

Viver em

Março 2009





Índice

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 6 agenda
- 12 alimentação saudável
- 14 desporto formação
- 16 museu marítimo de Ílhavo
- 17 biblioteca municipal de Ílhavo
- 20 centro cultural de Ílhavo
- 23 fórum municipal da juventude
- 24 a nossa gente
- 26 património
- 27 receita do mês
- 28 tabela de marés
- 29 farmácias de serviço
- 30 telefones úteis

Agenda de Eventos VIVER EM...

Este espaço também é seu. Se desejar divulgar iniciativas de importância concelhia, a informação deverá ser remetida à Câmara Municipal de Ílhavo até ao próximo dia 15 de Março de 2009, para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de Abril de 2009. A Câmara Municipal de Ílhavo reserva o direito de seleccionar a informação a incluir na mesma.

Distribuição Gratuita

<http://www.cm-ilhavo.pt>



Com o mês de Março chega a Primavera, trazendo novas cores e mais Sol, num estímulo da natureza para que possamos aceitar os convites que a nossa agenda de eventos *Viver em* vem anunciar.

Neste mês comemoramos o primeiro aniversário do Centro Cultural de Ílhavo, usando como pretexto a pintura de Júlio Resende e a Música de Dianne Reeves, assinalando assim o sucesso deste novo equipamento cultural do nosso Município, hoje já com afirmação regional.

O Fórum Náutico do Município de Ílhavo vai realizar o seu I Seminário Náutico, oportunidade de apresentar as suas actividades e partilhar experiências com entidades nacionais e espanholas que desenvolvem actividades náuticas.

As comemorações do Dia Internacional da Protecção Civil e da Escola Municipal de Educação Rodoviária merecem actividades evocativas, sendo também uma forma de chamada de atenção para as boas práticas do dia-a-dia.

No mês em que fazemos o lançamento do Cartão Jovem Municipal (associado ao Nacional) como mais um instrumento na política de juventude reiteramos o desafio da utilização dos Fóruns Municipais da Juventude a propósito do nono aniversário da sua unidade de Ílhavo.

Venha VIVER connosco.

Um Bom Mês e Um Abraço,

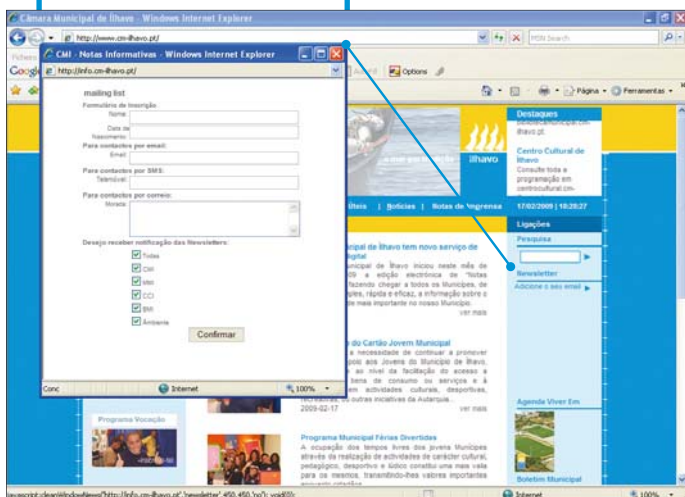
José Agostinho Ribau Esteves, eng.º
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



- Todo o mês** Exposição "A Marítima Álbum: 50 fotografias e as suas histórias" • Museu Marítimo de Ílhavo
- 2 de Março** **Comemoração do Dia Internacional da Protecção Civil**
- 7 de Março** 3º Concurso de Dj's • Mercado da Gafanha da Nazaré
- 13 de Março** Seminário Fórum Náutico do Município de Ílhavo/
Lançamento da Agenda Náutica 2009 •
Museu Marítimo de Ílhavo
- 18 de Março** **Comemoração do 5º Aniversário da EMER –**
Escola Municipal de Educação Rodoviária • junto à
Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré
- 24 de Março** **Inauguração da Exposição Júlio Resende –**
Alentejo • Centro Cultural de Ílhavo
- 27 de Março** Música com Dianne Reeves • Centro Cultural de Ílhavo
- 31 de Março** Comemoração do 9º Aniversário do Fórum Municipal
da Juventude de Ílhavo • Fórum Municipal da Juventude
de Ílhavo

Câmara Municipal de Ílhavo tem novo Serviço de Informação Digital

» Para subscrever as Notas Informativas da Câmara Municipal basta preencher o formulário em www.cm-ilhavo.pt



A Câmara Municipal de Ílhavo iniciou no passado mês de Fevereiro a edição electrónica de “Notas Informativas”, fazendo chegar a todos os Municípes, de uma forma simples, rápida e eficaz, a informação sobre o que acontece de mais importante no nosso Município. Para este efeito, as “Notas Informativas” são de cinco tipos diferentes, tratando cada uma delas as seguintes temáticas:

- Câmara Municipal de Ílhavo/Actividade Geral;
- Museu Marítimo de Ílhavo;
- Centro Cultural de Ílhavo;
- Biblioteca e Fórum Municipal da Juventude;
- Ambiente.

Para receber periodicamente as “Notas Informativas” do seu agrado, faça a sua subscrição através do preenchimento do formulário em www.cm-ilhavo.pt.



1 Domingo

15h00

G.D. Gafanha – C.D. Estarreja

Camp. Distrital de Futebol 1ª Divisão
Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré

NEGE – A.C. Famalicão

Camp. Distrital de Futebol 1ª Divisão
Parque Desportivo da Gafanha da Encarnação

2 Segunda-feira

Todo o dia

Comemoração do Dia Internacional da Protecção Civil

Realização de Simulacro
Apresentação dos Planos de Emergência dos Jardins de Infância e EB1
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

5 a 7 Quarta a Sábado

Todo o dia

Comemoração do Dia da Mulher

Piscinas Municipais de Ílhavo e Gafanha da Nazaré
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

6 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário (Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

21h45

Illibum B – A.A.U.A.V.

VI Camp. Nacional de Basquetebol CNB2
Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

7 Sábado

15h00

1º Simpósio “Famílias de Iniciativa – Lions: Oportunidades de Voluntariado”

Museu Marítimo de Ílhavo
Org.: Lions Clube de Ílhavo

16h00

G.D. Gafanha – G.D. Boticas

Camp. Nacional de Futsal 2ª Divisão
Pav. Escola Secundária da Gafanha da Nazaré

21h00

G.D. Gafanha – G.D.B. Leça

VI Camp. Nacional de Basquetebol CNB2
Pav. Gimnodesportivo da Gafanha da Nazaré



Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Seção de Atletismo, na Distrital de corta
mato curto, em Mouselos (S.M. Feira).

7 e 8 Sábado e Domingo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Seção de Pesca, no Campeonato
Regional Individual 2ª divisão, nas Praias
da Barra e Costa Nova.

8 Domingo

15h00

G.D. Gaf. Aquém – A.D. Ovarense

Camp. Distrital de Futebol 3ª Divisão
Campo de Jogos da Gafanha do Carmo

13 Sexta-feira

Feira dos 13

Largo da Feira – Vista Alegre

Manhã

Feira do Vestuário (Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

15h00-19h00

Seminário Fórum Náutico do Município de Ílhavo

Feira de Artesanato Náutico

**Lançamento da Agenda Náutica 2009 e
do Fórum Náutico Digital**

Museu Marítimo de Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

14 Sábado

**1º Encontro de Minibasquete – Escolas
do 1º Ciclo do Município de Ílhavo**

• 09h00/12h30 – 3º e 4º anos

• 14h30/17h00 – 1º e 2º anos

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Parecia: Illiabum Clube e G.D. Gafanha

16h00

Illiabum – Seixal/SLIMCEI

Proliga/Basquetebol

Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

17h00

NEGE – G.R.C.D. Sanjoanense

Camp. Distrital de Futsal 1ª Divisão

Pav. Gimnodesportivo da Gafanha da Encarnação



18h00

G.D. Beira Ria – A.D.R.E.P.

Camp. Distrital de Futsal 2ª Divisão
Pav. Gimnodesportivo da Gafanha do Carmo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Atletismo, na Abertura de pista
ao ar livre, em Aveiro.

15 Domingo

15h00

G.D. Gafanha – A.D.C.R. Oiã

Camp. Distrital de Futebol 1ª Divisão
Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré

NEGE – S.C. Carqueijo

Camp. Distrital de Futebol 1ª Divisão
Parque Desportivo da Gafanha da Encarnação

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Pesca, no Concurso de Pesca
da Associação de Moradores da Praia da
Tocha, na Praia da Tocha.

18 Quarta-feira
Comemoração do
5º Aniversário da EMER –

Escola Municipal de
Educação Rodoviária

Junto à Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

18 a 21 Quarta-feira a Sábado
Comemoração do Dia Mundial
da Floresta

Visitas de Estudo à Rede de Percursos
Pedestres do Município de Ílhavo e
Monitorização de Áreas Florestais
Dirigido a Escolas 1º Ciclo, 2º Ciclo, Escuteiros e
Associações do Município de Ílhavo
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Todo o dia

Comemoração do Dia do Pai

Piscinas Municipais de Ílhavo e Gafanha da Nazaré
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

20 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário (Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo



21 Sábado

15h30

Comemoração do Dia Mundial da Poesia

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Org.: Confraria Camoniana de Ílhavo

16h00

G.D. Gafanha – Boavista F.C.

Camp. Nacional de Futsal 2ª Divisão

Pav. Escola Secundária da Gafanha da Nazaré

21 e 22 Sábado e Domingo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Pesca, no Campeonato
Regional Individual 2ª divisão, nas Praias
da Barra e Costa Nova.

22 Domingo

15h00

G.D. Gaf. Aquém – C.A.P. Alquerubim

Camp. Distrital de Futebol 3ª Divisão

Campo de Jogos da Gafanha do Carmo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Atletismo, no Olímpico Jovem
Distrital, em Aveiro.

27 a 29 Sexta-feira a Domingo

Participação do **CAPGE, Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação – Clube de Natação de Competição do Município de Ílhavo**, no Campeonato Nacional de Seniores, em Lisboa.

27 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário (Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

28 Sábado

15h00-18h00

Sábado Divertido Náutico

Piscina Municipal de Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

15h00

Taça Regional de Maratonas 2009

Praia Fluvial da Barquinha

Org.: CNAI – Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

16h00

Illium – Basquete de Barcelos

Próliga/Basquetebol

Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste



17h00

NEGE – Atómicos S.C.

Camp. Distrital de Futsal 1ª Divisão
Pav. Gimnodesportivo da Gafanha da Encarnação

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Atletismo, no Salto em altura
das Beiras, em Castelo Branco.

29 Domingo

16h00

G.D. Gafanha – G.D. Mealhada

Camp. Distrital de Futebol 1ª Divisão
Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré

NEGE – C.C.D. Couvelha

Camp. Distrital de Futebol 1ª Divisão
Parque Desportivo da Gafanha da Encarnação

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Atletismo, no 32º Grande
Prémio da Lourosa, na Lourosa, e,
Secção de Pesca, na Taça ARPDALL, nas
Praias da Barra e Costa Nova.

30 de Março a 9 de Abril**Férias Divertidas Páscoa 2009**

- 1ª semana: 30 de Março a 3 de Abril
 - 2ª semana: 6 a 9 de Abril
- Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Férias Divertidas Náuticas

- 1ª semana: 30 de Março a 3 de Abril
 - 2ª semana: 6 a 9 de Abril
- Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

**“Uso do Fogo e Protecção de
habitações e outras edificações –
gestão de combustíveis”**

Sessões de Esclarecimento – 21h00

- 6 de Março – EB1 de Vale de Ílhavo
- 9 de Março – Salão Cultural da Gafanha do Carmo
- 13 de Março – Junta de Freguesia da Gafanha da Nazaré
- 20 de Março – Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação

Entrada livre.

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



PROTEJA A FLORESTA, PESSOAS E BENS



PROTECÇÃO DE HABITAÇÕES E EDIFICAÇÕES

NOS ESPAÇOS RURAIS

Sr. Proprietário, nos terrenos circundantes a habitações e edificações é obrigatório:

- » Manter as copas das árvores e arbustos distanciadas pelo menos 5 metros da edificação, e que os ramos nunca se projectem sobre a cobertura;
- » Criar uma faixa de gestão de combustível (FGC) numa envolverência de 50 metros, de forma a garantir a descontinuidade horizontal dos combustíveis (matos, silvas, etc.) entre a infra-estrutura e o limite externo da FGC;
- » Os restantes estratos arbóreos, arbustivos e subarbustivos devem ser organizados por forma a evitar a continuidade vertical dos diferentes estratos combustíveis;
- » Remover ou destruir os sobrantes de exploração agrícola e florestal após o seu corte.

D.L. n.º 124/2016, de 28 de Junho alterado pelo D.L. n.º 17/2009, de 14 de Janeiro



Câmara Municipal de **ilhavo**



mais informações:
Gabinete Técnico Forestal Intermunicipal de Ilhavo

Comissão Municipal de Defesa da Floresta Contra Incêndios



A Primavera e as dietas

A relação entre o frio e o ganho de peso é muito conhecida por todos nós. É comum observarmos homens e mulheres a reclamar que sentem mais fome e que não têm motivação para praticar exercício físico quando a temperatura baixa.

O facto de o corpo estar menos exposto durante a estação do frio, coberto por roupas pesadas que escondem os quilinhos a mais, faz com que muitos deixem de lado as boas práticas de vida (alimentação saudável e exercício físico), sem se importarem com a saúde e a estética. O resultado já todos sabemos, o ponteiro da balança vai lá para cima!

Muitas pessoas entrarão em desespero quando na Primavera os casacos forem trocados por roupas mais leves. As mulheres, principalmente, irão arrependem-se amargamente dos excessos praticados nos meses anteriores e tentarão iniciar uma verdadeira batalha contra a balança, com o objectivo de eliminar em poucas semanas todo o peso adquirido em meses. Na ânsia de perder rapidamente esses quilos a mais, muitos colocarão a própria saúde em risco, fazendo dietas desequilibradas, treinos exaustivos no ginásio ou tomando

medicamentos para diminuir o apetite e eliminar gorduras, muitas vezes mais prejudiciais do que benéficos para a saúde; mesmo os produtos naturais não são isentos de contra-indicações e efeitos secundários.

O que muitos esquecem é que para chegar em forma ao Verão, é necessário cuidar do corpo durante todo o ano, uma vez que perder peso e definir músculos leva tempo. Por isso, nos dias mais frios, não podemos ter preguiça de caminhar, andar de bicicleta, ir ao ginásio, etc. além de manter uma alimentação equilibrada, completa e saudável.

Não deixe para amanhã o que pode fazer hoje!

Em resumo, devemos ter em mente que uma alimentação saudável e a prática de uma actividade física regular vale para o ano todo e não somente quando o nosso corpo está mais exposto.

Provavelmente, aqueles que não são adeptos da frase acima, sofrerão as consequências dos exageros cometidos no Inverno e se submeterão posteriormente aos riscos do emagrecimento rápido.



PROGRAMA MUNICIPAL FÉRIAS DIVERTIDAS PÁSCOA 2009

DOIS PROGRAMAS DIFERENTES:

FÉRIAS DIVERTIDAS

Basquetebol, Equitação, Futebol, Natação, Cinema, Ateliers de Ciências Divertidas, de Inglês e de Música, Mini-golfe, Ténis, Trabalhos Manuais, Educação Rodoviária, Bitoque Raguebi, Visita fora do Município.

FÉRIAS DIVERTIDAS NÁUTICAS

Canoagem, Vela, Pólo Aquático, Natação, Nautimodelismo, Ateliers de Ciências Divertidas, de Inglês e de Música, Cinema, Trabalhos Manuais, Educação Rodoviária, Visita fora do Município.

SEMANA 1: de 30 de Março a 3 de Abril de 2009

SEMANA 2: de 6 a 9 de Abril de 2009

CRIANÇAS E JOVENS DOS 6 AOS 14 ANOS

inscrições: Piscinas Municipais | Ilhavo | Tel 234 329 607 Gafanha da Nazaré | Tel 234 363 080

A inscrição inclui um KIT (t-shirt, boné, Identificador, cd'rom com fotos, seguro, almoço, acompanhamento por Técnicos, actividades e transportes entre as actividades).

mais informações: www.cm-ilhavo.pt | desporto@cm-ilhavo.pt



1 Domingo

10h30

G.D. Gafanha – U.D. Mourisqueuse

Camp. de Futebol – Juvenis

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 2)

11h00

S.C. Vista Alegre – G.D. Águas Boas

Camp. de Futebol – Iniciados

Complexo Desportivo da Vista Alegre

6 a 8 Sexta-feira a Domingo

Participação do **CAPGE, Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação – Clube de Natação de Competição do Município de Ílhavo**, no Torneio Zonal (Juniões), em Cantanhede.

7 Sábado

15h30

G.D. Gafanha – S.C.S. João de Ver

Camp. de Futebol – Juniores

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 3)

S.C. Vista Alegre – G.D. Águas Boas

Camp. de Futebol – Juniores

Complexo Desportivo da Vista Alegre

8 Domingo

09h00

S.C. Vista Alegre – F.C. Bom Sucesso

Camp. de Futebol – Juvenis

Complexo Desportivo da Vista Alegre

10h30

G.D. Gafanha – G.D. Mealhada

Camp. de Futebol – Iniciados

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 3)

14 Sábado

15h00

G.D. Gafanha – A.C.R. Saavedra Guedes

Camp. de Futsal – Juniores

Pav. Escola Secundária da Gafanha da Nazaré



15 Domingo

10h30

G.D. Gafanha – S.C. Silvalde

Camp. de Futebol – Iniciados

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 3)

21 Sábado

11h00

G.D. Gafanha – A.C.R. Vale Cambra

Camp. de Futsal – Juniores

Pav. Escola Secundária da Gafanha da Nazaré

15h30

G.D. Gafanha – A.D. Tabueira

Camp. de Futebol – Juniores

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 3)

22 Domingo

09h00

S.C. Vista Alegre – G.D. Águas Boas

Camp. de Futebol – Juvenis

Complexo Desportivo da Vista Alegre

10h30

G.D. Gafanha – C.D. Arrifanense

Camp. de Futebol – Juvenis

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 2)

11h00

S.C. Vista Alegre – F.C. Bom Sucesso

Camp. de Futebol – Iniciados

Complexo Desportivo da Vista Alegre

28 Sábado

15h30

S.C. Vista Alegre – F.C. Bom-Sucesso

Camp. de Futebol – Juniores

Complexo Desportivo da Vista Alegre

29 Domingo

10h30

G.D. Gafanha – F.C. Cesarense

Camp. de Futebol – Juvenis

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré (n.º 2)



Todo o mês

**Exposição “A Maritime Álbum:
50 fotografias e as suas histórias”**

Seleção de John Szarkowski e textos de
Richard Benson

Entrada gratuita

Exposição “Nos Porões da Memória II”

Fotografias de Hector Lemieux
(cedidas pelo Cap. Vitorino Ramalheira)
e Friedrich W. Baier (cedidas pelo Cap.
Marques da Silva)

Horários

Museu Marítimo de Ílhavo: Terça-feira a Sexta-feira
09h30-18h00; Sábado e Domingo 14h30-18h00

Navio-Museu Santo André: Terça-feira a Sexta-feira
09h30-18h00; Sábado e Domingo 14h30-18h00

Para mais informações: tel. 234 329 990 ou
www.museumaritimo.cm-ilhavo.pt

Entrada livre nas exposições temporárias.



Biblioteca Municipal de Ilhavo

Autores do Mês

Secção Infanto-Juvenil

Jutta Langreuter

Secção de Adultos

Irene Némirovsky

Durante todo o Mês

Comemoração do

Dia Internacional da Mulher

Exposição: Mulheres Nobel

100 Anos de Prémio Nobel da Literatura

Mulheres Nobel da Literatura:

- 1909 Selma Lagerlöf
- 1926 Grazia Deledda
- 1928 Sigrid Undset
- 1938 Pearl S. Buck
- 1945 Gabriela Mistral
- 1966 Nelly Sachs
- 1991 Nadine Gordimer
- 1993 Toni Morrison
- 1996 Wislawa Szymborska
- 2004 Elfriede Jelinek
- 2007 Doris Lessing

2 a 6 Segunda a Sexta-feira Semana da Leitura

Ao longo da semana a Biblioteca Municipal visita as Bibliotecas Escolares com actividades de promoção do livro e da leitura.



6 e 7 **Sexta-feira e Sábado**

15h00-18h00

Exposição: Rochas, Minerais e Fosseis

Organização do Departamento de Matemática e Ciências Experimentais da EB 2,3 José Ferreira Pinto Basto
Sala Polivalente

14 **Sexta-feira**

Comemoração dos 130 do nascimento de Albert Einstein (1879-2009)

Destaque Literário

19 **Quinta-feira**

17h30

Comemoração do Dia do Pai

Um poema e uma prenda para o Pai!

21 **Sábado**

Comemoração do dia Mundial da Árvore e da Poesia

A Árvore dos poemas

27 **Sexta-feira**

10h30 e 17h30

Comemoração do Dia Mundial do Teatro

Hora do Conto teatralizada

27 **de Março a 23 de Abril**

Exposição: O que é o Teatro?

Biblioteca Municipal e Bibliotecas Escolares

Bebeteca

Sábados: 15h30

“Os Bochechas” de Pepe Carreiro

Dia 7 “Os Bochechas vão à praia”

Dia 14 “Os Bochechas têm um gato”

Dia 21 “Os Bochechas vão ao médico”

Dia 28 “Os Bochechas fazem chichi”



Hora do Conto

Segunda a sexta-feira: 17h30

Sábados: 16h30

- Dia 7 "Os três pequenos cozinheiros",
Jutta Langreuter
- Dia 14 "Siri o pequeno elefante",
Jutta Langreuter
- Dia 21 "Os 3 R's: reutilizar, reduzir,
reciclar", Nuria Roca
- Dia 28 "Uma carta do pequeno anjo da
guarda", Jutta Langreuter

Ateliers de Expressão Literária e Plástica

Sábados: 17h00

- Dia 7 A receita dos pequenos
cozinheiros
- Dia 14 Constrói o teu elefante e conhece
outras histórias
- Dia 21 Vem fazer papel reciclado
- Dia 28 O meu anjinho

Espaços Maior Idade

2, 9, 23 e 30 Segundas-feiras: 15h00-17h30
Pólo de Leitura da Gafanha da Nazaré

3, 10, 24 e 31 Terças-feiras: 15h00-17h30
Biblioteca Municipal de Ílhavo

4, 11 e 25 Quartas-feiras: 15h00-17h30
Pólo de Leitura da Gafanha do Carmo

5, 12 e 26 Quintas-feiras: 15h00-17h30
Pólo de Leitura da Gafanha
da Encarnação

Para mais informações

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Avenida General Elmano Rocha; 3830-198 Ílhavo

Tel.: 234 321 103, Fax: 234 321 087

E-mail: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

www.bibliotecamunicipal.cm-ilhavo.pt

Horários Segunda e Sábado: 14h00 às 18h00; Terça a

Sexta-feira: 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 18h30

Pólos de Leitura

Gafanha da Nazaré, tel. 234 199 077

Gafanha da Encarnação, tel. 234 086 668

Gafanha do Carmo, tel. 234 398 009



centro cultural ílhavo

1 Domingo Serviço Educativo

11h00

- Atelier “Conta-Contos”
 - Teatro “Histórias de Panda-Pá”
- Entrada € 3,00 (entre os 6 e os 11 anos) · € 5,00 (maiores de 12 anos) | Auditório · M/6 anos · limitado a 40 participantes

7 Sábado Teatro

21h30

Viveiro de Loucos pela Companhia Teatral “À Procura de Shakespeare”

Entrada € 10,00 | auditório · M/12 anos
Descontos: pack trimestre (25%); sénior com mais de 65 anos (20%); jovem até 17 anos (20%)

15 Domingo Música

21h30

Ana Free “Acústico”

Entrada € 5,00 | Auditório · M/6 anos
Descontos: pack trimestre (25%); sénior com mais de 65 anos (20%); jovem até 17 anos (20%)

8, 14, 28 Cinema

Ciclo “1.º Aniversário”

Dia 8 Domingo – 11h00

Madagáscar 2

(90') · M/4 anos

Dia 14 Sábado – 21h30

O Corpo da Mentira

(128') · M/12 anos

Dia 28 Sábado – 21h30

Amália, o Filme

(127') · M/12 anos

Entrada € 6,00 por ciclo · € 3,00 por sessão | Auditório



20 Sexta-feira Serviço Educativo

21h30

Atelier “Avesso”

Entrada Atelier + Espectáculo – € 5,00
€ 5,00 (7-11 anos) · € 7,50 · (M/12 anos) |
M/7 anos · Limitado a 20 participantes

21 Sábado Dança

21h30

“Avesso” pela a menina dos meus olhos, associação cultural

Atelier + Espectáculo – € 5,00 Espectáculo ·
€ 5,00 (7-11 anos) · € 7,50 · (M/12 anos) |
M/7 anos · Limitado a 50 participantes

24 Terça-feira Exposição

18h00

Júlio Resende – Alentejo

(patente até 31 de Maio)
Entrada gratuita | sala de exposições · p/ todas
as idades

27 Sexta-feira Música

21h30

Dianne Reeves

Entrada € 15,00 | Auditório · M/12 anos

28 Sábado Serviço Educativo

18h00

Oficina/Teatro “A senhora D”

Inscrição gratuita | limitado a 20 pessoas · M/12

Para mais informações

Tel 234 397 260

www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

centrocultural@cm-ilhavo.pt

Bilheteira: Terça-feira a Domingo – 10h00-13h00
e 14h00-18h00; Dias de espectáculos – 2 horas
antes e 30 minutos após o início dos espectáculos



VIII CONCURSO

Literário jovem

DIRIGIDO
A TODOS OS ALUNOS
DAS ESCOLAS DO
1.º, 2.º E 3.º CICLOS
DO ENSINO BÁSICO
E SECUNDÁRIO
DO MUNICÍPIO
DE ÍLHAVO

[recepção de trabalhos]
até 13 de Março de 2009

texto
narrativo
texto
poético
PRÉMIOS PARA
OS MELHORES TRABALHOS!



ilhavo
Câmara Municipal

mais informações
Fala com a tua Escola
ou com a Câmara Municipal
(tel 234 329 602)



FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE

Tema do mês
"Circuito Hip-hop"

7 Sábado

22h30

3º Concurso de Dj's – Lançamento do n.º 9 da revista jovem "atual!"

Mercado da Gafanha da Nazaré

9 Segunda-feira

Exposição de Arte em madeira de Mário Anastácio

Patente até 4 de Abril

FMJ Gafanha da Nazaré

Início das inscrições para o 3º Concurso de Hip-Hop Dance

(a realizar no dia 25 de Abril no Mercado Municipal de Ílhavo)

27 Sexta-feira

O Hip-Hop vai à Escola

31 Terça-feira

Comemoração do 9º Aniversário do Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo

Para mais informações

- Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo, telefone 234 321 079
- Fórum Municipal da Juventude de Vale de Ílhavo, telefone 234 326 826
- Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Nazaré, telefone 234 183 773
- Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Encarnação, telefone 234 086 668
- Fórum Municipal da Juventude da Gafanha do Carmo, telefone 234 398 009



André Miguel Capote Sacramento

Neste mês de Março dedicamos a rubrica “nossa gente” a André Capote, um jovem artista plástico e professor de Arte e Design, que está actualmente a expor algumas das suas obras na Exposição Colectiva de Artistas Regionais, patente até 8 de Março, no Centro Cultural de Ílhavo.

Nascido a 17 de Dezembro de 1977, no antigo Hospital de Ílhavo, André Capote desde muito cedo revelou uma forte sensibilidade para as artes plásticas. Em criança foi bastante influenciado pelo mundo da pintura e escultura devido ao facto de o seu pai, José Sacramento, possuir uma galeria de arte (Galeria Grade), proporcionando assim a convivência com alguns mestres como Michael Barrett, Jaime Isidoro, Mário Silva, Artur Bual, entre outros. O contacto privilegiado com o mundo dos artistas onde predominam cores, forma, estilos, tertúlias e tantas outras subjectividades filosóficas marcaram profundamente a alma artística e rebelde de Capote. A estadia desses artistas por alguns meses em Ílhavo, a preparar as suas exposições, cativavam André Capote a acompanhar as suas “aventuras” na criação artística. Assim, começou a desenhar e a pintar com 4 anos e, com apenas 8 anos de idade, já criava interessantes composições.

Concluídos os estudos secundários em Arte e Design, na Escola João Carlos Celestino Gomes, André Capote rumou a Coimbra para ingressar no curso de Belas Artes na Escola Universitária de Artes de Coimbra (E.U.A.C.). Neste percurso académico levou a efeito diversas actividades artísticas: realizou a sua primeira Exposição Colectiva em 1994 e Individual em 2001, fundou a Associação “A.E.I.” Associação de Expressão de Ílhavo, foi baterista na banda rock Ilhavense “Natum Dei”, participou e dinamizou diversas tertúlias entre Ílhavo

e Coimbra. Expôs os seus trabalhos no Porto, Aveiro, Coimbra, Leiria, Sintra e Ílhavo, obtendo alguns importantes prémios em concursos e bienais de pintura, ficando assim representado em diversas colecções privadas em Portugal e no estrangeiro.

Edgardo Xavier, membro da Associação Internacional de Críticos de Arte, criticou assim a última exposição individual de Capote: *“(...) Acontece que os ídolos fazem história e, alguns deles, recuperados para novas linguagens, protagonizam mesmo o cerne de discursos sempre actuais. Disso é exemplo maior o trabalho de Andy Warhol que dá o mote às obras de Capote, o Pintor. Trata-se de um paralelismo incontornável que se espelha, ainda, numa sobreposição de gosto ou, se preferirem, numa estética vocacionada para os ícones da cultura popular que já cruzam a transvanguarda internacional. Cada povo tem os seus dilectos mas a universalidade dos princípios abarca-os sem conflito. De certo modo, é justamente isto o que Capote põe em confronto quando, recorrendo a escolhas aleatórias, redimensiona o problema dos ícones sociais fazendo-os parte inerente e interessada de uma comunicação já consensual. O tratamento e a cor, as texturas e a composição, o processo de raiz serigráfica e o jogo rítmico das figuras no espaço disponível, respondem pela sensibilidade deste autor cuja intervenção se pauta, predominantemente, pela necessidade de acerto cronológico e pela pesquisa que lhe valida o seu meritório percurso”.*

Seria bom podermos espreitar o futuro e observar a obra que este emergente artista da nossa Terra irá criar. Capote continuará a crescer como artista plástico e presentear-nos-á com a qualidade das suas composições visuais, marcando de forma indelével o panorâma artístico e cultural do Município de Ílhavo.



Barco do Mar “Ílhavos”

Modelo de Barco do Mar construído e oferecido ao Museu Marítimo de Ílhavo, em 2006, por Manuel Luís Pata.

A construção da maquete respeita detalhes das construções originais e a decoração é feita por faixas largas e lisas a todo o comprimento do costado. O nome de baptismo Ílhavos encontra-se inserido na proa da embarcação.

O modelo foi doado ao Museu Marítimo de Ílhavo pelo autor em 2006.



Sardinha na Telha

Ingredientes

- 1 cebola média
- 12 sardinhas
- 1 cebola média
- 1/2 pimento
- 2 tomates maduros
- Piri-piri q.b.
- 4 dentes de alho
- Farinha sem fermento
- 8 batatas pequenas
- Miolo de broa





Modo de preparação

Faça uma cama na telha colocando a cebola e os alhos picados, o pimento e os tomates cortados aos cubos. Envolve as sardinhas na farinha, disponha-as por cima do preparado e tempere a gosto.

Coloque o miolo da broa nas extremidades da telha, para o molho não transbordar e leve ao forno a cozinhar durante aproximadamente 20 minutos.

Acompanhe com batatas cozidas à moda antiga e salada de pimentos assados. Para beber, um bom vinho branco seco.



dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	Dom.	05.37	3.2	17.53	3.1	11.24	0.8	23.42	0.8
2	Seg.	06.16	3.1	18.35	3.0	-	-	12.03	0.9
3	Ter.	07.04	2.9	19.27	2.8	00.29	1.0	12.52	1.1
4		08.07	2.7	20.40	2.7	01.29	1.2	13.58	1.3
5	Qui.	09.36	2.6	22.17	2.7	02.57	1.3	15.32	1.4
6	Sex.	11.16	2.6	23.47	2.8	04.42	1.3	17.09	1.3
7	Sáb.	-	-	12.31	2.8	06.04	1.1	18.20	1.1
8	Dom.	00.54	3.1	13.27	3.0	07.02	0.9	19.13	0.9
9	Seg.	01.47	3.3	14.14	3.2	07.48	0.6	19.58	0.7
10	Ter.	02.33	3.5	14.56	3.4	08.29	0.5	20.38	0.6
11		03.14	3.6	15.35	3.4	09.06	0.4	21.16	0.5
12	Qui.	03.53	3.6	16.11	3.4	09.42	0.4	21.53	0.5
13	Sex.	04.30	3.5	16.46	3.3	10.17	0.6	22.29	0.6
14	Sáb.	05.05	3.3	17.20	3.2	10.51	0.7	23.06	0.8
15	Dom.	05.39	3.1	17.53	3.0	11.25	0.9	23.44	1.0
16	Seg.	06.14	2.9	18.29	2.9	-	-	12.01	1.1
17	Ter.	06.52	2.7	19.12	2.7	00.26	1.2	12.41	1.4
18		07.42	2.5	20.13	2.5	01.19	1.4	13.38	1.5
19	Qui.	09.04	2.3	21.44	2.5	02.39	1.5	15.11	1.7
20	Sex.	10.53	2.3	23.17	2.5	04.25	1.5	16.52	1.6
21	Sáb.	-	-	12.08	2.5	05.44	1.4	17.58	1.5
22	Dom.	00.20	2.7	12.57	2.7	06.34	1.2	18.43	1.3
23	Seg.	01.07	2.9	13.35	2.8	07.11	1.1	19.19	1.1
24	Ter.	01.45	3.0	14.08	3.0	07.43	0.9	19.52	0.9
25	Seg.	02.20	3.2	14.41	3.2	08.13	0.8	20.23	0.8
26		02.54	3.3	15.12	3.2	08.44	0.6	20.56	0.7
27	Sex.	03.28	3.4	15.45	3.3	09.15	0.6	21.29	0.6
28	Sáb.	04.03	3.4	16.19	3.3	09.48	0.6	22.05	0.6
29	Dom.	04.39	3.3	16.55	3.3	10.23	0.6	22.44	0.6
30	Seg.	05.18	3.2	17.34	3.2	11.01	0.8	23.27	0.8
31	Ter.	06.02	3.0	18.20	3.0	11.44	0.9	-	-

Dom.	1 Moderna A. Castro	8 Senos Morais	15 D. Gomes Ribau	22 Santos Branco	29 Moderna A. Castro
Seg.	2 Senos Branco	9 D. Gomes A. Castro	16 Santos Morais	23 Moderna Ribau	30 Senos Branco
Ter.	3 D. Gomes Ribau	10 Santos Branco	17 Moderna A. Castro	24 Senos Morais	31 D. Gomes Ribau
Qua.	4 Santos Morais	11 Moderna Ribau	18 Senos Branco	25 D. Gomes A. Castro	
Qui.	5 Moderna A. Castro	12 Senos Morais	19 D. Gomes Ribau	26 Santos Branco	
Sex.	6 D. Gomes Branco	13 Santos A. Castro	20 Moderna Morais	27 Senos Ribau	
Sáb.	7 Senos Ribau	14 D. Gomes Branco	21 Santos A. Castro	28 Moderna Morais	

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 Nazaré

Branco, Tel. 234 361 576

Morais, Tel. 234 361 817

Gafanha da Encarnação

Ribau, Tel. 234 365 131

Praia da Barra

Anã Castro, Tel. 234 360 721

Costa Nova

Posto de Medicamentos, Tel. 234 369 885



Câmara Municipal de Ílhavo

Tel: 234 329 600

Fax: 234 329 601

www.cm-ilhavo.pt

geral@cm-ilhavo.pt

Piquete 24 Horas de Serviço

Tlm: 918 206 410

Linha Verde

Tel: 800 202 991

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

Secretaria dos Serviços de Água e Saneamento

Tel: 234 329 606

Reuniões Ordinárias do Executivo

Câmara Municipal de Ílhavo

Públicas:

Dias 2 e 16 de Março (Segunda-feira), pelas 15h30

Audição do público a partir das 17h30

Privada:

Dia 23 de Março (Segunda-feira), pelas 15h30

Atendimento da Presidência e

Vereação (marcação prévia)

Presidente Eng. Ribau Esteves

Quintas-feiras/Tarde

Vereador Eng. Fernando Caçoilo

Terças-feiras/Manhã

Vereadora Prof. Margarida

São Marcos

Sextas-feiras/Tarde

Vereador Eng. Marcos Ré

Terças-feiras/Tarde

Vereador Eng. Paulo Costa

Quartas-feiras/Tarde

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

Tel: 234 367 433

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

Gabinete de Apoio à Saúde Juvenil

Ílhavo

Tel: 234 321 079

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 367 433

Gabinete de Apoio ao Emigrante

Tel: ++ 351 234 329 631

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

Centro Cultural de Ílhavo

Tel: 234 397 260

Tel bilheteira: 234 397 262

www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

centrocultural@cm-ilhavo.pt

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

Serviço Municipal de Informação ao Consumidor

Tel: 234 329 600

SAFE

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

Tel: 234 321 079

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Ílhavo

Tel: 234 329 632

Canil/Gatil Municipal

Tel: 234 329 605

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

Piscinas Municipais

Ílhavo

Tel: 234 329 607

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 363 080

Vale de Ílhavo (Descoberta)

Tel: 234 324 819

Serviço Municipal de Protecção Civil

Tel: 234 329 629

Museus

Museu Marítimo de Ílhavo

Tel: 234 329 990

Terça-feira a Sexta-feira

· 10h00-19h00

Sábados e Domingos

· 14h30-19h00

Encerra às Segundas Feiras

Navio Museu Stº André (Pólo)

Terça-feira a Sexta-feira

· 10h00-19h00

Sábados e Domingos

· 14h30-19h00

Casa Gafanha – 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

Administração do Porto de Aveiro

Tel: 234 393 300

Comunidade Internacional 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 Florestal

Posto da Gafanha da Encarnação

Tel: 234 364 383

Polícia Marítima de Aveiro

Tel: 234 397 246

Postos da GNR

Ílhavo

Tel: 234 322 777/326 333

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 393 070

Gafanha da Encarnação

Tel: 234 322 976

Postos de Turismo

Ílhavo

Av. 25 de Abril

Tel: 234 325 911

Praia da Barra

Rua Comandante Azevedo e Silva

Tel: 234 396 212

Praia da Costa Nova (Sazonal)

Av. José Estevão

Tel: 234 369 560

Gabinete de Apoio ao Emigrante

Se é emigrante dos Estados Unidos da América e tem de preencher as FORMAS 1040 ou 1040 A (Income Taxes), pode fazê-lo agora através do Gabinete de Apoio ao Emigrante da Câmara Municipal de Ílhavo. Faça a sua marcação através do Gabinete de Apoio ao Emigrante, 24 horas através do telef. ++351 234 329 631.



o mar por tradição

Autorizado a circular
em invólucro plástico fechado
de 00522005 DCN

DM


TAXA PAGA
PORTUGAL
CONTRATO 530 840
ctt

Viver em

Av. 25 de Abril
3830-044 ILHAVO