

Organizadores:

Leandro Lispector

Janaina Maria Gonçalves

# Mulheres a mil



Pedro & João  
editores

# Mulheres a mil



Pedro & João  
editores





Leandro Lispector  
Janaina Maria Gonçalves  
(Organizadores)

# Mulheres a mil

 **INSTITUTO FEDERAL**  
Rio Grande do Norte  
Campus Macau

  
**Pedro & João**  
editores



**Copyright © Autoras e autores**

Todos os direitos garantidos. Qualquer parte desta obra pode ser reproduzida, transmitida ou arquivada desde que levados em conta os direitos das autoras e dos autores.

---

**Leandro Lispector; Janaina Maria Gonçalves [Org.]**

**Mulheres a mil.** São Carlos: Pedro & João Editores, 2023. 53p. 16 x 16 cm.

**ISBN: 978-65-265-0565-6 [Impresso]**

**978-65-265-0566-3 [Digital]**

1. Mulheres Mil/ Manicure e Pedicure. 2. IFRN - Campus Macau. 3. Histórias de vida. 4. Verbetes. I. Título.

---

CDD – 370/800

**Capa:** Petricor Design

**Ficha Catalográfica:** Hélio Márcio Pajeú – CRB - 8-8828

**Diagramação:** Geovannia da Silva Cruz

**Editores:** Pedro Amaro de Moura Brito & João Rodrigo de Moura Brito

**Conselho Científico da Pedro & João Editores:**

Augusto Ponzio (Bari/Itália); João Wanderley Geraldi (Unicamp/Brasil); Hélio Márcio Pajeú (UFPE/Brasil); Maria Isabel de Moura (UFSCar/Brasil); Maria da Piedade Resende da Costa (UFSCar/Brasil); Valdemir Miotello (UFSCar/Brasil); Ana Cláudia Bortolozzi (UNESP/Bauru/Brasil); Mariangela Lima de Almeida (UFES/Brasil); José Kuiava (UNIOESTE/Brasil); Marisol Barenco de Mello (UFF/Brasil); Camila Caracelli Scherma (UFFS/Brasil); Luís Fernando Soares Zuin (USP/Brasil).



**Pedro & João Editores**

[www.pedrojoaoeditores.com.br](http://www.pedrojoaoeditores.com.br)

13568-878 – São Carlos – SP

2023



# Sumário

- 9 Apresentação  
Leandro Lispector
- 13 Prefácio  
Janaína Maria Gonçalves
- 21 Sorriso  
Aldemirte Fonseca da Mota
- 22 Desistir  
Anny Sherlley Pereira de França
- 23 Trabalhadora  
Edilene Santiago da Rocha
- 24 Conhecimento  
Edna Cristina Avelino Barbosa



- 25 Sonhar & Realizar  
Francisca das Chagas Leopoldo
  
- 28 Felicidade  
Gilvania Bonifácio Ramos de Lima
  
- 29 Coração de carne  
Glenda Lorena Costa de Oliveira
  
- 30 Simplicidade  
Josefa Mercedes Sousa
  
- 31 Recomeço  
Laize Cristina Albuquerque Morais
  
- 32 Renascer  
Lily Gomes de Oliveira
  
- 33 Arrogante  
Lucélia régio de Sousa



- 34 Coragem  
Mafalda Avelino Barbosa
- 35 Guerreira  
Maria Dalva
- 36 Saudade  
Maria Eduarda Silva dos Santos
- 38 Lembranças  
Marina Arelly
- 39 Saudade  
Maria Imaculada
- 40 Serenidade  
Mikaelly Beatriz Dos Santos Araújo
- 41 Força  
Rebeca Joice Santos da Fonseca



- 42 Ingratidão  
Samila Tâmara Do Nascimento Siqueira
- 43 Gratidão  
Talita Marques Da Silva
- 44 Força  
Verônica Oliveira dos Santos
- 45 Fé  
Ana Kézia Oliveira
- 49 Organizador e organizadora



# Apresentação

Leandro Lispector

O programa nacional Mulheres Mil, nascente de um projeto piloto de 2007, foi instaurado no país em 2011 com o propósito de promover a formação no contexto profissional e tecnológico, a inclusão e a transformação na vida de mulheres e seus espaços de circulação, ocorrendo para responder às demandas educacionais de comunidades e regiões no âmbito, principalmente, das instituições públicas de ensino municipais, estaduais e federais.

No IFRN - Campus Macau, já foram realizadas outras edições. O curso atual “Manicure e pedicure”, através da



gestão do campus, mobilizou a comunidade acadêmica, a parceria público-privada e a valorização da economia local com foco na iniciativa de empreendedorismo feminino.

No rol de saberes compartilhados das disciplinas do curso, entre diálogos docentes e o exercício imortal de ensinar, o pequeno indicionário repleto de verbetes nasce das aulas de Língua portuguesa e seus encontros voltados a tecer a arte do diálogo, a comunicação assertiva e empática nas múltiplas necessidades das práticas languageiras das relações interpessoais com o objetivo de dar suporte ao treinamento de desenvolvimento pessoal pela expressão e verbalização como ato energético de destravar portas e abrir caminhos pelo exercício desafiador e amoroso da palavra.



O que seria apenas uma avaliação disciplinar, rompeu-se do ventre do ser feminino para se tornar livro-pássaro. Assim, convidamos aos leitores a voarmos de mãos aladas juntos de verbete em verbete até colorirmos o mundo com sororidade, protagonismo, autoestima, sorrisos, memórias, narrativa é poder, coletividade e felicidade. E para abençoar as autoras do livro, como vociferava Clarice Lispector: “Liberdade é pouco. O que eu desejo ainda não tem nome”.





# Prefácio

Janaína Maria Gonçalves

Mulheres à mil é um livro delicado, nascido nas paredes floridas do útero-alma do curso Mulheres Mil/ Manicure e Pedicure e traz impresso em suas páginas lágrimas de ferro de quem não se dobra às intempéries da vida.

O livro fala de sonhos, felicidade, coração, simplicidade, recomeço, renascimento, coragem, guerreira, saudade, lembranças, serenidade... Mulheres que foram ao longo do curso pegando o seu grito e lançando para outra, que



foi laçando para outra... e assim tecendo a “teia tênue” de suas vidas, só que agora em um formato de livro-poesia.

Não foi fácil chegar até aqui. Foi preciso vencer os incontáveis “Barbas Azuis” que ora se apresentava como pessoas, ora como circunstância, ora como o próprio espelho interior. Mas despido o véu da escuridão, as estudantes foram derrubando muros, construindo pontes. Foi-se cheirando, mordiscando, saboreando as palavras até que brotassem como cachoeira nos lábios antes silenciados.

As mãos de uma singularidade ímpar mostraram que além da esmalteria, eram capazes de pintar seus versos nos muros do além-mar. Mãos que se uniram em uma miríade de cores e cheiros, mostrando que nunca é tarde para recomeçar.



Beber na fonte do conhecimento não é uma tarefa fácil, é abandonar roupas que não nos cabem mais. É deixar que o poder da palavra não nos rotule, nos domine, nos sufoque. É saber que uma palavra dita pode abençoar o dia, ou deixá-lo cheio de nuvens escuras. Neste sentido, as estudantes buscaram tirar de dentro de si palavras-corção, palavras-alma, palavras de libertação.

Por isso, mais do que um ato de escrita, ressignificar os verbetes é um gesto de amor à palavra. Esta que é tão importante para redescobrir o mundo e para a autodescoberta. E uma vez que uma mulher toma a palavra para si, nunca mais ela lhe será roubada.





Este livro é dedicado à Elza Soares e  
seu álbum “A mulher do fim do mundo”.





## Epígrafe

*Para todas as  
Princesas,  
Para todas as  
donzelas  
Para todas as  
rainhas.  
Vocês já resgataram  
a si mesmas  
Tantas e tantas  
Vezes agora  
& eu  
Admiro todas Vocês.*

(Amanda Lovelace)



*Quando eu morder a palavra, por favor, não me apressem,  
quero mascar, rasgar entre os dentes, a pele, os ossos, o  
tutano do verbo, para assim versejar o âmago das coisas.*

(Conceição Evaristo)



## SORRISO ( S. F )

Minha definição é nunca deixar de sorrir, não economizo sorrisos, esse é o meu segredo para transmitir paz interior, com meu sorriso eu preencho vazios, e acalmo corações .



## DESISTIR ( S. F )



Anny Sherlley

É tudo que você quer, mas não consegue por medo do julgamento, é buscar na vida o melhor; mas existem pessoas más intencionadas que tentam deixar a gente para baixo com certos comentários, por exemplo: "Não vá", "pare", "você não consegue, pense duas vezes antes ir em frente".

Desistir antes de começar é o mesmo que colocar seu coração em segundo lugar. Desistir é não ir em frente por medo de errar. Desistir também é abrir mão de uma coisa e outras não.



Edilene Santiago

## TRABALHADORA ( S. F )

Minha definição sobre ser batalhadora é uma pessoa que trabalha muito e luta o bastante para obter o que quer.

Ex: trabalho, estudos, filhos...

Esses exemplos citados são os que me definem muito, como uma mulher batalhadora.



Edna Cristina

## RECONHECIMENTO ( S. F )

Reconhecimento é me amar, me descobrir com os meu defeitos e com as minhas tristezas e alegrias, é me sentir grata pela vida, é ser mãe, é me sentar de frente ao espelho e dizer: "eu sou essa mulher, eu me reconheço".



## SONHAR E REALIZAR ( S. F )

O que são sonhos?

Sonhos é tudo aquilo que você vai imaginando ao decorrer da vida, lutando com todo seu potencial, até que um dia, o sono se torne realidade. Vivemos em um mundo muito preconceituoso e quando se fala da mulher que é mãe, dona de um lar, o preconceito é



bem maior. O que uma mulher sonhadora ouve da sociedade, das pessoas que tem ao seu redor quando chega aos 50 anos dizendo: “vou voltar a estudar e concluir meus estudos”. Primeiro todos nós julgamos, nos chamam de velha e dizem: “você é casada, tem que ficar em casa para cuidar das crianças, lavar as roupas, e fazer comida para seu marido etc. Se você é sonhadora, convive e ouve de pessoas negativas algum desses exemplos citados acima. Afaste-se! Porque essas pessoas não são seus amigos e sim inimigos. Afaste-se porque um(uma) amigo(a) verdadeiro(a), aplaude seu sucesso, quanto o inimigo torce ao contrário, não quer ver você crescer na sua caminhada. Um exemplo: nunca conte seus projetos para uma pessoa negativa. Tenha ao seu redor pessoas positivas, que te incentivem, que transmitam paz, luz e que aplaudam seus sucessos e sonhos realizados.



Nunca desista de seus sonhos e qualquer idade!  
Tente sempre com muita luta e garra, não importa cor, raça e nem religião. Simplesmente lute, lute e lute, que você realizará. Nunca esqueça que sonhar é viajar, realizar e ser feliz. Aqui deixo meu recado a todos os sonhadores. Sonhe e realize. Viva e siga feliz! acredite sempre que você é capaz!

Ame-se! Olhe para o seu interior e diga bem forte: eu vou vencer, eu vou conseguir. Eu já venci, porque sou uma mulher linda, sábia, bela e vitoriosa. Um sonhador nunca desiste de seus sonhos, busca realizar sempre! Abraço forte!



FELICIDADE ( S. F )

Felicidade para mim é realizar o curso das mulheres 1000.



## CORAÇÃO DE CARNE ( S. F )

Meu coração perdoa facilmente, me faz viver a cada dia intensamente, me faz suportar minhas emoções, tenta sempre acalmar as tempestades. Dentro dele não cabe rancor e está sempre transbordando amor como um jardim de flor.



## SIMPLICIDADE ( S. F )

Essa palavra me inspira, porque levo uma vida simples, mas com pensamentos elevados.



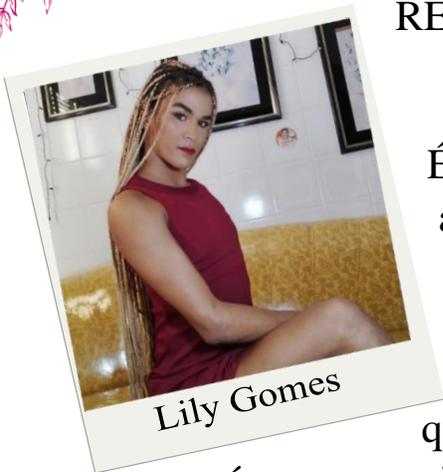
## RECOMEÇO ( S. F )

Recomeçar é sempre que cair erguer a cabeça e se levantar. Recomeçar é nunca esperar o que nunca vem. Recomeçar é nunca derrubar alguém se você não conhece o gosto amargo do recomeço.

Recomeçar é viver cada dia como se não houvesse o amanhã.



## RENASCER ( S. F )



É aquele livramento de quase um acidente, é quando você está a desistir e aparece um bico pra comprar o pão. É quando você é reconhecida pelo belo trabalho que fez, quando passa das 23:59 e já é o seu aniversário igual a virada de ano. Renascer todos os dias é o presente.

Lily é uma mulher negra travesti e mesmo com muitos baixos e altas dificuldades, continua renascendo até os dias atuais e hoje diz que assim como ela, você pode renascer e inspirar um mundo de mulheres.



## ARROGANTE ( S. F )

Arrogante é gente amarga, estúpida sem noção, que não tem empatia. Gente convencida e pretenciosa.



## CORAGEM ( S. F )

Coragem significa escrever e reescrever em mim força, determinação, visão. É enfrentar tudo. Mulher águia. Abalo diante do nada. Detalhes das pequenas coisas ao redor. Grande diferença em ser bárbara.

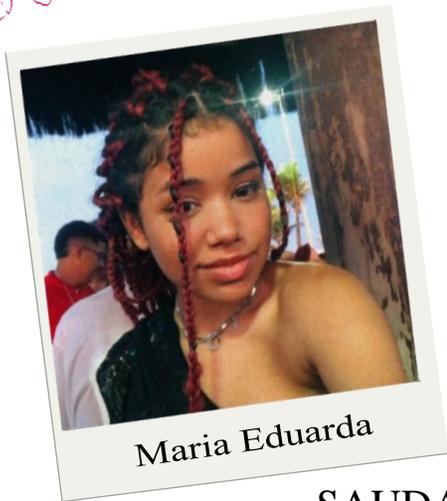


## GUERREIRA ( S. F )



Meu nome é Maria Dalva, nasci em 06\10\1969 em Parnamirim. Tive uma infância difícil, casei-me aos 13 anos e fiquei viúva aos 19 anos com três filhos, dois deles me deram muito trabalho.

O meu filho mais velho morreu em 2013 por causa das drogas e o meu outro filho desapareceu, com isso eu fiquei muito mal. Hoje estou tentando levantar e enfrentando meus problemas com a cabeça erguida, tentando encontrar a minha felicidade, pois creio que ei de encontrar junto a minha filha que é uma pessoa maravilhosa que me ajuda.



## SAUDADE ( S. F )

É um vazio na alma, é 'provar' mais uma vez a comida de mãe. Sentir um perfume, não saber de onde vem, ou quando, onde e nem em que ocasião sentiu pela primeira vez e ter a sensação de estar em casa.



É passar por um lugar e um milhão de coisas passar na sua cabeça. É deitar pra dormir à noite e não dormir, pois o coração está apertado sabendo que aquilo não volta e você vai ter que aprender a conviver com essa ausência. São fotos, músicas, lembranças, fases, processos, amizades e no final de tudo... amor.



## LEMBRANÇAS ( S. F )

As lembranças podem nos ser um alívio, mas às vezes são uma tortura. Lembranças que não vão embora momentos que ficarão gravados no nosso coração pra sempre... Não podemos trazer de volta à vida aquilo que já morreu.

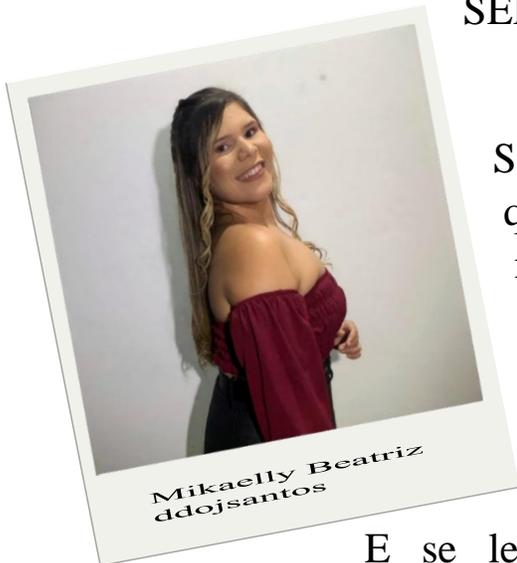


## SAUDADE ( S. F )

Saudade quando aperta não existe palavras capazes de confortar meu coração. Apenas fecho os meus olhos e um filme me passa diante de minha vida. Só me resta olhar suas roupas, suas coisas e me confortar com a certeza que Deus fez o melhor para você. Saudades de minha filha.



## SERENIDADE ( S. F)



Serenidade, é uma palavra que tem uma força enorme nas horas mais difíceis da vida. E ter sabedoria para continuar firme, mesmo quando pensamos que a derrota tá por vir.

E se levantar, é ter coragem e determinação para continuar e não desistir.

Tenham muita coragem e serenidade! Tudo passa! Acredite na sua própria força! Caminhemos juntos com fraternidade!



## FORÇA ( S. F )

É uma palavra tão pequena com um significado enorme, força é uma palavra amiga. E aquela que quando você está só, ela está lá para você conseguir seguir em frente, aquela que quando você acorda exausta da vida ela está lá para te ajudar prosseguir.



## INGRATIDÃO ( S. F)



Samila Tâmara

Ingratidão palavra tão pequena e com significado tão grande, pois o ingrato nunca reconhece o que você faz. Mesmo que a pessoa não reconheça o quanto a pessoa é grata, a ingratidão é uma coisa que pode existir. Reconhecer o que o outro faz por você é a maior gratidão que existe. A pessoa ingrata é uma pessoa vazia e sem sentimentos. A ingratidão nos ensina a melhorar cada dia mais a mudar o mundo pra melhor, pra dar o melhor pro mundo. cada pessoa tem os seus sentimentos



## GRATIDÃO ( S. F)

Gratidão pra mim significa acordar de manhã e agradecer a Deus por mais um dia de vida. É também agradecer pelo o pão de cada dia, também pela família que Deus me deu.



## FORÇA ( S. F)

É saber lidar com várias situações. Quero ter todos os dias essa força e não transparecer minhas fraquezas. Não preciso demonstrar o tamanho e nem a cor, só sentir dentro de mim o poder da palavra.



Ana Kézia Oliveira

## FÉ ( S. F)

O que é a Fé?

Conforme conceitua o dicionário, Fé é a “convicção intensa e persistente em algo que, para a pessoa que acredita, se torna verdade”.



Concordo, pois, para mim é a esperança de algo que não consigo ver, mas acredito. Assim como está escrito em Hebreus 11, a fé é a certeza de que vamos receber as coisas que esperamos e a prova de que existem coisas que não podemos ver. A Fé não se limita ao campo espiritual-religioso ou a uma tradição religiosa. Ao executarmos qualquer tarefa (seja qual for a área de atuação), acreditamos que iremos ter êxito naquilo executado. Assim é o exercício da fé, ao agir em prol daquilo que acreditamos, temos que executar sempre através de ações feitas diariamente no nosso viver. Exercito a minha fé de acordo com a minha crença, pois creio no Senhor que me deu a



salvação, mas respeito aqueles que possuem outras crenças, não deixando de sempre mostrar a eles o que realmente eu acredito. Com isso acho que estou exercitando a minha fé. Não posso mudar o mundo(pessoas), mas posso expor algo que acredito, mesmo sabendo que nem todas as pessoas vão me aceitar. Vivemos num mundo muito diversificado nesse conceito de fé, e temos que acabar entendendo que para se estar em paz com os outros temos que aceitar as diversas opiniões dos demais e não realizar os mesmos costumes. Uma pessoa que tem fé sempre vence os obstáculos da vida, pois a fé é algo que nos impulsiona e nos dá esperança para alcançar os nossos reais objetivos.





## Organizador



Leandro Lispector

Mestre em Estudos da Linguagem pelo programa de Pós-graduação da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (PPGEL/UFRN, 2015).



Especialista em Leitura e produção de textos (2011) e a graduação em Letras - Língua portuguesa e Literaturas (2010). Atua como docente de Língua portuguesa e Literaturas no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do RN (IFRN) e professor formador e pesquisador do curso de Especialização em Literatura e Ensino (IFRN, campus EAD).



Possui experiência na área de letras e Educação, com ênfase em literatura comparada, letramentos, oficinas de leitura criatividade e escrita, teoria da literatura, Poesia e Literatura potiguar, Concepções de Literatura e Ensino, Literatuta e Pós-estruturalismo, Literatura e decolonialidade e Práticas inovadoras de Leitura e produção de textos.



## Organizadora



Janaína Maria Gonçalves

Possui graduação em Letras - Português pela Universidade Federal do Pará (2010) e mestrado na área de Leitura e Letramento pela Universidade Federal



do Pará (2015). Tem experiência na área de Letras, com ênfase em Linguística textual e Ensino-aprendizagem da Língua Portuguesa. Leciona no Instituto Federal do Rio Grande do Norte (IFRN) e exerceu a função de coordenadora do Projeto de Extensão Mulheres Mil.



**INSTITUTO FEDERAL**

Rio Grande do Norte  
Campus Macau

Coragem, recomeço, esperança,  
perseverança, resiliência, corpo  
beleza, empatia, força, alegria,  
sororidade, espiritualidade, união,  
elogio, solidariedade, brilho,  
palavras, superação, autoestima.

# Mulheres mil



Educação, Cidadania e Desenvolvimento Sustentável

**COEX**

Coordenação de Extensão

