

1829 530  
contínuo  
12/11/11

A109886-1

Regional

SÃO JOSÉ DO CALÇADO

# A cidade onde se vive mais

FOTOS: ALESSANDRO DE PAULA

Dados do IBGE revelam que, percentualmente, o município do Sul é o que possui o maior número de idosos com mais de 65 anos

Alessandro de Paula  
SÃO JOSÉ DO CALÇADO

Ultrapassar a barreira dos 65 anos de idade não é tarefa difícil para quem vive em São José do Calçado, no Sul do Estado, a cidade capixaba com maior número proporcional de habitantes na terceira idade.

Segundo o Censo de 2010, divulgado no mês passado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 11,82% da população de 10,4 mil habitantes do município têm mais de 65 anos.

Em percentual de idosos, o município fica à frente de Itaguaçu (11,31%), Laranja da Terra (11,15%), Jerônimo Monteiro (10,77%) e Itarana (10,76%).

Na praça Pedro Vieira, no centro de São José do Calçado, nas terças e quintas-feiras pela manhã, os idosos são maioria. Dezenas deles caminham, batem papo e depois seguem para a ginástica no Montanha Clube.

Outro local bastante frequentado pelos idosos é a praça Astolfo Lobo, onde eles aproveitam o tempo jogando baralho e conversando. "Acho que o segredo está no ar. Não temos poluição, o local é tranquilo", garantiu o jardineiro Ademir Paulo de Oliveira, 72.

Para o prefeito José Carlos Almeida, o segredo é a tranquilidade: "nossa cidade é pacata, com índice baixo de roubos. O povo é pacífico e hospitaleiro. O clima é bom. Acho que isso explica a longevidade de nossa população", afirmou.

Além da ginástica, os idosos curtem o baile, todas as quintas-feiras, às 19 horas. O evento, realizado pela prefeitura, é animado e reúne cerca de 150 pessoas.

Segundo a secretária de Assistência Social, Maria Albertina de Aquino Leite, o município também oferece cursos de dança, artesanato e faz o acompanhamento social e de saúde dos idosos. A prefeitura anunciou ainda a construção, em parceria com o governo do Estado, da praça saudável, com área de caminhada e academia.



GRUPO DA TERCEIRA IDADE participa de aula de ginástica: todas as terças e quintas-feiras idosos praticam atividade física no clube da cidade

## Charmosas depois dos 65 anos

Bem vestidas e esbanjando alegria, senhoras de São José do Calçado se preparam para disputar o título de rainha da terceira idade.

São duas competições, uma para ver quem é a mais bela das aulas de ginástica e outra para escolher aquela que se destaca no baile da terceira idade. O desfile para a escolha da rainha será no próximo dia 21. A coroação será no dia 8 de setembro, durante a tradicional Festa do Carro de Boi na cidade.

"O mais importante é participar", comentou a empresária Maria Aparecida Rodrigues Figueiredo, 65 anos, uma das candidatas.

A aposentada Oreni de Almeida Rezende, 71, também leva a disputa de forma descontraída. "Só Deus sabe quem será a rainha".

### FESTA

Todos os anos, a Festa do Carro de Boi agita a cidade. Os carros de boi foram responsáveis pelo desenvolvimento do município nas décadas de 20 e 30, quando o café e outros produtos eram transportados por eles. Uma das atrações da festa é o desfile dos carros de boi, que será no dia 7 de setembro.



CANDIDATAS a rainha da terceira idade: (da esquerda para direita) Maria Aparecida, Oreni, Maria de Lourdes, Conceição da Silva e Sebastiana

### EXEMPLOS DE VIDA



#### Vencendo doença

Há 15 anos, o aposentado Ozair de Almeida Lima, 73 anos, foi diagnosticado com o mal de Parkinson. Por causa da doença, Ozair, que já foi vereador e vice-prefeito, ficou sem escrever e até fazer barba, mas com cuidados médicos, caminhada e ginástica hoje consegue ter uma vida saudável.

Ele chega a caminhar 11 km em competições. "Não consigo ficar parado. Caminho diariamente e também participo da ginástica da terceira idade".



#### Carros de boi

Quando ainda não havia caminhões na cidade, o agricultor José Benedito Nunes, 77, trabalhava com transporte de mercadorias em carros de boi. Ele e a mulher, Ana Maria Costa Nunes, 71, participam da tradicional Festa do Carro de Boi.

#### Leitura e bom papo

Além da companhia um do outro, os livros são os melhores amigos da professora aposentada Ivonilde Xavier Moreira e do marido, o dentista aposentado Epaminondas Gomes Moreira, ambos com 79 anos. "A gente lê muito e há livros por toda a casa. Leio tudo, assim como meu marido", disse Ivonilde, que é vice-presidente da Academia Calçadense de Letras.



#### Higiene mental

Viúva, a aposentada Alzira de Abreu Mendonça, 80 anos, já trabalhou na roça e lavou roupa para fora na juventude. Hoje, ela caminha, faz ginástica e diz curtir o melhor momento da vida. "É uma higiene mental".



### ONDE HÁ MAIS IDOSOS

CIDADE	NÚMERO DE IDOSOS	%
1º São José do Calçado	1.230	11,82%
2º Itaguaçu	1.599	11,31%
3º Laranja da Terra	1.207	11,15%
4º Jerônimo Monteiro	1.172	10,77%
5º Itarana	1.171	10,76%
6º Apicá	793	10,56%
7º Alegre	3.130	10,17%
8º Bom Jesus do Norte	961	10,14%
9º Santa Teresa	2.179	9,98%
10º Alfredo Chaves	1.392	9,97%

CENSO DE 2010 DO IBGE



AJUT 7000 1109886-2

Regional

ALESSANDRO DE PAULA



**DONA MARIA DE ASSIS MIRANDA** mostra a certidão de casamento que atesta sua idade centenária

SÃO JOSÉ DO CALÇADO

# Aos 107 anos, vovó cozinha e arruma casa

**A aposentada, que é viúva, ainda vende produtos de beleza e roupas, recolhe papelão na rua e cuida do cachorro Bob**

SÃO JOSÉ DO CALÇADO

Sete anos se passaram depois que a aposentada Maria de Assis Miranda completou um século de vida, mas a força do tempo parece ter pouco efeito sobre a moradora de São José do Calçado, no Sul do Estado.

A aposentada cozinha, arruma a casa, vende produtos de beleza e roupas, recolhe papelão na rua pa-

ra vender e ainda arruma tempo para cuidar do Bob, um cão que tem apenas três patas e a segue para onde vai.

Ao vê-la caminhando e conversando com naturalidade é difícil até acreditar que dona Maria realmente passou dos 100 anos. Mas ela guarda em sua casa a certidão de casamento plastificada para quem quiser conferir.

No documento, consta que a simpática senhora nasceu no dia 17 de fevereiro de 1904, em Iúna. Seu marido, Cândido de Miranda, faleceu há mais de 20 anos. Sete de seus 12 filhos também não tiveram a mesma resistência que ela.

**XODÓ**

Entre os vovôs e vovós que curtem o baile da terceira idade na ci-

dade, as estrelas da festa são o casal Clotilde Muniz da Silva, 101 anos, e Evangelista Adriano Leotério Domingues, 100. Ele vive no lar dos idosos e ela mora com a neta. Quando estão juntos nos eventos são os "queridinhos" da festa.

Evangelista adora dançar. "Ele dança que é uma beleza", comentou a aposentada Sebastiana da Conceição Batista, a Zita, 80.

Clotilde também vai aos bailes, mas prefere ficar sentada e conversando com as amigas.

Quem se diverte enquanto trabalha com os idosos é a coordenadora da terceira idade, Maria Geane Gabriel, a Cida. "Posso estar passando por qualquer problema, mas quando chego lá tudo acaba. Trabalho com a terceira idade há 12 anos e gosto muito", comentou.

# Sooretama tem menos idosos

LINHARES

Considerando somente os municípios fora da Grande Vitória, de acordo com o Censo de 2010 divulgado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), Sooretama é o que possui o menor índice de pessoas com mais de 65 anos. Apenas 4,78% da população.

Em todo o Estado, o município perde só para a Serra, com 4,51%.

O trabalhador rural Avelino Soneghet, de 84 anos e a mulher dele, dona Carmen Bélgis Soneghet, 65, fazem parte dessas estatísticas.

Um dos moradores mais antigos de Sooretama, Avelino tem orgulho de seu município. "Criei meus filhos e construí meu patrimônio aqui. Devo tudo o que tenho a Deus e a esta terra, que é maravilhosa para quem quer trabalhar".

Cheia de saúde e vontade de vi-

ver, dona Carmem revela que lembra todos os dias às 4 horas e ainda faz ginástica com o grupo da terceira idade. "Todo domingo vamos à missa e, graças a Deus, não temos problemas de saúde".

O secretário de Assistência Social de Sooretama, Edson Marques de Oliveira Júnior, disse que não há um fator específico para o mu-



**AVELINO E CARMEM: disposição**

nicipio possuir menor número de idosos em relação à quantidade de habitantes, mas destacou: "Na última década, houve um grande aumento da população e a maioria dos imigrantes é de jovens que chegaram à procura de emprego".

**ONDE HÁ MENOS IDOSOS**

CIDADE	NÚMERO DE IDOSOS	%
1º Cariacica	20.977	6,02%
2º Pedro Canário	1.431	6,01%
3º Linhares	8.249	5,84%
4º São Mateus	6.159	5,65%
5º Jaguaré	1.381	5,60%
6º Aracruz	4.507	5,51%
7º Viana	3.303	5,08%
8º Brejetuba	574	4,82%
9º Sooretama	1.140	4,78%
10º Serra	18.464	4,51%

CENSO DE 2010 DO IBGE

# Livro ensina produzir verduras saudáveis

**DOMINGOS MARTINS**

Após mais de 20 anos de pesquisas, o Instituto Capixaba de Pesquisa, Assistência Técnica e Extensão Rural (Incaper), lançou um livro, com 50 técnicas inovadoras para a produção de horticultura orgânica. O trabalho foi coordenado pelo doutor em agroecologia e pesquisador do Incaper, Jacimar Luis de Souza.

"Na obra, vamos apresentar formas de produção de adubos orgânicos, compostagem orgânica, espécies para adubação verde, plantas que melhoram o solo, manejo de culturas, práticas para melhorar a produtividade orgânica e como o produtor pode produzir caldas naturais para controlar doenças e pragas das lavouras", contou o pesquisador.

Segundo ele, tudo o que foi pesquisado durante os 20 anos comprova que é possível ter uma alta produtividade eliminando os

agrotóxicos.

Um exemplo, segundo o pesquisador, é que nos últimos anos a área de agricultura orgânica está crescendo no Estado.

**AGROTÓXICO**

"Hoje sabemos que não é preciso usar agrotóxicos para conseguir uma boa produção. Ao produzir alimentos orgânicos, além do produtor ter um valor agregado ao produto, a terra não se esgotará com os anos e o consumidor terá um alimento saudável", explicou Jacimar.

A maior parte das pesquisas foi feita na Unidade de Referência em Agroecologia, no Centro Regional do Incaper, na Fazenda do Estado, em Domingos Martins, onde ocorreu, na semana passada, o lançamento do livro "Conhecimentos Tecnológicos para o Cultivo Orgânico de Hortaliças, Milho e Feijão no Espírito Santo", com 128 páginas.

ARQUIVO/AT

**VERDURAS** mais saudáveis na mesa do consumidor: livro mostra 50 técnicas para a produção de horticultura orgânica



# Xadrez para aprender Química e Matemática

**ECOPORANGA**

Alunos do 3º ano do ensino médio da Escola Estadual Ecoporanga estão aprendendo conteúdos de Química e Matemática de uma maneira diferente. Eles fabricam peças de xadrez a partir de materiais como resina e borracha líquida de silicone em um projeto interdisciplinar.

As atividades surgiram com o estudo do volume de sólidos diferenciados - que não possuem uma fórmula regular - nas aulas de Matemática e logo englobaram o conteúdo de reações e catalisadores nas aulas de Química.

Também participam os professores de História e Educação Fi-

sica. O professor de Matemática, Renato Santos Pereira, explicou que os alunos produzem moldes a partir da borracha líquida de silicone com o auxílio de pequenas caixas de papelão e de peças de xadrez originais.

A borracha com catalisador é colocada junto com a peça na caixa e depois de seis horas o molde fica pronto. Com ele, os alunos preenchem a forma com resina e depois da secagem, surge uma nova peça. O processo é realizado sob a supervisão dos professores.

"É uma maneira diferente de aluno perceber uma aplicação prática do conteúdo, além de trabalharmos aliando diversas disciplinas", disse Renato.

ARQUIVO/AT

