



# ESHOJE

# 25

ANOS DE  
ESPÍRITO  
SANTO

Fundado em 19 de julho de 2000  
por Carlos Roberto Coutinho

Vitória, 10 de junho de 2026 )) Ano XXV )) Nº 1317  
Edição Gratuita Diário )) [www.eshoje.com.br](http://www.eshoje.com.br)

/eshoje @eshoje eshoje eshoje

DIVULGAÇÃO

## ARTIGO

O esforço para mostrar  
dignidade, "com juros e  
correção monetária" )) 2



## CULTURA

A história da arte se  
renova a partir dos  
diálogos entre gerações )) 4



DIVULGAÇÃO

# Serra capixaba como cenário para o Dia dos Namorados

Com baixas temperaturas e cenários europeus, hotéis e restaurantes da região serrana preparam programações e menus exclusivos para aquecer o turismo a dois )) 3

ILUSTRATIVA



DARTAGNAN DA SILVA ZANELA

# Esparrelas publicitárias nada edificantes

É curioso ver que na arena do poder — e fora dela também — muitíssimas pessoas se esforçam para mostrar para todo mundo, menos para Deus, que são pessoas de valor e não sujeitinhos cuja dignidade tem um preço, sempre devidamente atualizado e corrigido pela inflação.

E o que mais chama a atenção é que, quanto mais essas figuras, figurinhas e figurões tentam provar que são criaturas de alma ilibada, mais se enrolam nos próprios pés.

Na verdade, todos nós, em algum momento de nossas vidas, acabamos por cair nesse tipo de esparrela e terminamos por pagar aquele mico existencial nada original de querer posar de detentores de uma dignidade que não nos pertence.

Bem, nove fora zero, há um momento em que todos nós podemos ver com clareza de que material é feito o nosso caráter e qual é a têmpera de nossa alma: é quando estamos diante da morte; da nossa morte.

É quando estamos frente à

possibilidade de ficarmos cara a cara com ela que realmente iremos descobrir qual é a envergadura do nosso caráter e a solidez da nossa personalidade.

A título de exemplo, há no prefácio do livro "A sabedoria das leis eternas", do filósofo Mário Ferreira dos Santos, uma descrição sobre os últimos momentos da sua vida que foi narrada por uma de suas filhas.

Contava ela que, quando seu pai estava para partir, pediu aos seus genros que o levantassem do leito porque, segundo ele, um homem deve morrer em pé. Os genros atenderam ao seu pedido e ele, ereto, recitou um Pai-Nosso e morreu.

Morreu da mesma forma que sempre viveu: sendo um filóso-

fo e, como tal, ensinando com destemor a filosofar com suas palavras e, principalmente, com o seu modo de ser.

Sócrates, nos diálogos platônicos, ensinava — com a clareza de uma noite de lua cheia — que filosofar é aprender a morrer, e que aprender a morrer nada mais seria do que aprender a viver verdadeiramente, esforçando-se para realizar plenamente as suas potencialidades e, desta forma, ir lapidando a sua humanidade.

E imagino eu que, por essa razão, ele dizia que uma vida irrefletida seria indigna de ser vivida, do mesmo modo que palavras ditas de forma impensada não mereciam ser ouvidas.

Dito de outra forma, podemos afirmar que cada um de

nós, quando vem a esse mundo, traz um ser em forma bruta que necessita ser cinzelado para tomar a forma potencial que se encontra latente em nossa crueza demasiadamente humana.

Porém, diferentemente de uma estátua de Michelangelo, muitas são as mãos que deixam suas cinzeladas na matéria bruta do nosso ser: nossa família, nossos colegas e amigos, a comunidade, a sociedade, as religiões, as ideologias, a mídia e tutti quanti.

Contudo, independentemente das marcas que foram deixadas por esses inúmeros artífices, há um momento em que somos nós que devemos assumir a obra, para nos tornarmos indivíduos autônomos, capazes

de lutar com unhas e dentes para não sermos reduzidos a uma relés figura autômata, que tem seu passo marcado pelo ritmo oco e estridente das forças que nos circundam.

É esse momento decisivo é quando compreendemos que devemos meditar frequentemente a respeito da nossa morte para, no final, entendermos que não se deve temer o nosso destino derradeiro neste vale de lágrimas, mas sim tremer diante da possibilidade de morrer-mos fazendo o que é errado perante as leis eternas.

É diante desse questionamento que se revelam os homens de valor e o valor de cada homem. O resto, meu amigo, é apenas conversa publicitária.

# Somos diário. Seja no impresso ou no digital

Aqui você realiza, no melhor preço de mercado, a sua publicação legal.



h) ESHOJE

ANJ ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE JORNAIS

A opinião dos colunistas não reflete o posicionamento do veículo.

TIRAGEM: Publicação digital e impressa  
CIRCULAÇÃO: Grande Vitória e digital  
PERIODICIDADE: Diários

Rua Carlos Lindenberg, 40.  
Ed San Gennaro, sala 201. Jardim  
Camburi. Vitória ES. Cep 29092-110  
Tel. 27 2180-0678  
www.eshoje.com.br  
redacao@eshoje.com.br

DIRETOR GERAL  
Carlos Roberto Coutinho  
carlos@eshoje.com.br

DIRETORA ADMINISTRATIVA  
Bianca Coutinho  
bianca@eshoje.com.br

DIRETORA DE REDAÇÃO  
Danieleh Coutinho - MTB/ES 2694-JP  
danihcourtinho@eshoje.com.br

PROJETO GRÁFICO  
Renon Pena de Sá  
www.ellaform.com.br

FOTOGRAFIAS  
Arquivo  
redacao@eshoje.com.br

DIAGRAMAÇÃO  
Jeferson Louis - MTB/ES 3605/ES

REDAÇÃO  
Carolina Boueri  
Eduardo Aencar  
Esthefany Mesquita  
Giulia Reis  
Karla Silveira  
Mariana Cicilioti  
Thierry Khalil  
PH Caetano  
Mary Martins

SIGA NOSSAS REDES SOCIAIS:

Instagram /eshoje

Twitter @eshoje

Facebook eshoje

YouTube eshoje

# Montanhas capixabas atraem os apaixonados

Mais de cem empreendimentos combinam frio, gastronomia e roteiros para os namorados

CAROLINA BOUERI

jornalismo@eshoje.com.br

As Montanhas Capixabas estão prontas para receber centenas de casais que buscam experiências românticas e diferenciadas durante as celebrações do Dia dos Namorados. Beneficiada por temperaturas marcadamente mais amenas com a proximidade do inverno, paisagens deslumbrantes cercadas por remanescentes preservados de Mata Atlântica e uma forte e charmosa influência cultural das imigrações europeias, a região reúne atualmente mais de cem empreendimentos ativos. Entre hotéis de luxo, pousadas charmosas, restaurantes de alta gastronomia e cervejarias artesanais, o setor estruturou roteiros integrados e especiais para quem deseja transformar o próximo 12 de junho em uma inesquecível viagem a dois.

Localizadas a poucos quilômetros da agitação da Região Metropolitana da Grande Vitória, destinos consolidados como Domingos Martins, a vila de Pedra Azul e Venda Nova do Imigrante concentram as principais opções que combinam com perfeição o aconchego físico, a alta culinária e um contato íntimo com a exuberância da natureza local.

No coração do centro urbano de Domingos Martins, na popular região conhecida como "Campinho", o clima de romance ganha ainda mais força e contornos poéticos nesta época do



DIVULGAÇÃO

Hotéis, pousadas e restaurantes mais distantes da Região Metropolitana deverão receber os namorados para o fim de semana

ano. A cidade serrana já foi apontada em rankings nacionais como uma das mais românticas de todo o Brasil, um título que se justifica pelo cenário arquitetônico inspirado em vilas europeias, ruas planejadas e arborizadas, iluminação noturna acolhedora e uma vasta rede de cafés e restaurantes sofisticados instalados no entorno da charmosa Praça Arthur Gerhardt e na famosa Rua de Lazer.

As pousadas intimistas do cen-

tro e do entorno apostam alto em experiências totalmente personalizadas e multisensoriais. Para atrair os namorados, os estabelecimentos investem em pacotes fechados que incluem jantares exclusivos à luz de velas, fartos festivos de fondue, lareiras acesas no interior dos chalés e cartas de vinhos criteriosamente selecionadas e encorpadas para combinar com o clima frio típico das montanhas. O comércio local e os produtores da

região também adaptam suas vitrines, oferecendo desde chocolates artesanais finos até arranjos especiais, consolidando o município como o epicentro do turismo romântico capixaba no mês de junho.

Além de movimentar as reservas de hospedagem e os salões dos restaurantes, a data impulsiona o comércio de rua e as pequenas agroindústrias familiares. A expectativa dos comerciantes locais é de que o fluxo

de visitantes comece a se intensificar já nos dias que antecedem o dia 12, estendendo-se por todo o final de semana subsequente. Esse movimento contínuo oxigena a economia regional e gera postos de trabalho temporários e permanentes, reforçando o turismo como um dos pilares mais sólidos do desenvolvimento sustentável e da preservação cultural das comunidades que habitam as terras altas do Espírito Santo.

## Aventura e gastronomia no roteiro a dois

ALÉM DA atmosfera puramente romântica e do isolamento aconchegante dos chalés, as Montanhas Capixabas oferecem um leque robusto de opções dinâmicas para os casais que buscam experiências marcantes ao ar livre. A famosa Rota do Lagarto, localizada no distrito de Pedra Azul, desponta como um dos principais e mais fotogênicos atrativos turísticos da serra capixaba. O percurso reúne trilhas ecológicas estruturadas, mirantes estratégicos com vista para a imponente formação rochosa e paisagens naturais que se tornam o cenário perfeito para ensaios fotográficos e caminhadas contemplativas durante a temporada de inverno.

Empresas especializadas em turismo receptivo local também decidiram ampliar a oferta de atividades voltadas para a aventura leve e a contemplação. Casais mais ousados podem optar por passeios de balão que revelam a geografia da serra por cima das nuvens, além de caminhadas ecológicas guiadas dentro do Parque Estadual e roteiros imersivos de agroturismo. Esse cenário montanhoso, aliado ao ar gélido característico das altitudes, transforma o passeio em uma alternativa terapêutica para quem precisa urgentemente desacelerar da rotina acelerada e aproveitar a data comemorativa bem longe dos ruídos e do estresse dos grandes centros urbanos.



DIVULGAÇÃO

Espaços para diversão se preparam para casais, como cervejarias

Paralelamente, a gastronomia de excelência aparece como um dos pontos mais fortes e elogiados do roteiro de Dia dos Namorados. Os renomados restaurantes da região serrana investem anualmente no desenvolvimento de menus especiais fechados para os casais, fazendo questão de valorizar ingredientes frescos produzidos localmente nas propriedades rurais vizinhas e receitas tradicionais que foram herdadas das famílias pioneiras de imigrantes italianos, alemães e pomeranos. Cafés especiais premiados mundialmente, massas recheadas artesanais, vinhos finos de inverno, queijos finos e o tradicional socol fazem parte da jornada.

# Entre a arte urbana e os espaços expositivos

‘Nice Contemporânea’ reúne artistas e obras para debater a memória das artes visuais

**REDAÇÃO MULTIMÍDIA**  
jornalismo@eshoje.com.br

A história da arte não é um registro estático guardado no passado, mas um território dinâmico que se renova a partir dos diálogos estabelecidos entre diferentes gerações. É sob essa premissa que o Museu de Arte do Espírito Santo (MAES), localizado no centro de Vitória, segue com a exposição "Nice Contemporânea".

A mostra propõe uma profunda revisão da trajetória e da contribuição de Nice Nascimento Avanza (1929-1999), uma das figuras mais emblemáticas e marcantes do cenário cultural capixaba ao longo do século XX. O projeto curatorial cumpre o papel de resgatar o acervo histórico da instituição, ao mesmo tempo em que provoca tensões e aproximações ao colocar essas obras em contato direto com a produção de dez nomes atuantes na cena artística contemporânea.

Entre os convidados que aceitaram o desafio de atualizar o legado de Nice está o artista visual Renato Ren. Nascido em São Paulo em 1984 e radicado em solo capixaba desde o início dos anos 2000, Ren construiu uma assinatura visual robusta e amplamente reconhecida. Sua



“Acredito que meu trabalho também contribui para diversificar e atualizar a relevância dos trabalhos no acervo do MAES”

formação acadêmica em Artes Plásticas pela Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes) caminha lado a lado com suas vivências práticas nas ruas, onde iniciou sua trajetória por meio do graffiti, das intervenções urbanas de forte impacto e da imersão na cultura hip-hop — elementos fundamentais que até hoje servem de alicerce e referência estética para sua produção nas artes.

Além do trânsito pelas artes visuais, Renato Ren possui uma atuação destacada na cena musical como MC de rap do grupo Conteúdo Paralelo, mostrando o caráter híbrido de sua sensibilidade artística.

Em entrevista concedida a ES Hoje, Renato Ren detalha sua participação nessa importante coletiva, relembra os principais momentos de sua carreira profissional e analisa as conexões poéticas que se formam entre o seu olhar contemporâneo e os temas históricos levantados pela trajetória artística e sensível de Nice Avanza, ajudando a iluminar os caminhos da memória capixaba.

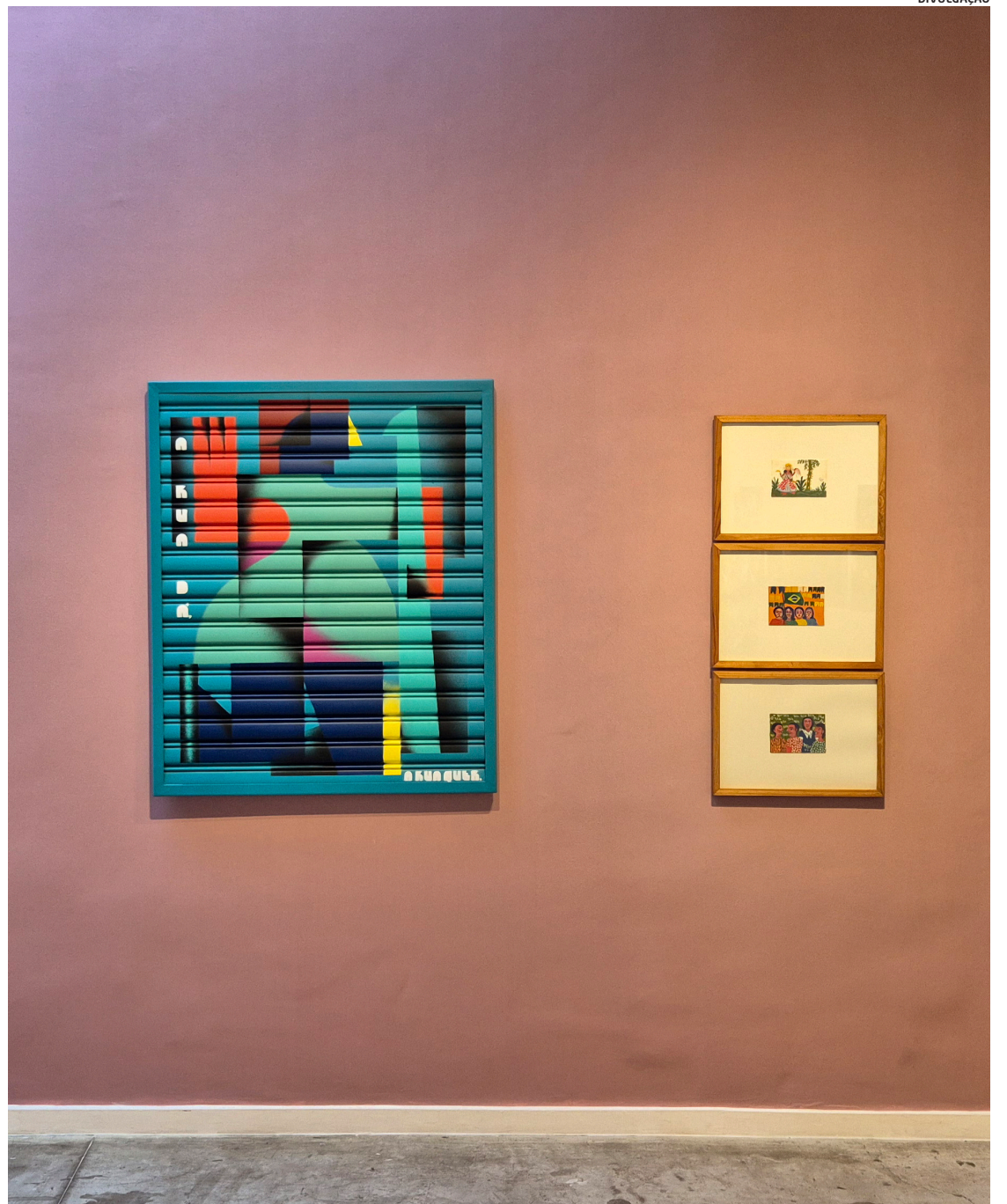
**ES Hoje: Como o sentimento de deslocamento no circuito artístico influencia seu trabalho?**

Renato Ren: Sinto que, ao enfrentar forças externas, meu trabalho precisa se posicionar e confrontar essa situação. É como se algo ou alguém estivesse me deslocando, e isso gera um campo de disputa, seja estético, simbólico ou político. Assim, meu trabalho acaba batendo de frente com essas questões.

**Em que aspectos você se identifica com a trajetória de Nice Avanza?**

Um dos aspectos que mais me identifica é sua condição de artista autodidata. Eu comecei minha caminhada artística com o graffiti, também de forma autodidata, e mesmo agora, com um diploma em artes plásticas, minha biografia já estava formada antes disso. Assim como ela, enfrentei classificações pejorativas que tentam diminuir a relevância do meu trabalho. Além disso, me inspiro na maneira como Nice se portou: sempre de cabeça erguida e muito dedicada, ela conquistou seu espaço, e isso me motiva a seguir em frente.

**Ainda existe preconceito contra artistas vindos do gra-**



Os trabalhos de Renato Ren estão entre os dos 10 artistas convidados na mostra ‘Nice Contemporânea’

“Um dos aspectos que mais me identifico é sua condição de artista autodidata”

**ffiti e da arte urbana?**

Sim! Especialmente quando tentamos nos inserir em espaços e instituições do circuito oficial de arte. Se permanecemos apenas na ilegalidade das ruas, muitos acham que estamos onde devemos estar e não devemos sair. Minha estratégia para superar barreiras e preconceitos foi entender bem o que faço, estudar, e dividir minhas atuações. Assim, consigo manter a coerência

da minha prática marginal, enquanto também crio trabalhos que exploram novos conceitos e visões sobre o mundo.

**O que a história de Nice mais lhe ensinou?**

Como ela lidou com as classificações que tentavam rotulá-la, como "primitivista". Mesmo em um cenário artístico tão excludente, ela seguiu em frente e se destacou, com propostas que tentam reverter essa exclusão, como a exposição "Nice Contemporânea". Além disso, admiro como ela transformou situações cotidianas em elementos potentes para sua criação.

**O que significa participar da exposição Nice Contemporânea?**

Uma grande satisfação. Significa, de certa forma, fazer parte da história e conectar-me com o legado dessa artista negra capixaba, que ainda não recebeu o reconhecimento merecido pelas instituições e pela sociedade. Essa exposição valoriza ainda mais a obra da Nice. Acredito que meu trabalho também contribui para diversificar e atualizar a relevância dos trabalhos no acervo do MAES.

“Me inspiro na maneira como Nice se portou: sempre de cabeça erguida e muito dedicada”

DIVULGAÇÃO