O PODER DA DECISÃO

Cuidando de Vidas, Transformando Destinos

Lis Pereira

2025

Editora Rosafrancesa
Brasil/ França

Copyright ®2025, Rosafrancesa

Título: O Poder da Decisão - Cuidando de Vidas, Transformando Destinos
Autoria: Lis Pereira
Capa: Rosaura Saraiva
Imagem da capa: Da Internet, canva
Páginas: 138
Projeto Gráfico: Rosafrancesa Editora
1ª Edição: 2025
Edição Bilingue – português/ francês
Tradução Francielly S. Jahn
Publicação: Clube de Autores

***Titre** : Le Pouvoir de la Décision - Prendre Soin des Vies, Transformer des Destins*
***Auteurs** :Lis Pereira*
***Couverture** : Rosaura Saraiva*
***Image de couverture** : Issue d'Internet, Canva*
***Pages** : 138*
***Conception graphique** : Rosafrancesa Editora*
***1ère édition :** 2025*
***Édition bilingue** – portugais / français*

Catalogação na publicação

Elaborada por Bibliotecária Janaina Ramos – CRB-8/9166

P243d
Pereira, Lis
O Poder da Decisão, Cuidando de Vidas, Transformando Destinos / Organização Rosaura Saraiva; tradução Francielly S. Jahn. – Toulon: Rosafrancesa, siret: 94045742700018 - 1º ED. 2025.
138p., il. ; 14,8 X 21 cm
ISBN 978-65-01 -35576-4
1. Depoimentos e autoajuda. I. Pereira, Lis. II. Saraiva, Rosaura. (Organizadora). III. Título.

CDD 615.532

Índice para catálogo sistemático
I. Autoajuda

ROSAFRANCESA
Chemin de La Baume -83200 - TOULON /FR
siret: 94045742700018

Prefácio

A vida é uma constante sucessão de escolhas. A cada instante, seja de maneira consciente ou inconsciente, decidimos o boato que nossas histórias acontecerão. Algumas decisões são simples, quase automáticas, enquanto outras carregam o peso de transformar completamente nossa trajetória. O que separa aqueles que alcançam seus objetivos aqueles que ficam presos em ciclos repetitivos não é uma sorte, mas sim a clareza e a coragem de decidir.

Em *O Poder da Decisão*, somos convidados a refletir sobre como cada escolha molda nosso destino e influencia nossa realidade. Com uma abordagem profunda e instigante, esta obra nos conduz por um caminho de autoconhecimento, demonstrando que decidir não é apenas um ato racional, mas um movimento interno de autoconfiança, maturidade e conexão com nosso propósito.

Ao longo destas páginas, o leitor encontrará insights profundos sobre como transformar a indecisão em ação, como superar medos que paralisam e como desenvolver a disciplina necessária para manter seleções selecionadas com seus desejos e valores mais autênticos. Além disso, somos levados a compreender que não decidir também é uma decisão – e muitas vezes, a mais perigosa de todas.

O grande mérito deste livro é sua abordagem prática e reflexiva, permitindo que cada um encontre as ferramentas para se tornar protagonista de sua própria jornada. Aqui, não há fórmulas mágicas, mas sim um convite à autorresponsabilidade, à consciência e à ação.

Seja qual for o momento da vida em que você se encontra agora, esta leitura servirá como um guia poderoso para ajudá-lo a tomar decisões mais assertivas, libertando-se das amarras da dúvida e abrindo caminho para uma existência mais plena e significativa.

Que cada palavra aqui escrita inspira você a assumir o comando de sua história e a consideração de que o verdadeiro poder da decisão está, sempre, em suas mãos.

Boa leitura!

Sobre a Autora



Lis Pereira – Cuidando de Vidas, Transformando Destinos

Lis Pereira é muito mais do que um nome – é uma missão, uma trajetória marcada pelo amor ao cuidado e pela busca incansável da excelência. Mãe de Pamela e avó da

pequena Helena, sua essência se traduz na entrega, no comprometimento e na paixão por vidas.

Desde 1996, Lis tem sido uma referência na enfermagem, dedicando-se por três décadas à rede hospitalar, levando alívio, esperança e dedicação a cada paciente. Sua experiência se estende a empresas multinacionais como enfermeira do trabalho e ao serviço essencial de socorrista, sempre pronta para agir quando a vida está por um fio.

Mas Lis não se limita. Com uma alma inquieta e visionária, abraçou um novo chamado: empreender e inspirar. Hoje, em sua transição de carreira, ela se reinventa como empreendedora, escritora e mentora, ampliando seu impacto e guiando outras pessoas a descobrirem sua identidade e propósito. Através de sua marca de joias, ela não apenas entrega beleza, mas carrega consigo histórias, significados e um brilho que reflete seu olhar diferenciado para a vida.

O que faz de Lis Pereira única? Sua capacidade de unir técnica e sensibilidade, profissão e propósito, experiência e reinvenção. Para ela, cuidar vai além da enfermagem – é um chamado para transformar vidas, despertar sonhos e conduzir pessoas ao seu verdadeiro caminho com propósito.

Seja na saúde, na escrita ou no empreendedorismo, Lis Pereira é sinônimo de entrega, excelência e transformação.

Introdução

Cuidar é mais do que um ato – é um chamado. Desde os primeiros passos em sua jornada na enfermagem até sua transição para o empreendedorismo e a escrita, Lis Pereira sempre carregou consigo um propósito maior: transformar vidas.

Este livro é um reflexo de sua trajetória, das experiências vividas ao longo de décadas dedicadas ao cuidado humano. Aqui, Lis compartilha não apenas histórias de superação, mas também aprendizados valiosos que moldaram sua visão sobre a vida, o propósito e a reinvenção.

Mais do que uma narrativa sobre a enfermagem, esta obra é um convite à reflexão sobre o poder do cuidado – consigo mesmo e com os outros. Entre relatos emocionantes e insights inspiradores, o leitor encontrará um guia para despertar sua própria essência, redescobrir sua missão e trilhar um caminho de significado e reaLisação.

Com sensibilidade e influência, Lis nos conduz por uma jornada onde a técnica a alma, e onde cada gesto, por menor que pareça, tem o poder de transformar destinos.

Aqui você encontrará histórias que tocam o coração, momentos de resiliência e coragem, além de reflexões que mostram que nunca é tarde para se reinventar. Assim como Lis deu novos rumores em sua carreira, este livro pode ser

o impulso que você precisa para enxergar novas possibilidades em sua carreira.

Que estas páginas sejam um sopro de esperança, um abraço em forma de palavras e um incentivo para que você também descubra a beleza de viver com propósito.

Capítulo 1 - As Sombras da Infância



Nasci em uma família disfuncional, composta por meu pai, minha mãe, sete filhas, um filho e um bebê que faleceu logo após nascer. Sou a filha mais nova. Desde muito cedo, percebi o quão difícil era a convivência em nossa casa, marcada por tensões constantes e inúmeras divergências entre meus pais e irmãos.

Meu pai, que deveria representar segurança e proteção, transmitia apenas medo. Ele era um homem severo, e quase nada era permitido. Não mantinha diálogo com as

filhas, tampouco com meu irmão, que era apenas um pouco mais velho que eu. Nossa rotina era opressiva. Minhas irmãs mais velhas e minha mãe trabalhavam arduamente de segunda a sábado. Saíam de casa antes do amanhecer e só retornavam após o pôr do sol, esgotadas pelo esforço diário.

Meu pai, por sua vez, limitava-se a administrar o trabalho delas. Nunca o vi reaLisando qualquer tarefa pesada. Sua postura era de um carrasco: rígido em suas palavras e impiedoso em suas ações. Quando algo não lhe agradava, recorria a xingamentos, ameaças e, muitas vezes, à agressão física. O medo dele pairava sobre todos nós.

Minha mãe, embora fosse a única figura materna que tínhamos, não intervinha diante das atitudes dele. Assumia uma postura passiva, e as raras discussões entre os dois nunca resultavam em mudanças. No entanto, ela própria também era rígida e impaciente conosco. Eu nunca compreendi por que me batia tanto. Apanhava sem explicação, e quando ela se enfurecia, os castigos deixavam de ser apenas punições e se tornavam verdadeiros espancamentos.

A dor física era intensa, mas as marcas que ficavam em meu corpo me doíam ainda mais: vergões profundos, cortes, sangue escorrendo pelo nariz e pela boca. Minha boca inchava, os lábios se rasgavam com os socos que ela me dava, até mesmo na cabeça. Depois de se cansar de me bater com varas escolhidas cuidadosamente — sempre as mais fortes, que não quebrassem facilmente —, começava a sessão de xingamentos, segurando meu braço com força, machucando-me ainda mais.

Essas cenas se repetiam com frequência, e suas palavras cruéis ecoavam dentro de mim, deixando marcas invisíveis, mas permanentes. Com o tempo, as feridas emocionais se tornaram tão profundas quanto as físicas, bloqueando-me, paralisando-me.

Acredito que minha mãe, talvez por conta da criação que teve, aprendeu a suportar as atitudes do meu pai sem contestá-las. Ao longo dos anos, tornou-se uma mulher amarga e fechada, carregando dentro de si uma dor que nunca encontrou vazão. Nunca a vi pedir desculpas a ninguém.

Lembro-me também das desavenças entre minha mãe e uma de minhas irmãs, que sequer se falavam. Outros