



# GAZETA GERMINARE



# SUMÁRIO

## NOTÍCIAS FRESQUINHAS

- 3. Aulas presenciais na pandemia
- 4. Diário Covid-19
- 5. Novo presidente da câmara

## LIDERANÇA POP

- 6. Liderança nos heróis: Capitã Marvel

## FILMES, LIVROS E SÉRIES QUE AMAMOS E TEMOS CERTEZA QUE VOCÊ VAI GOSTAR TAMBÉM!

- 7. Oportunidades disfarçadas 2
- 8. Fahrenheit 451

## ENTREVISTA DE SUCESSO

- 9. Gabriel Macegosso
- 10. Gabriel Macegosso

## TECH ON

- 11. Nanotecnologia
- 12. Nanotecnologia

## 13. SAÚDE MENTAL

### 14. Mudanças na Germinare

### 15. Mudanças na Germinare

## DICAS DE ESTUDOS QUE, COM CERTEZA, VÃO AJUDÁ-LO NA ESCOLA

### 16. Planejamento 2021

## CONHECIMENTO MENSAL

### 17. Fevereiro Laranja e Roxo





# NOTÍCIAS FRESQUINHAS



## AULAS PRESENCIAIS NA PANDEMIA



O Governo do Estado de São Paulo liberou o retorno das aulas presenciais com uma parte dos alunos na escola e com a outra parte em casa. As escolas estaduais foram liberadas para iniciarem as aulas presenciais no dia 8 de fevereiro, escolas particulares dia 1º, e escolas públicas no dia 15. Cada município tem liberdade para decidir como será a volta. Para garantir um bom retorno, é necessário que os alunos e professores sigam algumas regras sanitárias, como o uso de máscaras, termômetros e álcool em gel, que estão disponíveis a todo momento para os alunos. Todos os materiais necessários para o retorno nas escolas estaduais (álcool em gel, máscaras, sabonetes, etc) serão disponibilizados pelo governo de São Paulo. Além disso, as escolas precisarão cumprir medidas de distanciamento social com a porcentagem de alunos que foram permitidos.

De acordo com a decisão paulista, as cidades que estiverem na fase vermelha ou laranja, poderão voltar no máximo 35% dos alunos do ensino básico, que vai da educação infantil até o ensino médio, e 70% dos alunos nas escolas de cidades na fase amarela. Dessa forma, cabe aos pais, responsáveis ou alunos acima de 18 anos decidirem sobre sua participação presencial.

Cada escola pode escolher as datas que voltará presencialmente, podendo adaptar o horário das aulas para encaixar as aulas remotas e presenciais. Já o ensino superior só tem autorização de volta nas fases amarela e verde, com 35% e 70% de alunos permitidos, respectivamente, com exceção de cursos em áreas médicas que tem o retorno permitido em todas as fases.

Muitos pais se posicionaram sobre a volta presencial dos seus filhos. Alguns defendem a ideia de que na escola eles estão sendo expostos, por isso preferem que o ensino permaneça online, outros concordam que por mais que seja um risco, é uma forma de ajudar no ensino dos alunos e na saúde mental deles.

Sobre o assunto, uma mãe disse “minha filha está se expondo, mas a expectativa é que a saúde mental dela melhore”, algo que vemos frequentemente com diversos adolescentes, porque com o novo estilo de aula, eles tiveram que se adaptar rapidamente a nova rotina online e ficar longe dos amigos, e por esse motivo alguns pais querem que seus filhos voltem a rotina de antes, tendo contato com os amigos e professores.

A Germinare está com plano de voltar presencialmente dia 23 de fevereiro, com a capacidade de 50% dos alunos. Foi enviado no e-mail um protocolo com todas as informações sobre o regresso, assim como quais alunos vão na primeira e na segunda semana para a escola.



Dezembro, janeiro e fevereiro.

Para fim de atualizar os leitores da Gazeta, foi criado o Diário Covid-19, que trará as principais notícias relacionadas ao vírus e à pandemia.

Em 2020, a situação do país e do mundo foi extremamente instável. Um dia era apresentado uma grande queda dos números de casos do vírus e no outro um grande aumento. Mesmo assim, conseguimos finalizar o ano, com um pouco de esperança e felicidade, já que recebemos avisos de que algumas das vacinas foram aprovadas. Era de se esperar o aumento de casos no começo do ano, porque com todos os avisos, nem todos respeitaram as regras de isolamento e acabaram contraindo o vírus.

O aumento de casos se deu devido às viagens, festas e churrascos realizados no período do final do ano. Tudo isso resultou em aglomeração de pessoas, facilitando a transmissão do vírus, que foi uma vantagem para o aumento os números de janeiro.



Mesmo com grande aumento de casos em janeiro, no dia 17 a ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) aprovou o uso emergencial das vacinas CoronaVac e AstraZeneca, preferencialmente para uso em programas de saúde pública, ou seja, para os órgãos que abrangem toda a população, independentemente de sua classe social. A primeira vacina foi aplicada minutos depois da aprovação da ANVISA, em uma profissional de saúde.

A campanha de vacinação se iniciou com idosos acima de 90 anos e profissionais de saúde. Espera-se que a vacina ajude a diminuir a quantidade de casos e mortes o mais rápido possível, mas segundo João Doria, governador de São Paulo, a campanha de vacinação de idosos entre 80 a 84 anos começa dia 1 de fevereiro, e a campanha de vacinação em idosos entre 85 e 89 anos na sexta-feira 12/02 (3 dias antes do previsto).

Para facilidade e rapidez na hora de tomar a vacina, é sugerido que os idosos realizem um pré-cadastro no site “Vacina Já”. Não é obrigatório, mas evita aglomeração e economiza 90% do tempo no atendimento, pois a coleta de informações presencial pode demorar cerca de 10 minutos, além do tempo de espera para receber a dose. Após 6 meses de queda de mortes e casos em São Paulo, enterros começam a subir novamente. Nesse mês, 30 novos sepultadores foram contratados para reforçar equipe, além de dez carros a mais para a frota do transporte, com o objetivo de evitar falta de valas.



De acordo com os registros, em maio houve o pico de mortes na cidade com mais de 8000 mortes, então, desde junho esse número foi caindo até chegar em novembro, onde a cidade apresentou mais de 5500 sepultamentos, desde então esse número vem subindo e em janeiro chegou a 6574 enterros. Além disso, os casos estão altíssimos, e a recomendação permanece sendo a mesma de sempre, uso de máscara, álcool em gel, lavar as mãos, e distanciamento social.



## NOVO PRESIDENTE DA CÂMARA



Foi eleito, na noite de 1º de fevereiro o novo presidente da Câmara, Arthur Lira do Partido Progressista (PP). A Câmara, também conhecida como Casa Legislativa, é o lugar onde são feitas as leis federais. A câmara possui 3 principais funções: representar os interesses da população brasileira, legislar assuntos de interesse nacional e fiscalizar a aplicação das leis.

O novo presidente recebeu 302 votos, mais que a metade dos 505 votantes, contando com a vitória no 1º turno. Com esse novo cargo assumido, ele ficará pelos próximos 2 anos liderando a Câmara. Além disso, Lira é líder dos partidos do Centrão (conjunto de partidos que não adotam ideologia nem de esquerda, nem de direita, preferindo ficar no centro para ter mais possibilidades de estar perto dos governos) e, contava com o apoio do Palácio do Planalto. O resultado da votação representa uma vitória política do Jair Bolsonaro, que trabalhava para ter um aliado no comando da casa, dado que o presidente da Câmara tem o benefício de decidir, sozinho, se abre ou não um processo de impeachment para afastar o presidente da república.

No primeiro discurso como presidente, Arthur Lira defendeu a vacinação da população e o equilíbrio nas contas públicas, e parabenizou o recém-eleito presidente do Senado, Rodrigo Pacheco, pela ideia geral, nomeado por Lira como pauta emergencial. Desde que iniciou sua candidatura, o presidente disse que vai priorizar a votação da chamada PEC (Proposta de Emenda Constitucional) emergencial, para impedir o endividamento do governo. Em entrevista para o site G1, Lira falou sua opinião em relação a 10 temas da atualidade, como a prorrogação do auxílio emergencial, vacinação obrigatória contra a Covid, atuação do governo Bolsonaro na pandemia, entre outros (acesse [g1.globo.com](https://g1.globo.com) para ver o que o presidente responde em relação aos temas abordados).



O presidente da câmara tem o papel de comandar tudo isso: ele lidera a Mesa Diretora (órgão responsável por dirigir trabalhos legislativos e assuntos internos) e o Colégio de Líderes (órgão que discute e negocia sobre política e define quais matérias serão votadas no Plenário); faz parte do Conselho de Defesa Nacional e Conselho da República (órgãos com poder de decisão em assuntos vitais do Brasil); e é o segundo na linha de sucessão da Presidência da República, atrás do Vice-Presidente; etc.

# Liderança POP



EXEMPLOS DE LIDERANÇAS EM FILMES, LIVROS E SÉRIES

## LIDERANÇA EM HERÓIS

“Capitã Marvel”, dirigido por Anna Boden e Ryan Fleck, apresenta a todos nós uma das maiores e mais poderosas super-heroínas de todo o Universo MCU, e, acima de tudo, uma grande líder.

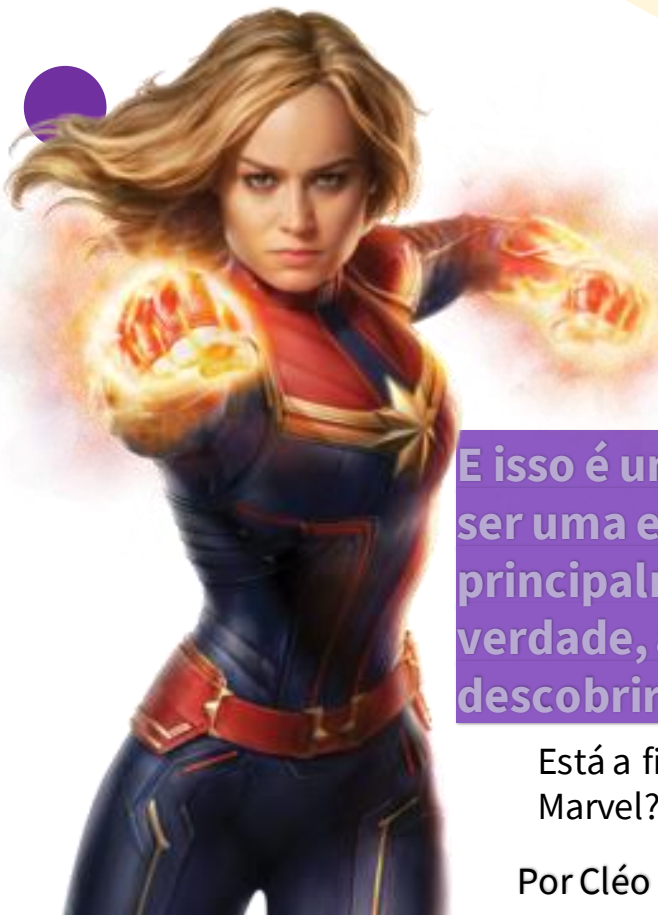
O filme conta a história de Carol Danvers, uma guerreira do Império Kree que não tem muitas amizades em sua equipe, a não com o treinador e líder de seu grupo, Yon-Rogg. O enredo em si começa quando Carol, chamada de Vers, vai à uma missão para combater os metamórficos: Skrulls, onde alguns problemas acontecem. Esses problemas fazem-na cair no Planeta C-53, a Terra. Após isso, começamos a entender mais sobre sua trajetória, desde o momento que ela chega na Terra, até antes dessa situação, conhecendo novos personagens. Mas, principalmente, vendo o caminho que Carol Danvers percorre ao longo de toda a história, desenvolvendo-se ao decorrer de todo o enredo por meio de auto-conhecimento e seu espírito de liderança. Com isso, ela passa de uma guerreira que recebia ordens e atuava, e se torna uma grande líder, exercendo esse papel muito bem com sua equipe.

Podemos ver esse espírito de líder em sua personalidade e em suas ações. Carol, durante o início do filme, se mostrava bem fechada, porém ao longo de toda a história, é possível notar que ela acabou por desenvolver uma grande confiança em sua rede de apoio. Essa rede é composta por Maria e Nick. Essa rede a ajuda mostrando seu desenvolvimento para relacionamentos, coisa essencial num líder. Além disso, sua personalidade possuía alguns valores "principais", como empatia, resiliência e humanidade.

O filme mostra toda uma trajetória feita por Vers, em que ela simplesmente descobre quem é e aceita isso. Ao fim da trama, por exemplo, existe uma batalha final, e nela, ocorre uma luta contra um certo antagonista, porém podemos ver que o real antagonista de toda a história, na verdade, era a falta de confiança que Carol tinha em si mesma. Assim, quando ela consegue ter confiança, ela também consegue vencer essa última batalha.

**E isso é um dos principais motivos que faz a super-heroína ser uma enorme inspiração. A personagem mostra principalmente para as pequenas meninas, que, na verdade, a força está dentro delas, e que só basta descobrir e lidar com isso.**

Está a fim de ver mais sobre a maior e mais poderosa super-heroína da Marvel? O filme está disponível no DisneyPlus!





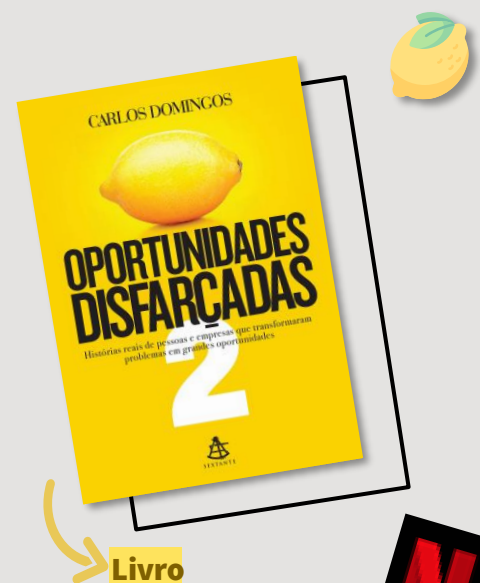
# OPORTUNIDADES DISFARÇADAS 2

Você sabia que empresas como Netflix e Uber foram criadas através de clientes que ficaram insatisfeitos com serviços parecidos, e decidiram levar isso como uma oportunidade de melhorar e transformar seus problemas em empresas de grande sucesso? Essa matéria irá te mostrar como isso aconteceu e indicar uma leitura incrível sobre o tema.

No livro “Oportunidades Disfarçadas 2”, o autor (Carlos Domingos) traz mais de 200 casos de soluções e empresas nascidas de pequenos obstáculos, ou até mesmo de uma grande tragédia. Essa leitura apresenta várias empresas e ideias de diversos tamanhos, com uma linguagem muito dinâmica que faz o conteúdo ser consumido rapidamente por conta de o leitor ter vontade de ler o dia inteiro.

Falando um pouco como grandes empresas surgiram do modo mais inesperado, e como os clientes aproveitaram a situação para evoluir e criar algo melhor ainda, Carlos Domingos escreveu a seguinte frase:

“No mundo dos negócios, devemos procurar os problemas, e não fugir deles.”



**NETFLIX** – Essa empresa mundialmente famosa foi criada a partir de um cliente insatisfeito. Em 1997, o engenheiro Reed entrou na Blockbuster, (a maior rede de Locadora de vídeos de filmes e videogames do mundo na época) e devolveu um filme com seis semanas de atraso. Mesmo ele tentando explicar o motivo da demora, o vendedor permaneceu inflexível e cobrou 40 dólares pelo atraso, sendo que com esse dinheiro era possível fazer a compra de dois filmes novos. Reed saiu revoltado da locadora, se deparou com uma academia de ginástica, e percebeu que o modelo de negócio da academia era muito melhor. A pessoa pagava 40 dólares por mês e podia se exercitar quanto quisesse.

Autor Carlos Domingos



Aí que surgiu a grande ideia. O americano se reuniu com um outro amigo e, juntos, criaram um serviço em que o cliente poderia ficar quanto tempo quisesse com os filmes, sendo que ele não precisava ir para a loja retirá-lo. O processo todo era feito pelo correio ou pela internet. E foi assim que a Netflix foi fundada, o streaming que todos nós conhecemos hoje e que faz tanto sucesso, afinal hoje o serviço de TV tem mais de 50 milhões de assinantes em mais de 40 países que assistem, e, mensalmente, mais de um bilhão de horas de filmes e séries de TV.

A leitura do livro “Oportunidades Disfarçadas 2” com certeza abrirá seus olhos sobre a origem de grandes ideias e negócios.

Por Mariana Martins.

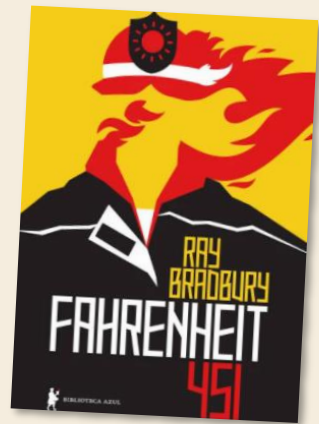
# FAHRENHEIT

451

Publicado em 1953 por Ray Bradbury, “Fahrenheit 451” é um romance que apresenta uma situação distópica — ou seja, que mostra condição de extremo desespero, opressão. Basicamente, o oposto de utopia; criticando em grande parte o governo autoritário, mas principalmente, uma sociedade que despreza naturalmente o conhecimento.

O livro conta a história de Guy Montag, um homem que trabalha no corpo de bombeiros, porém tendo um papel um pouco diferente do que conhecemos: ele não apaga fogo, na verdade, ele é quem coloca, especificamente, em livros.

Montag tem essa vida e, no início, se mostra gostar muito dela, tanto em relação ao seu emprego, ao relacionamento com sua mulher, e consigo mesmo. Porém, a história começa a se desenvolver quando Guy encontra Clarisse, uma menina de 16 anos que simplesmente pensa, hábito bem diferente para aquela — e talvez para essa — sociedade. Ao conversar com ela, Montag se sente desconfortável e até irritado, algumas vezes — como muito ficamos ao decorrer da leitura — afinal, a menina o faz pensar, coisa que ele não faz há muito tempo.



Outra situação que alimenta o enredo é quando Guy está em serviço e, ao colocar fogo nos livros de uma senhora, esta prefere ficar junto com eles, ao invés de vê-los serem todos destruídos. Ambos os quadros acabam tirando nosso protagonista de sua zona de conforto e o fazem começar a perceber a sociedade em que está.

A obra em si, critica como o governo consegue exercer um poder sobre a sociedade por meio de ofertas, primeiramente, atraentes, porém que, na verdade, só limitam nosso pensamento. No contexto do livro, o governo foi se tornando mais e mais autoritário e desviou o olhar da sociedade para isso, oferecendo TVs enormes onde existia uma programação interativa, fazendo com que toda uma população fosse perdendo, aos poucos, o interesse em pensar e, consequentemente, nos livros — o principal símbolo do pensamento, na obra.

Assim, ao longo de toda a história, conseguimos ver o sair da caixa de Guy, e inclusive, acabamos saindo junto com ele, vendo essencialmente o que é a sociedade, quem são os reais opressores — e como eles possuem um enorme conhecimento de quem ou do que está sendo oprimido — procurando lutar para causar uma mudança.

Por fim, podemos dizer que a obra não se trata de algo irreal ou de uma situação muito distante da nossa, na verdade, é algo muito próximo de como estamos. As pessoas estão cada vez mais, desprezando o ato de pensar — podemos ver isso no fato de os brasileiros lerem apenas quatro livros, por ano. Por isso que essa leitura acaba nos prendendo tanto, mas nos deixando desconfortáveis: pois nos faz pensar e sair da zona de conforto.

Por Cléo Muriana.





# Entrevista de Sucesso

# SHARK TANK BRASIL

Para quem não conhece, Shark Tank Brasil é um programa de TV da Sony que oferece aos participantes, a oportunidade de lançar suas ideias de negócios para grandes investidores, — os "Tubarões" — na esperança de conseguir suporte financeiro.

Os "Tubarões", ou também conhecidos como "Sharks", são importantes empresários que poderão investir nas startups/novos apresentados negócios caso pensem que é um bom empreendimento. Atualmente, o programa possui 5 "Sharks", e eles são: João Appoliário (fundador da Polishop); Camila Farani (investidora-anjo\*); Caito Maia (dono da Chili Beans); Carol Paiffer (CEO e sócio-fundadora da ATOM S/A, a maior empresa de traders\*\* da América Latina) e José Carlos Semenzato (fundador da SMZTO Holding de Franquias, que investe em negócios mais focados de franchising, como Espaçolaser).

Um dos participantes desse programa foi o estudante Gabriel, aluno do 1º ano da Geminare. Ele atualmente é o empreendedor mais novo a participar do Shark Tank Brasil. Nós da Gazeta fizemos uma entrevista com ele para saber como foi fazer parte do reality.

## Como foi participar do programa e conversar com os Tubarões?

"Foi uma experiência única e com certeza vou levar todos os aprendizados para toda a minha vida. Conversar com pessoas tão experientes como os Sharks com certeza ampliou a minha visão de mundo e de negócios. Aprendi muito, seja no planejamento para apresentar o meu pitch\*\*\*, seja para o momento da gravação."

## Como você se preparou para essa experiência?

"Resumidamente, muito estudo e repetição. Preparei-me bastante para a apresentação do pitch e para as perguntas. Estudei todos os participantes anteriores e todas as perguntas de aproximadamente 50 episódios foram tabeladas e respondidas. Fiz uma espécie de caderno (foto) com o meu pitch e com todas as perguntas possíveis."

## Como surgiu a ideia de se inscrever no reality?

"Na verdade, foi algo bem inesperado. Eu estava fazendo uma live no Instagram quando uma produtora do programa entrou e viu que eu tinha uma empresa com também o perfil para participar do programa. Fiz a inscrição e passei em todas as "fases de admissão" do programa."



**Gabriel  
Macegosso**



**É possível perceber que a Germinare te deu bastante inspiração para começar esse novo produto que você ofereceu para os Tubarões, nos conte mais sobre de onde veio essa ideia?**

“A Germinare ajudou a ter essa ideia e foi um possível adjacente. Quando entrei na escola, houve uma transformação no meu modo de pensar, entretanto nem todos podem ter a oportunidade de estudar empreendedorismo e educação financeira e dar esse “up”. Foi a partir disso que nasceu a ideia de podermos transformar a educação brasileira, e levar o empreendedorismo e a educação financeira para os jovens. O objetivo é criar adultos conscientes sobre o valor do dinheiro, mas que saibam também que há outros caminhos para o que chamamos de sucesso profissional.”

**Quais as matérias que mais te ajudaram a se organizar para o reality?**

“Com certeza todas ajudaram muito, não só as que tive no ano em que gravei (2020), mas desde que fui alfabetizado. Os professores também contribuíram, aprendi muito com o Fábio Romito, Marina, Gobe, entre outros. Não há uma matéria que mais me ajudou, foi o processo acadêmico formado por uma sinergia entre todas as matérias e os professores.”

**Quais suas recomendações para quem quer começar um novo negócio ainda jovem?**

“Não adianta ser a maior árvore do mundo se as suas raízes são fracas. Antes de criar um negócio, prepare o terreno para a árvore crescer, ou seja, desenvolva-se, leia livros de gestão e tenha um desafio novo a cada dia. Gosto muito de um conto que diz: “um cortador de pedra martela a rocha umas 100 vezes sem que nenhuma rachadura apareça, mas na centésima primeira a pedra quebra.” Não foi porque ele se esforçou mais na última, e sim porque trabalhou duro nas marteladas anteriores. Portanto, meu conselho é que você tenha disciplina para que todo dia esteja melhor que no dia anterior. Se olhar em uma semana, talvez um mês, não veja nada. Mas se olhar em 10 anos verá uma evolução exponencial.”

**\*Investidor-anjo:** investidor que tem participação minoritária na empresa e atua como conselheiro orientando os empreendedores e participando de decisões estratégicas da companhia.

**\*\*Traders:** empresas que facilitam o processo de importação e exportação de mercadorias entre dois países

**\*\*\*pitch:** apresentação curta de no máximo 10 minutos para mostrar seu negócio ou ideia.

Para assistir o programa com o Gabriel, basta conferir a programação da Sony pela televisão sobre o programa do dia 05/02 ou ver o programa pelo link <https://www.youtube.com/watch?v=V96pPPTjJ6k> no YouTube.



**Gabriel no Programa**

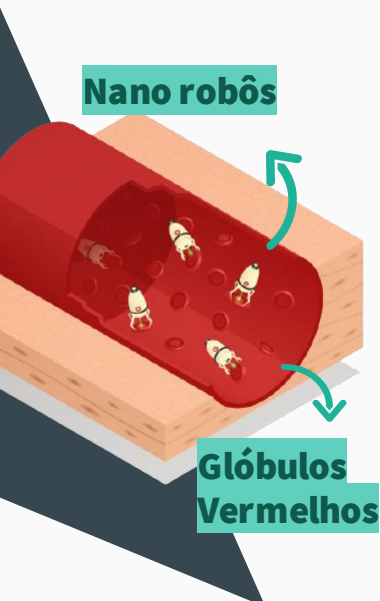




# NANOTECNOLOGIA

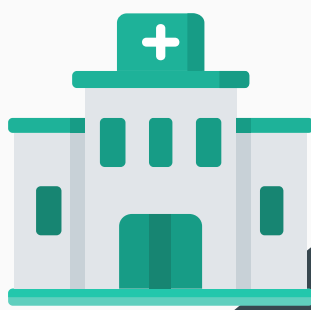
A nanociência é um ramo recente que tem crescido numa velocidade espantosa. Sua primeira aparição se deu em 1959 com a palestra “Há mais espaço lá embaixo” de um físico americano chamado Richard Feynman, o qual propunha a possibilidade da manipulação da ordem dos átomos dentro de uma molécula. Alguns anos mais tarde, em 1966, surgiu a ficção científica, Viagem Fantástica, a qual foi uma das primeiras a retratar esse setor na indústria do entretenimento. Mais tarde, em 1974, o termo “nanotecnologia” foi utilizado pela primeira vez pelo pesquisador Taniguchi, definindo-o como algo que consiste na separação, consolidação e deformação de materiais numa escala muito pequena.

Contudo, isso não passava de teoria na época, pois apenas em 1981 que o ser humano adquiriu a capacidade de visualizar um átomo individual, com a invenção do Microscópio de Varredura por Tunelamento (STM). Esse equipamento foi um dos principais responsáveis por dar vida ao que vem a ser a nanociência hoje. Desde então, o setor conquistou grande reconhecimento, tanto que em 2018 o governo brasileiro deu início a um plano nacional para o desenvolvimento da nanotecnologia no país.



E o que significa nano? Como funciona? Primeiramente, nano é um prefixo utilizado para indicar o uso da nano escala, que usa medidas não visíveis a olho nu, ou seja, entre 1 e 100 bilionésimos de metro (ou como são usualmente chamados, nanômetros). Para se ter uma comparação seguindo essa medida, a espessura de fio de cabelo humano seria cerca de 70.000 nanômetros e um glóbulo vermelho, de 7.000 a 8.000. Quando uma matéria é manipulada nessas proporções, ela pode assumir propriedades totalmente novas, como se tornar mais forte, mudar de cor, aumentar sua condutividade, ou até se tornar altamente tóxica para o ser humano. E isso ocorre porque a superfície de contato se torna maior, abrindo mais espaço para ocorrerem reações químicas, enquanto o volume (espaço ocupado) continua o mesmo.

Isso tudo parece muito complexo e distante, mas o futuro já está batendo à nossa porta. A nanotecnologia já é aplicada em muitos ramos da ciência: fabricação de produtos, em técnicas de nano-manufatura para a criação de novas mercadorias, como por exemplo, os óculos que fornecem proteção contra as luzes prejudiciais aos olhos. Até na medicina se utiliza dessa inovação no setor de nano radiofarmácia, ciência usada na medicina nuclear. A informática também a utiliza, desenvolvendo novas matérias-primas com propriedades nunca vistas no mercado, tal como o grafeno.

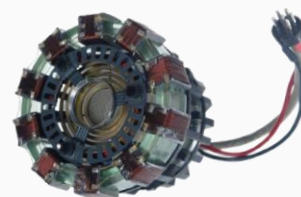


Um dos nichos com maior destaque da nanotecnologia é a nano robótica, que desenvolve nano robôs em nano escala. Esses são capazes de agir individualmente ou em grupo, e podem ser pré-programados para cumprirem uma ordem específica. O que torna a nano robótica vital para a área da nano medicina, criando nano robôs aptos para agir contra vírus, bactérias e doenças. Além disso, auxilia na produção de máquinas biomoleculares, sensores e muito mais.



A nanotecnologia em suas diversas áreas, é uma grande aliada da ficção científica. Além de estar presente em filmes como Big Hero e Pantera Negra, ela também está na composição da famosa armadura do Homem de Ferro, ou também conhecido como Tony Stark. O traje composto é em grande parte por nanotecnologia, que pode criar, manipular e transformar matérias, assim explicando as mudanças e transformações rápidas e dinâmicas que vemos nos filmes.

A armadura de Tony Stark surge por cima de seu corpo, acionada quando os nano robôs implantados em sua cabeça captam seus impulsos nervosos, transmitindo os comandos desejados para um específico nano robô que distribuirá essas informações entre os outros, possibilitando a construção e manipulação da armação por cima do corpo de Stark. Esse traje é armazenado em forma de nanotecnologia no seu implante peitoral, o antigo **Arc Reactor**.



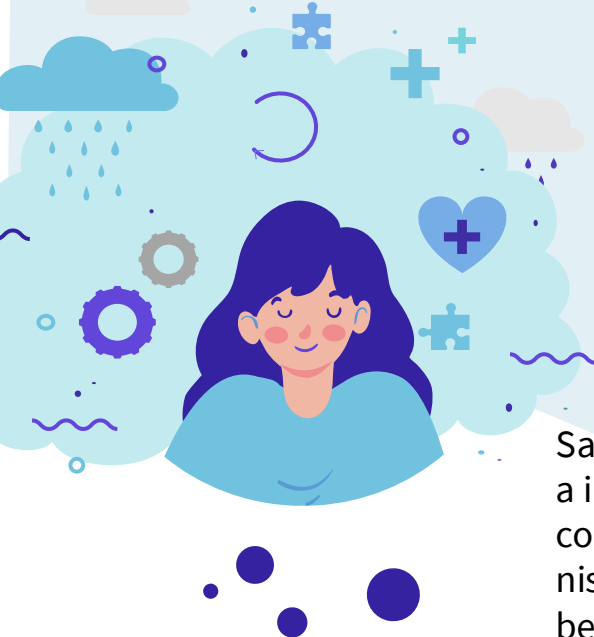
Fisicamente, a armadura é composta em grande parte por camadas, que são distribuídas e reunidas por nano robôs. Esses são responsáveis pela construção, que é feita através da junção de materiais comuns, usados em nano escala, e por ser em uma escala menor, logo, as propriedades das partículas usadas na criação da armadura são diferentes, o que possibilita a manipulação de moléculas já existentes.

Uma curiosidade sobre o filme “Vingadores: Ultimato” é que, o Homem de Ferro só teve sucesso em roubar e suportar as Joias do Infinito por conta da nanotecnologia presente no bracelete ser igual a de Thanos em sua Manopla, afinal nenhum mortal em contato direto — ou sem algo muito poderoso para suportar as joias — pode sobreviver por muito tempo com tanto poder.

Mesmo que a reprodução dessa armadura seja difícil e um pouco fantasiosa, a nanotecnologia usada e citada acima é real. Inclusive algumas funções desses robôs já existem, como a possibilidade de pequenas construções, movimentos programados e a junção de matérias. Devido à rápida evolução tecnológica, há muito potencial para que nos próximos anos a nanotecnologia esteja sendo ativamente usada e comercializada.





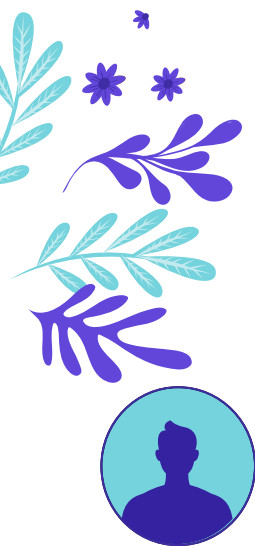


# SAÚDE MENTAL

Saúde Mental e a sua real Importância;

Saúde Mental é um tema abrangente e, por muitos, desconhecido. Sabemos a importância de sempre analisar nossa situação mental, pois sabemos que, como toda saúde, ela também deve ser preservada. A grande incógnita nisso é, como cuidamos da nossa saúde mental? Como sabemos se estamos bem ou necessitando de ajuda profissional? A quem podemos recorrer?

Primeiramente, vamos entender o conceito de saúde mental. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a Saúde Mental se refere ao modo como um indivíduo lida com as diferentes reações e ações que a vida o apresenta. Bons líderes tomam grandes decisões diariamente, e se seu emocional estiver abalado ou prejudicado, os prejuízos são incalculáveis, e por estes e outros muitos motivos, o assunto deve ser muito valorizado e discutido. Dada essa informação, aqui vão 3 dicas e informações, sobre como você pode cuidar da sua Saúde Mental.



**Busque ajuda! –** A terapia, hoje, é algo essencial para pessoas do século XXI. Das pessoas mais alegres, as mais tristes. Todos nós passamos por situações difíceis. As reações que cada pessoa tem com os seus problemas são totalmente distintas, e individuais. O problema começa quando todas guardam para si mesmas, suas inseguranças, medos, problemas e desconfianças. O prejuízo que isso traz também é imensurável, podendo levar todo tipo de pessoa a fazer coisas que não deveriam, ou se submeter a situações que não os fazem bem, prejudicando não só a sua saúde mental, mas também a sua saúde física, intelectual e cognitiva. Por isso, devemos ter alguém profissional ou até mesmo familiares e amigos que nos auxiliem nessa jornada. Se o problema for grave ou você sentir necessidade, busque um profissional com quem seja seguro desabafar e liberar todos os sentimentos. Converse com psicólogos, terapeutas e profissionais capacitados, os quais você possa confiar!

**Se conheça! –** O autoconhecimento é extremamente importante em nossas vidas. Sem essa importante análise, nunca saberemos como cuidar de forma correta e individual de nós mesmos, além de não ser possível identificar se precisamos de ajuda ou não. Por isso, conheça os seus limites, e entenda que todos nós precisamos de ajuda. O autoconhecimento pode ser praticado em terapia, análise pessoal, conversas entre amigos, etc. A primeira forma de melhorar a sua vida, é saber que ela precisa ser melhorada. Decisão e conhecimento esse que só o seu autoconhecimento pode prover. Por isso, o desenvolva da sua maneira e o coloque em prática sempre!

**Nunca faça pré-julgamentos e linche pessoas –** Se você identificar alguém com problemas, ou até mesmo causando o problema, tenha ciência de que nada se resolve com violência, pois violência gera violência. Linchar e pré-julgar pessoas irá afetar negativamente a vida do outro e vai falar muito mais sobre você, pois afinal, qual a necessidade disso? Cada um tem sua reação, portanto nunca brinque ou zombe com as mais inusitadas, pois não sabemos o que o outro está passando, e como isso está o abalando. Se não puder o ajudar, não o julgue, isso também reflete na sua saúde e no seu caráter.

Por Davi Rodrigues.



# Mudanças na Germinare

O ano de 2021 começou com grandes notícias para os alunos do Instituto Germinare: o método de ensino foi alterado. Agora, além do ensino básico e das matérias complementares como Direito e Contabilidade, a escola conta com Academias. Mas o que seriam essas tão faladas Academias? Nada mais que aulas práticas nas quais os alunos irão visitar cinco empresas do grupo J&F sendo elas PicPay, Banco Original, Seara, Swift e Friboi.

Apesar da grande mudança, a entrada das Academias, outro tópico que também sofreu alteração foi a divisão das matérias. Até então, existia uma grade horária composta dos principais pilares da empresa intercalados com as matérias curriculares, cada uma com seu espaço próprio no boletim. A partir desse ano, as disciplinas não serão individuais, mas sim agrupadas em Áreas do Conhecimento, como Ciências Humanas, Linguagens & Códigos, Matemática e Ciências da Natureza.

Quando questionada sobre as novidades, Victoria Paiva, aluna do 9.º ano, diz: “Achei as mudanças muito interessantes. A escola sempre busca estar um passo à frente. As aulas novas são muito informativas e cativantes! As Academias trouxeram uma modernidade para a escola. Tudo ainda é muito novo, então todos vão demorar para se adaptar, mesmo que, em geral, todos tenham gostado bastante. Essa foi a maior mudança que ocorreu na Germinare. Parece que estamos estudando em uma nova escola, com as novas tecnologias, técnicas de ensino e novos espaços para aprendizado.”

Ao ser abordado sobre o tema, o professor de história, Cleuton, explicou: “A mudança foi bem grande. Mas assim, acho interessante. Está de acordo com o que a escola pretende, pois, as ideias das Academias vão ajudar muito em alcançar o que ela almeja. A história é uma ponte entre o passado e o presente, então, felizmente, a adaptação não é difícil. O próprio objetivo da escola foi mudando muito com o passar do tempo, até chegar onde está hoje. Acredito que o futuro será muito interessante sim, mas assim como um diamante, deve ser lapidado para se tornar cada vez mais perfeito. Toda mudança causa uma surpresa, mas com o tempo as pessoas vão se adaptando.”

Em complemento, ele comenta sobre sua experiência no Instituto: “A escola vem passando por um processo, mas acredito que essa tenha sido a maior mudança que ela já fez, pois, agora as matérias têm que se adaptar as Academias, e não o contrário. Antes, não havia contato entre os tutores e os professores. A partir de agora, os professores das áreas do conhecimento terão frequentemente reuniões com os diretores das academias relacionadas, trocando ideias e informações para alinhar o conteúdo.”



Gabriel Cruz, aluno do 2.º colegial, também tem sua opinião sobre isso: “A escola nunca esteve tão firme com o intuito dela. As Academias expandem o leque de possibilidades, dentro das quais podemos atuar. Consegue sair do modelo de negócio tradicional, o que seria a proteína, criando um gestor que atua em literalmente todos os lugares muito mais do que fazia em 2017, com o projeto dos Pilares. Esse novo modelo passa a ser uma grande barreira para os novos anos que entram, já que será uma mudança muito abrupta de realidade.”

Ele ainda acrescenta falando sobre as novas turmas que irão entrar: “A escola está muito mais criteriosa na seleção de alunos, algo que ela aprimorou muito ao longo dos anos e hoje consegue encontrar e desenvolver pessoas muito mais alinhadas com os valores da escola. Então ela não terá enormes dificuldades em passar por mudanças radicais, como ocorreu no caso da minha série ao retirarem os cadernos físicos e implementarem os tablets ou até mesmo iniciarem o projeto das aulas de Pilares. A mudança em questão ‘o que é Germinare’ foi muito grande para a turma de 2016 para a de 2017, até ano passado as pessoas do 6.º ano estavam tendo a mesma matéria que nós no 1.º colegial. A cada ano que passa tenho mais certeza que nós, mais velhos, teremos que suar para manter uma posição na empresa, porque as pessoas que estão vindos aí serão gestores muito melhores do que nós. A bagagem técnica que esses meninos carregarão será muito maior. Se fosse para resumir o futuro da Germinare, diria que seria uma capacitação completa numa fase muito adiantada da vida, de tal modo que os alunos vão poder se desenvolver muito mais.”

O aluno ainda aconselha: “O mais importante para os alunos é estarem cientes do que estão fazendo ali. O currículo que você acumular na escola é realmente muito diferente do que estar fora da escola, mas só será benéfico se você realmente quiser estar ali. A escola vai dar uma base, mínima e necessária, pois apesar de tudo ela ainda é uma escola. Se alguma pessoa, em algum momento, chegar em um ponto de dilema, ela deve ter uma conversa consigo mesma, porque se ela chegou até ali ela é mais que capacitada, a escola deu para ela tudo que ela precisa ter para seguir uma carreira minimamente brilhante. O fato de você querer ter uma carreira acadêmica não muda a necessidade de você ter um cargo numa empresa.”

Muitas pessoas tiveram dúvidas sobre a situação das matérias curriculares. O professor Cleuton esclarece: “Existe uma ordem normalmente seguida no ensino de um currículo, a do MEC (Ministério da Educação), e existe uma ordem que a Germinare quer que sigamos, essa foi a única adaptação que fizemos.” Já na visão dos estudantes, Victoria tem um ponto de vista positivo sobre as mudanças: “Eles estão dando uma base gigantesca para os alunos começarem a trabalhar. Penso que a escola sempre deu uma boa base de conhecimento para os alunos, acho que não será um problema muito grande para o futuro dos estudantes.” Em contrapartida, Gabriel Cruz pensa que: “Acredito que as alterações na grade curricular, comprometerão parcialmente conteúdos que seriam complementares às cobranças de um vestibular. Reconheço que esse nunca foi o intuito do instituto, portanto essa nova fase exigirá muito comprometimento de todos os envolvidos. Mas efetivamente reconheço, e admito, que a escola formou alunos capazes de superar qualquer adversidade, seja ela ensinada em uma sala de aula ou não.”



# PLANEJAMENTO PARA 2021

## DICAS DE ESTUDOS QUE, COM CERTEZA, VÃO AJUDÁ-LO NA ESCOLA

Planejamento é, basicamente, uma ferramenta que permite visualizar, com antecedência, as ações que serão tomadas e ter uma base para sua organização.

Nesse início de ano, é necessário estabelecer um planejamento para que possamos ter a possibilidade de tomar decisões mais assertivas em nosso dia a dia e, também ter uma visão geral de como será sua organização durante esse período. Pois então, seguem algumas dicas que te auxiliarão no desenvolvimento do seu planejamento:

**Análise do ano anterior:** Antes de tudo, é necessário analisar a fundo como foi ano anterior (no caso, 2020) para que seja possível identificar quais foram seus erros, e assim, encontrar oportunidades de melhoria para não realizá-los novamente. Sempre lembrando que o seu 2020 pode ser a base para o seu planejamento desse ano.

**Estabeleça metas:** Definir metas é primordial para obter resultados e alcançar seus objetivos. Desde que elas sejam reais e estejam ao seu alcance. Para isso, não fuja da realidade ao estabelecê-las, caso o contrário haverá “frustração”.

**Reconheça seus pontos fortes e fracos:** Autoconhecimento é indispensável nessas horas. Essa prática te ajudará a entender melhor o que funciona para você, entender suas facilidades e dificuldades.

**Métodos de planejamento:** Existem diversos métodos de planejamento que são utilizados para a organização, e um dos mais comuns é o Planner, o qual você consegue planejar o seu ano e ainda analisar seu desenvolvimento ao decorrer dos meses.

Por Camilly Silva.





# FEVEREIRO LARANJA E ROXO



## CONHECIMENTO MENSAL

Apesar de muitas pessoas não conhecerem, o mês de fevereiro possui 2 cores para conscientizar a população sobre doenças muito importantes, assim como outros meses também citados aqui na Gazeta. Sendo reconhecido pelas cores laranja e roxo, as doenças que fazem parte da campanha do Fevereiro Roxo e Laranja são lúpus, fibromialgia e o mal de Alzheimer e a leucemia.

Mesmo essas sejam doenças conhecidas, muitas pessoas não sabem o que realmente são e o que acontece com a pessoa que possui uma dessas enfermidades, muito menos como se prevenir e os cuidados necessários. Então, vamos conhecer um pouco mais sobre elas.



O lúpus é uma doença que ocorre quando é aumentada excessivamente a produção de anticorpos causada por um desequilíbrio no sistema imunológico, provocando inflamações e lesões. Essa doença pode surgir rapidamente ou de forma lenta, os sintomas são dor nas articulações, vermelhão na região embaixo dos olhos, rigidez muscular e sensibilidade à luz solar. Seus principais causadores são o uso de anticoncepcionais, exposição constante à raios ultravioletas e histórico familiar.

A fibromialgia ataca as articulações, causando dores por todo o corpo, cansaço, excesso de ansiedade e depressão. Sua principal característica é a existência de dor crônica por mais de 3 meses, além dos outros sintomas citados. A origem é desconhecida, mas foi notado que os níveis de serotonina (hormônio que regula o humor, sono, apetite, ritmo cardíaco e etc) são mais baixos nos portadores e que desequilíbrios hormonais podem estar relacionadas no seu surgimento.

O Mal de Alzheimer é uma doença silenciosa que afeta a população brasileira com mais de 60 anos de idade. A doença vai evoluindo ao passar do tempo afetando a memória, habilidades linguísticas e de pensamento abstrato e a capacidade de cuidar de si mesmo, essa evolução pode levar de 8 até 12 anos. Basicamente, o Alzheimer acontece quando se tem problemas no processamento de proteínas no cérebro, que por não atuarem de forma adequada, deixam restos entre os neurônios, fazendo com que eles parem de funcionar. Infelizmente, não existe cura para o Alzheimer, porém existem medicamentos usados para diminuir sintomas da doença.

A leucemia é um tipo de câncer que se tem início na células-tronco da medula óssea, causando febre, sensação de fraqueza, cansaço, perda de apetite, entre outros. Ela se desenvolve, pois, as células sanguíneas são transformadas em células cancerígenas, seu diagnóstico é feito por um hemograma, um exame que verifica as condições das células sanguíneas.

E como você pode contribuir para essa campanha? Compartilhando sobre as doenças e avisando aos familiares se é possível fazer um diagnóstico precoce, caso for fazer os exames, não se esqueça de usar a máscara e obedecer às normas de segurança da OMS.

***“Todos juntos na luta  
contra a leucemia,  
Alzheimer, lúpus e  
fibromialgia”***



## **Informações de contato com a Gazeta Germinare**

**[amanda.rocha@germinare.org.br](mailto:amanda.rocha@germinare.org.br) / (11)941260042**  
**[barbara.heringer@germinare.org.br](mailto:barbara.heringer@germinare.org.br) / (11)976304380**

