



ANDRESSA MARCHI CORTESI
ADRIÉLI PINTO

FLÁVIA CRISTINA SIERRA DE SOUZA
DANDARA NOVAKOWSKI SPIGOLON
VERÔNICA FRANCISQUETI MARQUETE
CÉLIA MARIA GOMES LABEGALINI
TEREZA MARIA MAGEROSKA VIEIRA
HELOA COSTA BORIM CHIRISTINELLI
MARIANA PISSIOLI LOURENÇO
MARIA ANTONIA RAMOS COSTA

LIVRO DA VIDA

HISTÓRIAS QUE O TEMPO CRIOU



Editora chefe	2025 by Atena Editora
Prof ^a Dr ^a Antonella Carvalho de Oliveira	Copyright © 2025 Atena
Editora executiva	Editora
Natalia Oliveira Scheffer	Copyright do texto ©
Assistente editorial	2025, o autor
Flávia Barão	Copyright da edição ©
Bibliotecária	2025, Atena Editora
Janaina Ramos	Os direitos desta edição
Edição de arte	foram cedidos à Atena
Yago Raphael Massuqueto Rocha	Editora pelo autor.
	<i>Open access publication by</i>
	Atena Editora



Todo o conteúdo deste livro está licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional (CC BY 4.0).

O conteúdo desta obra, em sua forma, correção e confiabilidade, é de responsabilidade exclusiva dos autores. As opiniões e ideias aqui expressas não refletem, necessariamente, a posição da Atena Editora, que atua apenas como mediadora no processo de publicação. Dessa forma, a responsabilidade pelas informações apresentadas e pelas interpretações decorrentes de sua leitura cabe integralmente aos autores.

A Atena Editora atua com transparência, ética e responsabilidade em todas as etapas do processo editorial. Nossa objetivo é garantir a qualidade da produção e o respeito à autoria, assegurando que cada obra seja entregue ao público com cuidado e profissionalismo.

Para cumprir esse papel, adotamos práticas editoriais que visam assegurar a integridade das obras, prevenindo irregularidades e conduzindo o processo de forma justa e transparente. Nossa compromisso vai além da publicação, buscamos apoiar a difusão do conhecimento, da literatura e da cultura em suas diversas expressões, sempre preservando a autonomia intelectual dos autores e promovendo o acesso a diferentes formas de pensamento e criação.

Livro da vida - Histórias que o tempo criou

Revisão: As autoras

Indexação: Amanda Kelly da Costa Veiga

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

L788 Livro da vida - Histórias que o tempo criou / Andressa Marchi Cortesi, Adriéli Pinto, Flávia Cristina Sierra de Souza, et al. - Ponta Grossa - PR: Atena, 2025.

Outras autoras
Dandara Novakowski Spigolon
Verônica Francisqueti Marquete
Célia Maria Gomes Labegalini
Tereza Maria Mageroska Vieira
Heloa Costa Borim Chiristinelli
Mariana Pissioli Lourenço
Maria Antonia Ramos Costa

Formato: PDF

Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Modo de acesso: World Wide Web

Inclui bibliografia

ISBN 978-65-258-3685-0

DOI: <https://doi.org/10.22533/at.ed.850251512>

1. Memória autobiográfica. I. Cortesi, Andressa Marchi.
II. Pinto, Adriéli. III. Souza, Flávia Cristina Sierra de. IV.
Título.

CDD 808.06692

Elaborado por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

Atena Editora
Ponta Grossa – Paraná – Brasil
+55 (42) 3323-5493
+55 (42) 99955-2866
www.atenaeditora.com.br
contato@atenaeditora.com.br

Conselho Editorial

Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano
Prof^a Dr^a Amanda Vasconcelos Guimarães – Universidade Federal de Lavras
Prof. Dr. Antonio Pasqualetto – Pontifícia Universidade Católica de Goiás
Prof^a Dr^a Ariadna Faria Vieira – Universidade Estadual do Piauí
Prof. Dr. Arinaldo Pereira da Silva – Universidade Federal do Sul e Sudeste do Pará

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás
Prof. Dr. Cirênio de Almeida Barbosa – Universidade Federal de Ouro Preto
Prof. Dr. Cláudio José de Souza – Universidade Federal Fluminense
Prof^a Dr^a Daniela Reis Joaquim de Freitas – Universidade Federal do Piauí
Prof^a Dr^a. Dayane de Melo Barros – Universidade Federal de Pernambuco
Prof. Dr. Elio Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof^a Dr^a Érica de Melo Azevedo – Instituto Federal do Rio de Janeiro
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará
Prof. Dr. Fabrício Moraes de Almeida – Universidade Federal de Rondônia
Prof^a Dr^a Glécilla Colombelli de Souza Nunes – Universidade Estadual de Maringá
Prof. Dr. Humberto Costa – Universidade Federal do Paraná
Prof. Dr. Joachin de Melo Azevedo Sobrinho Neto – Universidade de Pernambuco
Prof. Dr. João Paulo Roberti Junior – Universidade Federal de Santa Catarina
Prof^a Dr^a Juliana Abonizio – Universidade Federal de Mato Grosso
Prof. Dr. Julio Cândido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof^a Dr^a Keyla Christina Almeida Portela – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Paraná
Prof^a Dr^a Miranilde Oliveira Neves – Instituto de Educação, Ciência e Tecnologia do Pará
Prof. Dr. Sérgio Nunes de Jesus – Instituto Federal de Educação Ciência e Tecnologia Prof^a Dr^a Talita de Santos Matos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro

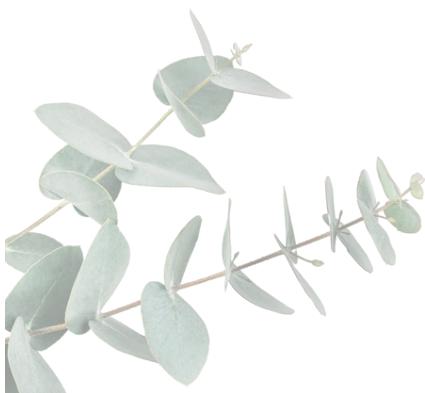
Prof. Dr. Tiago da Silva Teófilo – Universidade Federal Rural do Semi-Árido
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

DEDICATÓRIA

*A todas as mulheres que ousam contar suas histórias,
às vidas que transformam cada página em uma lição de
coragem e sabedoria,
e especialmente às cinco mulheres que generosamente
compartilharam suas memórias nesta obra.
Que suas experiências inspirem outras gerações a valorizar o
passado,
a ouvir as vozes da maturidade e a celebrar a beleza de cada
fase da vida.*

Com gratidão e admiração,

As autoras.



A G R A D E C I M E N T O S

Agradecemos profundamente às cinco mulheres, cujas histórias e sabedoria tornaram este livro uma obra rica e inspiradora. Suas experiências compartilharam lições valiosas que enriqueceram este projeto e tocarão todos que lerem.

Agradecemos a Fundação Araucária de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Estado do Paraná pelo apoio ao projeto, à Universidade Estadual do Paraná (UNESPAR), ao Centro da Juventude de Paranavaí e ao projeto Universidade Aberta à Pessoa Idosa (UNAPI) pela oportunidade de dar voz aos idosos e promover a inclusão social.

Agradecemos também a todos os colaboradores que, com dedicação, contribuíram para a realização desta obra.

Com gratidão,

As autoras.



S U M Á R I O

Capítulo 1: BERNADETE: *entre canções e transformações*
(pg.1)

Capítulo 2: CAMILA: *das feridas à força* (pg.7)

Capítulo 3: BEATRIZ: *a magia da felicidade nas fases da vida* (pg.20)

Capítulo 4: ELISA: *lembranças de um passado que aquecem o presente* (pg.25)

Capítulo 5: CHARLOTTE: *entre sorrisos e obstáculos*
(pg.36)





PRÓLOGO



Este livro é resultado de um projeto de iniciação tecnológica do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação em Desenvolvimento Tecnológico e Inovação, intitulado *“Livro da Vida: Reviver Memórias e Ressignificar as Experiências de Vida de um Grupo de Idosos”*, desenvolvido pela UNESPAR, campus Paranavaí.

A obra reúne as histórias de vida de mulheres participantes, por meio de relatos e ilustrações. Organizado em capítulos que abordam as fases da vida — Infância, Adolescência, Aduldez Jovem, Aduldez e Fase Atual —, o livro apresenta memórias autênticas e inspiradoras, destacando a riqueza e a singularidade de cada etapa da existência.

Para garantir a privacidade das participantes, os nomes utilizados são fictícios. No entanto, suas histórias e vivências são genuínas, repletas de sabedoria e carregadas de significado. Todas as ilustrações presentes no livro foram realizadas pelas próprias mulheres.





1. BERNADETE:

entre canções e transformações

1.1 Infância

Nasci em Marumbi, Paraná, mas a recordação que eu tinha já não era de lá, e sim de uma fazenda na região de Paranavaí, em uma casa de madeira com um porão. Depois, mudamos para um sítio no município de Nova Londrina. Não havia casa, então meus pais construíram uma casa de varas e barro, como as casas de índios. Essa construção era um conhecimento transmitido pela minha mãe, que era filha de indígenas.

Meus irmãos e eu estudávamos em uma cidadezinha a quatro quilômetros de distância. Passávamos o frio do inverno e, depois, o calor do sol nas estradas, no meio dos cafezais, durante a época da colheita. Ajudávamos na roça, onde se plantava café e algodão. O que mais me marcou foi quando meu pai adoeceu, e fomos morar em Nova Londrina. Eu estava prestes a completar 12 anos, e então comecei a trabalhar como babá de duas crianças.



1.2 Adolescência

Com 12 anos, me vi separada da família, pois meu pai havia sofrido um derrame cerebral e ficou paralítico. Era difícil não ter a mamãe e os irmãos por perto. Quando fazia algo errado, a cobrança era bem maior, já que aquelas pessoas eram estranhas para mim. A vantagem era que eu viajava muito com os patrões.

Aos 14 anos, voltei para a escola, mas era difícil conciliar o trabalho como empregada doméstica e os estudos, já que trabalhava todos os dias, de domingo a domingo, e o turno ia do café da manhã ao jantar.

Aos 18 anos, fiquei noiva, mas o noivo foi embora. Então, achei que era hora de mudar, voltei para o colégio. Foi quando minha mãezinha faleceu.



1.3 Adulterez jovem

Entre dezoito e quarenta anos, muita coisa mudou. Fui morar no Mato Grosso, novamente longe da família. Depois de vários namorados, voltei para o Paraná e me casei com um colega do ginásio.

Perdi a primeira gravidez, que era de uma menina. Depois, tive mais quatro gestações, mas só tive três filhos, pois outro aborto me fez perder o terceiro. Quando meu filho mais novo tinha quatro anos, me separei e então fui mãe e pai para os três meninos.

Fazia salgados para festas e bares, e ainda vendia à noite numa faculdade. Meus filhos sempre me ajudaram, e assim seguimos nossa vida.



1.4 Adulterz

De repente, me vi como uma mulher com dois filhos adolescentes e um de quatro anos, sem marido, tendo que ser pai e mãe ao mesmo tempo. Me desdobrava entre cuidar da casa, dos meninos e fazer salgados para bares e festas, já que a pensão mal dava para pagar o aluguel.

Meu filho mais velho, com 16 anos, era quem me ajudava; ele era aprendiz no Banco do Brasil. À noite, ele estudava, e o do meio cuidava do pequeno para que eu pudesse vender salgados no colégio. Quando abriram uma faculdade perto de casa, passei a vender lá. Assim, a vida seguiu até que o mais velho terminou a faculdade, o do meio passou para a Polícia Militar, casaram e vieram morar em Paranavaí. Alguns anos depois, o mais novo foi embora para o estado de São Paulo, envolvido em um relacionamento que não durou nem seis meses.

Passei por uma cirurgia na coluna, outra no quadril, e enfrentei outra desilusão amorosa. Nasceram meus netos, e meu pequeno voltou para casa.



1.5 Fase atual

Neste momento da minha vida, tenho vivido muitas satisfações. Encontro-me em um meio que me alegra, neste grupo de idosos onde participo de passeios, festas, competições e encontros. A descontração que via em outras pessoas, hoje vejo em mim.

Descobri até um talento para a música, com coragem para cantar na igreja e no karaokê do centro da juventude. Hoje, tenho a coragem de expor minhas ideias e opiniões. Minha autoestima melhorou muito e espero que continue a melhorar. Apesar dos problemas de saúde, não me deixo abater. Encontrei pessoas maravilhosas no centro da juventude, além de ótimos amigos.





2. CAMILA: *das feridas à força*

2.1 *Infância*

O ano era 1949, mais precisamente no dia 21 de setembro, uma quarta-feira, em um pequeno sítio em Presidente Venceslau, estado de São Paulo. Foi lá que nasci, filha de Domingos Pereira e Tereza de Almeida Pereira. Minha mãe escolheu esse nome inspirado em uma santa, embora eu não goste muito dele.

Sou a segunda de seis irmãos, sendo duas meninas e quatro meninos. Minha infância não foi das piores, pois sempre fomos cercados de muito amor. O ambiente em casa era tranquilo, com minha mãe, uma mulher severa, garantindo ordem e controle, como era comum nas famílias da vila naquela época.

2.2 Adolescência

Recordo minha adolescência com a mesma alegria da infância. Foi uma época muito boa. Eu não era arteira, mas gostava de participar de todas as brincadeiras para as quais era convidada.

Frequentava a igreja, sou católica, e continuo até hoje. Trabalhei na roça, buscava água na fonte, tirava água do poço e ajudava minha mãe a lavar roupas no rio. Nessa idade, já começava a querer sair de casa. Lembro que pedíamos permissão ao meu pai, e ele sempre dizia: "Peça à sua mãe. Se ela deixar, pode ir." Mas aí é que estava o problema, porque ela sempre dizia não. Mesmo chorando, nunca respondíamos e nem íamos escondido, como muitas meninas faziam.

Como muitas meninas pobres daquela época, aos 14 anos comecei a trabalhar em uma casa de família muito boa, que eram padrinhos de um dos meus irmãos. Foi nessa casa que, graças a Deus, ganhei o nome de Camila, que adoro. Para ir ao cinema, eu precisava seguir regras: tinha que ir à missa primeiro, e assim foi. Só me arrependo de não ter estudado, mas fazer o quê?

2.3 Aduldez jovem

Como mencionei anteriormente, comecei a trabalhar como empregada doméstica. Mas, graças a Deus, meu pai conseguiu adquirir uma pequena propriedade na zona rural, o que mudou nossa vida, pois agora trabalhávamos para nós mesmos.

Foi nesse meio tempo que perdi duas grandes oportunidades da minha vida: a de ser enfermeira e a de ser professora. Naquela propriedade, muitas pessoas aprenderam a ler e escrever comigo. Era pouco o que eu sabia, mas, à noite, à luz do lampião, eu ensinava. Foi um tempo muito bom.

Muitos outros acontecimentos marcaram minha vida, mas vou adiante. Em 1979, me casei, e, como meu noivo era de Paranavaí, voltei para cá. Fomos trabalhar juntos em uma sorveteria. Tivemos bastante dificuldade, mas, graças a Deus, um ano e meio depois, conseguimos montar nossa própria sorveteria.

A única coisa ruim é que eu não conseguia engravidar.

2.3.1 Adulterio jovem

Era terrível: todo mês eu achava que estava grávida, mas descobria que não. Até que um dia, chegou um médico novo em Paranavaí, e lhe disse: "Doutor, ou o senhor me ajuda a engravidar, ou então me desengana." Ele me disse: "Calma, Camila, que seu marido vai te engravidar sim." Depois de um ano e meio de tratamento, tive a graça de ter meu filho nos braços. Ele nasceu com quatro quilos e novecentos e trinta e sete gramas. Esse número sempre me acompanha. Ele nasceu no dia dezenove, ficamos 17 dias no apartamento número 7.

Meu filho foi o primeiro neto da minha família e o primeiro sobrinho. Com toda essa espera, ele foi paparicado e criado com o melhor que podíamos dar, além de muito amor.

Minha vida seguiu em frente. Voltei a fazer tratamento e, depois de um ano e três meses, engravidéi novamente. Mas, apesar de todos os cuidados, não tivemos a mesma sorte nesta segunda gravidez.

Aos 40 anos, começou uma reviravolta em minha vida. Perdi meu filho por aborto aos 4 meses de gestação e, a partir dessa fase, parece que comecei a perder tudo.

Meu marido, por causa de negócios errados, fez com que começássemos a perder nossa sorveteria, que era nosso ganha-pão.

2.4 Adulterz

Então, fui trabalhar fora, primeiro em uma distribuidora de bebidas e depois em um hotel, mas, por ter um filho pequeno e sem acesso a creche, optei por trabalhar como doméstica.

Consegui uma patroa maravilhosa, com quem combinei de fazer meu próprio horário para conseguir cuidar do meu filho melhor. Não foi fácil, mas fiquei nesse trabalho por 35 anos. O tempo passando, e meu filho cresceu sem me dar trabalho; era um bom menino, só não gostava de estudar, mas era uma pessoa excelente, muito querido por todos. Nas reuniões familiares, todos queriam ficar perto dele, pois era o animador da festa – com 1,75m de pura alegria. Ele também era um grande esportista e jogava futebol como goleiro, mas nunca usava a camisa número 1, preferia a 12, pois sempre dizia que não era o número 1 em nada.

E assim transcorria a vida, era difícil, mas a gente era feliz. Até que antes de completar 18 anos, meu filho João Lucas, esse é seu nome, arranjou uma namorada de fora, ela era de Curitiba, e que sem ninguém esperar caiu de paraquedas em minha casa, me enganando que veio passeio, mas era história, ela já veio pra ficar.

2.4.1 *Aduldez*

Sem saber de nada, organizei até uma pequena festa de noivado para que ela se sentisse segura e fosse embora. Mas, para minha surpresa, nada disso aconteceu. Tudo havia sido planejado por ela, que já estava grávida. Foi então que meu sofrimento começou, pois aquilo não era o que eu sonhava para o meu filho, especialmente naquela idade e com aquela pessoa. Desde o primeiro momento, eu não havia gostado dela.

Esses foram dias muito difíceis. Cheguei até a sair de casa, mas, como a vida continuava, precisei mais uma vez contornar a situação. Apesar de tudo, fui firme ao dizer a ela que, se tentasse interromper a gravidez, eu ficaria extremamente brava.

E assim a vida seguiu. Por causa da gravidez, precisei engolir muitas coisas. Embora ele não tivesse um emprego fixo, fiz questão de não deixar faltar nada para ela: exames, remédios e tudo o que uma gestante precisava. Graças a Deus, no dia 20/10/2003, ela deu à luz uma linda menina, perfeita e saudável. O único problema foi que a bebê nasceu com o polegar em gatilho, algo que uma pequena cirurgia corrigiu. E foi a avó quem tomou a frente para resolver isso. Assim, fomos vivendo, enfrentando os desafios um dia de cada vez.

2.4.2 Adulterz

Nesse mesmo ano, meu filho começou a trabalhar, e as coisas foram ficando mais fáceis. Tudo seguia relativamente bem até a menina completar 2 anos e meio. Foi quando a mãe dela decidiu viajar para outra cidade, visitar a família e apresentar a neta para eles. Contudo, essa viagem marcou o início do pior martírio da minha vida. Durante sua estadia, ela se envolveu com outro homem e, ao retornar, foi apenas para buscar seus pertences e os da menina, indo morar com ele.

Essa foi, sem dúvida, uma das piores decisões que ela tomou. O homem, além de não respeitá-la, estava envolvido com atividades ilícitas. Após cinco meses vivendo nessa situação, decidi buscar a menina, preocupada com a vida desregrada que a mãe estava levando. Conversei com meu filho e disse: “Filho, essa é a hora de tirar a menina dela.” Mas ele respondeu: “Mãe, não vou fazer isso, pois ainda gosto muito dela.” Com a menina sob nossos cuidados, aconteceu o que eu temia. Ela voltou para nossa casa, desta vez apenas com a roupa do corpo. Descobrimos que tinha saído fugida e que até o dinheiro da passagem havia sido furtado. No entanto, o amor do meu filho parecia capaz de perdoar tudo, e eles retomaram a convivência.

2.4.3 Adulterz

Apesar disso, como dizem, quem trai uma vez, trai sempre. Eles viveram juntos por mais 10 anos, mas durante todo esse tempo, ela continuou aprontando, trazendo dificuldades e desafios para a família.

Até que, em 2013, chegou-se ao limite. Meu filho, já sem paciência, acabou perdendo o controle e agredindo-a. O resultado foi passar uma noite detido. Imagine o que é para uma mãe criar um único filho com todo amor, para depois viver algo assim. Foi uma fase terrível, mas, de alguma forma, conseguimos juntar os cacos e tentar reconstruir nossas vidas.

Como dizem, quem trai uma vez, trai sempre. Eles viveram juntos por cerca de 10 anos, mas ela continuou aprontando até o ponto de ruptura. Após esse episódio, seguimos em frente, ainda que aos trancos e barrancos. A menina nos visitava sempre que a mãe permitia, o que trazia algum alívio. Mais tarde, meu filho encontrou uma nova companheira. Não era a pessoa perfeita, mas uma mulher de muito bom coração, a quem sou imensamente grata. Até hoje, convivemos bem, e ela se tornou uma parte importante de nossas vidas.

A vida seguiu assim até que, no dia 14 de dezembro de 2015, sofri o pior golpe de todos.

2.4.4 Adulterz

Tive que devolver meu filho a Deus. Aquele menino de sorriso largo, cheio de brincadeiras, que tantas vezes alegrou minha vida, partiu para outra dimensão. Enterrar um filho é uma dor que eu achava impossível suportar. Não consigo entender os desígnios de Deus, mas, diante de tamanha perda, só pude pedir a Ele, e à minha grande mãe Maria Santíssima, que me dessem forças. Recolhendo novamente os cacos e com grande fé, agradeci a Deus pelo filho que Ele me emprestou, agradecendo também pela forma como tudo aconteceu. Foi Deus quem me deu e foi Deus quem levou, rodeado de amigos, assim como foi toda a sua vida. Ele foi vítima de uma pneumonia: trabalhou na quinta-feira, foi internado na sexta, passou para a UTI no sábado e foi para Deus na segunda-feira.

Hoje, agradeço a Deus por tudo, até pela minha nora, pois se não fosse por ela, eu não teria minha neta Maria Fernanda, que está comigo há seis anos, desde que sua mãe foi morar nos Estados Unidos. Mesmo antes de meu filho partir, a menina já estava comigo, pois ela não se dava bem com o padrasto.

2.4.5 Adulterz

E assim sigo minha vida. Se alguém me perguntar hoje: "Camila, você é feliz?" eu direi que sim, que sou feliz. A vida me tirou muito, mas Deus me deu muito mais. Nessa mesma época, Deus também levou minha mãe e meu pai, minha mãe quando eu tinha 14 anos e meu pai quando eu tinha 7 anos.

2.5 Fase Atual

Depois de tantos percalços, minha vida seguiu com grandes sobressaltos. Mesmo depois de me aposentar, continuei trabalhando, atendendo aos pedidos do meu marido e dos meus irmãos. Em 2023, parei de trabalhar, mas não gostei, pois a vida ficou muito vazia, e acabei engordando bastante. Já praticava atividades físicas, mas, mesmo assim, ainda me sobrava muito tempo. Foi então que, por meio de uma amiga, conheci o Centro da Juventude, onde reencontro minhas amigas antigas e vou me divertindo entre casa, marido, neta, viagens e as oficinas que tanto gosto. Hoje, me considero uma pessoa feliz!

Não posso terminar o relato dessa história sem mencionar meu marido João, uma pessoa muito importante em minha vida. Apesar de ser ranzinza e muito sossegado, ele é extremamente prestativo. Não bebe, não fuma, não frequenta botebos e não gosta de sair sem mim. Embora não goste de participar das atividades do Centro da Juventude, ele me apoia e me ajuda em tudo para que eu possa frequentá-lo.

Quando eu era mais jovem, tinha meus compromissos com a nossa igreja, e ele nunca me criticou, sempre me apoiou em tudo.

2.5.1 Fase Atual

E assim vamos levando nossa vidinha. Não é, claro, aquele amor de 45 anos atrás, mas o que perdurou foi o respeito e a compreensão. Agora, estamos na fase de admirar a beleza do pôr do sol, contemplar a lua e as estrelas quando possível, essas coisas simples da vida, que nem o doce vento da saudade consegue levar.



3. BEATRIZ:

*a magia da felicidade nas fases da
vida*



3.1 Infância

Eu nasci em São Paulo, na maternidade localizada na rua Frei Caneca. Eu dançava balé e tinha bolsa de estudos na academia.

Minha infância foi muito boa. Meus pais me educaram com muito carinho, e sempre fui muito querida com eles. Sinto saudades dos momentos que passei com eles.

Agora, sem meus pais, estou casada há cerca de dois anos com meu esposo.

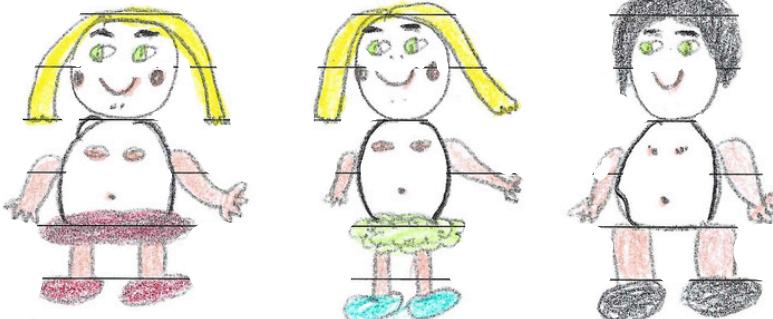


3.2 Adolescência

Minha adolescência foi muito boa. Eu tinha muitas roupas bonitas que minha mãe fazia para mim, e sinto muita falta dessa época.

Eu me vestia igual à minha mãe, saía bastante com meus pais e era muito feliz na minha adolescência. Tive muitos namoradinhos, mas meus pais não gostavam muito deles; achavam que eram problemáticos para mim, então eu sempre obedecia ao que eles diziam.

Agora, estou muito feliz.

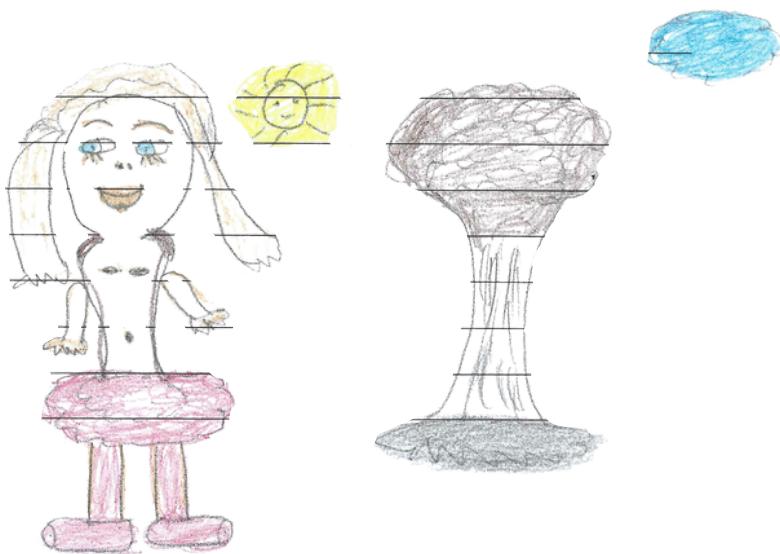


3.3 Aduldez Jovem

Tive uma aduldez maravilhosa. Eu era uma jovem linda, gostava de me vestir bem, mas agora sou mais relaxada. Vou deixar o passado para trás e me esforçar para ser bonita como antes.

Minha juventude foi uma benção para mim, e gostaria que tudo pudesse voltar, mas infelizmente isso não é possível. Vou aproveitar o momento em que estou agora.

Estou muito feliz.

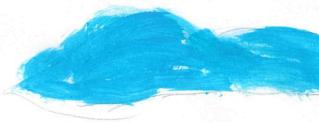


3.4 Fase Atual

Eu me sinto muito feliz por ser uma mulher bonita aos olhos de Deus. Meu marido gosta muito de mim como sou, e isso me deixa muito feliz. Gosto de vestir vestidos longos e coloridos, além de saias longas e coloridas. Sou evangélica e missionária independente na fé.

Gosto muito de fazer as coisas de casa ouvindo música. Meu marido trabalha em um sítio, cuidando de cavalos e vacas, e sempre traz leite para casa.





4. ELISA:

*lembranças de um passado que
aquecem o presente*



4.1 Infância

Meu nome é Elisa, nasci em Graciosa, no ano de 1950, no dia 5 do mês de março. Nasci em casa, com auxílio de uma parteira. Tenho 9 irmãos e sou a segunda mais velha. Quando era bem pequena, logo quando nasci, ficava com a minha avó enquanto meus pais trabalhavam na roça,. Quando completei 3 anos, minha avó faleceu, e então tive que ir com meus pais para a roça.

Era tradição da família ir à igreja todo domingo de charrete, e meu passatempo preferido era andar a cavalo com meus pais. Eles me colocavam em um balanço de um lado do cavalo e minha irmã no outro. Eu também gostava muito de ir para a roça com meu pai no carro de boi. Eu e meus irmãos gostávamos muito de brincar com brinquedos imaginários. Sempre gostei de comer frutas; tínhamos um pomar em casa e eu comia muitas laranja.

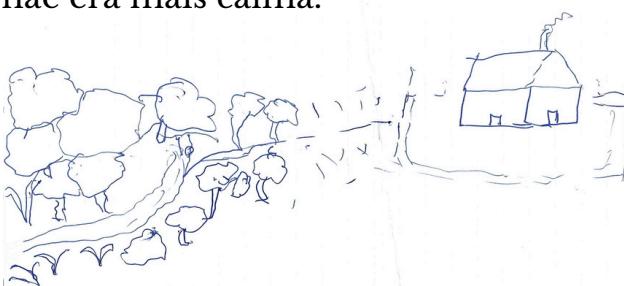
Quando eu tinha 4 anos, gostava de tomar banho em um córrego que passava nos fundos de casa junto com minha irmã. Também gostávamos de colher e comer manga direto do pé.

4.1.1 Infância

Quando completei 8 anos, entrei na escola e andava 3 km para chegar lá. Naquela época, não havia merenda, então tínhamos que levar o lanche de casa. Os professores eram muito rígidos e chegavam a bater nos alunos. Na escola, aprendíamos brincadeiras como balança-caixão, pega-pega, esconde-esconde e pular corda. Reprovei de ano duas vezes, no 1º e no 2º ano.

Quando completei 10 anos, assim que chegava da escola, só almoçava e já ia trabalhar, cuidando das galinhas, dos porcos e indo para a roça. No caminho da escola, encontrávamos nossos vizinhos e primos e íamos todos juntos, mas também encontrávamos animais como cobra, bois e outros animais perigosos. Mesmo assim, sempre soubemos como encarar essas situações. Quando era pequena, tinha muito medo de ficar sozinha em casa.

Meu dia preferido da semana sempre foi o domingo, porque, depois da igreja, brincávamos o dia inteiro. Meu pai era muito rígido me batia muito, mas minha mãe era mais calma.



4.2 Adolescência

Adolescência, o que eu posso dizer? Naquela época, a adolescência não existia como é hoje. Eu posso dizer que comecei a vivê-la aos 14 anos, e além das responsabilidades que já tínhamos, passaram a surgir mais e mais tarefas. Eu ia às matinês aos domingos à tarde com minha irmã, e meu pai sempre dizia: "Antes do sol entrar, esteja em casa."

Encontrávamos as amigas e, naquela época, moças e rapazes ficavam separados. Os rapazes convidavam as moças para dançar, ou às vezes dançávamos moça com moça. Era uma festa com sanfoneiras, às vezes um violão. Os rapazes faziam uma vaquinha para dar um agrado ao sanfoneiro. Nos divertíamos muito, mas antes do sol entrar, já estávamos em casa.

O namoro naquela época ficava restrito aos olhares, pois os rapazes não podiam conversar diretamente com as moças. Era sempre o rapaz quem tomava a iniciativa, e nos bailes nas casas, ele pedia a moça em namoro. Se ela aceitasse, os dois saíam para conversar, mas sempre em público, e o namoro também acontecia dessa forma, sempre acompanhado por um irmão. Até mesmo em casa, se algo acontecesse entre o casal, tinha que ser tratado com seriedade e, muitas vezes, isso resultava em casamento.

4.2.1 Adolescência

Beijos eram impensáveis; às vezes, um beijo roubado era o máximo, e o que podia acontecer era segurar as mãos. Sempre cumpri essas regras à risca. Eu acho que isso dava uma essência ao relacionamento, onde o rapaz pedia a moça em namoro e em casamento.

Havia muitos casamentos precipitados, mas a maioria era baseada no respeito entre os dois. As jovens precisavam casar até os 20 anos, ou então eram vistas como solteironas. Os casamentos eram grandes festas, mas sempre simples. As pessoas cantavam, dançavam, brincavam e todos ajudavam a fazer a comida e a servir as mesas, desde os idosos até os jovens. Era um trabalho prazeroso, e como eu gostava de ajudar, isso era muito gratificante. Primeiramente, eram servidos os homens, depois as mulheres, e todos demonstravam o máximo respeito.

Nas festas da igreja, eu me lembro que o pai ficava na porta da sala e a mãe na porta da cozinha para cuidar da filha. Durante o dia, o pai não via a filha, e à noite, mesmo com a presença dos irmãos, ele era o responsável.

4.2.2 Adolescência

Íamos a pé muitas vezes, percorrendo uns 8 km de distância, mas nunca reclamávamos, éramos felizes. A única regra era chegar antes do sol se pôr. Íamos para a casa das amigas, e às segundas-feiras minha irmã e eu íamos no córrego lavar a roupa, que não era pouca. Não havia sabão em pó, nem Qboa, muito menos amaciante. A roupa era fervida, guardada, e ficava limpinha. Nas sextas-feiras, éramos em 9 pessoas para fazer a roupa. A roupa era passada com ferro em brasa. Nos outros dias, íamos para a roça, e quando chovia, tínhamos que roçar o pasto.

Fiz tudo nessa vida: capinei, plantei milho, feijão, arroz, mandioca, café, batata e couve. Também colhi, cortei lenha e tirei leite de vaca. Não imaginávamos essa modernidade de hoje, era tudo no esforço manual. A pior coisa daquela época era que não existia absorvente nem remédio para cólica. Só sabe quem passou por isso. Sofri, mas, como se diz, sofri no paraíso.

Todo mundo vivia assim, não havia drogas, e as pessoas se respeitavam muito. Tínhamos só rádio a pilha, e podíamos ouvir apenas por algumas horas, pois a pilha acabava rápido.

4.3 Adulterio Jovem

Nessa idade, muitas coisas tinham mudado. Estava terminando o ginásio, e, naquela época, ia às festas e bailes com meu irmão, com a condição de ir e voltar junto com ele. O irmão era responsável por mim. Meu primeiro namorado meu pai me proibiu, e, apesar de gostar muito dele, eu obedeci. Depois tive outros dois namorados, mas não gostava deles e terminei.

Foi então que conheci meu atual marido. Fugia dele por anos, mas ele insistia, e ficamos assim por cinco anos. Casei com ele aos 25 anos. Não fui feliz no início porque ele era muito ciumento e me impedia de fazer muitas coisas. Brigávamos muito, e ele não queria ter filhos, mas acabei tendo duas filhas, bem próximas uma da outra, com um ano e três meses de diferença.

Morávamos na fazenda, depois mudamos para a cidade. Ele foi trabalhar como caminhoneiro, e eu ficava sozinha com as minhas filhas. Eu era mãe e pai ao mesmo tempo. Não havia creche naquela época e eu não podia trabalhar, pois ele não deixava. Minha vida era muito triste.

Enquanto minha mãe estava viva, eu tinha um ponto de apoio, embora ela fosse muito doente e tivesse problemas com meu pai, que era muito ruim com ela.

4.3.1 Adulterez Jovem

Após 12 anos, engravidei novamente da minha terceira filha, que é meu orgulho, aliás, as três são meu orgulho. A minha filha do meio, a segunda, me deu muito trabalho, especialmente com a morte da minha mãe.

4.4 Aduldez

Com 40 anos, engravidei da minha terceira filha. Fiquei feliz, mas minha vida estava complicada. Apesar de toda a dificuldade, tive uma gravidez tranquila, que foi o melhor presente que Deus me deu. No entanto, enfrentei problemas com as outras duas filhas, que estavam na adolescência. Uma delas era mais tranquila, mas a outra foi muito difícil. E meu marido, em vez de ajudar, era mais um problema, o que tornava a vida cada vez mais difícil.

Nós tínhamos uma chácara em Mato Grosso do Sul, e decidi me mudar para lá. Naquela época, eu tinha 47 anos, e minhas filhas mais velhas já estavam trabalhando e haviam terminado o segundo grau. Mudei para a chácara e comecei uma vida nada fácil.

Meu marido era caminhoneiro e nunca gostou da vida rural, então tive que enfrentar sozinha uma chácara abandonada. Deus me deu forças, e enfrentei a situação. Não tinha dinheiro para nada, então fiz um financiamento e arrendei um alqueire. A propriedade tinha 3 alqueires, e consegui o financiamento sem fiador.

4.4.1 Aduldez

Fui atrás de um trator para plantar e cuidei de tudo sozinha. Enfrentei uma seca grande, e só 50% da mandioca que plantei nasceu. Mal consegui pagar o banco, plantei novamente e arrendei mais um pedaço de terra. Eu capinava sozinha.

Matriculei minha filha em uma escola rural e, depois de 2 anos, a transferi para uma escola agrícola, que era de período integral. Era uma escola muito boa e, assim, eu podia trabalhar tranquila. Fiz uma nova colheita, mas o preço caiu e não tive lucro. Então, plantei 2 alqueires de pasto.

Meu marido tinha algumas cabeças de gado, que ele vendeu, e com o dinheiro, comprei 5 novilhas de cria. Plantei um alqueire de mandioca e tive sorte, pois elas davam leite. Meu vizinho me ajudava nos primeiros dias, até que eu me sentisse segura e conseguisse fazer tudo sozinha.

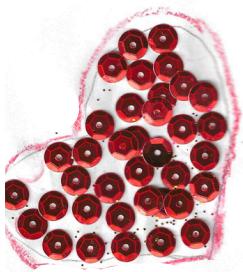
Comecei a vender leite para o laticínio, e minha vida foi melhorando. Não era muito, mas conseguia pagar as contas. Lá, me sentia útil e feliz, e tinha boas amizades, pessoas com as quais não me encontro mais. Fiquei 17 anos morando lá e me sentia feliz.

4.5 Fase Atual

A partir dos 60 anos, minha vida mudou bastante. Foi uma época em que batalhei muito para realizar meu sonho de ser independente, mas me sentia melhor em Mato Grosso do Sul, por conta de meu marido, que adoeceu, e de minhas filhas, que moram em Paranavaí. Ele não gostava da vida no sítio. Sinto saudades dos meus amigos, que sempre estavam ali para me ajudar quando eu precisava. Aqui, não consigo me encontrar. Há 10 anos, deixei de viver lá para vir para cá.

Em geral, posso dizer que minha saúde é boa e meu dia a dia é tranquilo. Faço atividades no Centro da Juventude e no Instituto Maurício Ghelen, e às vezes vou com meu marido. Hoje, tenho minha casa própria, minhas filhas me ajudam muito, e sou muito feliz!





5. CHARLOTTE: *entre sorrisos e obstáculos*



5.1 *Infância*

Na minha infância, até a separação dos meus pais, nossa vida era como a de uma família "normal". Viemos de Minas Gerais para o Rio de Janeiro por causa do trabalho do meu pai. Ele trabalhava e minha mãe cuidava de mim e do meu irmão. Eu sempre fui agitada, enquanto meu irmão era mais tranquilo.

Eu subia na árvore (que ficava na calçada de casa), jogava bola, bolinha de gude, soltava pipa, jogava pião e ficava até tarde brincando na rua (pique-esconde, queimada, andando de bicicleta...). Já meu irmão ficava em casa assistindo TV. Íamos à escola e adorávamos aos domingos visitar a casa da minha avó Conceição, minha madrinha, para almoçar, ver os primos, os tios e brincar bastante.

Aos 8 anos, aproximadamente, meus pais se separaram e meu pai foi morar com outra pessoa (não foi fácil). Tudo mudou, ficamos com minha mãe e começamos a visitá-lo de 15 em 15 dias.

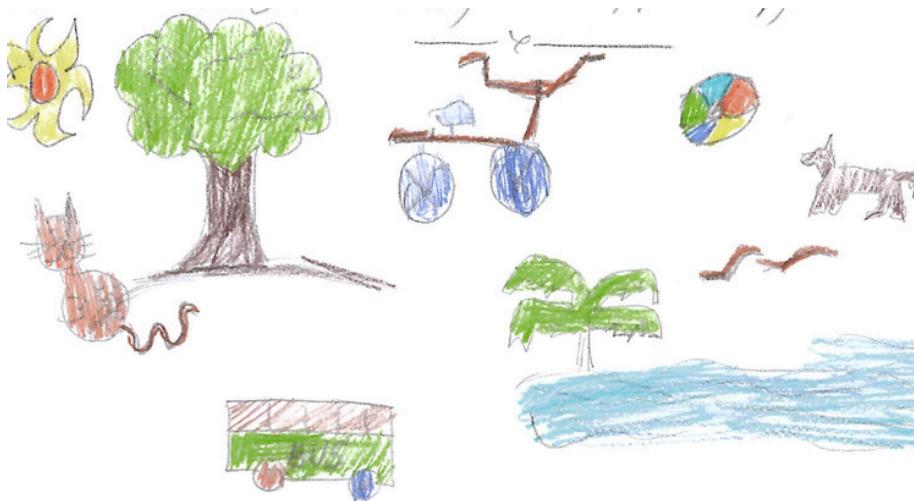
Para minha mãe, foi muito complicado. Ela se entristeceu e começou a sair, farrear e beber, dando uma atenção falha para nós e trazendo pessoas para nossa casa para festas. Isso durou cerca de um ano.

5.1.1 Infância

Em uma visita ao meu pai, contei tudo o que estava acontecendo e ele pediu a nossa guarda. Foi um momento difícil e complicado: minha mãe triste, meu pai feliz e nós, animados e curiosos com a nova etapa de nossa vida.

A partir daí, a situação se inverteu: agora, nós íamos visitar nossa mãe de 15 em 15 dias. Era uma visita e com o tempo, as mágoas desapareceram e o laço familiar entre mãe e filhos foi reconstituído.

Na nossa família, tudo estava ótimo. Morávamos perto da praça e, aos poucos, a família do lado do meu pai foi aumentando. Estudávamos e tínhamos nossas obrigações diárias. O relacionamento familiar era bom, com atividades como circo, praia e passeios.



5.2 Adolescência

Minha adolescência foi dedicada aos estudos e aos cuidados com a casa e com os irmãos que começaram a ingressar na família. Eu e meu irmão mais velho tínhamos responsabilidades em casa, e a relação com a família era boa. Morávamos perto da praia, e isso era o nosso maior prazer. Às vezes, jogávamos baralho com toda a família. A visita à minha mãe era quinzenal, e aproveitávamos para colocar a conversa em dia.

Na família, não tínhamos muitos abraços ou beijos; o carinho era mais visível entre meu pai, sua nova esposa e os caçulas. Quanto às necessidades materiais, todas eram supridas. Somente meu pai trabalhava, e meu irmão mais velho, que era dois anos mais velho do que eu, conseguiu um emprego aos 16 anos.

A rotina consistia em escola, serviços de casa e cuidar dos meus irmãos menores, que já eram dois.

Eu ia a algumas festas dentro do condomínio, mas só se fosse com meu irmão mais velho. Eu nunca queria ir, achava brega e dizia que eram festas "pé-quentes".

5.2.1 Adolescência

Aos 17 anos, meu pai exigiu que eu procurasse um emprego. Sem experiência e sem saber como era andar pelas ruas, foi uma época bem difícil. Conseguí um emprego em um escritório no centro da cidade, e foi aí que começou a minha vida adulta.

A rotina mudou: era trabalho e casa. Meu pai era muito rigoroso e não me liberava com facilidade (mesmo eu trabalhando) para me encontrar com os poucos amigos que eu tinha no condomínio. Naquela época, não havia celular nem internet.



5.3 Adulterio Jovem

Já empregada aos 18 anos, com um pouco mais de liberdade e com pouca malícia e experiência, conheci um garoto de 15 anos, e nos embolamos em uma única noite (em poucas horas, pois o pai era muito antiquado e regrado) e de primeira já engravidou (presente de Deus), lógico que na época pensávamos que o mundo tinha acabado e que era o fim.

Nós nos vimos poucas vezes, mas sem nada sério. Até então, pela falta de informação, eu não tinha a mínima ideia de que estava grávida. Com o passar dos meses, fui ganhando peso, e foi meu pai quem teve a certeza. Num belo dia, ele arrumou minhas coisas (poucas peças de roupa) e disse que eu deveria procurar outro lugar para morar. Isso foi dito na frente de toda a família (meus três irmãos), e também na presença de minha madrasta. Sem entender nada e sem saber o que fazer, recorri à minha mãe, que morava com outra pessoa na mesma cidade. Minha mãe, também desconfiada (acho que já tinha conversado com meu pai), aceitou imediatamente.

No dia seguinte, nem fui trabalhar. Peguei minhas coisas e fui para a casa da minha mãe, que ficava em um quintal com várias casas, e onde ela morava em um cômodo com um banheiro, um local que era conhecido como "cortiço".

5.3.1 Adulterio Jovem

Conversando com minha mãe, ela me explicou que eu estava grávida (na época, eu era muito magra e ainda não dava para perceber), e ela achava que eu deveria estar com uns 6 meses de gravidez.

Não fiz pré-natal, sabia que tinha estado com o pai da minha filha no dia 12/03/78 e, pelas contas, ela nasceria no dia 12/12/78 — e foi exatamente o que aconteceu. No dia em que saí de casa, nunca mais falei com meu pai e nem o vi até o dia de sua morte, aos 41 anos. Fui ao seu sepultamento por 10 minutos e, depois disso, fui morar em São Paulo, enquanto ele ficou no Rio de Janeiro.

A partir do momento em que fui morar com minha mãe e padrasto, minha realidade mudou completamente. Meu padrasto bebia e minha mãe tentava lidar com a perda de seu emprego e a agressividade dele. Eu ia trabalhar, e quando chegava em casa, era só briga e destruição.

Quase nos 9 meses de gestação (com agressões e discussões constantes), conheci uma pessoa que me prometeu um teto para ter minha filha. Eu nem o conhecia, mas aceitei a proposta. O pai da criança tinha 16 anos, e o pai dele me sugeriu fazer um aborto na época, mas eu me distanciei dessa ideia.

5.3.2 Adulterio Jovem

Com esse novo companheiro, fui morar em outro cômodo, que tinha um banheiro, mas éramos quase estranhos um para o outro. Ele gostava da minha juventude. Tive minha filha, e minha mãe ia me visitar de vez em quando, vindo do Rio de Janeiro.

Minha mãe resolveu morar em São Paulo com meu padrasto, e eu decidi ir com ela. Larguei meu esposo, peguei minha filha de 4 meses e fomos morar juntas. Logo em seguida, consegui um emprego e aluguei um quarto para morar com várias outras pessoas, até conseguir um local pago para deixar minha filha. Minha mãe ficava com ela até o horário de saída do trabalho. Por medo de meu padrasto assediar minha filha, arrumei uma escola integral, o que consumia quase todo o meu salário. Voltei a estudar e consegui uma promoção na empresa.

Foi então que conheci uma pessoa, e começamos a morar juntos. Minha filha ficava com minha sogra e minha mãe nos visitava de vez em quando. A vida da minha mãe não mudou muito e, eventualmente, ela voltou para o Rio de Janeiro. Eu fiquei em São Paulo, e minha filha foi crescendo.

5.3.3 Adulterio Jovem

Essa união terminou, e eu passei a morar sozinha. Minha mãe sentia falta da neta e pediu que eu a deixasse com ela (minha filha já tinha mais ou menos 3 anos).

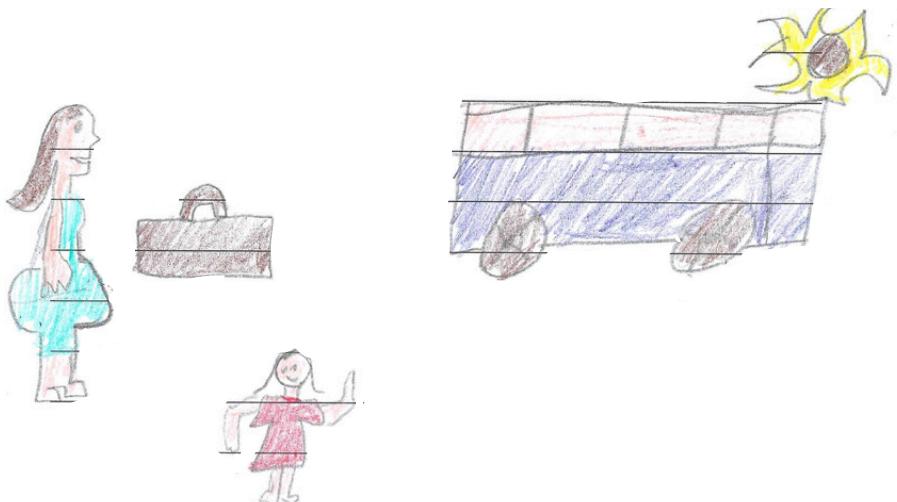
Conheci outra pessoa, mas o relacionamento não durou 4 meses. Saí da empresa onde trabalhei por 5 anos e logo consegui outro emprego, onde conheci alguém que me ajudaria a criar e a formar o caráter da minha filha.

Ela já tinha 8 anos, e adaptar-se à nova vivência de mãe e filha foi difícil para nós duas. Após cerca de um ano morando conosco, o pai dela faleceu com 26 anos, e ela passou a considerar seu padrasto como o verdadeiro pai. Foram tempos de acertos e momentos realmente bons.

Éramos uma família de verdade. Minha filha cresceu, casou e foi o padrasto quem a acompanhou até o altar como seu “pai drasto”. Minha mãe faleceu em nossa casa devido a uma doença, e sua neta, que a amava muito, esteve ao seu lado até o fim.

5.3.4 Aduldez Jovem

Após muito tempo, no casamento do meu irmão, resolvemos convidá-los, e meu irmão, que tinha a mesma idade que ela, foi quando a conheci, e foi um momento muito bom. Acho que a fase dos meus 47 anos foi o momento mais feliz da minha vida, após o nascimento da minha filha.



5.4 Aduldez

Um ano após, meu esposo ficou muito doente e faleceu aos 51 anos. Foi um momento de muita tristeza. Decidimos (eu, minha filha e genro) então, morando em Curitiba, vir para Paranavaí, onde os pais do meu genro moravam. Eu estava completamente perdida e sem rumo, mas decidi fazer essa mudança. Gostei muito do clima agradável e da hospitalidade das pessoas. Comecei a fazer um curso técnico e ia aos bailes, à academia, e continuo fazendo isso até hoje.

Após 1 ano e meio de viuvez, conheci uma pessoa, namoramos por 8 anos e, em 2024, nos casamos na igreja. Minha filha mora em Curitiba, pois voltou a trabalhar, e nós, por enquanto, estamos por aqui, muito felizes. Nossa família foi para o litoral, para ficar mais perto da família, mas Deus é quem vai escolher o nosso destino.



5.5 Fase Atual

Hoje, vivo o melhor momento da minha vida.

Hoje, a minha vida é só de gratidão! O meu tempo é dedicado a cuidar de mim. Faço atividades físicas porque quero ter uma "melhor idade" com qualidade de vida. Cuido de casa, do pet, do meu marido, visito minha filha e minha neta, e, sempre que possível, frequento o Centro da Juventude e participo de algumas oficinas.

Quando dá, vou ao baile da terceira idade (amo dançar), saio com as amigas de vez em quando e participo de alguns grupos de igreja. Sou catequista e amo servir a Deus. Tenho uma saúde ótima e sou muito feliz!



DEPOIMENTOS SOBRE A EXPERIÊNCIA

[...] foi maravilhoso relembrar do nosso passado, da nossa vida. Não paramos para pensar no que já vivemos, nos momentos felizes e nos tristes também (Charlotte)

Eu sempre quis escrever um livro e essa foi minha primeira oportunidade [...] foi ótimo, relembrei das minhas experiências (Bernardete)

Participar da oficina do livro foi maravilhoso [...] foi uma experiência ótima e eu só tenho a agradecer [...] obrigada Deus e a equipe da oficina do livro" (Camila)

[...] participar da oficina foi bom, foi ótimo, sempre quis fazer um livro da minha vida, eu nunca havia feito e também foi ótimo conviver com vocês (Beatriz)

Eu sempre quis escrever alguma coisa sobre, então tive essa oportunidade [...] gostei muito de participar (Elisa)



REGISTROS DA EXPERIÊNCIA



S O B R E O P R O J E T O E O R G A N I Z A D O R E S

A UNAPI é um projeto de extensão da UNESPAR, vinculado ao programa institucional UNESPAR 60+, presente em diversos campi.

A UNAPI desempenha um papel fundamental na promoção do envelhecimento ativo e na melhoria da qualidade de vida das pessoas idosas, destacando-se em vários aspectos importantes. Atualmente a UNAPI conta com mais de 60 alunos inscritos e mais de 20 professores e colaboradores.

A universidade oferta oficinas temáticas e entre elas, a oficina “Livro da vida”, que foi realizada pela discente Andressa Marchi Cortesi e pelas docentes Mariana Pissioli Lourenço e Maria Antonia Ramos Costa, além da equipe de docentes e acadêmicos do projeto.



Este livro revela a trajetória de cinco mulheres inspiradoras que, da infância à maturidade, enfrentaram desafios e viveram transformações marcantes. Suas histórias, compartilhadas na oficina *“Livro da Vida”* da Universidade Aberta à Pessoa Idosa, capturam momentos de alegria e superação. Em cada página, essas memórias nos convidam a valorizar o poder da experiência e da resiliência, revelando a sabedoria que o tempo traz.



Benedita de Jesus de Almeida



*Efigênia de Almeida
Pereira de Souza*



*Fabiana Maria da Silva
Oliveira*



Felícia Bloemer Mileski



Symone Maria da Silveira