



2016

Viver em . . .

Município de Ílhavo

» 206

agenda de eventos



Câmara Municipal de **Ílhavo**

junho 2016

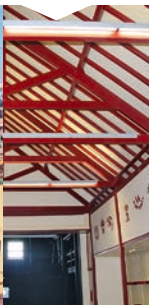
destaques
do mês

Exposições

» St. John's, Porto
de Abrigo - A Frota
Branca de Paul A. Soik
» Bernardo Santareno,
um médico na
frota bacalhoeira
Museu Marítimo
de Ílhavo



04 sáb
**Uma breve
história
dos filmes
que eu não vi**
Teatro da
Vista Alegre



04 sáb
e 05 dom
**Dia Mundial
dos Oceanos**
Museu Marítimo
de Ílhavo



28 ter
**Cerimónia
do Hastear
das Bandeiras
Azul
e "Praia
Acessível
- Praia
para Todos"**
Praias da Barra
e Costa Nova



09 qui
**Dia
Internacional
dos Arquivos**
Dia aberto
nos Arquivos
de Temática
Marítima
CIEMar-Ílhavo
Museu Marítimo
de Ílhavo



11 sáb
música
Best Youth
Centro
Sociocultural
da Costa Nova



18, 24
e 25
**Marchas
Sanjoaninas
de Ílhavo**
Gafanha da Nazaré
Costa Nova
Ílhavo



20 seg
teatro
**Ana Bola
Sem Filtro**
CC Gafanha
da Nazaré



Caro(a) Amigo(a) e Município

O mês de junho faz-se anunciar pleno de atividades, salpicadas de cor, algumas novidades e, esperamos, com sol e calor.

Com o ano letivo a terminar, voltamos atenções para os alunos do 1.º ciclo que, depois de um ano de trabalho árduo,

merecem uma “Festa à maneira”! Por isso preparámos o “Dia do Inglês”, “A Minha Sinfonia”, o Festival de Natação e o Desportilhavo, que são o ponto alto de todo o trabalho desenvolvido no âmbito das AEC. Junho é também mês de S. João e de Marchas Sanjoaninas, que saem à rua, um pouco por todo o Município para cantar, bailar e premiar a todos com a tradicional alegria e muita cor. Além da festa, as Marchas são também uma competição e convívio



Fernando Fidalgo Caçoilo

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

salutar entre Associações, que ano após ano nos brindam com muita criatividade.

Já a partir de 1 de junho a Câmara Municipal irá ter um serviço de transporte a custo reduzido com circuitos semanais fixos de vários pontos do território Municipal, de forma a que todos quantos têm dificuldades de mobilidade na sua deslocação à sede do Município, tenham aqui a oportunidade de resolver esse problema, bem como ser uma meio facilitador no acesso aos serviços e/ou comércio.

Mais um ano que passa, as nossas praias continuam a merecer a confiança da Bandeira Azul, fruto de um trabalho de melhoria contínua e aposta na manutenção do nosso património natural que tanto nos orgulha, e será assinalado no dia 28 de junho com o hastear de bandeiras.

Venha Viver junho connosco!

Conto consigo.

Um Abraço Amigo.

Reuniões
Ordinárias do
Executivo CMI

Pública:

qua **01**
15h00

audição
ao público
a partir das
16h30

Privada:

qua **15**
15h00



Viver em...
Município de Ílhavo

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 junho** para incluir na Agenda de Eventos Viver em ... Município de Ílhavo do mês de julho de 2016, através do e-mail info@cm-ilhavo.pt.

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



ficha técnica

edição e propriedade **Câmara Municipal de Ílhavo** capa **Marchas Sanjoaninas**
 coordenação e design **Gabinete de Comunicação CMI** impressão **Gráfica Feirense**
 depósito legal **136577/99** tiragem **6 000 exemplares** distribuição **GRATUITA**

~~~~~  
 Todo o **mês**

#### **Hora do Conto**

terça a sexta 17h30

sábados 11h00 e 16h30

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

segunda a sexta 17h30

} Polo de Leitura

da Gafanha da Nazaré



#### **“O Senhor Severi”**

**Exposição de Ilustração de Sónia Pais**

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

Visitas guiadas sujeitas a marcação prévia



Exposições

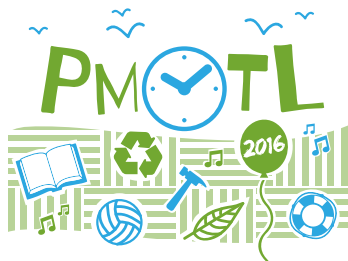
» **St. John's, Porto de Abrigo  
- A Frota Branca  
de Paul A. Soik**  
» **Bernardo Santareno,  
um médico  
na frota bacalhoeira**

terça a sábado 10h00~18h00

domingo 14h00~18h00

} Museu Marítimo de Ílhavo

Entrada gratuita



**PROGRAMA MUNICIPAL  
DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES**

Se tens entre 16 e 30 anos

**Inscribe-te até 6 de junho!**

**inscrições e informações**

Fórum Municipal da Juventude

Ílhavo · T 234 321 079

Gafanha da Nazaré · T 234 183 773

Gafanha da Encarnação · T 234 086 668

Gafanha do Carmo · T 234 398 009



Quartas-feiras 18h40

Sábados 09h45

**Um programa na  
Rádio Terranova (105.0 FM)**

**Todas as histórias estarão disponíveis na BMI**

www.cm-ilhavo.pt · geralcmi@cm-ilhavo.pt  
T 234 329 602

30 seg a 03 sex

## II Semana Cultural da Misericórdia de Ílhavo

Org.: Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo

**segunda 30 maio**

18h00 **À Conversa com...**

} Museu Marítimo de Ílhavo

**terça 31 maio**

19h00 **Workshop "Culinária Saudável"**

} Centro Infantil da Lagoa

**quarta 01**

15h30 **Tarde Animada:**

**A Lagartinha Comilona**

} Centro Infantil de Ílhavo

**quinta 02**

09h00~12h00 **Teste a sua saúde**

} Unidade de Cuidados Continuados

Integrados de Ílhavo

**sexta 03**

21h00 **Sarau ao Serão**

} Museu Marítimo de Ílhavo

01 qua e 02 qui

09h30~11h30 e 14h00~16h00

Comemoração 

## Dia Mundial da Criança

**Vem Ser Cientista**



Dirigido a todos os alunos do Pré-Escolar Público e Privado do Município  
} CC Gafanha da Nazaré

02 qui

09h00~13h00



## Conferência de Psicologia

**Alienação Parental: A Relação Excluída**

Org.: Junta de Freguesia de S. Salvador

} Auditório da Junta de Freguesia de São Salvador

Inscrições: gap@freguesiassalvador.pt

02, 03, 07 e 14

18h30~20h00

## Oficina Criativa

**Art Nails Nível I**

**com Diana Rocha**

} FMJ Gafanha do Carmo

€ 15,00

03 sex

Todo o dia

## DesportÍlhavo 2016



Destinado aos alunos do 1.º Ciclo do Ensino Básico  
} Complexo Desportivo do Gafanha

04 sáb

09h00~13h00



Workshop

## Intervenção em situações de divórcio conflituoso

**Alienação Parental**

Org.: Junta de Freguesia de S. Salvador

} Auditório da Junta de Freguesia de São Salvador

Inscrições: gap@freguesiassalvador.pt



09h00~17h00

## Teatro e Dança

Org.: Junta de Freguesia de S. Salvador

} Mercado Municipal de Ílhavo

## Dia da Criança na Biblioteca Municipal

15h00 **Pinturas faciais**

16h00 **Bebeteca**

**"A aranha e eu" de Fran Alonso**

16h30 **Hora do Conto**

**"A que sabe a lua?" de Michael Grejniec**

17h00 **Ateliê de Expressão Plástica**

**Lua de Papel**

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

15h00~16h30

## Dia do Inglês



Dirigido aos alunos dos 1.º, 2.º e 4.º anos do 1.º CEB do Agrupamento de Escolas de Ílhavo e famílias

} Centro Cultural de Ílhavo

21h30

## Desfile de Moda: Há moda na Praça

Org.: Junta de Freguesia de S. Salvador

} Escadarias da Junta de Freguesia de São Salvador

22h00  Conversa

## Uma breve história dos filmes que eu não vi

} Teatro da Vista Alegre

M/6 anos · entrada gratuita

# 04 sáb e 05 dom Dia Mundial dos Oceanos

} Museu Marítimo de Ílhavo

## sábado 4

### 10h30 **Oficinas de Marionetas em esponja "Monstros Marinhos"**\*

Construção de marionetas em esponja, que evoca o imaginário marítimo, em confronto com o desconhecido do mar. E como a imaginação não tem fim estes monstros podem povoar todas as mentes. Cada jovem constrói a sua própria marioneta, sendo a mesma um ponto de partida para um projeto mais alargado em torno de histórias que abordem a presença do monstro marinho.

Público alvo M/4 anos

Duração 2h30

1.ª fase Construção da marioneta

2.ª fase Teatralização das figuras construídas.

Limitado a 20 pessoas/famílias · Ingresso: € 3,00

### 15h00 **Visita especial SOS – Oceanos\***

Visita especial em que o bacalhau é o protagonista desta história, tendo como grande cenário o oceano. Mas correrá ele perigo? Nesta visita interativa, pela Sala da Faina e pelo Aquário dos Bacalhaus, vamos conhecer melhor o *gadus morhua*, as questões relativas à sua sustentabilidade e os problemas ambientais que afetam as águas do mar.

Inscrição gratuita e obrigatória

Limitada a 30 pessoas

## domingo 5

### 15h00 **Visita especial SOS – Oceanos\***

Inscrição gratuita e obrigatória

Limitada a 30 pessoas

\* Inscrições:

T 234 329 990 | museuilhavo@cm-ilhavo.pt

## VIII Acampamento Municipal de Escuteiros

Org.: CMI e Agrupamentos de Escuteiros do Município

} Centro de Recursos Mãe do Redentor, Senhora dos Campos

04, 07, 11 e 12

39.º Aniversário



## A.C.D. "Os Ílhavos"

Org.: A.C.D. "Os Ílhavos"

} Sede da Associação

sábado 4

08h30 **Convívio de Pesca Intersócios/  
SurfCasting/Praia**

21h30 **Convívio Musical com o grupo  
The Music Experience**

terça 7

19h00 **Hastear da Bandeira**

sábado 11

17h30 **Romagem ao Cemitério de Ílhavo**

domingo 12

18h00

. **Hastear das Bandeiras com a presença da  
Banda dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo**

. **Abertura da Exposição**

**"Ideias Artes e Bordados"**

. **Entrega dos Diplomas aos Sócios**

**com 25 Anos de Associados**

. **Assinatura no Livro de Honra  
dos Campeões e Vice-Campeões Nacionais**

**e Distritais - Época 2015**

. **22.ª Edição da Entrega**

**dos Lemes do Ano 2015**

05 dom

## 17.ª Feira Rural e de Artesanato da Costa Nova

Org.: Rancho Regional  
da Casa do Povo de Ílhavo

} Relvado da Costa Nova

07 ter a 29 qua

## Exposição Recantos d'Art

As várias utilizações da roda

} Todos FMJ

08 qua

15h00

## Reciclagem de Pneus

} Todos FMJ



17h00 **CONVERSAS**

## Locutora de Rádio

**Maria Inês (Faneca e Terra Nova)**

} FMJ Ílhavo

09 qui

Comemoração



## Dia Internacional os Arquivos

Todo o dia **Dia aberto no DOCMar  
Visita aos Arquivos**

**e Biblioteca de temática marítima**

09h30 **Construir Genealogias,**

**Conhecer Gerações\***

Atividade de Serviço Educativo  
sobre construção de árvores genealógicas

11h00 **Projeto Ílhavo, Terra Milenar\***

Atividade de Serviço Educativo  
sobre a História do Município de Ílhavo

} CIEMar-Ílhavo

\*Atividades sujeitas a marcação prévia

14h30 **Encenação de "Postais da Costa Nova",  
de Senos da Fonseca, pela Turma de Teatro  
e Literatura da Universidade Sénior  
do Centro Paroquial e Social  
da Gafanha da Nazaré**

} Museu Marítimo de Ílhavo

19h00~20h00

## Cãominhada

**Convívio de Patudos e preparação  
dos donos para o Marolas**

Apoio: Charm Pet

} Caminho do Praião: Encontro no Largo  
da Bruxa





Navio-Museu  
Santo André



# 3ª MINI MARATONA

MUSEU MARÍTIMO  
DE ÍLHAVO

SÁB 20 AGO 2016  
22h15



Museu Marítimo  
de Ílhavo

10 Km

*Reverte  
a favor  
da Associação  
Alguém Renasce*

*Participe!*

*inscrições em*

MUSEUMARITIMO.CM-ILHAVO.PT

MUSEUILHAVO@CM-ILHAVO.PT

MUSEU  
MARÍTIMO  
ILHAVO

museu · aquário · investigação

Câmara Municipal de



ilhavo

10 sex a 12 dom  
**A Minha Sinfonia**



Atividade desenvolvida no âmbito das AEC do Município  
Dirigido aos alunos dos 3.º e 4.º anos do 1.º CEB e famílias

**sexta 10 18h00**

**Alunos do Agrupamento de Escolas da Gafanha da Nazaré**

**sábado 11 21h30**

**Alunos do Agrupamento de Escolas de Ílhavo e da Gafanha da Encarnação**

**domingo 12 18h00**

**Alunos do Agrupamento de Escolas de Ílhavo**

} Centro Cultural de Ílhavo

Receita do espetáculo reverte Centro Social e Paroquial da Gafanha da Encarnação  
Preço: 1€ público em geral - entrada gratuita a crianças até aos 10 anos inclusive

10 sex a 12 dom  
**Festas de Santo António**

**com sardinhada, fêveras e caldo de verde**

Org.: Associação dos Amigos da Nossa Senhora do Pranto

**sexta 10**

19h00 **Arraial**

22h00 **Marchas Populares pelo Agrupamento de Escolas de Ílhavo**

**sábado 11**

19h00 **Concertinas**

**domingo 12**

**Todo o dia Música e Surpresa**

} Sete Carris, Senhora do Pranto, Ílhavo

11 sáb



22h00 música

**Best Youth**

} Centro Sociocultural da Costa Nova  
€ 5,00

M/6 anos grupos + 10 pessoas, sénior + 65 anos, jovens até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

13 seg

**Feira dos 13**

} Recinto da Feira – Vista Alegre

15 qua

10h00

**“O Senhor Sevéri”**

**Ateliê pela Biblioteca Municipal de Sever do Vouga**

No âmbito da Carteira de Itinerâncias da Rede de Bibliotecas da Comunidade Intermunicipal da Região de Aveiro

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

15h00

**Reciclagem de Pneus**

} Todos FMJ

17 sex

17h00~22h00

**Sunset Party**  
**Lua de Estrelas**



**Abertura da Época da Piscina de Vale de Ílhavo**

} Piscina Municipal de Vale de Ílhavo

# 18 sáb

Todo o dia

## XVII Festival de Natação

Programa de Iniciação à Natação (PIN)



Atividade desenvolvida no âmbito das AEC e dirigida aos alunos dos Jardins de Infância Públicos e Privados do Município e Famílias

} Piscina Municipal

da Gafanha da Nazaré

09h00~12h30/13h30~17h00

## EMER em Família

} EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

22h00

## Marchas Sanjoaninas de Ílhavo

} Gafanha da Nazaré

(Av. José Estevão junto à Junta de Freguesia)



22h00 música

## Hélder Bruno & Concentus Per Tempora Ensemble

} Teatro da Vista Alegre

€ 5,00

M/6 anos · grupos + 10 pessoas, sénior + 65 anos, jovens até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

# 20 seg



22h00 teatro

## Ana Bola Sem Filtro

Espectáculo Comemorativo do 6.º aniversário do Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

} CC Gafanha da Nazaré

€ 11,00

M/12 anos · grupos + 10 pessoas, sénior + 65 anos, jovens até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

# 20 seg a 24 sex

Todo o dia

## XVII Semana Aberta do CASCI

Exposição de Animatugas,

visitas guiadas à quinta, ateliês

Org.: CASCI – Centro de Ação Social do Concelho de Ílhavo

} Centro de Reabilitação Profissional,

Senhora dos Campos

## Bebeteca

10h30 e 16h00

sáb 11 “Se eu fosse muito forte” de António Mota

sáb 18 “Pequeno ou grande?” de Hervé Tullet

sáb 25 “Vamos à caça do urso” de Michael Rosen

## Hora do Conto

11h00 e 16h30

sáb 11 “Sou demasiado pequena para ir à escola” de Lauren Child

sáb 18 “Eu não tenho sono e não vou para a cama” de Lauren Child

sáb 25 “Eu nunca na vida comerei tomate” de Lauren Child

sáb 25 “Eu nunca na vida comerei tomate” de Lauren Child

de Lauren Child

## Ateliês de Expressão Plástica

11h30 e 17h00

sáb 11 O Soren

sáb 18 O meu pijama

sáb 25 Pedações de Lua

} Biblioteca Municipal de Ílhavo



**MARCHAS  
SANJOANINAS  
ÍLHAVO 2016**

Participantes:  
A.C.D.R. "Os Amigos da Malha" da Carvalheira  
A.C.R. "Os Palheiros" da Costa Nova  
Grupo de Jovens "A Tulha"  
Pestinhas - Grupo de Dança - Ass. Cultural  
Sporting Clube da Vista Alegre

**SAB 18 JUNHO 22H**

**GAFANHA DA NAZARÉ**

AVENIDA JOSÉ ESTEVÃO  
JUNTO À JUNTA DE FREGUESIA

**SEX 24 JUNHO 22H**

**COSTA NOVA**

JUNTO AO POSTO DE TURISMO

**SAB 25 JUNHO 22H**

**ÍLHAVO**

PRAÇA DO CENTRO CULTURAL



Câmara Municipal de **Ílhavo**

**22** qua  
17h00

### **Workshop Alta[mente]**

**Arte Urbana - Graffiti com  
Writer Eckhun - Aveiro Graffiti**  
} FMJ Gafanha da Nazaré

**23** qui  
19h30

### **Sardinhada de S. João**

Org.: Grupo de Jovens A Torre  
} Sede da Associação - Moitinhos

### **Festas de São João**

**Arraial com música, sardinhas e fêveras,  
caldo verde e bar aberto**

Org.: Associação dos Amigos  
da N.ª Sr.ª do Pranto  
} Largo da Igreja da N.ª Sr.ª do Pranto

**24** sex  
Todo o dia

### **Espaços Maior Idade**

**Encerramento da atividade**  
Piquenique e visita  
ao Aliança Underground Museum

15h00

### **Arraial de S. João**

} Todos FMJ

22h00

### **Grande Gala do Rock Ílhavense** "EVEZ" e "Patinho Feio"

Org.: Jornal O Ílhavense, Câmara Municipal  
de Ílhavo e A.C.R. Chio Pó-Pó  
} CC Ílhavo  
€ 5,00

22h00

### **Marchas Sanjoaninas de Ílhavo**

} Costa Nova  
(junto ao posto de Turismo)



## **Férias com livros... e não só**

14h30

### **Hora do Conto e Ateliê**

ter 14 "Saudade, um conto para sete dias",  
de Claudio Hochman  
ter 21 "Greve", de Catarina Sobral  
ter 28 "Apaixonados", de Rébecca Dautremer  
**Sessão de Cinema**  
qui 16 "Um Monstro em Paris",  
de Bibó Bergeron  
qui 23 "A Viagem de Arlo", de Peter Sohn  
qui 30 "Upsss! Lá se foi a arca..."  
de Toby Genkel

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

### **Hora do Conto e Ateliê**

seg 13 "Herberto", de Lara Hawthorne  
seg 20 "A princesa do dia e o príncipe da noite:  
ou como nasceram as histórias",  
de Lisbeth Renardy  
seg 27 "Quiquiriqui", de Mariza Núñez  
**Sessão de Cinema**  
qua 15 "7.º Anão: o pequeno herói",  
de Harald Siepermann  
qua 22 "O Príncipezinho", de Mark Osborne  
qua 29 "Pan: Viagem à Terra do Nunca",  
de Joe Wright

} Polo de Leitura da Gafanha da Nazaré



## Sr. Bacalhau ao Aguilho

### Ingredientes: Preparação:

4 fatias de pão (200g)  
300g bacalhau desfiado e demolhado  
2 colheres de sopa de azeite  
4 dentes de alho laminados

Piri-piri  
Pimenta e sal q.b.  
50ml de leite

Comece por alourar os dentes de alho laminados colocando-os em azeite. Adicione o bacalhau e mexa por 2 a 3 minutos.

Tempere com o piri-piri, o sal e a pimenta. Junte o leite e deixe ferver para apurar um pouco. Retire do lume e sirva quente com o pão.

Desfrute.



Receita gentilmente cedida pela Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo, Associação participante no Concurso Gastronómico do Festival do Bacalhau 2015.



25 sáb

Todo o dia

## XVII Festival de Natação

Escola Municipal de Natação

} Piscina Municipal  
da Gafanha da Nazaré

22h00

## Marchas Sanjoaninas de Ílhavo

} Praça do Centro Cultural de Ílhavo

28 ter



## Cerimónia do Hastear das Bandeiras Azul e "Praia Acessível - Praia para Todos"

} Praia da Barra  
} Praia da Costa Nova

29 qua



## 17h00 CONVERSAS Atleta de BTT



destaques  
julho

08 sex a 31 dom

Marolas 2016

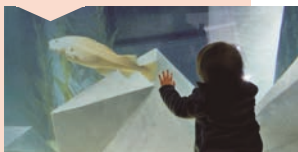
Município de Ílhavo



09 sáb

Dia do Museu

Museu Marítimo de Ílhavo



17 dom

IX Travessia da Ria a Nado  
IV Aquatlo



23 sáb

Festa de Encerramento  
do Movimento Maior  
2015/2016

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

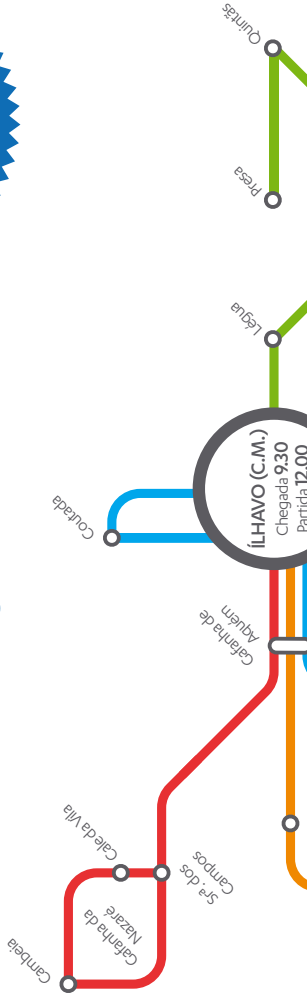


# Ílhavo

transdev.pt  
cm-ilhavo.pt

**VIAGENS  
GRATUITAS**  
entre  
1 e 9 de Junho  
(dias úteis)

A partir de 1 de Junho  
é mais fácil chegar a Ílhavo.





**Complexo Desportivo**  
**2ª feira > Partida 8.56**  
**Chegada 12.34**

**Rua da Presa**  
**3ª feira > Partida 9.09**  
**Chegada 12.22**

**Vale de Ilhavo**  
**4ª feira > Partida 9.15**  
**Chegada 12.15**

**Cafanha da Boavista**  
**5ª feira > Partida 9.08**  
**Chegada 12.22**

**Cafanha do Carmo**  
**6ª feira > Partida 9.07**  
**Chegada 12.23**

## TARIFÁRIO

**1€\***

**Bilhete simples**

(\*Viagens gratuitas aos dias úteis,  
de 1ª a 9 de Junho de 2016.)

**10%**

**desconto se adquirido com Cartão Valor**



**Câmara Municipal de ilhavo**



**Utilize os transportes**  
**ilhavo.in.**

A SUA NOVA REDE DE TRANSPORTES.

desporto



### Escola Municipal de Ténis

terças e quintas

Crianças/jovens 18h00~19h00

Adultos 19h00~20h00

sábados

Adultos 09h00~11h00

Crianças/jovens 11h00~13h00

} Campos de Ténis de Ílhavo

Inscrições: Piscinas do Município de Ílhavo

T 234 329 607 · desporto@cm-ilhavo.pt

03 sex a 05 dom

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Trail, no Ultra Trail "Oh Meu Deus", na Serra da Estrela.

04 sáb

17h00 **Ílhavo A.C. - Valongo**

**Camp. Nacional Andebol 2.ª Div. Seniores Fem.**

} Pav. Municipal

da Gafanha da Encarnação

04 sáb e 05 dom

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, no Campeonato  
Distrital Absoluto, em Vagos.

## ROTA DO BACALHAU

05 JUNHO 2016

PARTIDA 09:30 CENTRO DE ÍLHAVO

016

### PROGRAMA

SÁB DADE | 15:00 | ROTA DO BACALHAU MIÚDO

DOM DADE | 09:30 | ROTA DO BACALHAU

Rotary  
Club de Ílhavo



[www.rotadobacalhau.net](http://www.rotadobacalhau.net)

ALICERCE RECEPTIVO NA TORREDADE PARA A CONSTRUÇÃO DO NOVO EMPÉDICO DA TORRE DA CRENÇA

## BTT Rota do Bacalhau

[www.rotadobacalhau.net](http://www.rotadobacalhau.net)

org.: Rotary Club de Ílhavo

Inscrições em

<http://tinyurl.com/zyymxe5>

### 4 junho sábado

15h00 **Rota do Bacalhau Miúdo**

inscrições no local (a partir das 14h00)

Ribas

### 5 junho domingo

09h30 **Rota do Bacalhau**

Partida e chegada:

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

**08** qua  
10h00~12h00

**Atividades Náuticas**  
Programa Municipal Olímpíhavo



Destinadao aos alunos  
do 3.º Ciclo e Ensino Secundário  
} Município de Ílhavo

**10** sex

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo,  
no Meeting Cidade de Aveiro.

**11** sáb

08h30

**21.º Torneio Convívio  
de Malha**

Org.: Os Amigos da Malha da Carvalheira  
} Recinto da Igreja da Carvalheira

17h00 **Ílhavo A.C. – Académico**  
**Camp. Nacional Andebol 2.ª Div. Seniores Fem.**  
} Pav. Municipal  
da Gafanha da Encarnação

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Trail, no Hard Trail Padela,  
em Barroelas, Viana do Castelo.

**11** sáb e **12** dom

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, no Olímpico Jovem  
Nacional, em Braga e, Secção de Pesca,  
no Campeonato Nacional da 2.ª e da 3.ª  
Divisão Individual, na Praia de Quaios.

**17** sex

**Reabertura  
da Piscina Municipal  
Descoberta  
de Vale de Ílhavo**



17h00 **Aula de Aqua Zumba**  
18h00 **Sunset Party - Lua de Estrelas**

**18** sáb e **19** dom

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, no Campeonato  
Distrital de Juniores, no Luso.

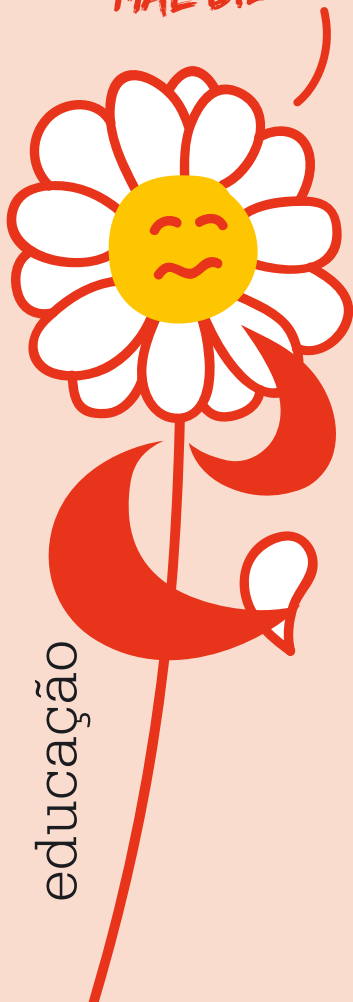
**19** dom

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Pesca, no Open Maravilhas  
da Tocha, na Praia da Tocha.

**25** sáb e **26** dom

Participação da **A.C.D "Os Ílhavos"**,  
Secção de Kempo, no Campeonato  
Nacional Open, em Alcanena.

MAL DIZER BEM DIZER?!



## À CUSTA DE ou ÁS CUSTAS DE?

A expressão “**às custas de**” não está correta e deve ser evitada. (Às custas de... não é plural de à custa de)

O termo “**à custa de**” significa com esforço, com sacrifício , graças a...

O termo “**custas**” significa despesas com processos e só pode ser usado no âmbito jurídico.

Exemplos:

**Venceu o campeonato à custa de muito treino!**

**Ele vive à custa do pai.**

**À custa de muito estudo ele tirou o curso que queria.**

**Ele pagou as custas do processo.**

**As custas judiciais compreendem a taxa de justiça e os encargos.**

educação



Molde, em bronze, para zagaín pequeno.

A peça, constituída por duas faces em bronze, possui vários pequenos moldes de zagains utilizados na pesca do bacalhau; estes, por sua vez, apresentam dois orifícios sendo que um era utilizada para verter o chumbo derretido e o outro para colocar o anzol de pesca.



Na viagem para a Terra Nova a azáfama a bordo era constante para que tudo ficasse preparado para o início da pesca. Para além dos trabalhos que decorriam no convés eram preparados os dóris e todos os utensílios de pesca.

*"[...] Safam-se as linhas de pesca, anzóis, linhas de lula, anzóis de cagarra, chumbadas – cacetes ou singas – zagaiais, gigos de lula, "suevlos"*

### **Forma de zagaín para anzol de linha de mão**

*– destorcedores – mais uns pregos de cobre...E há uma maneira muito própria de ajeitar a zagaia, bater as singas, compor o gigo com alfinetes e preparar os rilos – rilleys – espécie de sarilho onde se enrolam as linhas.[...]"*

In LOPES, Ana Maria e MARQUES, Francisco, Faina Maior – A pesca do bacalhau nos mares da Terra Nova, 3ª edição, Amigos do Museu Marítimo de Ílhavo, Ílhavo, 2015.

**Peça adquirida em leilão pela Câmara Municipal de Ílhavo/ Associação dos Amigos do Museu Marítimo de Ílhavo, em 2015.**

associações



## Os Amigos da Malha da Carvalheira

Neste mês de junho, a rubrica “Associações” é dedicada aos Amigos da Malha da Carvalheira, uma das associações participantes nas Marchas Sanjoaninas organizadas pela Câmara Municipal de Ílhavo.

De âmbito desportivo, cultural e recreativo, a Associação “Os Amigos da Malha da Carvalheira” foi fundada em 16 de agosto de 1995. Tudo começou com a realização das Marchas Sanjoaninas organizadas por um grupo de amigos que se reuniam à mesa do café.



Associado ao facto de a Carvalheira ser a Capital do Jogo da Malha, a Associação tem realizado todos os anos, no dia 10 de junho, o seu principal evento, o Torneio Convívio de Malha, que vai já na 21.ª edição. Este torneio tem-se revelado uma boa projeção para a Associação “Os Amigos da Malha da Carvalheira” porque é dos maiores eventos do género a realizar-se no Distrito de Aveiro e até a nível nacional, que em média reúne cerca de cem jogadores.

Sem espaço próprio, surgiu a hipótese de ativar uma estrutura que estava a degradar-se a olhos vistos, a antiga Escola Primária da Carvalheira. Celebrado um Acordo com a Câmara Municipal de Ílhavo, a Associação colocou mãos à obra e remodelou completamente aquele espaço. Foi assim que, a 14 de agosto de 2005, o sonho se tornou realidade com a inauguração da Sede.



Os Amigos da Malha passaram a usufruir de mais condições para realizar vários eventos, com o objetivo de divulgar a localidade e tendo sempre como missão promover os seus elementos e criar novos amigos.

A participação nas Marchas Sanjoaninas tornou-se uma presença assídua, com o intuito de divulgar as tradições locais históricos, como por exemplo as Azenhas da Ermida, a Quinta do Paço, o Cruzeiro da Carvalheira, entre outros.

Atualmente, "Os Amigos da Malha da Carvalheira" contam com 13 elementos e com a colaboração de alguns Amigos que ajudam sempre que é necessário.



#### **Principais atividades:**

- Torneio Convívio Anual de Malha;
- Participação nas Marchas Sanjoaninas do Município de Ílhavo;
- Realização de uma Festa de Natal para crianças.



#### **Associação Cultural Desportiva e Recreativa Os Amigos da Malha da Carvalheira**

Beco da Escola Primária  
Carvalheira  
3830-072 Ílhavo  
Tel 234 321 067  
E-mail: [amigos.malha@gmail.com](mailto:amigos.malha@gmail.com)  
Facebook: Amigos-da-Malha

#### **Presidente**

António Gomes

saúde



## Os Benefícios do YOGA na População Idosa

No dia 21 de junho celebra-se o dia Mundial do Yoga, tendo sido comemorado pela primeira vez em 2002. Com este dia pretende-se apelar à fraternidade, ao desenvolvimento pessoal, à autoexigência, assim como à paz mundial e uma globalidade justa. Esta prática considera-se uma intervenção não farmacológica, trazendo inúmeros benefícios para a saúde. Destina-se à população em geral, destacando crianças, grávidas e idosos.

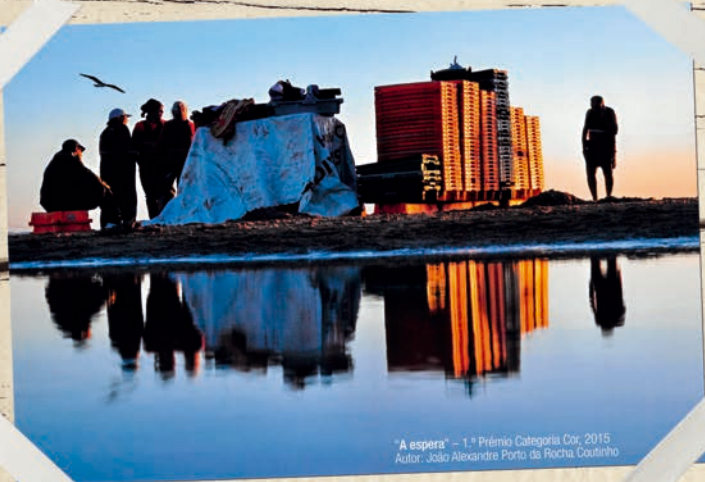
Com o crescimento demográfico da população idosa e o aumento das alterações morfológicas e funcionais que advêm do próprio envelhecimento, há uma maior necessidade de variabilidade de intervenções. Nesta linha de pensamento, torna-se importante não centrar o foco nas intervenções farmacológicas, que por vezes induzem a situações de polimedicação – problemática recorrente nos idosos. Apesar de o Yoga não ser uma atividade física completa, promove o bem-estar físico, psicológico e social do idoso, melhorando a sua saúde e qualidade de vida, podendo-se considerar uma atividade física alternativa.

Esta prática baseia-se numa tríade composta por: força, equilíbrio e flexibilidade. A força é trabalhada através de contrações musculares isométricas, tendo por benefícios o ganho muscular e o alinhamento postural. O equilíbrio é conseguido através de uma combinação de ações musculares, sustentando o corpo numa base, levando à prevenção do risco de quedas. Por fim, a flexibilidade é alcançada através de movimentos de amplitude angular máxima, sem o risco de provocar lesões. Esta promove a eficiência mecânica, bem como a redução da dor muscular e do stress.

Assim, os benefícios que advêm da prática do Yoga revelam-se na melhoria da autonomia funcional das AVD's (Atividades de Vida Diárias) do idoso.

### Bibliografia

Alves, A., Baptista, M., & Dantas, E. (2006). Os efeitos da prática do Yoga sobre a capacidade física e autonomia funcional em idosas. *Fitness & Performance Journal*, 5(4), 243-249. doi:10.3900/fpj.5.4.243.p



"A espera" – 1.º Prémio Categoria Cor, 2015  
Autor: João Alexandre Porto da Rocha Coutinho

# OLHOS SOBRE O MAR

## 13.º CONCURSO DE FOTOGRAFIA CÂMARA MUNICIPAL DE ÍLHAVO

DATA LIMITE

**24 DE JUNHO'2016**

SECÇÕES: COR E PRETO/BRANCO

Mais informações  
Câmara Municipal de Ílhavo  
Tel. 234 329 600  
E-mail: [geralcmi@cm-ilhavo.pt](mailto:geralcmi@cm-ilhavo.pt)  
[www.cm-ilhavo.pt/p/olhossobreomar](http://www.cm-ilhavo.pt/p/olhossobreomar)



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

Apoios:

*dg*ARTES

**Diário Aveiro**  
REGIONAL

**EDUCAÇÃO  
PELO**



**AMOR**

**1021-BARRA**

a nossa gente

**Maria  
Andrelina  
Teixeira**



Neste mês de junho, em que se realiza o VIII Acampamento Municipal de Escuteiros, dedicamos a rubrica "a nossa gente" a Maria Andreolina Teixeira.

Maria Andreolina nasceu a 4 de fevereiro de 1945, na freguesia de Mancelos, Concelho de Amarante. Devido ao falecimento do pai, foi, com apenas oito anos de idade, estudar para Angola (Huambo/Nova Lisboa) no Colégio Interno "S. José de Cluny", por orientação de um irmão que é sacerdote.

A desordem que se começava a sentir em Angola impôs o regresso a Portugal. Em Anadia, continuou os seus estudos na mesma Congregação até ao então 7.º ano, que lhe deu acesso ao Curso de Assistente Social, em Coimbra.

Já licenciada, regressou a Angola, desta vez à cidade de Cabinda, para lecionar na Escola Comercial e Industrial. Seguiu-se a cidade de Saurimo, onde trabalhou, como Assistente Social, em Jardins de Infância e com deficientes motores, aquilo que mais gostava de fazer.

Em 1974, voltou a Portugal com a oportunidade de trabalhar em Aveiro. Estava, então, a ser implementado o Serviço de Ação Social Escolar, projeto que abraçou com dedicação e empenho até ao momento da sua aposentação.

O seu gosto pela música levou-a a inscrever-se no Conservatório de Música da Gulbenkian, onde aprendeu Flauta Transversal, Música e Educação Musical. Mais tarde, por eleição de sócios, assumiu o cargo de Secretária de Direção, tendo a mesma pugnado pela oficialização do Conservatório, que era privado. Maria Andreolina orgulha-se também da criação de uma Associação para os restantes serviços (Cerâmica, Serigrafia, Ballet, Alemão e Infantário).

No final da década de 70, elegeu a Praia da Barra, Município de Ílhavo, para viver. Aqui passou a ter, desde logo, um contacto muito próximo com a Comunidade. Dinâmica e sempre pronta para ajudar o próximo, Maria Andreolina envolveu-se na angariação de fundos para a construção da atual Igreja da Barra, bem como, após a inauguração da mesma (1990), nas diligências necessárias à Paroquia, entre as quais a Catequese, o Movimento Escutista e a Música com a formação do Grupo Cultural.

Catequista e corresponsável pelo Grupo Cultural, Maria Andreolina deu também, desde a primeira hora, o seu contributo para a formação do CNE - Agrupamento de Escuteiros 1021, assumindo o cargo de Secretária. Foi depois Chefe de Pioneiros, Chefe de Agrupamento e de Lobitos e, atualmente, é a Subchefe, dedicando-se de alma e coração à missão do escutismo.

Considera que "só temos uma vida para cumprir o projeto que Deus tem para cada um de nós... O que nos compete? Dar o nosso melhor em serviço, alegria e paz..."

# tabela de marés

Preia-mar - altura

Baixa-mar - altura

|           |     |       |     |       |     |       |     |       |     |
|-----------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|
| <b>1</b>  | qua | 11.56 | 3.0 | -     | -   | 05.18 | 0.9 | 17.47 | 0.9 |
| <b>2</b>  | qui | 00.18 | 3.2 | 12.51 | 3.2 | 06.15 | 0.8 | 18.43 | 0.8 |
| <b>3</b>  | sex | 01.15 | 3.3 | 13.43 | 3.3 | 07.08 | 0.6 | 19.35 | 0.6 |
| <b>4</b>  | sáb | 02.07 | 3.4 | 14.33 | 3.5 | 07.57 | 0.6 | 20.25 | 0.5 |
| <b>5</b>  | dom | 02.58 | 3.4 | 15.21 | 3.5 | 08.43 | 0.5 | 21.12 | 0.4 |
| <b>6</b>  | seg | 03.46 | 3.4 | 16.07 | 3.5 | 09.29 | 0.5 | 21.59 | 0.5 |
| <b>7</b>  | ter | 04.33 | 3.3 | 16.53 | 3.4 | 10.13 | 0.6 | 22.46 | 0.6 |
| <b>8</b>  | qua | 05.19 | 3.2 | 17.39 | 3.3 | 10.58 | 0.8 | 23.34 | 0.7 |
| <b>9</b>  | qui | 06.06 | 3.0 | 18.26 | 3.2 | 11.45 | 0.9 | -     | -   |
| <b>10</b> | sex | 06.55 | 2.9 | 19.15 | 3.0 | 00.23 | 0.9 | 12.35 | 1.1 |
| <b>11</b> | sáb | 07.49 | 2.7 | 20.10 | 2.8 | 01.17 | 1.1 | 13.30 | 1.3 |
| <b>12</b> | dom | 08.50 | 2.6 | 21.12 | 2.7 | 02.17 | 1.2 | 14.34 | 1.4 |
| <b>13</b> | seg | 09.54 | 2.6 | 22.16 | 2.7 | 03.20 | 1.3 | 15.40 | 1.4 |
| <b>14</b> | ter | 10.55 | 2.6 | 23.15 | 2.7 | 04.22 | 1.3 | 16.44 | 1.4 |
| <b>15</b> | qua | 11.49 | 2.7 | -     | -   | 05.19 | 1.3 | 17.41 | 1.3 |
| <b>16</b> | qui | 00.09 | 2.8 | 12.37 | 2.8 | 06.08 | 1.2 | 18.31 | 1.2 |
| <b>17</b> | sex | 00.56 | 2.8 | 13.20 | 2.9 | 06.52 | 1.1 | 19.15 | 1.1 |
| <b>18</b> | sáb | 01.39 | 2.9 | 14.00 | 3.0 | 07.31 | 1.0 | 19.54 | 1.0 |
| <b>19</b> | dom | 02.19 | 3.0 | 14.38 | 3.1 | 08.07 | 0.9 | 20.31 | 0.9 |
| <b>20</b> | seg | 02.57 | 3.0 | 15.15 | 3.2 | 08.42 | 0.9 | 21.07 | 0.8 |
| <b>21</b> | ter | 03.34 | 3.0 | 15.52 | 3.2 | 09.17 | 0.9 | 21.43 | 0.8 |
| <b>22</b> | qua | 04.12 | 3.1 | 16.29 | 3.2 | 09.53 | 0.8 | 22.21 | 0.8 |
| <b>23</b> | qui | 04.50 | 3.0 | 17.08 | 3.2 | 10.31 | 0.9 | 23.01 | 0.8 |
| <b>24</b> | sex | 05.31 | 3.0 | 17.50 | 3.2 | 11.12 | 0.9 | 23.45 | 0.8 |
| <b>25</b> | sáb | 06.15 | 3.0 | 18.37 | 3.1 | 11.58 | 1.0 | -     | -   |
| <b>26</b> | dom | 07.05 | 2.9 | 19.30 | 3.0 | 00.35 | 0.9 | 12.52 | 1.1 |
| <b>27</b> | seg | 08.04 | 2.8 | 20.31 | 3.0 | 01.31 | 1.0 | 13.54 | 1.1 |
| <b>28</b> | ter | 09.12 | 2.8 | 21.40 | 2.9 | 02.34 | 1.0 | 15.04 | 1.2 |
| <b>29</b> | qua | 10.23 | 2.9 | 22.50 | 3.0 | 03.43 | 1.0 | 16.16 | 1.1 |
| <b>30</b> | qui | 11.30 | 3.0 | 23.57 | 3.0 | 04.50 | 1.0 | 17.25 | 1.0 |



● Lua Nova

☾ Quarto Crescente

○ Lua cheia

☾ Quarto Minguante



# farmácias

|     |                            |                              |                              |                              |                       |
|-----|----------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------|
| dom | 05<br>Branco<br>Senos      | 12<br>Moderna                | 19<br>Santos                 | 26<br>Ribau<br>Diniz Gomes   |                       |
| seg | 06<br>Diniz Gomes          | 13<br>Branco<br>Senos        | 20<br>Moderna                | 27<br>Santos                 |                       |
| ter | 07<br>Morais<br>Santos     | 14<br>Diniz Gomes            | 21<br>Branco<br>Senos        | 28<br>Moderna                |                       |
| qua | 01<br>Senos                | 08<br>Ança Castro<br>Moderna | 15<br>Morais<br>Santos       | 22<br>Diniz Gomes            | 29<br>Branco<br>Senos |
| qui | 02<br>Ribau<br>Diniz Gomes | 09<br>Senos                  | 16<br>Ança Castro<br>Moderna | 23<br>Morais<br>Santos       | 30<br>Diniz Gomes     |
| sex | 03<br>Santos               | 10<br>Ribau<br>Diniz Gomes   | 17<br>Senos                  | 24<br>Ança Castro<br>Moderna |                       |
| sáb | 04<br>Moderna              | 11<br>Santos                 | 18<br>Ribau<br>Diniz Gomes   | 25<br>Senos                  |                       |

## 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

Ança Castro - Tel 234 360 721

férias



VERÃO 2016

divertidas

TRANSPORTE  
GRATUITO  
(MANHÃ)  
SE NECESSÁRIO

## > Férias Divertidas

DOS 6 AOS 12 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** JOGOS AQUÁTICOS; EQUITAÇÃO; PISCINA DESCOBERTA; MINIGOLFE; CINEMA; PARQUE AQUÁTICO VAGASPLASH; EMER; IDAS À PRAIA; ENTRE OUTRAS.

## > Férias Divertidas Náuticas

DOS 8 AOS 14 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** CANOAGEM; SURF; VELA; JOGOS AQUÁTICOS; EXPERIÊNCIA DE MERGULHO; PISCINA DE ONDA; ENTRE OUTRAS.

## > Desafios de Verão

DOS 13 AOS 15 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** SURF INDOOR; CANOAGEM E ORI-CANOAGEM; ATIVIDADES RADICAIS; PISCINA DE ONDAS, ENTRE OUTRAS.

## > Nadador Salvador Júnior

DOS 9 AOS 15 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** EXPERIÊNCIA COM OS NADADORES SALVADORES DAS PRAIAS DO MUNICÍPIO; JOGOS DE SALVAMENTO AQUÁTICO; PARQUE AQUÁTICO; ENTRE OUTRAS

1.ª SEMANA  
13~17 JUNHO  
Férias Divertidas

2.ª SEMANA  
20~24 JUNHO  
Férias Divertidas Náuticas

3.ª SEMANA  
27 JUNHO~1 JULHO  
Nadador Salvador Júnior

4.ª SEMANA  
4~8 JULHO  
Férias Divertidas  
Desafios de Verão

5.ª SEMANA  
11~15 JULHO  
Férias Divertidas

6.ª SEMANA  
18~22 JULHO  
Nadador Salvador Júnior

7.ª SEMANA  
25 JULHO ~29 JULHO  
Férias Divertidas

8.ª SEMANA  
1~5 AGOSTO  
Férias Divertidas

9.ª SEMANA  
8~12 AGOSTO  
Férias Divertidas

10.ª SEMANA  
16~19 AGOSTO  
Férias Divertidas Náuticas

11.ª SEMANA  
22~26 AGOSTO  
Férias Divertidas

12.ª SEMANA  
29 AGOSTO~2 SETEMBRO  
Férias Divertidas

## INSCRIÇÕES: a partir de 16 de maio

JUNHO: até 6 junho JULHO: até 27 junho AGOSTO: até 18 julho

### INSCRIÇÃO:

#### Piscinas do Município

Ílhavo • Tel 234 329 607 | Gafanha da Nazaré • Tel 234 363 080

Inclui: Kit (identificador, manual de acolhimento, t-shirt do programa, certificado, boné, seguro, almoço, acompanhamento técnico e transporte entre as atividades).

### MAIS INFORMAÇÕES:

[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt) ou por e-mail [desporto@cm-ilhavo.pt](mailto:desporto@cm-ilhavo.pt)

NOTA: poderão existir algumas alterações ao programa devido às condições climáticas ou outras

18 de Junho Dia Internacional do Piquenique

