

viver
em **mai**'13





www.cm-ilhavo.pt

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 5 agenda
- 15 desporto formação
- 16 museu marítimo de Ílhavo
- 18 cc Ílhavo e cc Gafanha da Nazaré
- 20 fórum municipal da juventude
- 22 biblioteca municipal de Ílhavo
- 24 fórum municipal da maior idade
- 25 página da saúde
- 26 a nossa gente
- 28 património
- 29 receita do mês
- 30 tabela de marés
- 31 farmácias de serviço



www.facebook.com/camaramunicipalilhavo

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 maio de 2013 para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de junho de 2013.

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

Distribuição Gratuita

Reuniões Ordinárias do Executivo

Câmara Municipal de Ílhavo

Pública:

2 de maio (quarta-feira), pelas 15h30

Audição ao público a partir das 17h30

Privada:

15 de maio (quarta-feira), pelas 15h30



A agenda de eventos **Viver em** vem anunciar as ações que se realizam por todo o Município, gesto de partilha e de convite à participação de todos, neste mês que iniciamos com a comemoração do Dia do Trabalhador, em convívio e em honra à tradição, com epicentro no Lugar da Senhora dos Campos.

O “Festival de Teatro” é o acontecimento do mês, percorrendo os quatro cantos do Município de Ílhavo, com a promoção da arte de representar, feita por alguns profissionais e muitos amadores.

No dia 15 a CMI vai fazer a apresentação pública da Política Municipal de Incentivo ao Empreendedorismo, no CIEMar, aposta importante para a dinamização de novas atividades económicas e para a criação de emprego.

A Associação Oceano XXI, gestora do Cluster do Mar realiza no Museu Marítimo de Ílhavo na tarde do dia 6, uma conferência sobre a Estratégia Nacional do Mar, com a presença do Secretário de Estado do Mar, e realiza o “Fórum do Mar 2013” de 29 a 31 na Exponor, em Matosinhos. Sendo Ílhavo o Município que tem “O Mar por Tradição”, estes são momentos importantes para prosseguirmos a nossa aposta na cultura, na economia e no conhecimento do Mar.

Venha VIVER connosco.
Um Bom Mês e Um Abraço,

José Ribau Esteves
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



destaques do mês



Todo o mês

Exposição Máscara Ibérica
Centro Cultural de Ílhavo



4 a 31 de maio

Festival de Teatro
do Município de Ílhavo 2013



11 de maio

Feira da Saúde
Centro Cultural da Gafanha
da Nazaré

13 de maio

Clube da Estrada
EMER – Escola Municipal
de Educação Rodoviária



18 de maio

Dia Internacional dos Museus
Museu Marítimo de Ílhavo



19 de maio

Mega Passeio Pedestre
Concentração no Largo do Farol



25 de maio

Concurso Bandas de Garagem
Centro Cultural da Gafanha
da Nazaré



30 de abril a 1 maio Comemoração do 1.º de maio – Dia do Trabalhador

Dia 30

17h30 | **Jogo de Futebol entre Autarcas e Dirigentes Associativos do Município**

Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré

21h30 | **Baile com o Grupo Ondas**

Dia 1

17.º Festival de Folclore Primavera

12h00 | **Receção dos Ranchos Folclóricos**
(Quartel BVI)

15h30 | **Desfile dos Ranchos Folclóricos**
(concentração junto à Rotunda)

16h00 | **Início do Festival**

Senhora dos Campos

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo, Junta de Freguesia de S. Salvador, A.C.D.R. Senhora dos Campos e Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

Todo o mês

Esmera-te

Atividade gratuita dirigido a todos os Ciclos de Ensino (adaptado).

De segunda a sexta-feira – sessões de 90 minutos.

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



Pack “Viagem à EMER”

Dirigido a todos os Ciclos de Ensino (adaptado) – Estabelecimentos de Ensino dos Distritos de Aveiro, Coimbra e Viseu, no âmbito do Protocolo de Cooperação com o Grupo Comercial Transdev.

De segunda a quinta-feira – sessões de 90 minutos.

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



15h30-17h30 | **Minigolfe na Escola**

Destinado aos alunos que frequentam a Atividade Física e Desportiva/AEC.

Campos de Minigolfe de Ílhavo e da Costa Nova

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



15h30-17h30 | Vela na Escola

Destinado aos Alunos que frequentam o 4.º ano e inscritos na AFD/AEC das Escolas da Encarnação Norte e Sul, Costa Nova, Barra e Gafanha do Carmo. Até 4 de junho.

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo
Apoio: Clube de Vela da Costa Nova e Associação Náutica da Gafanha da Encarnação

1 quarta-feira

18h00 | Ílhavo A.C. – C.D.S. Paio Oleiros
Camp. Nacional de Andebol 2.ª Divisão
Pav. Municipal da Gafanha da Encarnação

1 a 4 quarta-feira a sábado

Comemoração do Dia da Mãe

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

2 a 17 quinta a sexta-feira

15h30-17h30 | Canoagem na Escola

Piscinas Municipais de Ílhavo e Gafanha da Nazaré
Dirigido aos Alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico que frequentam a Atividade Física e Desportiva
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

4 sábado

16h00 | Abertura do Festival de Teatro 2013

“Benilde bZZZoira”

Companhia de Teatro de Marionetas Mandrágora
Centro Cultural da Gafanha da Nazaré
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo
Veja a programação do Festival de Teatro 2013 nas páginas centrais.

22h00 | Festival de Teatro 2013

“Nhaque ou sobre piolhos e atores”

AlbergArte – Teatro de Albergaria
Teatro da Vista Alegre
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

5 domingo

10h00-12h00 | Brincar ao Basquetebol

Programa Municipal Desporto para Todos
Pavilhão Capitão Adriano Nordeste
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo
Parceria: Illiabum Clube



6 segunda-feira

15h00 | Conferência sobre a Estratégia Nacional do Mar

Com a presença do Secretário de Estado do Mar

Auditório do Museu Marítimo de Ílhavo

Org.: Associação Oceano XXI, gestora do Cluster do Mar

8 quarta-feira

18h30 | Aula de Zumba

Programa Municipal Desporto para Todos Ginásio Gimclube

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Parceria: Gimclube

21h30 | Illiabum Clube/IPAM – Leça

Campeonato Nacional de Seniores/ Sub 20 Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

8, 15, 22 e 29 quartas-feiras

10h00-11h00 | Projeto: “O Foral Manuelino de Ílhavo, letra a letra”

Atividade gratuita e sujeita a inscrição.

Público-alvo: Alunos do 3.º Ciclo e Ensino Secundário DocMar (CIEMar-Ílhavo)

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

11 sábado

10h00-18h00 | Feira da Saúde

Venha ver como anda a sua saúde!

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

17h00 | G.D. Beira Ria – A.D.C.S. Jacinto

Camp. Distrital de Futsal 2.ª Divisão

Pav. Municipal da Gafanha do Carmo

21h30 | Festival de Teatro 2013 “Velhos são os Trapos”

GRAL – Grupo Recreativo dos Amigos da Légua

Salão de Festas da Casa de N.ª S.ª da Luz (Légua)

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

22h00 | Noite de Fados com os Fadistas “FormaJá”

Sede do Grupo

Org.: Grupo de Jovens “A Torre”



11 e 12 sábado e domingo

09h00-17h00 | Circuito Regional 2013 –

1.ª Etapa

Surf, Longboard e Bodyboard
Praia da Barra

Org.: Associação de Surf de Aveiro

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Atletismo, no Olímpico Jovem
Distrital, em Aveiro e, Secção de Pesca, no
Campeonato Regional da 1.ª Divisão Indivi-
dual, nas Praias da Barra e da Costa Nova.

12 domingo

10h00 | Basquetebol em família

Programa Municipal Desporto para Todos
Pavilhão EB 2,3 da Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Parceria: G.D.G. – Secção de Basquetebol

17h00 | G.D. Gafanha – U.D. Mansores

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

12, 17, 18 e 19 **A Minha Sinfonia**

Dias 12 e 19 | **18h00**

Dias 17 e 18 | **21h30**

As receitas dos espetáculos revertem a
favor de uma IPSS do Município de Ílhavo.

Entrada: € 1,00

Centro Cultural de Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Nota: os bilhetes do espetáculo estarão disponíveis nas
seguintes datas: Concerto dia 12 – disponíveis
a 7 de maio; Concertos dias 17, 18 e 19 – disponíveis
a 14 de maio

13 segunda-feira

Feira dos 13

Recinto da Feira – Vista Alegre

09h45-11h15/13h45-15h15 |

Clube da Estrada

Comemoração do Dia Mundial do Trânsito
Atividade gratuita e dirigida ao 1.º Ciclo do
Ensino Básico.

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo





15 quarta-feira

17h30 | Apresentação da Política Municipal de Incentivo ao Empreendedorismo

CIEMar-Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

18h30-20h00 | V Serão Seguro – Animação Familiar: outros papéis para a Família”

Atividade gratuita e dirigida exclusivamente às Associações de Pais do Município.

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

18h30 | Aula de Energia Interna e Defesa Pessoal

Programa Municipal Desporto para Todos A.C.D. “Os Ílhavos”

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Parceria: A.C.D. “Os Ílhavos” e AKCV

16 quinta-feira

16h00-17h00 | World Harmony-Peace Run Portugal 2013

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

Org.: Mensagens Positivas, Associação Recreativa e Cultural

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

18 sábado

09h00 | Comemoração do 85.º Aniversário do Agrupamento de Escuteiros 189 – Ílhavo

Porco no espeto e Jogos Tradicionais (Jogo da Malha, Sueca, entre outros)

Atividade de Angariação de Fundos.

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

Org.: Agrupamento 189– Ílhavo

18h00 | Ílhavo A.C. – A.D. Modicus Sandim Camp. Nacional de Andebol 2.ª Divisão Pav. Municipal da Gafanha da Encarnação

20h00 | Noite de Fados

Vista Alegre (Arco do Rio)

Org.: S.C. Vista Alegre com a colaboração do Grupo de Teatro Ribalta



21h30 | Festival de Teatro 2013

“Vai chamar pai a outro”

Associação Cultural da Gafanha do Carmo
Salão Cultural da Gafanha do Carmo
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Trail, no Ultra Trail Serra
de S. Mamede, em Portalegre.

18 e 19 sábado e domingo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Pesca, no Campeonato Nacional
da 2.ª Divisão Individual, na Praia da Carvalhal,
Pego e no Campeonato Nacional da
3.ª Divisão Individual, na Praia da Aguçadora.

19 domingo

10h00 | Mega Passeio Pedestre – Sensibilização e limpeza das nossas praias

Programa Municipal Desporto para Todos
Concentração no Largo do Farol
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

22 quarta-feira

18h30 | Aula de Zumba

Programa Municipal Desporto para Todos
Gimclube
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo
Parceria: Gimclube

24 sexta-feira

21h30 | Festival de Teatro 2013

“Sonho de uma Noite de Verão”

EB 2.3 Gafanha da Encarnação
Salão Cultural da Gafanha da Encarnação
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



25 sábado

09h00-12h30/13h30-17h00 |

EMER em Família

Atividade gratuita.

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

15h30-17h30 | Sábado Divertido Náutico – Orientação e Canoagem

Jogos de orientação e passeio de Kayak
pela Ria

Praia da Barquinha – Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Parceria: CNAI – Clube Natureza e Aventura de Ílhavo

21h30 | Concurso Bandas de Garagem Município de Ílhavo 2013

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,
Secção de Pesca, no Campeonato
Nacional da 2.ª Divisão Individual, na Praia
da Carvalhal, Pego.



25 e 26 sábado e domingo 21.º Grande Prémio de Atletismo Terra Nova

Dia 25

15h00-19h00 | Levantamento de dorsais

**15h00-19h00 | Atividades lúdicas,
insufláveis, modelagem de balões,
pinturas faciais, histórias e muita ...
muita animação!**

18h00 | Caminhada em Família

Dia 26

08h00-09h00 | Levantamento de dorsais

09h00 | Início das provas

Jardim Oudinot

Mais informações em www.terranova.pt

Org.: Cooperativa Cultural e Recreativa

da Gafanha da Nazaré

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



Participação da A.C.D. “Os Ílhavos”,
Secção de Pesca, no Campeonato
Regional da 1.ª Divisão, na Praia de Quiaios
e, Secção de kickboxing, no Campeonato
Nacional de kickboxing, em Anadia.

26 domingo

17h00 | G.D. Gafanha – G.D. Calvão
Camp. Distrital de Futebol 1.ª Divisão
Complexo Desportiva da Gafanha da Nazaré

18h00 | Festival de Teatro 2013 “O Cavalo de Tróia”

Companhia Criadores de Imagens
Teatro de Rua
Largo do Farol, Praia da Barra
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



17h00 | Festival de Ginástica e Dança
Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste
Org.: Grupo de Jovens “A Torre”

28 terça-feira

09h45-11h15/13h45-15h15 | Entre Vizinhos
Comemoração do Dia Europeu
dos Vizinhos

Atividade gratuita e dirigida ao 1.º Ciclo do Ensino Básico.
EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

29 quarta-feira

20h45 | Aula de Ginástica

Programa Municipal Desporto para Todos
Mercado da Gafanha da Nazaré
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo
Parceria: Grupo de Dança “As Pestinhas”

EM JUNHO

Dia 1 a 9 | +ECO 2013/
Semana do Ambiente

Dia 15, 21 e 22 | Marchas Sanjoaninas
do Município de Ílhavo

Dia 16 | Grande Pedalada



Festival
Teatro'13
Município de Ílhavo

SÁB 4 MAIO

16h00 **"Benilde bZZzoira"** *
Companhia de Teatro de Marionetas Mandrágora
Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

21h30 **"Nhaque ou sobre piolhos e atores"**
AlbergArte - Teatro de Albergaria
Teatro da Vista Alegre

7 a 9

MAIO 10h00 e 14h00

"Casa dos Ventos" - projeto de teatro infantil
Companhia de Teatro de Marionetas Mandrágora

Sessão dirigida aos Alunos do Pré-Escolar e 1.º Ciclo do Ensino Básico
da Rede Pública do Município de Ílhavo
Centro Cultural de Ílhavo



Câmara Municipal de **Ílhavo**

SEX 10 MAIO 22h00
"Um conto que se escreve" *
CETA - Círculo Experimental de Teatro de Aveiro
Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

SÁB 11 MAIO 21h30
"Velhos são os Trapos"
GRAL - Grupo Recreativo dos Amigos da Légua
Salão de Festas da Casa de N.ª S.ª da Luz (Légua)

SÁB 18 MAIO 21h30
"Vai chamar pai a outro"
Associação Cultural da Gafanha do Carmo
Salão Cultural da Gafanha do Carmo

SEX 24 MAIO 21h30
"Sonho de uma Noite de Verão"
EB 2/3 Gafanha da Encarnação
Salão Cultural da Gafanha da Encarnação

DOM 26 MAIO 18h00
"O Cavalo de Tróia" - teatro de rua
Companhia Criadores de Imagens
Largo do Farol, Praia da Barra

SEX 31 MAIO 22h00
"André y Dorine" *
Kulunka
36.º FITEI – Festival Internacional de Teatro de Expressão Ibérica
(21h30 Visita guiada à Exposição Máscara Ibérica)
Centro Cultural de Ílhavo

* Bilhetes disponíveis nos Centros Culturais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré
mais informações www.cm-ilhavo.pt

1 quarta-feira

15h00 | Illiabum Clube – Montemor
Torneio Inter-Associações – Sub 18 Fem.
Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

19h00 | Illiabum Clube – Galitos
Camp. de Basquetebol – Sub 16 Fem.
Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

4 sábado

09h00 | S.C. Vista Alegre –
A.D. Requeixo
Camp. Distrital de Futebol – Infantis
Campo Municipal da Vista Alegre

16h00 | S.C. Vista Alegre – NEGE
Camp. Distrital de Futebol – Juniores
Campo Municipal da Vista Alegre

5 domingo

09h00 | G.D. Gafanha – A.A. Avanca
Camp. Distrital de Futebol – Juvenis
Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré

09h00 | S.C. Vista Alegre –
G.D. Águas Boas
Camp. Distrital de Futebol – Juvenis
Campo Municipal da Vista Alegre

09h00 | NEGE – Águas Boas
Camp. Distrital de Futebol – Iniciados
Parque Desportivo da Gafanha da Encarnação

11h00 | Ílhavo A.C. – Estarreja A.C.
Camp. Nacional de Andebol – Iniciados
Pav. Municipal da Gafanha da Encarnação

15h00 | Illiabum Clube – Vagos
Camp. de Basquetebol – Sub 18 B
Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

11 sábado

11h00 | Ílhavo A.C. – Alavarium
Camp. Nacional de Andebol – Juvenis
Pav. Municipal da Gafanha da Encarnação

12 domingo

15h00 | Illiabum Clube – GICA
Camp. de Basquetebol – Sub 18 B
Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste

19 domingo

09h00 | G.D. Gafanha – F.C. Arouca
Camp. Distrital de Futebol – Juvenis
Complexo Desportivo da Gafanha da Nazaré

25 sábado

11h00 | Ílhavo A.C. – Águeda A.C.
Camp. Nacional de Andebol – Juvenis
Pav. Municipal da Gafanha da Encarnação



MUSEU
MARÍTIMO
ÍLHAVO

museu · aquário · investigação

Até **31** sexta-feira

2.º Concurso Modelismo Náutico Museu Marítimo de Ílhavo 2013

Inscrições abertas. Consulte o regulamento em www.museumaritimomcm-ilhavo.pt

17 e 18 sexta-feira e sábado

Seminário “O Trabalho no Mar: Memória e Futuro”

Programa em www.museumaritimomcm-ilhavo.pt
Inscrições abertas (até ao dia 15) e gratuitas para ciemar.mmi@cm-ilhavo.pt com os seguintes dados: nome, profissão, instituição e contactos.

18 sábado

Dia Internacional dos Museus

10h00-20h00 | Dia Aberto – Museu Marítimo de Ílhavo e Navio-Museu Santo André

10h30/16h00 | Há Mar e Mar, há ir e voltar! –

Ateliê de serviço educativo sobre o livro de Ricardo Henriques e André Letria
Inscrições gratuitas pelo 234 329 990 ou museuilhavo@cm-ilhavo.pt · limitado a 30 participantes · 90 min.

14h00-18h00 | Demonstração de Nautimodelismo pela TEAM

18h00 | Sessão Comemorativa

- Inauguração da Exposição “Mares duma Figa” – Coleção de amuletos de Alexis Passechnikoff
- Inauguração da Exposição de Fotografia “Na Ponte – A bordo de um arrastão francês” de Boris Charcossey
- Inauguração da Exposição Temporária de instrumentos náuticos da Sala dos Mares (apoio da Associação dos Amigos do Museu)
- Assinatura de Protocolo de Cooperação entre a Câmara Municipal de Ílhavo/Museu Marítimo de Ílhavo e Associação dos Amigos do Museu

26 domingo

15h00 | Visita especial

“Mergulhador por um dia”

Marcação prévia · entrada: tabela de ingressos do Museu · limitado a 50 pessoas

Horários: MMI e NMSA

Terça a sexta-feira 10h00-18h00

Sábado, domingo e feriados 14h00-18h00

Encerram à segunda-feira.

Tel. 234 329 990

www.museumaritimomcm-ilhavo.pt

FÓRUM DO MAR

29-31
MAIO
2013

Porto - Portugal



DESAFIOS DO MAR 2020

Organização



Exposição de produtos, serviços e
tecnologias



Conferências e workshops sobre
conhecimento e economia do mar



Encontros de negócio
Convidados internacionais

www.forumdomar.exponor.pt





Benilde bZZZoira



centro cultural ílhavo

Todo o mês

exposição temporária

Máscara Ibérica

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

até 25 quinta-feira

exposição temporária

III Exposição Anual da turma de Fotografia/Comunicação da Universidade Sénior da Fundação Prior Sardo

CC Gafanha da Nazaré · entrada gratuita · sala de exposições · para todas as idades · patente até 25 de Maio

1 quarta-feira

música

16h00 | Concerto Dia da Mãe

Filarmónica Gafanhense – Música Velha

Org.: Filarmónica Gafanhense – Música Velha

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

CC Ílhavo · entrada € 2,50 (M/12 anos) gratuito (entre os 3 e os 11 anos) · auditório · M/3

3, 4, 5 e 11

multidisciplinar

21h30 (Dias 3, 4 e 11) 17h00 (Dia 5) |

Escolíadas Glicínias Plaza 2013

Org.: Associação Escolíadas

CC Ílhavo · entrada € 3,00 · auditório · M/3

4 sábado

teatro de marionetas

16h00 | Festival de Teatro 2013

“Benilde bZZZoira”

Companhia de Teatro de Marionetas Madrágora

CC Gafanha da Nazaré · entrada € 3,50 (crianças)

€ 5,00 (adulto) · auditório

indicado para crianças dos 3 aos 6 anos, acompanhadas por adulto(s) · 30 min. · limitado a 120 participantes

7, 8 e 9 terça a quinta-feira

teatro

10h00 e 14h00 |

Festival de Teatro 2013

“Casa dos Ventos”

Companhia de Teatro de Marionetas Madrágora

CC Ílhavo · atividade exclusiva para as Escolas do Município de Ílhavo



10 sexta-feira

teatro

22h00 | Festival de Teatro 2013 “Um conto que se escreve”

CETA – Círculo Experimental de Teatro de Aveiro
CC Gafanha da Nazaré · entrada € 3,00 · auditório · M/12

cinema

21h30 | Hitchcock

De Sacha Gervasi, com Anthony Hopkins, Helen Mirren,
Scarlett Johansson, James D'Arcy
CC Ílhavo · entrada € 3,50 (individual) € 6,00
(ciclo mensal) · 98 min. · M/12

22 quarta-feira

cinema

21h30 | Força Anti-Crime

De Ruben Fleischer, com Ryan Gosling, Emma Stone,
Sean Penn, Josh Brolin, Nick Nolte
CC Ílhavo · entrada € 3,50 (individual) € 6,00
(ciclo mensal) · 122 min. · M/16

25 sábado

música

21h30 | Concurso de Bandas de Garagem Município de Ílhavo 2013

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo
CC Gafanha da Nazaré · entrada € 2,00 · auditório · M/6

31 sexta-feira

teatro

22h00 | Festival de Teatro 2013 “André y Dorine”

Kulunka
36.º FITEI – Festival Internacional de Teatro
de Expressão Ibérica
CC Ílhavo · entrada € 5,50 · auditório · M/12
desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem
até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

EM JUNHO

Dia 15 | JIM, Companhia Paulo Ribeiro

Dia 16 | Sónia e as Profissões

**Dia 20 a 29 | Mostra de Robertos
e Marionetas**

Dia 28 | Cristina Branco



FÓRUM MUNICIPAL
DA JUVENTUDE

Tema do mês

Mar

3 sexta-feira

15h00 | Ateliê Pintura de Conchas

FMJ Ílhavo

Relógio de Sol

15h00 | FMJ Gafanha da Nazaré

17h00 | FMJ Gafanha da Encarnação

17h00 | Dia da Mãe – Ateliê de
Expressão Plástica: Porta-Velas

FMJ Gafanha do Carmo

4 sábado

15h00 | Dia da Mãe –
Ateliê de Expressão Plástica:
Alfinete de Dama

FMJ Gafanha da Encarnação

7 terça-feira

17h00 | O Sol é teu! – Concurso livre de
representação do Sol

FMJ Gafanha do Carmo



8 quarta-feira

Comemoração Dia da Europa –
Puzzle Mapa da Europa

15h00 | FMJ Ílhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

17h00 | FMJ Gafanha da Encarnação

11 sábado

15h00 | Tarde de Culinária –
Biscoitos do Mar

FMJ Gafanha da Encarnação

FMJ Gafanha do Carmo

17 sexta-feira

15h00 | Exposição de Fotografia –
Viagem ao Mundo dos Pescadores

FMJ Ílhavo

17h00 | “Caminho Marítimo” –
Desafios Internáuticos

FMJ Gafanha do Carmo

18 sábado

17h00 | Torneio de Jogos PC

FMJ Gafanha da Encarnação

22 quarta-feira

17h00 | Tarde de Jogos do Mundo

FMJ Gafanha da Encarnação

25 sábado

15h00 | Diário de Bordo

FMJ Gafanha da Encarnação

15h00 | “Palavras de Incentivo” –
Distribuição de Mensagens Positivas

FMJ Gafanha do Carmo



Autores do Mês

Secção Infantojuvenil

Anabela Dias

Secção Adultos

Bernardo Santareno



Quartas-feiras | 18h45

Sábados | 09h45

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

Prémio Camões

Mostra Literária

- Rachel Queiroz (1993)
- João Ubaldo Ribeiro (2008)



“Trinta Por Uma Linha”, Exposição de Originais de Ilustração

Patente de 2 de maio a 29 de junho.
(Visitas para grupos sujeita a marcação prévia)

11 sábado

15h00 | “A origem das espécies reinventada”

Ateliê com a ilustradora Anabela Dias

Destinado a participantes dos 5 aos 13 anos de idade.
Sujeito a inscrição prévia obrigatória.



maio



18 sábado

Um dia ESPECIAL

Comemoração do Dia Internacional da Família

Bebeteca

16h00 | "O livro da família", de Todd Parr
Hora do Conto

Hora do Conto

16h30 | "Depressa, devagar", de Isabel Minhós Martins

Ateliê

17h00 | O meu dia

Bebeteca

16h00 | **Sábados** | Vem brincar e aprender com Os Trapinhos

Dia 4 Brinca com as formas

Dia 11 Vamos ao parque

Dia 25 Brinca com os números

Hora do Conto

17h30 | **Terça a sexta-feira**

16h30 | **Sábados**

Dia 4 "Quando a mãe era pequena", de Joana Cabral

Dia 11 "A sopa de letras", de João Manuel Ribeiro

Dia 25 "O traseiro do rei", de Raquel Saiz

Ateliês de Expressão Literária e Plástica

17h00 | **Sábados**

Dia 4 Uma prenda para a mãe

Dia 11 O chapéu de vogais

Dia 25 Tira-mo, tira-mo!

Horários: BMI terça a sexta-feira 10h00-12h30/14h00-18h30 e sábado 14h00-18h00; PLGN segunda-feira 14h00-18h00 e terça a sexta-feira 10h00-12h30/14h00-18h30; PLGE e PLGC terça a sexta-feira 15h00-20h00 e sábado 10h00-13h00/14h30-18h30.



FÓRUM MUNICIPAL MAIOR IDADE

Atendimento

Segundas-feiras

09h30-12h30/14h30-18h00

Todo o mês

Exposição “O Mar e a Primavera”

3 sexta-feira

14h30-16h30 | Ação de sensibilização:
“Alzheimer – cuidados e famílias”

(responsabilidade do Associação de Solidariedade Social da Gafanha do Carmo)

Inscrições gratuitas! Informe-se na CMI ou no Fórum Municipal da Maior Idade.

10 sexta-feira

15h00-17h00 | Tarde de cinema

24 sexta-feira

15h00-17h00 | Tarde animada com Karaoke

31 sexta-feira

15h00-17h00 | Chá dançante

Informe-se e inscreva-se nas atividades que se realizam neste seu novo espaço Municipal.

Apareça. Contamos consigo!

Informações:

Tel.: 234 085 479

Rua D. Fernando, Gafanha da Nazaré

(Antigo Jardim de Infância da Cale da Vila)

Entidades Parceiras:

Câmara Municipal de Ílhavo, Junta de Freguesia da Gafanha da Nazaré, Obra da Providência, Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Nazaré, Fundação Prior Sardo, Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo, Associação dos Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação, Associação de Solidariedade Social da Gafanha do Carmo e Associação Aquém Renasce.

Alimente-se bem no local de trabalho!

Quem pretende manter-se saudável ou mesmo perder um pouco de peso tem de ter especial atenção com a sua alimentação durante todo o dia, inclusive no local de trabalho, que muitas vezes se encontra cheio de tentações alimentares. A máquina dos bolos ou dos cafés, os biscoitos do colega do lado, os rebuçados da sala de reuniões e o pacote de bolachas dentro da gaveta são alimentos que deve evitar. Deixo para isso algumas dicas:

- Se mantiver estes alimentos longe da vista não se vai sentir tão tentado a consumi-los.
- Evite ter trocos à mão, assim terá sempre uma desculpa para não ir à máquina dos bolos ou dos cafés.
- Habitue-se a tomar o café ou chá sem açúcar. Se tomar mais que um café por dia vai poupar imenso nas calorias consumidas.
- Faça refeições mais ligeiras e alimente-se no máximo de 3 em 3h, de preferência com um horário fixo.
- Planeie as refeições e adira à moda da marmitta, vai poupar dinheiro e calorias.
- Leve lanches saudáveis para o trabalho, como iogurtes, cereais pouco açucarados, fruta, sandes, pão simples,

frutos secos ou leite, dependendo das condições de armazenamento que tiver ao seu dispor, e tenha sempre um extra saudável na sua gaveta para o caso de não ficar saciado em alguma refeição.

- Não leve alimentos que possa considerar como guloseimas para que não passe o dia a pensar nesse alimento.
- Conheça restaurantes com opções saudáveis perto do seu local de trabalho. Assim tem sempre onde almoçar quando se esquecer de levar a marmitta ou quando tiver algum almoço de trabalho.
- Tenha uma garrafa de água junto de si e vá bebendo ao longo do dia para se manter bem hidratado.
- Aprenda a recusar sempre que lhe oferecerem alguma guloseima ou snack.
- Em ocasiões especiais pode sempre comer uma guloseima, mas lembre-se que nem todos os dias são dias de festa!

ACeS Baixo Vouga

Unidade de Saúde Pública/
Centro de Saúde de Ilhavo



Maria Vitorina Matias de Azevedo

Neste mês de maio, em que o Agrupamento de Escuteiros 189 – Ílhavo leva a efeito uma ação de Comemoração do seu 85.º aniversário e a Câmara Municipal de Ílhavo está a organizar a +ECO/Semana de Ambiente, que terá início no dia 1 de junho, dedicamos a rubrica “a nossa gente” a Maria Vitorina Azevedo, Chefe Adjunta do referido Agrupamento.

Filha de um dos fundadores do Agrupamento 189, Manuel Soares Azevedo, a Chefe Vitorina, assim conhecida em todo o meio escutista, nasceu a 2 de maio de 1942. Natural de S. Salvador, Ílhavo, iniciou os seus estudos na Escola Primária n.º 1 na Rua Ferreira Gordo, de onde seguiu para o Liceu Nacional de Aveiro, atual Escola Secundária José Estêvão, onde permaneceu até ao 6.º ano, altura em que o seu pai adoeceu e se viu obrigada a interromper os estudos para ajudar a mãe no negócio da família, a casa de móveis “Mobiladora Ilhavense”.

Ultrapassada a doença do pai, a Chefe Vitorina entrou no Colégio da Nossa Senhora da Assunção, em Famalicão, onde concluiu os 6.º e 7.º anos. Apresentou provas no Liceu Nacional Infanta D. Maria para ingressar na Universidade de Coimbra para estudar Ciências Biológicas. Concluída a licenciatura em 1968, a Chefe Vitorina iniciou a sua vida profissional a lecionar na EICA – Escola Industrial e Comercial de Aveiro, atual Escola Secundária Mário Sacramento. No ano seguinte concorreu a nível nacional e foi colocada na Escola Preparatória João Grave, Vagos, onde deu aulas de Ciências da Natureza e Matemática durante cinco anos. No ano letivo 1974-1975 realizou o estágio no 4.º grupo do Ciclo Preparatório na Escola Martim de Freitas, em Coimbra. Voltou a concorrer a nível nacional e foi colocada, em nomeação definitiva, na Escola Preparatória de Ílhavo, que funcionava no antigo Externato de Ílhavo. Com a abertura da EB 2.3 Ferreira Pinto Basto, em 1999, passou aí a lecionar Ciências da Natureza até se aposentar em 2004, deixando

para trás 36 anos de dedicação da sua vida à instrução, cultura e educação dos alunos ao longo de várias gerações, que lhe valeu um Louvor atribuído pelo Conselho Executivo do Agrupamento de Escolas de Ílhavo.

Desde sempre ligada ao meio escutista, a Chefe Vitorina fez a sua promessa de Dirigente a 27 de julho de 1969, iniciando o seu trabalho com a Alcateia (Crianças dos 6 aos 10 anos). Dois anos depois entrou na Equipa de Formação de Dirigentes da Alcateia da Região de Aveiro. Exerceu cargos a nível regional, como Chefe Regional Adjunta, Secretária Regional Pedagógica e Secretária Regional de Formação de Adultos. Em 1984, recebeu a Cruz de Mérito pelo seu alto sentido de servir, dedicação e espírito de sacrifício dispensados em prol do Corpo Nacional de Escutas (CNE). Em 1985 concluiu o Curso de Formadores Adjuntos (CAF) e, em 1992, o Curso de Diretores de Formação (CDF), passando a pertencer ao Quadro Nacional de Formadores do CNE. Colaborou na reformulação dos programas educativos que o CNE foi implementando ao longo do tempo e participou num Acampamento Mundial (Jamboree) na Noruega (1975), em cinco Acampamentos Nacionais (ACANAC) e em dezenas de Acampamentos Regionais, de Agrupamento e de Alcateia.

Após cinco anos como Chefe do Agrupamento (1991-1996), a Chefe Vitorina passou a ocupar o cargo de Chefe-Adjunta do Agrupamento 189 que mantém nos dias de hoje, sendo reconhecido o seu trabalho ao serviço da Comunidade, através da associação escutista e da sua forte ligação à Paróquia de Ílhavo, onde exerce o serviço de Secretária do Conselho Pastoral desde 1977.

Em 2010 foi agraciada com o Colar de Nuno Álvares, a mais alta condecoração do escutismo português, pela sabedoria, humildade e afabilidade que tanto caracterizam esta ilhavense no seu lema de vida: “Escuteiro um dia, Escuteiro para sempre”.



Identificador de Estrelas

Navegar pressupõe o recurso a diferentes instrumentos que, ao longo da história, têm vindo a ser criados para auxiliar as viagens em alto mar e levar a bom porto os navios que atravessam os oceanos. Entre os instrumentos de navegação astronómica encontra-se o Identificador de Estrelas. Este objeto, designado por “Starfinder and Identifier N° 2102 D”, é o mais utilizado por navegadores para a identificação de estrelas mas também por simples curiosos que, em terra, as queiram observar.

Produzido pelo Navy Hydrographic Office, este instrumento permite a determinação da altura aproximada e do azimute das 57 estrelas referidas no Almanaque Náutico, num determinado tempo e local. Composto por vários elementos, o principal é um disco base, com um pino ao centro, onde se encontram impressas, em cada um dos lados relativos aos Hemisférios Norte e Sul, as 57 estrelas. Ao centro a representação do Pólo Celeste. À volta, existe uma escala de 0° a 360°, com início no ponto Aries. Além deste, existem ainda mais nove discos transparentes, cada um para uma dada latitude, que se colocam sobre o hemisfério que pretendemos analisar. Estes discos são compostos por várias linhas que marcam o horizonte visível, o azimute e a altura das estrelas. Existe um para cada 10° de latitude, Norte ou Sul, de 5° até 85°. A posição de uma estrela em relação às outras é distorcida, por estarem numa projeção polar azimutal equidistante, e por isso a sua representação nestes discos não corresponde à imagem real no céu.

Doado pelo Capitão Alberto Pauzeiro, em 1998, esta peça pertence às coleções do Museu Marítimo de Ílhavo.



Canja de bacalhau com erva peixeira

Ingredientes

- Azeite q.b.
- 5 dentes de alho
- Erva peixeira q.b.
- 3 postas altas de bacalhau demolhadas
- 2,5 litros de água
- 120 g cuscuz
- Sal marinho q.b.
- 24 ovos de codorniz

Preparação

Aqueça uma panela e junte o azeite. Esmague os dentes de alho, pique-os e refogue no azeite com alguns raminhos grosseiramente picados de erva peixeira. Junte o bacalhau e cozinhe durante aproximadamente 2 minutos. Junte a água e deixe ferver durante aproximadamente 7 minutos.

Retire o bacalhau, deixe-o arrefecer um pouco e lasque-o, rejeitando as espinhas e peles. Junte os cuscuz, tempere com sal marinho e cozinhe durante 2 minutos. Abra os ovos de codorniz e junte à canja. Mexa com a colher durante aproximadamente 2 minutos, junte o bacalhau lascado.

Retifique temperos e junte a erva peixeira.

Decore com azeite e erva peixeira picada e rodela de chalota confitadas.

Chalotas confitadas

- 6 chalotas
- 2,5 dl de azeite

Descasque as chalotas e lamine-as finamente.

Aqueça um tachinho com azeite e junte as chalotas laminadas até ficarem translúcidas.



		PREIA-MAR				BAIXA-MAR			
		MANHÃ		TARDE		MANHÃ		TARDE	
		Hora	Altura	Hora	Altura	Hora	Altura	Hora	Altura
1	Qua.	07h21	2.9	19h48	3.0	00h43	0.9	13h05	1.1
2		08h33	2.8	21h02	2.9	01h52	1.0	14h20	1.2
3	Sex.	09h52	2.7	22h18	2.9	03h11	1.1	15h42	1.3
4	Sáb.	11h04	2.8	23h26	3.0	04h27	1.1	16h55	1.2
5	Dom.	–	–	12h05	2.9	05h32	1.1	17h55	1.1
6	Seg.	00h24	3.0	12h55	3.0	06h24	1.0	18h46	1.0
7	Ter.	01h13	3.1	13h39	3.1	07h08	0.9	19h29	0.9
8	Qua.	01h57	3.1	14h19	3.2	07h47	0.9	20h08	0.8
9	Qui.	02h36	3.2	14h55	3.2	08h22	0.8	20h44	0.8
10		03h12	3.1	15h29	3.2	08h55	0.8	21h19	0.8
11	Sáb.	03h46	3.1	16h01	3.2	09h28	0.8	21h54	0.8
12	Dom.	04h19	3.0	16h33	3.1	10h01	0.9	22h29	0.9
13	Seg.	04h52	3.0	17h06	3.1	10h35	1.0	23h06	1.0
14	Ter.	05h27	2.9	17h41	3.0	11h10	1.1	23h45	1.1
15	Qua.	06h05	2.8	18h21	2.9	11h50	1.2	–	–
16	Qui.	06h50	2.7	19h08	2.8	00h30	1.2	12h37	1.3
17	Sex.	07h45	2.6	20h02	2.7	01h24	1.3	13h36	1.4
18		08h54	2.5	21h14	1.7	02h28	1.3	14h46	1.5
19	Dom.	10h06	2.6	22h25	2.7	03h35	1.3	15h56	1.4
20	Seg.	11h09	2.7	23h27	2.8	04h37	1.2	16h57	1.3
21	Ter.	–	–	12h03	2.9	05h31	1.1	17h52	1.1
22	Qua.	00h22	3.0	12h52	3.0	06h21	0.9	18h42	0.9
23	Qui.	01h13	3.1	13h39	3.2	07h07	0.8	19h30	0.7
24	Sex.	02h03	3.3	14h26	3.4	07h53	0.6	20h18	0.5
25		02h51	3.4	15h13	3.5	08h38	0.5	21h05	0.4
26	Dom.	03h40	3.4	16h01	3.5	09h24	0.5	21h53	0.4
27	Seg.	04h29	3.4	16h50	3.5	10h11	0.6	22h43	0.5
28	Ter.	05h19	3.3	17h40	3.4	11h00	0.7	23h35	0.6
29	Qua.	06h11	3.2	18h34	3.3	11h52	0.8	–	–
30	Qui.	07h08	3.0	19h32	3.2	00h31	0.8	12h50	1.0
31		08h11	2.9	20h37	3.0	01h32	0.9	13h55	1.1

Dom.		05 D. Gomes	12 Branco Senos *	19 Moderna	26 Santos
Seg.		06 Morais Santos *	13 D. Gomes	20 Branco Senos *	27 Moderna
Ter.		07 A. Castro Moderna *	14 Morais Santos *	21 D. Gomes	28 Branco Senos *
Qua.	01 Ribau D. Gomes *	08 Senos	15 A. Castro Moderna *	22 Morais Santos *	29 D. Gomes
Qui.	02 Santos	09 Ribau D. Gomes *	16 Senos	23 A. Castro Moderna *	30 Morais Santos *
Sex.	03 Moderna	10 Santos	17 Ribau D. Gomes *	24 Senos	31 A. Castro Moderna *
Sáb	04 Branco Senos *	11 Moderna	18 Santos	25 Ribau D. Gomes *	

* 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 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





o mar por tradição

Autorizado a circular
em invólucro plástico fechado
de 00522005 DCN

DM



TAXA PAGA
PORTUGAL
CONTRATO 530 840

VIVER
em mai'13

Av. 25 de Abril
3830-044 ILHAVO