

CONTADAS  
**VIDAS**  
VIDAS  
CELEBRADAS  
**RELATOS DE EXPERIÊNCIA DE VIDAS**



Organizadoras  
Andréa Carla Ferreira de Oliveira  
Edna de Oliveira Evaristo

**VIDAS  
CONTADAS,  
VIDAS  
CELEBRADA**

**Presidente da República**

Luiz Inácio Lula da Silva

**Ministro da Educação**

Fernando Haddad

**Secretaria de Educação Profissional  
Tecnológica**

Eliezer Moreira Pacheco

**Instituto Federal de Educação, Ciência  
e Tecnologia do Rio Grande do Norte (IFRN)**

**Reitor**

Belchior de Oliveira Rocha

**Diretor Geral do Campus Ipangaçu**

Evandro Firmino de Souza

**Pro-Reitor de Pesquisa e Inovação**

José Yvan Pereira Leite

**Coordenador da Editora do IFRN**

Samir Cristino de Souza

**Conselho Editorial**

Samir Cristino de Souza (Presidente)

André Luiz Calado de Araújo

Antonio Luiz Pereira de Siqueira Campos

Dante Henrique Moura

Jerônimo Pereira dos Santos

José Yvan Pereira Leite

Valdenildo Pedro da Silva

Andréa Carla Ferreira de Oliveira  
Edna de Oliveira Evaristo

**VIDAS CONTADAS, VIDAS CELEBRADAS: relatos de  
experiência de vidas**

**IFRN**  
*Editora* ■■■■

2008

Vidas contadas, vidas celebradas: relatos de experiência de vidas  
Copyright 2008 da Editora do IFRN

Todos os direitos reservados

Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida ou transmitida de qualquer modo ou por qualquer outro meio, eletrônico ou mecânico, incluindo fotocópia, gravação ou qualquer tipo de sistema de armazenamento e transmissão de informação, sem prévia autorização, por escrito, da do IFRN.

Divisão de Serviços Técnicos.  
Catalogação da publicação na fonte.  
IFRN / Biblioteca Sebastião Fernandes

O48v Oliveira, Andréa Carla Ferreira de; Evaristo, Edna de Oliveira

Vidas contadas, vidas celebradas : relatos de experiências / Andréa Carla Ferreira de Oliveira. – Natal : IFRN, 2008.

111 p.

ISBN 978-85-89571-48-7

1. Biografia. 2. Histórias de vida. 3. Relatos de experiência. I. Título.

CDU 929

**CAPA E DIAGRAMAÇÃO**

Marcus Vinícius de Faria Oliveira

**EDITORIAÇÃO**

Samir Cristino de Sousa

**CONTATOS**

Editora do IFRN

Av. Sen. Salgado Filho, 1559, CEP 59015-000

Natal-RN. Fone: (0XX84) 4005-2668, 3215-2733

E-mail: dpeq@IFRNrn.br

## SUMÁRIO

PREFÁCIO.....	7
APRESENTAÇÃO.....	9
Andréa Carla Ferreira de Oliveira	
PROJETO SAÚDE E CIDADANIA NA MELHOR IDADE.....	13
Edna de Oliveira Evaristo Betânia de França Evaristo	
O HOMEM DE BRANCO.....	23
José Gomes de Araújo	
O SERTANEJO.....	29
Manoel Petronilo de Medeiros	
SUPERANDO O CÁRCERE DA EMOÇÃO.....	35
Hélio Bandeira dos Santos	
RENASCER DE UMA VIDA PLENA.....	39
Maria Salete Bezerra da Costa	
UMA LUZ, UMA LIBERTAÇÃO.....	45
Fábio Rodrigues Jota	
INFÂNCIA, JUVENTUDE E TERCEIRA IDADE...	53
Regina Marleide Ferreira	
BUSCANDO SEMPRE O MELHOR.....	59
Maria Gilma de Sena	
HISTÓRIA DA MINHA VIDA.....	65
Geraldo Monteiro de Brito	
BREVE HISTÓRIA DE UMA VIDA.....	75
Oziel Alves de Souza	

PROCURO “LÂMPADA PARA OS MEUS PÉS, E LUZ PARA O MEU CAMINHO”(SI 119: 105).....	81
Ana Bezerra Costa	
UM DESAFIO DE VIDA.....	87
Geisy Morgana Barbosa da Silva.	
ALEGRIA ACIMA DE TUDO.....	91
Zélia Bezerra da Rocha	
A NOSSA VIDA É CHEIA DE EMOÇÕES.....	95
Anailde Soares Antas de Gouveia	
MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA.....	99
Marlene Ferreira Maia	
O CAMINHO É A VIDA.....	103
Ivanalba de Oliveira Silva	

## PREFÁCIO

Este livro contém uma coleção de belas lições de vida, produzidas por muitas mãos e corações, mas, sobretudo, que oferece um olhar da psicologia sobre saúde, bem-estar e envelhecimento. Que fala de perto sobre a importância das relações sócio-afetivas e do uso de redes de apoio na qualidade de vida dos idosos e, especialmente, sobre a essencial contribuição da psicologia na atenção à saúde do idoso e no aperfeiçoamento do processo de socialização entre idosos, familiares e a comunidade.

O leitor terá muitos motivos para maravilhar-se com a leitura deste “vidas contadas, vidas celebradas: relatos de experiência de vidas”. Primeiramente, pelas encantadoras e despreziosas narrativas pessoais dos quinze autores, verdadeiras crônicas de pessoas de verdade! Segue-se o papel desempenhado pela psicologia e o seu impacto na saúde psicológica das pessoas da terceira idade: relações sociais, auto-estima, motivação para o bem viver, na preparação do envelhecimento de cada um, na formação de uma nova cultura do envelhecimento e sobre a necessidade de se conhecer mais sobre o processo de envelhecimento e da condição do idoso. E, também, embora não menos importante, é o potencial que relatos de “vidas contadas, vidas celebradas” tem de oportunizar encontros familiares intergeracionais – relações entre as gerações – que levem à melhoria nas condições sociais efetivas entre idosos e familiares.

Tudo começou com um grupo de pessoas participantes do programa de “saúde e cidadania na melhor idade” do IFRN: um projeto de extensão amparado na premissa de que a prática da promoção da saúde nas pessoas da terceira idade exige abordagem interdisciplinar e multidimensional, que leve em conta a grande interação entre os fatores físicos, psicológicos e sociais que influenciam a saúde dos idosos.

Assim, dentro dessa tônica, a grade de programação do projeto, ao lado de outras atividades

esportistas e culturais, previa aulas semanais de psicologia para esse grupo de pessoas da terceira idade.

E foi como psicóloga competente e, sobretudo, foi como ser humano pleno, sensível e socialmente comprometido, que a organizadora deste livro – psicóloga andréa carla ferreira de oliveira – construiu, com seu grupo, este volume que é, ao mesmo tempo, uma deliciosa coletânea de histórias e um exercício de promoção da saúde, em prol da qualidade e bem-estar psicológicos das pessoas idosas.

As rodas de conversa sobre as experiências de vida dos componentes do grupo passaram, em certo momento, a ganhar uma nova dimensão, configurando-se em uma forma de intervenção psicoterapêutica grupal, onde os participantes fazem uma revisão do passado, trocam experiências e aproximam os laços afetivos entre eles, através do compartilhamento de emoções, sentimentos e práticas de vida.

O produto final de toda obra não poderia ser mais auspicioso: aulas de psicologia evoluem para uma atividade de rodas de conversa com capacidade terapêutica que, por sua vez, funcionam como oficina de revisão de vida e bem-estar subjetivo, resultando em uma valiosa ferramenta no trabalho preventivo contra o envelhecimento patológico e na promoção da saúde do idoso.

Março de 2009.

Nilza Maria Molina Mendes  
Presidente do Conselho Regional de Psicologia  
CRP-17/RN

## **VIVER BEM É UM DESAFIO DE TODOS...**

Andréa Carla Ferreira de Oliveira

Você já se imaginou vivendo até os 100 anos? Durante muitas décadas o brasileiro poderia achar pouco provável conseguir chegar aos 70 anos, ou quando muito, achava que se chegasse nessa idade estaria na iminência da morte. Mas atualmente viver até 70 anos já é uma possibilidade real, e o que é melhor, não apenas esperando a morte, e sim pensando numa segunda profissão, revendo seus valores como pessoa, fazendo planos para o presente e o futuro, aprender um idioma, conhecer novos países, ou até mesmo refazer sua vida amorosa. Embora viver aos 100 anos ainda não seja tão comum, podemos pensar em exemplos vivos como Oscar Niemeyer no auge dos seus 100 anos em plena atividade profissional e Dercy Gonçalves, que muito brilhou nos palcos até os 101 anos.

Comparando dados do IBGE referentes às décadas de 80, 90 e do ano 2000 já é fato o aumento da longevidade da população brasileira. Mas viver com qualidade de vida é o grande desafio de todos nós: crianças, adolescentes, adultos e idosos, já que a vida corrida que levamos nos faz pensar apenas no momento presente, nos compromissos assumidos no dia, na semana e no mês vigente. E o lazer? E os momentos de prazer? De brincar e sorrir, de dançar e viver como uma criança que vê no seu brinquedo o suficiente para ter um momento de prazer.

É comum pensarmos, enquanto estamos na nossa rotina de trabalho, que a aposentadoria será o momento de descanso de toda fadiga acumulada ao longo dos anos, ou mesmo de fazer aquela viagem tão sonhada ou ainda de ter tempo para caminhar, brincar com os netos ou simplesmente de viver cada dia sem planos, esperando a morte chegar. Mas esse pensamento aos poucos tem mudado, pois os nossos idosos já perceberam que continuam vivos e podem fazer planos para o seu presente mesmo que possuam limitações de naturezas

diversas, como doenças ou condição financeira desfavorável, podem ter qualidade de vida e sentirem prazer.

Após um ano e meio convivendo com um grupo de pessoas da terceira idade inseridos no Programa “Saúde e cidadania na melhor idade” do IFRN, foi possível observar como a vida é interessante não só aos 30 ou 40 anos, mas também aos 50, 60, 70, 80 anos de idade. Uma aula semanal de Psicologia com essas pessoas me fez enxergar a vida de uma forma muito mais humana, sem medo de encarar a velhice e até mesmo a morte. Muito mais do que ensinar conceitos como emoções ou sentimentos, pude vivenciá-los com cada um deles, aprendendo verdadeiras lições de vida ao compartilhar seus medos, receios e perdas.

A idéia deste livro surgiu ao longo das aulas de Psicologia, em que muitas vezes desabafos foram feitos, histórias engraçadas ou tristes foram relatadas, mas em cada depoimento existia uma força motivadora que dizia “estou vivo”. Essa voz eu ouvia todas as vezes que os alunos contavam um pouco de sua história, a voz da coragem e da esperança por uma vida melhor. E desta forma foi feito o convite aos participantes do projeto Saúde e Cidadania na Melhor Idade para contarem suas histórias em rodas de conversa e, posteriormente, organizá-las em um livro. Percebi então que os alunos tinham gostado da idéia de contar e escrever um pouco das suas histórias. Em seguida conversamos sobre a necessidade de ser algo voluntário, e do grupo de 18 pessoas que participavam há mais de um ano, 15 pessoas desejaram contar sua história. Fizemos assim um cronograma das rodas de conversa, em que cada participante contaria sua história que seria gravada com autorização do mesmo, entregando o relato escrito na semana seguinte, como uma forma de organizar seus relatos expostos no primeiro momento.

A cada encontro percebia o entusiasmo de cada um dos participantes. Existia uma cumplicidade em ouvir o relato do outro, e muitas vezes a emoção vinha à tona de quem contava e de quem escutava. Após o relato do dia, um espaço para comentários e algum esclarecimento

porventura necessário se fazia presente. Em alguns momentos era perceptível a solidariedade com a dor do outro, com o silêncio ou com o choro presente. Já em outros momentos o riso tomava conta de todos com as histórias irreverentes dos participantes ao falar de sua infância. Existia uma preocupação com o bem-estar do outro, demonstrado através de uma palavra, de um afeto ou até mesmo de um olhar de aceitação.

Da experiência vivida podemos enfatizar a importância de um projeto de qualidade de vida para indivíduos na terceira idade, momento este em que o desejo de viver continua presente em cada um, e mesmo diante dos possíveis obstáculos, a busca pela vida está em primeiro plano.

Esses relatos foram de fundamental importância na formação de uma auto-imagem positiva dos participantes, os quais puderam refletir sobre suas histórias de vida e de forma serena, olhar para o futuro como um andarilho que ainda está construindo o seu percurso, além de possibilitar-nos, enquanto leitores, um olhar para nossa própria história. Que possamos encarar o desafio de viver melhor em todas as fases da nossa existência, seja no papel de filho, pai, mãe, genro, nora, sogra, amigo ou conhecido. Que a nossa vida possa ser pautada no respeito ao outro.





## **PROJETO SAÚDE E CIDADANIA NA MELHOR IDADE DO IFRN**



## **“PROJETO SAÚDE E CIDADANIA NA MELHOR IDADE”**

Na sociedade capitalista moderna, oriunda das inovações e avanços tecnológicos e das mudanças organizacionais e gerenciais em sua estrutura (SALES, 2006) e que, por sua vez, segundo Dupas (1999), tem como base a globalização, ou seja, a internacionalização da economia capitalista com vistas ao capital, o que implica em produtividade, qualidade e racionalização dos custos em função do lucro e da mais valia, é necessária a formulação e a implantação de ações políticas que visem à criação e realização de projetos e programas de cunho social, com o sentido de atuar no atendimento às novas necessidades e interesses do homem moderno, objetivando uma melhoria em sua qualidade de vida.

Estas ações não devem ser direcionadas apenas ao trabalhador considerado produtivo, mas também àqueles que já deram sua cota de contribuição social e que merecem cuidados e atenção especial. Nesse contexto, o lazer, através de ações políticas voltadas à sua realização, pode ser visto como um elemento facilitador e agregador em prol da aquisição de uma vida com mais qualidade.

Foi então, visando ao atendimento do idoso que, a cada dia, segundo dados estatísticos do IBGE, aumenta o seu índice populacional, o que por sua vez conduz à necessidade de políticas sociais que o auxiliem na busca de uma melhor qualidade de vida e do exercício pleno de sua cidadania, que surgiu o “Projeto Saúde e Cidadania na Melhor Idade”, programa que faz parte das atividades de extensão do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia (IFRN), ligado à Gerência de Serviços e Gestão. Esse projeto iniciou com uma proposta idealizada pelas professoras de Educação Física pertencentes à referida instituição pública de ensino, Edna de Oliveira Evaristo e Maria Leonor Araújo.

O programa, ao ser proposto e contextualizado no Projeto Político Pedagógico do IFRN como uma atividade de extensão, foi implantado em 22 abril de 2000, coordenado, na época, pelas duas profissionais da área de

Educação Física supracitadas, e tendo como objetivo construir, junto ao idoso, um novo conhecimento sobre a terceira idade, estimulando-o e conscientizando-o de suas potencialidades físicas e psicológicas, tornando assim a sua participação social mais efetiva em prol da melhoria da qualidade de vida e do resgate da cidadania. Vale salientar que o Projeto, por intermédio das coordenadoras atuantes, teve como estímulo e base para sua construção, fundamentação e consolidação, o respaldo legal e constitucional encontrado na Política Nacional do Idoso. Hoje, o Projeto conta com 200 participantes, ressaltando que o número de idosos que já fizeram parte do Projeto é de aproximadamente 2.000 (duas mil) pessoas. O mesmo tem como ponto limite a idade a partir de 50 anos e oferece atividades como: alongamento, ginástica; hidroginástica; canto coral; dança folclórica; natação; oficinas de arte; francês; informática; karatê; robótica e tênis de mesa; além de atendimento psicológico, palestras, passeios, excursões e festas.

Este programa funciona nas instalações do IFRN, e quanto à sua estrutura física, verifica-se que ele conta com vários equipamentos tais como: piscina para hidroginástica, piscina semi-olímpica, ginásio coberto, três quadras poliesportivas, campo de futebol, pista de atletismo, sala de dança e ginástica, anfiteatro, laboratório de informática e de línguas, sala de aula prática, sala de jogos e área de lazer. Essa excelente estrutura física, com espaços físicos de livre acesso a todos os participantes do projeto, contribui para a prática de atividades que estimulam o convívio e a socialização dos idosos.

Com relação à sua estrutura organizacional, o programa funciona com uma coordenadora, uma secretária, professores de alongamento, artes, canto coral, dança folclórica, francês, hidroginástica, ginástica, informática, karatê, psicologia, robótica e tênis de mesa. Esta equipe foi desenvolvida para assistir às pessoas da terceira idade participantes do programa, que chega a ter uma assiduidade de 80% a 70%.

Por conseguinte, o projeto “Saúde e Cidadania na Melhor Idade” procura consolidar a construção de um novo

projeto social para a terceira idade, mediante uma proposta de trabalho que proporcione o desenvolvimento das potencialidades físicas, fisiológicas e psicológicas do participante, como também a aquisição de novos conhecimentos e a compreensão da importância da participação social na busca de alternativas para o resgate da cidadania e, conseqüentemente, melhoria da qualidade de vida. Neste sentido, convém enfatizar que a possibilidade de vivenciar o lazer nas atividades oferecidas pelo projeto pode propiciar, devido à própria concepção que este fenômeno apresenta em seu arcabouço teórico, o alcance dos objetivos e metas propostos pelo programa, em prol de uma velhice bem-sucedida com bem-estar e qualidade.

De acordo com as idealizadoras do Projeto, que, por sua vez, receberam apoio político-pedagógico da instituição, “o processo de envelhecimento é contínuo e irreversível. Mas isso não significa que as pessoas não possam viver bem e livre de doenças aos 50, 60, 70 e tantos anos mais”. “O que não se deve fazer é ficar parado e deixar que a esteira do tempo ande para trás”.

É reconhecida a demanda que há entre os idosos por grupos de convivência que viabilizem espaços de integração social e explorem alternativas de lazer e de atividades corporais com responsabilidade. Este tipo de dinâmica se confunde com a abordagem específica que aqui se propõe. O papel que se espera desempenhar nesse sentido é estimular especialmente os que possam se beneficiar diretamente com os tipos de atividades oferecidas pelo Projeto.

Quando as pessoas se aposentam, normalmente se entregam a ociosidade, ou seja, podem-se todos os seus sonhos, toda sua ludicidade, o indivíduo se vê diante do dilema do que fará com o excesso de tempo livre, pois muitos não têm uma educação voltada para o lazer. Isto se aplica não somente aos aposentados, mas às pessoas em geral que estão alcançando essa fase da existência, sem objetivos ou perspectivas, ficando marginalizados diante da cidadania, da sociedade e do próprio viver.

Para reverter esse quadro, são criados núcleos de vivências, a fim de evitar que a ociosidade domine suas vidas. Dentre vários grupos de melhor idade que a cidade do Natal/RN dispõe, há o “Projeto Saúde e Cidadania na Melhor Idade”, que se dedica a essa clientela numa tentativa de resgate da qualidade de vida e da auto estima dos seus participantes, conforme relatos de vida dos alunos do programa citados neste livro.

O público alvo do Projeto é constituído de pessoas que tomaram uma decisão corajosa na vida, por conta própria ou incentivadas por alguém, de reverter um papel que, por um motivo ou outro, lhe estava sendo imposto. São cidadãos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 50 anos, alfabetizados ou não, de quaisquer credos, raças, níveis profissionais e situação econômica.

Ao se encaminharem ao programa, as pessoas são submetidas a uma pequena entrevista, contendo um “Cadastro ou Ficha de Inscrição”, cujo objetivo é o de colher informações sobre o perfil dos prováveis participantes, sua rotina de atividades físicas e formas de lazer e o seu histórico de saúde.

No ato da inscrição, exigem-se como documentos necessários a Carteira de Identidade, o CPF (CIC), 2 fotos 3x4 e Atestado Médico, sendo esse último documento, pré-requisito indispensável para participar das atividades do programa.

O local de execução do Projeto, como já enfatizado, situa-se no Complexo Esportivo do IFRN. A carga horária compreende: de segunda a sexta feira das 7h às 12 h, com um tempo de 60 minutos para cada atividade; e a periodicidade do mesmo equivale ao semestre letivo do IFRN.

Com relação ao apoio institucional que o Projeto recebe, este compreende: Nutricionista; Serviço Social; Odontologia; Professores de Educação Física, Meio ambiente, Turismo, Informática e Línguas; Pedagoga; Médico; e Fisioterapeuta. Atualmente, a coordenação está a cargo da professora de Educação Física Edna de Oliveira Evaristo.

Convém ressaltar que o projeto “Saúde e Cidadania na Melhor Idade”, através das atividades oferecidas, tem como objetivo não só a promoção da saúde, do bem-estar e da cidadania, mas também a propiciação de forma lúdica e prazerosa, do descanso, do divertimento e do desenvolvimento pessoal e social, no tempo que se tem disponível, o que conduz, pela própria compreensão da concepção do termo lazer, que estas atividades são consideradas vivências de lazer e que, por sua vez, podem contribuir para a aquisição de uma melhor qualidade de vida aos seus participantes.

Segundo Alberto Cortez: “A velhice é tripulação de uma vida disposta ante a porta de saída pela qual já não se pode mais voltar”.

**Edna de Oliveira Evaristo**  
**Betânia de França Aires**



Alongamento

Natação



Hidroginástica

Ginástica





Dança folclórica

Canto Coral



Francês

Robótica





Informática



Lazer



Psicologia

Fonte: PSCMI. Atividades exercidas no Projeto Saúde e Cidadania na Melhor Idade.



# O HOMEM DE BRANCO

JOSÉ GOMES DE ARAÚJO



## O HOMEM DE BRANCO

José Gomes de Araújo

Meu nome é José Gomes de Araújo, sou paraibano, nascido no interior da Paraíba, e sou militar reformado da Marinha. Quero começar contando sobre a minha infância, foi boa, mas perdi meu pai quando tinha oito anos de idade, e após o falecimento senti muito sua falta. Antes da sua morte não era necessário trabalhar, pois ele tinha condições de manter a família, mas depois foi necessário, aos oito anos, pegar no pesado, no agave, colocar água nas casas das pessoas, colocava lenha nos sítios. Trabalhei ainda como engraxate, vendia picolés, amendoim torrado, vendi em feiras livres. Tudo isso eu fiz na vida e não me envergonho.

Aos quinze anos vim morar em Natal na casa de um tio e de minha madrinha. Trabalhei como cobrador de ônibus por um tempo e em 1958 (aos dezoito anos) resolvi ir para o Rio de Janeiro procurar um emprego. Foi o momento mais difícil de minha vida. Chegando lá fui morar na casa de um primo, ele me incentivava a buscar emprego. Eu lia os anúncios de jornais diariamente, mas tinha tanta vergonha que ia aos locais dos anúncios, mas não entrava. Foi uma época difícil, cheguei a passar necessidade. Essa foi a parada dura! Por isso muitas pessoas matam, roubam. Mas um dia, no ano de 1959 ocorreu um fato que marcou a minha vida até hoje. Foi na Praça da Bandeira, no Rio de Janeiro. Estava em frente a praça, onde tinha um restaurante, o Sape, estava com muita fome e sem dinheiro para pagar a comida, quando de repente vi um homem vestido todo de branco. Olhei para o homem todo de branco e pedi ajuda. No mesmo momento recebi dele cinqüenta cruzeiros e fui orientado a procurar o delegado do Sape no Largo São Francisco, no Rio de Janeiro, e apresentar a carteira de trabalho para conseguir vales refeições para os outros dias. Fiquei tão contente que com o dinheiro almocei e ainda comprei uma carteira de cigarros. Em seguida fui para o local indicado, falei com o delegado e consegui quinze vales refeições. Foi um

milagre, pois antes de acabar os vales abriu inscrição para Fuzileiro Naval. Para mim aquele homem de branco foi um enviado de Deus.

Falando em homem de branco, eu lembro da época que morava no interior. Lá havia um comerciante que vendia um “brim branco” e eu já usava branco, o branco está sempre do meu lado. Faz 30 anos que eu uso branco toda as segundas e sextas-feiras. Desde de criança que gosto da cor branca, eu comprava fiado o brim branco para fazer as roupas. Meu primeiro traje civil foi uma calça branca, cinto e sapato branco e camiseta preta. A cor branca tem um significado de acordo com o dia da semana. Na segunda-feira é o branco fechado, ou seja, me visto todo de branco, e às sextas-feiras uso branco aberto, ou melhor, visto apenas uma peça branca, a qual pode ser combinada com outra cor. Acredito que a segunda-feira é o dia das almas e o branco simboliza ajuda das almas, quando acendo velas, tenho devoção com as almas. E na sexta-feira é o dia dos espíritos, daí uso branco aberto, uso apenas uma peça na cor branca, a qual pode ser combinada com outra cor.

Em 1959 entrei para o Corpo de Fuzileiros Naval como voluntário. Eu ganhava só a comida. Mas foi lá que fiz o curso de Técnico de Saúde, fiz uma prova de 500 metros de natação, não sei como consegui ser aprovado, pois não nadava antes. Acredito que fui ajudado pela proteção divina. No meu vocabulário não existe a palavra derrota. Nesse período fui reformado pela Marinha por problemas de saúde e vim para Natal, cidade que adoro, sou paraibano, mas minha cidade é Natal. O que me fez voltar para Natal foi a minha mãe, a qual é viva e tem hoje noventa e um anos de idade. Ela possui Mal de Alzheimer e mora na minha casa, e eu tenho orgulho e prazer em dizer que cuido da minha mãe, pois cuidar dela é a coisa mais importante da minha vida.

Em relação a minha família eu vejo como erro que cometi no passado, pois foi um erro ter me envolvido com duas famílias, e isso me faz pagar caro até hoje. Para mim esse erro consistiu em ter duas famílias ao mesmo tempo.

Tenho quatro filhos de uma família e quatro filhos da outra família.

Eu tive uma grande perda em minha vida, o falecimento de uma filha aos 18 anos de idade, em um acidente de automóvel. Foi um período de muito sofrimento, não aceitava o ocorrido, ela era tudo para mim, estava sempre ao meu lado. Após quarenta e cinco dias do falecimento, separei-me da mãe de minha filha. Até hoje (dezenove anos depois) a perda da minha filha traz sofrimento - ainda tenho vontade de chorar quando lembro dela, mas procuro lembrá-la de forma alegre, como uma pessoa boa, do bem.

Atualmente sou uma pessoa de bem com a vida. Aos sessenta e oito anos faço parte do Programa Saúde e Cidadania na Melhor Idade do IFRN há, aproximadamente, um ano e meio, e acho que comecei minha vida aqui! Eu luto pela saúde, sou hipertenso, diabético, mas todo dia acordo às cinco horas da manhã, venho aqui e participo de quase todas as atividades. O programa traz novos aprendizados, é uma forma de conhecer novas pessoas, reencontrar gente do passado, e tem ajuda de todos, dos professores, dos colegas do projeto e dos servidores da instituição. Hoje estou aqui nesse grupo fazendo parte de uma história, e essa história vai ser parte da minha vida por muito tempo, do meu passado, do que é bom, do que é ruim, e eu só tenho orgulho, eu me sinto um cidadão de bem.





# O SERTANEJO

Manoel Petronilo de Medeiros



## O SERTANEJO

Manoel Petronilo de Medeiros

Eu, Manoel Petronilo de Medeiros, estado civil casado, número de filhos: três filhos, aposentado, formação ensino fundamental, nasci em 31 de maio de 1943, no sítio Riacho do Jardim, Cruzeta- RN. Filho de Sebastião Marçal de Medeiros e Felicidade Julieta de Medeiros. O parto contou com a ajuda de uma parteira. A mesma se chamava Maria Amélia de Medeiros (madrinha Mulata), prima de mamãe, moradora na represa do açude da porta (a 1Km no outro lado do riacho).

Fui batizado aos dois meses de idade na paróquia Nossa Senhora dos Remédios, de Cruzeta-RN. Foram meus padrinhos José Francisco de Medeiros e Luiza Alexandrina de Jesus.

Com sete anos já ajudava meu pai na agricultura familiar. Tivemos um bom inverno e uma ótima colheita. Eu colhia caju, pinha, umbu e outras frutas. Meu lazer era brincar derrubando peão com algumas castanhas, banho nos poços do riacho, barreiros, açudes.

Com nove anos pastorava gado e lavouras em geral e aos dez anos não houve inverno, eu pegava lenha, graveto e maravalha (galhos seco das árvores) para meu pai assar xique-xique para dar aos animais, ajudava a plantar e colher capim para o gado.

Com onze anos, trabalhava na agricultura e fui alfabetizado à noite, à luz de um lampião. Com treze anos plantava e colhia capim e queimava xique-xique para o gado. Com catorze anos fomos morar no sítio Parelhas, trabalhando de meia produção dividida para o patrão e morador.

Aos quinze anos trabalhei na agricultura por três meses, em junho do ano de 1958 fui trabalhar na emergência, que era um programa de assistência ao municípios afetados pela seca, do governo do estado, tendo trabalhado por por seis meses em Cruzeta-RN.

Com dezessete anos fui morar na serrota da encampinada, localizada no município de Cruzeta, na região da caatinga grande, onde plantei algodão, usando capinadeira para limpar a lavoura em geral e depois fizemos a colheita, na qual eu ganhei um salário e meio, e meu pai três salários. Em dezembro meu pai foi com a família para o Rio de Janeiro, com a ajuda de três filhos que já moravam lá há três anos. Ainda em 1961, o trabalho era realizado três dias na colheita e três dias nas feiras. Em outubro me apresentei no Exército e fui fazer os exames seletivos com o intuito de entrar para a corporação. Não esqueço desta época, pois fui orientado por um sargento, gente boa, comunicativo e liberal. Era sorridente, conversava com soldados, sargentos, oficiais e coronéis, não tinha falsidade, conversava com todo mundo e isso era muito bom pra gente.

Em 15 de janeiro de 1962 fui admitido no Exército. Em março iniciei o curso primário. Estudei quatro anos (inclusive admissão ao ginásio). Nos anos de 1967 e 1968 fiz o ginásio (supletivo).

Na caserna, passei por dificuldades que a vida nos oferece, inclusive parei de estudar, estava com esgotamento físico e mental e assim parei os estudos. Com vinte e dois anos fiz o curso de cabo e fui promovido.

Com vinte e seis anos fiz a seleção para sargento, fui aprovado, porém não funcionou o curso na minha especialidade. Aos vinte e sete anos fiquei fora do curso de sargento por causa da idade. Aos trinta e sete anos fiz o curso de sargento para outra qualificação e fui promovido. Com o atraso do curso, não fiz o curso de aperfeiçoamento. Trabalhei mais dez anos e fui para reserva em fevereiro de 1991.

Em março de 1991 viemos morar em Natal, no qual estamos bem graças a Deus, pois foi melhor para a família, pois as filhas estudaram, chegaram à faculdade, se formaram e fizeram concurso e já estão empregadas. Em 1993 abri um comércio (mercearia). Em 2001 ampliei a mesma, porém foi muito cansativo, tive esgotamento de

novo (de 2004 a 2008). Resolvi vender a mesma, pois estava cansado e tendo pouco resultado na atividade.

Em 2008 vim para o programa da terceira idade do IFRN, no qual estou indo bem graças a Deus.

Sem mais, um abraço. Agradeço aos colegas presentes, a professora, a Deus, nosso pai que encaminha em tudo, a Nossa Mãe, Maria Santíssima, que encaminha ao pai e intercede por nós.





# **SUPERANDO O CÁRCERE DA EMOÇÃO**

**HÉLIO BANDEIRA DOS SANTOS**



## SUPERANDO O CÁRCERE DA EMOÇÃO

Hélio Bandeira dos Santos

Eu vou compartilhar um pouco da minha vida com vocês, meu nome é Hélio Bandeira dos Santos, nasci em São Bento do Norte, Caiçara-RN, tenho 61 anos de idade, sou casado e tenho um filho.

A minha infância foi quase toda na casa de meus avós, onde ajudava nas pequenas tarefas diárias. Meus avós eram proprietários de uma pequena faixa de terra, a qual era dividida em três etapas: sítio, roçado e vazante. Ali se criava gado, ovelhas e outros animais domésticos de onde se tirava o sustento. A primeira atividade do dia era o abastecimento d' água para beber e o gasto diário, ajudava o meu avô a tirar o leite do gado, recolher os cocos secos que caíam durante a noite.

Meu pai era fiscal de renda do estado nos anos 60, mas por motivos políticos mandaram meu pai embora do emprego e passamos a ter dificuldades financeiras. Meu pai é natural de Macau (RN), mas foi para São Bento do Norte como soldado do Exército brasileiro durante a 2ª guerra mundial. Foi lá que conheceu minha mãe e se casaram. Meu pai ao ser exonerado do cargo retornou a sua terra natal, e logo conseguiu um emprego em Matarazzo, e nos mandou buscar. Ao receber a notícia entrei em depressão, tive que largar toda minha riqueza para trás, os bens materiais incorporado a logística da sobrevivência: uma vara de pesca, com três anzóis, um bernal com uma baladeira (estilingue) como é chamada pelos meninos da capital.

Quando chegamos em Macau eu tinha treze anos de idade, e logo comecei a trabalhar na Salina, onde o trabalho era praticamente braçal, a retirada do sal dos chocadores, local onde fica a água do mar repressada aguardando a água evaporar e o sal sedimentar no processo natural, que era retirada no balaio ou carro de mão, e as instalações para acomodações eram péssimas. Na hora de dormir eram muitos mosquitos, esta salina

ficava numa ilha cercada de rios e mangues, por nome de rio branco. Lá fiquei sem escola, com muito sacrifício consegui ir trabalhar em Macau e recomecei os estudos. Fiz um cursinho preparatório e logo em seguida foi convocado para servir o Exército. Ao entrar no Exército foi perguntado quem desejava ir para a Marinha e eu fui voluntário com outras pessoas. Fomos submetidos a um exame psicológico e os que passaram foram se apresentar a Marinha. Durante quase 2 anos fiquei na Marinha e em seguida me deram baixa do serviço. Voltei para Matarazzo e lá chegando também deram minha demissão. Nesse momento sem emprego e sem a reservista e a minha sorte foi a Marinha que abriu concurso e eu ingressei novamente. Desta vez foram 26 anos.

Nesse período tive a oportunidade de ir para Brasília a trabalho, e foi quando minha vida mudou, a estrutura era totalmente diferente, ao chegar fui surpreendido com um apartamento com estrutura montada. Eu não bebia, mas em função da atividade de cozinheiro, participava de grandes eventos, tendo contato direto com vinhos de boa qualidade. A partir daí comecei a utilizar no tempero e aproveitava para tomar um pouco no instante em que colocava na comida. E como o alcoolismo é progressivo foi aumentando gradativamente a quantidade ingerida nesse período. O retorno a Brasília coincidiu com o curso para Sargentos, e ao término tive que embarcar no navio Almirante Guilhem para prestar serviço no salva mar (são serviços prestados pela Marinha em situações de risco e salvamento de vida no mar).

Três anos depois (em 1988) vim para Natal e o alcoolismo foi acentuando. O alcoolismo é a doença da negação. A pior coisa é dizer ao alcoólatra que ele é alcoólatra. Em uma festa de família descobri que era alcoólatra e um parente meu ajudou falando de um grupo de alcoólatras da Universidade Federal do RN. Quando cheguei no AA (Alcoólatras anônimos) observei os depoimentos e me identifiquei com os participantes. Senti a necessidade de fazer parte do grupo. É necessário a pessoa acreditar que tem o problema, querer ser ajudado, se a pessoa não quiser não funciona. Princípios como

dignidade, humildade são trabalhados, são todos iguais no grupo. E até hoje eu frequento as reuniões do AA, as quais muito ajudaram no meu passado e no momento presente.

Descobri o programa da terceira idade do IFRN no ano de 2008 através de um amigo, que falou dos benefícios obtidos na participação deste. E vim porque tinha disponibilidade e queria conhecer novas amizades. Aqui tem pessoas que se disponham a ajuda, tem profissionais em várias áreas, eu meloro como ser humano. Cada riso, cada brincadeira é um somatório para tira o meu estresse e elevar minha auto-estima.





# RENASCER DE UMA VIDA PLENA

MARIA SALETE BEZERRA DA COSTA



## RENASCER DE UMA VIDA PLENA

Maria Salete Bezerra da Costa

Eu sou Maria da Salete Bezerra da Costa, tenho sessenta e dois anos de idade e nasci no estado da Paraíba, no sítio Jenipapo, perto de Guarabira, onde vivi com meus pais até seis anos de idade. Não me lembro de muita coisa desse período. Meus avós tinham uma fazenda muito grande e cada filho que casava ganhava uma casa. E eu morava lá. Eu me lembro deste tempo...eu brincava em um lajedo em frente a casa e tomava banho no açude com meus irmãos, cuidava do gado.

Tem um fato que marcou minha vida. Minha mãe era uma senhora muito calma com seus nove filhos, e um dia um dos meus irmãos ia morrendo afogado no açude. Minha mãe estava tomando um café nesse momento, mas ao ver meu irmão quase morto fez uma promessa: se ele não morresse mudava o nome e mudou o nome de Manoel para José. Outro fato que também não esqueço foi a notícia da morte do meu avô. Neste dia me deixaram sozinha numa roda debulhando feijão. Lembro da minha avó que se chamava Lia, era uma portuguesa e todos os dias os netos iam cedo para casa dela comer cuscuz com leite. É o que eu lembro dessa fase do sítio Jenipapo.

Depois meu pai comprou um outro sítio e morou três anos. Após esse período, aos nove anos de idade, vim morar em Natal no bairro das Quintas. Foi nesse sítio que comecei a aprender a ler. A primeira letra que aprendi foi a letra G, talvez por isso tenha colocado os nomes dos meus filhos com essa letra. Foi inconsciente. Lembro-me das lavagens de roupa no açude. Meu pai comprou duas casas no bairro das Quintas, eu estava totalmente perdida numa cidade maior. Minha primeira escola foi Theódulo Câmara, nas Quintas. Não aprendi a ler na sala de aula, pois eram muitos alunos, aprendi com uma colega de sala, ela sentava do meu lado. Eu lembro muito dela, o nome era Lourdes, dividíamos a mesma carteira. Eu não tinha livros, mas Lourdes tinha livros e eu copiava tudo. Eu estudei até

o terceiro ano primário. Minha mãe era muito esperta, tinha uma visão de mundo muito boa e meu pai era analfabeto. Minha mãe teve incentivo dos seus pais e por isso conseguiu ler e escrever. Tinha professor em casa e aprendeu muita coisa. Ela teve uma visão de me tirar daquela escola e me levou para no Colégio Maria Auxiliadora no bairro de Tirol. Conseguiu uma vaga com as freiras e eu vim estudar no período da tarde, pois no turno da manhã era para crianças ricas e no turno da tarde para as crianças pobres. Estudei o 4º e 5º anos, e na época do ginásio a irmã Maria Lopes me prometeu uma bolsa de estudos. Se eu passasse na admissão do ginásio ganharia a bolsa para o ginásio. Passei! Tinha catorze anos e estudei mais quatro anos, ou seja, o ginásio. No segundo ano do ginásio a irmã ofereceu um estágio no jardim de infância. Eu recebi como primeiro salário seis mil cruzeiros, era tanto dinheiro, tinha até medo de andar sozinha. Dei tudo a minha mãe. Na minha adolescência não tive problemas, sempre me dediquei muito ao que fazia, me dediquei aos estudos e não me preocupava com namorados, nunca dei esse tipo de “problema” a minha mãe.

Meus pais eram pessoas simples sem muito estudo, mas educaram os nove filhos ensinando valores como honestidade e respeito ao outro. Meus irmãos são pessoas do bem, nem todos estudaram, mas puderam trabalhar em diversos serviços e todos estão aposentados vivendo dignamente.

As freiras ainda queriam que eu fosse religiosa, mas eu não tinha vocação. Terminei o ginásio e foi fazer o pedagógico na Escola Municipal de Educação e paralelamente o curso de auxiliar de enfermagem, o qual terminei junto com o pedagógico. Depois fiz vestibular de Enfermagem no Recife, onde tinha uma tia que me deu hospedagem. Passei no vestibular, fiz o curso e em 1990 terminei o curso superior de Enfermagem. Comecei a trabalhar na clínica do câncer no Recife e, posteriormente, fui convidada a trabalhar na Secretaria de Saúde em Natal, aceitei o convite e passei três anos até ser aprovada no concurso do INAMPS e da UFRN, neste último trabalhei

como professora até 2004, no Departamento de Enfermagem.

Aos trinta e nove anos me casei, mas fiquei casada apenas três anos e cinco meses. Nesse período tive um aborto e um filho- Giovanni, e quando ele completou quatro anos adotei uma menina - Geórgia. Os criei com bastante dificuldade, pois trabalhava duas expedientes e dava assistência a minha mãe que era doente e estava acamada. Atualmente Giovanni cursa duas faculdades e trabalha na prefeitura de Natal e Geórgia está cursando o 2º ano do 2º grau e me dando alguns problemas.

Eu estou participando do Programa Saúde e Cidadania na Melhor Idade onde tento desenvolver várias atividades para melhorar a minha qualidade de vida. Faço hidroginástica, pintura e participo do coral, aulas de psicologia, e ainda participo de outro programa da terceira idade (UNATI) e lá faço Francês e espanhol.





# **UMA LUZ, UMA LIBERTAÇÃO**

**FÁBIO RODRIGUES JOTA**



## UMA LUZ, UMA LIBERTAÇÃO

Fábio Rodrigues Jota

Falar de mim é difícil, falar do cara que eu conheci tempos atrás. A minha Infância foi boa, mas quando eu tinha onze anos veio a separação dos meus pais. Hoje tenho um pai alcoólatra há mais de vinte anos. Minha mãe após a separação trabalhou muito para sustentar eu e meu irmão. Minha família materna também ajudou financeiramente.

Aos dezesseis anos fui estagiar como office boy na Caixa Econômica e aos dezessete anos fui servir o quartel. Como meu pai era alcoólatra eu já tinha provado bebida alcoólica. E ao chegar no quartel já conhecia o álcool. O alcoolismo é a porta de entrada para muitas coisas, como drogas, meretrizes. Fiquei no quartel só o tempo de tirar o serviço. O quartel foi uma oportunidade de progredir profissionalmente. Estudei um ano no Marista e não terminei o científico, pois o álcool não deixou. Eu queria ser sempre o primeiro da sala. O quartel foi bom, tem o lado bom e o lado ruim, o lado ruim é preciso matar para sobreviver. Não é morrer, é matar pela pátria. O lado positivo foi a disciplina. Aprendi a ser obediente para Deus e não aos homens da terra. Mas sim respeitar os homens. Quando sai do quartel bebia todos os dias.

Depois do quartel apareceu uma nova oportunidade- a COSERN- e fui trabalhar no almoxarifado central aos dezenove anos. Quando entrei lá achava que não ia passar mais de quatro anos, pois queria um futuro melhor. No almoxarifado o trabalho era com material pesado, eram mais de vinte mil itens e eu dominava 70% dos códigos. Cada peça tinha um código com sete números. Quis dar continuidade aos estudos, mas conheci uma turma que gostava do álcool e acompanhei essa turma e o futuro que sonhava não se realizou. Passei doze anos na empresa e no alcoolismo. Após o expediente ia beber no bar. Era uma rotina, minha vida era de casa para o trabalho e do trabalho para o bar e do bar para casa. A COSERN privatizou e passei mais um ano. O governo incentivou a demissão voluntária das pessoas que estavam

perto da aposentadoria. Demitiram-me, pois ia trabalhar bêbado, mas não faltava. Todos os direitos foram pagos. A indenização recebida dava para trabalhar por conta própria, mas como eu era dominado pelo álcool, o que fiz foi comprar uma casa, reformar a casa da minha mãe (com quem moro atualmente), consumir muitas drogas, farras e nada mais. Era só ilusão, vinte e quatro horas no ar. E dava muita preocupação as pessoas que mais amava. Tive uma filha (hoje com dezessete anos) que convivi até os seus sete anos, quando separei da mãe dela.

Hoje tento aproximação com minha filha, não dei a educação que eu pretendia dar, mas aos poucos estou tentando reaproximar-me da mesma. Tenho procurado me amar para amar os outros. É difícil aceitar as outras pessoas do jeito que elas são, cada pessoa é um mundo, uma cabeça. Eu quero uma mudança, sair da vida que levava, para uma vida melhor, sair do alcoolismo, mas para isso preciso me amar, ajudar o próximo. As pessoas que mais amava era as que mais prejudicava. Não dava atenção, um carinho as pessoas, quando na verdade sou um ser humano igual aos outros, tenho sentimentos, sou um cidadão.

Tive a oportunidade de conhecer o programa da terceira idade do IFRN através do professor Nivaldo (professor aposentado do IFRN) que mora na mesma rua que eu moro. Ele contou meu problema a professora Edna, que na época era coordenadora do programa, me deixou participar junto com os outros alunos. Faz mais de dois anos que estou aqui, já tinha parado com a bebida e tive apoio da professora Edna, o apoio dado foi para salvar uma vida como coordenadora por ter me aceitado. E todos do projeto também me ajudaram e continuam ajudando, diretamente ou indiretamente. Todos ajudam, às vezes mesmo sem saber que estão ajudando.

Vivo vinte e quatro horas, preparando-me para o dia de amanhã, passei a ter fé, acreditar em Deus, pois não acreditava, pois o álcool não deixava, pois cega qualquer um. Hoje agradeço a Deus, minha família e ao programa por ter me aceitado. Essa é a vida de um cara aos quarenta e um anos de idade que tinha tudo pela frente, poderia ter

tido uma vida estabilizada com essa idade, devido as oportunidades que teve, mas jogou tudo fora. É triste, mas é uma realidade. Fiz minha mãe e minha tia sofrerem muito. Não sofri sozinho, fiz os outros sofrerem. E quando chegou no fundo do poço... a sociedade convida e expulsa ao mesmo tempo, ela discrimina e você precisa ter força e coragem para sair. Vai fazer três anos que larguei as drogas e o álcool, e vivo cada dia por vez, deixando o passado. Mas não posso esquecer o que passou porque as coisas podem voltar e se voltar só tem o cemitério. Então o passado anda de lado como se fosse uma bengala para que sempre eu lembre do que aconteceu e não repita, porque é um sofrimento que foi vivido por mim e outras pessoas. É preciso cuidado para não acontecer de novo porque se provar um gole de champagne e Biotônico Fontoura que contém álcool, esse bicho feroz pode voltar. É triste, mas é a verdade. É necessário evitar bebida a todo instante, evitar todo tipo de festa que tenha bebida alcoólica, é preciso ser vigilante vinte e quatro horas em relação a bebida.

Hoje quero viver, construir algo, viver essa vida que Deus deu, que hoje acredita e antes não enxergava. Sou grato ao programa da terceira idade do IFRN e também faço parte de uma irmandade que me ajuda. Vou tentando viver cada dia de cada vez, procurando ter uma melhora, uma sanidade mental, palavra fácil de pronunciar e difícil de colocar em prática. É muito difícil ter uma sanidade mental, mas estou tentando e para isso é preciso ter humildade para ter fé e paz de espírito. Às vezes confundimos humildade com humilhação. Humildade é pedir desculpas a alguém que feriu, isso não é humilhação. Ser humilde é muito difícil, colocar em prática ainda mais. A sociedade é cruel, o mundo é cruel, cada um deve se amar cada vez mais. Depois que cheguei ao IFRN terminei o ensino médio, fiz alguns cursos e pretendo continuar me qualificando numa profissão escolhida e tocar o barco para frente. Eu quero aproveitar a vida, não em curtidão, mas aproveitar em coisas boas e úteis, procurar crescer espiritualmente, procurar uma melhora. Hoje entendo que precisamos uns dos outros, estou aprendendo a valorizar o próximo. Tenho uma doença que é o alcoolismo que causa

cegueira, desmoraliza a pessoa, ataca o sistema nervoso.  
Sou ciente disso e estou tentando vencer essa doença.



# **INFÂNCIA, JUVENTUDE E TERCEIRA IDADE**

**REGINA MARLEIDE FERREIRA**



## INFÂNCIA, JUVENTUDE E TERCEIRA IDADE

Regina Marleide Ferreira

Antes do meu nascimento minha mãe contraiu a tuberculose. Nessa época não havia cura para essa doença e nesse período minha mãe engravidou de mim, mas ela não sabia que estava doente. Só veio descobrir mais adiante quando ficou sabendo da gravidez e foi levada para o hospital para fazer exames. Meu pai sabendo da doença da minha mãe planejou tudo para ser feito um aborto, queria anestesiá-la, mas ela desconfiou ou teve certeza e levantou-se imediatamente da mesa. Se não fosse isso não estaria aqui hoje. Eu nasci com tudo que foi doença, tive tifo, anemia profunda, paralisia infantil, meningite.

Eu nasci em Santa Maria (RS), meus pais tinham uma vida bem estruturada, mas devido às doenças que foram acometidas eles tiveram que ir para Porto Alegre. Eu estou aqui hoje graças a minha mãe. Ela largou o emprego, esqueceu da vida dela para que eu continuasse vivendo. Fomos para Porto Alegre quando eu tinha dois anos. Meu pai tinha um jornal chamado Tribuna Ferroviária e conforme o tempo foi passando as coisas foram se organizando. Quero também falar dos meus avôs, os pais do meu pai que vieram da Espanha. Não conheci meus avôs paternos, porém conheci minha avó materna, uma mulher forte que morava sozinha. Ela não temia que nada acontecesse. Sempre de salto alto ela era maravilhosa. Viveu até os cento e doze anos de idade, lúcida e alegre, nunca se queixava de nada. Meus pais eram muito diferentes para a época deles. Os dois trabalhavam muito, meu pai no jornal e minha mãe na viação férrea. Eu tinha dez irmãos, dos quais oito são vivos atualmente.

Depois de ter me curado das doenças quando criança, fui para escola, estudei o primário e o ginásio como era na época no Instituto de Educação. Aos catorze anos comecei a trabalhar, pois tinha pedido a minha mãe um sapato alto e me foi negado. Ela dizia que eu tinha as pernas muito finas e cairia, quebraria a perna. Trabalhei

com uma amiga do meu pai, pois eu acredito hoje que ele não sabia me negar nada. Daí em diante não parei mais de trabalhar. Quando completei a maior idade, comecei a me preparar para concursos.

Aos dezessete anos me casei com meu primeiro marido e nove meses e dez dias depois eu tive a minha filha Nara. Como naquela época não havia preservativos, um ano depois do nascimento da primeira filha eu tive o segundo filho - Fernando. Fiz concurso, passei e fui trabalhar no Instituto de Previdência do Estado - IPE. Naquela época funcionário público trabalhava muito e eu ficava muito longe de meus filhos, então eu e meu marido resolvemos fazer outro concurso e fiz para a Caixa Econômica e fui convocada para começar a trabalhar. Minha vida melhorou, voltei a estudar, pois existiam incentivos como pagamento dos estudos. Fiz vestibular para Direito e cursei até o segundo semestre, mas por motivo de doença precisei deixar a faculdade. Por orientação médica precisei ter outro filho em virtude de uma doença para ficar boa. Obedeci à recomendação médica e tive meu filho Ricardo. Agradeço a Deus que me deu a graça de ter esses filhos abençoados.

Ricardo estava com oito anos quando meu marido morreu, como eu digo sempre se Deus me deu essa carga é porque posso carregar. Criei meus filhos sozinha, larguei minha vida e passei a viver para os meus filhos, pois eu daria isso a eles e assim sendo foi o que eu fiz. Aos dezoito anos Fernando quis casar e casou, teve uma filha (Fernanda), mas como eram jovens se separaram e minha preocupação era a minha neta. Então, eu trouxe a criança para morar comigo. Um dia um amigo meu perguntou se eu queria um trabalho extra. Aceitei. Fui ser revisora do jornal do Dia, que era um jornal de Porto Alegre.

Anos depois me casei com Henry meu segundo marido, um homem maravilhoso, era dentista, eu tenho a impressão que amava mais ele do que meu primeiro marido. Nós fomos almas gêmeas, mas dois anos depois ele morreu. Quando eu o conheci, ele já havia contraído Leucemia, foi muito triste, tanto que até hoje não quis mais me casar nem namorar.

Em março de 1999 me aposentei por tempo de serviço. Quando me aposentei muitos colegas se aposentaram comigo e como éramos muitos amigos continuamos viajando pela Europa. Nós já vínhamos juntando uma boa grana e foi maravilhoso. Fomos para uma parte da Europa, Portugal e Nova York. Todas as pessoas deveriam ter essa chance de viajar, pois isso é cultura. Após esse período foi difícil, pois tu sabes que tudo aquilo que fazias não vais mais fazer e como eu digo para os meus netos, tu tens que te preparar para a velhice. Perguntaram como eu cheguei aqui em Natal. Eu vim passear e chegando aqui, depois de um inverno rigoroso de quase zero grau de temperatura, no qual tinha sofrido muito com o frio e aqui com essa temperatura ideal para qualquer corpo vim para ficar um mês e estou há quase três anos. Montei minha casa e então minha nora me falou do programa da terceira idade do IFRN.

Como minha nora não tinha muito tempo para me levar ao IFRN, numa manhã me levantei e fui para a parada de ônibus, e todos que passavam, eu perguntava “passa no IFRN?” E assim consegui chegar lá, louca de medo de me perder, pois até hoje eu me perco. Achei o paraíso! Desde que aqui cheguei frequento o IFRN, é uma maravilha, o único problema que eu acho é o acúmulo de matéria no mesmo horário. Mas gosto muito, acho que preenche perfeitamente minha vida, não sei mais viver sem ele. Os professores são muito bons. Para mim está tudo perfeito aqui na terra chamada Natal, que corresponde ao nome.





**BUSCANDO SEMPRE  
O MELHOR**

MARIA GILMA DE SENA



## BUSCANDO SEMPRE O MELHOR

Maria Gilma de Sena

Sou Maria Gilma de Sena, filha de Gregório R. de Sena e Isaura Macedo de Sena. Filha de pais agricultores que levavam uma vida dura no Seridó do Rio Grande do Norte. Eu era uma entre os onze filhos de uma família numerosa.

Minha infância foi normal, cresci em um ambiente cristão, onde se rezava o terço todas as noites, reunidos em volta da imagem de Nossa Senhora de Fátima. Todos tinham que rezar. Meu pai rezava e os outros respondiam.

Ele não era tão rígido com os filhos, mas minha mãe sim. Isso foi muito bom. Todos obedeciam. Morávamos no sítio Juazeiro, município de Parelhas, no Rio Grande do Norte.

Eu como era a primeira das mulheres ajudava minha mãe com os irmãos que iam surgindo. Mas não gostava, preferia ir fazer companhia a minha avó Angélica e meu avô Luiz Sena, o qual ajudava financeiramente a todos. Nossas brincadeiras eram bonecas confeccionadas pela minha avó, bonecos criados de ossos, com pernas de pau feito por nós mesmos.

Meu pai festejava São João, onde fazia fogueiras e com muitos fogos, e comida típicas. Andávamos a cavalo, tomava banho de açude e a única diversão era os terços noturnos nas casas das famílias, onde todos cantavam, rezavam e se divertiam, conversavam e até namoravam.

Estudei no sítio, onde só um professor atendia quatro turmas numa só sala de primeira e quarta série. Eu sempre fui muito tímida, pouco falava e não perguntava nada ao professor João Manoel. O nome da escola é Bernardino de Sena, meu bisavô. Depois fui estudar em Parelhas onde fiquei na casa da minha avó Liça, e depois da minha madrinha Nauzenha Senha.

Meu pai não queria que as filhas estudassem, somente os homens. Mas, enquanto ele forçava a barra

para os homens estudarem, eu caladinha estudava sozinha, apesar de só poder estudar após fazer as coisas em casa, como: varrer a casa e cuidar dos irmãos menores. Com catorze anos fui estudar em Parelhas (RN) onde fiz o ginásio normal, o qual dava direito a trabalhar em escola de 1ª a 4ª série após o curso. Logo que terminei minha mãe disse que eu procurasse trabalhar que ela não podia me dar mais nada. Então comecei a dar aula de reforço em casa e logo sai para procurar emprego na prefeitura que na época o prefeito era Dr. Graciliano Lordão, muito amigo do meu avô, mas meio bravo e eu um pouco receosa entrei primeiro na escola Barão do Rio Branco onde a diretora era Iolanda Macêdo. Então conversando, ela perguntou se eu queria assumir uma sala de aula que ninguém queria. Aceitei na hora. Fui pegar meus documentos e logo assinei um contrato com o estado (Secretaria de Educação). No mesmo ano fiz um concurso no Estado, passei e fiquei efetiva. Logo fui estudar em Caicó (RN), uma cidade maior que Parelhas, contra a vontade de meu pai, pois não podia me manter.

Morei na casa do estudante, onde só ficava quem fosse bem vista e bem comportada. Eu pagava uma pequena quantia, mas me sobrava pouco. Estudei o caso, como fazer para permanecer na casa. Então, como eu já era diretora de disciplina, me candidatei a presidente da casa da estudante, que na época era dirigida por Hilda Araújo e depois Elza Filgueira, então fui eleita presidente e passei a não pagar nada. Melhorou muito minha vida, terminei o curso de magistério em 1969 e logo fui convidada pelo padre diretor de uma escola de Parelhas para participar de um curso para lecionar escola normal, na época de 2º grau. Submeti-me ao curso, aprovada então passei nove meses em Belo Horizonte com tudo pago pela Secretaria de Educação do Estado. Quando voltei fui lecionar em Parelhas na escola normal, contrato de dois anos. Não suportei passei só um ano e voltei para Natal, onde lecionei no Instituto Kennedy. Na época a diretora era Crisan Semineia, excelente educadora que me ensinou muito. Nesse período dávamos cursos para professores de Natal e municípios do RN.

Em seguida fui para Secretaria de Educação do Estado e passei mais seis anos. Fiz faculdade de Administração e continuei lecionando. Casei-me com um homem que meu pai não queria. Tive cinco filhos, dois abortos e três partos normais. Foi um período meio difícil, mas durou catorze anos. A bebida destruiu tudo. Separei-me, fiquei com três filhos, mas a renda não dava para as despesas; resolvi abrir uma escola, mas desisti devido a burocracia, então abri um salão de beleza com vários profissionais no centro de Natal. Logo senti a necessidade de procurar fazer também os serviços no salão. Fui para o Senac, onde participei de cursos na área de beleza. Enquanto isso cuidava dos filhos que não queriam estudar, da casa, trabalhava no salão e continuei dando aula à noite na escola Walfredo Gurgel no bairro de Candelária. Com as dificuldades na família transferi escola e salão para perto de onde moro até hoje em Pirangi. Aposentei-me com quarenta e dois anos de serviço do Estado na Escola Lourdes Guilherme, onde passei vários anos trabalhando com jovens e adultos.

Hoje em 2008 continuo com meus filhos casados, mas muito perto de mim. O salão continua firme e forte. Participo do Programa Saúde e Cidadania na Melhor Idade do IFRN, que gosto muito, e fui convidada por dona Engracia, que já participa há anos, e é muito empolgada. Participo também das atividades religiosas na igreja Cristo Rei em Pirangi, faço curso de Teologia Cristã, fundamentação bíblica e Teologia. Estou sempre buscando, pois sou catequista. Prefiro viver em função do outro.

Agradeço a professora de Psicologia por ter me dado esta oportunidade. Deus lhe abençoe. Deus abençoe a todos. Agradeço a Deus por tudo.





# HISTÓRIA DA MINHA VIDA

GERALDO MONTEIRO DE BRITO



## HISTÓRIA DA MINHA VIDA

Geraldo Monteiro de Brito

Meu nome é Geraldo Monteiro de Brito, nasci em Campo Redondo, na época, município de Santa Cruz/RN. Campo Redondo tornou-se independente, tendo atualmente, aproximadamente, doze mil habitantes.

Minha história começa nessa cidadezinha, onde nasci e passei parte de minha infância, juntamente com meus pais e três irmãos, tendo em vista que dos sete filhos que nasceram as duas meninas faleceram ainda bebês e um outro irmão, aos sete anos.

Nasci em 11 de junho de 1930, portanto, sou o mais velho dos irmãos, apesar de ter sido registrado, por meu pai, em 28 de abril, fato que me causou constrangimento quando comecei a trabalhar.

Os registros mais remotos que tenho de minha infância são aos três anos quando levei uma “surra” de um carneiro. Lembro que o bicho dava uma marrada em mim e eu caía no chão. Quando ele voltava eu tentava me levantar e começava tudo de novo. Isso aconteceu umas três vezes, quando eu achei que não iria conseguir me livrar daquele animal apareceu um anjo da guarda e me salvou da morte. Fiquei tão grato, mas estava tão assustado que não consegui me lembrar por trinta anos quem havia me salvado.

Aos cinco anos, em 1935, tenho lembrança de um tiroteio na Serra do Doutor, cidade que fica a seis quilômetros de campo Redondo, num confronto chamado de Intentona Comunista, cuja Revolução iniciou-se em Natal, capital do Estado, e avançou pelo interior do estado do Rio Grande do Norte, terminando nessa localidade (Serra do Doutor), num encontro entre os comunistas e os seus opositores de Caicó e adjacências.

Tenho lembrança do tiroteio e de no dia seguinte está apanhando as “cascas” de balas deixadas pela “guerra” travada nesse local.

Até meus sete anos, eu não me ocupava com nada, além de brincar com meus irmãos e alguns poucos amigos. Em nossa cidade havia uma usina de beneficiamento de algodão, e um dia brincando lá, tive a idéia de estudar, corri para casa e falei com um primo mais velho, Quinca, um dos poucos que sabia ler e escrever na época. No dia seguinte meu primo reuniu ameninada e começamos.

A escola funcionava à noite, a iluminação era à base da lamparina, pois na cidade ainda não existia luz elétrica. Nessa escola estudei apenas por duas semanas, deixei o meu primo e fui estudar em uma escola particular que ficava na mesma rua da antiga, com um professor chamado Benedito Casembé, homem muito rígido que me fez escrever com a mão direita, de tanto que me deu “bolo”, não querendo explicação para o fato de eu escrever apenas com a mão esquerda. Esse fato foi muito marcante em minha história, pois apenas de ser canhoto, até hoje só consigo escrever com a mão direita.

Estudei ainda em uma outra escola, com a professora Elisa, fui atraído por ela pelo fato da professora ensinar “manuscrito” e eu achar muito bonitas aquelas letras góticas. Ainda criança, estudei no grupo escolar da cidade com a professora Marinete. Passado alguns meses, sendo o final da estadia da professora em nossa cidade, dizendo que iria voltar para Natal, capital do nosso Estado, ela fez um convite para quem fosse a Natal, deixando a disposição seu endereço, rua Coronel Estevam, 1111 - Alecrim, próximo a Igreja de São Pedro, eu não me contive e fui o primeiro a dizer que iria visitá-la em Natal. Lembro que recebi uma grande vaia dos meus colegas de sala, os meninos achavam tão absurdo que algum de nós pudesse viajar a Natal que me vaiaram de pé.

Por incrível que possa parecer, com dois meses fiz minha primeira viagem a Natal e a primeira pessoa que fui visitar foi a minha professora, dona Marinete.

Pouco tempo depois meu pai, Severino Monteiro de Brito, saiu de Campo Redondo para trabalhar como barbeiro em Natal vizinho a Assembléia de Deus. E, meses

depois trouxe toda a família para morar na rua Presidente Quaresma, próximo a rua Mário Negócio e ao Cinema São Pedro.

Quando cheguei a Natal fiz logo novas amizades. Meus novos colegas me convidavam sempre para ir ao cinema, e eu sempre respondia que não tinha dinheiro, com o passar do tempo eles me apelidaram de roçado por eu não ter condições de assistir as matinês dos cinemas.

Querendo assistir aos filmes no cinema comecei a trabalhar no mercado da Cidade Alta. Invertendo as coisas, passei a convidar os colegas e quando algum deles dizia não ter dinheiro, eu dizia “- pois roçado vai.” Isso fez com que o apelido fosse esquecido.

Passado um tempo, um dos meus vizinhos conseguiu um outro trabalho para mim em um jornal, chamado “A Ordem”, cujo jornal funcionava à tarde.

Buscando novos horizontes fui trabalhar na Base Naval, onde comecei como aprendiz de eletricista. Em 1942, período da II Guerra Mundial, começamos a consertar os navios de guerra Bauru, Baependi, Benevinte, entre outros, navios que voltavam avariados. Para consertá-los trabalhávamos dia e noite.

Fui transferido para trabalhar como operador de máquinas na usina da Base e, depois de uns seis anos, voltei para a oficina de eletricidade, mas já na função de enrolador de motores elétricos. Além desse serviço eu acumulava a função de operador de cinema, o que me dava muito prazer, e funcionava na oficina de carpintaria, posteriormente transferido para outro prédio.

Para aprender a profissão de enrolador, eu ralei muito, pois o meu instrutor, um cabo da marinha, fazia cinco anos que estava em Natal e não queria voltar para o Rio de Janeiro. Para isso ele não me ensinava para não perder o lugar e com isso não me deixava fazer nada para que eu desistisse e pedisse para sair.

Lembro-me que ele ia almoçar às 11h e eu às 11h30min, e que eu comia tão rápido que quando ele voltava já estava esperando para que ele me ensinasse.

Insisti tanto que ele foi forçado a me ensinar e graças a minha vontade de aprender ele conseguiu usufruir suas duas viagens de ouro, concedida por mérito de trabalho, pois quando o comandante disse que iria cancelar suas viagens, por não ter ninguém para substituí-lo, ele informou que já havia me preparado como seu substituto.

A Base Naval foi para mim um dos pontos de maior destaque em minha vida e nessa época conheci uma jovem pernambucana e começamos a namorar, seis meses depois, 23 de junho de 1949, já estávamos casados, eu com dezenove anos e Maria do Carmo Pereira Lima de Brito, com dezesseis anos, nascendo nossa primeira filha dez meses depois, em 20 de abril de 1950.

Na Base Naval, com a viagem do meu instrutor, além da função de enrolador de motores elétricos eu ainda ganhei uma boneca para minha filha, e passei a estudar por correspondência na escola Monitor em São Paulo.

Com a nova profissão abri uma oficina de enrolamento de motores, também no bairro do Alecrim, registrada no nome de minha esposa. Nesse ano compramos um terreno, medindo 750 m<sup>2</sup>, contudo não fomos muito felizes na compra desse terreno, pois quando fomos fazer uma visita ao terreno encontramos um cidadão extraindo carvão de lá. Ele teve até a ousadia de me oferecer uns sacos de carvão pelo aborrecimento. Acabei por trocar o terreno por um ônibus da marca Chevrolet. Esse ônibus fazia a linha Nova Descoberta – Rocas.

Tudo ia bem, a minha segunda filha já havia nascido e minha esposa já estava a espera do terceiro, logo viriam mais dois, quando em uma viagem, sentido Rocas – Nova Descoberta, já próximo ao Batalhão de Engenharia, o motorista desviando para dar passagem a uma caminhonete que vinha em sentido contrário, acabou por perder o controle do ônibus, que tombou.

Nesse dia, por sinal, eu estava no ônibus e acabei por resolver todo o problema, inclusive encaminhando as pessoas para o pronto socorro, sem, contudo dizer que eu era o dono do ônibus para evitar problemas. Recordo-me que quando o ônibus tombou o motorista fugiu, mas graças

a Deus não houve vítimas fatais, só alguns arranhões. Em seguida fui ao Batalhão e consegui com a ajuda deles desviar o tal ônibus.

Depois desse acidente ainda tentei continuar no ramo, trocando o antigo por outro movido a óleo diesel, mas com o novo aconteceu algo parecido. Em uma sexta-feira da paixão, ao vir no sentido Ribeira – Alecrim o motorista bateu no muro de uma casa, em frente ao Posto São Cristóvão, deixando o ônibus acabado, com isso, desisti desse ramo de atividade, vendendo o ônibus por uma quantia insignificante. Pelo pagamento do negócio recebi dois cheques que foram depositados, mas devolvidos por não terem fundos, sendo esse valor pago somente três meses depois com a intervenção da polícia.

No período em que mantive a oficina “O mundo elétrico” matriculei minhas duas filhas na escola Doméstica. Sinto que o dinheiro foi muito bem empregado, pois a Escola era muita séria e preparava as jovens para enfrentar a vida, tanto nos estudos, como nos afazeres domésticos.

A minha filha mais velha, Clécia Maria, terminou a escola e em seguida fez vestibular para Serviço Social e passou. A segunda filha, Telma Maria, também fez vestibular para nutrição ficando a espera da classificação, assumindo depois a função de administração no INSS.

Sempre quis dar a oportunidade de estudar, que não tive, para todos os meus filhos. Além das filhas, Gersiton Antônio, terceiro filho, cursou Educação Física na UFRN, sendo impossibilitado de concluir, pois foi mais uma vítima do trânsito do Rio de Janeiro. Gutemberg José, quarto filho, nascido em 5 de junho de 1958, atualmente é funcionário da prefeitura de Natal, e Gustavo André Pereira de Brito, último filho, nasceu em 2 de junho de 1972, é formado em Administração de empresa e Lazer e Qualidade de Vida, tem especialização em Marketing e Mestrado em Educação Física e atualmente é professor na Faculdade de Ciências, Cultura e extensão do RN – FACEX.

Na época em que trabalhava na Base Naval, aproveitei uma licença prêmio e me filiei ao partido PSD,

ainda era período de ditadura e me candidatei a vereador por Campo Redondo, cidade onde deixei amigos e parentes.

Afastei-me da minha empresa e optei pelos vencimentos da marinha, comecei a campanha política com a ajuda de minha esposa. Fui eleito no primeiro pleito, mesmo morando a 130 quilômetros de Campo Redondo.

Houve uma mudança espetacular da empresa para a política, na primeira o expediente era de 8 horas diárias de segunda a sexta, ao passo que na Câmara, eram apenas três dias na semana.

Nesse período eu tinha um carro “Rural” e passamos, eu e minha esposa, a trabalhar com muita dedicação, nas causas que acreditávamos e na missão que eu escolhi. Quase sempre era necessário auxiliar nas questões da saúde, principalmente transportando eleitores para serem atendidos em Natal, pelo fato do interior não ter muitos recursos.

Não tínhamos ajuda dos prefeitos, a não ser que fosse a viagem para o congresso de vereadores, evento realizado anualmente em locais diferentes do Brasil.

Durante o período de minha legislatura apresentei dois projetos de destaque naquela cidade, o primeiro foi a construção de uma lavanderia pública com capacidade para vinte pessoas trabalharem simultaneamente, sendo importante lembrar que até bem pouco tempo atrás havia racionamento de água na cidade; e o segundo foi a mudança do cemitério, que ficava entre a Igreja e a maternidade, sendo transferido para um local mais distante.

Após apresentação do segundo projeto fiquei com receio de as pessoas que tinham parentes sepultados no local antigo terem alguma reação negativa contra mim, mas graças a Deus, não fui molestado por ninguém.

Nas campanhas para governador eu desempenhava a função de fotógrafo, fazia esse trabalho na zona do Trairi. Tenho lembrança da visita que fizemos à cidade de Lages Pintada, na Campanha do Monsenhor Walfredo Gurgel, quando nós estávamos em um banquete

e na parte externa estava sendo realizado um comício, chegando a vez do Deputado Estadual Assunção de Macedo, que estava conosco, falar e ele pediu para o Monsenhor falar primeiro, pois estava atendendo a um paciente, já que era médico, sendo esse tal paciente um copo de uísque, foi aí que cheguei a conclusão que na política todos são iguais, o médico por ter mentido e o monsenhor por concordar com a mentira.

Na década de 1970, quando eu era vereador, meu pai viajou com minha mãe Sebastiana Antunes de Lima, e meus três irmãos para o Rio de Janeiro, passando a trabalhar como pedreiro, chegando a construir várias casas nessa cidade.

Quando decidi sair da política, voltei para a minha oficina e passamos muitos anos seguindo uma vida sem maiores sobressaltos. Em 1977 nasceu meu primeiro neto, Flávio Vladimir de Brito Cortez, seguido por Patrícia Cristina de Brito Cortez, em 1978, Érica Pinheiro de Brito, em 1980, juntamente com Nei Alexandre de Brito Costa, Cinthia Onofre de Brito, Rogério Nei de Brito Costa, em 1981, Guilherme Wellington Pinheiro Neto (Netinho), e em 1984 nasceram Carla de Brito Cortez, Juliana Pinheiro de Brito e Hudson Nei de Brito Costa.

Em 1985, após indenizar os funcionários da oficina e fechá-la oficialmente, fui morar no Rio de Janeiro, levando comigo minha esposa e meu filho caçula. Chegando lá fui trabalhar em uma gráfica na rua Alcântara Machado. Depois dei assistência na parte elétrica em um edifício na mesma rua.

Moramos em Vila Isabel, terra de Noel Rosa, perto do famoso bar freqüentado por Martinho da Vila e companhia, chamado Petisco da Vila, onde nós acompanhávamos os ensaios carnavalescos da escola de samba Unidos de Vila Isabel, que na época aconteciam na avenida 28 de setembro, pelo fato de a escola de samba não possuir quadra. Moramos nesse bairro por três anos. Nesse período nasceu minha 11ª neta, Jéssica Oliveira de Brito, posteriormente mudamos para a Tijuca, para a rua

Desembargador Isidro, 4 - Praça Sans Pena, em frente ao metrô.

A nossa estada no Rio de Janeiro durou vinte e três anos, esse período foi marcado pelo excelente convívio que tive com meus pais, principalmente com minha mãe e minha tia Luzia, irmã de minha mãe, pois apesar de trabalhar bastante e de morar muito distante deles, quase que diariamente eu os visitava, dando todo o suporte que precisavam para viver bem.

Decidimos voltar a morar em Natal, quando meus pais, minha tia e meu filho faleceram. Minha mãe, com oitenta e cinco anos de idade, e no mesmo ano tia Luzia, em julho, meu pai, com noventa e dois anos, em novembro, e meu filho, Gersiton, em dezembro.

Atualmente moramos no bairro de Ponta Negra, estamos aposentados, eu e minha esposa, e por iniciativa do meu filho Gustavo André iniciei minha participação no grupo da Terceira Idade do IFRN, onde participo em diversas atividades, como hidroginástica, informática, canto, natação, basquete, karatê, entre outras.

Particpei em novembro de 2008 das V Olimpíadas da Terceira Idade do Rio Grande do Norte, competindo pelo IFRN com muitos idosos de várias instituições que trabalham com projetos da Terceira Idade e ganhei seis medalhas de ouro nas modalidades: Caminhada 400m, Caminhada 800m, Basquete, Futsal, Aliado e Arremesso de Pelota.

Hoje, agradeço a Deus e depois aos professores e aos colegas por essa oportunidade de vida.



# **BREVE HISTÓRIA DE UMA VIDA**

**OZIEL ALVES DE SOUZA**



## BREVE HISTÓRIA DE UMA VIDA

Oziel Alves de Souza

Eu pertencço à família Alves de Souza Ribeiro e Patrício. Eu nasci em Natal em 1943 e sou o mais novo. Na semana passada eu estava conversando com minha filha e ela perguntou por que todo mundo da sua família tem uma foto quando era pequeno e o senhor não tem. Eu disse que naquela época (1943), em plena guerra, foto era só para documentação e, além disso, eu era muito feio e quando chegava alguém lá em casa minha irmã dizia ele está dormindo, pois passou a noite acordado (risos).

Minha infância foi maravilhosa e eu fui muito feliz. Meu pai era militar e quando morreu eu era menor de idade, e só tinha eu e minha irmã em casa. Eu me arrepio só de lembrar de minha infância, pois eu fui feliz e sabia, as pessoas dizem “eu era feliz e não sabia”. Hoje eu vivo muito da minha infância e vivo feliz. Eu tinha consciência da minha felicidade. Eu lembro de jogar bola, namorar, aos onze anos já ia a casa da namorada, e gostava de tomar banho no rio Potengi, mas quando chegava em casa a minha mãe fazia o teste: se sentir-se o sal eu apanhava, então eu enganava minha mãe, quando voltava do rio Potengi passava em um buraco com água doce, onde as mulheres lavavam roupa e eu tirava o sal. Minha mãe batia tanto que um dia levei umas palmadas sem saber o motivo. Meu pai me chamava de ovelha negra da família em todos os aspectos, eu era danado, batia e apanhava. Eu fui muito moleque, eu levava uma surra todos os dias. Eu brigava muito e não gostava de estudar naquela época.

Eu fui muito cedo para Marinha por falta de opção, foi uma necessidade. Naquela época só tinha três opções: para quem estudava ia para Marinha, quem jogava futebol ia para estrada de ferro, e os menos alfabetizados para os curtumes. Quando entrei na Marinha eu não gostava de estudar, minha primeira nota de matemática foi 3,7. Eu não gostava de lá, mas precisava ter um bom desempenho. Mudei muito, pois mesmo não gostando de ser militar, não

queria voltar como vencido. Eu era o mais antigo, tomava conta de um pelotão e sentia um peso enorme nisso. Resolvi conversar com o monitor sobre a cobrança dos professores em relação a responsabilidade em tomar conta da tropa na mesma idade dos colegas. E resolveram fazer um revezamento, cada dia passou a ter um monitor. E nas provas seguintes eu tirei 10,0. Comecei a tomar gosto pelos estudos, não sou inteligente, mas sou estudioso. Comecei a gostar de estudar. Quando terminei a Marinha, minha turma foi a primeira que veio fazer a prática em Natal, todas as outras foram no Rio de Janeiro. E como eu era muito família, vim para Natal, passei quatro anos, mas voltei para o Rio. Mas eu ia e vinha com frequência para Natal, pois tinha um compadre que conseguia fazer a movimentação. O sonho era Natal, eu sempre amei Natal e tenho orgulho de ser natalense. Quando eu entrei na Marinha era para ser oficial e não marinheiro. Comecei a estudar, todo curso eu passava, mas era reprovado no psicoteste. Eu ficava mal, escondido, fiquei frustrado. Deixei pra lá e fui fazer vestibular, passei, me formei e comecei a trabalhar.

Tempos depois fiz a inscrição para Sargento da Marinha e fui para a escola de Sargentos, passei na primeira turma. Na época já era formado e isso ajudou a passar na Escola de Sargento. Depois eu descobri que o psicoteste não foi corrigido. Quando eu fui a Sargento eu precisava de três anos de interstício. Fiquei com raiva e saí antes do tempo, mas não me arrependo. Tenho outra profissão que abracei é a minha paixão. Sou licenciado em Língua Portuguesa, mas atualmente estou impossibilitado de exercer por fadiga mental. Eu sou professor e já ensinei no estado de tudo um pouco, artes, religião e literatura. Sou uma pessoa muito feliz, não tenho preocupação com nada, moro só, não ganho muito dinheiro, mas gasto pouco, devo como todo mundo, mas administro. Eu me considero uma pessoa rica, principalmente espiritualmente. Não desejo mal a ninguém e posso fazer sem perceber isto. Eu brinco muito, mas sei brincar, com humor, eu brinco com o grupo em geral e não com uma única pessoa. Apesar dos problemas eu gosto de levar a vida na esportiva. Um dia desses eu tinha dezesseis anos e estava na Marinha e hoje

eu tenho 65 e ainda penso que sou um adolescente. Será que eu não sou professora?

Estou no Programa Saúde e Cidadania desde do ano 2000, vou usar palavras que não são minhas, mas refletem minha relação com o IFRN: “Eu sou uma brasa e estou aqui no meio e o IFRN é o fogo, mas se eu me afastar, eu esfrio.” Isso aqui é essencial na minha vida. Eu só tenho a agradecer muito a atenção de vocês, e tenham a certeza de que são muito importantes na minha vida. Não é demagogia.





**PROCURO "LÂMPADA PARA  
OS MEUS PÉS, E LUZ PARA O MEU  
CAMINHO" (SL 119: 105)**

**ANA BEZERRA COSTA**



## **PROCURO “LÂMPADA PARA OS MEUS PÉS, E LUZ PARA O MEU CAMINHO”(SL 119: 105)**

Ana Bezerra Costa

Sou Ana Bezerra Costa, aluna do Programa Saúde e Cidadania na Melhor Idade do IFRN desde da sua fundação, ou seja, há oito anos. Aninha é a forma carinhosa como os meus colegas e professores me chamam. Tenho setenta e quatro anos, sou viúva há cinco anos, tenho três filhos e dois netos. Sou Graduada em dois cursos: Bacharelado em Ciências Contábeis e Bacharelado em Ciências Econômicas.

Nasci em 16 de agosto de 1934, no município de Currais Novos (RN). Morava em uma fazenda com uma família grande e muitos filhos, onze ao todo. Sou a oitava filha. Meus pais eram fazendeiros, mas para melhorar a educação dos filhos, logo cedo se mudaram para a cidade, onde tiveram uma padaria chamada “Seridó”. Este comércio era praticamente gerido pela família, então pela falta de gestão e experiência no ramo eles fecharam a padaria e começaram a confeccionar quitutes (doces e salgados) em sua própria residência.

Este período era de grande dificuldade, os filhos que estudavam optaram em trabalhar fora para ajudar, e eu fui a única filha que continuou estudando, tendo a ajuda do meu irmão Moisés que pagava minha mensalidade escolar.

Eu era uma mulher muito determinada, logo comecei a me destacar e ganhei uma bolsa escolar das Irmãs do Colégio Jesus Menino. Terminei o Segundo Grau e prestei concurso para a ANCAR, atual EMATER. Passei e, mesmo a contra gosto, pois neste momento estudava no colégio Sete de Setembro, morando com minha irmã Neuza em Natal, fui para São Tomé onde fiquei por quatro anos hospedada na casa de minha prima, a qual considero como minha segunda família. Em seguida fui transferida para Natal, onde poderia continuar os estudos e assim conseguir formar-me em Contabilidade.

Em Natal, enquanto cursava a universidade, morei a princípio na casa de minha irmã mais velha, Neusa Bezerra. Porém, precisava levar minha vida e mudei-me para a Casa do Estudante, tendo assim como minha residência até casar-me com Francisco Leite em meados de 1964. Casamos na Igreja do Rosário, numa cerimônia bastante simples. Com nossas economias compramos uma casa na praia de Areia Preta. A casa era bem simples, mas o terreno era grande. Em 1965 nasceu minha filha Adriana.

Era uma criança bem querida, e não demorou muito para ganhar uma irmãzinha: Ana Maria, Adriana ainda era bem pequenina, um ano, chamava ela de nenê. Tudo parecia bem, quando em uma tarde de domingo, resolvi passear de jipe e na volta sofri um acidente que deixou-me em estado de coma. Foi um choque horrível, quase morri. Nesta época Ana Maria ainda mamava, tinha apenas quarenta dias e meu esposo ficou desesperado. Assim, neste cenário, precisei que minha irmã Conceição viesse do interior para ajudar-me com as crianças. Tiveram que ficar sem mim por algum tempo até que me recuperasse. Hoje tenho uma paralisia facial e fiquei com trauma de dirigir. Neste período minhas filhas ficaram com minha irmã e uma senhora chamada Bastinha que ajudou a cuidar da casa.

Eu trabalhava o dia todo e estudava à noite, juntamente com meu esposo, para concluirmos o curso de nível superior. Mesmo assim, minhas filhas se divertiam muito indo ao Clube Jiqui e ao Zoológico. Passávamos o verão na praia de Redinha, na casa da minha irmã Neuza. Era bem divertido, pois encontrava a família toda.

Em 1971 nasceu o meu terceiro filho: Adriano. Bebezinho que veio para alegrar a nossa família ainda mais. Nesta época ainda morávamos na casa em Areia Preta e o Geraldo, meu irmão, o mais novo, morava conosco. Era uma linda casa que aos poucos fomos reformando e deixando a nossa cara, onde hoje temos ótimas recordações. Lembro-me bem que nos finais de semana era sempre uma festa. Meus amigos de trabalho Josemá, João, Hélio... vinham sempre em nossa casa.

Em 1977, minha mãe ficou muito doente e precisava de cuidados especiais. Então construí um apartamento no terreno de nossa casa onde ficamos ainda por mais dois anos. Em 1979 ela faleceu.

Tudo parecia bem tranquilo quando em meados de 1981 nos mudamos para um apartamento. Este que moramos até hoje. Foi um choque, eu e minha filha Ana Maria queríamos nos mudar, porém, Adriana e o meu esposo não. Eles adoravam morar na praia. Adriana e Ana Maria estudavam na Escola Doméstica e Adriano no Maria Auxiliadora. Nesta época a ANCAR, onde eu trabalhava, era na Hermes da Fonseca pertinho do colégio das crianças e o meu esposo deixava-os e depois seguia para o seu trabalho, na Secretaria de Agricultura.

Em 1986 veio o que chamo de aprovação Divina: Ana Maria tem sua primeira crise de esquizofrenia, foi um choque para toda a nossa família. Não conhecíamos esta doença e nem sabíamos lidar com ela. Tivemos que voltar para a casa de Areia Preta enquanto o nosso apartamento era reformado para podermos voltar sem representar perigo para Ana Maria. Morávamos no 9º andar.

Período difícil este. Várias adaptações. Sofríamos muito. Não aceitávamos que esta doença fosse definitiva. Fizemos terapia em grupo... eu era a que mais acreditava que as coisas iriam mudar.

Compramos uma casa de praia, onde passávamos quase todos os finais de semana, depois da doença de Ana Maria. Lá era divertido, porque estávamos sempre todos juntos. Ana sentia-se bem melhor quando estávamos lá, pois era um condomínio fechado com bastante opções de lazer. As coisas pareciam estar mais tranquilas quando descobrimos que meu esposo tinha câncer e seu estado era terminal. Mais dores... sofrimentos... tudo isso, eu segurando toda a família, mulher guerreira.. Adriana engravidou em 1998, mas meu esposo não aceitava. De novo eu segurando a peteca. Em 1999 nasceu meu primeiro netinho, João Rafael. Ela ficou morando aqui conosco. Dei meu quarto pra ela, o melhor quarto da casa, Rafael veio para amenizar as dores, todos envolvidos em

seus cuidados, eu era a melhor avó do mundo, não deixava faltar nada para ele. Adoro brincar com ele, e sempre que minha filha está ausente, trabalhando, viajando, assumo o papel de mãe. Fazemos muita companhia um ao outro, ele até aprendeu a jogar baralho comigo...

Em 2003 meu esposo faleceu, e em 2004, morreu minha irmã e companheira, Conceição, de enfisema pulmonar. Agora ficamos somente nós quatro morando juntos: eu, meu neto Rafael e minhas filhas. Neste período o meu filho tinha casado com Samara.

Em 2005 nasceu o Henry, meu segundo netinho. A família cresceu um pouquinho, agora somos sete e estamos sempre juntos. Estou sempre de alto astral, mesmo nos momentos mais difíceis, ainda convivemos com a doença da minha filha, que não é fácil.

Atualmente faço parte do Programa da Melhor Idade no IFRN, onde encontrei a minha terceira família. Participo de várias atividades e adoro viajar, conhecer pessoas e fazer amizades. Gosto de ajudar os outros e não tenho vaidade alguma. Sou simples e de coração enorme. Ao ingressar no Programa Saúde e Cidadania na Melhor Idade senti sensivelmente que a minha qualidade de vida melhorou em virtude das atividades que passei a exercer, tais como: natação, dança, informática, psicologia, viagens e outras... Enfim, passei a ter uma convivência bastante saudável com pessoas de minha faixa etária.

Quero agradecer ao divino Espírito Santo que me concedeu luz, paz, saúde, energia, inteligência para levar adiante minha missão. À minha família que acompanha esta minha caminhada, apoiando-me e amando-me. As instituições detentoras de minha formação: Colégio Jesus Menino e Irmãs do Amor Divino; ANCAR pelos quarenta e quatro anos de serviços prestados; ao NAPS pelo apoio dado em um momento difícil da minha vida e ao Programa da terceira idade do IFRN pelos oito anos.



# UM DESAFIO DE VIDA

GEISY MORGANA BARBOSA DA SILVA



## UM DESAFIO DE VIDA

Geisy Morgana Barbosa da Silva

Quem sou eu? Uma jovem de 38 anos chamada Geisy Morgana Barbosa da Silva. Sou filha de Paulo Barbosa da Silva e Teresinha Barbosa da Silva, nascida em 16 de fevereiro de 1970, na cidade de Recife, estado de Pernambuco. Tenho 3 irmãos: Stênio Bruno, Aron Charles e Fred Jamerson, sou a única filha mulher do casal. Minha profissão é cabeleleira e manicure. Sou solteira e não tenho filhos.

Na minha vida já morei em Recife, Brasília, Natal e Rio de Janeiro. Na infância fui feliz e brinquei muito como qualquer criança. Fiz tudo que as crianças gostam de fazer. Na adolescência curti bastante.

Meu pai era funcionário do Lloyde Brasileiro da Marinha Marcante, com cargo de marinheiro, ele viajava muito e passava vários meses fora de casa. Mas quando chegava era muita alegria. Em junho de 1990 meu pai faleceu quase de repente, vítima de um AVC que dentro de 5 dias veio a falecer, foi uma perda muito grande para nossa família, pois éramos muito felizes. Minha mãe teve que se tornar pai e mãe e lutou muito para terminar de criar os filhos.

No final do ano de 1996 resolvi morar em Brasília a convite de uma amiga. Residi durante sete anos. Nesses anos tive muitas experiências pela mudança de vida que foi muito grande. E no ano de 2000, em férias em Natal, apareceram manchas de sangue nas pernas. Foi quando resolvi procurar um dermatologista, o qual solicitou uma série de exames, e ao voltar para Brasília descobri que estava com uma doença chamada púrpura crônica. Comecei um tratamento muito sofrido, pois os medicamentos eram muito fortes. Em 2003, a médica sugeriu fazer uma cirurgia para retirar o baço, então resolvi voltar para Natal e ficar morando com minha mãe e irmão. Comecei mais uma vez o tratamento, mas no final de 2005 senti dores fortes na perna esquerda e dormência nas

mãos. Fui para o Rio de Janeiro e Recife, mas os médicos não conseguiram descobrir o motivo dessas dores.

Em fevereiro de 2006 o hematologista que me acompanhava me encaminhou para uma internação no hospital Onofre Lopes. Passei trinta e cinco dias internada, mas os médicos não conseguiram descobrir qual problema tinha e me aconselharam fazer atividades como natação, hidroginástica, etc. A minha mãe começou a procurar um lugar que eu conseguisse fazer esses exercícios, foi quando ela descobriu o IFRN, mas foi informada que era para maiores de 50 anos. Então, ela resolveu procurar a coordenação e relatar a minha história e com muito boa vontade de Edna (coordenadora do projeto) comecei a fazer parte desse grupo maravilhoso, pois estava muito deprimida, mas hoje estou bem melhor, tenho lutado muito e com a ajuda de todos vocês a cada dia venço uma batalha.

Em 2008 foi um ano bom, até junho, inclusive fui passar férias no meio do ano em Brasília, mas chegando lá tive uma recaída, dores fortes e quedas em casa. As crises e a dificuldade de andar foram piorando, mas ainda fiz alguns tratamentos como Pilates e RPG. No mês de julho não tive como evitar o uso da bengala, e em 5 de setembro de 2008 ao sair do hospital Onofre Lopes em Natal perdi o equilíbrio e o movimento da cintura para baixo, sendo necessário a partir dali até hoje usar a cadeira de rodas. Em outubro do mesmo ano voltei ao Hospital Sarah Kubistheck em Fortaleza e estou aguardando o resultado dos exames que fiz.

Diante dessa situação eu tenho muito que agradecer a Deus por ele ter me mostrado o IFRN com todas essas pessoas maravilhosas, especialmente Edna, Marize e todos os meus amigos aqui. Agradeço também a minha família e amigos, e a minha mãe em especial que está sendo uma mulher maravilhosa.



# ALEGRIA ACIMA DE TUDO

ZÉLIA BEZERRA DA ROCHA



## ALEGRIA ACIMA DE TUDO

Zélia Bezerra da Rocha

Eu, Zélia Bezerra da Rocha, nasci em 11 de outubro de 1945 na cidade de Brejinho (RN). Filha de Francisco Bezerra da Rocha e Estelita Bezerra da Rocha. A minha família é composta de dois irmãos e uma irmã. Na minha infância brinquei bastante com dois amigos e minha irmã.

Aos quatro anos de idade vim para a cidade de Natal morar com meus avós maternos juntamente com minha família no bairro das Quintas, mais precisamente na Av. Mário Negócio, 1771. Aos seis anos saímos da casa dos meus avós e fomos morar na Av. 3, onde meu pai montou uma quitanda. Lá moramos uns seis meses. Depois mudamos para Av. 9 e moramos pouco tempo.

Aos dez anos fiz a primeira comunhão; aos doze anos estudei no Colégio Frei Miguelino; e fiz o ginásio no Colégio São Luiz. Na Av. 1 meu pai montou um armazém e uma pensão. Aos treze anos fui para guarita (bairro do alecrim), onde morei até os dezenove anos. Na minha adolescência formei vários amigos.

Tempos depois fomos morar na praia do meio, onde conheci uma americana que queria me levar para Los Angeles e meus pais não deixaram. Aos catorze anos comecei a trabalhar na casa São Pedro de utensílios domésticos. Depois no Supermercado São Pedro que ficava na rua Apodi com a rua Princesa Isabel. Trabalhei nas Lojas Brasileiras – LOBRAS, um ano e três meses. Depois de algum tempo fui trabalhar no Armazém Amazonas Importadoras.

Em 1985 fui morar no Conjunto Jiqui e fiz o magistério, no turno da noite, na Escola Berílio Wanderley. Aos quarenta e oito anos de idade me aposentei e recebo até hoje uma pensão do meu pai por ser solteira.

Tive vários problemas de saúde na Terceira Idade. Apesar de não ter realizado todos meus sonhos, hoje estou

bem, graças a Deus e ao programa da terceira idade do IFRN. Atualmente faço parte do Programa Saúde e Cidadania na Melhor Idade do IFRN, onde não pretendo sair, Faço hidroginástica e participo do coral e do grupo de dança. Minha vida hoje é maravilhosa graças a Deus.



# **A NOSSA VIDA É CHEIA DE EMOÇÕES**

**ANILDE SOARES ANTAS DE GOUVEIA**



## A NOSSA VIDA É CHEIA DE EMOÇÕES

Anailde Soares Antas de Gouveia

Nasci no dia 31 de dezembro de 1946 no Sítio Espinheiro, município de Jucurutu (RN). Este sítio ficava a três léguas de Florânia e a três léguas de Jucurutu. Meu registro é de Jucurutu e meu batistério é de Florânia.

Em Florânia morava com minha avó paterna (viúva) e minha avó materna (separada do meu avô). Éramos uma família de dez irmãos. Meus pais Adélia Menezes Soares (falecida em 1960) e Sérgio Vicente Soares (falecido em 1983), casaram-se em 1944. Meu pai era muito dedicado aos filhos, ele dizia que filha dele não dançava com homem algum, pois sabia a maldade dos homens e nos proibia de dançar.

A minha infância foi no sítio e a minha adolescência em Florânia. Na infância brincava de roda, de cozinhar, pulava corda, brincava com bonecas, usávamos alimentos de verdade, pois mamãe nos permitia e assim era muito divertido.

Renasci aos oito anos, pois fui jogada pelo vento que bateu no portão onde estava minha irmã Alanaizia perto de uma cisterna em construção, que já havia tomado água da chuva. Resolvi mostrar a novidade a minha irmã que tinha chegado de Florânia onde estudava. Fui jogada para dentro da cisterna e na hora da queda minha mãe ouviu um estrondo e perguntou o que havia acontecido. Minha irmã assustada saiu correndo, e falou Anailde caiu dentro da cisterna. Mamãe, que tinha terminado de almoçar, e estava tomando café, não exitou nenhum momento, observou minha respiração, esperando bolinhas dentro d'água e pulou ao lado. Neste instante todos estavam sabendo do fato. Chamaram papai que estava na mercearia, e ele me pegou das mãos de mamãe. Após me receber foi tirar mamãe, pois era muito difícil a saída.

Aos doze anos minha mãe faleceu e fomos morar em Florânia na casa da minha família, acompanhada por uma tia materna - Tereza Amaral Menezes, que

chamávamos de Tetê. Em 1964 vim para Natal morar com minha tia e madrinha Francisca Menezes Dantas. Em 1965 fui morar na casa de um tio- Lino Araújo, irmão de papai. No período entre 1966 a 1968 morei na casa da estudante. Neste ano (1968) todos os irmãos moravam em Natal e fomos morar juntos, menos o caçula que continuava com a minha tia Tereza que nunca casou e o criou como filho.

Minha adolescência foi em Florânia, onde estudava e trabalhava. Nas horas de folga nos divertíamos muito com a juventude naquela época. Em 1968 conheci o meu esposo e namoramos durante quatro anos. Casamos em 1972, tivemos quatro filhos, sendo três do sexo masculino e uma do sexo feminino. Hoje estão todos formados. Hoje somos uma família composta por doze pessoas: quatro filhos, um genro, três noras e duas netas.

Fiz o curso técnico de Administração, o pedagógico e Teologia na mesma época. Quando era jovem trabalhei nas casas C. Barros durante um ano e nas lojas SETAS para homens durante quinze anos. Trabalhei até 1980 quando me aposentei.

Em 2002 vim para o Programa da terceira idade do IFRN recomendada pelo meu plano de saúde GEAP. Cheguei e gostei. Pretendo com a graça de Deus ficar muito tempo no IFRN, pois tenho muitas amigas e amigos e tudo o que o programa oferece eu gosto, pois desenvolve muito a mente e a coordenação motora de todas as pessoas que estão na terceira idade. Hoje sou aposentada e agradeço a Deus tudo o que tenho e a família que eu amo de coração, esposo, genro e noras, filhos e filha. Obrigada senhor, pois não sei quem eu sou, mas o senhor sabe tudo de mim. Amém.



# MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA

MARLENE FERREIRA MAIA



## MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA

Marlene Ferreira Maia

Nasci em 13 de novembro de 1941, na cidade de Santa Cruz (RN), filha única de Maria Isabel e Severino Ferreira. Uma família pequena, filha única e era muito mimada. Minha infância foi marcada por brincadeira dentro de casa, pois meu pai não deixava sair e vivenciar as brincadeiras de rua com minhas amigas.

Quando chegou a adolescência a situação se configurava da mesma forma, mas as travessuras para fugir com minha melhor amiga começaram a aflorar e me permitiu fazer um passeio de barco na praia da Redinha e conhecer o Farol de Mãe Luiza. Minha mãe sabia dessas travessuras, meu pai não. Quando a fase do namoro chegou, as regras foram determinadas: só podia namorar de longe e principalmente porque o primeiro namorado foi um rapaz moreno e isso causou um descontentamento do meu pai e meu avô. O namoro foi finalizado! Depois conheci um rapaz que se tornaria meu marido no futuro. Foi amor a primeira vista, namoramos oito anos, casamos e tivemos três filhos. Realizamos o sonho de saber educar nossos filhos, graças a Deus.

Meu corpo foi marcado por treze cirurgias e num determinado momento difícil de minha vida fiz uma promessa de ser doadora de sangue, o que me deixou muito feliz. Porém aos sessenta anos fui impedida de continuar essa promessa em virtude da idade, mas deixei uma filha em meu lugar. Isso me deixou muito feliz porque além de ser doadora de sangue passou a ser doadora de medula óssea.

No dia 22 de abril do ano de 2000 conheci o Programa Saúde e Cidadania na melhor idade do IFRN. Foi exatamente o primeiro dia do início do programa. Ao conhecê-lo a minha vida mudou para melhor, hoje eu posso dizer que tenho uma qualidade de vida boa. Aos sessenta e sete anos passei a ser atleta do basquete. Faço natação, dança e hidroginástica. Além disso, participo do coral e

faço tudo que tenho direito. Esse projeto veio para me dar muito prazer de viver mais feliz. Hoje eu não posso mais viver sem ele. Para 2009 o meu projeto é estudar no PROEJA( Educação para Jovens e Adultos), ou seja, terminar meus estudos do primeiro grau. Aqui estão breves comentários da minha história de vida.



# O CAMINHO É A VIDA

IVANALBA DE OLIVEIRA SILVA



## O CAMINHO É A VIDA

Ivanalba de Oliveira Silva

Eu sou Ivanalba de Oliveira, nascida em Caicó a 263 Km de Natal, capital do RN. Caicó tem uma população de 60.988 habitantes e um clima acima de 30°. Nasci em 26 de junho de 1950. Fui criada com minha avó materna, que me deu muito amor e me fez muitos mimos, ela me ensinou várias lições de vida que me acompanham até hoje. Aprendi com ela a ser autêntica, honesta e corajosa.

Tive uma infância feliz, brincava com as crianças da nossa rua, parecíamos irmãs. Eu brincava de bambole, corda, academia, bonecas e de casinha. Mas gostava muito de estudar, fiz meu primário com 3 anos, na época teria que ter 5 anos. Estudei sempre em colégios particulares, meu ginásio fiz na escola Santa Terezinha, um colégio de freiras, filhas do amor divino, no qual fiz exame de seleção para obter bolsa de estudo. Terminei em 1964, em janeiro de 1965 perdi minha avó. Vim para Natal morar com minha mãe, com a qual passei pouco tempo. A mesma me mandou para o Rio de Janeiro, onde fui morar com minha irmã, Iaponira “Lina”, a qual sou grata pelo apoio dado durante minha permanência em sua residência, bem como minhas tias queridas Neves, Lília e Chiquinha, que hoje são meus anjos do céu que me protegem. Ah!Rio, a maior escola do mundo. Lá fui procurar emprego em jornais e graças a Deus consegui logo, pois teria que me manter e ajudar em casa, quanto ao estudo ficou de lado. Ainda trabalhando no Rio arranjei um namorado descendente de alemão, Josmar, conheci no Rio, mas ele morava em São Paulo. Fui noiva, pensei que ia dar certo, mas ele terminou talvez devido a distância.

De volta a Natal, em 1973, fui morar com uma família de Caicó com quem tinha muita afinidade - Dona Palmira, a qual tenho gratidão pelo apoio dado naquele período. Nessa época estudei no Ferro Cardoso, fazendo o 2º grau, quando estava terminando o curso minha mãe adoeceu e eu imediatamente falei para eles chorando que ia cuidar da minha mãe e fui cumprir minha missão. Perdi

meus pais muito cedo, primeiro meu pai faleceu aos 37 anos afogado, e minha mãe aos 53 de infarto. Tive pouco convivência com eles. Fui tutora dos meus irmãos: Mairlon Magno e Iaponi . Nesta época, minha irmã casula, Fátima Maria, que estava separada com 2 filhos veio morar conosco na casa que eu construí, que era de taipa na época que minha mãe era viva, e hoje de tijolos e tem um primeiro andar que da mesma forma ajudei a construir. A minha irmã ainda mora lá até hoje.

Tive a necessidade de investir em meu espaço, por isso edifiquei um apartamento, financiando pela Caixa, no qual recebi em 1986. Aluguei-o por um ano. Depois resolvi morar com dificuldades, pela qual tive que dividir com pessoas desconhecidas para manter as despesas. O primeiro agregado foi Nísia, que ficou três anos lá. Já a segunda, Maria Fonseca, amiga, irmã que morou quase dez anos e sou muito agradecida pela amizade de dona Raquel Moraes, que muito admiro pela garra, coragem e determinação. Fiquei morando só e consegui quitá-lo. Minha vida, que era só trabalho, modificou-se no ano de 2000. Cheguei a pensar em investir na minha qualidade de vida. Fiz pequenos cursos na Universidade Aberta para a Terceira Idade - UNATI, entre eles o espanhol, eventos, pedrarias em roupas e psicologia. No início de 2003 por informação de uma colega que também era aluna da UNATI eu vim para o IFRN. Fui recebida pela ex-professora e aluna do Programa Saúde e Cidadania da Melhor Idade. Esta iria dar uma palestra de medicamentos na aula de Psicologia. Adorei a aula por gostar da matéria.

Falar do IFRN é falar da minha segunda família. Deus nos deu a primeira, porém nós é quem escolhemos a segunda que é muito importante. O IFRN é meu chão e o ar que respiro todas as manhãs, com meu grupo, minha turma, com quem sempre falo, inclusive fiquei muito feliz em conhecer seu Geraldo, colega do programa saúde e cidadania, o qual para minha surpresa revelou ter sido amigo do meu pai quando em vida, e disse-me: seu pai foi o amigo que eu gostaria de não ter perdido. Sobre os professores, todos muitos capacitados, cada um na sua função. A professora Edna, a coordenadora, com muita

competência em tudo que faz, ainda é uma pessoa simples e humilde. Na natação nos faz parecer peixinhos, na hidroginástica nós relaxamos e até chegamos a sonhar. Gente da gente. A professora de dança- Tânia Padilha, coloca o grupo nas nuvens, da Europa pode chegar ao pico do Everest. Já a professora de informática Betânea, essa nem se fala é igual a TIM, sem fronteiras. Professor Euclides de Francês ensina os alunos a apaixonarem com a língua. O professor Pedro Grilo, pinta o sete e desenha o oito. A professora Edineide, em trabalhos manuais, tem mãos de fada. O professor do coral - Cledsom é quase um Luciano Pavarotti. Andréa, a nossa professora de Psicologia, entende a gente como ninguém, chega até a adivinhar os meus pensamentos (quem falou para ela que eu tinha um sonho de escrever minha história de vida? Meus agradecimentos). Aos demais professores que aqui faltam me perdoem. Para os amigos e amigas quero parabenizá-los pelas histórias tão bonitas que apresentaram, os quais emocionaram a todos nós. Agora vou citar uma mensagem escrita por Lauro Trevisan “ o caminho é a vida. E a vida é uma festa, aconteça o que acontecer. Celebre este momento. E todos os momentos. Porque são milagres que merecem ser festejados.”





***Andréa Carla Ferreira de Oliveira***, Psicóloga e Mestre em Psicologia pela UFRN. Professora Substituta do IFRN nos cursos técnicos, tecnológicos e licenciaturas e docente do Programa Saúde e Cidadania na Melhor idade do IFRN. Professora da Faculdade de Ciências, Cultura e Extensão do RN (FACEX).



***Edna de Oliveira Evaristo***, Graduada em Educação Física pela Escola Superior de Educação Física do Pará; possui especialização em natação pela Universidade Gama Filho, é professora da UFPA; É professora do IFRN, coordenadora do programa Saúde e cidadania da melhor idade do IFRN.

O Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Norte iniciou em 1985 suas atividades editoriais com a publicação da Revista da ETRN, que a partir de 1999 se transformou na Revista Holos, em formato impresso e, posteriormente, eletrônico. Em 2004, foi criada a Diretoria de Pesquisa que fundou, em 2005, a editora do IFRN. A publicação dos primeiros livros da Instituição foi resultado de pesquisas dos professores para auxiliar os estudantes nas diversas disciplinas e cursos.

Para consolidar uma política editorial cuja qualidade é prioridade, a Editora do IFRN, na sua função de difusora do conhecimento já contabiliza várias publicações em diversas áreas temáticas.

**O leitor terá muitos motivos para maravilhar-se com a leitura deste “Vidas Contadas, Vidas Celebradas: relatos de experiência de vidas”. Primeiramente, pelas encantadoras e despretensiosas narrativas pessoais dos quinze autores, verdadeiras crônicas de pessoas de verdade! Segue-se o papel desempenhado pela psicologia e o seu impacto na saúde psicológica das pessoas da terceira idade: relações sociais, auto-estima, motivação para o bem viver, na preparação do envelhecimento de cada um, na formação de uma nova cultura do envelhecimento e sobre a necessidade de se conhecer mais sobre o processo de envelhecimento e da condição do idoso. E, também, embora não menos importante, é o potencial que relatos de “Vidas Contadas, Vidas Celebradas” tem de oportunizar encontros familiares intergeracionais – relações entre as gerações – que levem à melhoria nas condições sociais efetivas entre idosos e familiares.**

**Nilza Maria Molina Mendes**  
**Presidente do Conselho Regional de Psicologia – CRP-17/RN**

**IFRN**  
Editora

  
**IFUNCERN**

  
REDE FEDERAL  
DE EDUCAÇÃO  
PROFISSIONAL  
E TECNOLÓGICA  
1909-2009

ISBN 978-85-89571-48-7

