

viver
em **set**'12





QRCode

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 5 agenda
- 12 cc Ílhavo e cc Gafanha da Nazaré
- 15 fórum municipal da juventude
- 16 biblioteca municipal de Ílhavo
- 18 museu marítimo de Ílhavo
- 22 página da saúde
- 24 a nossa gente
- 26 património
- 27 receita do mês
- 28 tabela de marés
- 29 farmácias de serviço
- 30 informações úteis



Agenda de Eventos VIVER EM...

Este espaço também é seu. Se desejar divulgar iniciativas de importância municipal, a informação deverá ser remetida à Câmara Municipal de Ílhavo até ao próximo dia 15 de setembro de 2012 para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de outubro de 2012.

A Câmara Municipal de Ílhavo reserva o direito de selecionar a informação a incluir na mesma.

Distribuição Gratuita

Visite o novo site
<http://www.cm-ilhavo.pt>



A agenda de eventos **Viver em** vem dar nota de um diversificado conjunto de iniciativas e convidar todos a participar, dando mais vida a este último mês do Verão em que recebemos o Outono.

A Semana da Maior Idade é um dos importantes acontecimentos do mês, num gesto de homenagem e agradecimento aos nossos Maiores, destacando-se, além das ações tradicionais do programa, a apresentação do novo "Fórum Municipal da Maioridade" e terminando com a Procissão da N.ª Sr.ª dos Navegantes organizada pelo Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré com o apoio da CMI.

A Biblioteca Municipal de Ílhavo comemora sete anos de vida, reiterando o convite a todos para a utilização intensa deste equipamento cultural e dos seus Pólos existentes na Gafanha da Nazaré, na Gafanha da Encarnação e na Gafanha do Carmo.

No dia 28 vamos viver um evento importante e diferente no Centro Cultural de Ílhavo, integrado na RUCHI: a Conferência Internacional Território, Criatividade e Regeneração Urbana. Participe.

O ano letivo 2012/2013 vai começar. A Câmara Municipal de Ílhavo manifesta todo o seu empenho para que, no trabalho de equipa com os seus parceiros, o novo ano letivo seja um tempo de realização profissional e de sucesso para os Profissionais de Educação, e muito em especial para os Nossos Estudantes, Crianças e Jovens: Bom Trabalho e Bom Ano para Todos. Agradecemos a sua atenção e participação.

Venha VIVER connosco.
Um Bom Mês e um Abraço,

José Ribau Esteves
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



Todo o mês

Exposição Rádio Faneca –
Memória das Cabines de Som
Ilhavenses · Centro Cultural
de Ílhavo



7 e 8 de setembro

FMJ Lan Party –
7.º Aniversário do (renovado)
Fórum Municipal da
Juventude de Ílhavo · Fórum
Municipal da Juventude de Ílhavo



10 de setembro

Assinatura dos Protocolos
relativos à Criação do Fórum
Municipal da Maioridade ·
Antigo Jardim de Infância da
Cale da Vila, Gafanha da Nazaré



15 de setembro

Seminários CIEMar-Ílhavo
Desafios do Mar Português
“O Alargamento da Plataforma
Continental” · Museu Marítimo
de Ílhavo



28 sexta-feira

Conferência “Território,
Criatividade e Regeneração
Urbana” · Centro Cultural
de Ílhavo

10 de setembro

Seminário “Repensar o
Envelhecimento” · Auditório do
Museu Marítimo de Ílhavo



11 de setembro

7.º Aniversário da BMI
Capuchinho para Todos ·
Biblioteca Municipal de Ílhavo

16 de setembro

Festa da Maior Idade · Jardim
Oudinot, Gafanha da Nazaré

29 de setembro

Teatro “As Mulheres não
Percebem”, com André
Nunes, Rui Unas e Aldo Lima ·
Centro Cultural de Ílhavo



1 sábado

21h00 | Festa do Cachorro Quente

Noite de animação com Karaoke

Sede da Associação

Org.: Associação Os Amigos da Malha da Carvalheira

21h30 | XVIII Festival de Folclore Cidade de Ílhavo

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

10h00 | Miss Sumol Cup 2012

1 e 2 SET | Camp. Nacional Surf Feminino

3 SET | Aulas de Bodyboard gratuitas

4 e 5 SET | Camp. da Europa de
Bodyboard Feminino

Praia da Barra

Org.: Associação de Surf de Aveiro

1 a 3 sábado a segunda-feira

Festas em Honra do Senhor Jesus
dos Navegantes

Ílhavo

3 segunda-feira

Início das atividades e classes das
Piscinas Municipais de Ílhavo e
Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

7 a 10 sexta a segunda-feira

Festas em Honra de Nossa Senhora
da Encarnação

Gafanha da Encarnação

10 segunda-feira

09h30 | Seminário

“Repensar o Envelhecimento”

Audatório do Museu Marítimo de Ílhavo

16h30 | Baile na Discoteca

Discoteca Estação da Luz

18h30 | Assinatura dos Protocolos
relativos à criação do Fórum Municipal
da Maioridade

MAJOR²⁰¹²
IDADE

MAJOR²⁰¹²
IDADE

MAJOR²⁰¹²
IDADE



Apresentação da Revista “Maior Idade – a Nove”

Antigo Jardim de Infância da Cale da Vila, Gafanha da Nazaré

19h30 | Universidade Sénior
Fundação Prior Sardo

Abertura do Ano Letivo 2012/2013

11 terça-feira

Todo o dia | Visita a Santarém e Fátima

Todo o dia | Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município de Ílhavo

09h30-12h00 | Informática
na Maioridade

Espaços Internet Municipais (FMJ de Ílhavo)

12 quarta-feira

Todo o dia | Visita a Lamego (N.^a Sr.^a dos Remédios) e Peso da Régua

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

Todo o dia | Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município de Ílhavo

09h30-12h00 | Atelier de Dança

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

13 quinta-feira

Todo o dia | Visita a Ponte de Lima e Vila Praia de Âncora com almoço convívio e animação musical

Todo o dia | Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município de Ílhavo

09h30-12h00 | Informática
na Maioridade

Espaços Internet Municipais (FMJ de Ílhavo)

14 sexta-feira

Todo o dia | “Re-viver, construindo”

Ação para antigos funcionários camarários

09h30-12h00 | Ateliês de Dança

Centro Cultural de Ílhavo

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE

MAJOR 2012
IDADE



10h00 | Movimento Maior em ação

Aulas de Técnicas de Relaxamento, Exercícios de Manutenção e Boccia
Parque Geriátrico – Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

11h00 | Inauguração da Feira/Exposição “Viver Solidário”

Com os trabalhos desenvolvidos pelas várias IPSS do Município de Ílhavo e dos Espaços Maioridade, com possibilidade de venda de artigos produzidos pelas Instituições.

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

14h00-18h00 | Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

21h30 | Na Rota dos Ventos

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré
Entrada € 3,00

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

15 sábado

10h00-12h00/ 14h00-18h00 | Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

15h00-17h30 |

“Encontro Avós e Netos”

Com animação variada
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

21h30 | III Sarau Maioridade

Centro Cultural de Ílhavo

21h00 | Noite da Caipirinha

Noite de animação com Karaoke
Sede da Associação
Org.: Associação Os Amigos da Malha da Carvalheira

16 domingo

10h00-12h00 | Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**

**MAJOR₂₀₁₂
IDADE**



12h00 | Festa da Maioridade **MAJOR 2012 IDADE**

Piquenique (cada um traz o seu) e animação variada com tarde lúdica (jogos tradicionais, cartas, dominó, música ambiente, espaço de leitura, etc.)
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

16h30 | Procissão em Honra de **MAJOR 2012 IDADE**
N.^a Sr.^a dos Navegantes no Forte da Barra e celebração da Santa Missa

17h30 | Atuação da Banda **MAJOR 2012 IDADE**
de Música Filarmónica Gafanhense

18h30 | Início do Festival **MAJOR 2012 IDADE**
de Folclore
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

22 e 23 sábado e domingo

24 horas de Malha

Início às 12h00 do dia 22 e final às 12h00 do dia 23, seguido de almoço convívio.
Sede da Associação
Org.: Associação Os Amigos da Malha da Carvalheira

30 domingo

11h00 | Dia Aberto

CERCIAB – Colónia Agrícola
Org.: CERCIAB
Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

Durante a Semana Maioridade/
Viver Solidário 2012, as visitas ao
Museu Marítimo de Ílhavo e ao
Navio Museu Santo André serão
gratuitas para os seniores +65 anos
residentes no Município de Ílhavo.



FINALISTA
COSTA NOVA
PRAIAS URBANAS
ILHAVO
BEIRA LITORAL



vote

até **7:SET:2012**

tel. 760 207 707 ou em
www.7maravilhas.sapo.pt



MAIOR 2012 IDADE

VIVER SOLIDÁRIO 10 A 16 DE SETEMBRO

Durante a Semana Maioridade/Viver Solidário 2012, as visitas ao Museu Marítimo de Ílhavo e ao Navio Museu Santo André serão gratuitas para os seniores + 65 anos residentes no Município de Ílhavo.

SEG 10 SETEMBRO

09H30

Seminário

“Repensar o Envelhecimento”

Museu Marítimo de Ílhavo

16H30

Baile na Discoteca

Discoteca Estação da Luz

18H30

Assinatura dos Protocolos

relativos à criação do

Fórum Municipal da Maioridade

Apresentação da Revista

“Maior Idade - a Nove”

Antigo Jardim de Infância

da Cale da Vila, Gafanha da Nazaré

19H30

Universidade Sénior

Fundação Prior Sardo

Abertura do Ano Letivo 2012/2013

TER 11 SETEMBRO

TODO O DIA

Visita a **Santarém e Fátima**

TODO O DIA

Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município

09H30~12H00

Informática na Maioridade

Espaço Internet Municipal

(FMJ de Ílhavo)

QUA 12 SETEMBRO

TODO O DIA

Visita a **Lamego**

(N. Sr.^a dos Remédios)

e **Peso da Régua**

TODO O DIA

Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município

09H30~12H00

Ateliers de Dança

CC Gafanha da Nazaré

QUI 13 SETEMBRO

TODO O DIA

Visita a **Ponte de Lima e Vila Praia de Âncora**

(almoço convívio com animação musical)

TODO O DIA

Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município

09H30~12H00

Informática na Maioridade

Espaço Internet Municipal

(FMJ de Ílhavo)

SEX 14 SETEMBRO

TODO O DIA

“Re-vider, construindo”

ação para antigos funcionários camarários

09H30~12H00

Ateliers de Dança

CC Ílhavo

10H00

Movimento Maior em acção

Aulas de Técnicas de Relaxamento,

Exercícios de Manutenção e Boccia

Parque Geriátrico - Jardim Oudinot

11H00

Inauguração da Feira/Exposição

“Viver Solidário”

Com os trabalhos desenvolvidos pelas várias IPSS do Município de Ílhavo e dos Espaços Maioridade, com possibilidade de venda de artigos produzidos pelas Instituições.

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

14H00~18H00

Animação na Feira/Exposição

“Viver Solidário”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

21H30

Na Rota dos Ventos

CC Gafanha da Nazaré

entrada 3,00 Euros

SÁB 15 SETEMBRO

10H00~12H00 | 14H00~18H00

Animação na Feira/Exposição

“Viver Solidário”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

15H00~17H30

“Encontro Avós e Netos”

Com animação variada

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

21H30

III Sarau Maioridade

CC Ílhavo

DOM 16 SETEMBRO

10H00~12H00

Animação na Feira/Exposição

“Viver Solidário”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

12H00

Festa da Maior Idade

Piquenique - cada um traz o seu

Animação variada com tarde lúdica (jogos tradicionais, cartas, dominó, música ambiente, espaço de leitura, etc.)

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

16H30

Procissão em Honra de N.ª Sr.ª dos Navegantes

no Forte da Barra

e celebração da Santa Missa

17H30

Atuação da Banda de Música

Filarmónica Gafanhense

18H30

Início do Festival de Folclore

Forte da Barra, Gafanha da Nazaré



Câmara Municipal de **Ílhavo**



O Lago dos Cisnes



centro cultural ílhavo

Todo mês

exposições permanentes

Cândido Teles

CC Ílhavo · entrada gratuita · sala de exposições · para todas as idades

João Carlos Celestino Gomes

CC Ílhavo · entrada gratuita · sala de exposições · para todas as idades

exposição temporária

Rádio Faneca – Memória das Cabines de Som Ilhavenses

CC Ílhavo · entrada gratuita · sala de exposições · para todas as idades

14 sexta-feira

música/dança

22h00 | Na Rota dos Ventos

Apresentação da responsabilidade: Orquestra Típica de Águeda e Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo
Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo
CC Gafanha da Nazaré · entrada € 3,00 · auditório · M/ 3 anos

17 a 21 segunda-feira a sexta-feira

workshop de movimento

15h00-18h00 | O Lago dos Cisnes

CC Ílhavo · gratuita · M/ 50 anos
Inscrições e informações: até 14 de setembro, no Centro Cultural de Ílhavo · 234 397 260 · centrocultural.se@cm-ilhavo.pt

22 sábado

dança

21h30 | O Lago dos Cisnes

CC Ílhavo · € 3,50 · M/ 3 anos · auditório



20 quinta-feira

Ciclo de Cinema "E depois do verão"

21h30 | Sombras da Escuridão

De Tim Burton, com Johnny Depp, Michelle Pfeiffer, Helena Bonham Carter, Eva Green

CC Ílhavo · entrada € 6,00 (ciclo) € 3,50 (sessão) · 133 min. · M/12

23 domingo

espetáculo/oficina

10h00-11h30 | Contapetes

CC Ílhavo · € 3,50 (0-5 anos) € 5,50 (acompanhantes) · auditório

Bebés dos 0 aos 36 meses e Crianças dos 3 aos 5 anos

27 quinta-feira

Ciclo de Cinema "E depois do verão"

21h30 | MIB – Homens de Negro III

De Barry Sonnenfeld, com Will Smith, Tommy Lee Jones, Josh Brolin, Emma Thompson

CC Ílhavo · entrada € 6,00 (ciclo) € 3,50 (sessão) · 106 min. · M/12

28 sexta-feira

conferência

Território, Criatividade e Regeneração Urbana

CC Ílhavo · entrada gratuita · Informações em www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

29 sábado

teatro

22h00 | As Mulheres não Percebem,

com André Nunes, Rui Unas e Aldo Lima

CC Ílhavo · € 11,00 · auditório · M/16

Para mais informações e reservas

CCI: Tel. 234 397 262; CCGN: Tel. 234 397 263
centrocultural@cm-ilhavo.pt

www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

CCI terça a sexta-feira: 11h00-18h00; sábado e feriados: 14h00-19h00; domingo e segunda-feira: encerrado

CCGN terça-feira a sábado: 15h00-20h00; domingo e segunda-feira: encerrado

DIAS DE ESPECTÁCULOS Centros Culturais abrem 90 min. antes do início dos espetáculos

LAM PARTY

2012

7 e 8 SETEMBRO

:: TORNEIO GUITAR HERO

:: FESTA DE ANIVERSÁRIO FMJ

:: WORKSHOPS

:: TORNEIO PS2

:: TORNEIO COUNTER STRIKE

:: TORNEIO MATRAQUILHOS

:: TORNEIO DE BUZZ

:: KARAOKE

:: CINEMA

E MUITO MAIS!!!

INSCRIÇÕES ABERTAS

NO TEU FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE

www.cm-ilhavo.pt



Câmara Municipal de **ilhavo**



FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE

Todo o mês

Ciência Ativa – Água – Realização de experiências

15h00 | FMJ Ílhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

17h00 | FMJ Gafanha do Carmo e FMJ Gafanha da Encarnação

7 e 8 sexta-feira e sábado

14h00 | FMJ Lan Party – 7.º Aniversário do (renovado) Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo

FMJ Ílhavo

12 quarta-feira

Retorno às Aulas – Ateliê Pisa Papéis

15h00 FMJ Gafanha da Nazaré

17h00 FMJ Gafanha do Carmo

14 sexta-feira

17h00 | Retorno às Aulas – Ateliê Porta-Canetas

FMJ Gafanha da Encarnação

17h00 | Liga-te! – Ateliê Candeeiros Originais/Reciclagens

FMJ Gafanha do Carmo

19 quarta-feira

15h00 | Tarde de Playstation – Traz os teus jogos e comandos!

FMJ Gafanha da Encarnação

FMJ Gafanha do Carmo

21 sexta-feira

15h00 | Torneio de Setas

FMJ Ílhavo

26 quarta-feira

Retorno às Aulas – Ateliê Tapetes de Rato

15h00 | FMJ Ílhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

17h00 | FMJ Gafanha da Encarnação e FMJ Gafanha do Carmo



Biblioteca Municipal de Ilhavo

Autores do Mês

Secção Infantojuvenil

Irmãos Grimm

Secção Adulto

Júlio Magalhães

Todo o mês

“Capuchinho para todos”

Exposição de trabalhos

Exposição Bibliográfica de edições do Capuchinho Vermelho em língua portuguesa e estrangeira

As férias estão a chegar ao fim... aproveita!

4 terça-feira

16h00 | Hora do conto e ateliê

“A casinha de chocolate”, de J. e W. Grimm

6 quinta-feira

16h00 | Sessão de cinema

“Capuchinho Vermelho, nova aventura”, de Mike Disa

7.º Aniversário da Biblioteca Municipal

5 a 25 de setembro
Feira do Livro

Aproveite os descontos para comprar as últimas novidades editoriais a preço

11 terça-feira **“Capuchinho para todos”**

17h00 | Hora do Conto e Ateliê

“Chapeuzinho Amarelo”, de Chico Buarque

17h30 | Inauguração das Exposições de Ilustração: “O Capuchinho Cinzento” e “Chapeuzinho Amarelo”, de André Letria

18h00 | Sessão pública de apresentação dos livros: “Capuchinho Vermelho:

histórias secretas e outras menos”, coletânea de contos coordenada por José António Gomes e Sara Reis da Silva (edição da Bags of Books) com a presença de alguns dos autores.

“De capuz, chapelinho ou gorro: recriações de O Capuchinho Vermelho na Literatura Portuguesa para a infância”,



de Sara Reis da Silva (edição da Tropelias e Companhia)

19h00 | Porto de Honra pelos Irmãos Grimm

14 sexta-feira

20h00 | II Jantar Literário com a presença de Júlio Magalhães

Inscrições no local até 11 de setembro

Bebeteca

Sábados | 16h00

Capuchinho Vermelho

Todos os sábados uma versão diferente para descobrir.

Hora do Conto

terça a sexta-feira | 17h30

sábados | 16h30

- Dia 1** “Branca de Neve”, dos Irmãos Grimm
- Dia 8** “O casequinho vermelho”, de Lynn Roberts
- Dia 15** “O Capuchinho Vermelho”, dos Irmãos Grimm
- Dia 22** “Rapunzel”, dos Irmãos Grimm

Ateliês de Expressão Literária e Plástica

Vem divertir-te com as atividades que preparámos para ti.

sábados | 17h00

- Dia 1** Os amigos da Branca de Neve
- Dia 8** Vem dar vida ao lobo mau
- Dia 15** Leva a tua Capuchinho para casa
- Dia 22** A trança de Rapunzel

29 sábado

16h30 Hora do conto e ateliê

“O lobo e o cordeiro”, de La Fontaine
Vem ouvir e cantar connosco a fábula do Mês.

Ao som das histórias

quartas-feiras | 18h45

sábados | 9h45

Um programa na Rádio Terranova (105.0 FM). Todas as histórias estarão disponíveis na BMI.

seminários CIEMar-Ílhavo

Desafios do Mar Portugêses

O Alargamento da Plataforma Continental

Museu Marítimo de Ílhavo | 15 de setembro de 2012 | participação gratuita

MUSEU
MARÍTIMO
ÍLHAVO

75
1937
2012

museu • aquário • investigação

Todo o mês **Exposições**

Barcos do Museu

Exposição celebrativa dos 75 anos de vida do Museu na medida em que convoca objetos de uma coleção que o tempo foi tecendo, entre a programação e o acaso. Num território onde a arte e o engenho dos modelistas sempre foram expressões contundentes da cultura do mar, esta exposição também significa uma homenagem a todos quantos deram ao Museu barcos que fizeram para si.

Viagens na Coleção do Museu Marítimo de Ílhavo 1937-1964

Esta exposição reúne peças relevantes do segundo ciclo de vida do Museu, os cerca de trinta anos que se seguiram à abertura do Museu Municipal de Ílhavo, em 8 de agosto de 1937, e o começo da década de sessenta.

Horário

MMI e NMSA: terça a sexta-feira 10h00-18h00; sábados, domingos e feriados 14h00-18h00; encerram à segunda-feira.

Informações: Tel. 234 329 990 www.museumaritimomcm-ilhavo.pt

15 sábado

Seminários CIEMar-Ílhavo Desafios do Mar Portugêses

O Alargamento da Plataforma Continental
Informações: www.museumaritimomcm-ilhavo.pt
Inscrições: ciemar.mmi@cm-ilhavo.pt com os seguintes dados: nome, profissão, instituição e contactos
Inscrições abertas até 11 de setembro de 2012
Participação gratuita

22 e 23 sábado e domingo **Workshop “Tá Mar”**

No âmbito das comemorações dos seus 75 anos, o Museu Marítimo de Ílhavo convidou o encenador Graeme Pulleyn a desenvolver um projeto teatral a partir do texto clássico de Alfredo Cortez. Neste projeto, o encenador propõe-se trabalhar com atores, músicos e toda a comunidade do Concelho de Ílhavo numa interpretação contemporânea de “Tá Mar”.
Centro Cultural de Ílhavo
Aberto a todos, dos 9 aos 99.
Inscrições até 14 de setembro de 2012

Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

INSCRIÇÕES ABERTAS

- » Natação para bebés
- » Aprendizagem e aperfeiçoamento para crianças, jovens e adultos
- » Hidroginástica
- » Hidrobike
- » Polo Aquático
- » Natação de Salvamento
- » Hidroginástica e Natação (Movimento Maior)
- » Natação Terapêutica
- » Natação para grupos (jardins de infância e atl's)
- » Classes mistas com Ténis e Minigolfe

INÍCIO DA ÉPOCA DESPORTIVA

3 de setembro 2012



Câmara Municipal de **Ílhavo**

Piscinas Municipais

Ílhavo | Tel 234 329 607

Gafanha da Nazaré | Tel 234 363 080

www.cm-ilhavo.pt

desporto@cm-ilhavo.pt



Fundo Municipal de Apoio a Famílias e Indivíduos Carentes

Os cidadãos do Município de Ílhavo têm ao seu dispor apoios de natureza financeira, prestação de serviços e comparticipação e/ou redução de taxas ou tarifas, nas seguintes medidas:

- apoio à melhoria das condições de habitabilidade;
- apoio ao arrendamento de habitação;
- apoio ao pagamento das quotas de condomínio de habitação social;
- comparticipação no pagamento da fatura da AdRA relativamente a água, saneamento e resíduos sólidos;
- comparticipação na tarifa de prolongamento do ramal de água e/ou saneamento;
- comparticipação na tarifa de suspensão e reinício da ligação dos serviços de água e saneamento;
- auxílios económicos no âmbito do Subsídio de Ação Social Escolar;
- realização de projetos-tipo para auto-construção;
- redução das taxas devidas pela emissão dos alvarás de obras de construção, reconstrução, alteração ou ampliação;
- realização de projetos e acompanhamento de obras de beneficiação, reconstrução, recuperação, conservação ou de melhoramento de condições de segurança e conforto a indivíduos portadores portadores de deficiência físico-motora;
- apoio na formulação de pedidos de licenciamento ou comunicação própria de obras particulares; apoio na procura ativa de emprego e/ou na criação do próprio emprego.



HORÁRIO

2ª a 6ª feira 08h30~16h30

Edifício Municipal

Avenida 25 de Abril

3830-044 Ílhavo

Tel 234 329 640

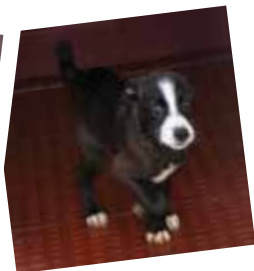
dass@cm-ilhavo.pt



CROACI

Centro de Recolha Oficial
de Animais de Companhia de Ílhavo

adote um amigo
que não o abandona!



HORÁRIO

2ª a 6ª feira
09h00~13h00

Tel 234 329 605
www.cm-ilhavo.pt



Câmara Municipal de **Ílhavo**



Regresso às Aulas

Proteja as costas do seu filho escolhendo uma mochila adequada

O uso da mochila para transporte do material didático faz parte da rotina diária das crianças e adolescentes durante todo o período escolar, repetindo-se durante vários anos consecutivos. Quando utilizadas corretamente são bastante úteis, no entanto, constata-se que algumas lesões, nomeadamente a dor de costas (lombar, cervical) e as contraturas musculares dos ombros são causadas pelo uso incorreto das mochilas.

As mochilas servem muitas vezes para transportar também alimentos, bebidas e vários utensílios, frequentemente dispensáveis durante o tempo de permanência na escola (vídeo jogos, brinquedos, telemóveis, etc.), condições que contribuem para o aumento de peso a ser transportado pelas crianças. O excesso de peso das mochilas contribui para a sobrecarga da coluna vertebral podendo causar dor e alterações posturais que podem surgir na infância, aumentando o risco de contrair patologias na idade adulta. Vários estudos realizados aconselham que o peso da mochila com o material escolar não ultrapasse 10% do peso corporal da criança e que esta seja colocada aos ombros apenas quando necessário, diminuindo o tempo de sobrecarga da coluna vertebral, evitando assim a fadiga muscular.

Alguns conselhos para escolher a mochila escolar correta

- Deve ter duas alças largas e acolchoadas: as alças estreitas podem magoar os ombros, causando dor e restringir a circulação.
- Deve ser ajustada à estatura da criança, ou seja, o seu tamanho deve ser igual à distância que vai dos ombros à cintura.
- Deve ser acolchoada na parte que fica junto às costas: protegendo contra objetos pontiagudos que podem

aumentar o desconforto e condicionar a correta distribuição do peso.

- Ter cintos acolchoados à cintura e ao peito se possível, para estabilizar a carga e principalmente quando se transportam cargas mais pesadas.
- Deve ser leve: não deve por si mesma, aumentar o peso a transportar.
- Quando se transporta a mochila, usar as duas alças para não sobrecarregar apenas um dos ombros, estando ajustadas, para manter a mochila acima da cintura (5cm).
- Deve ter vários compartimentos de arrumação permitindo uma melhor organização da mochila, não esquecendo que os elementos mais pesados devem ficar junto às costas, mantendo-a sempre organizada, tendo em conta o tamanho e peso do material.
- Usar uma técnica adequada para levantar pesos: dobrar os joelhos e fazer força com as pernas para levantar a mochila. Colocar a mochila em cima de uma mesa ou cadeira antes de a colocar nos ombros.
- Mochila com rodas: este tipo de mochila é útil se o estudante transporta muito peso, mas deve ter em conta a necessidade de a colocar aos ombros, para subir e descer escadas, autocarros, sendo difíceis de rodar em superfícies irregulares.

Para além dos cuidados com as mochilas dos nossos filhos devemos incentivar comportamentos saudáveis: realizar exercício físico com frequência, adotar sempre posturas corretas durante as aulas e fora da escola, sendo fundamental, evitar o excesso de peso e o sedentarismo.



PERÍODO CRÍTICO

EM CASO DE INCÊNDIO LIGUE 112
(chamada gratuita)

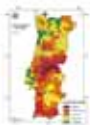
PREVENÇÃO CONTRA INCÊNDIOS FLORESTAIS

NOS ESPAÇOS RURAIS (FLORESTA, MATOS E TERRENOS AGRÍCOLAS), DURANTE O PERÍODO CRÍTICO* (DE 1 DE JULHO A 30 DE SETEMBRO DE 2012), ESTABELECIDO PELA PORTARIA N.º 196/2012, DE 22 DE JUNHO, NO ÂMBITO DO SISTEMA DE DEFESA DA FLORESTA CONTRA INCÊNDIOS, **NÃO É PERMITIDO:**

- // Fumar, fazer lume ou fogueiras;
- // Queimar restos das actividades agrícolas ou florestais
- // Fazer queimadas para renovação de pastagens e eliminação de restolho e ainda, para eliminar sobranes de exploração cortados mas não amontoados;
- // Fumigar ou desinfectar apiários, excepto se os fumigadores estiverem equipados com dispositivos de retenção de faúlhas;
- // A circulação de tractores, máquinas e veículos de transporte pesados que não possuam extintores, sistema de retenção de faúlhas ou faíscas e taps chamas nos tubos de escape ou chaminés.

**O lançamento de foguetes e de balões de mecha acesa
é proibido em todo o território nacional**

Coimas de 140€ a 5000€ (pessoa singular) e 800€ a 60 000€ (pessoas colectivas)



RISCO DE INCÊNDIO FLORESTAL

PARA CONSULTAR O RISCO DE INCÊNDIO DIÁRIO, CONTACTE A CÂMARA MUNICIPAL, SERVIÇOS FLORESTAIS OU O INSTITUTO DE METEOROLOGIA.



Câmara Municipal de **ilhavo**



mais informações:
Gabinete Técnico Florestal
tel: 234 329 684 / 915 792 896



Câmara Municipal de **ilhavo** o mar por tradição

a nossa gente



Joaquim António Pinto Coelho

Neste mês de setembro, marcado por mais uma edição da Semana da Maioridade, dedicamos a rubrica "a nossa gente" a Joaquim Coelho, um cidadão ilhavense residente em Newark, Estados Unidos da América (EUA), que tem desenvolvido um trabalho notável ao nível da preservação e da promoção dos valores da História e da Cultura do Município de Ílhavo, coordenando e dinamizando várias ações junto da Comunidade Portuguesa e Ilhavense.

Nascido a 20 de março de 1943, na Freguesia de S. Salvador, Município de Ílhavo, Jack Coelho, como é conhecido por muitos, concluiu a 4.ª Classe na antiga Escola Primária de Cimo de Vila, ingressando aos 11 anos de idade no Seminário, onde permaneceu apenas um ano. Após dois anos de frequência no Externato de Ílhavo, começou a trabalhar como torneiro mecânico na empresa "Paula Dias" até ao dia em que concretiza o "sonho americano".

A 1 de novembro de 1960, Jack Coelho vai ao encontro do pai e do avô materno que, embarcados na Pesca do Bacalhau, se encontravam então em terra, mais precisamente em Newark, EUA, para o receber. Jack Coelho vai trabalhar para uma empresa de jóias em ouro alemã, onde havia apenas três portugueses, conciliando o trabalho com os estudos, frequentando a Escola durante a noite para aprender a língua inglesa.

De fácil trato e simpatia contagiante, este ilhavense depressa se adaptou à Comunidade que o acolheu, frequentando com regularidade

os Clubes da Cidade, nomeadamente o Clube Português, onde realizou e estreitou muitas amizades e conheceu, há cerca de 45 anos, a mulher, Adelaide, com quem veio a casar.

Já casado, Jack Coelho trabalhou noutra empresa do mesmo ramo durante dois anos, o que lhe permitiu amealhar o suficiente para se estabelecer por conta própria na área da restauração. Mas o bichinho da arte de desenhar e criar peças em ouro levou-o a optar por abrir a sua Ourivesaria/Relejoaria, realizando assim o sonho antigo de fazer aquilo que mais gosta e que se mantém até aos dias de hoje.

Apesar da distância, Jack Coelho sempre manteve uma ligação muito próxima e forte com a sua Terra Natal, organizando várias ações de apoio social e de promoção da nossa Cultura, destacando-se apoios tão importantes como a construção da Estátua do Homem do Mar (2001) ou a angariação de fundos junto da Comunidade de emigrantes portugueses a favor da obra do Hospital de Cuidados Continuados da Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo, que veio a ser inaugurado em 2010.

Graças a este seu espírito benemérito, o Embaixador do Município de Ílhavo no Mundo, Joaquim Coelho, foi condecorado em 2008 pela Câmara Municipal de Ílhavo com a Medalha do Concelho em Vermeil, no âmbito das Comemorações do Feriado Municipal de Ílhavo, como gesto de reconhecimento e de agradecimento pela sua dedicação, persistência e vontade de fazer bem em prol da sua Terra.



Botinhas esquimó de criança

Os sinais de exaustão dos bancos de pesca da Terra Nova, confirmados por sucessivas campanhas com os porões dos navios pouco carregados de bacalhau, motivaram a audácia de capitães portugueses em busca de novos mares que garantissem pescarias abundantes. Impelido pelos rumores de que o peixe teria fugido nessa direção, o capitão ilhavense João Cajeira, ao serviço da Empresa de Pesca de Aveiro, larga em sigilo rumo à Gronelândia na primavera de 1930. Embora atribulada, a exploração revelou-se profícua e, desde então, os navios da frota raramente regressavam a Portugal sem carregarem os seus porões de bacalhau nos pesqueiros gronelandeses.

A presença dos pescadores portugueses, que chegavam a pescar nos dóris junto às margens da Gronelândia, depressa é notada pelos habitantes da grande ilha. Os Inuit, comumente conhecidos por esquimós, trocavam peles, carne e até espingardas a troco de vinho ou de aguardente.

Este par de botinhas esquimó, doadas ao Museu pelo Capitão Britaldo em 1939, constitui uma memória das pescarias portuguesas nos mares gelados da Gronelândia, mas é também um testemunho da cultura Inuit que sempre viveu do mar e dos seus recursos, sujeita aos rigores do Ártico.



Meia Desfeita de Bacalhau

Ingredientes

- 700 g de bacalhau (de preferência lombo)
- 350 g de grão de bico
- 2,5 dl de azeite
- 2 cebolas cortadas em rodelas fina
- 3 dentes de alho picados
- Salsa picada fresca q.b.
- Colorau e pimenta q.b.
- 1 folha de louro

Preparação

Demolhe convenientemente o bacalhau juntamente com o grão. Em cru, retire as peles e espinhas ao bacalhau e, de seguida, desfaça-o em lascas à mão ou com a faca. Coza o grão, lavado em água temperada com sal.

Num tacho, deite $\frac{1}{4}$ da cebola e dos alhos e um pouco de salsa picada. Espalhe por cima $\frac{1}{3}$ do bacalhau e do grão escorrido. Cubra com outra camada igual de cebola, alhos picados e salsa, adicionando a esta e às seguintes uma pitada de colorau e de pimenta. Repita as camadas até que a última seja de cebola, alhos, salsa, colorau e pimenta.





Adicione o azeite de modo a que fique um pouquinho abaixo do nível da última camada. Coloque a folha de louro, tape e leve ao lume para que ferva e deixe cozer entre 10 e 15 minutos.

Nota: o nível de azeite deve ficar cerca de 4 cm abaixo dos bordos do tacho.



tabela de marés

Câmara Municipal de **ilhavo** o mar por tradição

dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	sáb.	03.24	3.3	15.41	3.5	09.06	0.6	21.29	0.6
2	dom.	04.00	3.3	16.16	3.4	09.41	0.6	22.02	0.6
3	seg.	04.33	3.2	16.49	3.3	10.15	0.7	22.35	0.7
4	ter.	05.04	3.1	17.21	3.2	10.50	0.8	23.08	0.9
5	qua.	05.36	3.0	17.54	3.0	11.26	1.0	23.42	1.0
6	qui.	06.10	2.9	18.30	2.8	–	–	12.05	1.1
7	sex.	06.49	2.8	19.15	2.6	00.20	1.2	12.51	1.3
8		07.41	2.6	20.17	2.5	01.08	1.4	13.55	1.5
9	dom.	08.54	2.5	21.43	2.4	02.17	1.5	15.23	1.5
10	seg.	10.21	2.5	23.08	2.5	03.46	1.6	16.49	1.5
11	ter.	11.35	2.7	–	–	05.04	1.5	17.52	1.3
12	qua.	00.11	2.6	12.30	2.8	06.01	1.3	18.38	1.1
13	qui.	00.59	2.8	13.15	3.0	06.45	1.1	19.16	0.9
14	sex.	01.40	3.0	13.56	3.2	07.24	0.9	19.52	0.9
15	sáb.	02.19	3.2	14.35	3.4	08.01	0.7	20.28	0.6
16		02.56	3.3	15.13	3.5	08.38	0.6	21.04	0.4
17	seg.	03.34	3.4	15.53	3.5	09.17	0.4	21.41	0.4
18	ter.	04.13	3.5	16.34	3.5	09.57	0.4	22.21	0.5
19	qua.	04.54	3.4	17.17	3.4	10.40	0.5	23.03	0.6
20	qui.	05.39	3.3	18.04	3.2	11.26	0.6	23.50	0.8
21	sex.	06.28	3.2	18.59	3.0	–	–	12.20	0.9
22		07.28	3.0	20.08	2.8	00.45	1.1	13.26	1.1
23	dom.	08.44	2.8	21.35	2.7	01.57	1.3	14.52	1.2
24	seg.	10.10	2.8	23.10	2.7	03.29	1.4	16.26	1.2
25	ter.	11.26	2.9	–	–	04.56	1.3	17.41	1.1
26	qua.	00.08	2.8	12.28	3.1	06.00	1.1	18.35	0.9
27	qui.	01.01	3.0	13.18	3.2	06.50	1.0	19.19	0.8
28	sex.	01.45	3.1	14.01	3.3	07.32	0.8	19.56	0.7
29	sáb.	02.24	3.2	14.40	3.4	08.09	0.7	20.23	0.7
30		02.59	3.3	15.15	3.3	08.43	0.7	21.01	0.7



seg.		3 Ribau	10 Senos	17 A. Castro	24 Morais
		D. Gomes*	Branco*	Moderna*	Santos*
ter.		4 Santos	11 Ribau	18 Senos	25 A. Castro
		Morais*	D. Gomes*	Branco*	Moderna*
qua.		5 Moderna	12 Santos	19 Ribau	26 Senos
		A. Castro*	Morais*	D. Gomes*	Branco*
qui.		6 Branco	13 Moderna	20 Santos	27 Ribau
		Senos*	A. Castro*	Morais*	D. Gomes*
sex.		7 D. Gomes	14 Branco	21 Moderna	28 Santos
		Ribau*	Senos*	A. Castro*	Morais*
sáb.	1 A. Castro	8 Morais	15 D. Gomes	22 Branco	29 Moderna
	Moderna*	Santos*	Ribau*	Senos*	A. Castro*
dom.	2 Senos	9 A. Castro	16 Morais	23 D. Gomes	30 Branco
	Branco*	Moderna*	Santos*	Moderna*	Senos*

* Reforço (até às 22h00)

Ílhavo

Diniz Gomes, Tel. 234 322 885

Moderna, Tel. 234 328 222

Santos, Tel. 234 322 930/326 486

Senos, Tel. 234 322 742

Gafanha da Encarnação

Ribau, Tel. 234 365 131

Praia da Barra

Ançã Castro, Tel. 234 360 721

Gafanha da Nazaré

Branco, Tel. 234 361 576

Morais, Tel. 234 361 817



informações úteis

Câmara Municipal de Ílhavo

Tel.: 234 329 600

Fax: 234 329 601

www.cm-ilhavo.pt

geral@cm-ilhavo.pt

Gabinete de Apoio – Presidência e Vereação

Tel.: 234 329 602

Secretaria Obras Particulares

Tel.: 234 329 603

Secretaria Administração Geral

Tel.: 234 329 604

Secretaria dos Serviços Urbanos (Armazéns Gerais)

Tel.: 234 329 605

Reuniões Ordinárias do Executivo

Câmara Municipal de Ílhavo

Pública:

5 de setembro (quarta-feira),
pelas 15h30

Privada:

19 de setembro (quarta-feira),
pelas 15h30

Atendimento do Presidente e

Vereadores com Pelouros

sextas-feiras: todo o dia

(marcação prévia)

Presidente Eng. Ribau Esteves

Vereador Eng. Fernando Caçoilo

Vereadora Dra. Beatriz Martins

Vereador Eng. Marcos Ré

Vereador Eng. Paulo Costa

Atendimento dos Vereadores sem Pelouros

Primeiras e terceiras

quartas-feiras: 12h00-13h00

(marcação prévia)

Vereador José Vaz

Vereador Dr. Júlio Merendeiro

Fórum Municipal da Juventude Ílhavo

Tel.: 234 321 079

forumjuventude_ilhavo@cm-ilhavo.pt

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 183 773

forumjuventude_gafanhazanazare@cm-ilhavo.pt

Vale de Ílhavo

Tel.: 234 326 826

Gafanha da Encarnação

Tel.: 234 086 668

Gafanha do Carmo

Tel.: 234 398 009

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Tel.: 234 321 103

Fax: 234 321 087

www.bibliotecamunicipal.cm-ilhavo.pt

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Pólos de Leitura

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 199 077

Gafanha da Encarnação

Tel.: 234 086 668

Gafanha do Carmo

Tel.: 234 398 009

Centros Culturais Ílhavo

Tel.: 234 397 260

Tel. bilheteira: 234 397 262

www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

centrocultural@cm-ilhavo.pt

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 397 263

Gabinete de Apoio à Saúde Juvenil Ílhavo

Tel.: 234 321 079

SEMI – Serviço Educativo Municipal de Ílhavo

Tel.: 234 321 103

semi@cm-ilhavo.pt

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

Tel.: 234 363 980

Ecocentro/Centro de Educação Ambiental

Tel.: 234 329 600

Recolha de Monos

Tel.: 234 325 549

SMIC – Serviço Municipal de Informação ao Consumidor

Tel.: 234 329 600

info@cm-ilhavo.pt

GAEMI – Gabinete de Apoio ao Emigrante

Tel.: ++ 351 234 329 623

SAFE – Serviço de Apoio à Formação e ao Emprego da Câmara Municipal de Ílhavo

Tel.: 234 321 079

safe@cm-ilhavo.pt

Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Ílhavo

Tel.: 234 329 632

Canil/Gatil Municipal

Tel.: 234 329 605

Piscinas Municipais Ílhavo

Tel.: 234 329 607

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 363 080

Serviço Municipal de Protecção Civil

Tel.: 234 329 302

Juntas de Freguesia São Salvador

Tel.: 234 321 725

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 361 520

Gafanha da Encarnação

Tel.: 234 365 104

Gafanha do Carmo

Tel.: 234 391 131

Museus

Museu Marítimo de Ílhavo e

Navio Museu St.º André (Pólo)

Tel.: 234 329 990

terça-feira a sexta-feira

· 10h00-18h00

sábados

· 14h00-18h00

Encerra aos domingos, segundas-feiras e feriados

Casa Gafanhoe – Museu Municipal

Tel.: 234 329 600

Visita de Grupos por marcação prévia

Vista Alegre

Tel.: 234 320 600

terça a sexta-feira

· 09h00-18h00

sábado e domingo

· 09h00-12h30 | 14h00-17h00

Encerra às segundas-feiras

Visita de Grupos por marcação prévia

AdRA

Tel.: 808 200 217

Administração do Porto de Aveiro

Tel.: 234 393 300

Comunidade Intermunicipal da Região de Aveiro

Tel.: 234 377 650

Bombeiros Voluntários de Ílhavo

Tel.: 234 320 120

Capitania do Porto de Aveiro

Tel.: 234 397 230

Centros de Saúde

Linha Azul

Tel.: 234 324 102

Ílhavo

Tel.: 234 325 876

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 390 950

Gafanha da Encarnação

Tel.: 234 361 902

Gafanha do Carmo

Tel.: 234 361 968

Costa Nova

Tel.: 234 369 884

Emergências Gás Natural

Tel.: 808 200 157

EDP – Avarias

Tel.: 800 506 506

Parques de Campismo Costa Nova

Tel.: 234 393 220

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 366 565

Praia da Barra

Tel.: 234 369 425

Polícia Marítima de Aveiro

Tel.: 234 397 246

Tribunal Judicial de Ílhavo

Tel.: 234 118 320

Postos G.N.R.

São Salvador

Tel.: 234 330 010

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 393 070

Postos de Turismo Ílhavo

Av. 25 de Abril

Tel.: 234 325 911

Praia da Barra

Rua Comandante Azevedo e Silva

Tel.: 234 396 212



o mar por tradição

VIVER em set'12

Av. 25 de Abril
3830-044 ILHAVO

Autorizado a circular
em invólucro plástico fechado
de 00522005 DCN

DM



TAXA PAGA
PORTUGAL
CONTRATO 530 840