Ano 3 - Nº 175 FUNDAÇÃO DR. JOÃO ROMEIRO 27 de novembro de 2026

Tribuninha!

Pets

Ceia de Natal: o que seu pet pode ou não comer?

PÁGINA 2

Entramos de férias!



Depois de um ano inteiro de muitas descobertas, aprendizados e diversão, a Tribuninha entra de férias e retorna em 2027 com muitas novidades para você! Aproveite muito os dias de descanso para brincar, ler, viajar e criar memórias incríveis ao lado de quem você ama.

Desejamos a todas as crianças e famílias um descanso maravilhoso e um Ano Novo repleto de alegrias, descobertas e bons momentos!

Alunos da EM Professora Maria Aparecida Arantes Vasques

Estação Tribuna encerra 2026 com aventura no Projeto Selva Viva

Divulgação



Em 2026, o projeto educativo Estação Tribuna, do jornal Tribuna do Norte e da Fundação Dr. João Romeiro, levou estudantes para explorar a história, a cultura e a comunicação da cidade. Turmas fizeram atividades na escola, visitaram o museu, conheceram a Biblioteca do Negro e descobriram como funciona a sede do jornal.

Pelo empenho, a Escola Municipal Professora Maria Aparecida Arantes Vasques foi a vencedora desta edição. Como prêmio, os alunos viajaram até Taubaté para conhecer o Projeto Selva Viva.

PÁGINA 4



A magia do Natal chegou com tudo

A cidade preparou atrações cheias de luzes, música e alegria para as famílias. Na Praça Monsenhor Marcondes, a casinha do Papai Noel recebe crianças até 23 de dezembro. O espaço também terá decoração especial, comidas gostosas e shows gratuitos.

PÁGINA 3

Divulgação



Os sinais do Natal já estão por toda parte de Pindamonhangaba

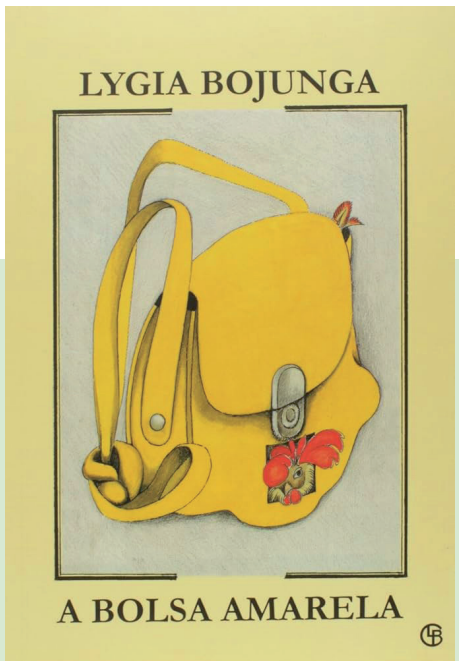
Dica de Livro

A Bolsa Amarela

*Já imaginou ter uma bolsa cheia de desejos e segredos? Em **A Bolsa Amarela**, da escritora Lygia Bojunga, conhecemos Raquel, uma menina que guarda três grandes vontades dentro de uma bolsa amarela: crescer, ser menino e se tornar escritora.*

Ao longo da história, Raquel vive aventuras e conhece personagens curiosos, enquanto aprende mais sobre si mesma, seus sentimentos e a importância de ter voz.

É uma leitura divertida e cheia de imaginação, que mostra como os desejos e sonhos de uma criança merecem ser ouvidos. Que tal descobrir o que cabe dentro dessa bolsa?



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 Randes
Rua Dr Gustavo de Godoy, 536, esquina com a Rua Francisco Glicério - Centro - Pindamonhangaba - SP
www.jornaltribunadonorte.com.br
Whatsapp/telefone: (12) 98844-2077

Pets



Ceia de Natal: o que seu pet pode ou não comer?

Rafaela Fernandes *

O mês de novembro ainda não terminou, mas o clima de Natal já toma conta de muitos lugares. Esta é uma época de comemorações, reuniões em família e mesas cheias de comidas deliciosas. É um momento em que queremos compartilhar tudo com quem amamos, incluindo nossos animais de estimação. Mas você sabia que nem tudo o que faz parte da nossa ceia é seguro para os pets?

Muitas vezes, na intenção de agradar, acabamos oferecendo alimentos que podem ser tóxicos e colocar a saúde dos nossos cães e gatos em risco.

- Entre os principais alimentos que devem ficar longe dos animais está o chocolate, que contém substâncias tóxicas e provoca vômitos, agitação, alterações cardíacas e até convulsões.

- As uvas e as uvas-passas também merecem atenção, pois podem causar lesões renais graves, principalmente em cães.

- Já os doces e as balas, além do excesso de açúcar, podem conter xilitol, um adoçante extremamente perigoso para os cães.

- Outro cuidado importante é com os ossos, especialmente os cozidos, que podem causar engasgos, perfurações e obstruções no sistema digestório.

- As nozes de macadâmia também são tóxicas para os cães e podem provocar fraqueza, vômitos e tremores.

- As bebidas alcoólicas, mesmo em pequenas quantidades, podem causar intoxicação e alterações neurológicas.

- E não podemos esquecer dos temperos! O alho e a cebola, muito utilizados no preparo das comidas natalinas, podem provocar danos às células vermelhas do sangue do animal e causar anemia.

- O panetone e o chocotone também devem ficar fora do alcance dos pets, pois podem conter chocolate, uvas-passas, açúcar e gorduras em excesso, representando riscos à saúde dos animais.

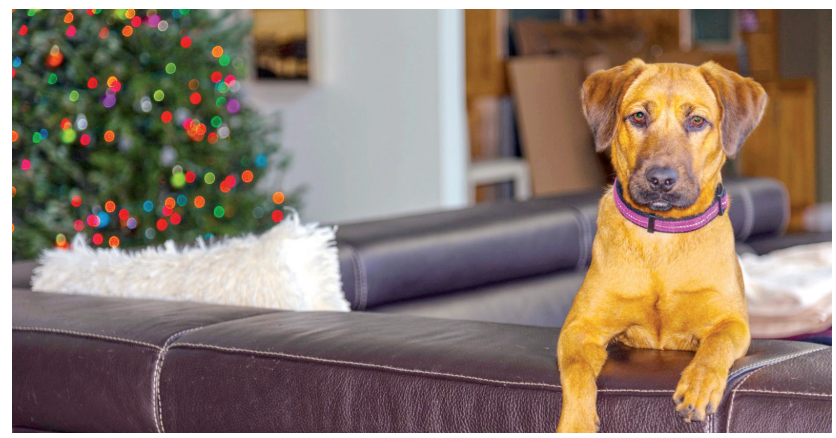
Mas então, o que os pets podem comer? Para que eles também participem desse momento especial, algumas opções podem ser oferecidas, como pequenos pedaços de cenoura, abóbora cozida sem tempero e carnes bem cozidas, sem ossos, pele, gordura ou condimentos. Também existem petiscos próprios para cães e gatos, que são opções mais adequadas. É importante lembrar que cada animal tem suas necessidades nutricionais e qualquer alimento diferente da rotina dele, deve ser oferecido com orientação veterinária.

Os pets podem participar da ceia, mas da maneira certa



E fica um recado especial para as crianças: sabemos que dá vontade de dividir um pedacinho de panetone ou de chocolate com seu melhor amigo de quatro patas, mas esse carinho pode acabar fazendo mal. Antes de oferecer qualquer alimento, pergunte a um adulto. Seu pet não precisa comer o mesmo que você para participar do Natal! Se o seu animal ingerir algum alimento tóxico, procure imediatamente um veterinário. Não espere aparecer sintomas e nunca tente provocar vômito por conta própria. Neste Natal, o melhor presente que você pode dar ao seu pet é cuidado, proteção e muito carinho! Afinal, amar também é saber o que não oferecer.

* ***Rafaela** é estudante e auxiliar veterinária.*



Nem tudo o que faz parte da ceia é seguro para os animais

A magia do Natal chegou com tudo a Pinda

A cidade preparou atrações cheias de luzes, música e alegria para as famílias. Na Praça Monsenhor Marcondes, a casinha do Papai Noel recebe crianças até 23 de dezembro. O espaço também terá decoração especial, comidas gostosas e shows gratuitos.

Pertinho dali, a Rua 10 de Julho vai contar com brinquedos à noite para a garotada. A Praça do Quartel também entra na festa com espaço kids, música e lazer.

Papai Noel fará visitas por diversos bairros da cidade

O Bom Velhinho ainda tem várias visitas previstas pelos bairros da cidade. A agenda começa no Araretama, no dia 6, e segue para Moreira César no dia 11. Depois, ele deve passar pela Praça da Bíblia no dia 16 e pelo Mercado no dia 19. Desfiles com carros decorados, bandas e personagens também estão nos planos da festa.

A programação é organizada pela Prefeitura com apoio da Acip e parceiros locais. Segundo o prefeito Ricardo Piorino, tudo foi feito para unir famílias e espalhar esperança. Como os eventos são ao ar livre, a programação pode mudar em caso de chuva forte. Por isso, vale acompanhar as atualizações antes de sair de casa.

Prepare o espírito natalino para viver momentos inesquecíveis em família!

Divulgação



Papai Noel recebe crianças até 23 de dezembro

A Fonoaudiologia vai muito além da fala: quando procurar ajuda?

A Fonoaudiologia está presente em diferentes etapas da vida e vai muito além da fala. O fonoaudiólogo atua no desenvolvimento da linguagem, comunicação, audição, voz, leitura, escrita, mastigação e deglutição.

Na infância, é importante observar possíveis dificuldades na comunicação, atrasos na fala, trocas de sons, compreensão de orientações e alterações na alimentação.

A família tem papel fundamental nesse desenvolvimento. Conversar, cantar, contar histórias e brincar são atitudes simples que estimulam a comunicação.

Lembre-se: identificar dificuldades precocemente favorece a intervenção adequada e amplia as possibilidades de desenvolvimento.

Cuidar da comunicação é cuidar da aprendizagem, do desenvolvimento e da qualidade de vida!

Divulgação



Fabiana Gomes Belo é Fonoaudióloga (CRFa 2-7585) e Psicopedagoga. Seu instagram é o @fabianafalasfonoaudiologia

Um tesouro de lembranças no jardim

A turma do 4º ano B da Escola Municipal Padre Mário Antônio Bonotti Redentorista abriu uma cápsula do tempo enterrada em março. Todo mundo ficou ansioso para ver o que estava guardado lá dentro. A garotada usou ferramentas para achar a chave que abriu o tesouro!

Divulgação



Divulgação



Com a chave na mão, os alunos quebraram o lacre e entregaram os envelopes para cada dono. Foi muito legal reler os papéis e lembrar dos sonhos e desafios do ano. Um momento superemocionante foi ler a "tarefa do amor", escrita com carinho pelos pais.

As cartinhas cheias de afeto fizeram muita gente se emocionar e até chorar de alegria. A professora Catarina também deixou um recado especial elogiando a turma. Ela contou que todos cresceram bastante e estão prontos para o próximo ano!

Emanuel se surpreendeu com as palavras lindas de quem ama ele. Lívia ficou emocionada com o recado da professora e agradeceu. Já João Miguel disse que viveu um momento de muita alegria com os colegas. Brincar com o tempo ajudou a turma a perceber o quanto cada um evoluiu. Assim, olhar para o passado deixou todo mundo animado para os novos sonhos do futuro.

Divulgação



Yázigi no Tribuninha



THANKSGIVING – TEMPO DE AGRADECER!

Você já ouviu falar em Thanksgiving? É uma festa muito especial, comemorada principalmente nos Estados Unidos, em que famílias e amigos se reúnem para compartilhar uma refeição e agradecer pelas coisas boas da vida.

E você? Tem muitos motivos para agradecer? Pode ser por sua família, seus amigos, seu bichinho de estimação, seus brinquedos ou até aquela comida de que você tanto gosta!

Agora é sua vez! Vamos descobrir o que faz você feliz?



Estação Tribuna encerra 2026 com aventura no Projeto Selva Viva

Aprender vai muito além da sala de aula! Em 2026, o projeto educativo Estação Tribuna, do jornal Tribuna do Norte e da Fundação Dr. João Romeiro, levou estudantes para explorar a história, a cultura e a comunicação da cidade.

Durante o ano, as turmas fizeram atividades na escola, visitaram o museu, conheceram a Biblioteca do Negro e descobriram como funciona a sede do jornal. Pelo grande empenho e dedicação, a Escola Municipal Professora Maria Aparecida Arantes Vasques foi a grande vencedora desta edição.

Prêmio especial

Como prêmio especial, os alunos viajaram até Taubaté para conhecer o Projeto Selva Viva. Lá, eles se divertiram e aprenderam como veterinários e biólogos cuidam, reabilitam e protegem animais silvestres — um trabalho que já acolheu mais de 5 mil bichos e devolveu cerca de 2 mil à natureza.

Além de ver os animais de perto, a garotada participou de palestras ambientais e explorou espaços sobre história natural e dinossauros, fechando o ano com memórias inesquecíveis.

Professores e direção da escola agradeceram pelo passeio. “Foi incrível e um momento inesquecível para cada aluno, com conhecimentos, momentos de superação e vivências naturais. Percebemos o brilho no olhar de curiosidade e o entusiasmo dos meus alunos, o que nos renderá boas conversas, memórias e reflexões na escola e em casa com os familiares sobre este dia”, disse a professora Aline.

Divulgação



Aluna interage com porco-espinho

Divulgação



Sem medo, estudante pega cobra



Romeirinho com coruja de verdade

