na altura dos joelhos ou um pouco abai-**

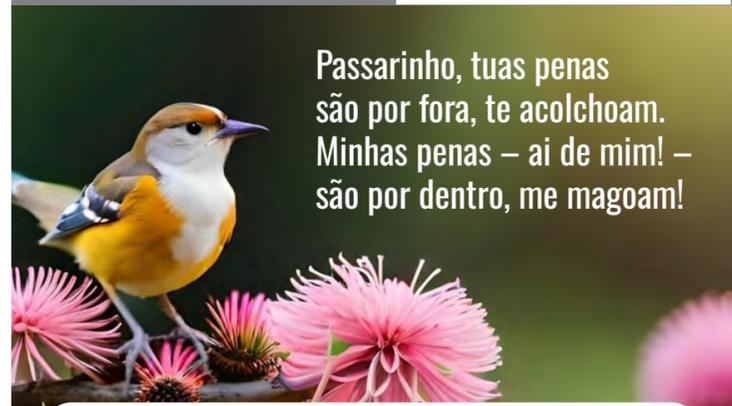
xo, e a modelagem solta e confortável de uma calça”.

No mesmo site vamos encontrar a seguinte informação sobre a origem dessa peça do vestuário feminino: **“A jupe-culotte teve origem na França do século XIX, quando as mulheres começaram a buscar por roupas mais confortáveis e práticas para realizar suas atividades diárias. A peça se tornou popular entre as mulheres da alta sociedade francesa e logo se espalhou para outros países”**.



As primeiras jupe-culotes nada tinham de escandaloso, era simplesmente o surgimento das calças compridas para mulheres (fato que causava discussões entre as mentes “conservadoras” da época)

Lembranças Literárias



Passarinho, tuas penas são por fora, te acolchoam. Minhas penas – ai de mim! – são por dentro, me magoam!

Eno Theodoro Wanke, Tribuna do Norte, 13/2/1972

Um anúncio do Passado

Publicava-se no jornal Tribuna do Norte em 1921

Constipado !!



"GRINDELIA"

DE OLIVEIRA JUNIOR

BRONCHITE

ASTHMA

COQUELUCHE

ROUQUIDÃO

Pedir "Grindelia" de Oliveira Junior.



Matheus destacou a superação de suas próprias limitações mentais, para conquistar a vitória

Paratleta de Pinda conquista ouro no Pan-Americano de Jiu-jítsu

O jovem paratleta de Pindamonhangaba, Matheus Avelar da Silva, de apenas 14 anos, brilhou no Pan-Americano de Parajiu-Jitsu, promovido pela Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu Esportivo (CBJJ), ao conquistar o título de campeão no final de setembro. Superando desafios físicos e psicológicos, Matheus mostrou determinação e amadurecimento, especialmente após ter ficado em terceiro lugar no Campeonato Brasileiro da mesma modalidade

Em suas palavras, Matheus destacou a superação de suas próprias limitações mentais como o maior desafio. "O desafio foi minha própria mente, porque no campeonato passado do Brasileiro eu tinha perdido, fiquei em terceiro lugar e agora no Pan-Americano eu fui lá, ganhei, e os próximos passos são ir para o Mundial, no final do ano, e tentar ser campeão também", comentou o jovem atleta, que já mira novos horizontes.

Matheus iniciou sua trajetória no jiu-jitsu em 2022, através do Projeto Social Rayane, que tem como objetivo a inclusão de atletas, trabalhando tanto o desenvolvimento físico quanto motor. O projeto vai além do esporte, promovendo descobertas pessoais, autonomia e confiança, também nas pessoas com deficiência, que passam a se reconhecer como atletas e não apenas por suas limitações físicas.

Sua treinadora, Daiane Ferraz Bastos, ressaltou o esforço e

a força mental de Matheus, especialmente diante do curto prazo para a preparação. "Não tivemos muito tempo para prepará-lo para o Pan-Americano, foi tudo de surpresa. Nosso sensei recebeu o convite para os campeonatos de Parajiu-Jitsu muito em cima da hora. Intensificamos os treinos nos poucos dias restantes e preparamos o Matheus psicologicamente, já que seria sua primeira vez em um campeonato exclusivo para PCDs. Ele é maduro, competitivo e forte, pronto para qualquer desafio", destacou Dayana.

A treinadora ainda mencionou que o desempenho de Matheus foi surpreendente, especialmente ao enfrentar um adversário de maior porte físico e experiência, que além de ser faixa preta, possuía o dobro do tamanho. "Ele é muito focado e dedicado, e mesmo com o pouco tempo de preparação, fez o que aprendeu nos treinos e saiu vitorioso", celebrou.

Com uma agenda de compe-

tições futuras, Matheus continuará focado nos treinos para enfrentar novos desafios no Parajiu-Jitsu e em outros campeonatos voltados para atletas com deficiência. O objetivo é ampliar sua técnica e estratégia, com a meta de continuar superando barreiras.

O Projeto Social Rayane, que acolheu Matheus, é um importante centro de inclusão esportiva em Pindamonhangaba. Com o lema "Fazer o bem sem olhar a quem", o projeto oferece aulas de jiu-jitsu e outras modalidades, tendo iniciado com o taekwondo, em 2014, e se expandiu para o Centro Municipal de Artes Marciais, onde permanece até hoje, promovendo o esporte e a inclusão de forma acessível para a comunidade.

Matheus segue sua jornada como um exemplo de perseverança, coragem e determinação, pronto para continuar conquistando vitórias e inspirando outros atletas.



OFICIAL DE REGISTRO DE IMÓVEIS, TÍTULOS E DOCUMENTOS E CIVIL DE PESSOA JURÍDICA DA COMARCA DE PINDAMONHANGABA, ESTADO DE SÃO PAULO

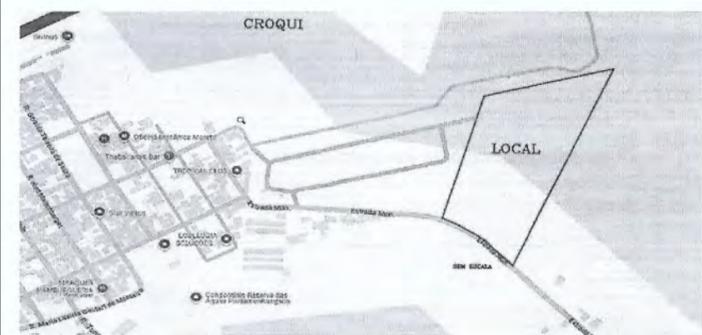
EDITAL DO LOTEAMENTO DE INTERESSE SOCIAL DENOMINADO "PARQUE DOS PINHEIROS" SITUADO NESTA CIDADE.

(Artigo 19 da Lei Federal nº 6.766/1979)

OVIDIO PEDROSA JUNIOR, OFICIAL DO REGISTRO DE IMÓVEIS DESTA COMARCA, NA FORMA DA LEI,

FAZ SABER

a todos os interessados que a proprietária, **PARQUE DOS PINHEIROS I INCORPORAÇÕES IMOBILIÁRIAS SPE LTDA**, inscrita no CNPJ/MF sob nº 24.875.012/0001-28, com sede social nesta cidade, na Avenida Albuquerque Lins nº 487, Centro, **DEPOSITOU** nesta Serventia os documentos exigidos pelo artigo 18 da Lei Federal nº 6.766, de 19 de dezembro de 1979, para o registro do loteamento de interesse social denominado "Parque dos Pinheiros", constituído de 09 quadras compostas por 207 lotes de interesse social, 02 áreas institucionais (EPC), 01 área verde, 02 sistemas de lazer e 10 vias públicas, encerrando uma área de 84.999,999m², localizado nesta cidade, na Estrada Municipal do Pinheiro, matriculado sob nº 80.607 nesta Serventia Imobiliária e cadastrado sob a sigla nº SE-15-16-06-036-00. O projeto de loteamento foi regularmente aprovado pelo Município em 23 de julho de 2024. E para que chegue ao conhecimento de todos, expediu-se o presente edital que será publicado em jornal, por três (03) dias, podendo o registro ser impugnado no Cartório de Registro de Imóveis desta Comarca, situado na Avenida Albuquerque Lins nº 518, no prazo de 15 (quinze) dias, contados da data da última publicação, nos termos do artigo 19 da Lei Federal nº 6.766/1979.



Pindamonhangaba, 08 de outubro de 2024.

Ovidio Pedrosa Junior
Ovidio Pedrosa Junior
Oficial Registrador

Avenida Albuquerque Lins, 518 – Jardim Rosely – CEP 12410-732 – Pindamonhangaba SP

Telefone: (12) 3642-1416 - e-mail: cria.pinda@gmail.com

PREFEITURA MUNICIPAL DE PINDAMONHANGABA
PUBLICIDADE DOS PROCESSOS DE LICITAÇÃO

HOMOLOGAÇÃO

PREGÃO ELETRÔNICO REGISTRO DE PREÇO 108/2024 (PMP 12642/2024)
A Autoridade Superior, nos termos do Decreto 5.828 de 21/07/2020, homologou em 08/10/2024 e adjudicou o procedimento licitatório supra que cuida de "Aquisição de cimento para utilização nas diversas obras do município de Pindamonhangaba, pelo período de 12 meses, podendo ser prorrogada por igual período, conforme solicitação da Secretaria Municipal de Governo e Serviços Públicos" em favor da empresa: BLOKHU COMERCIO DE MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO LTDA, os seguintes itens: 03 – 27,80; 04 – 27,80; Itens desertos: 01 e 02.

PREGÃO ELETRÔNICO REGISTRO DE PREÇO 114/2024 (PMP 13578/2024)
A Autoridade Superior, nos termos do Decreto 5.828 de 21/07/2020, após análise técnica da Secretaria Municipal de Cultura e Turismo, homologou em 08/10/2024 e

adjudicou o procedimento licitatório supra que cuida de "Contratação de empresa especializada em prestação de serviço de locação, transporte, instalação, retirada e sucção de detritos de banheiros químicos, para atendimento aos eventos que constam no calendário oficial do Município e demais eventos e outras necessidades que se realizarão no Município de Pindamonhangaba, pelo período de 12 meses" em favor da empresa: A. M. FIGUEIRA EVENTOS – ME, os seguintes itens: 01 – 80,00; 02 – 74,00; 03 – 99,00.

CONTRATOS

PREGÃO ELETRÔNICO 100/2024 (PMP 10999/2024)
Na licitação supra que cuida de "Execução de serviços de reforma e revitalização do piso da área de circulação interna do Mercado Municipal, com fornecimento de material e mão de obra", foi firmado o contrato: Contrato 194/2024, de 26/09/2024, no valor de R\$ 287.000,00, vigente por 06 (seis) meses, assinando pela contratante e como gestor do contrato, a Sra. Marcela Franco Moreira Dias e pela contratada, empresa Ferreira e Patriota Engenharia e Construções Ltda, a Sra. Janete Camargo.



Jornal Tribuna do Norte também na Web Rádio

O Jornal Tribuna do Norte também está com uma Web Rádio, com muitas informações de forma online, no site radiotribunadonorte.com.br

"Nosso objetivo é levar muitas das notícias que são veiculadas no jornal para a Web Rádio, inclusive com entrevistas locais e regionais, inclusive com assuntos nacionais. Entendemos que o jornal impresso tem esta característica em dar maior destaque e visibilidade às notícias de Pindamonhangaba, mas na Web Rádio esse alcance pode ser maior, interessando a todos que ouvirem, independente da localidade", salientou a jornalista Cíntia Martins Camargo.

A Web Rádio somente pode ser acessada pela internet ou ainda pelo site do jornal, que é o.jornaltribunadonorte.com.br.

Novos projetos
Segundo jornal mais antigo em funcionamento no estado de São Paulo, o Jornal Tribuna do Norte tem se reinventado com inúmeras ações, preservando sua história mas de olho no digital e na busca de novos leitores.

"Para isso, lançamos visitas à Tribuna com alunos das escolas de Pinda - Estação Tribuna -, criamos o Clube de Leitura 'Fala Mulher', lançamos a Tribuninha e o Tributeens, melhoramos nossas redes digitais, entre outras ações. Todas estas ações tem como objetivo preservar a história do jornal, mas alcançar mais leitores no mundo digital e até mesmo no impresso", explicou Cíntia.

PREFEITURA MUNICIPAL DE PINDAMONHANGABA - ESTADO DE SÃO PAULO

DECRETO Nº 6.738, DE 09 DE OUTUBRO DE 2024.

Dispõe sobre a realização de horas extraordinárias no âmbito da Prefeitura de Pindamonhangaba.

Dr. Isael Domingues, Prefeito do Município de Pindamonhangaba, no uso de suas atribuições legais:

Considerando a importância de realinhar despesas, otimizar os recursos existentes e, ainda, zelar pela eficiência na gestão governamental;

Considerando a necessidade de manter a higidez da gestão orçamentária, financeira e administrativa, bem como o equilíbrio das contas públicas; e

Considerando o dever de primar pelo gasto eficiente e planejado em respeito às regras prescritas na Lei de Responsabilidade Fiscal.

DECRETA:

Art. 1º À exceção de casos específicos, devidamente motivados, que representem situações de urgência/emergência e/ou risco de vida, fica vedada a realização de trabalho extraordinário pelos empregados públicos pertencentes aos quadros do Poder Executivo Municipal.

Art. 2º As jornadas extraordinárias realizadas até a publicação deste Decreto, terão o pagamento processado normalmente.

Art. 3º Para dar efetivo cumprimento ao quanto disposto neste Decreto e não causar prejuízos à prestação dos serviços públicos, deverão os Secretários Municipais adotar as medidas de contingência pertinentes, a exemplo da redistribuição de escalas de trabalho.

Art. 4º As horas extras realizadas e concedidas em desacordo com o disposto neste Decreto serão analisadas e processadas em apartado, podendo o respectivo Secretário ser responsabilizado pelo ônus do pagamento.

Art. 5º Caberá à Secretaria Municipal de Administração o controle, monitoramento e cumprimento das instruções deste Decreto.

Art. 6º Este Decreto entra em vigor na data de sua publicação, revogando-se as disposições legais em contrário.

Pindamonhangaba, 09 de outubro de 2024.

Dr. Isael Domingues
Prefeito Municipal

Marcelo Ribeiro Martuscelli
Secretário de Administração

Registrado e publicado na Secretaria Municipal de Negócios Jurídicos em 09 de outubro de 2024.

Anderson Plínio da Silva Alves
Secretário de Negócios Jurídicos



Clube de Libras realiza ação pela inclusão

Na última sexta-feira, 4 de outubro, os alunos do **Clube de Libras da Escola Dr. João Pedro Cardoso**, realizaram uma ação especial para conscientizar a comunidade escolar sobre a importância da inclusão e da cultura surda. A iniciativa, liderada pela presidente do clube, a aluna **Ana Laura**, com o apoio das professoras **Daniela** e **Sara**, madrinhas do projeto, teve como foco principal destacar as datas comemorativas do mês de setembro relacionado à comunidade surda.

Durante o evento, os alunos da **Escola Dr. João Pedro Cardoso** distribuíram mensagens relacionadas à importância da inclusão e da acessibilidade, acompanhadas de um pirulito, proporcionando uma interação lúdica e educativa.

Além disso, falaram sobre a relevância da **Língua de Sinais** como ferramenta essencial para garantir o direito à comunicação das pessoas surdas. A ação proporcionou à escola



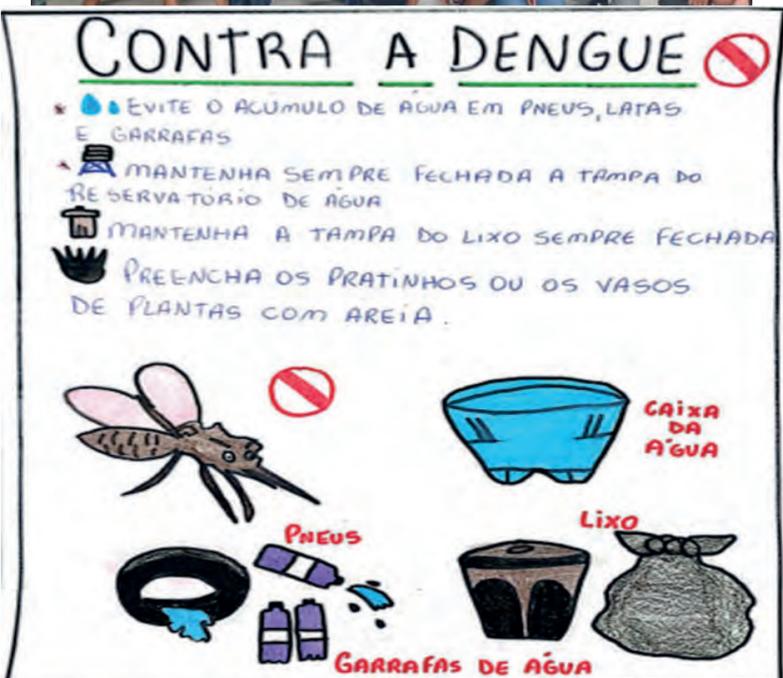
A iniciativa para a realização da ação partiu da aluna **Laura**

uma oportunidade de reflexão sobre a inclusão e o respeito.



Alunos distribuíram mensagens sobre a importância da inclusão

Escola Prof. José Aylton Falcão promove campanha de prevenção à dengue



Todas as turmas da escola foram mobilizadas a refletirem sobre o assunto

Setembro Amarelo: escola Wadie Milad desenvolve projeto pela valorização da vida

A **Escola Prof. José Wadie Milad** desenvolveu um projeto envolvendo todas as turmas da escola sobre o tema **Valorização da Vida**.

O **Projeto Setembro Amarelo - Valorização da Vida** foi iniciado com a palestra da psicóloga escolar **Fernanda** para os pais/responsáveis pelos alunos da escola. Ela falou sobre os indícios de depressão e pediu atenção aos sinais.

Os professores da sala de leitura e da área de linguagens realizaram uma sensibilização com os alunos a respeito do tema e construíram um painel para que os estudantes pudessem deixar uma cartinha para um amigo.

O **Grêmio Estudantil** ficou responsável por organizar uma exposição dos trabalhos construídos pelos alunos du-



Alunos escreveram cartinhas dedicadas a um amigo

rante a semana a respeito do tema e no dia da culminância do projeto apresen-

taram a exposição, além de realizarem uma roda de conversa com os estudantes.

TROTE BENEFICENTE ENCANTA ALUNOS DA ESCOLA ANTÔNIA CARLOTA

No dia 27 de setembro, a **Escola Antônia Carlota** promoveu um animado trote beneficente, idealizado pela professora **Adriana Bustamante** e com a colaboração de toda a equipe escolar.

Os **alunos dos 9º anos** participaram vestindo fantasias criativas, trazendo um clima festivo ao evento. Com o objetivo de arrecadar itens para a festa do **Dia das Crianças**, a atividade reuniu toda a comunidade escolar em um

espírito de solidariedade e diversão, destacando a importância de ajudar os outros enquanto celebram. O sucesso do trote reafirma o compromisso da escola com a formação de cidadãos conscientes e engajados.

