



ESHOJE[®]



Fundado em 19 de julho de 2000
por Carlos Roberto Coutinho

Vitória, 16 de setembro de 2026)) Ano XXV)) Nº 1385
Edição Gratuita Diário)) www.eshoje.com.br



/eshoje



@eshoje



eshoje



eshoje

DIVULGAÇÃO

ARTIGO

**A leitura como defesa
contra os estereótipos
deste novo tempo)) 2**



CULTURA

**Centro de Vitória abre
as portas para a arte,
cultura e gastronomia)) 4**



DIVULGAÇÃO

Cada vez mais sozinhos, mesmo cercados de gente

Na quarta reportagem da série do Setembro Amarelo, ES Hoje aborda a solidão que se esconde entre relações presenciais e a hiperconexão das redes sociais)) 3

ILUSTRAÇÃO/ESHOJE



DARTAGNAN DA SILVA ZANELA

Leitura: a armadura que nos falta

Quando alguém, numa roda de conversa, resolve falar da importância da leitura, todos os presentes — e, talvez, até mesmo os ausentes — concordam que ela é realmente um trem indispensável para o bom desenvolvimento de uma pessoa. Até mesmo aqueles que têm alergia à leitura fazem pose, cara de gente séria, e concordam com o babado, porque é muito chique dizer que com livros e bons leitores se constrói uma grande nação.

Sim, isso é chique e é a mais pura verdade, porque a leitura nos faz parar e nos convida a seguir num passo mais lento e, por isso, mais atento. E essa é a chave para a boa formação de um indivíduo, principalmente no mundo em que vivemos, onde somos praticamente o tempo todo instados a seguir o fluxo acelerado e sem fim de uma sociedade que tem o seu ritmo maquinal regido pelo pulso contínuo de vídeos desconexos e imagens fragmentadas.

A leitura de uma obra literária exige a nossa entrega; ela não abre mão da nossa atenção para nos guiar pelas páginas codificadas de um livro. Lendo, somos obrigados a nos concentrar para não perder o fio da meada, conectando o que está sendo lido na página atual com o que já havia sido

lido nas páginas anteriores e, de forma imaginativa, desenhando possíveis cenários que possam se descortinar nas páginas que estão por vir. E isso, meu amigo, é muito phoda.

Mas não somos uma sociedade de leitores e, por isso, é salutar lembrarmos que podemos avaliar o estado em que se encontra a consciência de uma sociedade pelo estado em que se encontra a linguagem utilizada pelos indivíduos, porque o estado da consciência humana reflete-se diretamente na linguagem por eles utilizada.

Ora, se voltarmos nossos olhos para o emaranhado de palavras que são utilizadas por nós em nosso dia a dia, constataremos que grande parte delas não passa de cacetes mentais, jargões publi-

tários, trocadilhos oriundos de memes, termos vagos disseminados pela grande mídia, pelas redes sociais e demais traquitanas similares.

De mais a mais, uma sociedade que toma como referência apenas aquilo que as mídias apresentam é um mundo em que as pessoas se encontram presas em um círculo vicioso que, de tempos em tempos, se renova artificialmente, ao mesmo tempo que vai erodindo a nossa capacidade de discernir.

Um bom exemplo dessa erosão são as pessoas que, de um modo geral, dizem acreditar apenas na “ciência” e ponto final. Na real, essa gente acredita em qualquer bobagem que for apresentada pela televisão e confirmada pelo algoritmo de suas redes sociais — e nada mais.

Parece grosseria, mas não é. De um modo geral, todo aquele que diz que acredita apenas na “ciência” não tem uma ideia clara do que seja essa tal de ciência, do que é um objeto de estudo e do que são conceitos, definições, fenômenos e teorias; nunca teve contato com um estudo científico e, provavelmente, não tem o menor interesse em saber o que são procedimentos de pesquisa. Mesmo assim, afirma que crê nela, na ciência, porque essa palavra, em seu uso midiático — esvaziada do seu sentido original e convertida em um “lugar-comum” —, traz para ela uma ilusória e aconchegante sensação de segurança.

E o mesmo pode ser dito a respeito de inúmeros outros termos, como fascismo, comunismo, justiça social, iluminismo, libertário, liberdade,

educação, família, amor, democracia — enfim, a lista é longa.

Todos esses termos — e muitos outros — encontram-se, no cenário atual, mutilados dos pés à cabeça. Por isso, te digo uma coisa: se não restaurarmos em nós a gravidade e o peso da linguagem, continuaremos presos neste “samsárico” círculo vicioso. E o caminho para isso — para defendermos a nossa alma do lixo midiático — é a grande literatura universal, pois, como bem nos lembra Saul Bellow, apenas ela pode nos libertar e nos proteger dos estereótipos. Ela não fala a linguagem de uma época ou de um grupo em particular; a grande literatura fala a linguagem da humanidade de todos os tempos para a humanidade de todas as épocas.

PUBLICAÇÃO LEGAL

EDITAIS • COMUNICADOS • BALANÇOS • CONVENÇÕES • PRESTAÇÕES DE CONTAS

bianca@eshoje.com.br

D4Sign

BDC COMUNICACOES LTDA
23895081000130

Aplicado

h) ESHOJE QUARTA-FEIRA, 16 DE SETEMBRO DE 2026 || WWW.ESHOJE.COM.BR || BIANCA@ESHOJE.COM.BR || ANUNCIE: (27) 2180-0678 PAG.1

COPYVIX IMÓVEIS S/A

CNPJ nº 13.854.973/0001-30

EDITAL DE CONVOCAÇÃO DE ASSEMBLEIA GERAL EXTRAORDINÁRIA

Ficam convocados os senhores acionistas da COPYVIX IMÓVEIS S/A (“Companhia”) para se reunirem em Assembleia Geral Extraordinária a ser realizada no dia 23/09/2026, às 9h, na sede social da Companhia, situada na Rua Fortunato Ramos, 30, sala 116, Ed Cima Center, Santa Lúcia, Vitória, ES, CEP 29.056-020, a fim de deliberarem sobre a seguinte ordem do dia: ORDEM DO DIA: 1. Deliberar sobre a alienação (venda) do imóvel de propriedade da Companhia, situado na Avenida Carlos Lindemberg, s/nº, Bairro Ataíde, Vila Velha/ES, CEP 29.119-015, objeto da matrícula nº 78.854 do 1º Ofício de Registro Geral de Imóveis, Protesto de Títulos, Registro de Títulos e Documentos e Civil das Pessoas Jurídicas da 1ª Zona da Comarca de Vila Velha/ES; 2. Autorizar a Diretoria a praticar todos os atos necessários à formalização da venda, inclusive assinatura de escritura e demais documentos; 3. Outros assuntos de interesse da Companhia. INSTRUÇÕES GERAIS: Os acionistas poderão ser representados por procurador constituído há menos de 1 (um) ano, nos termos da legislação aplicável. Vitória, 16/09/2026

MILCA LIMA CAMEZ DE OLIVEIRA
Diretora Presidente**MED HEALTH SOLUCOES INTELIGENTES S/A**

CNPJ/MF: 57.350.997/0001-27 /NIRE: 32300046380

Extrato da Ata de Assembleia Geral Ordinária realizada em 27 de agosto de 2026 às 09h00min, na sede da empresa. Presença da totalidade dos acionistas. Mesa: Presidente: Marcia Helena Seibel; e Secretário: Uélide Roberto da Silva Junior. Ordem do dia: I) Aprovação das demonstrações contábeis do exercício findo em 31/12/2025; II) Deliberação sobre a destinação dos resultados apurados; Deliberações: As matérias da ordem do dia, aprovadas, por unanimidade e sem quaisquer ressalvas ou reservas. Encerramento e Lavratura da Ata: Nada mais havendo a ser tratado, foram suspensos os trabalhos pelo tempo suficiente para redigir esta ata que, após lida, foi aprovada por unanimidade e assinada por todos os presentes. ATA REGISTRADA NA JUCEES EM 03/09/2026 SOB Nº 20261744836. Link de acesso para a versão completa: <https://eshoje.com.br/publicacao-legal/2026/09/publicacao-legal-16-09-2026/>

D4Sign 7ee3a870-7256-48c5-be08-3c91e35c2f42 - Para confirmar as assinaturas acesse <https://secure.d4sign.com.br/verificar>
Documento assinado eletronicamente, conforme MP 2.200-2/01, Art. 10º, §2. Brasil

Solidão também mora no meio da multidão

Estar cercado de gente e conectado às redes não garante vínculos que gerem pertencimento

CAROLINA BOUERI
jornalismo@eshoje.com.br

A rotina de Larissa Pinheiro parecia incompatível com a solidão. Durante o dia, trabalhava no serviço público. À noite, cursava Direito. Tinha colegas, família e amigos. Gente ao redor não faltava.

Ainda assim, entre 2017 e 2019, enquanto enfrentava as consequências de um trauma, algo mudou. Larissa chegou ao 7º período e trancou a faculdade. Passou a recorrer ao álcool para tentar não sentir a dor e a medicamentos para dormir. Estava cercada de pessoas, mas sentia-se cada vez mais distante delas.

“É um vazio que ocupa espaço. Seu corpo fica oco e sua cabeça não para um segundo”, descreve.

Ela compara a sensação a estar em um lago com a água na altura do queixo: para quem observa, a pessoa está de pé e respirando. Por dentro, gasta toda a energia tentando não afundar.

A psicóloga Marília Zanette, da Bluzz Saúde, explica que estar só é uma circunstância, enquanto a solidão envolve a percepção de que os vínculos existentes não oferecem a conexão emocional necessária. Reciprocidade, confiança, intimidade e disponibilidade ajudam a construir pertencimento.

No caso de Larissa, as redes sociais não tiveram o protagonis-

mo que poderia parecer óbvio em tempos de hiperconexão. “Quando a gente fala de solidão hoje, o primeiro palpite é sempre o celular. A minha estava no meio das pessoas.”

Aos poucos, a mulher sociável começou a recusar convites. Lugares cheios passaram a provocar desconforto. No trabalho, afastou-se dos colegas. O rendimento caiu, o sono foi afetado e atividades de que gostava perderam o sentido. Por fora, porém, continuava comunicativa e bem-humorada.

“Ninguém acredita que uma pessoa alto astral, animada, engraçada, aquela que anima o ambiente, se sintam sozinha.”

CONEXÃO NÃO É VÍNCULO

Se a solidão de Larissa não nasceu nas redes, a hiperconexão pode favorecer esse sentimento. É o que explica Emerson Campos Gonçalves, doutor em Educação, professor de Linguística na FAMES e de Comunicação no PósCom/Ufes e coordenador do Laboratório de Pesquisa Crítica em Cultura, Tecnologia e Linguagens.

Segundo o pesquisador, o modelo das redes estimula grande volume de interações, mas a arquitetura das plataformas favorece contatos rápidos e passageiros, enquanto vínculos profundos exigem continuidade.

“Número de seguidores não é número de amigos”, resume.

Curtidas, mensagens e visualizações podem gerar sensação de companhia sem construir uma rede de pessoas próximas. A exposição à vida alheia tam-



Psicóloga explica que reciprocidade, confiança e intimidade ajudam a construir pertencimento

bém interfere nessa percepção.

Marília explica que costumamos comparar os recortes positivos publicados pelos outros com a nossa experiência completa. Emerson acrescenta que festas, viagens, relacionamentos e demonstrações de felicidade exibidos nas redes são fragmentos selecionados, e não a totalidade da vida de quem publica. Quando tomados como rea-

lidade, podem alimentar a sensação de exclusão.

Isso não significa que relações digitais sejam necessariamente superficiais. Emerson ressalta que as redes podem manter pessoas distantes em contato e criar comunidades de pertencimento. O risco aumenta quando passam a substituir, e não complementar, relações mais profundas.

Recomeçar exige tempo, esforço e tratamento

SETE ANOS depois do período mais difícil, Larissa mede suas relações de outra forma. “Prefiro poucas pessoas com quem eu possa chegar e dizer que não estou bem, sem precisar explicar nem enfeitar.”

Família, amigos e profissionais formaram a rede de apoio que acompanha um tratamento que continua até hoje. Depois de abandonar Direito no 7º período, ela também decidiu voltar a estudar. Recomeçou uma faculdade do zero, concluiu a graduação e hoje é formada.

Larissa diz ainda ter realizado grandes sonhos que, naquele período, julgava impossíveis.

Uma sala pode estar cheia. A lista de contatos pode ter centenas de nomes e o celular não parar de receber mensagens. Ainda assim, pertencimento não se mede pela quantidade de pessoas ao redor.

Para Larissa, hoje, mede-se por quem fica — e por tudo aquilo que ela descobriu que ainda poderia viver.

Quando alguém percebe

PARA LARISSA, o isolamento avançou até um ponto crítico. Ela começou a se machucar e teve pensamentos suicidas. Em 2019, uma pessoa do trabalho percebeu que havia algo errado e não ignorou o sinal. Larissa buscou ajuda profissional e foi encaminhada ao Centro de Valorização da Vida (CVV).

“Eu não pedi socorro, eu fui socorrida. Alguém olhou pra mim de verdade num momento em que eu já não tinha forças pra levantar a mão.”

Marília alerta que a solidão merece atenção quando persiste e começa a afetar sono, concentração, motivação, desempenho, autocuidado ou provoca afastamento social.

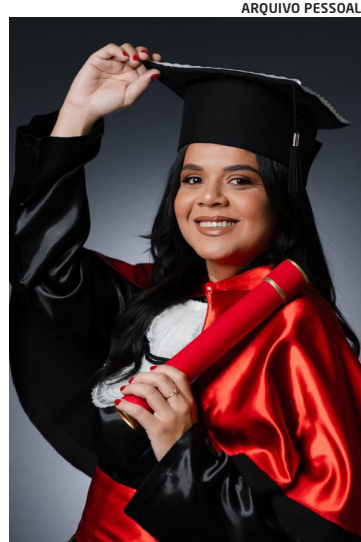


Por fora, tudo normal; internamente, a sensação é de afundar

Emerson recomenda reduzir períodos de rolagem passiva nas redes e privilegiar contatos com pessoas com quem seja possível construir vínculos. Quando a solidão persiste, a orientação é procurar ajuda profissional.

SERVIÇO

• O CVV oferece apoio emocional gratuito pelo telefone 188, 24 horas por dia. Em situação de risco imediato, deve-se procurar um serviço de urgência e emergência.



“Ninguém acredita que alguém alto astral, engraçada e animada e se sintam sozinha”

Larissa Pinheiro, advogada

Centro de Portas Abertas movimentará a capital do ES

Circuito cultural e gastronômico reúne mais de 30 espaços no bairro. Leia a entrevista

REDAÇÃO MULTIMÍDIA
jornalismo@eshoje.com.br

Mais de 30 estabelecimentos culturais, artísticos e gastronômicos participarão da primeira edição do evento Centro de Portas Abertas, marcada para o domingo, 20 de setembro, das 10h às 18h. Promovida pelo Distrito Criativo de Vitória, a iniciativa convida moradores e visitantes a redescobrir a região histórica da capital capixaba em um dia dedicado à circulação urbana, à arte e ao fortalecimento do comércio local.

O ponto de encontro inicial será em frente ao Hub ES+, na Praça Costa Pereira, onde o público receberá gratuitamente um mapa impresso e o acesso à versão digital do circuito. O percurso abrange espaços situados em pontos emblemáticos como Piedade, Gruta da Onça, Praça Ubaldo Ramalheite e as ruas Sete de Setembro, Gama Rosa, do Rosário e Nestor Gomes. Monitores voluntários estarão a postos para orientar o percurso.

Além de mapear os locais participantes, a ferramenta digital contará com visualizações tridimensionais das vias e dos imóveis. A plataforma continuará disponível após a ação e receberá atualizações constantes, consolidando-se como um guia permanente do Centro.

Criado em 2016, o Distrito Criativo reúne produtores, artistas e empreendedores dedicados a va-



DIVULGAÇÃO

co a perceber a proximidade entre os diferentes endereços do circuito.

O que o público encontrará nos espaços participantes?

Cada estabelecimento preparará uma programação própria, de acordo com sua identidade e com o trabalho que desenvolve. O público encontrará atividades culturais, experiências artísticas, opções gastronômicas, produtos criativos e oportunidades de conhecer espaços que fazem parte da vida cotidiana do Centro. Essa variedade é um dos principais aspectos do evento, porque mostra que a economia criativa se manifesta de muitas formas e reúne diferentes profissionais e linguagens. A proposta não é impor um único roteiro. O mapa permitirá que cada visitante escolha por onde começar, quais lugares deseja conhecer e quanto tempo pretende permanecer em cada ponto. Quem quiser poderá seguir as orientações dos monitores, mas também será possível construir um percurso próprio pela região. Esperamos receber tanto quem já frequenta o Centro quanto pessoas que não vão ao local há algum tempo e desejam reencontrá-lo por uma perspectiva diferente.

Quais são os planos para as próximas edições?

Esta primeira edição será importante para observar como o público utiliza o mapa, circula pelo circuito e responde às atividades. A partir dessa experiência, poderemos avaliar o que funcionou, ouvir os participantes e aperfeiçoar as próximas ações. A intenção é dar continuidade ao Centro de Portas Abertas e ampliar gradualmente a participação dos empreendimentos, mantendo o cuidado com a organização e com a experiência de quem visita. Também esperamos consolidar uma rede cada vez mais colaborativa entre os espaços. O crescimento do evento não depende apenas do número de participantes, mas da capacidade de fortalecer parcerias e criar uma agenda conectada à dinâmica do Centro. Queremos atrair novos públicos, valorizar quem já atua no território e estimular visitas durante todo o ano. O Centro Histórico reúne memória e criação contemporânea. Ao aproximar cultura e gastronomia, o evento evidencia essa diversidade e convida moradores e visitantes a ocupar a região, conhecer seus projetos e acompanhar o que acontece por ali.

Mais de trinta estabelecimentos participarão da primeira edição do Centro de Portas Abertas

lorizar o patrimônio e impulsionar a economia criativa. A comissão executiva do evento reúne a multiartista Stael Magesck, a designer Nina Ferrari e o produtor Yuri Paris. Nesta entrevista, Nina Ferrari detalha as atrações, a logística do projeto e os planos.

ES Hoje: Como surgiu o Centro de Portas Abertas?

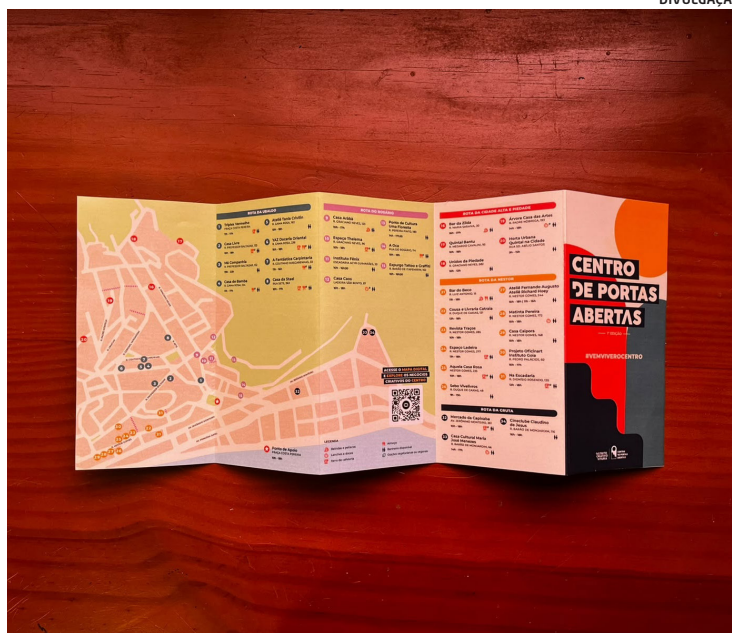
Nina Ferrari: O evento nasceu do desejo de aproximar o público dos espaços que já atuam diariamente no Centro de Vitória. Há uma produção cultural, artística e gastronômica muito rica na região, mas nem sempre as pessoas conhecem essa diversidade ou percebem que podem visitar vários lugares em um mesmo dia. A ideia foi criar uma ação coletiva, capaz de reunir esses empreendimentos, dar visibilidade ao trabalho realizado por eles e estimular a circulação pelas ruas. Mais do que organizar uma programação pontual, queremos despertar a curiosidade e reforçar a imagem do Centro como um território vivo, criativo e acessível.

O mapa continuará disponível depois do evento?

Sim. A proposta é que o mapa

não seja apenas um material de orientação para o dia 20 de setembro. A versão digital foi desenvolvida para permanecer disponível e ser atualizada à medida que novos espaços, informações e atividades forem incorporados ao circuito. Ela contará com visualizações tridimensionais das ruas e dos estabeleci-

mentos, permitindo que o visitante reconheça os trajetos e organize sua experiência. Mesmo quem não puder participar desta edição poderá consultar a ferramenta depois e descobrir lugares para visitar em outros momentos. Para os empreendimentos, o mapa amplia a presença no ambiente digital e ajuda o públi-



DIVULGAÇÃO

Mapa mostra locais de lojas, bares e restaurantes participantes



DIVULGAÇÃO

“Queremos atrair novos públicos, valorizar quem já atua no território e estimular visitas”