



*Filipa Raquel Pinto da Silva Machado*

**PERCURSOS, VIVÊNCIAS E APRENDIZAGENS NO  
CONTEXTO DE UNIVERSIDADES SENIORES**

**ANEXOS**  
MESTRADO EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO  
2010



# **ANEXOS**

Filipa Raquel Pinto da Silva Machado

## ***PERCURSOS, VIVÊNCIAS E APRENDIZAGENS NO CONTEXTO DE UNIVERSIDADES SENIORES***

### ***A APRENDIZAGEM PERSPECTIVADA PARA E PELO SENIORES***

Dissertação de Mestrado apresentada na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
da Universidade do Porto, para obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação

**Sob orientação de:** Professora Doutora Teresa Medina



## ÍNDICE DOS ANEXOS

<b>ANEXO I</b> - Número de Alunos Inscritos por Actividade (Academia Sénior e Instituto Cultural) .....	1
<b>ANEXO II</b> – Informações sobre os Entrevistados .....	3
<b>ANEXO III</b> – Guião da Entrevista .....	5
<b>ANEXO IV</b> - Entrevistas Transcritas .....	7



## ANEXO I

### Número de Alunos Inscritos por Actividade – *Academia Sénior*

Ano lectivo 2009/2010

Total de Inscrições: 960

Actividades	Inscrições
Artes Decorativas	17
Canto Coral	23
Cultura Geral	48
Danças de Salão	<b>82</b>
Desenho	11
Etiqueta e Boas Maneiras	6
Filosofia e Técnicas de Medicina Chinesas	8
Folclore	31
Francês	38
Ginástica	35
Hidroginástica	<b>120</b>
História da Arte	<b>59</b>
Informática	<b>83</b>
Inglês	<b>80</b>
Ioga	16
Música - Guitarra	9
Música - Piano	16
Natação	34
Percursos de História Local	<b>65</b>
Pilates	47
Pintura	<b>54</b>
Pintura - Aguarela	28
Tai-Chi	42
Teatro	7

**Número de Alunos Inscritos por Actividade – Instituto Cultural de Valadares**

Ano lectivo 2009/2010

Total de Inscrições: 106

<b>Actividades</b>	<b>Inscrições</b>
Arraiolos	4
Artes Decorativas	<b>33</b>
Bordados	9
Ginástica	3
Informática	15
Inglês	12
Pintura a Óleo	<b>22</b>
Viola	8



**ANEXO II**  
**INFORMAÇÕES SOBRE OS ENTREVISTADOS**

<b>Nome</b>	<b>Idade</b>	<b>Estado Civil</b>	<b>Instituição frequentada</b>	<b>Há quanto frequenta</b>	<b>Actividades frequentadas</b>	<b>Profissão</b>	<b>Situação profissional</b>	<b>Nível de escolaridade (do próprio)</b>	<b>Nível de escolaridade (dos filhos)</b>
António	72	Casado	Academia Sénior	3 anos	Pilates, Cultura Geral e Percursos de História Local	Desenhador de construção civil	Reformado	Ensino Secundário	Curso superior
Afonso	70	Casado	Academia Sénior	10 anos	Percursos de História Local, Yoga e Natação	Encarregado comercial	Reformado	Ensino Secundário	Ensino Secundário
Fátima	63	Divorciada	Academia Sénior	4 anos	Francês, Inglês, Artes Decorativas e Percursos de História Local	Funcionária pública	Reformada	Ensino Secundário	Uma tem Curso Superior e outro não concluiu o 12.º ano.
Manuel	64	Divorciado	Academia Sénior	4 anos	Pintura a Óleo, Percursos de História Local, Canto Coral, Informática e Hidroginástica	Comercial	Reformado	Ensino Secundário	Um concluiu o 12.º ano (mas o outro não o fez).
Vítor	68	Casado	Academia Sénior	5 anos	Pintura a Óleo, Inglês e Percursos de História Local	Técnico de aviação comercial	Reformado	Curso Superior	Curso superior
Lúcia	67	Casada	Academia Sénior	5 anos	História da Arte, Cultura Geral, Natação, Pilates e Francês	Correspondente de Línguas	Reformada	10.º ano e um ano de Escola Comercial	Curso superior
Manuela	57	Solteira	Academia Sénior	Um mês	Francês, Hidroginástica e Informática	Analista laboratorial	Desempregada	Ensino Secundário	Não tem filhos

Nelson	63	Casado	Academia Sênior	3 anos	Francês	Chefe de estação dos caminhos-de-ferro	Reformado	12.º ano	Curso Superior
Maria	60	Casada	Instituto Cultural	4 anos	Pintura a Óleo	Professora	Reformada	Curso Superior	Curso Superior
Julieta	60	Casada	Instituto Cultural + Academia Sênior	4 anos	Pintura a Óleo Hidroginástica e Pilates	Secretária	Reformada	Ensino Secundário	Curso Superior
Aurora	61	Casada	Instituto Cultural	5 anos	Pintura a Óleo	Funcionária pública	Reformada	Ensino Secundário	Curso Superior
Dulce	62	Casada	Instituto Cultural	6 meses	Pintura a Óleo	Médica	Ainda exerce	Curso Superior	Curso Superior
Amélia	62	Viúva	Academia Sênior	4 anos	Informática, Hidroginástica, Artes Decorativas, Folclore	Empregada têxtil	Reformada	1.º Ciclo	Curso Superior
Carolina	63	Casada	Academia Sênior + Instituto Cultural	4 anos	Inglês e Francês Pintura a Óleo	Professora	Reformada	Curso Superior	Curso Superior
Irene	71	Casada	Instituto Cultural + Academia Sênior	4 anos	Pintura a Óleo Inglês, Francês e Hidroginástica	Empregada bancária	Reformada	Ensino Secundário	Curso Superior
Adelaide	58	Casada	Instituto Cultural	6 anos	Pintura a Óleo	Administrativa	Reformada	9.º ano	Curso superior
Emília	80	Viúva	Instituto Cultural	13 anos	Pintura a Óleo	Bordadeira “Monitora” de Artes Decorativas	Ainda exerce a profissão de “monitora”	1.º Ciclo	Curso superior

## ANEXO III

### GUIÃO (SEMI-ESTRUTURADO) DE ENTREVISTA

- 1 – Qual é a sua idade?
- 2 – Que actividade profissional exerce/exercia?
- 3 – Há quanto tempo frequenta a Academia Sénior/Instituto Cultural?
- 4 – Está inscrito/a em que actividades?
  - 4.1 – Por que motivo(s) escolheu as actividades referidas?
- 5 – Caso seja reformado/a, iniciou essas actividades logo após ter obtido a reforma?
  - 5.1 – Quer a resposta seja afirmativa ou negativa, o que o/a motivou a tomar esta iniciativa?
  - 5.2 – De que outra(s) forma(s) ocupa o seu tempo livre?
- 6 – Ao longo da sua vida, como foi o seu percurso escolar?
  - 6.1 – E o dos seus familiares [o dos filhos, por exemplo]?
  - 6.3 – Sente que, de certo modo, está a regressar à escola?
- 7 – Tenho constatado que o número de mulheres aqui inscritas é claramente superior ao dos homens. Na sua opinião, qual será a explicação para que tal aconteça?
- 8 – Sente-se envelhecer?
- 9 – Quando pensa em “velhice” e “terceira idade”... [aqui não se trata propriamente de uma pergunta, mas de uma frase para ser completada]
- 10 – Sente-se útil [perante a família e a sociedade, por exemplo]?
- 11 – Pensa muitas vezes no futuro?



## ANEXO IV

### Entrevistas Transcritas

1 - Entrevista realizada no dia 13/10/2009, início da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

António, 72 anos, Estado Civil – casado

**Qual é a sua profissão?**

Eu já estou reformado.

**O que é que fazia anteriormente?**

Fui desenhador de construção civil, depois passei à parte técnica. Estive na fiscalização. Agora reformei-me.

**Há quanto tempo se reformou?**

Há quatro anos. Trabalhei, se não estou em erro, quarenta e quatro ou quarenta e dois anos. E não estou arrependido.

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Há três anos. Praticamente depois de me ter reformado, vim logo para aqui. Eu e a minha mulher também.

**Vieram os dois juntos?**

Não. Primeiro veio ela. Depois é que vim eu.

**E em que actividades está inscrito?**

Eu estou inscrito em Pilates, Cultura Geral e Percursos de História.

**Por que é que escolheu estas actividades?**

Ora bem, eu escolhi pelo seguinte: Pilates porque eu preciso de fazer ginástica, se não fico “perro”; Cultura Geral porque gosto de ouvir as pessoas e cada vez ter mais formação; em Percursos de História para conhecer determinadas terras, que eu não conhecia e que agora estou a conhecer.

**Como funciona essa aula?**

Estamos numa sala de aula, a professora fala e nós também vamos falando. E depois marcam um passeio. Um passeio não, um estudo, uma visita de estudo. E nós lá vamos, ora lembram-se de falarmos disto, cá está isto, e a gente fica a ver.

**Então, não é por ter deixado de trabalhar que fica parado?**

Não, não... E quero ver se... Só a morte, enfim, é que... Parar nunca.

**E se não tivesse sido a sua esposa a captá-lo para aqui? Também viria?**

Isso agora é que já não sei responder.

**Estão inscritos nas mesmas actividades?**

Não, não... A minha mulher tem as coisas dela, que são as Danças de Salão, Ginástica e Natação.

**Escolheu actividades mais práticas por algum motivo especial?**

Isso de História, de Inglês, ela já estava cansada, foram muitos anos. Agora, acho que deve haver novas actividades, não é? Assim como eu ando aqui... Eu ando em Pilates porque preciso, mas Percursos de História não quer dizer que para o ano esteja nisto, se calhar até nem vou estar. Devo procurar outras, variar, porque se não a gente cai sempre na mesma coisa e é mau, não é?

**Nota mudanças na sua vida depois de ter vindo para a Academia?**

Ora bem, eu acho que uma pessoa com esta idade tem de conviver e conhecer novos amigos, não é sempre os mesmos, não é? E conhecer outros até mais novos porque nós, apesar de ter a idade que temos, também devemos ouvir os novos e conviver com eles.

**Esta Academia tem importância para si?**

Acho que sim... Tem porque tudo tem importância, por muito fraco que seja é sempre bom, a gente aprende qualquer coisa, pode não ser muito mas há coisas que ficam... Aprende-se sempre, uma pessoa nunca pensa, nem nunca pode pensar que sabe tudo, não sabe.

**De que outra forma ocupa os seus tempos livres?**

Ora bem, fora da Academia? Tenho em casa o meu computador para navegar na Internet e tenho um bocado de jardim, e dedico-me a essas coisas. E gosto de dar os meus passeios com a minha mulher.

**Recuando um pouco no tempo, como foi o seu percurso na escola?**

O meu percurso? Foi estudar até ao antigo 7.º ano. Quando acabei, entrei logo como desenhador, comecei a ganhar dinheiro e fiquei por ali.

**E depois? Tirou outros cursos à medida que ia trabalhando?**

Não, não, não... Naquele tempo não se falava na formação. A formação... Nós é que íamos... Adquiríamos com a nossa experiência...

**Nem na fase final da sua carreira?**

Bem, reformei-me há quatro anos, depois a idade começa já a pesar, com sessenta e cinco anos ou sessenta e seis... Eu agora daqui o que é que espero, não é? Espero mas é procurar ir embora. Uma pessoa também não pode ser egoísta, não é? Gostei de trabalhar, acho que toda a gente devia trabalhar, mas é assim... Tudo tem limites.

**Como encarou a reforma?**

Ao princípio, sentia-me assim um bocado... assim preocupado, assim com stress, aí... não me sentia bem, havia qualquer coisa que... Mas depois... habituei-me, pronto, cá estou e tenho de compreender, não é?

**Tem filhos?**

Sim, tenho duas filhas.

**E como foi o percurso escolar delas?**

O percurso delas foi: olhe, tenho uma que tem quarenta anos – fez anos ontem - e tenho outra que tem trinta, trinta e quatro anos, tiraram um curso superior, são engenheiras civis...

**Seguiram quase as pegadas do...**

Do pai. Pronto, são engenheiras civis, foram sempre muito aplicadas, aos vinte e dois anos já estavam licenciadas, aos vinte e dois anos e meio já estavam a trabalhar, por sinal as empresas foram até buscá-las lá à Faculdade de Engenharia, e até à data...

**E netos? Tem?**

Tenho um neto e uma neta. O neto tem quatro anos, vai fazer cinco, e a menina tem quatro meses.

**Toma conta deles?**

A minha mulher toma, toma conta deles.

**E ainda aqui na Academia. Mesmo assim consegue conciliar?**

O menino já anda na escola e a menina, como a minha filha ainda está de licença de parto, está em casa com a minha mulher e, quando ela for trabalhar, a minha mulher, pois claro, tomará conta dela. Evidentemente, temos de conjugar os horários, o meu com o dela. Quando for preciso, eu fico em casa. E vice-versa.

**No caso da sua mulher, como foi o seu percurso escolar?**

A minha mulher foi professora primária, trabalhou também à beira de quarenta anos e está reformada. Nunca teve medo das avaliações, por sinal naquele tempo os professores eram avaliados e agora é que eles têm medo não sei porquê. Eu acho que um professor que é competente não tem medo das avaliações...

**Curiosamente, foi a sua esposa que teve a iniciativa de frequentar a Academia... Já reparou que o número de mulheres é bastante superior? Na sua opinião, por que será?**

As mulheres são mais aplicadas.

**Mas acha que é por causa disso?**

Sim. Eu via o caso das minhas filhas, quando andavam a estudar na Faculdade, eram muito mais aplicadas do que os colegas. Não quer dizer que os colegas não fossem inteligentes, que eu sei que eram mas... Sabe que o homem é café, cinema, discoteca, não é? E as meninas para irem a uma discoteca já têm problemas com os pais... Não quer dizer que elas agora não vão, mas no meu tempo nem discotecas havia... Ora bem, nos tempos que atravessamos agora já não sei dizer mais nada, porque a rapariga... Eu acho que quer ter as mesmas coisas que têm os homens. Dantes, quer dizer, no meu tempo não. Mas eu até achava isso errado, mas a mentalidade naqueles tempos era assim. Assim como daqui por cinquenta anos são capazes de dizer que a nossa mentalidade de agora... está errada, não é? São os tempos...

**Se tivesse de convencer um amigo a frequentar a Academia, o que é que diria para o captar?**

Contava-lhe essas coisas. Olha, vais para lá, mas procura não repetir sempre a mesma coisa, altera, no segundo ano repete ou vais para outro sítio, porque se não a gente aprende só o AEIOU e não sai do sítio.

**Qual terá sido o verdadeiro motivo que o levou a vir para aqui?**

Talvez a influência da minha mulher, talvez, não sei.

**Se ela não o tivesse chamado...**

Estaria agarrado ao computador, ou ao jardim, ou sentado no café... Mas no café são sempre os mesmos amigos, sempre as mesmas conversas, sempre as mesmas mentalidades... E nós temos de conviver com outras pessoas para nos abrir as mentalidades, e ter outro tipo de conversas.

**Sente-se envelhecer? Que já faz parte da chamada “terceira idade”?**

Nem por isso... Não me sinto propriamente um velho. Repare, eu tenho setenta e dois anos e reconheço que se está sempre a aprender. E quem não pensar assim, pensa mal.

**Sente-se útil?**

Ora bem, para a minha família sim. Mas no trabalho, acho que tudo tem um tempo... Trabalhei durante mais de quarenta anos e chegou a vez de dar o lugar a outros.

**Pensa muito no futuro?**

Procuro não pensar nisso, é verdade.

**Assusta-o a ideia de ir para um lar?**

Não gostava muito de ir porque a gente tem de conviver cá fora também, porque se se vai isolar lá dentro não sai do AEIOU...

**A Academia é uma forma diferente de ocupar os seus tempos livres?**

É uma alternativa diferente e boa. De minha casa aqui venho a pé, mas se fosse mais longe vinha de carro, não tinha problema nenhum. Até me faz bem, tenho de me movimentar.



2- Entrevista realizada no dia 13/10/2009, início da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Afonso, 70 anos, casado

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Desde Janeiro de 2000, ora vai fazer dez anos agora em Janeiro. Isto tinha um ano, um ano e pouco quando eu entrei.

**Qual é (ou foi) a sua profissão?**

Encarregado comercial.

**Ainda mantém?**

Não! Em 99 reformei-me, trabalhei até aos sessenta, mas com quarenta e dois anos de actividade profissional.

**Está inscrito em que actividades?**

Estou numa que tem um nome muito pomposo mas, no fundo, está ligada à cultura. Chama-se Percursos de História Local. E estou no Yoga e na Natação.

**Por que escolheu estas actividades?**

Olhe, já estive noutras mas estas são aquelas que se têm mantido, porque pronto... são aquelas que mais me atraem.

**Em que outras actividades já esteve inscrito?**

Já... já estive em Danças de Salão, tive Canto Coral mas pouco tempo, porque não canto nada, só desafino, não vou lá fazer nada. Há uns tenores muito bons e eu não ia lá fazer nada, e desisti. Ah! Já tive Informática, andei lá quatro anos porque forcei, tive mais um porque são só três, e pronto... já não se justificava andar lá mais porque aprendi aquilo que tínhamos necessidade, e agora já melhorei... com a prática, não é?

**A sua esposa também vem?**

Não. Foi uma vizinha, aliás eu tenho três vizinhas que também andam aqui, mas foi uma vizinha que me sugeriu, que me indicou... Tentei entrar logo em Outubro, em 99, mas não consegui, não havia vagas e só me chamaram em Janeiro de 2000.

**A sua vizinha sugeriu, mas quem teve mesmo a iniciativa?**

Se calhar fui eu, é natural que me tenha ocorrido alguma vez, mas nem tinha conhecimento que já existia em Gaia. Essas coisas normalmente não são muito divulgadas e há dez anos, então, ainda menos. Sinceramente, não sabia, tenho a impressão que nunca tinha ouvido falar, e essa vizinha falou-me... Entra, é capaz de ser interessante para ti e eu... Olha, é capaz de ser boa ideia, e cá estou.

**Quando se reformou, começou logo a frequentar a Academia?**

Ora, vim embora da empresa em Maio e depois... tentei em Outubro entrar e consegui em Janeiro. Só fiquei parado naquele instante entre Maio e Janeiro do ano seguinte.

### **E o que levou verdadeiramente a se inscrever?**

Eu não tenho dificuldade em arranjar divertimento mesmo em casa, só que isto proporciona outras coisas, que é o relacionamento com outras pessoas, eu conhecia três ou quatro, mas há milhentas de quem eu hoje sou amigo e não as conhecia de lado nenhum, e pronto... Há sempre alguma actividade que se tem, fazemos muitos passeios, mesmo para fora, e isso é agradável porque visitamos coisas interessantes, marcamos com antecedência, fazemos sempre um almoço e isso é uma parte muito importante. O almoço é sempre impecável, normalmente sou sempre eu que organizo. E pronto, acho que isto é uma distração.

### **Já tentou convencer a sua esposa a frequentar a Academia?**

Várias vezes, até porque ela conhece as vizinhas que estão cá e tudo, mas ela não se mostrou muito entusiasmada. Ela também tem alguma ocupação com os netos, serve de tábua de salvação quando... Há um que está com febre, há um que está com não sei quê, de maneira que também é isso, se calhar, um bocado que a trava, não é?

### **Por acaso, na Academia o número de mulheres é bastante superior ao dos homens. Na sua opinião, por que será que isto acontece?**

Não faço ideia nenhuma. Se formos a ver, lá fora também há mais mulheres que homens, mas isto aqui é um disparate! Agora não sei como é, mas chegou a ser quase noventa mulheres e dez homens. Não sei, sinceramente não entendo, não sei o que se passa.

### **Não seguiu curso superior mas, ao longo da sua vida, teve formação?**

Sim, tive muitas, principalmente quando se iniciaram em 77, 78... Começaram a vir as verbas, e abrir cursos de formação disto e daquilo, e eu tive muitas acções de formação na empresa, muitas. Houve muitas espectaculares, orientadas por monitores franceses, espanhóis... Ainda não havia cá muitas empresas ligadas à formação, mas agora já há e... Nunca eram na empresa, eram sempre para fora, às vezes uma semana inteira. Depois passaram a ser sexta e sábado, só estes dois dias, mas no princípio chegaram a ser semanas inteiras. Até porque a empresa era, era e é uma das maiores do país, e é uma empresa que evolui muito, que se adaptou aos tempos modernos.

### **Isso é importante?**

Muito, hoje talvez ainda mais. No dia-a-dia há muitas coisas que nós nem temos tempo, não temos tempo ou nem ligamos para elas, nem pensamos duas vezes, e se alguém nos abrir os olhos e nos der conselhos, para encarar os problemas e os resolver, é bom.

### **E os seus filhos? Seguiram o ensino superior?**

Não, olhe, nenhum deles se formou, ao contrário da mulher que, por acaso, é enfermeira... Mas está tudo bem, entre bancos e função pública... Portanto, está tudo mais ou menos bem. Incentivei-os sempre mas cada um é que seguiu o seu percurso.

### **A Academia é importante para si, sente que é um regresso à escola?**

Sim, sem dúvida. De uma maneira diferente, obviamente. Porque aqui não temos notas, podemos falar nas aulas, convivemos fora e dentro da Academia... Mas é importante, sem dúvida. Nunca faz mal a cultura, primeiro aspecto. Porque também há a parte física, que também conta. E isto a escola também ajuda, ou deveria ajudar. Sem esquecer o convívio.

**Mas também podia conviver, por exemplo, num centro de dia...**

Pois, mas parece-me, pelo que oiço, que aí as coisas funcionam de outra maneira... Enfim, é uma coisa melhor que nada para muitas pessoas, mas é aquilo... As pessoas estão ali, estão acompanhadas, instaladas, mais ou menos bem alimentadas, jogam dominós, fazem umas rendinhas... Aqui não! Aqui a gente tem uma pedalada! Algumas pessoas têm tendência a ficar sentadas a ver televisão... A mim chateia-me, mesmo quando trabalhava porque, repare, há coisas mais interessantes, que é conviver, aumentar a cultura geral que nunca é demais...

**Sente-se envelhecer?**

Eu? Não. Hoje até se fala muito em certo tipo de doenças que podem... Enfim, o seu aparecimento e a sua progressão podem ser travadas com certas actividades. Talvez seja por isso que eu me sinto um jovem.

**Sente-se útil?**

De certo modo, sim. Para a família, para os amigos, para com todas as outras pessoas... Acho que todos somos úteis, se não para que servíamos? Nunca se sabe o dia de amanhã...

**Pensa muito no futuro?**

Pensar não penso mas... Ainda conto andar cá muitos anos, sem dar trabalho a ninguém, acabar a minha vida da melhor maneira. Qualquer pessoa está sujeita à morte. Quando se tem mais idade é que se começa a pensar mais nisso, mas... Não é por isso que me sinto inferior, não...

3 - Entrevista realizada no dia 13/10/2009, início da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Fátima, 63 anos, divorciada

**Qual é a sua profissão?**

Portanto, agora sou reformada, não é? Antes, era funcionária pública.

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Fez quatro anos agora em Setembro.

**Começou a frequentar logo após se ter reformado?**

Reformei-me em Maio e vim para aqui logo em Setembro.

**Quais as actividades que frequenta?**

Portanto, praticamente têm sido sempre as mesmas... Francês, Inglês, Artes Decorativas e Percursos de História. Também ando no Ginásio, frequento o Ginásio três vezes por semana.

Portanto, aqui não tenho nada com a Ginástica, é tudo mais mental.

**O que motivou a sua inscrição?**

Olhe, eu por acaso moro praticamente ali em frente. Entretanto, eu reformei-me e tinha uma colega minha que já se tinha reformado há dois anos ou três, e estava à espera que eu também me reformasse para irmos, na altura ela falava-me numa que havia na Constituição. Depois, eu disse que havia uma ao pé de mim, para quê irmos agora para o Porto? Quando eu trabalhava, já estava na ideia de quando me aposentasse vir para a Academia, porque acho que todos nós temos... temos que, portanto... ocupar o nosso tempo livre, embora haja que fazer em casa, os filhos têm a sua vidinha, vêm os netos mas mesmo assim... eu tinha muito tempo livre.

**Mas porquê ocupá-lo desta maneira e não de outra?**

Porque aqui... Tive novos conhecimentos, passeios, e convive-se muito. Aqui não somos obrigados a nada, não é? Eu, por exemplo, quero o Francês porque tenho um filho na Suíça e gosto de lembrar aquilo que dei quando estudei, foram só três anos que tive. O Inglês porque gosto e as outras disciplinas, sei lá, não me dizem assim muito... Pronto, quando for a algum país que precise, já consigo me desenrascar um bocadinho. Quer dizer, em Artes Decorativas, foi engraçado. Eu achei que não tinha paciência para fazer coisinhas, postais, sei lá... Porque eu lembro-me que quando trabalhava e, às vezes, tinha que colar qualquer coisa, eu dizia «oh meu Deus, lá vou eu fazer isto que não gosto nada». No entanto, são duas horas em que eu me sinto descontraída e como se faz coisas que se pode aproveitar... Neste caso, eu tenho duas netas pequeninas e faz-se as caixinhas, as moldurazinhas, trabalha-se naquilo e, embora eu fique sempre com alguma coisa para mim, dá sempre para oferecer alguma coisa aos netos, eles gostam, não é? Ainda agora acabei de fazer um mealheiro da *Hello Kitty*, dei um a uma, o outro ainda não está acabado. Pronto, e há outras coisas... Por exemplo, fiz um quadro em vidro, um vitral, por acaso levei cinco pontos porque me caiu enquanto eu o estava a fazer... Mas

pronto... Mas gosto, gosto aprende-se assim coisas novas, não são coisas muito importantes mas são coisas que dá para depois a gente trabalhar nelas. Está a ver? Acaba-se sempre por aprender alguma coisa, porque eu não sabia fazer nada e agora vou fazendo umas coisinhas. Eu digo-lhe, se isto fechasse eu procurava logo outra.

**Ocupa o seu tempo livre de que outras formas?**

Eu tenho um espírito... Gosto de sair, nem que seja ir ao café, às compras, ler o jornal, ... Cada coisa no seu lugar, mas não substituía o café por isto.

**Como foi o seu percurso escolar?**

Foi bom. Estudei até ao que hoje equivale ao 12.º. Naquele tempo, já foi muito bom. Sempre fui aplicada, mal acabei comecei logo a trabalhar...

**Sente que, de alguma forma, está a regressar à escola?**

Não, não se compara. Aqui as coisas não são levadas assim a sério... E acho bem que seja assim. Tudo tem o seu tempo e espaço... É diferente.

**Teve formação quando ainda estava a trabalhar?**

Tive uma vez, ligada à informática, quando começámos a trabalhar com os computadores. A gente aprendeu qualquer coisa, porque depois a gente trabalha naquilo sempre da mesma maneira. Só que agora uso a Internet para *mails*, mensagens... Nessa altura não aprendi nada disso, só aprendi a trabalhar no Word e no Excel, porque era o que eu trabalhava no trabalho. A gente aprende aquilo e depois trabalha na óptica do trabalho, não é?

**Os seus filhos tiveram formação superior?**

Tenho uma que é professora de Educação Física e tenho outro que está na Suíça a trabalhar, mas este ficou por ali, não gostava da escola, nem chegou ao 12.º ano. Tive pena e insisti, mas paciência...

**Não sei se já reparou mas há mais mulheres na Academia do que homens... O que pensa sobre isso?**

Acho que os homens preferem sentar-se num café, num banco do jardim a jogar às cartas do que fazer outras coisas, pensam que isto não é para eles, não sei... Acho que os homens são assim um bocado... Quer dizer, pensam que se reformaram e que agora não vão perder tempo com essas coisas, muitas vezes isso é mau porque se não convivem, se não se mexem, acabam por ficar como está a minha mãe, um bocado “apanhada”, sempre a olhar para ontem, só vê as coisas más, sempre a ver o que eu ando a fazer, a controlar-me.

**Já a tentou convencer a vir para aqui?**

Nem pensar... Sabe que a minha mãe ficou viúva muito cedo, aos cinquenta e cinco anos, e ela estava muito dependente do meu pai. Desde essa altura, ela ficou um bocado... Se não fosse eu a dizer «tens de fazer isto, tens de fazer aquilo»... Ela nessa altura tinha ficado logo na minha casa. Eu é que disse «não, tens a tua casa, vais para tua casa, vens cá dormir quando quiseres». Porque ela... Não sei, é a maneira de ser... Eu acho que não sou como ela, nem quero ser. É a

maneira de ser dela, sei lá... Vai de vez em quando com as amigas ao café onde mora, mas faz quase um sacrifício para ir. E acho que o homem é a mesma coisa, não sei... Preferem juntar-se ali no jardim, a jogar às cartas. Bem, mas isso nem sempre é na Academia. Em todos os sítios onde se vai, há sempre mais mulheres. Sei lá, se a gente for ao cinema ou a uma festa é capaz de ver muitas mulheres sozinhas e só ver um homem sozinho, está quase sempre acompanhado. Os homens ficam mais... estagnados, envelhecem mais cedo que nós. Há muitos que sim, mas há outros que se “safam”, temos aqui os nossos colegas.

**Sente-se envelhecer?**

Não, nem penso muito nisso... Eu vejo a minha mãe, que é uma pessoa com oitenta e sete anos, e que é muito derrotista, é mesmo 100% pessimista. Eu sou um bocadinho, mas ela é mais... Eu só peço muitas vezes a Deus que não me deixe chegar à idade dela assim, se eu lá chegar ao menos que me conserve com um espírito jovem, que não me sinta velha.

**Sente-se útil?**

Ora bem, todos servimos para alguma coisa, nem que seja para o Estado, para cobrar impostos. Mas sim, ainda acho que estou no prazo de validade, não só para mim, mas para os outros.

**Pensa muito no futuro?**

Penso mais no passado...

**Mas, por exemplo, pensa ir para um centro de dia, um lar?**

Ai não! Deus me livre. Eu quero ir para um centro do dia quando já não aguentar e, então, não quero ir para os filhos, mas quero ir para um sítio onde eu possa sair na mesma. Mas isso, pronto... Não é para já, só se me der alguma coisinha... Digo-lhe, não tenho problemas porque, um dia mais tarde, se eu tiver hipóteses... Só tenho o meu ordenado mas se tiver hipóteses, quando eu achar que estou a ser pesada para alguém, eu não quero ir de filho para filho, eu quero ir para um sítio qualquer onde eu possa acabar os meus dias. Mas, felizmente, não penso muito nisso, pelos menos para já!

4 - Entrevista realizada no dia 13/10/2009, início da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Manuel, 64 anos, Divorciado

**Qual é (ou foi) a sua profissão?**

Era comercial.

**Estudou até que ano?**

Os liceus, o que equivale hoje ao 12.º, vá lá. Mas foi graças ao meu esforço, porque estudava à noite e trabalhava de dia, o patrão ficava com parte do salário porque foi ele que me ajudou a pagar os estudos. Na altura, eu ficava muito aborrecido, mas hoje já dou valor.

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Há quatro anos.

**Reformou-se quando?**

Aos cinquenta e quatro.

**Não se inscreveu logo após se ter reformado, então. O que é que o levou a se inscrever?**

Ouvi dizer que havia cá gajas boas [risos]. Não, estou a brincar! Portanto, ocupação do tempo e... não digo que desenvolva muito o intelectual mas pelo menos que o mantenha e... é isso. Comunicar, falar e fazer coisas, por que não? Eu sou capaz. Quando eu me reformei arranjei trabalho numa imobiliária, mas aquilo era um trabalho com muito pouco profissionalismo e depois... era do género: trabalhava-se e quando chegava a hora de receber não me pagavam. Estou a me incomodar com isto para quê? E deixei, porque é muito difícil quem tem uma vida muito activa, como eu que fazia viagens, e depois parar é um choque muito grande. Eu não conhecia as Academias, então fui arranjar ocupação mas naquelas condições desisti. Depois, soube através de um colega que havia aqui a Academia e vim para cá. E pronto, até hoje.

**Está inscrito em que actividades?**

Pintura a Óleo, História e Percursos Locais, Canto Coral, Informática e Hidroginástica.

**Por que escolheu estas?**

Inicialmente fui para Desenho mas depois comecei a ver aí trabalhos de colegas meus e interroguei-me: «Se eles fazem, por que é que eu não faço?». E pronto, escolhi Pintura a Óleo e estou satisfeito porque a gente bem ou mal faz qualquer coisa, tenho em casa trabalhos que... é um prazer, não é? E depois oferece-se aos filhos e não sei que mais, até já tenho encomendas e tudo.

**Será que descobriu um dom em si próprio?**

Não, não é um dom porque tenho muita dificuldade em pintar, tenho muita dificuldade, mas esforço-me e a obra aparece.

**Quando trabalhava costumava frequentar acções de formação?**

Ah, sim. Tinha sempre. Até se faziam retiros para uma reciclagem, é... Mesmo feitas por empresas especializadas nessa área de formação. E era giro, porquê? Porque a gente chegava à conclusão que não íamos aprender nada, mas era importante porquê? Porque aquilo que nós aprendíamos nós já sabíamos, nós não púnhamos em prática. Portanto, pelo tempo a gente descuidava-se, entrávamos na rotina e não púnhamos em prática aquilo que por vezes sabíamos... Era assim... E o mal, o que mata é a rotina, em todas as áreas. Eu lembro-me que a uma altura a empresa mete os vendedores do Porto em Lisboa e os de Lisboa no Porto, porque eram áreas que não conheciam, e portanto tinham que palmilhar outros caminhos e, nessas deslocações, sem querer passavam à porta de futuros clientes e abriam novos clientes... Houve uma mudança, fez-se essa experiência e ainda bem, porque a carteira de clientes começou a crescer, porque se fugiu à rotina, está a ver?

**Frequentar a Academia fez com que também se afastasse da rotina?**

Sim, aliás eu tive a ocasião de arranjar um novo leque de amigos aqui. Porque os amigos que nós tínhamos na nossa actividade profissional... Isto tudo, a gente queira ou não queira, isto tudo perde-se, uns vão para Lisboa, outros não sei que mais, cada uma tem a sua vida, não é? E portanto a gente começa a perder aquelas grandes amizades que tinha. E até foi bom porque aqui arranjei um novo leque de amigos, é isso. E estar em casa, pá... Isto não dá, não dá porque a gente fica atrofiado mentalmente e fisicamente, porque eu além de andar aqui na piscina ainda ando no ginásio, vou três vezes ao ginásio.

**Mas mesmo assim nem todas as pessoas ocupam o tempo desta forma...**

Pois, sabe que cada pessoa tem a sua personalidade e... Eh pá... São capazes de se sentirem inibidas, mas não percebo bem porquê... Mas eu vejo vidas que eu tenho pena, vejo pessoas com a minha idade muito mais acabadas [fez um esgar].

**Como foi o percurso escolar dos seus filhos?**

Foi semelhante ao meu, estudaram e tal, não tiraram cursos superiores, portanto...

**Gostava que tivesse sido diferente?**

Sim, gostava, gostava. O saber tem um papel importante, tem. Este meu filho mais novo, por exemplo, o pirata nem sequer fez o 12.º ano, meteu-se nas férias na *McDonalds*, formou-se lá, subiu por aí acima e pronto, e depois a vida correu-lhe mal, teve que vir para o Porto e não sei que mais, e agora está a reiniciar a actividade dele outra vez... Se ele tivesse curso superior, era um trampolim para... É uma mais-valia, sem dúvidas nenhuma que é.

**Penso que já deve ter reparado que o número de mulheres na Academia é bastante superior ao dos homens...**

Pois já, já... Acho que devia haver mais homens, mas não percebo... Será que o homem é mais inibido? Será que o homem tem mais dificuldades em se adaptar ao percurso de vida? Será que ele pensa, enfim, «estou reformado, fico por aqui?». Eh, pá... Eu acho que há velhices tão bonitas...



### **Sente-se envelhecer?**

Olhe, eu tenho um grande pecado: esqueço-me às vezes da idade que tenho, pronto é isso. Esqueço-me às vezes da idade que tenho, eu acho que ainda hoje tenho coisas que não correspondem à minha idade. As coisas que aprendi... A gente aprende sempre, aprende-se sempre, sempre... Numa simples comunicação com os colegas aprende-se sempre.

### **Há pouco referiu as “velhices bonitas”... É o que espera para si?**

Eu quero uma velhice bonita.

### **O que é uma “velhice bonita”?**

É viver saudável, aquele velho sequinho, sem ser obeso. E aprender a envelhecer, aprender a viver com novas realidades, com os sinais da idade... A gente sabe, temos que ter consciência que com esta idade eu não tenho as capacidades físicas que tinha há uns anos atrás, portanto tenho as minhas limitações, tenho de as aceitar e saber viver com elas, é isso. Eu quando vejo na rua uma pessoa, nomeadamente um casal idoso, assim bem vestidinhos, penso «olha que linda velhice ali vai» [largo sorriso]. Porque, a mim, a palavra velhice não me choca, não... A mim choca-me é a condição em que as pessoas de idade vivem, o que é diferente. Portanto, é isso, há velhices mesmo bonitas, há pessoas de idade bem-dispostas, com boa saúde, embora relativa porque a idade não perdoa, há sinais da idade que aparecem e pronto... No meu caso, o que é que eu tenho de negativo? Não tenho nada! O que poderá de haver de negativo na idade é que nós vivemos mais tempo, vivemos há mais tempo, as coisas aparecem. Antigamente, as pessoas reformavam-se aos 65 anos e morriam aos 68. Hoje são reformadas aos 54, como eu, e vivem até aos 100. Os sinais têm de aparecer, não é?

### **Mas ainda há muita gente que não encara bem a palavra “velhice”, alguns até preferem “sénior”...**

Pois, isso é muito discutível... Para mim, a palavra velhice é uma palavra bonita. Dizem “velhos são os trapos”, mas não. Velho é uma pessoa que já viveu e se já viveu mais tempo sabe mais qualquer coisa. Aqui há dias fui fazer uma viagem a Castelo Branco com um rapaz novo, aquele sangue na guelra, do tipo eu que é sei porque sou novo, a acelerar, a atender o telemóvel, a picar o tipo que ia à frente... Eu sempre a dizer «não faças isso», e ele «ah, já estou habituado», e eu «não faças isso e vou-te dizer porquê: isto é tão mau, tão mau, tão mau, que a tua segurança não está em ti, está no tipo que vai à frente, se o tipo que vai à frente trava sem algum motivo tu malhas em cima dele, portanto a tua segurança depende dele e não de ti». E ele «eh, pá, tá, tá, tá, tá,...». Olha, é assim: «a diferença entre nós os dois é que eu já dei os quilómetros que tu ainda tens para andar, a diferença está aí». Por isso é que eu digo que a velhice tem dessas coisas...

### **Está preparado para o que o futuro lhe possa trazer?**

Eu estou preparado e vou-me preparando, porque os dias passam e eu tenho que os viver à medida. Repare uma coisa, se eu não tivesse aqui na Academia não se proporcionava esta

entrevista consigo, não se proporcionava falar com os meus colegas com quem eu tenho uma forte amizade, nós até nos juntamos e fraternizamos extra-Academia, a malta junta-se e faz as suas paródias, os seus encontros... Se eu não estivesse aqui, estaria aonde? Em casa, a ver televisão, a ver a novela e não sei quê [faz um esgar], um tipo até fica cansado de não fazer nada, está sentado. Isto é de uma importância extraordinária, sem dúvida nenhuma. Chamem-lhe Academia, chamem-lhe Escola, Universidade, chamem-lhe o que quiserem. O mais importante é nós estarmos aqui. Deviam abrir mais coisas destas e com melhor qualidade, a nível de instalações e por aí fora... Porque isto de Verão há aqui uma sala que bate o sol e fica quente, e no Inverno é frio mas pronto... A malta traz mais um par de meias, umas calças mais grossas e pronto, vai-se adaptando e vai andando. Porque isso de centros de dia e de lares... Que Deus me perdoe, pelo pouco que conheço, aquilo são armazéns de pessoas [semblante triste]. Os meus pais passaram por lá e eu digo-lhe, uma das coisas que eu não queria era cair num lar, eu se Deus quiser pá... Venho para aqui, arranjo uma pessoa que me faça as coisas em casa, mas não quero ir para um lar, isso não [semblante triste]. Então eu não os via? Quando ia visitar os meus pais... Depois os meus pais acabaram por passar os fins da vida em casa deles, metemos lá uma senhora que cuidava deles a tempo inteiro.

**Então, eles não quiseram ficar nesse lar...**

Não, eles passaram por um lar mas repudiavam o lar. E pronto, nós os filhos também não nos entendíamos e acabámos por arranjar uma senhora. Não ponho dúvidas nenhuma de que eles foram mais felizes assim, os meus pais no lar até estavam bem instalados, tinham um quarto para o casal, casa de banho privativa e tudo, mas não gostavam daquilo! A casinha deles é que era e acabaram por regressar a casa, e foi a melhor coisa.

**E se esse (ou outro) lar tivesse actividades semelhantes às da Academia? Será que a reacção tinha sido diferente?**

Olhe, eu vou-lhe dizer o meu grande desejo e peço a Deus... Eu, fazendo uma retrospectiva ao meu percurso de vida, Deus tem me abençoado, tem me dado aquilo que eu gostava, e se calhar ainda me vai dar aquilo que eu quero. O que eu gostava de ter, eu vou-lhe dizer o que era: era uma casa brasonada, daquelas casas antigas, uma boa quinta, adaptar aquilo a eventos, adaptar aquilo a um lar de terceira idade, e depois na quinta arranjar actividades. Agricultura, com monitores, umas flores... E estou convencido que as pessoas às vezes ficam “perras” porque não têm actividade, ficam ali paradas e tal. Quando eu falo de uma casa brasonada, é para criar imagem de marca e depois outros eventos, casamentos, baptizados, festas e não sei que mais, mas... Em separado, que era para uma parte tirar dividendos para cobrir a outra, o fim não era ter lucros, uma parte cobria a outra, não sei se estou a me fazer entender... Em separado, que era para uma parte tirar dividendos para cobrir a outra, o fim não era ter lucros, uma parte cobria a outra, não sei se estou a me fazer entender... Fazer um lar mas sem fins lucrativos, e depois arranjar maneira de ir buscar do outro lado para compensar a outra parte. Então, pôr pessoas a

trabalhar, vejo aí muitas pessoas novas coitadas, por que não pegar nessa gente e dar-lhes trabalho? Pagar-lhes um ordenado, pô-las a trabalhar e arranjar pessoas entendidas na área social que ocupassem aquela gente toda, é. E levar a cabra a pastar, é, é! Pega lá em meia dúzia de cabras e vai pastar as cabras, aquela actividade, pô-las a mexer, ocupadas. Agora, pô-las ali em frente à televisão, depois ficam ali a caírem de lado [imita uma pessoa doente], estou convencidíssimo que lhe dão excesso de sedativos para os manter assim, para não dar trabalho, e isto é muito triste, muito triste... Entrar num lar e ver pessoas como a gente vê [imita um morto]. Não estou a dizer que todos os lares tratam mal as pessoas de idade, estou convencido que há lares bons mas há lares que é chocante, a gente entra e vê as pessoas numa sala, sofás à volta, a televisão à frente, tudo ali parado, com o agasalho nas pernas, com o cobertorzinho, com aquela expressão [faz um esgar], coitados ali... Isso não é vida, por isso é que eu digo que são armazéns de pessoas de idade e há cada vez mais pessoas de idade. Há muita coisa que havia de mudar mas a situação económica do país também não o permite. Por exemplo, por que é que há-de um bom individuo, com boa saúde, com bom porte físico, estar como segurança nas Águas de Gaia a carregar num botãozinho e a dar a senha? Então? Por que é que não sou eu que estou lá?

#### **Sente-se útil?**

Pois claro! Se calhar, não nos deixam é ser útil... Obviamente que, para eu estar lá, estava a tirar emprego a quem precisa de ter emprego. Eu não estou a dizer que o indivíduo esteja mal, mas a situação seria bonita e boa, e uma sociedade seria muito melhor se aquele lugar me tivesse sido dado, porque o indivíduo tem outras potencialidades que eu não tenho. Portanto, ele seria muito mais útil à sociedade a trabalhar noutra coisa, naquilo que ele sabe, se calhar até tem uma formação superior e está ali a carregar num botão e a dar a senha! Este trabalho é bem empregue para pessoas da minha idade, era... Então, em vez de estar na Academia, estaria lá. E estava a ser útil, ou mais útil...

#### **Mas sentir-se-ia útil se também estivesse só ali a carregar no botão?**

Ora bem, para mim isso não é desprestigiante, uma pessoa que trabalha seja em que área for acho que é uma pessoa que deve respeitar aquilo que faz, é útil à sociedade. Nós temos que trabalhar! Se não é colher batatas, é colher uvas, mas estamos a trabalhar e o importante é isso, o trabalho dignifica a pessoa. Por exemplo, o que eu faço aqui na Academia não é bem trabalho, é uma ocupação. Mas sim, sinto-me útil. Olhe, isto é tão bom, tão bom que nós temos as nossas saídas, damos trabalho a professores novos, ou muito ou pouco ganham alguma coisa aqui, pronto. Você está-me a entrevistar, se isto não existisse não estava aqui, nem a sua tese seria a mesma coisa, nem talvez sobre a mesma coisa. Saímos, às vezes é a camioneta da Câmara que nos leva, damos trabalhos ao motorista para ele não estar lá na Câmara a dormir à sombra. Quando não é a Câmara que nos leva, alugamos uma camioneta, logo estamos a movimentar pessoas, quando vamos para longe almoçamos fora, nós acabamos também por dar actividade, a

nossa utilidade está aí. Até porque há aqui professores, ainda ontem estive na aula de apresentação de Informática e a professora é extraordinária... É uma professora que dá aulas desde os miúdos até à Academia, ela diz que está aqui há dez anos, pela falta de tempo uma das coisas em que pensava era deixar de dar aulas aqui, mas chega Setembro, telefonam-lhe e ela não resiste, tem que vir. Começa a ter saudades disto, daquela comunicação que tem connosco, é uma rapariga nova de 40 anos, e isso é um enriquecimento tanto para nós como para ela... Sabe que eu noutra dia ouvi uma entrevista do Lobo Antunes, do cirurgião Lobo Antunes, eu adoro ouvir o homem pela maneira como fala, a sua humildade em falar... E a uma determinada altura, ele diz «eu noutra dia operei um paciente que, supostamente, não tinha a instrução primária, e aprendi muito com ele, aquele diálogo, e foi um homem que me deu uma lição extraordinária». Quando um homem como o Lobo Antunes aceita que aprendeu com um indivíduo que nem a 4.<sup>a</sup> classe tinha... Isto é de uma humildade extraordinária, e é com essa humildade que se aprende, porque na verdade nós não sabemos tudo, as pessoas podem ser ignorantes mas nós temos que ter a humildade de as aceitar, e não deixa de haver algo que nós aprendemos com aquela pessoa. Isto de ter... falta-me a palavra... pedantismo intelectual, ia dizer um palavrão mas se calhar não digo. Esterco, é isso.

5 - Entrevista realizada no dia 13/10/2009, início da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Vítor, 68 anos, casado

**Qual a sua profissão?**

Neste momento, estou reformado mas era técnico de aviação comercial.

**Há quanto frequenta a Academia?**

Cinco anos.

**Reformou-se na mesma altura?**

Não propriamente, reformei-me há sete anos.

**Em que actividades está inscrito?**

Estou na Pintura a Óleo, Inglês e Percursos de História.

**Como surgiu a iniciativa de se inscrever?**

Foi uma cunhada minha que me disse para eu vir cá ver como é que funcionava... Eu andava à procura de qualquer coisa, estava numa fase... Sabe que uma pessoa quando se reforma fica assim um bocadinho... Precisava de uma coisa mais estável, percebe? Essa estabilidade consegui quando comecei a vir para aqui. Mas eu reparo também que uma pessoa que está habituada a um determinado habitat, a um certo ambiente, e depois sai, quando se reforma por exemplo... a pessoa sente e sofre, não é? A menina se mudar a sua rotina diária e for até ao Algarve no próximo fim-de-semana, sabe o que acontece? O seu organismo, como está habituado àquela rotina diária, ressent-se. Como saiu do seu ambiente, bastam comidas diferentes, horas diferentes, vai sofrer de disfunção orgânica. Depois, quando regressar, as funções orgânicas estabilizam, uma simples deslocação altera o comportamento orgânico da pessoa, o clima, ambientes, novas pessoas... Tudo isso altera o seu organismo. Quando eu me reformei, no início andei um bocado desregulado, tal como o organismo, mas depois... encontrei a Academia e restabeleci, digamos assim.

**A Academia desempenha um papel importante na sua vida?**

Desempenha, desempenha principalmente por causa da Pintura. Para mim, é ótimo. É uma ocupação que surgiu de repente, embora eu já tivesse pintado mas era no colégio, como qualquer miúdo na escola. Sempre gostei muito de pintura, gostava de ver Arte, Arte... Depois, quando surgiu esta oportunidade, eu pensei «bem, deixa lá ver como é isto e tal». Vim, gostei e estou a gostar muito, preenche muito a minha vida.

**Como foi o seu percurso escolar?**

Tirei o antigo 7.º ano do liceu, depois fui para a Faculdade de Economia dois anos, mas acabei por tirar o curso no ISCAP. Depois, não fiquei por ali, tirei várias formações, como trabalhava num grande empresa que era a TAP tive mesmo que tirar... Em qualquer profissão, a pessoa

deve traçar objectivos, percursos e esforçar-se para atingir determinadas metas. Aprender, actualizar-se, empenhar-se é fundamental em qualquer profissão.

**No seu caso, a sua esposa também o acompanha?**

Não, ainda está a trabalhar.

**Mais tarde pensa que ela virá consigo?**

Não vem, não vem. É da personalidade dela. Ela diz não, para mim está dito.

**No entanto, há mais mulheres na Academia do que homens... O que pensa sobre isto?**

Isto é um bocado idiossincrático. Se eu disser a uma pessoa «vai para lá porque fazes isto e aquilo», ela pode ir, como também pode não ir.

**E o percurso escolar das suas filhas? Também têm formação superior?**

Sim.

**Incentivou-as a tal?**

Claro, é muito importante. Repare uma coisa, uma pessoa num curso superior desenvolve-se bastante mentalmente, adquire hábitos de estudos, faz pesquisas, pensa, e pensa muito. Parece que não, mas o nosso cérebro só fica realmente activo quando pensamos, reflectimos e acredito que um curso superior desempenha um papel muito importante... Agora, se o individuo está num curso superior para brincar, com uma atitude de não querer aprender nem se esforçar... Só tem insucesso, obviamente. Uma pessoa para ter sucesso em qualquer aspecto da vida tem de estar sempre, sempre a actualizar-se. Por exemplo, eu tenho um amigo da minha idade que não tem telemóvel, nunca teve e acho que nunca vai ter. Pá, esse indivíduo parou no tempo! O indivíduo parou, estagnou, acabou. Isto não quer dizer que todos têm de ser doutores, mal de nós se assim fosse. Mas não há dúvida que um curso superior abre novos horizontes, mesmo que seja difícil depois arranjar emprego. Por exemplo, ainda há dias ouvi uma notícia sobre os rankings e acho que a escola que ficou nos últimos lugares fica lá no interior. Ora, quem são os pais dessas crianças? Pessoas que trabalham no campo, com um nível de escolaridade baixo ... Os filhos vão ter de fazer um esforço enorme para não seguirem o percurso dos pais. E o mesmo acontece nas cidades, não é? Mesmo que um jovem queira ser empregado de balcão ou servir à mesa, não queira continuar os estudos, mesmo assim... Ele deve ser um profissional com bons conhecimentos naquela área, se calhar não precisa de saber tanto Geografia, por exemplo, mas precisa de saber falar bem para os clientes, compreender um pouco Inglês, ter boas maneiras, fazer bem as contas... A escola deve ter um papel importante, mas em casa... O meio familiar influencia tudo isto, sem dúvida. Se a pessoa não se actualiza intelectualmente, se não treina, parou. A mesma coisa com a parte física, se eu não treinar, se eu não caminhar diariamente... Atrofio!

**Será que foi esse modo de encarar a vida que o motivou a se inscrever na Academia?**

Sim, sim, até porque há muitas formas de encarar a vida. No meu caso, eu fiz uma escolha, escolhi aprender novas coisas e agora vamos ver o que acontece. Porque todos os dias aqui

passados são diferentes, aprende-se sempre. Por exemplo, na aula de Percursos há um grupo de camaradas muito agradável, e isso também é bom na nossa idade, sente-se vivo e alegre, de tristezas já bastam as dos outros. Também gosto de falar, de conversar, pronto. Todos nós temos a universidade da vida, como se costuma dizer, não é? Na Universidade não se aprende tudo, obviamente.

**Sente que, de algum modo, está a regressar à escola?**

Sinto, sinto. No aspecto que referi há pouco, no convívio com os colegas, conhecer disciplinas e professores novos, actualizar-me, descobrir talentos.

**Sente-se envelhecer?**

Não, não. Sinto que... como é que eu hei-de dizer... espere lá... tenho a consciência que eu um dia hei-de acabar, as capacidades mentais vão-se apagando, mas isso é um processo natural, e a única coisa que eu quero é morrer com tranquilidade. O importante não é a pessoa viver amarrada e angustiada, «ai, que vou morrer», é verdade que não se pode fugir porque quem nasce morre, mas viver o dia-a-dia é que é importante. Uma pessoa não se pode deixar contagiar pela energia negativa, se não chega-se ao zero. O caminho que uma pessoa faz até à morte é que é importante, não quero chegar entrevado, numa cadeira de rodas, evidentemente que são coisas que não escolhem... Mas enquanto que a pessoa tem alguma saúde mental tem de pensar nestas coisas que ajudam, claro. Repare, eu tenho sessenta e oito anos e não foi por isso que não vim para aqui. Porquê? Porque eu sentia que tinha de fazer este investimento. Não ia agora ficar todo o dia em casa ou num centro de dia, por exemplo.

**Acha que se desenvolvem actividades interessantes nesses centros ou nem por isso?**

O que são os centros de dia? Os centros de dia são centros que acolhem pessoas que estão... amorfos, cujo objectivo é zero! Essas pessoas... eu vou aplicar uma expressão, desculpe... elas estão à espera da morte. Há centros de dia que, enfim, dão danças e dão isso, mas não são todos! E não criam nas pessoas motivos permanentes e constantes de interesse... Tudo bem, as pessoas dançam e cantam, ná, ná, ná, ná, ná, ná. Mas não chega, não enche totalmente as pessoas. Pelo que vejo, pelo que ouço e por aquilo que sinto, percebe? Eu às vezes vejo na televisão pessoas nos centros de dia e a maioria está entrevada, estão nas cadeirinhas de rodas, mas assim uma coisa muito, muito... muito básica. Não dão ânimo, não dão alento, acho eu! Mas essa é a percepção que eu tenho, porque a pessoa com sessenta ou setenta anos, com oitenta anos até... Tem que ter a juventude própria da sua idade, porque se a pessoa começa a pensar que vai morrer...

**Como encara o seu futuro?**

Como disse, com calma. Não tenho medo de desaparecer dos reinos dos vivos, mas acho que tenho de ter cuidados com a alimentação, por exemplo, para prolongar com calma.

**Sente-se útil?**

Sim, claro. O importante na minha idade é sentir que ainda somos úteis, capazes de fazer e de aprender novas coisas, e ter objectivos. Uma pessoa tem de ter objectivos, ainda que muitos não

se concretizem! Agora, o que fizer tem de ser feito com juventude, mal da pessoa que chega aos 50 anos e pensa que já está quase a morrer, que já não presta. É a pior coisa, é mesmo... tratar alguém como um farrapo que não presta, percebe? Porque o grande mal da nossa sociedade é ver pessoas da minha idade a serem tratadas pelos filhos como uns farrapos, que não prestam, que têm uma doença, vão directos dos hospitais para os lares [semblante triste]. A esperança média de vida aumentou, há cada vez mais pessoas de idade e o pior que pode acontecer a qualquer pessoa é ser tratada como um farrapo. Enquanto somos novos, os filhos olham para nós como deuses... Uma pessoa começa a ficar velha... Aí já não presta. A sociedade está a começar a pôr pessoas na valeta, se tiver dinheiro ainda interessa, não tendo dinheiro...



6 - Entrevista realizada no dia 14/10/2009, período da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Lúcia, 67 anos, casada

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Há cinco anos, acho eu.

**Que actividades frequenta?**

História da Arte, Cultura Geral, Natação, Pilates e Francês. Também estive na Ginástica, mas não gostei das instalações e depois mudámos para umas ainda piores... As pessoas estão mais concentradas nas actividades físicas, dão mais rendimento. Nas aulas em que as pessoas estão na secretária, há muita conversa, eu acho que há pouco respeito pela aprendizagem.

**Qual é a sua profissão?**

Oh. O que eu faço? Nada. Estou reformada. Antigamente, era correspondente de línguas e estava a trabalhar numa fábrica, tratava de todos os assuntos, fazia a ligação entre a vida lá fora e a gerência.

**Tirou algum curso superior?**

Não, só tenho o 10.º ano e um ano de escola comercial. Estive toda a vida a trabalhar.

**E os seus filhos?**

Sim, ambos tiraram.

**Incentivou-os a isso?**

Sim, claro. Naquele tempo um curso superior abria mais portas, era mais valorizado e como eles gostavam da escola e eram inteligentes... Hoje já não se pensa tanto assim... Há tantos desempregados licenciados... Mas estudar não deixa de ser importante, claro!

**Sente que está a regressar à escola, de certo modo?**

De certo modo sim, mas é como eu lhe digo, as coisas aqui não são levadas mesmo a sério. Agora, tenho aprendido coisas novas e lembrado outras dos meus tempos de escola.

**Custou muito quando se reformou?**

Custou-me muito porque me reformei antes do tempo, porque praticamente deixei de ver... Deixei o trabalho aos cinquenta e sete anos e fiquei muito triste, porque eu gostava mesmo muito daquilo que fazia. Chorei muito, muito [semblante triste]. Era um emprego muito diversificado, mas agora sei que até foi melhor assim porque a fábrica já fechou. Esteve aberta vinte e cinco anos e agora já foram todos embora. Agora até foi bom, porque senão ainda ficava mais triste. Vi o desfecho da fábrica à distância... Mas eu acho que, hoje em dia, são poucas as pessoas que estão preparadas para a reforma, porque ainda sentem que têm muito para dar... Ter cinquenta e tal anos hoje não é o mesmo de ter cinquenta anos há trinta anos atrás, a pessoa sente-se hoje melhor física e psicologicamente, as condições de vida são outras... E acho que

deixar um trabalho devia ser gradual, não brusco... Ir reduzindo o horário de trabalho, por exemplo... Para a pessoa ir se habituando à ideia e não custar tanto.

### **Quando resolveu vir para a Academia?**

Não vim logo, nos primeiros anos não vim. Olhe, não me lembro como tive conhecimento. Eu moro numa rua paralela, não me lembro... Vim sozinha, não preciso que ninguém puxe por mim. No primeiro ano depois de ter deixado de trabalhar inscrevi-me num ginásio e comprei um cartão para o ano inteiro, não ia todos os dias e não fiz nenhuma amizade. Quer dizer, ia lá, usava as máquinas e... as pessoas eram mais novas, tinham mais pressa e aqui são velhotes e não têm que fazer... é diferente.

### **Sente-se envelhecer?**

Claro, quem é que não sente. Mas eu não me sinto velha porque repare... Às vezes entro num café e digo «oh, só velhos», e não me lembro que afinal também sou velha. Uma pessoa não se lembra, mas eu sei, porque não se tem a mesma agilidade que se tinha quando... Nem a mesma força, nem a mesma capacidade que quando tínhamos vinte anos ou trinta, nem pensar!

### **Mas encara bem as palavras “velhice” e “terceira idade”, por exemplo?**

Ninguém encara bem. Como? Como se pode encarar bem?

### **E sénior? Já encara melhor? Imagine que esta Academia se chamava Universidade da Terceira Idade?**

Ai, que horror! Eu associava esse nome a um lugar com muitos velhinhos. Sénior suaviza mais a actividade. Ah, além da Academia eu agora utilizo muito a Internet, porque eu não consigo ler, por exemplo não consigo ler um livro nem o jornal, só leio os títulos. Mas na Internet eu tenho um monitor muito grande, e ponho a letra muito grande e leio, por exemplo as notícias eu vejo na Internet. E pois, a minha janela para o mundo é a Internet, pronto... E é isto, está tudo dito. Também já andei no Canto Coral e gostava de ter continuado, mas fazia-me falta uma pessoa que fosse mais segura a cantar, para eu me encostar mas não encontrei e pronto, tive de desistir.

### **E o seu marido? Não frequenta?**

Não, ele é muito independente, gosta de fazer as coisas sozinho, não gosta de... de... convenções, não. Por exemplo, em História da Arte fazemos muitas saídas, a última foi uma viagem à subida do rio Douro, antes disto fomos a Aljubarrota e a... Ai, já não me lembro... Alcobaça, é isso! E com visitas guiadas foi muito bom. Aliás, a professora como tem o curso de História da Arte consegue sempre que lhe arranjem umas visitas guiadas, umas guias muito boas, normalmente ela até vai primeiro sozinha aos locais para preparar aquilo. Bem, mas isto para dizer que pedi ao meu marido para me acompanhar mas ele... não vai, não. Ele vê televisão, lê jornal, faz palavras cruzadas, faz *sudoku*, tem uma revista americana, que é a *National Geographic*... Mesmo no computador, eu ainda não consegui que ele se entusiasmasse muito... Mas agora comprei um portátil e deixei o portátil na sala, no escritório tenho o

computador assim fixo... Para ver se ele também se interessa porque ele tem 86 anos e era bom ele também... Ontem, eu apanhei-o lá na sala. Vamos a ver, vamos a ver se ele se interessa.

**Já reparou que o número de mulheres que frequenta a Academia é muito superior ao dos homens?**

Sim. As pessoas são diferentes, também há mais mulheres no mundo... Talvez os homens não gostem tanto destas actividades... Não sei...

**Mas por que prefere ocupar o seu tempo na Academia, ao contrário do seu marido, por exemplo?**

Ora bem, ele não está sempre em casa. Vamos muitas vezes até à praia, ele ainda conduz e depois voltamos e vamos fazer umas comprinhas... Mas eu acho que não é só... não é só... não se deve exercitar só o corpo, mas também a mente, não é? E aprender coisas novas. Aliás, eu gostava de aprender piano.

**E então?**

Ah, mas eu não tenho em casa, a minha casa é muito pequenina, um piano bom também é caro, é preciso praticar, não sei... Um dia ainda vou pensar mais nisso, porque parece que é muito bom para a cabecinha, para a plasticidade do cérebro, mesmo na nossa idade podem fazer-se muitas ligações aqui dentro. É a chamada ginástica mental, o pior é não utilizar, o cérebro tem muito mais capacidades do que nós utilizamos, não é?

**Já estou a ver que tem algumas metas para cumprir num futuro próximo...**

Pois, tenho de ver... Eu já comprei também um curso de Italiano em *cd-room*, porque é uma língua lindíssima, estou a fazer alguns progressos mas eu gosto mais de aprender com outras pessoas.

**Sente-se útil?**

Oh, enquanto tiver pessoas que precisem de mim... Neste caso, acho que o meu marido precisa de mim e eu dele, claro. Quase todos os dias penso na morte... Não na minha, mas na dos outros... No meu marido... Eu tenho um cão com 14 anos e já ando a pensar como vai ser quando morrer, onde vai ser enterrado e essas coisas... Olhe, a vida é mesmo assim. Todos temos de morrer um dia, não é?

7 - Entrevista realizada no dia 14/10/2009, período da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Manuela, 57 anos, solteira

**Qual a sua profissão?**

Para já, estou desempregada. Para já e para sempre, porque acho que não vou voltar a trabalhar, possivelmente quando acabar o desemprego eu vou para a reforma. Com os anos de casa, acho que dá...

**E o que fazia anteriormente?**

Era analista num laboratório.

**Tirou curso superior?**

Não tinha. Tinha era um curso técnico, era um curso que agora já não existe, que era de laboratório, que funcionava ali no Porto, na Escola Infante D. Henrique. Mas aquilo foi modificado, tinha vários cursos, não é? E tinha o meu curso, que agora não existe.

**Está inscrita em que actividades?**

Em Francês, Hidroginástica e Informática.

**Por que escolheu estas actividades?**

Olhe, eu não escolhi estas propriamente, era para escolher outras só que já não havia vagas. Era o Inglês em vez do Francês, e Pilates em vez de Hidroginástica. Mas consegui Informática. É a primeira vez que estou cá, por isso quando me inscrevi já não havia vagas... De qualquer forma, as aulas de Hidroginástica são muito divertidas e estou a gostar muito de relembrar Francês. Eu já tive as duas línguas no liceu, por isso... É interessante recuar no tempo.

**Sente que, de alguma forma, está a voltar à escola?**

Acho que ainda é cedo para ter uma ideia clara... Estou aqui há menos de um mês, mas sinto que estou a aprender um bocadinho mais do que aquilo que sei e conviver com algumas pessoas. Na altura em que estamos na aula, a gente aprende, ri-se, fala e é engraçado.

**O que motivou a sua inscrição?**

É uma coisa curiosa porque quando eu vim aqui inscrever-me vi pessoas mais idosas que eu, porque eu não sou nova, já estou quase a entrar na terceira idade. Mas vi pessoas com muito mais idade que eu e fiquei com um bocado de receio de estar a frequentar um sítio com pessoas mais velhas... Mas olhe, fiquei surpreendida porque acho que as pessoas mais velhas são muito mais abertas do que muitas mais novas, não é? Bem, mas eu inscrevo-me porque na altura em que eu fiquei desempregada, foi mais ou menos na altura em que eu mudei de casa, vim do Porto onde sempre vivi para Vila Nova de Gaia. E eu dou-me lindamente sem fazer nada, trabalhei muito, desde muito nova, e no último ano que trabalhei foi muito complicado... Então, quando eu fiquei desempregada achei que fiquei muito bem, andei dois anos muito bem porque eu não me metia em casa. Mas a minha antiga chefe do laboratório tinha um familiar que estava

nesta Academia e dizia sempre «não fique sem fazer nada, vá para uma Academia Sénior, olhe que a minha prima também anda e gosta muito». Pronto, eu fiquei com aquela assim na ideia mas não fiquei receptiva, andei estes dois anos assim e estava bem, mas depois os dias começaram a ser muito iguais... Portanto, eu ia para a praia passear, ia ao centro comercial, tomava café, encontrava uns amigos, mas comecei a sentir que precisava de horários, não é? Pronto, eu sentia que precisava de me impor um horário, digamos assim...

### **Já reparou que o número de mulheres é bastante superior ao dos homens?**

Não sei e é estranho. Eu, por exemplo, não tenho filhos nem marido, não tenho propriamente vida de casa para fazer, mas há muitas mulheres aqui que têm uma família e uma casa para tratar, e essa rotina é capaz de as saturar muito. Enquanto que um homem sai, encontra-se com amigos, vai ao café e não sei quê... Claro que há muitas mulheres que já têm hábitos de café mas é menos natural. Se calhar, as senhoras procuram a Academia como um escape e o homem... Se calhar, eles até eram capazes de gostar mas pensam «sou homem, não preciso disso, ocupo-me com muitas coisas», e não têm iniciativa para vir. Eles dizem que são o sexo forte mas eu acho que nós é que somos o sexo forte, temos mais iniciativa, se queremos uma coisa fazemos, e eles... são mais preconceituosos do que as mulheres. Eles até eram capazes de gostar de aderir a muitas actividades mas devem um preconceito qualquer, não sei explicar.

### **Sente-se envelhecer?**

Muito sinceramente nem penso nisso. Há dias em que eu me sinto mais velha, e há outros em que acordo de manhã, olho para o espelho e sinto-me nova, bonita, nem aparento a idade que tenho. Agora, por exemplo, ando aqui com essa raiz a ver-se [aponta para algumas brancas no cabelo] mas vou pintar, e pronto... Não penso na morte, nem nada disso....

### **E no futuro? Pensa?**

Também não penso, porque acho que estou bem, tenho uma casa paga, não tenho dívidas, tenho o carro pago, portanto não me assusta o futuro, percebe? Nem penso «ai, quando for velhinha para onde é que eu vou?», quando se chegar lá eu logo vejo. Tenho uma família muito unida, tenho muitos irmãos e sobrinhos, os meus pais já morreram... Lá está, quando eles morreram senti muito a morte deles, e ainda hoje... A morte dos outros é que nos preocupa.

### **Sente-se útil?**

Para mim, sou útil, claro. Se calhar aos outros não sou muito, não sei... Sou muito independente, não sei... Já pensei em ir para o voluntariado, mas não consigo, não tenho espírito para isso e... jeito.

### **Quando pensa em velhice e “terceira idade”...**

Não consigo, não consigo pensar nisso e associar a mim. Não consigo sentir-me velha, não consigo pensar que estou muito velhinha, nem pensar que num futuro próximo vou morrer.

8 - Entrevista realizada no dia 14/10/2009, período da tarde, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Nelson, 63 anos, casado

**Frequenta que actividades?**

Bem, este ano estou só em Francês, porque estou a aguardar vaga para certas disciplinas. Portanto, neste momento estou só em Francês porque não tenho disponibilidade, não tenho vaga para Informática nem para a Inglês, mas se calhar ainda vou ter até ao final do ano... Eu não estava logo no início das matrículas, vim mais tarde e se calhar por isso...

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Já ando aqui há três anos, praticamente desde que me reformei...

**Qual era a sua profissão?**

Trabalhava nos caminhos-de-ferro, era chefe de estação, estive ali em Campanhã durante muitos anos, e estive noutras também. Sempre gostei de estudar, mas a minha profissão nunca me deu grandes possibilidades... Agora como estou disponível e gosto de aprender, gosto de estar mais ou menos actualizado, e portanto estou a estudar aquelas coisinhas... Há umas que fazem falta, como é o caso da Informática, já sei mexer nos computadores, sei algumas coisas, mas gostava de continuar porque se uma pessoa não praticar... Nas línguas a mesma coisa, estou no Francês porque os poucos estudos que eu tinha obrigaram-me a estudar Francês. Na altura, há vinte ou trinta anos, ou há quarenta, a língua que se estudava muito era o Francês.

**Como foi o seu percurso escolar?**

Isto é assim, eu em miúdo só estudei até à 4.<sup>a</sup> classe, depois fui estudando em adulto. Era assim, num ano fazia dois anos, fiz a trabalhar mas num ano fazia dois anos. Fiz o ciclo preparatório, que era o 1.<sup>o</sup> e o 2.<sup>o</sup> ano, que corresponde hoje ao 5.<sup>o</sup> e 6.<sup>o</sup>, fiz num ano. Depois, fiz o 5.<sup>o</sup> ano por disciplinas sem andar a estudar, quer dizer eu é que estudava por mim, demorou-me dois anos a fazer. Quer dizer, houve algumas disciplinas que eu tive mesmo de me matricular, porque não conseguia fazer sozinho, que eram Matemática, Física e Química, e Francês e Desenho, foram essas. Mas de resto, Português, História, Ciências e por aí fora... Isso propus-me a exame e fiz só através daquilo que eu lia e estudava. Depois, cheguei a estar no 11.<sup>o</sup>, que na altura era o 7.<sup>o</sup>, mas por razões profissionais não acabei. Pronto, nessa altura tinha que frequentar cursos profissionais, nessa altura já estava quase preparado para fazer o 7.<sup>o</sup>, fui fazer um curso de formação no Entroncamento, interrompi e a partir daí desisti. Entretanto, o tempo foi passando, aprendi Informática, estou a desenvolver bastante a língua francesa, fiz o 12.<sup>o</sup> ano e só não vou para a Universidade porque, de facto, numa universidade pública não teria vaga e se calhar até iria tirar vaga a gente jovem, não é? Também para ir para a universidade privada e pagar um dinheirão, se calhar já não terá assim grande interesse, porque eu já não vou trabalhar de certeza.

### **Mas associa sempre a educação ao emprego?**

Repare, na minha idade, pagar um dinheirão numa universidade privada é como digo... Não é um bom investimento. Agora, na pública a história é outra... Já me andei a informar e tudo... Vamos lá ver, tenho pensado ultimamente muito nisso [largo sorriso]. Digo-lhe mais, acho que nunca houve tantas facilidades de as pessoas aprenderem como agora. Mesmo de graça, mesmo de graça. Por exemplo, sou um grande admirador das Novas Oportunidades porque dá facilidade às pessoas de... Quando andei a fazer o 12.º ano, os formadores não dão matéria nenhuma, as pessoas é que têm de desenvolver trabalhos e dar a entender que a pessoa tem experiência de vida, tem conhecimentos. E pronto, vai apresentando um portefólio, que é uma forma engraçada e boa de as pessoas adultas poderem ter equivalência a uns certos estudos através dos seus conhecimentos, que tiveram que provar. Foi o meu caso, eu escrevia, tinha o meu portefólio e de vez em quando tinha uns encontros, e assim os formadores ficavam a saber se aquilo que eu escrevi correspondia aos meus conhecimentos ou não. Eu acho que está muito correcto assim, porque se não qualquer pessoa arranjava uns rascunhos... Era assim, à medida que a pessoa vai apresentando os seus trabalhos escritos ou gravados na *pen*, vai tendo encontros com os formadores e tem que dizer aquilo que escreveu mais ou menos.

### **Mas tirou o 12.º ano após se ter reformado ou ainda estava a trabalhar?**

Já estava reformado, reformei-me com cinquenta e oito anos e ainda estive dois anos parado.

### **Ocupava bem o tempo nessa altura?**

Eu divido o meu tempo entre a cidade e a aldeia, que fica a 90 km daqui. Tenho lá a minha família, ainda tenho mãe, tenho irmãos e, portanto, vou com frequência à terra, tenho lá uma casita. Como vê, sou uma pessoa que consegui fazer tudo aquilo na vida sempre a trabalhar, e praticamente sem estar a frequentar as escolas, a maioria foi feita a pulso. Eu tive de estudar e de ler por mim próprio, e continuo a ser assim. Ocupo muito o tempo a ler e a escrever, aliás eu escrevi durante muito tempo para um jornal da minha terra, deixei de escrever porque eu não pude acompanhar a evolução e não sabia nada de computadores, não sabia escrever e não sei quê... Comecei a ter alguns complexos de estar a escrever à mão, tudo manuscrito, e deixei de escrever. Agora, já me sinto à vontade, mas tenho outras coisas para fazer. Continuo a ler muito e tal...

### **Mas teve aulas de Informática aqui na Academia?**

Não, fiz um curso de Informática à parte, paguei mesmo. E já não estava a trabalhar. Isto foi assim: eu inscrevi-me nas Novas Oportunidades, e as Novas Oportunidades despertaram-me para muita coisa. Por exemplo, eu tinha de saber uma língua estrangeira e eu achava que era pouco aquilo que sabia, mas também não queria que me dessem equivalência ao 12.º por favor, eu queria mesmo saber. Então, frequentei na Academia o Francês ao mesmo tempo que ia prestando provas. Claro que não foi só num ano que eu aprendi Francês, mas com aquilo que eu sabia e tal... Informática comecei quando eles me perguntaram como ia apresentar os trabalhos.

Eu não percebia nada de Informática, não era obrigatório saber usar o computador, mas dão muito valor a isso nos tempos de hoje. Eu disse logo que não havia problema nenhum e fui fazer um curso, ao fim de um mês substituí o trabalho manuscrito pelo escrito a computador.

**Foi por iniciativa própria que começou a frequentar a Academia?**

Eu moro aqui perto há trinta e tal anos, mas nem sabia que isto existia. Passava aqui, conhecia isto como uma escola primária, pensava que eram umas instalações da Junta, passava e não ligava nada. Depois, conversei com um amigo e vim logo cá para saber como é que era, explicaram-me e pronto, estou aqui.

**Sente que, de alguma forma, está a regressar à escola?**

Pois claro. Como eu já lhe disse, eu fui fazendo o meu percurso escolar sem muita ajuda da escola, ia lá para certas disciplinas e tal... Nas Novas Oportunidades também tive orientações dos formadores, aqui a mesma coisa. Mas em casa também estudo, escrevo, organizo os meus apontamentos, ... Faço coisas que, infelizmente, não pude fazer quando era mais novo por razões económicas. Mas nós temos de continuar a lutar, sem sacrifícios não vamos lá...

**A sua esposa também o acompanha?**

Não, porque a minha esposa trabalhou até há bem pouco tempo. Depois, ela também trata dos pais e não tem muito tempo disponível.

**Mas pensa que talvez a convença a vir também?**

Depende das disciplinas. Se forem actividades de que ela goste, também vem. Infelizmente, está assim a atravessar um momento... a cuidar dos pais, não é?

**Curiosamente, há mais mulheres do que homens neste tipo de Academias... Por que será?**

Eu acho que os homens, depois de estarem reformados, preferem outras diversões. Embora alguns gostem de estar actualizados, não estão assim muito... Não gostam de compromissos, nem de andar com os livros, não se querem chatear... Mas eu reparo que as mulheres até têm mais coisas para fazer quando estão reformadas, normalmente as senhoras têm muita preocupação em casa... Mas a verdade é que eu noto que há muito menos homens aqui e mesmo nas Novas Oportunidades, quando lá andava e tudo... Bem, eu tenho alguns colegas que trabalhavam comigo e também andam aqui, mas escolhem disciplinas que não tenham grande maçada, querem disciplinas ligadas mais ao desporto, não querem muito estudar, percebe? Não quero dizer que o desporto também não seja útil mas eles não gostam assim de coisas muito maçadas, como por exemplo o Francês que tem gramática “à brava”, para se tirar algum proveito é preciso realmente estudar alguma coisa...

**Pensa que a Academia aumentou a sua qualidade de vida?**

Sim, sem dúvida. Aliás, já aconselhei alguns colegas a virem desde que estou cá. Ao passo que fui eu próprio que tomei iniciativa para me inscrever. Só não vim mais cedo porque não sabia que funcionava aqui uma Academia.

**Sente-se envelhecer?**



Sinto, sinto. E vou-lhe dizer porquê: é que eu, no ano passado, tive um susto bastante grande, está agora a fazer um ano... Eu, sem contar, tive de fazer uma operação bastante complicada aos intestinos, fui apanhado com problemas dos intestinos e a partir daí começar a pensar mais na vida, na altura pensei «hoje é o primeiro dia da tua morte», ou então «hoje é o último dia da tua vida». Portanto, fiquei com um bocado de receio e ainda penso um bocado nisso.

### **Quando se confronta com palavras como “velhice” e “terceira idade”, o que pensa?**

Já me sinto um bocadinho... Sinto que já faço parte da “terceira idade”, já me sinto mais cansado, o meu corpo já não é como era antes... Mas de cabeça ainda me sinto muito activo, ainda tenho idade para trabalhar... Agora só a partir dos 65 é que as pessoas se reformam, ou se vão mais cedo são muito penalizadas... Já tive sorte em reformar-me mais cedo, tive essa oportunidade na empresa onde trabalhava, mas eu estava preparado e mentalizado para trabalhar até aos 65 anos, eu podia estar no activo como muita gente. Mas pronto, vim-me embora e não pensava muito na velhice, mas agora depois que me apareceu isto [semblante triste] ... Claro que as doenças não aparecem só em velhos, não é? De qualquer modo, foi um abanão.

### **Pensa muito no futuro?**

Humm, não, não penso assim muito no futuro. É assim, penso no futuro, claro, mas não estou sempre a cismar. Por exemplo, penso que enquanto puder ter este estilo de vida muito bem. Quando não puder, vou para um lar. Eu só tenho uma filha, ela trabalha e eu tenho consciência que ela não pode estar a olhar por mim, não é? A minha ideia é essa, enquanto tiver genica, movimentar-me e fazer a minha vida normal, estou em casa. Quando vir que já não posso, vou para um lar, porque não estou assim assustado.

### **E o percurso escolar da sua filha? Como foi?**

A minha filha é licenciada mas não exerce...

### **Incentivou-a sempre a continuar os estudos?**

Sim, se calhar ela não era licenciada se não fosse eu. Veja lá que ela tirou o curso e, com muita tristeza minha, esteve uns anos sem fazer o... Não me lembro do nome ao certo, mas ela tinha que apresentar um trabalho, uma espécie de livro sobre a área dela, que era Publicidade e Marketing, e ela esteve uns anos sem o fazer. Ela para ter o diploma do curso tinha de apresentar isso, ela chegou a entregar mas fizeram-lhe umas correcções e pediram-lhe para reformular, mas ela meteu aquilo na gaveta e não se quis chatear mais... Mas eu andei sempre à volta dela e ela acabou por fazer isso há dois anos, e licenciou-se graças à minha insistência. Eu sempre lhe disse que não me importava nada de gastar dinheiro com a educação, acho que é um bem precioso, não é deitar dinheiro fora mas sim um investimento, ela andou a tirar cursos de línguas estrangeiras por fora e eu nunca me importei.

### **Sente-se útil?**

Bem, eu acho que até podia dar bastante mais... Como me reformei agora, enfim... Agora, se calhar já não me sentia bem em trabalhar, porque ia tirar trabalho aos outros, e uma pessoa

quando trabalha por conta de outrem tem muita responsabilidade, tem horários a cumprir e uma série de coisas... Eu entendo que agora não preciso disso, a reforma chega, estou bem assim, e sou útil à minha maneira. Sou útil para a minha família, para a sociedade já fui mais, mas paciência...

9 - Entrevista realizada no dia 15/10/2009, início da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)

Maria, 60 anos, casada

**Qual é (ou foi) a sua profissão?**

Professora.

**Ainda está no activo?**

Acha que se estivesse no activo, tinha tempo para estar aqui [risos]?

**Nunca se sabe...**

Não, não tinha... Eu na escola fui quase sempre coordenadora do 1.º ciclo, de maneira que... Mas ainda sou professora, nunca se deixa de ser.

**Há quanto frequenta o Instituto?**

Há quatro anos.

**Além da Pintura a Óleo, frequenta outras actividades?**

Não, não tenho muito tempo e só o faço porque gosto. Também da companhia, do ambiente... Já estive noutra instituição mas não gostei...

**Então, chegou a frequentar outras actividades noutra instituição?**

Cheguei, mas não gostei, inscrevi-me logo depois de me ter reformado, fui lá um dia, não gostei e vim embora. Era para ter Pintura a Óleo, História de Arte e Artes Decorativas... Senti que não fui bem recebida, ouvi uma colega dizer para outra «estás a ver mais uma?»... Não gostei do comentário e reparei também, na altura, que as colegas tinham uma idade mais avançada que a minha... Pronto, não foram simpáticas e o estacionamento também era difícil... Eu até sou uma pessoa que entro facilmente num grupo, mas não gostei daquela recepção, e como também não gostei do local... Ia por ir... Desisti.

**Como resolveu frequentar este Instituto?**

Nós, educadoras e professoras do 1.º ciclo, expomos em Gaia todos os anos, através de um protocolo com a Câmara. Organizamos uma exposição com pintura a óleo, aguarelas, desenhos, etc. Eu fui com uma amiga ver a exposição das colegas, encontrei uma que andava aqui e que disse «olha, por que é que também não vens?». Eu disse que não sabia se conseguia, a pintura fica sempre cara, mas ela disse logo que não, não ficava caro, e pronto. Eu vim cá, gostei e aqui estou.

**E por que não se inscreve em mais actividades?**

Não, não. Eu não tenho tempo para mais. Gostava de andar na hidroginástica, mas por causa de um problema na coluna desisti ao fim da terceira aula. Também tenho uma part-time, vendo uns produtos por catálogo, mais para passar o tempo...

**Sente que, de alguma forma, está a regressar à escola?**

Ora bem, eu quando era miúda e andava na escola sempre tive apetência para as Artes e gostava muito de ter seguido Belas-Artes, mas naquela altura essa área estava associada ao comunismo e essas coisas... E a minha família é uma família de geração de professores, e as meninas vão para professoras e eu fui. Mas gostei muito do meu curso e da minha profissão. Eu, por exemplo, não tenho problemas nenhuns em dar explicações de Matemática até ao 10.º ano, há coisas que me ultrapassam mas... Eu também ocupo o tempo no voluntariado a dar explicações a miúdos com dificuldades, por exemplo. Também é uma forma de ocupar o meu tempo de uma maneira muito útil, ajudando os outros.

**De que outras formas ocupa o seu tempo livre?**

Gosto muito de ler, passeio, divirto-me e tenho os filhos.

**Os seus filhos também tiraram um curso superior?**

O meu filho, neste momento, tem dois cursos superiores e um Doutoramento. A minha filha tem um Mestrado e é jornalista.

**Sempre os incentivou a seguirem um percurso no ensino superior?**

Sim e sempre achei importante. Na minha família era todos professores, mãe, pai... Eu, como fui criada num ambiente onde se lia muito, também aprendia música, os meus pais sempre deram valor à educação e à instrução, ... Por isso também... Eu levava um bocado essa orientação de casa, pensei sempre que se os meus filhos tivessem oportunidade de aprenderem... Sabia que podia ter filhos com limitações, mas pensava muitas vezes que se os meus filhos chegassem aos doze anos e não tivessem apetência para estudarem... Eu colocava-os a aprender uma arte, porque eu sou apologista que não se deve obrigar as pessoas a fazerem coisas que não querem, a andarem aí a perder tempo, a enveredarem por caminhos que não os realizem... Porque muita gente faz o 12.º ano, depois entra nas privadas, ou em cursos com notas muito baixas, e o que acontece muitas vezes? Andam a perder tempo e a não se realizarem. Eu estava preparada se os meus filhos não gostassem de estudar, porque nem toda a gente pode ser doutor, são precisos electricistas, mecânicos e essa gente toda. Já se sabe que também é importante ter cultura, em qualquer profissão. Para mim, por exemplo, comparando com o que se passava no meu tempo, o 9.º ano de hoje é um 4.ª classe mal feita de antigamente. O que está acontecer agora é uma maneira administrativa de termos sucesso, só para dizer que temos não sei quantas pessoas com grau académico... Não estou a dizer se era melhor ou pior, mas nós na nossa antiga 4.ª classe sabíamos mais os conteúdos. Agora, trabalha-se para estatísticas, para papéis, os professores agora estão a fazer coisas que não são da área deles, que é a parte administrativa. Nós, se tirámos um curso de professores, não é para trabalharmos como administrativos. Pronto, o descontentamento dos professores também vem muito daí... A Europa põe-nos certas regras e depois dá nisso, os miúdos também se afastam da escola, a escola não lhes diz nada e porquê? Acabaram os cursos técnicos, que fazem falta, onde eles aprendiam realmente uma profissão. É só doutores, doutores, doutores... É quase como no

Brasil, só há doutores e coronéis, quem tem estudos e é rico é doutor, que não tem estudos mas é rico é coronel... Por isso é que eu digo, nós agora só trabalhamos para estatística.

**Sente-se envelhecer?**

Oh, filha! Eu esqueço-me da idade que tenho. Só penso que agora tenho menos tempo de vida e por isso tenho de aproveitar ao máximo, mas a idade passa-me um bocadinho ao lado. Só quando quero fazer certas coisas que antigamente fazia, é que me apercebo da idade que tenho.

**O que pensa de palavras como “velhice” e “terceira idade”?**

Eu espero ter ainda a sorte de chegar à terceira idade, por que não?

**Ainda não chegou, portanto?**

Nos tempos que correm, acho que é a partir dos oitenta [anos de idade]. Antigamente, era a partir dos sessenta e cinco mas agora... Mas não me assusta, claro que as pessoas com mais idade começam a ter uns esquecimentos, mas às vezes os mais novos até são os mais esquecidos, só têm cabeça para o trabalho e tal...

**Pensa muito no futuro?**

No futuro, penso que a gente tem de ter objectivos, se não tivermos objectivos andamos cá a pastar. Objectivos há, mas o nosso país está a cortar um bocadinho os nossos objectivos. Por exemplo, quando nós nos reformámos, pensámos que os impostos não passavam um bocadinho ao lado, mas afinal é a nossa geração que está a assegurar a vida dos mais novos. Os filhos com os ordenados que têm... Mas os miúdos que se formaram a partir do ano 2000 estão quase todos com empregos precários, e com os currículos e intelectualmente muito acima dos que estão a trabalhar desde os anos anteriores. Vê-se advogados nas caixas do Continente, vê-se economistas, vê-se esses jovens todos, não é? E eles estão na idade de serem aproveitados. Vai-se ao Algarve e ao sul da Europa, e os turistas são pessoas com mais idade, mas não se vê portugueses, porque os portugueses têm de estar a cuidar dos filhos mesmo depois de se reformarem. Os outros, os estrangeiros, é que têm qualidade de vida, podem passear, podem tirar férias, por exemplo. Estamos a passar, realmente, por uma fase má, mas acho que estão a ser sacrificadas muitas pessoas, a classe média é que aguenta com isto tudo. Depois, claro, há os muito ricos e os muito pobres. O que é estranho é olhar para um parque de estacionamento e bem se vê o tipo de carros que lá estão... É muito triste ver um país assim, mas não sou saudosista do tempo da ditadura, não sou saudosista, sabemos que a democracia é boa mas democracia sem pão... Onde não há pão, todos ralham e ninguém tem razão.

**Sente-se útil?**

Eu acho que as pessoas são todas úteis, acho que os jovens deviam ter todos emprego, nós devemos dar o lugar aos mais novos, sempre pensei assim. Eu quando saí da escola, não foi porque não gostasse da profissão, eu adorava dar aulas, a maior alegria que eu tenho é quando vejo um aluno que já foi meu. Ainda há dias me ligou um aluno, que agora está na Faculdade de Medicina e que andava a arrumar os livros e viu o meu número de telefone num caderno...

Pronto, isto para mim é o mais gratificante desta profissão, eu sempre me empenhei na minha profissão, e dá-me uma grande alegria andar na rua ou ir às compras, e ouvir «Professora, lembra-se de mim?». Eles crescem, estão diferentes, mas eu lembro-me e fazem-me uma festa. Há tempos fui ao supermercado, encontrei um aluno que me disse que tinha ido à escola mas que lhe disseram que eu já não estava lá. Eu lá lhe disse que me tinha reformado, e ele «não acredito, tão nova, com essa cara?». Mas pronto, é como eu lhe disse, temos de dar lugar aos mais novos. Uma coisa é certa, nós, os mais velhos, não me importo nada que me chamem velha, temos uma coisa que os jovens não têm, que é experiência de vida. Pois é, novos e velhos podem fazer muito pelo país, pelos outros. Quando eu andava na escola, tinha colegas mais novas que me perguntavam muitas coisas, tiravam dúvidas, e eu fazia o mesmo com ela. Isto assim é salutar. O mesmo se passa nos hospitais, onde imensa gente nova só faz disparates, e porquê? Porque lhes falta experiência, se estivesse ali um professor, enfim um médico com mais experiência, a orientá-lo, já não o deixaria fazer certas coisas mal feitas. Quando eu comecei a trabalhar, quando me vi a primeira vez a olhar para um turma, com apenas dezanove anos... A pessoa fica um bocado embaraçada, e no fim da minha carreira eu podia estar com menos agilidade, o que é normal, mas estava mais activa e explicava melhor do que quando comecei, há uma evolução, uma aprendizagem, e faz bem o intercâmbio de gerações. A gente aprende com os mais novos, até com um miúdo de quatro anos, e não há mal nenhum nisso. Por acaso, não gosto nada de computadores, acho que se perde muito tempo virada para um aparelho, prefiro ir tomar ar do que estar ali a olhar para uma coisa estática, para mim é estática. Não é que não seja importante nem interessante, mas divide muito as famílias, isola muito as pessoas, as máquinas têm de estar ao nosso serviço, nós não podemos ser escravos das máquinas. Mas, infelizmente, há muita gente que se lhes falta o computador, já não conseguem trabalhar, sem a máquina de calcular não sabem fazer uma conta... É só Magalhães, Magalhães... Tudo isso é muito útil, muito bem, mas o cérebro também tem de ser desenvolvido e trabalhado, porque não podemos ser meros bonecos perante um computador. Pronto, para aquelas pessoas que estão impossibilitadas de se movimentar, isto tudo é muito bom, mas enquanto uma pessoa puder usar a cabeça e o corpo... Não podemos ser escravos... Acho, por exemplo, que os alunos das aldeias têm uma cultura, típica deles, muito mais enriquecedora.

### **O seu marido também a acompanha nessas actividades?**

Olhe, o meu marido ocupa todas manhãs fazendo voluntariado na Casa do Professor, está a dar ajuda na parte de informática aos meus colegas professores. Prefere ocupar assim o tempo, porque no fundo sente... É quase como se estivesse a fazer o mesmo que estava a fazer quando trabalhava...

**Não sei se já tinha reparado mas o número de mulheres que frequentam este tipo de instituições é bastante superior ao dos homens... O que pensa sobre isso?**

Para já, há sete mulheres para um homem. Em qualquer actividade, e até na Universidade, há mais mulheres. Não sei, é estranho... Eles preferem estar no café, em casa ou no *shopping* sem fazerem nada.

**10** - Entrevista realizada no dia 15/10/2009, início da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)

Julieta, 60 anos, casada

**Qual é (ou foi) a sua profissão?**

Fui secretária e agora estou aposentada.

**Há quanto tempo frequenta o Instituto?**

Há quatro, cinco anos.

**Frequenta que actividades?**

Aqui estou na Pintura a Óleo. Noutro lado, já frequentei Inglês, Informática, mas neste momento só estou em Hidroginástica e Pilates.

**Por que motivo escolheu essas actividades?**

Estava a precisar de Hidroginástica por causa da coluna, e tenho que optar por alguma coisa, tinha de ser. As outras aulas colidiam com o horário da Hidroginástica, e eu preciso mesmo de ir por uma questão de saúde... Depois, também é muito tempo, uma pessoa tem de estar atenta aos horários, e eu mesmo assim vou todos os dias à piscina, saio sempre de casa, vou à piscina e chego tarde a casa. Se tivesse mais aulas, era mais complicado porque depois não tinha tempo nenhum para mim, não podia pintar, não podia me dedicar a outras coisas, não podia tomar um cafezinho numa esplanada...

**De que outras formas ocupa o seu tempo livre?**

Adoro arranjar tempo para mim, dar uma boa caminhada à beira-mar, ler um livro, adoro computador, ver os *mails* que as amigas me mandam, malandros ou não. Gosto de pesquisar sobre pintura ou qualquer coisa que eu queira, uma receita de um bolo, por exemplo. Porque no livro uma pessoa perde-se, mas na Net encontro receitas mais práticas, há muita coisa.

**Quando se reformou, inscreveu-se logo nesta instituição?**

Foi praticamente logo depois, já tinha ideias de me inscrever em qualquer coisa, porque não queria ficar parada em casa.

**Considera que o Instituto tem um papel importante na sua vida?**

Sem dúvida, para já tem o valor da comunicação entre as colegas, o que é muito bom. Quando alguém falta, ficamos logo preocupadas umas com as outras, porque temos um grau de amizade muito grande, formamos aqui uma pequena família, somos todos acarinhados, estimamo-nos uns aos outros... Eu acho que isso é mais importante agora do que nas outras idades, é verdade. Isso é um valor acrescentado na vida de cada um.

**Sente que, de algum modo, está a regressar à escola?**

Não, não é bem regressar à escola. Isto foi uma paixão que eu tinha desde muito pequena, adorava pintar, mas não tinha técnica, o nosso mestre ajudou-nos imenso nisso, e depois foi o resto... O resto também foi fundamental, nós sentirmos que gostamos imenso uns dos outros.



Eu tenho impressão que, se neste momento, uma de nós tivesse que sair, acabava por continuar a preocupar-se com o resto do grupo, com quem fica, e vice-versa. É uma preocupação boa, não é aquela preocupação aborrecida, e isso é muito bom para nós, quer intelectualmente, quer no aspecto dos sentimentos, é muito importante. E digo-lhe mais, eu preciso cada vez mais das minhas amigas.

### **Sente-se envelhecer?**

Não, eu acho velhos os outros, eu não. Eu só sinto rugas, só sinto rugas, mais nada. Só sinto «que pena a minha cara estar assim, não tenho idade para esta cara». Pois não, sou tão nova ainda... Eu sinto isso, nunca me achei bonita, mas agora digo que sim. Só sinto o meu corpo envelhecer, fico um bocadinho triste porque se eu quiser fazer um desporto radical eu não tenho capacidades físicas, depois dói-me as costas e o braço...

### **O que associa quando pensa em “velhice”, “terceira idade”...**

Não é comigo, nunca é comigo, é engraçado. Eu pensei que ia ser, porque há pouco tempo, há dez, quinze anos, velhas eram as pessoas da minha idade, da idade com que eu estou agora. Eu agora fico espantada, porque chego a esta idade e não pode ser, não sou velha. As pessoas da minha idade querem viver, estão aptas e querem dar ainda muito de si. Olho para as pessoas com oitenta e noventa como se fossem velhinhos, mas também depende da saúde de cada um. Se uma pessoa tem saúde, eu acho que nunca envelhece, nunca. O que nos falta depois é saúde, porque se nós tivermos saúde nós temos sempre vontade de viver e de avançar. Eu, pelo menos, tenho vontade de aprender, de estudar, de fazer, sei lá...

### **Pensa muito no futuro?**

Penso, penso tanta coisa, penso em estudar mais, penso em matricular-me noutras disciplinas, que sejam mais de cabeça, mais estudiosas, penso muita coisa. E se não faço mais é para ter também os meus momentos de lazer, para não ter tantos horários, como eu já tenho que seguir às x horas e depois voltar, fazer almoço e fazer aquelas coisas todas... Eu penso que preciso de ter um bocadinho para lazer, para ler um livro na esplanada, para ir à beira-mar, para as minhas caminhadas diárias com o meu cão... Agora, isto tudo vai ser muito bom enquanto eu puder... Eu tive um problema num joelho e não pude caminhar, e isso entristeceu-me imenso, aí é que a gente envelhece, é quando o corpo nos limita e não nos deixa fazer aquilo que a gente quer. Antes, via-se logo que uma pessoa era velha pela forma de vestir, pela forma de se pentear, mas hoje em dia... As pessoas mantêm-se muito jovens até muito tarde.

### **Sente-se útil?**

Sinto, então não sinto. Se a sociedade precisar de mim, estou aqui. Ainda me inscrevi para fazer voluntariado no Hospital, mas uma amiga aconselhou-me a não fazer porque era muito duro e trazia-se muitos problemas para casa. Eu fiquei naquela... Realmente, uma pessoa ao ver tanto sofrimento à volta, acaba por sofrer também com isso. E deixei a minha inscrição lá... Também deixei os meus dados numa clínica veterinária, para ser família de acolhimento de cãesinhos

abandonados, encontrei seis cachorrinhos num contentor abandonados, acabadinhos de nascer, trouxe-os para minha casa, dei-lhes o biberão de três em três horas, e ajudei. Se fosse preciso, ajudava mais. Pronto, há que ser útil. Eu só não gosto é de horários rígidos, porque já se torna cansativo.

**E o seu percurso escolar, como foi?**

Foi bom, sempre fui boa aluna. Podia ter continuado num curso superior, mas mal acabei o liceu arranjei logo trabalho e pronto... Alguns projectos foram deixados para trás.

**E os seus filhos? Seguiram o ensino superior?**

Sim, sim.

**Incentivou-os a isso?**

Sim, sem dúvida. Achei que era importante, essencial até. E hoje em dia tenho pensado muito em ir também para a Faculdade. No ano passado, andei a pensar com quem havia de falar para me informar sobre isso. Ultimamente, tenho pensado muito nisso e sinto-me feliz quando penso nisso.

**Quais as razões que a levam a querer isso?**

Essencialmente, é para valorização própria, valorizar-me a mim própria. E se com esse conhecimento, puder ajudar as pessoas... Ainda melhor. É, penso muito nisso, mas acho que há um certo comodismo em avançar, em ir lá bater à porta e perguntar como é que eu vou fazer isso. E depois, há sempre a questão dos horários, vou ter de deixar a parte que eu agora acho muito boa... Eu faço Hidroginástica diariamente, é muito bom para a minha saúde, e na minha faixa etária o exercício é muito benéfico, para conseguir durar com qualidade de vida, para não ficar parada até mais tarde.

**Não sei se já reparou, mas o número de mulheres inscritas neste tipo de instituições é bastante superior ao dos homens... O que pensa sobre isso?**

Sim, já, já. Claro que há mais mulheres, as mulheres também vivem durante mais tempo, mas eu acho que o homem não se vira tanta para este tipo de actividades, o homem vira-se para outras. Eles são capazes de gostarem mais de estar a ver futebol ou outros desportos... Na aula de Hidroginástica, por exemplo, só há um homem, mas no entanto esta actividade faz bem a todos, homens e mulheres... Há uma discrepância muito grande, tenho a impressão de que as mulheres são mais abertas, aderem mais do que os homens, em tudo... Nós conversamos umas com as outras, contamos muito mais coisas de nós, nós abraçamos, beijamos, elogiamos, ... Os homens não fazem isso, têm aquela ideia de «eu sou macho», mas isso corta-os, porque eles também são seres humanos, precisam de afecto.

**E o seu marido? Também a acompanha ou não?**

Não, ele não gosta. Eu já lhe disse para vir, tem coisas engraçadas, tem Percursos de História, visitas a monumentos, almoços em grupo, mas não... Diz que não quer ir para a academia dos velhinhos... Lá está, os homens não dão um passo para ir até um sítio onde estejam mais

peessoas, sentem-se mal... Ele lá arranjou uma actividade para ele, passa a manhã inteira na bicicleta, é óptimo para a saúde dele e psiquicamente também, mas de tarde fica em casa, no computador, manda *mails* aos amigos, investiga as coisas que ele gosta, vê programas de televisão, mas é diferente... Não percebo por que é que os homens são assim.

**11** - Entrevista realizada no dia 15/10/2009, início da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)

Aurora, 61 anos, casada

**Profissão?**

Era funcionária pública, reformei-me há uns sete anos.

**Inscreveu-se no Instituto logo após a reforma?**

Não, primeiro ainda abri uma lojinha, mas era muito cansativo e acabei por fechar. Depois, senti realmente que precisava de arranjar uma ocupação e inscrevi-me numa outra instituição, só que tinha que tomar conta dos meus pais e da minha sogra... Era muito complicado, e eu só vim para aqui quando o meu filho ficou colocado em Lisboa. Bem, de qualquer forma, eu ficava louquinha se só ficasse em casa a tomar conta de velhos, era tudo velho e eu sentia-me mal.

**Está inscrita só em Pintura em Óleo?**

Sim, sempre gostei de Artes e assim tiro um tempo só para mim, é um pouco egoísta às vezes, mas eu gosto. Na outra instituição, cheguei a andar no Inglês e meti-me em Danças, mas andei lá pouco tempo, por causa dos horários. Depois, inscrevi-me aqui e adorei, adorei, sempre gostei de pintar, mas nunca tive oportunidade de o fazer muito, porque tinha uma vida muito ocupada. Isto é um escape, é um escape. Também já frequentei aqui em Informática, porque precisava de utilizar o computador e já estava desactualizada, mas faltava muitas vezes... Já para a Pintura tenho pouco tempo... Sabe que tomar conta de pessoas acamadas em casa... O meu pai está acamado, percebe? Não é que vá muitas vezes abaixo, mas às vezes... E isto aqui é um escape, além de termos criado aqui um grupinho, uma família. Foi a melhor coisa que eu pude encontrar nesta fase da vida.

**Há quanto tempo está inscrita no Instituto?**

Há cinco anos.

**Considera que o Instituto tem um papel importante na sua vida?**

Da minha parte, foi uma dádiva, “eu” nunca existi, eu nunca fui “eu”, estava sempre ao serviço ou do marido, ou dos filhos, ou dos meus pais, ou da minha avó... A minha avó viveu sempre comigo até morrer. Bem, mas eu nunca fui “eu”, procurei criar os meus filhos da melhor maneira, mas nunca pude dizer que agora ia arranjar um tempinho para mim, não. O meu marido não gosta nada disto, não gosta de Informática, as nossas conservas não vão no mesmo sentido, não tenho razão de queixa propriamente dita mas... Nós sempre fomos muito opostos, não há aquela comunhão, somos opostos, um gosta de branco, outro gosta de tinto. Portanto, não temos nada em comum a conversar, ele tem os negócios dele, o futebol dele, nós mudámos de casa e afastamo-nos um bocadinho dos amigos... É complicado, nós gostamos um do outro, temos uma grande paixão, mas pronto... O que eu sinto agora é que eu quero ser “eu”, os meus filhos estão criados, a minha filha está casada, o meu filho está a estudar em Lisboa, eu e o

marido quando estamos sozinhos é complicado, porque ele sempre atrás de mim... E isto é um escape, além de adorar.

**O seu marido também está reformado?**

Não, e vai ser complicado quando estivermos os dois juntos em casa.

**Pensa que ele também a acompanhará nestas actividades ou não?**

Não, não o estou a ver em nada disso. Estou a vê-lo a andar no quintal, a andar atrás de mim, «traz-me isto», «faz-me aquilo». Mas não estou a vê-lo nas aulas.

**O número de mulheres neste tipo de instituições é bastante superior ao dos homens... Por que será?**

Acho que eles ou ainda não descobriram, ou pensam que não conseguem mas não querem admitir nem tentar, por vergonha, sei lá... Ou lhes custa dar o primeiro passo... Por exemplo, o meu marido quando namorávamos fez-me um desenho, para mim ele tem imenso jeito mas de certeza que ele não viria às aulas... Também naquela altura tudo era diferente, não é que me possa queixar dos quarenta anos de casados, mas também tive de dar muito de mim, estar sempre em função dos outros, eu respiro em função dos outros... Não é que meta na vida da minha filha, que já está casada, mas ela vem quase todos os dias almoçar a casa e é sempre «mãe, mãe, mãe». O meu filho também vem todos os fins-de-semana e todos os dias lhe telefone, mas por acaso eu esqueci-me de lhe ligar na segunda-feira, e ele na terça ligou logo para o pai a fazer queixa de mim, a dizer que não lhe ligo nenhuma. Está a ver? E tem vinte e quatro anos... Ele está habituado a que eu esteja sempre preocupada, porque eu procurei sempre dar liberdade, mas saber tudo sem ele saber que a gente sabe, e isso é complicado. Portanto, no fundo, eles até gostam que a gente se preocupe com eles. Como disse, ele já é um homem, está no sexto ano de Medicina, na segunda não lhe telefonei, telefonou logo ao pai meio zangado, eu até me ri... Eu fico feliz, fico feliz, porque acho que cumpri a minha missão, criei muito bem os dois filhos, e agora quero “eu” realizar-me, eu dediquei grande parte da minha vida a dedicar-me aos outros, agora continuo a dedicar-me aos outros porque tenho a casa cheia. Mas vou muitas vezes abaixo, as pessoas de idade não são fáceis, mas temos de nos libertar disso um bocadinho, porque é tudo velho lá em casa e nós temos de pensar «calma aí, que eu não estou assim velha». E a pintura ajuda-me quando estou menos bem...

**Sente que, de alguma forma, está a regressar à escola?**

É diferente, não sinto um regresso, mas sinto que estou a fazer aquilo que nunca tive tempo para fazer. Não é um regresso à escola, mas é um tempo só para mim. Tanto é, que eu sinto que nunca tenho tempo, eu tenho amigas que me dizem que eu agora não tenho tempo para nada e é verdade. Eu até lhes digo: «se queres deixar de ter tempo, reforma-te». Mas é verdade... Engraçado, lembrei-me agora que logo depois de me reformar tirei um curso por correspondência de artes decorativas, foi por correio, fiz isso tudo e foi muito interessante, fazia e vendia umas pecinhas, mas aquilo não dava nada, ainda para mais com a invasão dos

chineses... Mas é engraçado ter associado isto à escola, porque é assim: no Instituto tenho a aprendizagem, de técnicas, nós começamos a entender a Arte de uma maneira diferente, começamos a ler livros sobre o assunto, vemos com outros olhos a cor, a paisagem, até o olhar para a própria vida torna-se diferente... Em vez de estar a pensar que o meu pai agora não consegue respirar, falta-lhe oxigénio, penso nas cores que vou utilizar para pensar uma árvore, por exemplo. É muito mais agradável, a minha mente ocupa-se de coisas que me agradam, deixo de pensar naquelas coisas em que eu fico preocupada, fico preocupada só de pensar e pensar não resolve nada... Se eu começar a pensar se aquele quadro é impressionista ou não, como é que o pintor pinta aquilo daquela maneira, como é que eu também posso pintar assim, é um escape, e realizo-me, sinto-me bem comigo mesma. De maneira nenhuma, eu deixaria o Instituto, porque tenho muita pressão em casa, a vida às vezes não é fácil... Eu sinto que o tempo que eu tenho à minha frente já não é suficiente para fazer aquilo que eu gostava de ter feito. Portanto, eu tenho muita coisa para fazer à minha frente mas sinto que não vou ter tempo... Por isso, tenho que aproveitar o tempo que agora tenho, é isso. Eu levanto-me de manhã sempre com vontade de viver um novo dia, e não a pensar que vou ter de dar de comer ao meu pai, virá-lo e não sei que mais... Se não, eu dou em maluquinha. Também tenho de dar apoio à minha mãe, fazer com ela também saia um bocado de casa, conversar com ela, fazer com que ela se sinta útil, fazer com que ela não sinta que é um fardo para mim. Eu quero ir para um lar, mas quero ser eu a escolher, porque eu gosto demais dos meus filhos para ser um fardo para eles. Há circunstâncias na vida que... Não é na hora que a pessoa já está estendida numa cama que se mete uma pessoa no lar... Se tiver hipóteses, quero ir escolher o lar, um lar onde eu me sinta bem, onde eu possa pintar, um lar com todas essas condições. Mas quero ser eu, para os meus filhos não sentirem que se estão a livrar de mim. Eu quero que a vida deles não seja “abafada” com a presença seja de quem for... Por exemplo, eu vivi com a minha avó desde que casei, foi maravilhoso, ela criou-me a mim e eu depois criei-a a ela. Foi maravilhoso, ela transmitiu valores maravilhosos para os meus filhos, deixou uma saudade imensa, mas ao mesmo tempo também foi horrível, porque me roubou muita intimidade, invadiu muito o espaço entre mim e o meu marido, compreende? Foi muito complicado. Eu sei que foi bom para ela, foi ela que praticamente me criou, a minha mãe não tinha possibilidades e tal. Eu senti que tinha mesmo a obrigação de cuidar da minha avó, mas ao mesmo tempo eu nunca posso dizer que estive sozinha com o meu marido. Mas também não sei se seria bom estarmos sozinhos. Porque nós estivemos mesmo sozinhos em casa quatro meses e estávamos sempre a “pegar”, era horrível. Embora eu pareça uma pessoa feliz, aparentemente pareça feliz, mas eu não suportava estarmos os dois sozinhos em casa, e dei com ele a chorar várias vezes. Eu até queria as portas dos quartos sempre abertas, porque não suportava aquele vazio... A minha avó tinha morrido, a minha filha saiu de casa e o meu filho foi estudar fora, mas passados quatro meses a minha sogra veio para minha casa. Foi uma altura

muito complicada tanto para mim, como para ele. Ao fim de quarenta anos, nós “pegávamos”, discutíamos.

### **A saída dos seus filhos de casa abalou um pouco o casamento, então?**

Pois e foi logo tudo junto. Nós nunca estivemos verdadeiramente sozinhos em casa... E é claro... A minha filha vejo-a todos os dias, mas o meu filho não... Eu sou daquele tipo de mães que gosta de saber o que os filhos comem todos os dias, e o meu filho já está habituado a contar-me tudo isso, claro que há dias em que ele diz que agora não pode estar com isso... Claro, eu compreendo que eles têm a sua vida, mas nesse aspecto eu sou chata, sou “cusca”, gosto de saber coisas de Medicina, gosto que eles me contem coisas do trabalho e do dia-a-dia deles. Ao escutar os filhos, a gente aprende muita coisa, acho piada quando o meu filho me conta as peripécias com os doentes, ele agora está em estágio e conta-me coisas sobre o que se passa lá, é engraçado. Com a minha filha, é a mesma coisa. Mas eles têm necessidade, eu sinto que eles têm necessidade de dizer «oh mãe, aconteceu isto e aquilo». Tanto é, que o meu marido até tem um bocadinho de ciúmes e diz que eles só lhe ligam para pedir dinheiro. Agora, também sei que eles têm a vidinha deles, têm de ir para a frente, não é? Eu costumo sempre dizer que nunca tirei pedras do caminho deles, mas ajudei-os a serem eles próprios a tirar, porque uma mãe nunca deve tirar as pedras, é assim que eles aprendem. Há coisas que a gente sabe que pode resolver mas têm de ser eles a resolver sozinhos, temos de saber “entrar” neles... Eu às vezes penso que não tenho com os meus filhos uma relação mãe-filhos, eles dizem-me coisas que quem ouvir deve pensar «é assim que ele fala para a mãe?». Eu aceito isso tudo porque eu sei que eles me tratam quase como uma irmã. Eu nunca me posso queixar deles, porque estão sempre preocupados e em comunhão um com o outro.

### **Sempre incentivou os seus filhos a tirarem um curso superior?**

Sim, sempre, principalmente no caso da minha filha. Os meus filhos são muito opostos, como a água do vinho, são mesmo opostos, os gostos, a maneira de ser. A minha filha desistia com muita facilidade, ela nunca sabia bem o que queria, chegou ao 9.º ano e ainda não sabia o que queria, mas depois procurei, procurei, ajudei e ela foi para Artes. Até estudou num colégio de freiras, mas nunca foi uma aluna de cincos, um três para ela chegava perfeitamente e quando era... Já o meu filho, com três até chorava. A minha filha chegou a altura na Universidade que tentou desistir, ela tinha sempre muitos altos e baixos, e nessas alturas eu sempre a ajudava muito e ela voltava a subir. Mas ela graças a Deus conseguiu, está muito bem, tem o gabinete de Arquitectura, está realizada, adora o que está a fazer, não se vê noutra coisa a não ser naquilo, teve sorte e também tem um ótimo casamento. Eles completam-se tão bem, tão bem, que eu estou felicíssima por os ver tão felizes. Eu sempre disse que não queria um genro que fosse meu amigo, mas sim da minha filha. E nada de me meter na vidinha deles, eu poucas vezes lá vou a casa deles, ela até está sempre a dizer que eu nunca lá vou... Mas ela vem todos os dias a minha casa, eu aos fins-de-semana também vou lá, liga-me muitas vezes e eu acho que ela tem uma

necessidade de me dar satisfações. Sem querer, ela faz isso. O rapaz já é diferente, foi sempre mais inteligente, precisou muito menos de apoio na escola, sempre soube o que quis, desde pequeno sempre quis ser médico, talvez pela influência de umas cassetes que eu lhe comprei sobre o corpo humano, acho que começou por aí, não sei. Tenho impressão que a parte genética também contou, porque o meu pai gostava também de fazer umas experiências e até operava animais, era um indivíduo muito inteligente, nunca foi à escola, sabe ler, escrevia mal mas escrevia, lia muito, até lhes chamavam senhor doutor porque ele operava animais, principalmente pombas, era um grande columbófilo. Fazia experiências com medicamentos mas antes de dar às pombas tomava ele, só de doidos. Nunca o vi em baixo, a não ser na passagem do 10.º para o 11.º, porque ele baixou as notas. Mas ele nunca foi pretensioso, nunca fez gala disso. Repare, ele recebeu um prémio no Ano Internacional da Matemática como melhor aluno da escola, fez um trabalho e ganhou, a oferta dos prémios foi na Vila Feira e até apareceu no Notícias. Mas ele não foi nem me deu conhecimento, só soube quando ele chegou a casa com os prémios porque foi a professora que os trouxe. Eu tinha orgulho mas ele não me disse e eu fiquei triste, claro. Nunca estudou até ao 5.º ano, nunca o vi pegar num livro, mas no 10.º ano viu que se tivesse estudado tinha tirado melhores notas... Então aí, começou a estudar mais mas também... Estuda meia hora, vem cá abaixo comer, ainda agora é assim... A minha filha passava noites em claro, mas também era a fazer maquetas, era diferente. Às vezes eram três noites seguidas, eu também não dormia a servir cafés e bolos aos colegas dela quando eram trabalhos de grupo. Ficava tudo em minha casa, sem dormir. O rapaz já não, sempre gostou muito de dormir, adormecia facilmente em pequeno, vestido e tudo.

### **Sente-se envelhecer?**

Não. Quer dizer, sinto que não tenho tempo para fazer aquilo que ainda gostava de fazer, e sinto também que para mim aquilo que era um objectivo, fazer certas coisas, sei lá, um cruzeiro... A “pica” que havia na altura já não é igual, sinto isso. Esse entusiasmo que eu tinha já não é igual. Não quer dizer que não gostasse de fazer um cruzeiro, há doze anos que praticamente não tenho férias, a não ser um fim-de-semana que vá para aqui ou para acolá. Consegui tirar oito dias, a minha filha obrigou-me mesmo, e fomos para Barcelona. Foi um bocado cansativo porque para conhecer Barcelona em cinco dias, não dá. Imagine uma visita de estudo. Mas gostei muito, adorei, é uma cidade fantástica em termos de Arte e não só, eu queria ter visto muito mais mas estou a ver que estou a chegar a uma idade... Por exemplo, para conduzir já não é como dantes, também nunca fui muito boa, mas não gosto de conduzir muito nem nunca gostei. Prefiro ir a olhar, e quando sou eu a conduzir não vejo ninguém. Aliás, o meu marido já passou por mim, apita mas não o vi, não vejo ninguém, vou muito concentrada para a frente, não olho para a frente. Mesmo a ler, eu entro numa espécie de “transe”, deixo de ouvir, eu entro no livro, eu desligo dos outros. É por isso que eu às vezes leio o livro e depois vou ver o filme, e o filme é uma desilusão. De qualquer maneira, ler e pintar são das coisas que mais gosto de fazer.



**Pensa muito no futuro?**

Sim, penso muitas vezes que não tenho tempo para fazer coisas que ainda tenho que fazer. Eu às vezes perco o entusiasmo que tinha, aí sinto que já estou diferente. Sei que quando vou fazer algo novo, já não é com o entusiasmo de há uns anos atrás. Isso dói-me, porque aquilo em tempos era um sonho, uma maravilha, e agora...

**Preocupa-se quando pensa em “velhice”, “terceira idade”?**

Não, nada. Aceito isso perfeitamente. Como já lhe disse, a mim entusiasma-me ir procurar um lar. Ainda não cheguei lá, a essa fase, mas eu imagino um lar com um jardim, ter um espaço onde eu possa pintar, um espaço agradável.

**Mas pensa que as pessoas podem ser felizes num lar, ter essas comodidades?**

Pois, é isso que eu tenho medo. Nessa altura, basta ter o meu quarto, um cavalete e uma tela para eu pintar. Lá está, há muita gente nos lares que também não sabe como ocupar da melhor forma o seu tempo livre, se calhar ainda nem descobriu.

**Pensa que, de algum modo, o grau de instrução pode ter alguma influência nisso?**

Pois, certamente que muitas pessoas não se sentiriam integradas em Academias ou Universidades para os mais velhos. Mas também depende das pessoas. Eu tenho uma prima que só tem a 4.<sup>a</sup> classe e é da idade da minha mãe. A minha mãe trabalhou até há pouco tempo, era modista mas trabalhou até ter dado o AVC ao meu pai, e ainda hoje trabalha, faz pequenos arranjos em casa, fez o vestido de noiva da minha filha e até é bem capaz de fazer o da namorada do meu filho. De qualquer forma, a minha prima com oitenta anos tem agora um computador, o neto deu-lhe, e eu troco *e-mails* com ela sem qualquer problema. Ela já tem alguma idade e não quer pensar em lares, porque lá está... Os lares que ela conhece, também são... Ela prefere estar em casa, tem empregada interna, o marido é mais velho mas está óptimo, conduz, faz tudo, tudo, tudo. São muito unidos, toda a vida foram. Ela faz versos, ela até tem um blog onde tem os versos dela, encantadores, encantadores. E não tem mais do que a 4.<sup>a</sup> classe, e comunico com ela como se ela fosse nova, não há diferenças na mentalidade. Já a irmã dela também era assim como ela, muito alegre, mas adoeceu, foi para o hospital e quando voltou a filha meteu-a logo num lar. Pronto, embora estivesse doente não era caso para a pôr logo num lar. Então, ela deixou de falar com toda a gente, deixou de comer, tapou-se e disse que não iria falar para ninguém, fechou a boca e disse «vou morrer». E morreu passados dois meses, dois meses. Porquê? Porque a filha pegou nela como se fosse uma coisa, e não uma pessoa. Sou contra. Veja o meu caso, na situação em que estão a minha mãe e o meu pai eu trouxe-os para minha casa. A minha mãe queria ir para um lar, mas eu opus-me, se a minha mãe fosse sozinha eu aceitava, mas sei que se ela fosse para um lar com o meu pai ela ia ser “enterrada”, porque ele está muito limitado. Ainda hoje, aquela mulher não respira por causa do meu pai... Se não for eu a dar um bocadinho de bom ambiente, onde é que ela vai ter?

**Sente-se útil, portanto?**

Pois claro, eu acho que sou um grande alicerce naquela casa. Mesmo para os meus filhos que já estão crescidos, eles ainda precisam muito de mim, sem dúvida. Mas eu também sinto, como já lhe disse, que preciso de um tempo para mim, embora isso possa parecer egoísta.

**12** - Entrevista realizada no dia 15/10/2009, início da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)

Dulce, 62 anos, casada

**Há quanto tempo frequenta o Instituto?**

Eu comecei em Maio de 2009, sou a mais nova daqui, sou a calouira. Comecei só nessa altura porque já estava há algum tempinho à espera. Foi uma colega que já estava aqui há mais tempo que me recomendou, que gostava muito do trabalho, do grupo em si, do professor, que é uma pessoa muito humana, fantástica. Já há dois anos que eu pensava nisso, foi na altura em que me reformei... O meu pai era um autodidacta, era uma pessoa muito simples mas que gostava muito de pintar, ele dedicava-se mais às fotografias, não era retrato, era a paisagem. Desde pequenina que eu pensava em pintar assim.

**Está inscrita só em Pintura a Óleo?**

Sim, nunca pintei mas gosto de estar ocupada numa coisa que eu gosto, e há dois anos atrás não tinha tempo para nada.

**Qual é (ou foi) a sua profissão?**

Eu ainda sou médica, reformei-me da função pública mas ainda exerço no privado. Ao fim de um mês de me ter reformado já estava novamente a trabalhar. Trabalho todos os dias de manhã, depois tenho os meus netinhos pequeninos aos quais dedico muito tempo, embora tenha as manhãs todas ocupadas. À tarde e à noite sou avó. Sempre tive uma vida ocupada, mas agora exige a mim própria ter um bocadinho de tempo, não é ser só avó, nem ser médica.

**Não pensa em se inscrever noutras actividades?**

Não, não porque não tenho tempo. Também não gosto de ginásios, detesto ginásios, não gosto de ambientes fechados, tenho um bocado de fobia, detesto piscina, portanto a única coisa que eu gosto é andar a pé, mas por razões de saúde não posso caminhar aquilo que eu gostaria. Como eu estudei num colégio britânico, também pensei em voltar a estudar Inglês quando me reformasse, mas por razões de saúde... Ainda me matriculei, fui a duas ou três aulas mas aquilo tinha de ter continuidade, eram horas ao fim de tarde e não continuei.

**Talvez quando estiver mais disponível... Pensa continuar com esse part-time da manhã?**

Sim, não prevejo uma saída, até porque o meu filho mais novo está desempregado, ele trabalhou durante cinco anos mas era a recibos verdes e não tem subsídio... Eu só deixaria de trabalhar se fosse por uma questão física, porque eu preciso mesmo de trabalhar, é como se fosse ele a trabalhar, tenho de lhe pagar a casa e dar de comer, se não morre à fome.

**Os seus filhos também seguiram o ensino superior?**

Sim. A minha filha é farmacêutica, estava quase para ser engenheira mas depois mudou porque não gostava daquilo. Ela queria ser médica, mas não tinha nota... Outro problema, para ser um bom médica não é preciso somente ser bom aluno, ter boas notas, é preciso ter vocação, devia

haver uns testes psicotécnicos na entrada da Faculdade, mas é o país que temos... O meu filho é engenheiro, trabalhou durante uns anos a recibos verdes, que dão cabo dos jovens. A juventude, entre os vinte e os trinta, são jovens excepcionais, fantásticos, jovens que além de espertos, são dedicados. A vossa persistência, a vossa dedicação eu acho fantástica a vossa geração. Dedicam-se ao que estão a fazer e a estudar, embora muitas vezes não seja mesmo isso aquilo que gostam. Mas pelo menos tentam fazer alguma coisa, e quando depois vão para o mundo do trabalho é uma desgraça... Estamos num país que é uma desgraça, que não dá apoio aos jovens, andam para aí à deriva, não há estímulo, e isso também desanima.

**Mas incentivou-os sempre a seguirem um curso superior?**

Sim, é sempre uma “enxada” como se costuma dizer. O saber não ocupa lugar, ser doutor ou engenheiro ou ter profissão é secundário. Acho sempre importante um jovem estudar, mesmo com esses problemas todos, há que ter esperança.

**Sente que, de certa forma, está a regressar à escola?**

Bem, o que eu sinto é rejuvenescer, mas não tenho ilusões, nunca aprendi pintura, nem técnica nem nada, isto é mesmo querer saber mais alguma coisa. Mas não é um regressar à escola, nem nada. Eu quando venho, venho arejar.

**Pensa muito no futuro?**

Penso no futuro dos meus filhos. Quanto ao meu... sempre fui uma sonhadora, no Estado trabalhei trinta e seis anos, foram mais do que suficientes, mas eu saí do meu trabalho pela burocracia, não é porque não gostasse de estar no hospital, é a maneira como se trabalha. No privado estou bem, tenho as minhas exigências, trabalho como quero e gosto muito do que faço. Também gosto do que faço, quando cheguei aqui fui recebida como se conhecessem desde sempre, receberam-me de braços abertos, foi muito agradável.

**Sente-se envelhecer?**

Não. Com esta actividade toda nem tenho tempo para pensar nisso. Esqueço-me da idade que tenho, às vezes isso acontece.

**Quando pensa em “velhice”, “terceira idade”...**

Não penso sequer. Sinto que ainda estou longe disso e olhando para vocês, jovens, até agora, até este momento é isso que me tem dado força, porque acho que é uma injustiça de todo o tamanho aquilo que se está a fazer com os jovens. Eu sinto que ainda tenho de trabalhar.

**Portanto, sente-se útil?**

É exactamente o que lhe disse há pouco, realmente eu sinto que ainda tenho de trabalhar, tenho de ajudar o meu filho e a minha filha, criar os netos e outras tarefas que ainda estão a meu cargo.

**Só por curiosidade, não sei se já reparou que neste tipo de instituições o número de mulheres é bastante superior aos dos homens... No caso do seu marido, por exemplo...**

Pois não, ele não frequenta nada disto. Ora bem, nós mulheres somos... Nós também temos culpa porque temos a mania que somos super, vocês jovens felizmente já tiveram outra formação, e já olham para a vida de outra maneira. Na minha geração, nós entrávamos na vida familiar e éramos as super-mulheres. No meu caso, era médica, era mãe, mulher, empregada doméstica, mulher de limpeza e de ir às compras, era tudo. Quando uma mulher da minha geração sai de casa e entra numa coisa destas... É um refúgio, porque nós fomos quase “escravas”, claro que é um exagero, mas fomos muito submissas, ficávamos muitas vezes em casa, dedicávamo-nos muito aos filhos, não quer dizer que agora as mulheres não se dediquem mas têm mais liberdade. Não estou a dizer, de maneira nenhuma, que fui melhor mãe do que a minha filha agora é para os filhos, mas a minha filha é totalmente diferente... Se lhe apetecer ir ao cinema, mesmo que saiba que eu estou sobrecarregada, é capaz de me pedir para ficar com os miúdos porque quer ir ao cinema... Eu já não tinha coragem para isso, a minha mãe foi amor mas estava a 300km de mim. A minha filha já está a dois passos de minha casa, mas eu não teria coragem de sobrecarregar a minha mãe. Coragem que vocês têm agora, porque eu vejo, eu oiço «olha, fica-me com as crianças». E ela quer lá saber que não me dê jeito, «ficas ou não ficas?». Pronto. No fundo, nós também tivemos muita culpa, a nossa geração... O homem com sessenta e tal anos quer manter a sua liberdade e não se interessa muito por isto, o homem ia trabalhar, chegava a casa e lia o jornal, não eram todos mas a maior parte era assim. O que lhes interessa nesta fase da vida é mesmo manter a liberdade, acho eu. Lá está, era a educação da época. Felizmente que agora as jovens têm liberdade, e uma liberdade saudável. Há muitas mulheres agora que já criaram os filhos, eles estão bem, o marido também e ela vai para onde quer, ocupar o tempo como quer, coisa que não tinha feito no passado.

**13** - Entrevista realizada no dia 20/10/2009, período da manhã, na Academia Sénior de Gaia (sala convívio)

Amélia, 62 anos, viúva

**Há quanto tempo frequenta a Academia?**

Há quatro ou cinco anos.

**Que actividades frequenta?**

Informática, Hidroginástica, Artes Decorativas e Folclore. Já frequentei Inglês e Francês. Este ano comecei com Informática.

**Deixou, por algum motivo especial, Inglês e Francês?**

Não, deixei de ter tempo. E tive de fazer escolhas. Inglês já sei o suficiente para sobreviver... Também uma coisa é certa, eu nunca tinha aprendido Inglês nem Francês na escola, fui por curiosidade. Mas depois cheguei às aulas e eu era praticamente a única que não tinha bases, tive de me esforçar mais e até vinha para casa estudar. Achei que já era demais para a minha cabeça, porque eu precisava de actividades que ocupassem a minha cabeça, não que me doessem [risos]. Agora, em Artes Decorativas eu praticamente não penso em nada. Na Hidroginástica é quase a mesma coisa. Em Informática tenho me atrapalhado um bocado mas aos poucos vou chegar lá, no Folclore vou lá mesmo para me divertir.

**Qual sua profissão?**

Agora já estou reformada, mas era empregada têxtil.

**Há quanto tempo se reformou?**

Há mais ou menos cinco anos, mas antes tinha ficado desempregada porque a fábrica fechou... Como eu era demasiado velha para trabalhar... Vim com a reforma antecipada. É mesmo assim, há cada vez mais pessoas na minha situação.

**Como tomou a iniciativa de se inscrever na Academia?**

Ora bem, eu já tinha ouvido falar da Academia, mas foi a minha filha que me inscreveu, praticamente ela impôs-me. Foi mesmo assim, quando me reformei, gozei um pouco a reforma, com a preguiça e tal, mas depois voltei a ter actividade certa com horários.

**Acha que isso é importante?**

Sim, por acaso coincidiu com essa altura o casamento da minha filha, eu entrei numa depressão. A própria psiquiatra disse que eu tinha de arranjar actividades com horários, com horários. Porque eu dizia que fazia isso e aquilo, mas era preciso ter horários, com obrigações. Felizmente que essa depressão passou, porque ela apareceu quando me surgiram duas novas situações, a reforma e o casamento da minha filha. Pronto, eu tive que me adaptar e ultrapassar essas duas situações novas. A gente pensa que a reforma é assim tudo muito bom, muito bom, mas é só no início. Depois, começa a vir o lado negativo da reforma. A partir daí comecei a ter umas actividades certas.

### **Mas porquê ocupar o tempo desta forma?**

Ora bem, eu também gosto muito de estar em casa, mas acho que é importante termos obrigações, tarefas obrigatórias, e aqui em não penso em certas coisas... más, não penso na parte negativa da vida, digamos assim. Em Informática, por exemplo, eu reagia sempre negativamente, dizia sempre que não queria, que não queria... Entretanto, a minha filha andava sempre a tentar convencer-me, e eu até gostava de a ver a trabalhar no computador mas tinha uma preguiça em aprender, achava complicado, não ia conseguir... Mas um dia cheguei a casa e lá estava um computador para eu começar a mexer. Pronto, no fundo eu queria, mas não queria esforçar-me, achava que não era capaz. Mas não tenho vergonha nenhuma de dizer que não sei, tenho de assumir com humildade, porque há pessoas que não sabem e não vão para não mostrar que não sabem... Eu, ao pé de uma criança ou de um jovem, sou uma analfabeta em Informática. Se eu não sei nada, então tenho de aprender com os mais novos. O que não sabemos, não sabemos. Sabemos outras coisas que eles não sabem.

### **Sente que, de alguma forma, está a regressar à escola?**

Sinto, sinto. E é uma alegria muito grande sentir que, nesta fase da vida, tenho alguém que me ensine alguma coisa. Porque eu só tenho a 4.<sup>a</sup> classe e sempre tive pena de não ter continuado. Mas depois, vem a família, o trabalho, é difícil voltar a estudar em adulto, o tempo vai passando... Mas é curioso porque pouco tempo de ter ficado desempregada inscrevi-me num curso de Fruticultura que dava acesso ao 9.<sup>o</sup> ano, era subsidiado e tudo. Mas desisti porque era muito longe, perto do Cerco, era muito intensivo porque era de manhã e à tarde todos os dias, e eu perguntei à coordenadora se não haveria um mais perto e tal... Mas eu notei que ela também não me deu muita força para continuar, provavelmente porque pensou que eu não ia voltar a trabalhar, ... Não gostei, não gostei da atitude dela e desisti. Eu até estava a gostar de tudo, ela sabia lá o que me ia acontecer depois? Eu até podia abrir um pequeno negócio, mas pronto...

### **Muitas pessoas inscritas na Academia têm curso superior ou níveis de escolaridade elevados. Pelo contrário, o número de pessoas com o 4.<sup>o</sup> ano é reduzido. Por que será?**

Olhe, eu nunca me senti discriminada, mas também não deixei que isso acontecesse. Foi como eu disse, não devemos ter vergonha das nossas limitações. Agora, acredito que muitas pessoas pensam que não se sentiriam bem no meio de outras pessoas com outras formações... E isso talvez seja mau, porque quando se é novo escolhe-se os colegas ou pelos gostos, ou pelo meio social, ou mesmo pelo dinheiro. Depois, no trabalho convivemos com pessoas com as mesmas profissões. Nesta fase da vida, ninguém tem uma tabuleta a dizer 4.<sup>a</sup> classe ou médico. Aqui somos, ou devemos ser, todos iguais. Nenhum professor me pergunta até onde estudei. Claro que podemos contar a nossa história mas até para entrar na Academia não precisamos de nenhum certificado. Aqui, não somos a mulher da limpeza ou a escriturária, somos todos alunos. Faz bem conviver e conhecer pessoas diferentes. Até porque isto não é nenhuma Universidade, apesar de saber que há muitas coisas destas que se chamam Universidades, mas

não são mesmo Universidades, nós aqui não tiramos cursos. Também há pessoas que pensam que vão para a Universidade Sénior por vaidade, é mais chique do que andar numa Academia. Nunca andaram numa Universidade e agora “armam-se”. Pensam que as Academias são mais pobres... Eu até acho que o termo Universidade assusta um bocado para muita gente. Acho que ainda há um bocadinho essa competitividade. Nunca tinha pensado muito nisso. Está a ver? Fez-me bem conversar consigo e pensar um pouco. Porque isto [a cabeça] também enferruja...

#### **A sua filha seguiu curso superior?**

Seguiu, seguiu, com muito esforço meu e do meu marido que, na altura, ainda era vivo, ele morreu há dez anos. Na altura, ela entrou na Faculdade e durante um tempo pareceu que andava a brincar, passava a umas e deixava outras por fazer... Depois, começou a dizer que não gostava do curso mas eu sempre disse que ela tinha de tirar um curso, tinha de pensar no que queria fazer na vida... Ela, ao longo do curso, também ia trabalhando em lojas e eu dizia sempre «Vês? Imaginas-te a trabalhar nisso toda vida? Por pequeno que seja, tira um curso». Hoje é uma belíssima profissional, é enfermeira, mas na altura não pensava assim, se calhar. Nós, os pais, não devemos escolher o curso nem o caminho profissional dos filhos, mas devemos sempre tentar iluminar-lhes as ideias. Há jovens que já sabem o que querem, ainda bem, mas a maior parte precisa sempre de uma força, de alguém que lhes indique o caminho. Está a ver? Se eu não tivesse dado força à minha filha, ela estaria na caixa de um supermercado, se calhar.

#### **Sente-se envelhecer?**

Não. O corpo sinto envelhecer mas o espírito não. Continuo com o mesmo espírito de quando era nova. Na aula de Folclore, por exemplo, a gente brinca, conta anedotas, paramos o trabalho para falar, a professor tem muita paciência. Aliás, como todos os professores. As aulas são mesmo um escape. Eu sinto-me aqui muito bem, é outra família, a gente vai perdendo a família, perdendo os filhos porque saem e tal, e nós temos que criar outra família.

#### **Quando pensa em “velhice”, “terceira idade”...**

Não tenho qualquer problema, mas quando me dizem que sou velha como se fosse uma ofensa eu tenho uma arma, eu digo sempre que estou com esta idade e já passei pela vossa, mas vocês não sabem se vão chegar à minha. O mais importante é ter saúde para andarmos cá, não perdermos os interesses, termos objectivos.

#### **Pensa muito no futuro?**

Ai, penso um bocado. Penso na morte, mas não é não querer morrer. Penso na morte porque não quero sofrer, é isso. Ainda quero ver muita coisa, quero ver netos, espero criá-los, passear por perto, ver mais televisão. Eu quando era nova fazia muitas coisas, sempre fui muito activa, metia-me em muitas coisas, quando era novita era uma “pestinha”. Sou muito curiosa...

#### **Sente-se útil?**

Sim, sim. Até já fiz voluntariado, deixei para ter mais tempo para mim e também levava os problemas dos outros para casa... Isso não era nada bom, mas pronto, ajudo sempre que alguém



precisa... Mesmo não trabalhando, sei que a minha filha ainda precisa muito de mim e é assim. Precisamos uns dos outros.

**Não sei se já reparou, mas o número de mulheres na Academia é bastante superior ao dos homens...**

Muito, muito superior. Eu penso que os homens acham isto ridículo, ridículo nesta idade andarmos nestas coisas, estudar e tal e tal. Enfim... Eles não compreendem que nós, mulheres, trabalhámos uma vida inteira, educámos os filhos, fomos donas de casa e esposas, e agora ainda continuamos a ser isso tudo mas queremos ter mais tempo para outras coisas, fazer aquilo que não tivemos tempo...

**14** - Entrevista realizada no dia 20/10/2009, período da manhã, na Academia Sénior de Gaia (sala de convívio)

Carolina, 63 anos, casada

**Há quanto frequenta a Academia?**

Estou aqui desde 2005.

**Em que actividades está inscrita?**

Inglês, Francês e Pintura.

**Quais as razões que a levaram a se inscrever?**

Para lembrar aquilo que já tinha esquecido, no caso das Línguas. Já estive em Percursos de História também. Para estar sempre actualizada. No caso da Pintura, é um relaxe. Sempre gostei de Pintura mas nunca me redireccionei para isso. Agora que tenho oportunidade... Aqui estou.

**Qual a sua profissão?**

Professora do Ensino Básico, mas reformei-me em 2003.

**Não veio logo para a Academia, pois não?**

Portanto, eu vim de outra cidade e mais longe, só vim para aqui em 2004 porque a minha filha tirou o curso cá. Como estava aqui e não conhecia ninguém, dediquei-me a estas actividades.

**Foi uma mudança muito grande na sua vida, não foi?**

Foi, foi uma aventura. Gostei do ambiente, gostei do Porto, adaptei-me muito bem e portanto aqui estou. No primeiro ano que cheguei ao Porto, ocupava as manhãs no ginásio e às tardes andei por aí a passear, nos cafés, a conhecer o meio e fiz grandes amigas. Mas andei a averiguar, até que encontrei a Academia. Inscrevi-me primeiro talvez para fazer amigos, porque eu não tinha cá ninguém, e também era mais uma ocupação. É relativamente perto, embora ande meia hora a pé mas até isso é bom. A caminhada já fica feita, gosto imenso de aprender, também estudo Filosofia Hermética à parte disto, vamos fazendo alguma coisa. Sempre gostei e continuo a aprender, ainda agora vou sábado e domingo a uma formação dentro da Filosofia Hermética, conhecer o Homem, conhecer o Universo. Vamos pesquisando, vendo na Net...

**Quando se reformou, como ocupava o seu tempo?**

Também estive bem, frequentava actividades na Casa do Professor de tarde, de manhã tinha a vida doméstica. Mas aqui também me sinto bem, ótima.

**O seu marido também a acompanhou nessa “aventura”?**

Não, ele está no estrangeiro. Ele também gosta muito de viajar, passear, mas não o vejo na Academia, não. A mentalidade dele é outra, ele gosta de actividades mais... livres. Passear, viajar muito.

**Penso que já deve ter reparado que o número de mulheres é claramente superior ao dos homens na Academia... Haverá explicação?**

A gente já sabe que em qualquer lugar há mais mulheres, os homens não estão muito vocacionados para estas coisas, não gostam muito de estudar, não se aplicam tanto como nós. Em tudo na vida, acho eu.

**Na sua vida profissional, também procurou continuar a estudar, tirar formação?**

Pois claro. Como eu só tinha o Magistério Primário e precisava de uma Licenciatura... Tirei Ciências da Educação. E cheguei a pensar em tirar o Mestrado mas já estava quase a vir para a reforma... Faltava-me um ano para me aposentar e eu olhe... Antes de ser penalizada, pus-me a andar. Eu reformei-me mas não foi porque não gostasse do que fazia, até porque eu era directora de um E.T.I., que foi uma escola-piloto, até teve a visita do Primeiro-Ministro. Portanto, eu dediquei-me muito a essa parte, adorava o que fazia, esse projecto foi fantástico, ia ficar mais um ano mas quando saiu aquele Decreto... Eu pus-me a andar para não ficar penalizada. Aproveitei e vim com a reforma na totalidade, mas fiquei com pena...

**Os filhos também seguiram curso superior?**

Sim, tive muito gosto nisso mas agora até os licenciados estão desempregados, por isso... É o país que temos, tenho duas filhas, uma das minhas filhas teve de emigrar...

**Influenciou-as?**

Elas escolherem o percurso delas. É engraçado que têm feitios diferentes, mas seguiram o mesmo curso. As minhas filhas fizeram por isso, esforçaram-se, estão bem encaminhadas, uma está a tirar o Mestrado.

**Sente que, de algum modo, está a regressar à escola?**

Sim, aos banquinhos da escola. É muito bom, além disso trabalhei sempre na escola, gostei e hei-de continuar sempre, até poder.

**Sente-se envelhecer?**

Não, por acaso não me sinto envelhecer nem fisicamente, nem interiormente, nada. Não tomo medicamentos para nada, nem me dói nada. Tenho sorte, sou feliz.

**Quando pensa em “velhice”, “terceira idade”...**

Isso não me assusta, porque eu soube me adaptar nesta fase, nesta última fase da vida. Acho que ainda tenho muito para dar, quero fazer muita coisa, sinto-me ainda com muita “genica”. Faço por isso... Eu, por exemplo, vivo sozinha no apartamento mas não me sinto só, nada. Eu hoje em dia até nem tenho tempo para fazer o que eu quero fazer. Eu penso que, antigamente, quando trabalhava, tinha mais tempo. É estranho, não é? Deito-me tarde, levanto-me cedo e o tempo voa...

**Sente-se útil?**

Sinto, sinto-me muito útil, tenho uma força interior muito grande, apesar de todos os problemas que nós temos. Mas isso não me afecta nada, estou sempre disponível para os outros, até já pensei em ser voluntária mas ainda não me decidi que tipo de voluntariado gostaria de fazer...

Eu gostava de me sentir bem, não sei ainda... Mas eu vou à paróquia, vou fazendo companhia...

**Pensa muito no futuro?**

Não, é engraçado como eu não penso nem no futuro nem no passado. Eu só penso no tempo actual, no presente, um dia de cada vez. Não penso no amanhã, nem quero estar constantemente a pensar no que já fiz. Claro que a gente sonha e tem projectos, mas penso que na devida altura vai surgindo. Eu, quando vim para cá, vim sem objectivos nenhuns, nada, nada... Depois as coisas vão-se encaixando, vão-se completando para melhor. Há coisas na minha vida que têm acontecido sem eu fazer nada, nada. Eu acho que não nos devemos preocupar se vou estar assim ou outra coisa... E isso eu transmito aos jovens, ai daqui a um ano, daqui a dois, o que será? Não se pode pensar assim, há sempre uma janela que se abre, e as minhas filhas pensam como eu, sempre transmiti isso a eles, é isso que faz com que a pessoa ande para a frente, não fique ali presa às mágoas, que nos afecta bastante.

**15** - Entrevista realizada no dia 22/10/2009, início da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)

Irene, 71 anos, casada

### **Qual a sua profissão?**

Agora já me reformei, mas era empregada bancária. Primeiro, leccionei, tirei o curso de João de Deus, leccionei cinco anos, depois fui para a Inspeção Comercial de Créditos e Seguros, trabalhava com os bancos. Foi um director de um banco que me convidou e eu acabei por ir para o banco.

### **São duas áreas muito distintas... O que a fez a mudar de área profissional?**

Portanto, eu nasci numa cidade no sul de Angola. Fiz o antigo 7.º ano que dava acesso à Faculdade, depois fui para Luanda para continuar a estudar e entrar na Faculdade, porque durante muitos anos não havia Faculdade em Angola. Então, eu fui para Luanda para continuar a estudar, queria tirar Biologia ou Farmácia, ainda estava indecisa. Mas arranjaram-me um emprego antes de abrirem as aulas e eu olhe... Optei por desistir. Como já disse, ainda trabalhei como educadora num jardim-escola dos três aos seis anos. Depois, houve uma altura na vida em que eu emagreci dez quilos, tive uma depressão por problemas na vida, e o médico aconselhou-me a mudar... Foi uma mudança um bocado brusca, mas teve de ser.

### **Não se arrependeu mais tarde?**

Ora bem, não desgostei de ser bancária. São profissões completamente distintas... Com as crianças, achava espectacular o desabrochar das crianças, nós vemos a criança a entrar na vida do dia-a-dia, era totalmente diferente... Como bancária, eu estive quase sempre ao balcão porque eu gosto imenso de contactar. Por uma razão económica, na altura ganhava-se muito bem, eu fui convidada, hoje em dia já não... O professorado ganha muito mais que o bancário. Entretanto, eu vim de África para Portugal depois do 25 de Abril. Ainda leccionei um ano e meio, estive à espera, inscrevi-me por ordem de chegada, estive num infantário, à espera que me chamassem para o banco, e pronto... Naquela fase, o banco era mais seguro, foi uma fase muito complicada em todos os níveis. Foi uma luta muito grande, uma pessoa chegar cá com uma mão à frente e outra atrás.

### **A fase de adaptação deve ter sido complicada...**

Pois, nós lá vivíamos no paraíso sem darmos por isso. E tivemos uma luta muito grande com a integração. Aquilo ERA um país espectacular, que não tinha nada a ver com Portugal, muito aberto, economicamente era um país espectacular, de maneira que uma pessoa sentiu bastante. E agora ver como as coisas estão... Eu acho que eles agora vivem pior do que há uns anos atrás, até porque eles diziam mal, diziam mal, mas vieram todos para aqui... Às vezes quando as pessoas me dizem «Ah, pois. Vocês tratavam mal os negros, eles correram convosco», eu pergunto por que motivo é que eles vieram atrás de nós? Aquilo era um problema de sistema

político. Havia muitos problemas... Por exemplo, o algodão, as madeiras, os diamantes, vinha tudo para aqui para ser trabalhado e depois voltavam para lá... Quando se podiam abrir lá fábricas, vinha tudo para aqui. Foi uma das coisas que contribuiu para a revolta das pessoas de lá, quer fossem brancos, mestiços ou negros. Era assim o sistema implantado, a própria moeda, que era o angolar, não tinha valor nenhum em Portugal, nós funcionários vínhamos cá de quatro em quatro anos e tínhamos que comprar dinheiro aos tropas ou então usávamos o dinheiro da lotaria... Havia mais coisas... Antes de as Universidades abrirem lá, as pessoas vinham para cá e quando acabavam o curso, para trabalhar, eles eram transferidos para a Índia, Moçambique ou outro país, menos para a terra onde tinham nascido, porque não lhes interessava metê-los em Angola, tinham medo que eles abrissem os olhos.

**Bem, voltando um pouco para o momento presente, há quanto tempo frequenta o Instituto?**

Sei lá, há uns quatro anos. Além da Pintura a Óleo, também estou há cinco ou seis anos numa Academia, em Inglês, Francês e Hidroginástica, estive em Aguarela mas não deu para conciliar o horário, também estive Informática uns tempos mas depois desisti porque a Internet estava sempre a falhar e era isso que me interessava. Se eu tivesse alguma empresa, até podia dar jeito o Excel e o Word e tal, mas a Internet estava sempre a falhar e acabei por desistir.

**O que motivou a sua inscrição?**

Eu não sou pessoa para estar parada, até dizia às minhas filhas «No dia em que a mãe estiver dois dias sem ir à rua, vocês ponham-na fora de casa». Gosto muito de conviver com as pessoas, sou uma pessoa enérgica, dinâmica, muito organizada... Desde que saí do liceu, nunca mais tinha tido contacto com as línguas e agora está a ser muito interessante. Também preciso de fazer exercício, quando trabalhava também costumava fazer mas entretanto fui operada... Agora, retomei. A mesma coisa com a Pintura, sempre tive uma certa apetência para trabalhos manuais, mas no início não queria ir para Pintura porque achava que não tinha jeito nenhum. Depois, o bichinho começou a entranhar-se em mim, andei em Aguarela, depois em Acrílico e depois houve uma vaga aqui e consegui vir para aqui, para ampliar os meus conhecimentos.

**Inscreveu-se logo depois de se ter reformado?**

Não, ainda descansei. Reformei-me com cinquenta e tal anos, foi na altura da fusão dos bancos e eu era a mais velha, como já tinha trabalhado em África também me contaram os anos todos, de professora e dos bancos... Então, acabei por me reformar mas ocupava bem o tempo, cheguei a vender roupas, fazia bolos e outras coisas para festas, as colegas pediam-me e eu estava sempre disponível para dar uma ajudinha.

**As suas filhas também seguiram ensino superior?**

Sim, as duas resolveram tirar Economia.

**Sempre as incentivou a prosseguirem os estudos?**

Eu acho que sim, qual é a nossa função de pais? Proporcionar aos filhos uma vida melhor do que a nossa, uma vida estável e penso que lhes dei uma “enxada”. Aliás, o meu pai sempre nos disse que a melhor herança que um pai podia dar a um filho era educação e instrução, educação em casa e instrução na escola. Por acaso nós somos dez irmãos, uns tiraram curso superior, outros o curso geral dos liceus. De maneira que eu quis proporcionar às minhas filhas uma “enxada”. A minha mais nova, por exemplo, no segundo ano de Economia resolveu ir para a China aprender Chinês. Ela adorava estar em Xangai mas ao fim de um mês tinha uma gripe, ficou muito debilitada e tivemos de a ir buscar. Agora, por acaso, está a trabalhar numa empresa chinesa em Angola, mas ela está a pensar ir embora porque não se identifica com aquilo. Além disso, eu já lhe disse, ela vai ficar cheia de chineses porque, quando ela estava na China, ela estava numa Universidade internacional, portanto a alimentação para todos os gostos. Mas na empresa onde ela está agora, a comida é tipicamente chinesa, arroz de manhã, ao almoço, ao jantar. Coitada, aquilo é uma disciplina... Além disso, ela está há 20 km de Luanda e demora duas horas e meia, três horas, para chegar lá... O trânsito é horrível.

#### **Aqui, sente que está a regressar à escola?**

Não, é diferente. São etapas diferentes na vida da pessoa, uma pessoa adquiriu uma certa maturidade e isto é adquirir novos conhecimentos, é um passatempo, é o convívio com as pessoas e isso tem muita influência.

#### **Sente-se envelhecer?**

Eu julgo que não, sinto-me muito limitada por problemas de ossos, só aí me sinto em baixo, de resto não... Acho que tenho muita vida, quando as pessoas não me dão a idade que eu tenho fico feliz. Eu às vezes tenho muitos conflitos comigo pela maneira de vestir, tão depressa me visto com coisas que parecem não ser para a mim, como já ando um bocadinho mais clássica. Mas depende da ocasião... Aliás, eu lá no banco era a mais velha, era conhecida pela “avozinha”, toda a gente, quando me telefonam nos anos... Acho que deixei lá boas amizades, nós continuamos com o contacto, no dia dos meus anos recebi sessenta e tal telefonemas, do banco e não só... Isso dá-nos um certo estímulo, uma pessoa saber que é acarinhada, eu também sou do signo balança, muito sociável, talvez isso tenha influência na minha maneira de ser e de esta. Depois, tenho aqui umas pestes [colegas], principalmente a do lado esquerdo, que me chama preguiçosa [risos]. Toca-me ver a empatia, a amizade, ainda há pouco recebi uma mensagem escrita lindíssima de uma amiga, e eu penso «Meu Deus, eu acho que não mereço que as pessoas sejam assim para mim». Pronto, eu também me dou às pessoas, eu também procuro retribuir, não é só receber mas também dar.

#### **Quando pensa em “velhice”, “terceira idade”...**

De vez em quando penso que isso não é para mim, outras penso que é, mas viro a página...

#### **Penso muito no futuro?**

Neste momento, já começo a pensar um bocadinho, já começo a ver um túnel mas lá muito ao fundo. Não sou daquelas pessoas que já estão a pensar no fim da vida. Tenho momentos mas há momentos para tudo.

**Sente-se útil?**

Sinto-me muito, muito. Olhe, as minhas tias têm todas oitentas e tais, e eu olho para elas quando estou assim um bocado desanimada. Eu lembro-me delas, bem-dispostas e tudo, eu também hei-de chegar à idade delas assim.

**Por curiosidade, o seu marido também a acompanha nas actividades da Academia, por exemplo?**

Ele reformou-se há pouco tempo, mas ele diz que não quer perder a liberdade dele, não quer estar sujeito a horários... Trabalhou quase cinquenta anos e não quer ter horários, para já. Ele gosta de se cultivar, lê muito, anda muito mas não quer estar preso a nada. Agora, também gosta de viajar, não o podia fazer quando trabalhava, agora lá vamos os dois...

**A maioria dos inscritos neste tipo de instituições são mulheres... Por que será que os homens não aderem tanto?**

Eles têm medo, têm medo de nós [risos]. Eles têm aquela mentalidade machista, só vêem futebol, têm preconceitos, consideram-se machões. Embora, esteja a mudar essa mentalidade. Eu ainda sou do tempo em que a mulher trabalhava em casa, hoje o homem também já ajuda, mas ainda é preciso fazer muita coisa...



**16 - Entrevista realizada no dia 27/10/2009, período da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)**

Adelaide, 58 anos, casada

**Há quanto frequenta o Instituto?**

Estou aqui desde 2003.

**Frequenta apenas as aulas de Pintura?**

Sim, até gostava de frequentar mais mas... Por acaso até tenho uma viola em casa, gostava de poder tocar, mas o tempo... Ocupo-o muito em casa.

**Qual a sua profissão?**

Era funcionária pública, era administrativa, estou aposentada desde 2003.

**Veio logo para o Instituto?**

Não vim logo para aqui. Eu, desde pequena, desde os seis, sete anos, sempre tive jeito para desenho. Portanto, nessa altura, quando nós estudávamos davam pouco valor à parte das Artes, era mais Ciências, Cultura Geral, aquelas disciplinas. O desenho pouco valia, a não ser que as pessoas enveredassem pelas Belas Artes... Mas muitas vezes os pais não queriam porque os de Artes vestiam de forma diferente, de qualquer maneira, como agora os nossos jovens. E eu gostava de desenho e comecei por acaso. Eu tenho três filhas, duas são gémeas, uma é advogada, outra é enfermeira e a outra é psicóloga clínica. A advogada e a enfermeira estão bem encaminhadas, mas a psicóloga clínica não arranjou emprego e foi essa, ao terminar o curso, pediu-me para fazer uns placards, assim umas coisas. Então, foi aí que eu voltei ao que tinha ficado no 6.º ano antigo... Um dia, comecei a desenhar e a pintar, passei um domingo inteiro a copiar à vista, em acrílico, tinha lá umas tintas... Entretanto, fiquei com asma, como tenho problemas alérgicos, e resolvi nunca mais pegar naquilo. Mas, um dia, estava na praia a caminhar, encontrei uma amiga que também anda aqui, e foi ela que me trouxe para aqui. Comecei a usar o óleo e não tenho problemas nenhuns. É uma coisa que me faz muito bem ao ego, à auto-estima, o convívio, a amizade, ... Gosto muito e é o meu único hobby... Gostava muito de fazer Ginástica, mas o meu marido comprou um tapete que está lá em casa, e agora também tenho uma netinha com sete meses e estou a olhar por ela, que é uma dádiva imensa. A afectividade que há entre nós é fantástica, é um amor enorme. Assim, como a ligação com os animais. Mas gosto de aprender coisas novas, ainda há dias vi na televisão um programa sobre vários clássicos da Pintura, achei extraordinário. As pessoas às vezes dizem que já não se usa nada disso, mas há obras com um valor enorme.

**Ao longo da sua vida profissional investiu na formação?**

No meu trabalho, fiz poucas formações, havia muita estagnação no meu tempo... Como eu só tenho o 9.º ano, ainda andei a estudar à noite mas não deu... Era muito difícil, complicado gerir o tempo...

**Sente que, de algum modo, está a regressar à escola?**

Não, não. Aliás, eu nunca tinha pintado, eu aprendi a pintar aqui. Na escola, eu fazia tudo empiricamente, aquilo era desenho à vista, pintura não. Tenho em casa muitos quadros, a minha filha mais velha, a advogada, leva-me tudo quanto é bom [risos]. Ela gosta, ela tem lá quadros maravilhosos, tem lá um que eu fiz do Renoir, é um espectáculo, não tem moldura, está numa parede da entrada, com luzes a incidir, um espectáculo. Claro que devo tudo ao mestre, porque as técnicas dos artistas nós não sabemos... Ele é que sabe, as sombras e tudo...

**Sente-se envelhecer?**

Deixe-me pensar... Às vezes. Ultimamente. Eu guardei sempre de mim uma parte, nunca quis deixar de ter uma parte da infância. Não me considero velha, não quero ser velha, não vou envelhecer nunca, basta eu querer. Nem que viva até aos noventa eu não hei-de envelhecer, porque o que conta é o espírito, a vivência das pessoas, a força mental... Viver com vontade e alegria, e com objectivos.

**Quando pensa em “velhice”, “terceira idade”...**

É como eu lhe disse, mentalmente nunca hei-de ser velha. Agora, no aspecto físico, o meu corpo está a envelhecer, está a passar por fases diferentes, mas de cabeça não. Sou um bocado contra isso, não, não. Acho que nunca vou envelhecer.

**Pensa muito no futuro?**

Não, não penso muito. Mas penso em coisas que ainda gostava de fazer, como na pintura, mais e melhor.

**Sente-se útil?**

Sim, sim. Eu, por exemplo, até já cheguei a fazer voluntariado nas urgências. Chegava ao fim da manhã, não me queria vir embora porque aquilo deixava-me completamente realizada. Um simples olhar, um sorriso num velhinho, deixava-me muito feliz. Eu não fazia perguntas, primeiro lançava um olhar terno à procura de alguma coisa, e vinha muito depressa. Eles davam-me muito, pessoas que eu não conhecia de lado nenhum... Chegava ao fim da manhã sem fome, não tinha pressa, nada.

**Desistiu?**

Sim, parei porque na altura a minha mãe começou a dizer que eu fazia falta em casa, o meu marido também... Também tinha problemas de transporte, pronto... Em qualquer altura posso voltar, mas de momento não, porque sou precisa em casa. Tenho a minha neta, a minha mãe também tem um problema de visão, ainda sou precisa em casa.

**E o seu marido? Frequenta algum tipo de actividade?**

Ele ocupa muito bem o tempo, mas é mais com as coisas dele, por caso e assim... Ele até já tem dito que gostava de pintar uma tela, mas eu sou mazinha, não vou agora lhe ensinar.

**O número de homens inscritos neste tipo de instituições é muito inferior ao de mulheres...****Por que será?**

Parece-me que as mulheres são mais sensíveis e os homens mais materialistas. Não quer dizer que não haja exceções... A mulher não quer ficar estagnada, parece-me... É diferente, homens e mulheres são diferentes.

17 - Entrevista realizada no dia 27/10/2009, período da tarde, no Instituto Cultural de Valadares (durante a aula de Pintura a Óleo)

Emília, 80 anos, viúva (a entrevistada, além de ser aluna, também é “monitora” no Instituto)

**Há quanto tempo frequenta o Instituto? Quer como aluna, quer como “monitora”...**

Estou aqui há treze anos, e como aluna há dez. Isto, no fundo, começou comigo. Até fui eu que recomendei o professor de Pintura a Óleo ao Presidente da Junta, teve uma reunião com ele e ficou aqui. O Instituto começou com as minhas aulas de Artes Decorativas, depois vieram os Arraiolos e eu inscrevi-me, porque queria dar força aos professores que vinham. Eu como já estava aqui... Porque eu já sabia umas coisas, aprendi muito no Inatel, mas depois inscrevi-me. Depois, também pensei... Eu em casa não consigo fazer nada, disperso-me, naquelas três horas sei o que tenho a fazer, gosto muito daquilo que faço e gosto de ser eu a fazer. Quando tenho um bocadinho de dificuldade, peço ao professor para dar uns retoques e tal...

**Foi isso que a motivou a ser também uma aluna no Instituto?**

Pois, eu sei que nestas “xis” horas tenho trabalho para fazer. Adoro pintar flores, por exemplo, cheguei a ganhar muitos prémios no Inatel, quando andava lá, claro.

**Ainda continua lá?**

Agora já não, porque aquilo fica no Porto, ainda é longe, estou muito ocupada aqui.

**Como surgiu a ideia de vir para o Instituto, enquanto professora?**

Foi assim: eu já dava umas aulas em casa, fazia exposições na escola e tudo, mas não tinha espaço. Então, quando entrou um Presidente novo, pensei em ir à Junta falar com ele. Então, ele perguntou-me logo quando é que eu queria começar. Entrei em Outubro, entrei com as minhas alunas, que já tinha, de Artes Decorativas. Entretanto, começaram a aparecer pessoas que queriam pintar a óleo, e eu pintar a óleo sei, mas não sei ensinar... Eu sei fazer para mim, mas ensinar é muito difícil, porque cada pintor tem a sua própria maneira de ser... Mas adoro ensinar em Artes Decorativas. Olhe, eu tive durante uns tempos uma aluna brasileira, ela chegou aqui e disse logo “ó minha senhora, eu nunca peguei em pincéis”. Mas, claro, há sempre uma primeira vez, fartou-se de fazer t-shirts para levar para o Brasil e aquelas saias para praia. Ela dizia que não sabia fazer nada e afinal... As pessoas dizem que não sabem mas sabem.

**No fundo, foi a senhora que teve a ideia de fundar o Instituto...**

Ora bem, inicialmente, isto estava para ser uma Universidade Sénior, mas como eu tinha muita gente nova... Comecei a pensar que ia ser um problema. Então, ficou Instituto Cultural para toda a gente. Estivemos noutras instalações, com poucas condições, e agora estamos aqui, temos mais luz e melhores condições.

**Apesar de ainda continuar a trabalhar, qual era a sua profissão anterior?**

Bordava, bordei muitos enxovais. Foram vinte anos, sempre em casa. Depois, comecei nisto por causa de uma história triste... O meu filho já faleceu mas, quando ele era vivo (...)

[informações pessoais sobre a morte do filho]. Desisti do bordado e ia para a Papélia, tinha uma prima minha lá. A minha prima um dia disse-me que estava cansada de me ouvir, deu-me uns pincéis, uma tinta, e disse «pinta». Mas eu nunca tinha pintado, ela disse «aprende, que eu também aprendi assim». Eu vim para casa, comecei a pintar umas almofadinhas, ela começou a vender aquilo tudo e eu comecei a ganhar gosto. Fazia fronhas, pintava com vários desenhos. Nessa altura, já não bordava e pensei «estive a dormir vinte anos». O bordado tem muito valor, claro, mas isto para mim foi a minha grande alegria. Depois, soube que o Inatel tinha uns cursos de Artes Decorativas e eu fui para lá, aprendi muito, levava muitas coisas de casa, nessa altura já sabia fazer aplicações em *Rechelier*, que é uma técnica para pintar tecidos, parece bordado mas não é. Depois, comecei a pintar t-shirts, fazia muita coisa em casa sem a professora saber, coitada, mas depois ela percebeu que eu já sabia fazer muita coisa e até me pedia para eu a ajudar. Mas, um dia, morreu-lhe uma filha, ela foi embora e eu fiquei lá, até vir para aqui. Já lá vão doze anos... Estive lá vinte anos, mais ou menos.

#### **Como foi o seu percurso escolar?**

Eu só tenho a 4.<sup>a</sup> classe, mas não me envergonho. Como se diz, eu tenho a universidade da vida. Olhe, eu sempre me dei com os professores do meu filho, na Escola [...], fazia-lhes umas coisinhas e tal... O meu filho sempre dizia que eu era muito esperta, para colheres sabes semear. Mas não, eles eram muito simpáticos comigo. Eu até gostava muito de estudar lá, mas está a ver? Só tinha a 4.<sup>a</sup> classe...

#### **Além desse filho, que já faleceu, tem mais filhos?**

Sim, tenho uma filha.

#### **Seguiu curso superior?**

Sim, ela é gestora de empresas.

#### **Incentivou-a a isso?**

Claro. Nós queremos sempre o melhor para os filhos. O meu também podia ter seguido Artes, ele era muito inteligente, mas não dava, não deu... A minha filha é que andou sempre para a frente.

#### **Sente-se envelhecer?**

Vá lá... Às vezes esqueço-me de certas coisas, mas vejo pessoas mais novas do eu que também se esquecem... Bem, afinal não sou só eu. Interiormente, não me sinto envelhecer. Eu sou muito optimista, sempre fui, talvez seja isso que me tenha dado ânimo.

#### **A morte do seu filho já aconteceu há muito tempo?**

Faz agora, no dia de Natal, onze anos. Morreu praticamente como um anjo, foi muita mistura de medicamentos com outras coisas... E o meu marido morreu no dia 21 de Dezembro, há quatro anos. Nunca mais festejei o Natal. Mas é isto que me dá força, é isto. Eu é que havia de pagar às minhas meninas, porque eu se estou assim devo a elas, adoro ensinar, nasci para ensinar. Fico muito feliz quando vejo uma aluna a fazer tão bem, ou até melhor do que eu. Tenho uma aluna

que tem a Arte nas mãos. Eu venho para aqui porque, no fundo, isto é a minha vida, preciso disto para viver, foi um novo sentido que eu quis dar à minha vida.

**Pensa muito no futuro?**

Não, não penso muito no dia de amanhã. Olhe, tenho muita pena de não ter tirado a carta, foi a coisa pior que eu fiz, ou melhor, não fiz na vida... A gente está habituada a ter ali o maridinho para ir ali... E agora já é muito tarde para tirar a carta. De resto, fui muito feliz, tanto em solteira como em casada, não fui criada pelos meus pais, mas tive uma boa educação, souberam-me educar, a respeitar o grande e o pequenino. Só não fomos felizes pelo que sofremos vinte anos com o filho (...) [informações pessoais sobre o filho].

**Mas estava sempre junto de vocês?**

Às vezes estava uns dias fora, mas nunca foi desses... Era muito educado, toda a gente gostava dele, adoravam-no. Sofremos um bocado, fizemos tudo, tudo. Eu ainda andei uns anos a correr para o Porto, até o acompanhava à escola e tudo, mas... Ele era muito dócil, ele está lá em cima, é o meu anjo da guarda. É assim que eu penso, eu penso sempre que o dia de amanhã vai ser melhor, sempre, sempre. O meu marido também sofreu muito, quando se reformou dos Seguros meteu-se no escritório em casa. Esteve dez anos quase sem sair de casa, andava quase sempre de carro só para não encontrar ninguém, isolou-se muito, com medo que alguém perguntasse alguma coisa... E ele fugia sempre. Ele também era uma pessoa muito reservada [não transcrevi o resto do discurso, relacionado com o dia da morte do filho].

**Acho que nem preciso de perguntar, mas ainda se sente útil?**

Sim, tenho muito para dar. Às vezes também faço de conta que tenho muita força, mas isso é normal. Eu também vou uma vez por semana ali ao Centro de Dia e há lá muitos que são mais novos do que eu e parecem que estão a morrer...

**Mas eles interessam-se pelas suas aulas?**

Uns sim, mas outros não. São trinta que andam no Centro e só tenho quatro alunas, veja lá... Dizem que não querem fazer os trabalhos porque depois não têm a quem dar... Preferem estar sentados, a ver televisão, são muito [faz um esgar] ... rabugentos [risos]. Mas eu não, ando sempre atenta a workshops para aprender novas técnicas e tudo! Nem todos podemos ser iguais, não é?