

## Velhos são os trapos

AVANÇADO

Já estão reformados, mas têm uma genética que não lhes permite parar, baixar os braços e ficar enfiados no sofá a ver televisão. Sentem-se com energia para fazer coisas que nunca tiveram tempo de pôr em prática. Querem aprender aquilo que a vida não lhes facultou. Não se querem sentir no fim da vida. Se para uns é difícil tomar a decisão de dar um novo rumo à vida isoladamente, para outros é um desafio para provarem, a si próprios, que ainda são capazes.

Maria Alzira tem 72 anos e enviuvou há poucos anos. O único filho trabalha no estrangeiro. Como as saudades eram muitas, e só falar ao telefone não bastava, decidiu inscrever-se num curso de informática para a terceira idade. Comprou um portátil. Agora, além dos *e-mails* que troca com o filho, também já utiliza o *Skype* e todos os dias tem umas horas destinadas ao convívio familiar: conversa com os netos e acompanha o crescimento deles; fala do dia a dia por cá e quer saber o que se passa por lá... Isto é, quer vê-los e não sentir a distância. Mas esta fantástica ferramenta também lhe serve para contactar as amigas, “falamos muito e apoiamo-nos umas às outras. Até já planeámos umas visitas ao Norte. Quando uma de nós não está online, já as outras se preocupam e tentam saber o que se passa. É uma companhia”, referiu Maria Alzira.

G. Pinheiro, aos 66 anos, é uma mulher dinâmica. Foi professora e fez um curso de Administração Escolar, mas a vontade de se manter ativa levou-a a aceitar o desafio e inscreveu-se como voluntária para a Ilha do Príncipe.

Foi dar formação a professores do ensino básico e do secundário. Aos sábados, dava formação sobre gestão de conflitos e indisciplina na escola. Esteve ao abrigo de um projeto da Gulbenkian no qual também colaboravam jovens. “Há uma rede de escolas muito organizada e completa que cobre toda a ilha. Mas os professores não são professores e os educadores também não. O magistério é feito em São Tomé e poucos têm condições económicas para o fazer”, referiu G. Pinheiro.

Não sentiu qualquer dificuldade na adaptação a “uma nova vida”, nem tão pouco no alojamento. Vivia numa casa na qual só havia eletricidade a certas horas do dia, devido ao fornecimento por gerador a gasóleo. Às vezes até a luz era cortada para poupar o gerador. A água também era uma restrição “tomava banho às escuras e de cócoras, para aproveitar a água”.

O nome desta voluntária ficou conhecido entre a comunidade onde viveu. Ainda hoje, algumas pessoas lhe pedem ajuda sobre a administração escolar – “Apareciam dúvidas de como fazer um regulamento interno, um processo eleitoral ou uma avaliação. Tinham uma enorme ânsia por aprender.”

“Seguir o que o coração diz”, foi o lema de Maria Adelaide. Após uma longa e intensa vida de trabalho, com pouco tempo para ela e com muita vontade de poder ajudar os outros, decidiu inscrever-se para trabalhar como voluntária num hospital oncológico da cidade. O tempo que lá esteve foi gratificante. Não tinha horário para “trabalhar” e nem dava pelo cansaço. Ia para o hospital logo de manhã e tinha uma palavra amiga com cada doente. Ouvia-os atentamente e eles ficavam-lhes gratos. Lia-lhe notícias dos jornais. Ajudava-os a comer, quando eles já não tinham forças. Estava presente quando acordavam da anestesia após as dramáticas cirurgias. Oferecia flores à quinta-feira a cada doente. Sorria, sempre!

Um dia, também ela partiu. Todos os que a conheciam disseram: “Parte com o coração cheio”.

Mas ainda há uma considerável mina de cabelos brancos que viaja, não só dentro, mas também fora do país. Alguns são sócios de associações de vertente cultural. Escolhem lugares com os quais sonharam durante anos. Vão com amigos, ou não. Isso não importa, porque o fundamental é conhecer e sociabilizar. Sentem-se, uma vez mais, realizados e compensados. Voltam com as fotos e as histórias para contar aos que ficaram...

Georgina, casada e já avó, sente que nos seus 65 anos pode fazer outras coisas que não sejam só ir às compras, arrumar a casa e fazer o comer. Pertence, desde há alguns anos, a um coro. Duas vezes por semana tem um ensaio e aos fins de semana há uma exibição cuja receita reverte a favor de uma organização que se dedica aos menos favorecidos da cidade onde mora. Georgina diz: “agora sinto-me realizada. Os meus filhos estão criados e os netos também. O tempo agora é meu.”

Também os ginásios têm visto aumentar o número de frequentadores seniores. Frequentam-nos essencialmente para se sentirem melhor física e psicologicamente, mas também aproveitam o facto para terem um motivo para sair e conhecer outras pessoas, quer dizer: falar, porque o silêncio do dia a dia é duro, quando a família já está demasiado reduzida.

Também as universidades têm criado Cursos Livres em áreas diversas nos últimos anos. Não são cursos destinados exclusivamente a idosos, mas a verdade é que eles são a maioria que frequenta. Já há muito que deixaram os estudos, mas o desejo de saber e de manterem ativos intelectualmente levá-los a inscreverem-se, a participarem e até a fazerem trabalhos de grupo.

As Universidades da Terceira Idade (ou de Seniores, como alguns preferem chamar) têm sido uma boa aposta para todos aqueles que não querem arrumar as botas.

## Ficha Técnica

**Título:** "Velhos são os trapos"

**Obra:** Hoje em Dia...

**Autoria:** Hermínia Malcata

**Editora:** LIDEL

**Páginas:** 64-66

**Ano:** 2016