

**Rotina e paciência:
como deixar seu
cãozinho mais
calmo**

PÁGINA **2**



Dica de Filme

Zoopocalipse - uma aventura animal

Gracie e Xavier vivem com seus amigos no zoológico até que um meteoro cai no local, e transforma alguns dos animais em zumbis coloridos. Assim começa 'Zoopocalipse - uma aventura animal', filme indicado para pessoas a partir dos 10 anos.

Você pode conferir este e outros filmes nas salas do Grupo Cine no Shopping Pátio Pinda.



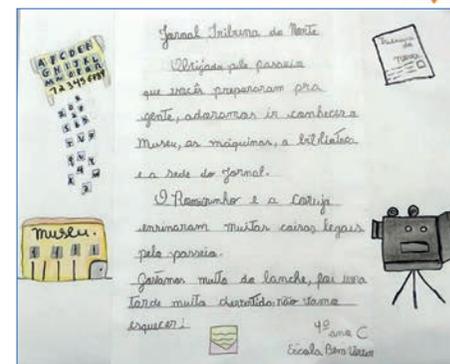
Projeto 'Estação Tribuna' recebeu alunos da EM João Kolenda Lemos



Divulgação

As crianças dos 4ºs anos da EM João Kolenda Lemos, do bairro Aretama, participaram do projeto 'Estação Tribuna' que inclui visitas ao museu, à Casa de Igualdade Racial e à sede da Tribuna.

PÁGINA **3**



Os alunos da 'João Kolenda' visitaram a redação da Tribuna e escreveram uma cartinha agradecendo a hospitalidade

SECRETARIA DE
MEIO AMBIENTE
DE PINDAMONHANGABA



Você sabia?



PREFEITURA MUNICIPAL DE
PINDAMONHANGABA

Nesta semana, iremos comemorar o dia da árvore e trouxemos algumas curiosidades sobre esta data muito importante para o meio ambiente. Confira:

Surgiu nos Estados Unidos em 10 de abril de 1872, quando um jornalista decidiu plantar muitas árvores onde morava. Ficou conhecido como Arbor Day

O dia da árvore tem como objetivo principal a conscientização a respeito da importância e conservação deste importante recurso natural.

No Brasil, João Pedro Cardoso, conhecido como "Patrão das árvores", foi o responsável por dar início à comemoração da data que passou a ser realizada em 21 de setembro, marcando o início da primavera.

O pau Brasil é uma árvore nativa da mata atlântica e está em perigo de extinção. Ela simboliza nosso país de acordo com a Lei 6.607 de 7 de dezembro de 1978, que também declara o dia do Pau-brasil (3 de maio).

PROJETO Personalidades

Yolanda Immediato: exemplo de amor ao próximo

PÁGINA **4**

A figura do mês de setembro do Projeto 'Personalidades' é Yolanda Immediato Fryling, que foi uma benemerita de Pindamonhangaba. Reconhecida por seu trabalho social e dedicação às crianças e idosos, e que dá nome a uma creche municipal inaugurada em 2012.

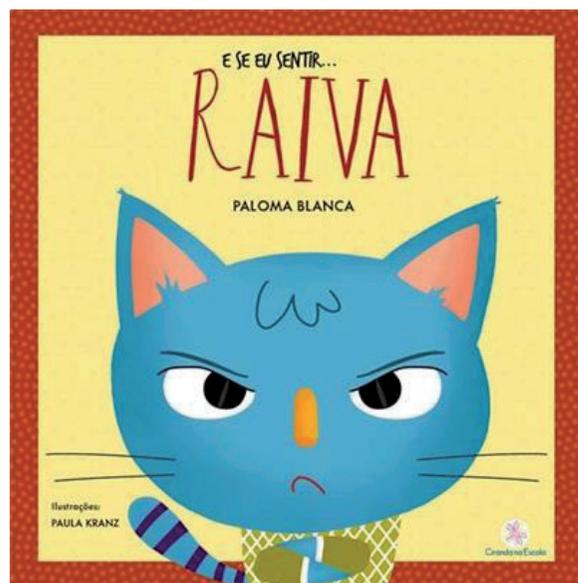


Dica de Livro

E se eu sentir... raiva

A Dica de Livro desta edição e que vem da Biblioteca Vereador Rômulo Campos D'Arace é o livro 'E se eu sentir raiva', de Paloma Blanca.

O livro conta que ao longo do dia, das semanas, dos meses e dos anos, sentimos um turbilhão de emoções e sentimentos: raiva, felicidade, tristeza, medo... Alguns nos enchem de alegria. Outros, por outro lado, causam aflições e frustrações. A raiva surge sem avisar e quando menos esperamos. Por isso, nem sempre reagimos bem a esse sentimento. Mas, independentemente da emoção, uma coisa é certa: podemos aprender a lidar com cada uma delas! Embarque no mundo dos sentimentos!



Livro à disposição na Biblioteca Vereador Rômulo Campos D'Arace mostra que podemos aprender a lidar com nossos sentimentos



Expediente

TRIBUNINHA – ENCARTE ESPECIAL DO JORNAL TRIBUNA DO NORTE - FUNDAÇÃO DR JOÃO ROMEIRO

Jornalista responsável:

Cintia Martins Camargo - MTB 21690/SP

Jornalistas: Aiandra Mariano e Altair Fernandes Carvalho

Diagramação: José Marcelo Rendes

Rua Dr Gustavo de Godoy, 536, esquina com a Rua Francisco

Glicério - Centro - Pindamonhangaba - SP

www.jornaltribunadonorte.com.br

Whatsapp/telefone: (12) 98889-9667



Pets

Rotina e paciência: como deixar seu cãozinho mais calmo

Colaboração Anderson de Carvalho e Thainá Galvão *

Você já viu um cachorro que late sem parar, que morde móveis ou brinquedos sem cansaço, ou que parece sempre nervoso? Pois é, isso pode ser ansiedade. Esse sentimento não faz bem para os cães e pode atrapalhar muito a vida deles, até mesmo deixando-os doentes.

O que causa ansiedade nos cães?

Especialistas apontam três motivos principais: rotina, manejo e ambiente.

- **Rotina:** ter horários ajuda o cão a se sentir seguro. Os cachorros gostam de saber o que vai acontecer. Por exemplo: um cão que não sabe quando vai passear pode ficar agitado e ansioso esperando.

- **Manejo:** é o jeito como o tutor (dono) cuida e ensina o cachorro. Se o cão leva gritos ou castigos sem entender o motivo, ele fica estressado. Mas, quando recebe paciência, carinho e explicações claras, aprende melhor e se sente protegido.

- **Ambiente:** é o lugar onde o cachorro vive. Um espaço barulhento, bagunçado ou com brigas aumenta a ansiedade. Já um ambiente limpo, organizado e calmo deixa o cão mais tranquilo.

Ansiedade faz mal para a saúde

A ansiedade atrapalha tanto o corpo quanto a mente do cachorro. Quando ele fica ansioso por muito tempo, o corpo produz cortisol, um hormônio ligado ao estresse.

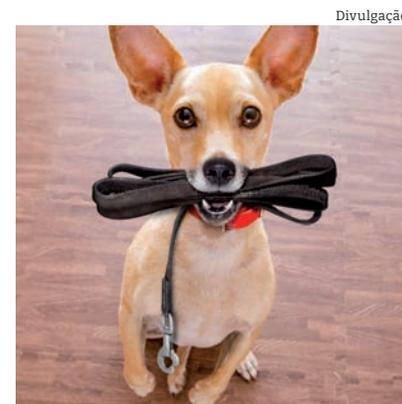
O excesso desse hormônio pode causar:

- Problemas no coração e no fígado;
- Defesa do corpo mais fraca (fica doente mais fácil);
- Perda de apetite e problemas para digerir a comida;
- Comportamento agressivo ou muito triste;
- Dificuldade para dormir ou relaxar.

Como ajudar seu cão

1. Mantenha uma rotina: crie horários para comer, passear, brincar e descansar.

2. Ensine com paciência: use carinho, brinquedos e petiscos para recompensar.



Cachorro que já tem horário certo para passear fica menos ansioso

3. Cuide do ambiente: mantenha a casa limpa, calma e segura.

4. Peça ajuda: se a ansiedade for muito forte, procure um adestrador especializado em comportamento.

Quando você cuida da rotina, do manejo e do ambiente, seu cachorro pode viver feliz, saudável e seguro.

* **Anderson** é adestrador. Mais informações: @adestradorandersoncarvalho; **Thainá** é estudante de psicologia e dá assistências às ONGs da causa animal



Ensinar o cão de forma clara e paciente faz toda a diferença



Um ambiente limpo e tranquilo deixa o cão mais calmo



Divulgação

Estudantes visitaram a Biblioteca Luis Gama e aprenderam sobre alguns autores negros

Projeto 'Estação Tribuna' recebeu alunos da EM João Kolenda Lemos

As crianças dos 4ºs anos da EM João Kolenda Lemos, do bairro Araretama, participaram de uma experiência enriquecedora ao visitarem o *Museu Histórico e Pedagógico Dom Pedro I e Dona Leopoldina*, onde conheceram a história da imprensa local por meio da Sala do Jornal Tribuna do Norte, parte do Projeto 'Estação Tribuna'. O espaço abriga máquinas antigas utilizadas na composição e impressão do jornal, permitindo que os estudantes compreendam como era feito o jornalismo impresso antes da era digital.

Além disso estiveram conhecendo a Biblioteca Luis Gama – Casa da Igualdade Racial -, onde a mediadora de leitura, Angelita Claudino apresentou alguns autores negros.

Além da visita ao museu, os alunos também tiveram a oportunidade de conhecer a *redação atual do Jornal Tribuna do Norte, onde puderam observar o funcionamento do jornalismo moderno.

A experiência - além de incentivar a leitura e a curiosidade - reforça a importância do jornalismo na construção da identidade local.



Divulgação

Os alunos do 5º ano da Escola Estadual Elias Bargis e as professoras Talita e Crislaine, estiveram visitando a sala do Jornal Tribuna do Norte, no Museu Histórico e Pedagógico D Pedro I e Dona Leopoldina

Shopping Pátio Pinda celebra o Mês das Crianças com promoção 'Momentos em Família'

Campanha acontece de 24 de setembro a 12 de outubro e sorteará 10 estadias no hotel, que acaba de inaugurar área de lazer completa

O Shopping Pátio Pinda preparou uma ação especial para comemorar o Mês das Crianças: a promoção Momentos em Família. Entre os dias 24 de setembro e 12 de outubro, a cada R\$ 250 em compras nas lojas e quiosques participantes, os clientes poderão concorrer a 10 estadias no Intercity Pátio Pinda Hotel & Resort, empreendimento que acaba de lançar sua nova área de lazer.

Para participar, basta cadastrar as notas fiscais das compras realizadas durante o período da campanha, desde que estejam identificadas com o CPF do titular. Os comprovantes podem ser somados até totalizar R\$ 250, valor que garante a emissão de um número da sorte. As compras feitas de segunda a quinta-feira ainda valem números em dobro, aumentando as chances de ganhar. O cadastro pode ser realizado nos totens de autoatendimento do Shopping Pátio Pinda ou pelo WebAPP. Em ambos os canais, é necessário anexar as fotos das notas fiscais e aguardar a validação no sistema. O regulamento completo pode ser consultado em promocao.patiopinda.com.br.

O sorteio está previsto para ser realizado pela Loteria Federal no dia 15 de outubro de 2025.

Dica da Psicopedagoga

A CRIANÇA VAI APRENDER A LER E ESCREVER MAS ANTES ELA PRECISA:

- 1- JOGAR E BRINCAR
- 2- CONHECER O CORPO E EXPLORAR MOVIMENTOS
- 3- OUVIR MUITAS HISTÓRIAS
- 4- CONSTRUIR IDENTIDADE E AUTONOMIA
- 5- FALAR PERGUNTAR E ARGUMENTAR
- 6- RECITAR, CONTAR E QUANTIFICAR
- 7- CANTAR, DANÇAR E APRECIAR MÚSICAS
- 8- VIVENCIAR E EXPLORAR A NATUREZA
- 9- PINTAR, DESENHAR E COLAR
- 10 - DIFERENCIAR TAMANHOS, CORES E FORMAS



Vanessa
Alves

PSICOPEDAGOGA

PROJETO PERSONALIDADES

Yolanda Immediato: exemplo de amor ao próximo

A figura do mês de setembro do Projeto 'Personalidades' é Yolanda Immediato Fryling, que foi uma benemérita de Pindamonhangaba.

Ela dedicou sua atenção aos mais necessitados, sendo homenageada e lembrada como um exemplo de amor ao próximo e de cuidado social, especialmente com os mais vulneráveis.

Yolanda Immediato nasceu em Pindamonhangaba no dia 15 de agosto de 1909, filha de Miguel Â-

gelo Immediato e Emília Gallo Immediato. Viveu a infância e a juventude em Pinda.

Foi na cidade do Rio de Janeiro – para onde mudou-se depois de casada – que Dona Yolanda iniciou seu trabalho de serviço social, prestando assistência aos moradores de vários locais.

Sua próxima parada foi na cidade de Americana-SP. Trabalhadora pelos desfavorecidos, como sempre foi, ali se dedicou a orientar as famílias que tinham crianças excepcionais. Sua volta à terra natal se deu no dia 22 de novembro de 1990. Em Pindamonhangaba, suas atividades em favor dos carentes prosseguiram de forma intensa e marcante. A população tem conhecimento de suas obras caritativas como, trabalhos de construção e reforma de moradias, atendimento de curativos, doação de remédios, colaboração com entidades e distribuição de cestas básicas, sendo destaque seu interesse e devoção pela entidade 'Patrulheiros Dom Bosco', a antiga 'Guarda-Mirim'.

Dona Yolanda Immediato morreu no dia 8 de outubro de 2010, com 101 anos.



Divulgação

A ilustradora Ana Paula Barbosa



Yolanda Immediato Fryling nasceu em Pindamonhangaba no dia 15 de agosto de 1909

Em março de 2012 foi homenageada com a nomeação de uma creche na Rua Monteiro Lobato (ao lado do Colégio Tableau e da Delegacia de Polícia), no bairro Alto Cardoso.

Projetos interligados

Vale lembrar que todas as ilustrações do 'Personalidades' foram feitas pela ilustradora Ana Paula Barbosa, que também assina as ilustrações do livro 'Romeirinho e a Coruja – O guarda-chuva de viajar no tempo'.

O livro foi escrito por Mauricio Cavalleiro especialmente para o projeto 'Estação Tribuna'. O livro foi lançado no dia 25 de abril, no retorno das visitas guiadas para os alunos de escolas de Pindamonhangaba.

O livro também deu a oportunidade que os personagens ganhassem vida com os atores Rafael e Ana, guiando todos os alunos pelas estações que fazem parte do projeto: a sala do jornal no Museu de Pinda, a nova sede do jornal e biblioteca central 'Vereador Rômulo Campos D'Arace'.

Turma do Trabiju

Francisco Machado

As ABELHAS são insetos polinizadores fundamentais para o Planeta!



francisco.machado.artista