

Serviços da MOBILIDADE E TRÂNSITO são reforçados com sete novos veículos e agentes

A recém-criada Secretaria de Mobilidade e Trânsito realizou investimentos que devem melhorar significativamente os serviços de trânsito em Pindamonhangaba. Nessa terça-feira (18), o município recebeu quatro motocicletas Honda Sahara 300 e três pick-ups Mitsubishi L200 Triton, todos adquiridos com recursos próprios.

As novas viaturas serão utilizadas para otimizar o atendimento e garantir mais eficiência nas operações. Além disso, cinco novos agentes de trânsito ampliarão a equipe de trabalho.

PÁG. 3

Inscrições para o próximo City Tour Histórico se abrem na próxima semana

A Prefeitura de Pindamonhangaba abrirá inscrições para o próximo City Tour Histórico, Cultural e Gastronômico, a partir da próxima segunda-feira (24), até o dia 7 de abril. O sorteio dos contemplados acontecerá ainda no dia 7, e o passeio ocorrerá no dia 10 de abril.

PÁG. 6



O prefeito Ricardo Piorino esteve na sede da Secretaria de Mobilidade e Trânsito para conferir a chegada dos novos veículos

Defesa Civil atende mais de 20 ocorrências em Pinda

Os eventos de maior gravidade foram a queda de uma árvore em cima de um caminhão no bairro do Feital e a de um poste de energia elétrica com transformador no bairro do Goiabal

A Defesa Civil de Pindamonhangaba está atuando desde às 18 horas da última terça-feira no atendimento às ocorrências registradas em virtude do ven-

tos fortes e chuvas intensas em todo o Vale do Paraíba. O atendimento prosseguiu pela madrugada, mobilizando, além da equipe da Defesa Civil, outros

servidores das secretarias de Segurança Pública, Meio Ambiente, Desenvolvimento Rural e Governo e Serviços Públicos.

PÁG. 7



A maioria das ocorrências registradas no município referem-se à queda de árvores



Escola em Ação: dia de conscientização sobre violências contra mulher



A Escola Estadual Alzira Franco realizou na última terça-feira, 18 de março, a ação em parceria com a Secretaria da Mulher, Família e Direitos Humanos a ação de prevenção as violências contra a Mulher

PÁG. 8

Prefeitura de Pinda promove campanha “Imposto Solidário” para incentivar destinação de recursos aos Conselhos Municipais

A Prefeitura de Pinda, por meio da Secretaria de Assistência Social, está promovendo a campanha “Imposto Solidário”. A iniciativa permite que os contribuintes destinem parte do Imposto de Renda para o Conselho Municipal dos Direitos da Crian-

ça e do Adolescente (CMDCA) e para o Conselho Municipal do Idoso, sem pagar valores adicionais. As doações podem ser feitas até 30 de maio, prazo final para a entrega da Declaração do Imposto de Renda 2025.

PÁG. 5



Clube de leitura!
Encontro uma vez por mês
Um espaço de escuta, troca e transformação!

Editorial

São José: silêncio que inspira a fé

Em cada prece silenciosa, em cada gesto de dedicação, São José se faz presente.

Patrono dos trabalhadores, dos pais de família e dos que buscam proteção, ele atravessa os séculos como símbolo de fé, humildade e perseverança. Sua imagem, de olhar sereno e mãos calejadas, traduz a essência de um homem que aceitou, sem hesitar, a missão de cuidar do Menino Jesus e de Maria, com amor e responsabilidade.

Muitos o invocam em momentos de incerteza, confiando-lhe seus sonhos e suas dificuldades. É a ele que recorrem os que procuram um emprego, os que desejam uma família harmoniosa, os que precisam de força para seguir adiante.

São José ensina que a fé não está apenas nas palavras, mas na ação diária, no esforço silencioso, na confiança de que Deus provê no tempo certo.

Em março, quando a Igreja celebra sua festa, altares são erguidos, orações são entoadas e promessas são renovadas. Mas sua presença vai além da data e do sentido católico: vive no coração dos que trabalham honestamente, dos que acolhem a vida com humildade e dos que acreditam que, mesmo sem entender os desígnios divinos, é possível seguir em frente.

Afinal, São José não falou muito nos Evangelhos, mas sua vida inteira foi uma resposta de fé.

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



Obesidade: um desafio Global

A obesidade é uma condição crônica que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, sendo já considerada uma epidemia global pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Caracteriza-se pelo acúmulo excessivo de gordura corporal, que pode levar a sérias complicações de saúde, como doenças cardiovasculares, diabetes tipo 2, hipertensão e até mesmo alguns tipos de câncer. A obesidade, considerada um dos maiores desafios de saúde pública mundial, exige um tratamento complexo e abrangente.

Além dos riscos físicos, a obesidade também pode impactar a saúde mental, contribuindo para problemas como ansiedade e depressão. O estigma social associado ao excesso de peso pode agravar ainda mais essas condições, criando um ciclo difícil de romper.

O tratamento da obesidade é multifatorial e deve ser personalizado. Uma equipe multidisciplinar composta por profissionais que trabalham de forma integrada para atender às necessidades individuais do paciente é importante. No caso da obesidade, essa equipe pode incluir médicos (endocrinologista ou clínico geral), nutricionistas, psicólogos, fisioterapeutas, educadores físicos, entre outros.

Mudanças no estilo de vida são fundamentais. Realizar uma alimentação balanceada e praticar regularmente exercícios físicos torna-se obrigatório. Em alguns casos, medicamentos podem ser prescritos para auxiliar na perda de peso. Contudo, em casos extremos, faz-se necessária a cirurgia bariátrica, quando os outros métodos não foram eficazes.

O fisioterapeuta, através das suas técnicas e do pilates, podem ajudar muito na reabilitação física, melhorando a mobilidade e reduzindo dores associadas ao excesso de peso. Nesse cenário o pilates é uma ótima ferramenta, pois promove fortalecimento muscular, melhora a flexibilidade e consciência corporal, além de prevenir de lesões.

A combinação dessas terapias com tratamentos médicos tradicionais pode oferecer uma abordagem mais holística e efi-

caz para o manejo da obesidade. É essencial que os pacientes busquem orientação de profissionais qualificados para um tratamento seguro e personalizado.

Perder peso de forma saudável é um processo que envolve paciência, consistência e escolhas equilibradas. Consultar uma nutricionista é de tamanha importância, pois ela desenvolve planos alimentares saudáveis e adequados ao paciente, respeitando suas preferências e limitações. Sendo assim aquelas dietas restritivas ou ficar sem se alimentar não é legal. Caso não consiga uma consulta com um profissional, ao menos opte por uma dieta variada, rica em frutas, vegetais, proteínas magras e carboidratos integrais. Evite comer alimentos processados e beba bastante água.

O educador físico atua ao prescrever um treinamento adequado a condição física do paciente. A combinação de exercícios aeróbicos, como caminhada ou natação, com atividades de resistência, como musculação ou pilates ajudam a reduzir o peso de forma contínua e equilibrada. Mas acima de tudo, o exercício deve ser prazeroso pois dessa forma consegue-se para manter a rotina.

O psicólogo através da terapia ajuda no controle da ansiedade além de trabalhar as questões emocionais e comportamentais, como compulsão alimentar e autoimagem. A psicoterapia e outras abordagens ajudam a tratar questões emocionais e comportamentais, promovendo mudanças duradouras. Abordagens complementares como meditação, yoga, acupuntura e terapias mentais têm ganhado destaque no tratamento da obesidade. A acupuntura pode ajudar a equilibrar o organismo, reduzir o apetite e aliviar o estresse.

A obesidade não tem uma solução única ou imediata, é um desafio que exige mudanças consistentes e a longo prazo. O mais importante é ouvir o corpo e contar com acompanhamento profissional para garantir que o processo seja seguro e eficaz. Cada passo, por menor que pareça, contribui para o progresso ao longo do tempo!



O city tour é uma forma de proporcionar às pessoas conhecer a história de nossa cidade

Prefeitura inicia inscrições para o próximo City Tour Histórico na próxima semana

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Cultura e Turismo e do Departamento de Turismo abrirá inscrições para o próximo City Tour Histórico, Cultural e Gastronômico, a partir da próxima segunda-feira (24), até o dia 7 de abril. O sorteio dos contemplados acontecerá ainda no dia 7, e o passeio ocorrerá no dia 10 de abril.

Os interessados podem se

inscrever no Centro de Informações Turísticas (CIT) do Shopping Pinda, de segunda-feira à sexta-feira das 14h às 22h e sábado e domingo das 13h às 17h; e na sede da Secretaria de Cultura e Turismo, de segunda-feira a sexta-feira das 8h às 17h.

Como destacado pelo diretor de Turismo, Fábio Vieira, "o city tour histórico, cultural e gastronômico é uma forma de propor-

cionar as pessoas de conhecer a riquíssima história de nossa cidade, interagir e ressaltar a valorização de nossos pontos turísticos e nossa cultura local, despertando o sentimento de pertencimento e contribuindo para promover o desenvolvimento econômico".

A intenção é que esse projeto aconteça mensalmente, com municípios e representantes do trade turístico da cidade.

'O Assunto é...'

Matheus J Freedom, apresentador do programa 'O Melhor da Gastronomia'



Gastronomia Sustentável - Uma inovação com foco no meio-ambiente

Parceria entre o programa: O Melhor da Gastronomia e Salesianos promove educação e conscientização Gastronômica em prol do meio-ambiente

Em uma iniciativa de responsabilidade social, o programa de TV O Melhor da Gastronomia transmitido pela TV RVC firmou uma parceria com a instituição social Salesianos para desenvolver um projeto inovador voltado para a Gastronomia Sustentável. Este projeto, que se destaca pela sua abordagem prática e educativa, tem como um dos objetivos promover o cultivo de hortaliças de maneira consciente e ecológica, sem o uso de agrotóxicos.

As atividades incluem palestras que abordam temas como o aproveitamento integral dos alimentos e a redução do desperdício na cozinha. Além disso, o projeto oferece oficinas de plantio e cultivo, onde os participantes poderão aprender na prática como cultivar suas próprias hortaliças. Receitas na prática sobre como preparar de forma saudável, aproveitando talos e cascas de forma prática e criativa.

Essas experiências visam não apenas ensinar técnicas de cultivo sustentável, mas também sensibilizar os envolvidos sobre a importância de uma alimentação saudável e responsável.

Um dos aspectos mais impactantes dessa parceria é o foco no ensino das crianças. O projeto busca envolver os jovens na

prática da agricultura urbana, incentivando-os a se tornarem agentes de mudança em suas casas. Ao aprender sobre o cultivo de alimentos e a importância da sustentabilidade, as crianças desenvolvem uma consciência ambiental e um respeito maior pela natureza.

Com isso esperam não apenas conscientizar, mas também inspirar uma nova geração a valorizar a alimentação saudável e a proteger o meio ambiente. O projeto se configura como uma oportunidade única de transformação social, onde a Gastronomia se torna um meio para promover práticas sustentáveis e um futuro mais consciente.

Com esse movimento, ambos reafirmam seu compromisso com a responsabilidade Gastronômica social e ambiental, mostrando que é possível unir prazer, educação e consciência em prol de um mundo melhor.

Siga nossas redes sociais
Instagram: @omelhordagastromia
Youtube: omelhordagastromia

Pros eando

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



AI, QUE FOME!

Era um casal perdulário. Ela torrava as economias com a estética corporal. Ele, com a jogatina. Naquele dia, não havia nenhum dinheiro para garantir o almoço. Por isso, a filha gritava de fome.

Não suportando o berreiro, o pai exigiu que a mãe preparasse qualquer coisa. Ela refutou dizendo que a despensa estava vazia e, mesmo que houvesse algum alimento, ela não o prepararia para não danificar as unhas.

Sem compreender a situação calamitosa, a filha continuou gritando. O pai, considerando estapear a filha, recuou quando teve a ideia de almoçarem na casa da sogra.

— Você sabe que minha mãe é sistemática. Em cima da hora, sem avisar, pode esquecer.

— Ah, mulher. É só você pedir com jeitinho.

— Eu não vou ligar. Da última vez ela só faltou me deserdar. Liga você.

A filha já esganiçava em soprano.

— É isso! Qual avó não atenderia ao pedido de uma netinha?

A menina foi amansada e induzida ao plano.

— Filhinha, quer almoçar na casa da vovó?

— Quero!

— Então, presta atenção. Vou ligar pra ela e você vai dizer assim: "Vovó, estou com muita saudade da sua comidinha. Será que

eu, a mamãe e o papai podemos ir almoçar aí hoje?". Entendeu?

— Tendi.

A mãe ligou.

— Alô, vovó. Tô querendo comer a sua comidinha. A senhora pode vir me buscar?

A mãe gesticulava para que a menina não se esquecesse de dizer que o papai e a mamãe também estavam com saudade da comidinha.

— Vovó, a mamãe tá pedindo pra falar que ela e o papai também querem almoçar aí.

A neta trocou mais três frases com a avó, desligou e falou:

— A vovó já tá vindo.

A mulher orientou o marido:

— Não precisa trocar de roupa. Só calce chinelos para ficar mais à vontade. Eu já estou pronta.

A filha olhou para os pais e revelou:

— Vocês não irão. Vovó disse que só tem comidinha pra mim.

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: Maria Sousa

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

Ações da Mobilidade e Trânsito são reforçadas com sete novos veículos e agentes

Os serviços de trânsito em Pindamonhangaba serão aprimorados com os novos investimentos realizados pela recém-criada Secretaria de Mobilidade e Trânsito. Nesta terça-feira (18), o município recebeu os investimentos realizados com recursos próprios com a aquisição de quatro motocicletas Honda Sahara 300 e três pick-ups Mitsubishi L200 Triton.

As novas viaturas serão utilizadas para otimizar o atendimento e garantir mais eficiência nas operações de trânsito e fiscalização. Além da modernização da frota, cinco novos agentes de trânsito foram convocados através do último concurso público, para ampliar a equipe e aprimorar os serviços prestados à população.

Atualmente, a frota automobilística de Pindamonhangaba está em torno de 110 mil veículos, sendo destes 65 mil carros e cerca de 23 mil motocicletas. O município registrou um aumento de 10% na frota nos últimos cinco anos e devido a esse crescimento inúmeras ações são realizadas para promover um trânsito mais seguro e humanizado.

A Prefeitura destaca que os recursos provenientes das autuações de trânsito estão sendo revertidos diretamente para melhorias no trânsito do município. "Esses recursos estão sendo aplicados na aquisição de equipamentos, reforço na sinalização viária, implementação de novas faixas de pedestres e semáforos, além da capacitação dos agentes de trânsito. O objetivo é transformar o trânsito em um ambiente mais seguro, fluido e acessível para todos", explicou o secretário José França Vidal Filho.

O prefeito Ricardo Piorino esteve na sede da Secretaria de Mobilidade e Trânsito e foi conferir a chegada dos novos veículos além de verificar a central de operações onde os agentes de trânsito acompanham online todo o tráfego do município. "Estamos evoluindo cada vez mais em tecnologia, equipamentos e material humano sempre com o objetivo de ofertar uma mobilidade de qualidade. Estamos pedindo também investimentos em ações de conscientização para que todos possam respeitar nossas leis e evitar multas e outras penalidades que não são o foco do nosso



As novas viaturas serão utilizadas para otimizar o atendimento nas operações de trânsito e fiscalização



trabalho", ressaltou o prefeito.

Com essas ações, a Secretaria de Mobilidade Urbana reafirma

seu compromisso em oferecer um trânsito mais seguro e organizado. A Prefeitura segue inves-

tindo na melhoria da mobilidade urbana, garantindo mais agilidade e qualidade nos serviços

prestados e promovendo uma cidade mais estruturada e preparada para o crescimento.

Secretaria de Educação promove encontro entre equipe escolar e pais para fortalecer vínculos

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Educação, realizou na última segunda-feira (17), um encontro entre a equipe escolar da Escola Municipal Paulo Freire e os pais dos alunos, para uma apresentação dos projetos de responsabilidade social realizados pela escola em parceria com o Grupo de Trabalho da Secretaria Municipal de Educação (GT-SME).

Os projetos trabalharam a importância de estabelecer conexões entre família e escola para a formação efetiva de uma comunidade, com rede de apoio, não só contribuindo para a formação acadêmica dos alunos, mas também em sua formação integral, intensificando as dimensões socioemocionais que fazem parte do cotidiano escolar e de outras áreas da vida. Esse encontro ofereceu ferramentas para que crianças, jovens e adultos aprendam a gerenciar suas emoções de forma saudável e construtiva. Além disso, o projeto visou ensinar a estabelecer e manter relacionamentos positivos, tomar decisões responsáveis e demonstrar empatia com o próximo.



É importante a parceria entre escola e família no processos educacional

A mãe de um dos alunos envolvidos no projeto elogiou a iniciativa. "Gostei muito de participar das brincadeiras e entender que somos um conjunto para ajudar as crianças em todos os aspectos", disse Esther, mãe do Pedro do 3º A.

A diretora de Desenvolvimento Pedagógico, Edma Cardoso, destacou a relevância da parceria entre escola e família no processo educacional "O projeto acolhimento à vida reforça a importância do en-

volvimento da comunidade na formação dos alunos. Quando escola e família caminham juntos, criamos um ambiente mais acolhedor e propício para o desenvolvimento acadêmico e socioemocional das crianças".

BOLETIM DA DENGUE

19/03/2025 - PERÍODO APURADO: 29/12/2024 A 15/03/25

CASOS CONFIRMADOS

132

EM TODA A CIDADE

BAIRROS COM MAIOR INCIDÊNCIA: ARARETAMA, LIBERDADE, VALE DAS ACÁCIAS, JARDIM REGINA, MOMBACA, PARQUE SÃO DOMINGOS, SANTA LUZIA

ÓBITOS POR DENGUE: 0 CASOS CONFIRMADOS CHIKUNGUNYA: 3

Aproveite a final de semana para cuidar do quintal e do jardim, eliminando água parada.

Boletim da dengue: Pinda chega a 132 casos em 2025

O Boletim da Dengue, divulgado nesta quarta-feira (19), pela Secretaria de Saúde de Pindamonhangaba, contabilizou 132 casos da doença no ano de 2025. Não há óbitos até o momento.

Os dados se referem a resultados positivos registrados até o dia 15 de março deste ano. No mesmo período do ano passado foram 13.991 casos

e em todo o ano de 2024, 23.538 confirmações da doença.

Atualmente, os bairros com maior número de casos são: Araretama, Liberdade, Vale das Acácias, Jardim Regina, Mombaca, Parque São Domingos e Santa Luzia, que juntos somam 58 casos, representando 43,94% do total.

O boletim traz ainda 3 casos de chikungunya - doença que também

é transmitida pelo mosquito *Aedes aegypti*.

Para combater o mosquito transmissor da doença, a Secretaria de Saúde tem intensificado as ações em toda a cidade e alertado a população para eliminar água parada. Paralelo ao serviço de limpeza, agentes do Controle de Vetores estão fazendo uma verdadeira força tarefa em diversos bairros.



UM PROJETO
JORNAL
TN Tribuna do Norte
PROMOVENDO A LEITURA

RETIRE, DOE E TROQUE POR OUTRO LIVRO!

RUA FRANCISCO GLICÉRIO, 35 JARDIM BOA VISTA, PINDAMONHANGABA/SP

geral

Prefeitura promove campanha “Imposto Solidário” para incentivar destinação de recursos aos Conselhos Municipais

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria de Assistência Social, está promovendo a campanha “Imposto Solidário”, uma iniciativa que permite que os contribuintes destinem parte do Imposto de Renda para o Conselho Municipal dos Direitos da Criança e do Adolescente

(CMDCA) e para o Conselho Municipal do Idoso, sem pagar valores adicionais.

A ação busca aumentar os recursos destinados a projetos sociais no município, fortalecendo o atendimento a crianças, adolescentes e idosos em situação de vulnerabilidade. As doações podem ser feitas

até 30 de maio, prazo final para a entrega da Declaração do Imposto de Renda 2025.

O procedimento pode ser realizado diretamente no programa da Receita Federal, que calcula automaticamente o valor disponível para doação. O contribuinte que opta pelo modelo completo da declaração pode direcionar até 6% do imposto devido para os fundos municipais.

Caso tenha imposto a pagar, o valor destinado será abatido do total devido. Se houver imposto a restituir, a quantia será adicionada à restituição. Para facilitar o processo, a Prefeitura disponibilizou um passo a passo detalhado em suas redes sociais e ou no link <https://pindamonhangaba.sp.gov.br/imposto-solidario-perguntas-e-respostas>.

Em 2024, Pindamonhangaba arrecadou R\$ 173.626,33 por meio da destinação

do Imposto de Renda, o que, segundo dados fornecidos pela Receita Federal, representa menos de 2% de sua capacidade. Com a promoção da campanha, a expectativa é aumentar a adesão dos contribuintes e ampliar o financiamento de programas sociais.

A secretária de Assistência Social, Andréa Barreto, reforçou a importância da participação da população. “Além de cumprir com suas obrigações fiscais, o contribuinte tem a oportunidade de fazer a diferença na vida de muitas pessoas. Essa destinação fortalece os projetos sociais que atendem diretamente crianças, adolescentes e idosos, por meio das entidades que atuam em nossa cidade”, explicou a secretária.



A ação busca aumentar os recursos destinados a projetos sociais no município

Nova capacitação auxilia unidades de Saúde no combate ao tabagismo

Nesta segunda e terça-feira, dias 17 e 18 de março, das 9h às 12h, foi realizada uma nova capacitação do Programa Estadual de Controle do Tabagismo (PECT). O programa, que faz parte do Programa Nacional de Controle do Tabagismo (PNCT), conta com estratégias específicas do estado de São Paulo, via Coordenadoria de Controle de Doenças. A iniciativa do Departamento de Atenção Especializada da Secretaria de Saúde foi voltada, nesta ocasião, para equipes do Departamento de Atenção Básica.

Unidades Habilitadas para o Programa

Atualmente, as seguintes unidades de saúde são referência para o tratamento contra o tabagismo: CEM (Atendimento para pacientes já acompanhados por pneumologista. Vagas excedentes podem ser preenchidas por moradores da região central), CISAS (Moreira César), ESF Goibal, ESF Santa Cecília, ESF Cruz Grande, ESF Jardim Regina, UBS Bem Viver e CAPS AD (Atendimento destinado a pacientes

com comorbidade psiquiátrica, já acompanhados por equipamentos de saúde mental e moradores da região central).

Objetivos da Capacitação

A capacitação do PECT busca aprimorar o atendimento oferecido aos munícipes, garantindo que mais pessoas tenham acesso ao tratamento para parar de fumar. A capacitação contribui para que os profissionais da saúde possam oferecer um suporte mais eficaz e personalizado aos pacientes, aumentando as chances de sucesso no processo de cessação do tabagismo.

Avanços e Expansão

Estamos estudando a expansão do programa para disponibilizá-lo em mais unidades de saúde, ampliando o acesso dos moradores de diferentes regiões ao tratamento. Para mais informações, os interessados devem procurar suas unidades de saúde de referência.

O combate ao tabagismo é um desafio coletivo e com o apoio de todos, mais vidas poderão ser transformadas, promovendo a saúde e bem-estar de nossa população.



A capacitação busca aprimorar o atendimento aos munícipes, para que mais tenham acesso ao tratamento para parar de fumar

Cidade confirma ‘Festival Tropeiro’ para celebrar os 320 anos de Pindamonhangaba

Pindamonhangaba completará 320 anos em 2025, e a Prefeitura prepara uma grande celebração para a população. Como parte das festividades, foi confirmada a realização do tradicional ‘Festival Tropeiro’, previsto para ocorrer de 10 a 13 de julho, no Parque da Cidade. Lembrando que o aniversário de emancipação político-administrativa do município é comemorado em 10 de julho.

Nesta semana, a Secretaria de Comunicação e Eventos promoveu a primeira reunião de planejamento do festival. O encontro contou com a participação do secretário adjunto de Comunicação e Eventos,

Ricardo Flores, e do presidente do Sincomércio, Antonio Cozzi Junior, representando uma das instituições parceiras da iniciativa. A reunião também teve a presença remota da gerente do Sesc Taubaté, Daniela Savatano, ocasião em que foi acordado que o Sesc irá oferecer um show para o evento, com a atração ainda a ser definida.

A Prefeitura de Pindamonhangaba tem como objetivo realizar uma bonita festa, proporcionando momentos de cultura, lazer e entretenimento para toda a população em comemoração a essa importante data.

“O Festival Tropeiro será um dos grandes destaques dos 320 anos

de Pindamonhangaba. Já estamos alinhando parcerias para garantir um evento especial com atrações como o show do Sesc Taubaté. Nosso objetivo é oferecer uma festa inesquecível para a população”, disse o secretário Adjunto de Comunicação e Eventos, Ricardo Flores.

“Queremos que esta edição do Festival Tropeiro seja mais um sucesso em nossa cidade. Estamos preparando uma programação rica em cultura e lazer, valorizando a história da cidade. Com apoio da comunidade e parceiros, faremos uma celebração marcante”, destacou o Secretário de Comunicação e Eventos Alexandre Pió.



A gastronomia é uma das atrações do ‘Festival Tropeiro’

cotidiano

Pinda promove primeira edição do projeto Conexão Família no Parque da Cidade



O projeto vai incentivar o exercício da cidadania e o protagonismo dos indivíduos no desenvolvimento da comunidade

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio da Secretaria da Mulher, Família e Direitos Humanos, realizará no próximo dia 29 de março, das 9h às 17h, no Parque da Cidade, o Conexão Família, um evento que tem o objetivo de aproximar a população das ações da Secretaria da Mulher, Família e Direitos Humanos, incentivando o exercício da cidadania e o protagonismo individual no desenvolvimento comunitário.

A iniciativa oferecerá uma série de atividades culturais, esportivas e educativas, disponibilizadas por meio de parceiros. O projeto Conexão Família contará com diversas atividades gratuitas, incluindo Projeto Florescer – Exposição de artesanato, apresentações das atividades do Espaço Humano, ações em comemoração ao Dia da Síndrome de Down, oficinas de beleza e autocuidado, empreendedorismo feminino, orientação familiar, e ações de diversos parceiros, como aferição de pressão arterial e teste de glicemia, além da presença dos universitários bolsistas do programa Educa Mais Pinda, que estarão presentes com ações relacionadas às suas áreas de estudo.

“O evento é uma iniciativa que fortalece o vínculo entre as famílias, além de ampliar o acesso da população a Secretaria, em um ambiente de acolhimento e inclusão”, destacou o secretário da Mulher, Família e Direitos Humanos, João Carlos Salgado.

“O evento Conexão Família é uma oportunidade de aproximar as ações da Secretaria da Mulher, Família e Direitos Humanos da população. Nosso objetivo é garantir que todos sejam atendidos com qualidade, sentindo-se acolhidos e com seus direitos respeitados. Este é mais um passo para fortalecer a nossa comunidade e promover a inclusão de todos”, afirmou o prefeito Ricardo Piorino.

Pindamonhangaba participa de Seminário sobre Cicloturismo na Mantiqueira

A Secretaria de Cultura e Turismo de Pindamonhangaba marcou presença no 1º Seminário de Cicloturismo da Mantiqueira, um evento que reuniu especialistas, empresas e instituições para discutir desafios e oportunidades do setor na região.

Representando o município, estiveram presentes o secretário adjunto de Cultura e Turismo, João Roberto de Castro Corrêa e o diretor de Turismo, Fábio de Oliveira Vieira, além de Jayme Alves, presidente da Associação do Caminho da Fé, e Mirza Laranja, da empresa Mantivelo, organizadora do seminário.

Cicloturismo e Sustentabilidade - O evento abordou o cicloturismo em sua amplitude, desde passeios curtos até viagens de longa duração, destacando a importância da rede de serviços que sustenta essa atividade. Além disso, foi enfatizada a conexão com a natureza e a necessidade de preservação ambiental, especialmente na Área de Proteção Ambiental Serra da Mantiqueira.

Durante o seminário, foram debatidos diversos eixos temáticos, incluindo: O cicloturismo como ferramenta de desenvolvimento local; Modelos de destino em unidades de conservação e rotas turísticas; Realização de eventos temáticos e desafios de segurança; Estratégias de comercialização e compartilhamento de experiências locais.

O encontro teve como objetivo fortalecer o cicloturismo sustentável na Serra da Mantiqueira, valorizando os recursos naturais e impulsionando o desenvolvimento econômico e social da região.



Representantes do município durante o seminário

IMPOSTO SOLIDÁRIO

DOE PARTE DO IMPOSTO DE RENDA PARA CRIANÇAS E IDOSOS DO MUNICÍPIO

QUER SABER COMO DOAR?
Aponte seu celular e escaneie o QRCode.

Doações diretamente na declaração

Válido para Pessoa Física ou Pessoa Jurídica

Quem doa ajuda pessoas idosas, crianças e adolescentes de projetos sociais executados por entidades do município

Pessoas Físicas podem doar até 6% do imposto na declaração completa e Pessoas Jurídicas, 1% do imposto devido

DÚVIDAS? ☎ 3642-1249 - Casa dos Conselhos

em pauta

Defesa Civil atende mais de 20 ocorrências em Pindamonhangaba

A Defesa Civil de Pindamonhangaba está atuando desde às 18h da última terça-feira no atendimento às ocorrências registradas em virtude do ventos fortes e chuvas intensas em todo o Vale do Paraíba. O atendimento prosseguiu pela madrugada e mais de 20 registros foram acionados e envolveu além da equipe da Defesa Civil, outros servidores das secretarias de Segurança Pública, Meio Ambiente, Desenvolvimento Rural e Governo e Serviços Públicos.

A maioria das ocorrências referem-se à queda de árvores e os bairros mais atingidos foram da região Leste, além do Feital, Alto do Cardoso, Castolira, Goiabal e extensão da estrada vicinal José Benedito Marcondes Vieira (Pinda-Lagoi-

nha), além de área rural na região do Colmeia e Ribeirão Grande.

As ocorrências de maior gravidade foram a queda de uma árvore em cima de um caminhão no bairro do Feital, ocasionando apenas ferimentos no motorista e danos materiais, bem como a queda de um poste de energia elétrica com transformador no bairro do Goiabal, ocasionando a interrupção do fornecimento de energia elétrica na região.

Segundo informações da Defesa Civil Estadual os ventos na região do Vale do Paraíba chegaram a 100 km/h. A empresa EDP esclareceu que a situação elevou o nível de criticidade de operação do sistema elétrico em comparação a um dia normal em outras localidades do Vale do Paraíba e

equipes técnicas foram reforçadas e estão mobilizadas no atendimento às ocorrências.

A Prefeitura de Pindamonhangaba está solicitando celeridade máxima à empresa para

restabelecimento total da energia no município, visando evitar prejuízos para empresas e residências, em virtude da falta de energia elétrica.

A Defesa Civil de Pindamonhan-

gaba esclarece que os serviços de apoio e remoção de queda de árvores continuarão sendo realizados até sexta-feira e que os moradores devem registrar as ocorrências sempre através do 199.



Os ventos na região do Vale do Paraíba chegaram a 100 km/h, segundo a Defesa Civil



A maioria das ocorrências foram relacionadas à queda de árvores

Pinda usa teatro infantil para reforçar saúde bucal nas escolas

A Prefeitura de Pindamonhangaba, por meio das secretarias de Educação e de Saúde, via Programa Saúde na Escola (PSE), está iniciando a campanha de saúde bucal nas escolas públicas. A ação começou nesta quarta-feira (19) na Escola José Gonçalves da Silva 'Seu Juquinha', no Liberdade, em Moreira César.

A equipe levou o teatro 'Lobo Mau e a dor de dente', com uma história envolvendo o lobo, a chapeuzinho vermelho, a fada e a dentista para os alunos da unidade.

A campanha tem como objetivo alcançar um número cada vez maior de crianças, sensibilizando-as sobre a importância da prevenção de doenças bucais. A iniciativa foi pensada aproveitando o Dia Mundial da Saúde Bucal, celebrado na quinta-feira (20), reforçando a importância dos cuidados odontológicos desde a infância.

Com atividades em diversas escolas municipais, o atendimento odontológico será realizado pela equipe do Centro de Coordenação de Especialidades Odontológicas (CEO), que estará presente para oferecer orientações sobre a escovação correta dos dentes e a importância da higiene bucal.

As crianças terão também a oportunidade de assistir a uma peça teatral intitulada "Lobo Mau e a dor de dente", segui-

da pela entrega de escovas de dentes, pastas e cartilhas com informações sobre cuidados bucais.

O CRONOGRAMA DE ATIVIDADES INCLUI AS SEGUINTE DATAS E LOCAIS:

Ação das escolas entre Secretaria da Saúde e Educação:

- **Quarta-feira (19):**

14h - Escola Municipal Lauro Vicente de Azevedo

- **Quinta-feira (20) - Dia Mundial da Saúde Bucal:**

8h - Escola Municipal Gilda Piorini Molica

- **Sexta-feira (21):**

8h - Escola Municipal Ruth Azevedo

Ação da Secretaria da Saúde:

- **Sábado (22):**

9h ao 12h - Prefeitura Perto de Você, Escola Julieta Reale Viera

O encerramento da campanha será realizado no projeto "Prefeitura Perto de Você", no Castolira, onde a equipe de odontologia, junto com a Fundação Universitária Vida Cristã (UNIFUNVIC), estará presente para distribuir escovas de dente, pastas de dente e cartilhas informativas sobre saúde bucal.

A secretária de Saúde, Sílvia Mendes, destacou a importância "da campanha de conscientização de saúde bucal nas escolas, pois é uma ação fundamental para conscientizar as crianças

sobre a higiene oral. Com o apoio das escolas e da comunidade, estamos levando informações e cuidados que vão contribuir para um futuro mais saudável para todos".

A secretária de Educação, Luciana Ferreira, também destacou o papel fundamental da campanha, "a educação vai além do conhecimento acadêmico; ela envolve cuidar da saúde e do bem-estar das nossas crianças. Investir na prevenção bucal é investir em um futuro mais saudável e cheio de sorrisos".

Turismo de Pinda participa de workshop sobre formação profissional

A Secretaria de Cultura e Turismo de Pindamonhangaba, por meio do Departamento de Turismo e em parceria com o Conselho Municipal de Turismo (Comtur), participou do Workshop "Academia de Turismo" na última segunda-feira (17).

O evento, realizado no Parque de Inovação Tecnológica de São José dos Campos (PIT), foi promovido pela Secretaria de Viagens e Turismo do Estado de São Paulo e teve como tema "Formação Profissional e Empregabilidade no Turismo". Durante o encontro, foram discutidos desafios do mercado de trabalho, formação acadêmica e competências profissionais

necessárias para impulsionar o setor.

Com a presença de representantes de mais de 40 cidades, o workshop contou com painéis e palestras ministradas por especialistas de diversas áreas, abordando estratégias eficazes para o desenvolvimento do turismo regional.

Representaram Pindamonhangaba o presidente do Comtur, Alex Cristian, o secretário adjunto de Cultura e Turismo João Roberto Castro e o diretor do Departamento de Turismo Fabio Vieira, que foram recepcionados e trocaram experiências com a diretora de Turismo de São José dos Campos, Aline Arantes.



No encontro foram discutidos os desafios do mercado de trabalho e as competências para impulsionar o setor



A campanha pretende sensibilizar as crianças sobre a importância da prevenção de doenças bucais



TribuTEENS



O coordenador Ricardo Salles esteve conferindo o projeto de horticultura na Escola Estadual Professora Alzira Franco

Educação Ambiental – Horticultura no Sistema Agroflorestal

A Escola Estadual Professora Alzira Franco tem desenvolvido junto aos seus alunos e professores o projeto de horticultura no sistema agroflorestal. O projeto acontece desde 2022 e tem como objetivo o plantio de hortaliças, legume e verduras para o consumo de toda comunidade escolar. Para este ano o projeto contará com o apoio da comunidade se estendendo para participação de pais e voluntários que possam contribuir para a manutenção do projeto.

Para professora Marília de Paula, principal incentivadora das ações voltadas ao projeto; “o impacto da ação contribui de forma extremamente positiva para toda comunidade escolar, promovendo o contato direto com o plantio e o cultivo das plantas, promovendo um espaço colaborativo e sustentável”. A proposta faz parte das estratégias e metodologias da unidade para que o aprendizado se tornar um momento prazeroso e prático.

Além do cultivo das espécies, o espaço conta com a construção de um fogão a lenha que faz referencia a cultura regional caipira, se tornando um importante referencial para o fortalecimento de nossa cultura local. Para este ano o projeto tem como desafio a construção de uma área coberta para que possa ser mais uma alternativa para as metodologias de ensino e aprendizado. A professora Marília, pretende, ainda este ano, construir com os

alunos uma base com a técnica de construção sustentável e ecológica, que ganha cada vez mais destaque em um mundo que busca alternativas mais amigáveis ao meio ambiente. Entre as técnicas que se destacam nesse cenário, o “pau a pique” e a “taipa de pilão” como métodos tradicionais de construção com terra. A construção com terra é um dos assuntos que envolvem esse universo chamado de bioconstrução. São vários assuntos envolvidos que vão trazer salubridade, sustentabilidade, preservação ambiental e bem-estar. E é isso tudo combinado que compõem a bioconstrução, não é um assunto único, isolado. Todo esse contexto enriquece o ambiente escolar e proporciona momentos favoráveis ao aprendizado constante e criativo.

O engajamento dos familiares na horta se deu com a parceria do agricultor Marco Soares, avô de uma aluna da nossa escola, que trouxe outro parceiro, Ademario do assentamento Conquista de Tremembé para nos ajudar na limpeza da horta. Em seguida, em uma conversa com pais de alunos que se ofereceram para serem voluntário da U. E. a fazerem o manejo da horta que foi realizada pela Ong IA3 em 2022 a2024, a quem somos muito gratos, abrimos para a comunidade a oportunidade de interagir com a nossa horta agora em parceria de amigos professores, alunos e comunidade.



Projeto fornece verduras e legumes para a comunidade escolar

Escola em Ação: dia de conscientização sobre violências contra mulher

A Escola Estadual Alzira Franco também realizou nesta terça-feira, dia 18 de março, em parceria com a Secretaria da Mulher, Família e Direitos Humanos, uma ação de prevenção às violências contra a Mulher.

A atividade contou com palestra da diretora Luciana Simonetti, que falou com os estudantes sobre como identificar, prevenir e denunciar situações de violências. As atividades foram organizadas pela gestão da unidade em parceria com a psicóloga que atende a escola, Luciana Magalhães e a professora de Orientação em Convivência Renata Freire.

A Diretoria de Ensino Regional de Pindamonhangaba, vem realizando formações constantes relacionadas as temáticas voltadas a garantia dos Direitos

Humanos e conscientização dos alunos sobre a importância da reflexão e atuação constante na defesa dos direitos. A temática vem ao encontro com a Secretaria de Direitos Humanos, que atua nas diversas frentes para o enfrentamento das diversas violências sofrida pelas mulheres. A Pesquisa Nacional de Violência contra a Mulher aprese nta recortes estaduais, possibilitando uma análise mais aprofundada do cenário de diferentes territórios do país. Entre os dados inéditos apurados a partir de entrevistas com mais de 20 mil mulheres, destacam-se:

- 48% já passaram por alguma situação de violência doméstica e familiar;
- 30% reconheceram a violência vivida e a nomearam como

tal;

• 18% ainda não se identificam espontaneamente como vítimas, mas quando apresentadas a situações específicas de violência doméstica, admitiram ter passado por elas – dado que indica que o número de brasileiras que sofrem violações é muito maior do que os registros oficiais.

Neste sentido, a promoção de eventos como esse, fortalecem as frentes para que o enfrentamento da violência se torne eficazes. A escola pública ao promover estas ações, para que a escola se torne o lugar seguro, formativo e necessário para conscientização e efetivação de ações concretas construção de uma sociedade melhor e igualitária.



Evento na Escola Estadual Alzira Franco contou com palestra da diretora Luciana Simonetti

Shopping Pátio Pinda recebe a 15ª edição do Festival de Xadrez

Evento traz torneio oficial, espaço gratuito para prática e mesas livres para o público entre os dias 20 e 23 de março

Durante os próximos dias, o Shopping Pátio Pinda vai receber mais uma edição do Festival de Xadrez, um dos eventos mais aguardados pelos apaixonados pelo esporte da região. A 15ª edição do torneio acontece entre os dias 20 e 23 de março, próximo à loja Riachuelo, e contará com a movimentação de rating nacional e internacional (CBX/FIDE).

Além da competição oficial, na Categoria Ouro, o evento disponibilizará mesas livres para que o público possa jogar xadrez durante todo o festival. Os visitantes e clientes do shopping também podem usufruir de um espaço gratuito para conhecer e praticar a modalidade, tornando o evento acessível para todos os níveis.

A ação é uma iniciativa do Shopping Pátio Pinda em parceria com o Circuito Vale Mais de Xadrez, contando com o apoio da Confederação Brasileira de Xadrez (CBX) e da Fede-

ração Internacional de Xadrez (FIDE). A competição promete reunir competidores de diversas categorias, proporcionando uma experiência enriquecedora para todos os participantes.

As inscrições para o 15º Festival de Xadrez podem ser realizadas até o dia 20 de março. Para mais informações, entre em contato com Erick Ramos pelo telefone: (12) 98151-6006.

CONFIRA A PROGRAMAÇÃO COMPLETA DO FESTIVAL DE XADREZ

20/03 (Quinta-feira): 18h às 22h
 21/03 (Sexta-feira): 14h às 22h30
 22/03 (Sábado): 9h às 19h
 23/03 (Domingo): 9h às 19h
 Local: Próximo a loja Riachuelo
 Evento gratuito

15º FESTIVAL DE XADREZ
SHOPPING PÁTIO PINDA

CAMPEONATO REGIONAL SUDESTE ABSOLUTO
MEMORIAL JOSINO RESENDE E JOÃO RODOLPHO FILHO

20/03 Quinta-feira
Das 18h00 às 22:00

21/03 Sexta-feira
Das 14h00 às 22:30

22/03 Sábado
Das 09h00 às 19h00

23/03 Domingo
Das 09h00 às 19h00

PRÓXIMO À RIACHUELO

Mais informações:
 (12) 98151-6006
 Erick Ramos

Logos for Vale, Associação Brasileira de Xadrez, and Shopping Pátio Pinda.