

O Clarim*

Porto Alegre, setembro de 2019 - Edição n. 6



CAFÉ DO GEF DISCUTE ANSIEDADE, FRUSTRAÇÃO E BAIXA AUTOESTIMA

A partir do momento em que se entra no Ensino Médio, sentimentos como ansiedade e insegurança começam a florescer. Com isso em mente, o Grêmio Estudantil Farroupilha (GEF) elaborou a primeira edição do ano do Café do GEF, direcionado para estudantes do 9º ano dos Anos Finais à 3ª série do Ensino Médio, no mês de julho. As psicólogas Adriana Peres e Bianca Stock abordaram diferentes questões sobre ansiedade, frustração e baixa autoestima na adolescência. Em um ambiente descontraído, os estudantes receberam conselhos para lidar com essas emoções, além de aprenderem exercícios de respiração e dicas para enfrentar provas e outras situações desafiadoras. .

A estudante Julia Heller está na 3ª série e admite sentir um frio na barriga toda a vez que a palavra “vestibular” é pronunciada. “É muito bom ter espaços na escola para conversar sobre isso, onde podemos não só falar de si, mas também ouvir os outros. Todos sentimos essas emoções. É reconfortante entender que ninguém está sozinho”. Como integrante do GEF 2018, Julia reforça a relevância de atribuir devida visibilidade à abordagem desses assuntos. O último ano significa deixar para trás um ciclo com memórias especiais construídas desde o início de sua jornada no Colégio, mas ela tem certeza de que tudo o que ela conquistou aqui valerá a pena. É com o coração apertado que ela se prepara para se despedir do Farroupilha, seu porto-se-



guro, mas afirma que se sente feliz e realizada por tudo o que aprendeu e vivenciou.

Contudo, a vida não para após a conclusão do Ensino Médio. A ex-aluna Fernanda Fragomeni conta que, em seu último ano de Colégio, teve de aprender a conciliar a euforia do vestibular com as dificuldades do terceiro ano. “Já bastante saudosa, me despedi de uma rotina da qual eu muito gostava e que vivia ao lado de amigos e mestres, que me auxiliaram a me tornar quem eu sou hoje” conta ela. Hoje, há três anos na faculdade de Medicina, Fernanda não nega que sente imensa gratidão pelas oportunidades concebidas pelo Farroupilha e pelas pessoas que conheceu e fortaleceram-na muito. .

A ex-aluna Betina Strassburger conta que pretendia ser médica, profissão exercida pelos pais, mas que, após participar de atividades do Colégio, como o Clube de Filosofia, começou a cogitar a carreira de Psicologia.

A partir daí, ela aprimorou seus conhecimentos sobre o curso e fez a sua escolha, afirmando ter se encontrado. “No terceiro ano, todos acham que precisam acertar de primeira o que querem exercer pelo resto da vida, desconsiderando a opção de mudar de ideia, seja antes, seja durante o curso”.

Já com o ex-aluno Guilherme Milman foi diferente. “Quando eu penso no terceiro ano, lembro que sempre soube o que queria fazer na faculdade, ao contrário de muitos colegas. Estava decidido a fazer jornalismo”. Contudo, ele comparava-se aos outros jovens e perguntava-se se realmente estava certo em tomar aquela decisão, pois via seus amigos tendo uma série de dúvidas sobre qual curso fazer. Para Guilherme, entrar na faculdade foi uma chave de ignição para a formação de seus pensamentos individuais, afirmando que ambas as etapas, a faculdade e o Ensino Médio, construíram seu caráter e amadureceram-no como estudante.

PRAZER, GEFERSON!



Sou o novo integrante e mascote do GEF! Fui idealizado em 2018 e, neste ano, ganhei esse corpo sarado de pinguim! Como mascote, sou responsável por representar esse grupo maravilhoso de estudantes e também alegro os eventos realizados pelo GEF! Ouvei dizer que escolheram um pinguim porque:

- “É ave, mas não voa” - mostra que não agimos ou somos sempre como aparentamos;
- “Bebe água salgada” - nos adaptamos de uma maneira incrível ao ambiente, isso simboliza que conseguimos lidar bem com situações difíceis e seguir em frente;
- “É sociável e comunicativo” - trabalhamos bem em equipe, gostamos de estar juntos e somos igualitários;
- “As vezes perde penas para nascerem outras mais resistentes” - os desafios nos tornam mais fortes;
- “Quando o bebê nasce, o macho cuida do ovo enquanto a fêmea vai buscar alimento. O macho fica parado durante dois meses, imóvel.” - quando algo importante nos é dado, fazemos nosso melhor.

Espero que tenham gostado de mim. Vocês me verão muito nas atividades do GEF!

HUMANS OF FARRO

CONVERSAMOS
COM ALGUNS
EDUCADORES DO
FARROUPILHA
PARA SABER
O QUE OS
MOTIVA.



ARTUR BEZZI

“O que me motiva é o exercício constante para me tornar a melhor versão de mim mesmo. Essa busca implica viver uma vida examinada com relação ao que valorizo e considero importante. Assim, assumo para mim a possibilidade de estar errado e procuro boas razões para dizer o que digo e fazer o que faço. Nesse contexto, a ética está presente em todos os aspectos da vida, até mesmo nas situações mais cotidianas e aparentemente insignificantes”. O Artur é professor de Filosofia no Colégio e sua presença é tomada por carisma e reflexões, introduzindo às suas aulas um ambiente íntimo e descontraído. “A docência foi um meio extremamente pertinente para essa empreitada rumo a um perfeccionismo moral. Isso me mantém desperto, atento, vivo. Hoje sou uma pessoa diferente depois desses anos de docência, um ser humano melhor, mas longe do que ainda posso ser. E esse caminho por percorrer é o que me motiva. Sou agradecido por isso”. Uma particularidade das aulas do Artur é a troca de experiências, bem como seu entusiasmo pela prática de pesca. “Além disso, eu amo pescar. Como afirma Robert Traver, não porque eu considero a pesca algo importante no mundo, mas porque suspeito de que tantas outras preocupações das pessoas também não têm importância. Assim, a pesca é uma atividade contemplativa, estética, um fim em si mesma, uma oportunidade para movimentar todo um conjunto de habilidades físicas e mentais para pescar um peixe e logo depois soltá-lo!”.

RECADO DO GEF

Olá, leitores d'O Clarim! Como estão? Nós, do GEF 2019, estamos muito felizes em apresentar a vocês a sexta edição de nosso jornal – e a primeira publicada na Revista Farroupilha. Aqui, procuramos mostrar um pouquinho mais sobre a nossa instituição, bem como as atividades e pessoas que fazem parte do Colégio. Trazemos, nesta edição, uma matéria sobre o Café do GEF, evento realizado no mês de julho, além de um bate-papo com educadores com quem convivemos diariamente para descobrirmos o que os motiva. Esperamos que aproveitem esta leitura, preparada pelo grupo com muito carinho e dedicação!

UPIILHA

GABRIELA DONADEL

A professora de Português Gabriela Donadel, “Gabi”, como é comumente conhecida pelos estudantes, é referência de que a poesia e a esperança também são assuntos de gente grande. “As lições da minha mãe, que se materializavam quase sempre em algum provérbio popular, ainda são mantras no meu cotidiano. Um deles está especialmente presente em minha vida: tinha uns nove anos quando aprendi que ‘o segredo da vida é tirar o maior bem do menor mal’. Ali comecei a entender que tudo pode ter seu lado bom e que focar nisso me torna alguém capaz de acreditar que é possível observar o mundo de outro ângulo e agir em prol dessa perspectiva com ânimo”. A Gabi é aquela pessoa com um olhar profundo, que faz da sala de aula um ambiente onde toda a ideia é bem-vinda. Ela diz que o que a motiva é ver nas tragédias cotidianas pequenas fagulhas de transformação. “Se me chateio por ter pouco tempo com meu filho por estar trabalhando demais, lembro que nosso tempo juntos é imensamente verdadeiro, e nele construímos nossas afinidades. Se penso que ‘hoje não fui a melhor profe do mundo’, reflito que aprendi o que não funciona, e que amanhã terei a oportunidade de ser melhor. Esse é meu motor: construir experiências positivas como mãe, como profe, como namorada. Mostrar que viver é bom e vale a pena”. E é com simpatia e motivação que ela acolhe cada estudante, ensinando conteúdos que vão muito além do livro didático.



MARIANA RIFFEL

A “Mari do balcão” faz parte da essência do terceiro andar do Colégio Farroupilha. Nos recebe diariamente, lidando inclusive com nossos dias de mau humor matinal. Para ela, o termo motivação é muito amplo, pelo fato de todos os dias nos sentirmos motivados por coisas diferentes”. Nas sextas-feiras, por exemplo, acordo motivada pelas aventuras do final de semana e, nas segundas-feiras, o que me move é poder exercer minha profissão, a qual pratico com muito carinho. Durante o dia, sinto a presença de todos que me amam, amigos que confio, minha família que me apoia e colegas que me inspiram, eles me motivam também. Sou grata pela mulher que fui, sou e que um dia vou ser, pela minha futura eu, sigo motivada todos os dias. Tudo que a vida leva e traz, todas as mudanças e adversidades, são motivos para seguir em frente”. Um recorte da personalidade da Mari conhecemos por convívio, mas, além dos corredores, ela carrega sua bagagem de experiências e tem como estímulo seus sonhos, vendo eles como algo único de cada indivíduo. “Todos nascemos com sonhos especiais e que são só nossos, apenas nós somos responsáveis por realizá-los. Não há motivação maior do que fazer nossos sonhos não serem apenas sonhos. Em 2015, fui para Nova York e realizei um dos meus maiores sonhos. Assim que voltei para o Brasil, senti vontade de viver outra aventura, que vou ter a sorte de realizar em breve. Essa experiência me despertou para um fenômeno incrível dos sonhos, a maneira que eles se materializam para logo após sofrerem uma metamorfose, assim como nós, os sonhos se transformam, e ao realizarmos um, há outro para ser sonhado. O que me motiva? Os sonhos, os sonhados juntos e os sonhados separados, os realizados e principalmente os que estão por vir”.

GEF RECOMENDA

Dinastia Geek



Série | *Desventuras em Série*

Classificação indicativa: 12 anos

Nessa adaptação dos livros de Lemony Snicket, acompanhamos os órfãos Baudelaire em uma aventura cheia de adrenalina, encontrando muitos segredos e perigos em sua jornada para solucionar a obscura morte de seus pais, sempre sendo perseguidos pelo vilão Conde Olaf. A obra possui 3 temporadas de 8 episódios cada uma e apresenta ótimas atuações de artistas renomados, como Neil Patrick Harris, que vive o antagonista principal.

Livro | *Roube como um Artista*

Best-seller no The New York Times, o livro é uma inspiração para a criatividade na era digital e mostra 10 passos para o sucesso criativo, focando na ideia de que “nada vem do nada” e ressaltando que precisamos nos inspirar no que já existe para conseguir criar. O autor, muito realista, expõe sua opinião sobre nada ser completamente original e sobre ter coragem para tentar algo novo.

Rocco



Divulgação

Filme | *O Menino que Descobriu o Vento*

Classificação indicativa: 12 anos

Baseado em uma história real, o filme narra a trajetória de um menino que constrói uma turbina eólica na tentativa de salvar o seu vilarejo que sofre com a fome. Vale a pena assistir e se inspirar com a emocionante superação representada no filme.

#EXPEDIENTE: QUEM FEZ O JORNAL E OS ARTISTAS MAIS OUVIDOS NO MOMENTO...



BERNARDO FROTA
JACK JOHNSON



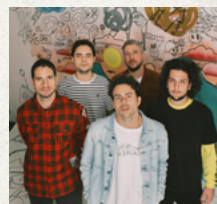
CAMILA MILMAN
QUEEN



CAROLINA FRAGOMENI
GREEN DAY



DAPHINE POSEBON
ALESSIA CARA



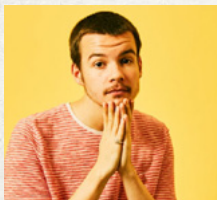
FABRICIO PFITSCHER
LAGUM



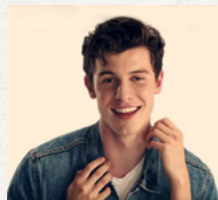
GUSTAVO SPERB
MIDNIGHT OIL



LUIZA DOTTI
CAETANO VELOSO



LUÍSA LEÃO
REX ORANGE COUNTY



MARTINA TEICHMANN
SHAWN MENDES



NATALIA FERRAO
BRUNO MARS

Créditos das fotos: Spotify, Hypeless, BBC, IBL/REX/Shutterstock, Virgula, The Guardian, MTV

SOBRE O CLARIM

O Clarim é uma publicação dirigida aos estudantes do Colégio Farroupilha, de Porto Alegre/RS. A publicação é do Grêmio Estudantil Farroupilha (GEF) e conta com o apoio da equipe do Ensino Médio e do setor de Comunicação e Marketing do Colégio. **SUPERVISÃO:** Fábio Parise. **APOIO:** Débora Vallis e Cristiane Parnaíba. **DIAGRAMAÇÃO:** Carolina Fillmann – Design de Maria.