

viver

em set'13





www.cm-ilhavo.pt



www.facebook.com/camaramunicipalilhavo

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 5 agenda
- 12 cc Ílhavo e cc Gafanha da Nazaré
- 15 museu marítimo de Ílhavo
- 18 fórum municipal da juventude
- 20 biblioteca municipal de Ílhavo
- 22 fórum municipal da maior idade
- 23 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 2013 para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de outubro de 2013.

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

Distribuição Gratuita



VIVER em, a agenda de eventos do Município de Ílhavo, junta-se ao convívio de todos, anunciando as atividades deste mês de setembro e convidando-o(a) a dar vida a cada uma dessas ações.

Em setembro, vivemos os últimos dias do Verão e recebemos o Outono com as suas novas cores. As Festas Religiosas marcam de forma muito expressiva o calendário.

A Comunidade Educativa inicia um novo ano letivo, ficando para todos o nosso desejo de bom trabalho e sucesso.

Em destaque vai estar a edição 2013 da Maior Idade/Viver Solidário (de 9 a 15), um gesto de homenagem e de agradecimento a todos os Nossos Maiores, com um programa recheado de momentos de convívio à volta do passeio, da música, da cultura, da tradição, do debate sobre as questões sociais e o apoio aos mais velhos.

A inauguração do Relvado Sintético do Campo Municipal da Vista Alegre, com um jogo de futebol entre a Equipa CMI e as Velhas Glórias do SCVista Alegre (o "Talé"), vai animar a noite de sexta 6.

A Biblioteca Municipal de Ílhavo comemora os seus oito anos de vida no dia 11 de Setembro, registando um crescimento sustentado e cumprindo uma importante função cultural e social.

No domingo dia 29 de setembro realizam-se as Eleições Autárquicas, às quais todos devemos dar atenção e participar em nome da construção do futuro do Município de Ílhavo e de cada uma das suas quatro Freguesias.

Venha VIVER connosco.

Um Bom Mês e o nosso Abraço,

José Ribau Esteves

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



destaques do mês



6 de setembro

Inauguração do Relvado Sintético no Campo de Futebol da Vista Alegre
Campo de Futebol da Vista Alegre

6 e 7 de setembro

LanParty – Aniversário da renovação do Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo
FMJ Ílhavo

9 de setembro

Seminário “Repensar o Envelhecimento II”
Sala de Conferências do Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

11 de setembro

Recordar com Música – Aniversário da renovação do Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo



13 de setembro

III Jantar Literário com a presença do escritor Nuno Camarneiro (Prémio Leya 2012)
Biblioteca Municipal de Ílhavo

15 de setembro

Festa da Maior Idade
Jardim Oudinot,
Gafanha da Nazaré



20 de setembro

Morreste-me,
com Sandra Barata Belo
CC Gafanha da Nazaré



21 de setembro

GNR
Centro Cultural de Ílhavo

21 de setembro

Ação de sensibilização:
"Cuidados com a Doença de Alzheimer"
(Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer)
Fórum Municipal da Maior Idade



30 de agosto a **2** de setembro

Festas em Honra do Senhor Jesus dos Navegantes

1 domingo

Todo o dia | Feira de Artesanato no Jardim Henriqueta Maia

09h00 | Salva de 21 tiros

09h00 | Arruada pelas ruas da Cidade de Ílhavo para recolha dos ramos da mordomia, com a Banda dos BVI-Música Nova

11h00 | Missa em Honra do Senhor Jesus dos Navegantes

17h00 | Solene procissão e bênção das atividades marítimas no lugar da Malhada, com a Banda dos BVI-Música Nova, Banda Filarmónica Gafanhense e Fanfarra da Costa do Valado

22h00 | Arraial com Grupo Musical RX no Largo do Bispo

00h00 | Espetáculo piro musical no Jardim Henriqueta Maia

2 segunda-feira

Todo o dia | Feira de Artesanato no Jardim Henriqueta Maia

16h00 | Início das argolinhas

19h00 | Missa dos marinheiros falecidos

21h00 | Espetáculo de Fados no Jardim Henriqueta Maia

Org.: Comissão de Festas do Senhor Jesus dos Navegantes

6 sexta-feira

Inauguração do Relvado Sintético no Campo de Futebol da Vista Alegre

21h00 | Jogo de Futebol entre a Equipa CMI e Ex-Atletas do Sporting Clube da Vista Alegre

21h45 | Inauguração do Relvado Sintético no Campo Municipal da Vista Alegre

22h45 | Animação musical

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo e S.C. Vista Alegre



8 domingo

Participação da A.C.D. “Os Ílhavos”, Secção de Pesca, no 7.º Open de Pesca Desportiva de Mar – A Robaleira, na Praia de Quiaios.

9 segunda-feira

09h00 | Seminário

“Repensar o Envelhecimento II”

Sala de Conferências do Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

MAJOR 2013
IDADE
100+50

14h00-18h30 | Feira/Exposição

“Viver Solidário”

14h00 | 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. Animação diária a cargo das entidades participantes.

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR 2013
IDADE
100+50

16h30 | Baile na Discoteca

Discoteca Estação da Luz

MAJOR 2013
IDADE
100+50

19h00 | Universidade Sénior

Fundação Prior Sardo

Abertura do Ano Lectivo 2013/2014

21h30 | Inauguração

da exposição de fotografia Universidade Sénior Fundação Prior Sardo

Centro Cultural de Ílhavo

MAJOR 2013
IDADE
100+50

MAJOR 2013
IDADE
100+50

10 terça-feira

Todo o dia | Visita Cultural Óbidos e Lisboa

Todo o dia | Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade do Município de Ílhavo

14h00-18h30 | Feira/Exposição

“Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR 2013
IDADE
100+50

MAJOR 2013
IDADE
100+50

MAJOR 2013
IDADE
100+50

11 quarta-feira

Todo o dia | Grande Arraial Minhoto na Quinta de Santinho (Barcelos/Ponte da Barca e Viana do Castelo)

MAJOR 2013
IDADE
100+50



Todo o dia | Baús de Sabedoria
Lares de Terceira Idade do Município de Ílhavo

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

14h00-18h30 | Feira/Exposição
“Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

12 quinta-feira

Todo o dia | Baús de Sabedoria
Lares de Terceira Idade do Município de Ílhavo

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

14h00-18h30 | Feira/Exposição
“Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

15h00 | Matiné de Cinema
“Aniki-Bóbó” de Manoel de Oliveira

Centro Cultural de Ílhavo

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

13 sexta-feira

Feira dos 13
Recinto da Feira – Vista Alegre

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

Todo o dia | “Re-viver, construindo”
Acção para antigos funcionários camarários

10h00 | Movimento Maior
em acção

Aulas de Exercícios de Manutenção
e Boccia

Parque Geriátrico – Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

14h00-18h00 | Tarde de Mitos
& Crendices

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

14h00-18h30 | Feira/Exposição
“Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

14 sábado

10h00-12h30 e 13h30/18h00 |
Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

15h00-17h30 | “Encontro Avós e Netos”

Com animação variada
Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

MAJOR²⁰¹³
IDADE
100% SOLIDÁRIO

21h00 | IV Sarau Maioridade
Centro Cultural de Ílhavo



15 domingo

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

MAJOR 2013
IDADE
100% SOLIDÁRIO

16h30 | Procissão em honra de N.ª Sr.ª dos Navegantes no Forte da Barra e celebração da Santa Missa

MAJOR 2013
IDADE
100% SOLIDÁRIO

17h30 | Actuação da Banda Filarmónica Gafanhense

MAJOR 2013
IDADE
100% SOLIDÁRIO

MAJOR 2013
IDADE
100% SOLIDÁRIO

18h30 | Início do Festival de Folclore
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

21 e 22 sábado e domingo

Participação da A.C.D. "Os Ílhavos", Secção de Pesca, no Campeonato Nacional Individual da 2.ª Divisão, na Praia do Carvalhal.

09h00-18h00 | 1.º Torneio SCVA de Infantis A e B

Campo Municipal da Vista Alegre
Org.: Sporting Clube da Vista Alegre

28 sábado

Participação da A.C.D. "Os Ílhavos", Secção de Trail, no Trail Serra de Arga, em Caminha.

29 domingo

Eleições Autárquicas 2013

Durante a Semana Maioridade/Viver Solidário 2013, 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.

LAN PARTY

Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo
2013

6 E 7 SETEMBRO

- » Torneio Guitar Hero
- » Torneio PES
- » Torneio Wii Just Dance
- » Torneio Half Life
- » Torneio Matraquilhos
- » Torneio LOL

E Muito Mais!!!



Câmara Municipal de **Ílhavo**

INSCRIÇÕES

Fórum Municipal da Juventude
www.cm-ilhavo.pt



MAIORIDADE 2013

VIVER SOLIDÁRIO

9 A 15 DE SETEMBRO

Durante a Semana Maioridade/Viver Solidário 2013, 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 09 SETEMBRO

09H00 Seminário
"Repensar
o Envelhecimento II"

Sala de Conferências do
Centro Cultural
da Gafanha da Nazaré

14H00~18H30 Feira/Exposição
"Viver Solidário"

Abertura da Feira 14H00

Com os trabalhos desenvolvidos pelas várias IPSS do Município de Ílhavo e dos Espaços Maioridade, com possibilidade de venda de artigos produzidos pelas Instituições. Animação diária a cargo das entidades participantes.

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

16H30

Baile na Discoteca

Discoteca Estação da Luz

19H00

**Universidade Sénior
Fundação Prior Sardo**

Abertura do Ano Letivo 2013/2014

21H30 Inauguração
**Exposição de fotografia
Universidade Sénior
Fundação Prior Sardo**

Centro Cultural de Ílhavo

ter 10 SETEMBRO

TODO O DIA

Visita a **Óbidos e Lisboa**

TODO O DIA

Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade
do Município

14H00~18H30 Feira/Exposição
"Viver Solidário"

Jardim Henriqueta Maia
(Ílhavo)

qua 11 SETEMBRO

TODO O DIA

Grande Arraial Minhoto na Quinta de Santoinho

(Barcelos/Ponte da Barca
e Viana do Castelo)

TODO O DIA

Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade
do Município

14H00~18H30 Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia
(Ílhavo)

sáb 14 SETEMBRO

10H00~12H30 | 13H30~18H00

Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia
(Ílhavo)

15H00~17H30

“Encontro Avós e Netos”

Com animação variada

Jardim Henriqueta Maia
(Ílhavo)

21H00

IV Sarau Maioridade

Centro Cultural de Ílhavo

qui 12 SETEMBRO

TODO O DIA

Baús de Sabedoria

Lares de Terceira Idade
do Município

14H00~18H30 Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia
(Ílhavo)

15H00 **Matiné de Cinema**

“Aniki - Bóbó” de Manoel de Oliveira

Centro Cultural de Ílhavo

dom 15 SETEMBRO

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

Proissão 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

sex 13 SETEMBRO

TODO O DIA

“Re-viver, construindo”

ação para antigos funcionários camarários

10H00

Movimento Maior em acção

Aulas de Exercícios
de Manutenção e Boccia

Parque Geriátrico - Jardim Oudinot,
Gafanha da Nazaré

14H00~18H00

Tarde de Mitos & Crendices

Jardim Henriqueta Maia (Ílhavo)

14H00~18H30 Feira/Exposição “Viver Solidário”

Jardim Henriqueta Maia
(Ílhavo)



Câmara Municipal de **Ílhavo**



GURU



centro cultural ílhavo

6 sexta-feira

teatro

22h00 | GURU, com Rui Unas, Heitor Lourenço, Custódia Gallego e Susana Mendes

CC Ílhavo · entrada € 11,00 · auditório · M/ 12 anos
Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

8 domingo

teatro para bebés

10h00-11h00 | Nana Nana

CC Ílhavo · entrada € 3,50 (crianças) € 5,00 (adulto) · auditório · indicado para bebés e crianças até aos 6 anos, acompanhadas por adulto(s) · 30 min. · limitado a 30 participantes

cinema

21h30 | Homem de Aço

De Zack Snyder, com Henry Cavill, Amy Adams, Diane Lane, Russell Crowe, Michael Shannon, Kevin Costner
CC Ílhavo · entrada € 6,00 (ciclo mensal) € 3,50 (individual) · 148 min. · M/12

13 sexta-feira

música

22h00 | Concerto de Solidariedade “Movidos por Paixões” com os artistas Darko e Emmy Curl

O valor da bilheteira reverte a favor do projeto Esperança – Evacuação de Crianças doentes da Guiné Bissau para tratamento médico/cirúrgico em Portugal/ Missão Saúde para a Humanidade
Org.: Missão Saúde para a Humanidade
CC Ílhavo · entrada € 10,00

Desc.: 20% até aos 17 anos e sénior + 65 anos



14 sábado

oficina de criação de histórias

16h00 | Noveloteca

CC Ílhavo · entrada € 7,00 (par) € 3,50 (par c/ sénior + 65anos) · auditório · indicado para Avós e Netos (com mais de 5 anos) · limitado a 16 pares

Oferta de convite para o espetáculo

Tempo do Corpo

16 a 27 segunda a sexta-feira

Workshop de dança

Tempo do Corpo

CC Ílhavo · participação gratuita · opção no horário das 9h30 às 12h30 ou das 15h00 às 18h00 · indicado para maiores de 55 anos · limitado a 20 participantes

Oferta, a todos os participantes, de dois bilhetes e 20 % de desconto em bilhetes adquiridos para o espetáculo Tempo do Corpo

MAJOR²⁰¹³
IDADE
MELHOR ANIMADOR

20 e 21 sexta-feira e sábado

CAPhoto Formação –
Fotografia de Espetáculo

Formação de fotografia com

Ana de Jesus Ribeiro

Informação em www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

CC Gafanha da Nazaré (dia 20) e Ílhavo (21) · € 50,00

(2 dias) · € 30,00 (1 dia) · Inscrições até 19 de setembro

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até

17 anos e cartão jovem municipal (20%)

NOTA: No preço de inscrição estão incluídos dois ingressos de oferta para os espetáculos “Morreste-me” e/ou GNR

20 sexta-feira

teatro

22h00 | Morreste-me,

com Sandra Barata Belo

de José Luís Peixoto e música de António Zambujo

CC Gafanha da Nazaré · entrada € 5,50 · auditório · M/ 16 anos

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até

17 anos e cartão jovem municipal (20%)



GNR – Afectivamente

21 sábado

música

22h00 | GNR

Afectivamente

CC Ilhavo · entrada € 11,00 · auditório · M/6 anos

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até

17 anos e cartão jovem municipal (20%)

22 domingo

cinema

21h30 | **EPIC – O reino secreto**

De Chris Wedge, Tom J. Astle, vozes de António Vaz Mendes, Fernando Alvim, Ivo Bastos, Jorge Mota (I), Pedro Mendonça, Ricardo Sá, Rui Oliveira, Rui Reininho

CC Ilhavo · entrada € 6,00 (ciclo mensal) € 3,50

(individual) · 100 min. · M/6

28 sábado

dança

21h30 | **Tempo do Corpo**

CC Ilhavo · entrada € 3,50 · auditório · M/3 anos

Desconto especial de 50% para todos os maiores de 65 anos.

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



ilhavo.bilheteiraonline.pt;

www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

www.facebook.com/centroculturalilhavo;

Tel.: **CCI** 234 397 260 | **CCGN** 234 397 263

setembro

museu marítimo de ilhavo



museu • aquário • investigação

Mais informações pelo telefone 234 329 990,
e-mail museuilhavo@cm-ilhavo.pt ou
www.museumaritimo.cm-ilhavo.pt

Horários: MMI e NMSA

Terça a sexta-feira 10h00-18h00
Sábados e feriados 14h00-18h00
Encerram à segunda-feira.

Todo o mês

Exposições Temporárias

- "Cápsula do Tempo – Memória da Grande Pesca"
- "New Found Land" – Exposição de Luís Monteiro

Entrada gratuita

21 sábado

09h30-17h30 | Encontro de Verão do Núcleo de Oralidade, Memória e Esquecimento do MINOM

Inscrição até 17 de Setembro – Entrada gratuita

22 domingo

15h00 | Visita especial

"Mergulhador por um dia"

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



Fundo Municipal de Apoio a Famílias e Indivíduos Carenciados

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

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 (Maioridade)
- » Natação Terapêutica
- » Natação Adaptada
- » Regime Livre
- » Natação para grupos (jardins de infância e atl's)
- » Classes mistas com Ténis e Minigolfe

INÍCIO DA ÉPOCA DESPORTIVA

2 de setembro 2013



Câmara Municipal de **Ílhavo**

Piscinas Municipais
Ílhavo | Tel. 234 329 607
Gafanha da Nazaré | Tel. 234 363 080
www.cm-ilhavo.pt
piscinasmunicipais@cm-ilhavo.pt



**FÓRUM MUNICIPAL
DA JUVENTUDE**

VIAGEM

Tema do mês Setembro
Terra à Vista!

4 quarta-feira

17h00 | “Livro de Viagem” –
Ateliê de Expressão Plástica –
Marcador

FMJ Gafanha da Encarnação e FMJ Gafanha do Carmo

6 sexta-feira e **7** sábado

LanParty 2013

FMJ Ílhavo

11 quarta-feira

15h00 | “Bússola” –
Ateliê de Expressão Plástica

FMJ Gafanha do Carmo

17h00 | Aniversário do Fórum Municipal
da Juventude de Ílhavo (renovado) –
Recordar com Música

FMJ Ílhavo



13 sexta-feira

15h00 | “Decora o teu Caderno” –
Ateliê de Expressão Plástica
FMJ Ílhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

14 sábado

15h00 | “Terra à vista” –
Jogo de Tabuleiro
FMJ Gafanha do Carmo

18 quarta-feira

Quiz didático sobre Descobrimentos –
Recordar Descobrimentos
15h00 | FMJ Ílhavo e FMJ Gafanha da Nazaré
17h00 | FMJ Gafanha da Encarnação
e FMJ Gafanha do Carmo

21 sábado

15h00 | “Especiarias e outros alimentos
trazidos dos descobrimentos” –
Ateliê de Expressão Plástica – Moldura
FMJ Gafanha da Encarnação

25 quarta-feira

15h00 | Jogo da Glória “A Viagem”
FMJ Ílhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

17h00 | Tarde de Jogos do Mundo
FMJ Gafanha da Encarnação

27 sexta-feira

Diário de Bordo
Todos os FMJ

28 sábado

15h00 | “O Mar e a Terra” –
Ateliê de Expressão Plástica –
Quadro mosaicos EVA
FMJ Gafanha do Carmo



Biblioteca Municipal de Ilhavo

Autor do Mês

Secção Infantojuvenil

João Vaz de Carvalho

Secção Adultos

Nuno Camarneiro



Quartas-feiras | 18h45

Sábados | 09h45

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

Prémio Camões

Mostra Literária

- Pepetela (1997)
- Agustina Bessa-Luís (2004)

8.º Aniversário da Biblioteca Municipal

Todo o mês | 8 histórias para recordar e muitas mais para contar...

Exposição bibliográfica

Exposição de trabalhos resultantes de atividades da BMI
Exposição fotográfica

5 a 25 quarta a quarta-feira Feira do Livro

Poderá adquirir bons livros a preços convidativos.

11 quarta-feira

"O carnaval dos animais"

16h00 | Hora do Conto e Ateliê: "O carnaval dos animais" de José Antonio Abad Varela

17h00 | Inauguração da exposição dos originais da ilustração:

"O carnaval dos animais", de João Vaz de Carvalho, conversa e sessão de autógrafos com o ilustrador.

Exposição patente até 16 de novembro.



13 sexta-feira

20h00 | III Jantar Literário com a presença do escritor Nuno Camarneiro (Vencedor do Prémio Leya 2012)

Inscrições no local até 11 de setembro.

Bebeteca

Sábados | 16h00

- Dia 7** "A grande birra do Quico" de Xavier Deneux
- Dia 14** "Brinca com as horas"
- Dia 21** "Quico escondido" de Xavier Deneux
- Dia 28** De quem é o botão

Hora do Conto

Terça a sexta-feira | 17h30

Sábados | 16h30

- Dia 7** "Ernesto bom-dia", de José Campanari
- Dia 14** "Pequerruchos" de Mar Pavón
- Dia 21** "A história da bicicleta verde", de Úrsula Wölfel
- Dia 28** "O dia em que a mamã ficou com cara de chaleira" de Raquel Saiz

Ateliês de Expressão Plástica

Sábados | 17h00

- Dia 7** Ateliê surpresa
- Dia 14** Mamã Pimpona
- Dia 21** A minha bicicleta
- Dia 28** Ilustrar em 3D

Horários

BMI terça a sexta-feira 10h00-12h30/14h00-18h30 e sábado 14h00-18h00; **Pólos de Leitura: Gafanha da Nazaré** segunda-feira 14h00-18h00 e terça a sexta-feira 10h00-12h30/14h00-18h30; **Gafanha da Encarnação e Gafanha do Carmo** terça a sexta-feira 15h00-20h00 e sábado 10h00-13h00/ 14h30-18h30.

Tel. 234 321 103 **E-mail** biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
www.bibliotecamunicipal.cm-ilhavo.pt



Atendimento

Segundas-feiras
14h30-18h00

2 a 30 segunda a sexta-feira
Exposição "Mãos Sábias"

6 sexta-feira
15h00-17h00 | Tarde animada boas vindas Karaoke

21 sexta-feira
15h00-16h00 | Ação de sensibilização:
"Cuidados com a Doença de Alzheimer"
(Dia Mundial de Pessoa com Doença de Alzheimer)

(responsabilidade Associação de Solidariedade Social da Gafanha do Carmo)

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

27 sexta-feira
15h00-17h00 | Recordar 12 anos de Passeios da Maioridade
(Dia Mundial do Turismo)

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

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.

Atividade física ou exercício físico?

Sabia que...

...qualquer atividade física contribui para a saúde do corpo e da mente. Praticamente tudo o que fazemos diariamente implica atividade física. Alguns intensificam essa atividade física. Outros praticam exercício físico.

Parece que estamos a brincar com as palavras, mas, há diferenças:

Atividade física – Passear a pé, subir escadas, ir às compras, varrer o passeio, passear o cão, regar o jardim, tudo é atividade física e todos (umas atividades ou outras, uns mais que outros) o fazemos diariamente.

Atividade física mais intensa – Deixar o carro em casa e ir às compras a pé (mesmo que a distância seja grande), prescindir do elevador e subir as escadas a pé, usar a bicicleta em vez do carro em percursos em que tal é possível, brincar no jardim ou no parque infantil em vez de ficar colado à televisão ou ao computador provoca maior esforço físico e implica determinação.

Exercício físico – Fazer uma caminhada diária de meia hora, praticar natação, ir ao ginásio e participar numa aula ou fazer exercício em máquinas. Exige planeamento e tem um determinado objetivo. Implica em maior ou menor escala, calçado ou equipamento apropriado.

Qualquer destas três áreas da atividade física faz bem à saúde, ajuda a prevenir as

doenças cardiovasculares e a diabetes, favorece o controlo do apetite e do peso, reforça os músculos e as articulações, reduz o estresse, melhora o humor.

No entanto, se quer intensificar a atividade física ou investir no exercício físico (sim, porque se trata de um investimento!) cada uma deve procurar a atividade ao seu alcance.

A primeira coisa a fazer é procurar companhia – é tudo mais fácil quando nos comprometemos com alguém, vamos juntos; desistir é mais difícil, porque temos vergonha, porque custa dizer que não.

O segundo aspeto a ter em conta é que atividade (intensa ou exercício físico) vamos escolher: se temos medo da água escolher a natação ou a hidroginástica não parece, à partida, ser uma boa opção; se o dinheiro é um problema, o ginásio tal como a natação poderá estar fora de questão. Caminhar ou correr exige um calçado confortável mas qualquer roupa serve; andar de bicicleta obriga a ter a dita, mas quem na nossa zona não tem uma bicicleta?

Por isso, não vale a pena arranjar desculpas...

Corpo são em mente são,

Mexa-se pela sua saúde!



Padre José Soares Lourenço

Neste mês de setembro, especialmente marcado pela realização da Semana da Maioridade/Viver Solidário, que decorre entre os dias 9 e 15, dedicamos a rubrica “a nossa gente” ao Padre José Soares Lourenço.

Nascido a 14 de julho de 1923, em Valongo do Vouga, o Padre José Lourenço aí viveu a sua infância com os seus pais e sete irmãos.

Foi ordenado, em Vagos, a 13 de julho de 1947, por D. João Evangelista de Lima Vidal, primeiro Bispo da restaurada diocese de Aveiro. Celebrou a “Missa Nova” em Valongo do Vouga, terra natal do novo presbítero, a 3 de agosto do mesmo ano, sendo colocado de seguida em Ílhavo.

Aqui permaneceu cerca de seis meses, sendo pároco o Padre Alberto Tavares de Sousa. Seguiu-se uma passagem pela Murtosa, como coadjutor e, tendo falecido o pároco, Padre Miguel Henriques, a paróquia foi entregue ao Padre Lourenço, coadjuvado pelo Padre Manuel Rei Oliveira, entretanto nomeado para o auxiliar.

Nomeado entretanto capelão da Gafanha do Carmo, para aí se deslocou, assumindo

também as funções de coadjutor da Gafanha da Encarnação, com serviço na Costa Nova. Aquando da formação da Paróquia da Gafanha do Carmo, o Padre José Lourenço foi o seu primeiro pároco, dando mais uma vez a sua preciosa colaboração na Paróquia de Ílhavo, através das visitas regulares aos doentes.

Após trinta e nove anos na Paróquia da Gafanha do Carmo, foi colocado em Silva Escura, no Concelho de Sever do Vouga, onde permaneceu dez anos. Seguiu-se a colocação em Águeda, como vigário paroquial.

Mais tarde, regressa à Cidade de Ílhavo, colaborando com o saudoso Padre Urbino de Pinho, tendo sido nomeado Administrador Paroquial na sequência da doença e do falecimento do referido sacerdote, aqui exercendo a sua atividade pastoral numa relação de proximidade com a Comunidade.

Dono de um espírito afável e determinado, o Padre José Soares Lourenço conta já com uma longa e preenchida história de 90 anos, digna do nosso reconhecimento e homenagem.

setembro





Bandeira da Associação dos Oficiais da Marinha

No mês em que se comemora a festa em honra do Senhor Jesus dos Navegantes, dá-se a conhecer um dos elementos integrantes da procissão realizada: a Bandeira da Associação dos Oficiais da Marinha.

Confecionada em 1926 pela casa Joaquim da Silveira Melo & C.ª, no Porto, foi inaugurada somente no ano seguinte, no Domingo de Páscoa, dia em que se realizou um cortejo desde a sede da Associação até à Igreja Paroquial, onde foi abençoada, junto ao altar do Senhor Jesus dos Navegantes. Feita em seda azul e branca, salienta-se ao centro a imagem de uma galera de três mastros sobre a qual se identifica a associação que simboliza. Abaixo, duas datas, 1921 e 1926, correspondentes ao ano de fundação desta associação e ao ano da confecção da bandeira, respetivamente. Todos estes elementos, assim como a corrente composta por anéis dourados, entrelaçados, são bordados a dourado. Nela encontram-se diversos pendentes, símbolos da classe que representam: a ampulheta, a rosa-dos-ventos, os símbolos da Fé, Esperança e Caridade, a roda do leme, o sextante e a âncora.

Esta bandeira foi recentemente restaurada com o apoio da Associação dos Amigos do Museu e faz parte das coleções do Museu Marítimo de Ílhavo.



Caras de bacalhau fritas

Ingredientes

- 700 g. de caras de bacalhau pequenas (congeladas ou salgadas)
- Sal q.b.
- Pimenta q.b.
- Sumo de limão q.b.
- 3 dentes de alho
- Azeite (para fritar)

Preparação

Lave e enxugue as caras de bacalhau (ou demolhe as caras salgadas). Tempere-as com sal, pimenta, alhos esmagados e um pouco de sumo de limão.

Deixe repousar assim durante uma semana.

Sacuda os alhos e frite-as em pouco azeite.



		PREIA-MAR				BAIXA-MAR			
		MANHÃ		TARDE		MANHÃ		TARDE	
		Hora	Altura	Hora	Altura	Hora	Altura	Hora	Altura
1	Dom.	00.14	2.6	12.37	2.8	06.07	1.3	18.48	1.2
2	Seg.	01.04	2.8	13.22	3.0	06.52	1.2	19.25	1.0
3	Ter.	01.44	2.9	14.00	3.1	07.30	1.0	19.59	0.9
4	Qua.	02.20	3.0	14.36	3.2	08.03	0.9	20.30	0.8
5	○	02.54	3.2	15.09	3.3	08.36	0.8	21.00	0.7
6	Sex.	03.27	3.2	15.43	3.3	09.08	0.7	21.32	0.6
7	Sáb.	04.01	3.3	16.16	3.3	09.42	0.6	22.04	0.6
8	Dom.	04.35	3.3	16.52	3.3	10.17	0.6	22.39	0.7
9	Seg.	05.11	3.2	17.30	3.2	10.55	0.7	23.17	0.8
10	Ter.	05.51	3.1	18.13	3.1	11.38	0.8	-	-
11	Qua.	06.38	3.0	19.04	2.9	00.01	0.9	12.28	1.0
12	☾	07.35	2.9	20.11	2.7	00.54	1.1	13.33	1.1
13	Sex.	08.50	2.8	21.38	2.7	02.05	1.3	14.57	1.2
14	Sáb.	10.16	2.8	23.05	2.7	03.35	1.3	16.28	1.2
15	Dom.	11.34	3.0	-	-	04.59	1.2	17.43	1.0
16	Seg.	00.15	2.9	12.37	3.2	06.05	1.0	18.41	0.8
17	Ter.	01.11	3.1	13.30	3.4	06.58	.8	19.28	0.6
18	Qua.	01.58	3.3	14.17	3.5	07.44	.6	20.11	0.5
19	☉	02.42	3.4	15.00	3.6	08.26	.5	20.50	0.4
20	Sex.	03.22	3.4	15.41	3.6	09.05	.5	21.27	0.5
21	Sáb.	04.00	3.4	16.19	3.5	09.44	.5	22.04	0.6
22	Dom.	04.37	3.3	16.56	3.3	10.21	.6	22.39	0.7
23	Seg.	05.12	3.2	17.32	3.1	10.59	.8	23.15	0.9
24	Ter.	05.47	3.0	18.09	2.9	11.39	1.0	23.53	1.1
25	Qua.	06.25	2.9	18.50	2.7	-	-	12.24	1.2
26	Qui.	07.11	2.7	19.44	2.5	00.38	1.3	13.21	1.4
27	☾	08.13	2.6	21.01	2.4	01.37	1.5	14.38	1.5
28	Sáb.	09.38	2.5	22.30	2.4	03.00	1.6	16.07	1.5
29	Dom.	10.58	2.6	23.39	2.6	04.26	1.5	17.18	1.4
30	Seg.	11.59	2.7	-	-	05.30	1.4	18.10	1.2

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

* 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

Ançã Castro, Tel. 234 360 721





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:

4 de setembro (quarta-feira),

pelas 15h30

Audição ao público a partir das 17h30

Privada:

18 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

Vereadora Dra. Ana Bastos

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

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 Proteção de Crianças e Jovens de Ílhavo

Tel.: 234 329 632

CROACI – Centro de Recolha Oficial de Animais de Companhia de Ílhavo

Tel.: 234 329 605

Piscinas Municipais

Ílhavo

Tel.: 234 329 607

Gafanha da Nazaré

Tel.: 234 363 080

Serviço Municipal de Proteção 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 (Polo)

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

Autorizado a circular
em invólucro plástico fechado
de 00522005 DCN

DM

The logo for cft, featuring a stylized figure on a horse.

**TAXA PAGA
PORTUGAL
CONTRATO 530 840**

VIVER
em set'13

Av. 25 de Abril
3830-044 ILHAVO