

**viver**  
em **jul**'12

**FESTIVAL RÁDIO FANECA** ÍLHAVO  
ÍLHAVO A TRANSMITIR ALEGRIA



EMISSÃO  
DO FESTIVAL  
103.9 FM

ENA PA 2000 REAL COMBO LISBONA  
BATIDA FERNANDO  
MÚSICA VELHA MÚSICA NOVA



**ilhavo**  
Câmara Municipal

entrada gratuita

5  
J



QRCode

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



### 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 julho de 2012 para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de agosto de 2012.

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

#### Distribuição Gratuita

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

#### Reuniões Ordinárias do Executivo

Câmara Municipal de Ílhavo

**Pública:**

4 de julho (quarta-feira), pelas 15h30

Audição ao público a partir das 17h30

**Privada:**

18 de julho (quarta-feira), pelas 15h30



Neste mês de julho a agenda de eventos **Viver em** partilha a vivência do Verão e das férias, convidando todos a participar nas realizações da Câmara Municipal de Ílhavo e das Associações do Município de Ílhavo, que vão seguramente propiciar momentos diferentes e agradáveis, utilizando o lazer, o desporto, a cultura.

A Semana Jovem 2012 é a marca de referência deste mês, envolvendo Jovens de todas as idades, realizando-se em nome da tradição e da aposta sempre renovada da Câmara Municipal de Ílhavo, na juventude e no trabalho de parceria com um conjunto de Jovens e de Associações do nosso Município.

Numa fase muito difícil da nossa vida coletiva e do nosso País, vamos continuar a trabalhar com muita intensidade e temos também de desfrutar das coisas boas da vida.

O Verão vive-se nos quatro cantos do Município. Desde Vale de Ílhavo, onde temos uma Piscina descoberta que merece a sua visita e um bom banho, até às belas praias da Barra e da Costa Nova, passando pelos Canais de Mira e de Ílhavo da nossa Ria de Aveiro, ou pela "Praia dos Tesos" no Jardim Oudinot, na Gafanha da Nazaré.

Com "O Mar por Tradição" e as delícias do nosso Sol, ficam votos de Boas Férias e Boa Praia.

Agradecemos a sua atenção e participação.

Venha **VIVER** connosco.  
Um Bom Mês e um Abraço,

José Ribau Esteves  
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



**Todo o mês**

Exposição "Barcos do Museu"  
- Museu Marítimo de Ílhavo



**13 de julho**

22.º Aniversário da  
Elevação de Ílhavo a  
Cidade



**13 de julho**

Abertura da Semana  
Jovem 2012  
Inauguração da XV Mostra  
Jovem d'Artes - Centro Cultural  
de Ílhavo



**15 domingo**

Tendas Criativas -  
Calçada Arrais Ançã, Costa Nova



**15 domingo**

Vem atravessar a Ria a Nado! -  
Entre a "Bruxa" (Gafanha da  
Encarnação) e o Relvado da  
Costa Nova



**20 de julho**

Concerto com Paperboats -  
Jardim 31 de Agosto, Gafanha  
da Nazaré

**21 de julho**

Festa do Movimento Maior -  
Centro Cultural da Gafanha  
da Nazaré



## **T**odo o mês

### **Programa Municipal Férias Divertidas Verão 2012**

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

## **1** domingo

### **Festa da Vista Alegre em Honra da N.ª S.ª da Penha de França**

**11h00** | Missa Campal

**14h00-23h00** | Venda de Oportunidades

**17h00** | Procissão percorrendo as ruas da Fábrica e do Bairro Social, acompanhada pela Banda dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo (Música Nova)

**23h00** | Espetáculo pelo Grupo Fax

Org.: Fábrica da Vista Alegre e Câmara Municipal de Ílhavo

### **15h00** | XVII Festival de Folclore da Associação Cultural e Recreativa “Os Palheiros” da Costa Nova

Relvado da Costa Nova

Org.: A.C.R. “Os Palheiros” da Costa Nova

Participação da A.C.D. “Os Ílhavos”, Secção de Atletismo, no Campeonato Distrital de Infantis, em Aveiro, no Campeonato Nacional de Juvenis, em Abrantes e Secção de Pesca no Concurso de Pesca Anzóis de S. Bento, na Praia do Areão.

## **2** segunda-feira

### **Festa da Vista Alegre em Honra da N.ª S.ª da Penha de França**

**09h00-23h00** | Venda de Oportunidades

**21h30** | Grupo Coral da Casa do Pessoal dos Hospitais da Universidade de Coimbra Teatro da Vista Alegre

Org.: Fábrica da Vista Alegre e Câmara Municipal de Ílhavo

## **5 a 8** quinta-feira a domingo **Festival Rádio Faneca Ílhavo a Transmitir Alegria**

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

Entrada gratuita

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



**7** sábado

**21h30 | XXIV Festival Nacional de Folclore da Gafanha da Nazaré**

Alameda Prior Sardo, Gafanha da Nazaré

Org.: Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré

**7 e 8** sábado e domingo

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

**8** domingo

**15h30 | XVIII Festival de Folclore da Gafanha do Carmo**

Largo da Igreja, Gafanha do Carmo

Org.: Grupo Regional de Danças e Cantares da Gafanha do Carmo

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**, Secção de Pesca, no Concurso de Pesca da Casa do Pessoal do Porto de Aveiro, na Praia da Barra e no Concurso de Pesca do Clube Sepins, na Praia da Tocha.

**13** sexta-feira

**22.º Aniversário da Elevação de Ílhavo a Cidade**

**18h30 | Abertura da Semana Jovem 2012**

- Inauguração da XV Mostra Jovem d'Artes (patente até ao dia 22 de julho)
- Entrega dos Certificados e Bolsas do Programa Vocação 2012 e das Oficinas Criativas

Centro Cultural de Ílhavo

**19h00 | Abertura do XV Torneio de Futsal SJ**

Pavilhão Municipal da Gafanha do Carmo

Org.: Grupo de Jovens A Torre

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

**22h00 | Concerto com Dealema**

Largo do Farol, Praia da Barra





## 14 sábado

### 10h00 | III Torneio de Voleibol de Praia SJ

Praia da Barra – Rua Manuel Facica (Rua 4)

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

### 10h00 | Vem apanhar Ondas! – Aulas de Surf e Bodyboard Gratuitas

Praia da Barra (Rua 5)

Org.: Associação de Surf de Aveiro

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 11h00 | Workshop – Construção Espanta Espíritos Marítimos

Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Encarnação

### 14h00 | Peddy-Paper SJ

Gafanha da Nazaré (frente à Igreja Matriz)

Org.: Associação A(c)tua Aveiro

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 14h30 | Vem visitar o Farol da Barra

### 16h30 | Ílhavo Jovem

em Canoa 2012 (Passeio na Ria diurno)

Barquinha, Ílhavo

Org.: Clube de Natureza e Aventura de Ílhavo

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 17h00 | XI Torneio de Street Basket SJ

Jardim Oudinot

Org.: Grupo Desportivo da Gafanha

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 15h00 | Workshop – Construção Espanta Espíritos Marítimos

Fórum Municipal da Juventude da Gafanha do Carmo

### 21h30 | Ílhavo Jovem em Canoa 2012 (Passeio na Ria noturno)

Barquinha, Ílhavo

Org.: Clube de Natureza e Aventura de Ílhavo

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 21h30 | Noite das Associações I

#### • Karaoke Jovem

Sede do Grupo de Jovens “A Tulha”,  
Gafanha d’Aquém

Org.: Grupo de Jovens “A Tulha”

#### • Desfile e Sarau de Verão

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

Org.: Grupo de Dança “Pestinhas”

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo”



## 15 domingo

### 10h00 | Vem apanhar Ondas! – Aulas de Surf e Bodyboard Gratuitas

Praia da Barra (Rua 5)

Org.: Associação de Surf de Aveiro

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 14h30 | Vem visitar o Farol da Barra

### 15h00-00h00 | Tendas Criativas

Calçada Arrais Ançã, Costa Nova

### 15h00 | Vem atravessar a Ria a Nado!

Entre a “Bruxa” (Gafanha da Encarnação)  
e o Relvado da Costa Nova

### 15h30 | Mega Aula – Step, Zumba e Balance

Calçada Arrais Ançã, Costa Nova

Org.: Ginásio Golden Club Health & Spa

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

### 17h00 | Workshop “Flor de Origami em tecido”

Calçada Arrais Ançã, Costa Nova

### 18h00 | Workshop “Construção e lançamento de Papagaios de Papel”

Calçada Arrais Ançã, Costa Nova

### 19h00 | Workshop “Bonecas de Eva”

Calçada Arrais Ançã, Costa Nova

### 21h30 | Workshop e Demonstração “Danças Latinas”

Calçada Arrais Ançã, Costa Nova

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,  
Secção de Atletismo, no 30.º Grande  
Prémio de Atletismo de Fornos, em Santa  
Maria da Feira.

## 16 segunda-feira

### 10h30 | Ginástica com Pé n’Areia – AeroLocal

“Praia Velha” (junto ao Molhe Sul), Praia da Barra

Org.: GimClube

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



**15h00** | Workshop

**“Blocos de Notas forrados com tecido”**

Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo



**16h00** | V Curso de Iniciação  
à Pesca Desportiva

Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação

Org.: Associação de Pesca Desportiva Costa Azul

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



**18h00** | XIII Torneio de Ténis SJ

Campos de Ténis de Ílhavo e da

Gafanha da Encarnação



**19h00** | XV Torneio de Futsal SJ

Pavilhão Municipal da Gafanha do Carmo

Org.: Grupo de Jovens A Torre. Apoio: Câmara

Municipal de Ílhavo



**22h00** | Concerto com Klepht

Centro Cultural de Ílhavo



**16 a 18** segunda a quarta-feira

**10h00-12h00** | Atividades Bandeira Azul

“Lembre-se de não sujar”

Núcleo de Educação Ambiental da Costa Nova/

Praia da Rua dos Banhos

Parceria: Câmara Municipal de Ílhavo/SUMA

**17** terça-feira

**10h30** | Ginástica com Pé n'Areia –  
AeroCombat

“Praia Velha” (junto ao Molhe Sul), Praia da Barra

Org.: GimClube

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



**15h00** | Torneio de Matraquilhos SJ

Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo



**16h00** | V Curso de Iniciação  
à Pesca Desportiva

Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação

Org.: Associação de Pesca Desportiva Costa Azul

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



**18h00** | XIII Torneio de Ténis SJ

Campos de Ténis de Ílhavo e da Gafanha

da Encarnação





**18h00** | Workshop

**“Decoração Chinelos de Dedo”**

Fórum Municipal da Juventude da Gafanha do Carmo



**19h00** | XV Torneio de Futsal SJ

Pavilhão Municipal da Gafanha do Carmo

Org.: Grupo de Jovens “A Torre”

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo



**21h30** | Noite de Cinema

**“Cavalo de Guerra”**

Centro Cultural de Ilhavo



**18** quarta-feira

**10h00** | Workshop **“Orientação”**

Barquinha, Ilhavo

Org.: Clube de Natureza e Aventura de Ilhavo

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo



**10h30** | Ginástica com

**Pé n’Areia – Zumba**

“Praia Velha” (junto ao Molhe Sul), Praia da Barra

Org.: GimClube

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo



**15h00** | II Torneio de Minigolfe SJ

Campo Minigolfe – Ilhavo



**15h00** | Workshop

**“Maquilhagem Artística”**

Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Nazaré



**16h00** | V Curso de Iniciação  
à Pesca Desportiva

Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação

Org.: Associação de Pesca Desportiva Costa Azul

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo



**18h00** | Workshop **“Decoração  
Fracos de Vidro Reciclados”**

Fórum Municipal da Juventude da Gafanha  
da Encarnação



**18h00** | XIII Torneio de Ténis SJ

Campos de Ténis de Ilhavo e da Gafanha da Encarnação



**19h00** | XV Torneio de Futsal SJ

Pavilhão Municipal da Gafanha do Carmo

Org.: Grupo de Jovens A Torre

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo





## 22h00 | Concerto com Ganda Malucos

Jardim Central, Gafanha do Carmo

**19** quinta-feira

10h00-12h00/15h30-16h30 |

## Atividades Bandeira Azul

“Fish’it: S.O.S. OCEANO”

Núcleo de Educação Ambiental da Costa Nova/

Praia da Rua dos Banhos

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

## 10h30 | Ginástica com Pé n’Areia –

### AeroLocal

“Praia Velha” (junto ao Molhe Sul), Praia da Barra

Org.: GimClube

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

## 15h00 | Workshop “Técnicas de Suporte Básico de Vida”

Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Nazaré

## 15h00 | V Torneio de Ténis de Mesa SJ

EB 2,3 José Ferreira Pinto Basto, Ílhavo

## 16h00 | V Curso de Iniciação à Pesca Desportiva

Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação

Org.: Associação de Pesca Desportiva Costa Azul

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

## 18h00 | XIII Torneio de Ténis SJ

Campos de Ténis de Ílhavo e da Gafanha da Encarnação

## 19h00 | XV Torneio de Futsal SJ

Pavilhão Municipal da Gafanha do Carmo

Org.: Grupo de Jovens “A Torre”

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

## 21h30 | Noite das Associações II

Noite Anos 70/80/90

Sede do Grupo de Jovens “A Torre”, Moitinhos

Org.: Grupo de Jovens “A Torre”

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo





## 20 sexta-feira

10h00-12h00/15h30-16h30 |

### Atividades Bandeira Azul

“Aprender a Reutilizar é uma boa maneira de Poupar!” – Oficinas Criativas de Resíduos  
Núcleo de Educação Ambiental da Costa Nova/  
Praia da Rua dos Banhos  
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



### 10h30 | Ginástica com Pé n'Areia – Zumba

“Praia Velha” (junto ao Molhe Sul), Praia da Barra  
Org.: GimClube  
Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



### 16h00 | V Curso de Iniciação à Pesca Desportiva

Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação  
Org.: Associação de Pesca Desportiva Costa Azul



### 15h00 | Workshop “Cocktails sem Álcool”

Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo

### 18h00 | Final do XIII Torneio de Ténis SJ

Campos de Ténis de Ílhavo e da Gafanha da Encarnação



### 19h00 | Final do XV Torneio de Futsal SJ

Pavilhão Municipal da Gafanha do Carmo  
Org.: Grupo de Jovens “A Torre”  
Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



### 22h00 | Concerto com Paperboats

Jardim 31 de Agosto, Gafanha da Nazaré



## 21 sábado

### 14h15 | Festa do Movimento Maior

Encerramento da época 2011/2012  
Exibição e convívio dos utentes do Programa Movimento Maior da CMI.  
Centro Cultural da Gafanha da Nazaré  
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



**21h00** | XIII Festival de Folclore  
“As Ceifeiras”

Largo da Igreja, Gafanha da Encarnação  
Org.: Rancho Folclórico “As Ceifeiras” da Gafanha da Encarnação

**21 e 22** sábado e domingo  
**09h00-17h00** | Circuito Regional de Surf,  
Bodyboard e Longboard – 3.ª Etapa

Praia da Barra  
Org.: Associação de Surf de Aveiro

Participação da A.C.D. “Os Ílhavos”,  
Secção de Atletismo, no Campeonato  
Absoluto das Beiras, no Luso.

**28** sábado  
**22h00** | XXVI Festival Nacional e  
Internacional de Folclore “O Arrais”

Largo do Bispo, Ílhavo  
Org.: Grupo de Folclore “O Arrais”

**28 a 3** de agosto, sábado a sexta-feira  
**Todo o dia** | Campeonato Europeu Sharpie

Gafanha da Nazaré  
Até 3 de agosto  
Org.: Sharpie Club (Portugal)

**29** domingo  
**09h00** | Passeio de Cicloturismo

Concentração na Sede do Grupo  
Org.: Grupo de Jovens “A Torre”

**3 a 6** de agosto  
**Ílhavo Sea Festival 2012**

Terminal do Porto de Aveiro e Jardim Oudinot,  
Gafanha da Nazaré  
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

# FESTIVAL

# RÁDIO

# ÍLHAVO A TRAN

## **5** quinta-feira

**21h30** | Inauguração da exposição  
Rádio Faneca e Concerto de Jazz  
Centro Cultural de Ílhavo

## **6 a 8** sexta-feira a domingo

**Dia 6** | a partir das **10h00**

**Dia 7 e 8** | a partir das **11h00**

Emissão Rádio Faneca 103.9 FM

**Dia 6** | a partir das **10h00**

**Dia 7 e 8** | a partir das **11h00**

Residência artística “Confiar nos  
Becos”, com coordenação artística de  
Chiara Sonzogni

**Dia 6** | **10h00-22h30**

**Dia 7 e 8** | **11h00-22h30**

**Dia 8** | **11h00-17h30**

Jogos nos Jardins

Jardim Henriqueta Maia

**Dia 6 e 7** | **10h00-17h00**

**Dia 8** | **11h00-17h00**

Jogo dos 7 Carris, uma criação  
de Miguel Horta  
Centro Histórico de Ílhavo

**Dia 6** | **13h30-17h30**

**Dia 7** | **14h00-16h00**

**Dia 8** | **14h30-16h30**

Teatro mais pequeno do Mundo,  
de Graeme Pulleyn  
Jardim Henriqueta Maia

## **6 e 7** sexta-feira e sábado

**Dia 6** | **10h00-17h00**

**Dia 7** | **14h00-16h00**

Hora do conto e ateliê

Jardim Henriqueta Maia

**14h00-19h00** | Workshop de rádio *Alô,  
Alô Dona Rosa!* com Fernando Alvim  
Rádio Terranova (edifício do Centro Cultural da Gafanha  
da Nazaré)

**Dia 6** | **21h00**

**Dia 7** | **21h00**

Jazz nos Cafés, com Óscar Graça,  
Nuno Costa e Jeff Davis e participantes  
no workshop de Jazz

Café Jardim, Café Estádio, Café Ilhavense

## **6** sexta-feira

**14h00-19h00** | Sons e saberes –  
Música e Bandas Filarmónicas  
MIMAR 2012

Museu Marítimo de Ílhavo

# FANECA ÍLHAVO

## SMITIR ALEGRIA

**22h00** | Bandas Filarmónicas –  
Música Velha e Música Nova  
Jardim Henriqueta Maia

**23h00** | Real Combo Lisbonense  
Jardim Henriqueta Maia

**7** sábado

**14h00** | Orquestra Filarmonia das Beiras  
Jardim Henriqueta Maia

**14h30-15h30** | Conversas de Mar em Terra  
Café Jardim

**19h30** | Casa Aberta  
Centro Histórico de Ílhavo

**19h45** | Teatro de marionetas King Pai  
Jardim Henriqueta Maia

**22h00** | Ena Pá 2000  
Jardim Henriqueta Maia

**00h00** | Batida  
Jardim Henriqueta Maia

**01h30** | Bailarico sofisticado  
Jardim Henriqueta Maia

**8** domingo

**11h00-17h00** | Mercadinho de Vendas  
e Trocas  
Jardim Henriqueta Maia

**14h30-16h00** | Rádio Faneca com  
Fernando Alvim  
Jardim Henriqueta Maia

**16h30** | Baile dos Corpos Extraordinários  
Jardim Henriqueta Maia

**17h30** | João Gentil e Luís Formiga  
Jardim Henriqueta Maia

**21h30** | Cinema *drive in* “O Artista”  
Praça do Centro Cultural de Ílhavo

**Entrada gratuita**

[www.centrocultural.cm-ilhavo.pt](http://www.centrocultural.cm-ilhavo.pt)  
[www.facebook.com/radiofaneca](https://www.facebook.com/radiofaneca)



## Todo mês

exposições permanentes  
Cândido Teles

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

## João Carlos Celestino Gomes

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

## 5 a 8 quinta-feira a domingo

Festival Rádio Faneca  
“Ilhavo a Transmitir Alegria”  
entrada gratuita

## 9 a 13 segunda-feira a sexta-feira

XXII Semana do Fado Amador  
Cidade de Ilhavo

Apresentação da responsabilidade de: Associação Recreativa e Cultural Chio-Pó-Pó  
Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo  
CC Ilhavo · entrada gratuita · auditório · M/ 3 anos · bilhetes de cada sessão disponíveis no próprio dia (no dia 9 a partir das 20h00; entre os dias 10 e 13 a partir das 11h00)

## 13 sexta-feira

18h30 | Inauguração da XV Mostra  
Jovem d'Artes

CC Ilhavo · entrada gratuita · sala de exposições · para todas as idades · patente até ao dia 22 de julho

## 14 sábado

21h30 | Desfile e Sarau de Verão

Org.: Grupo de Dança “Pestinhas”  
Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo  
CC Gafanha da Nazaré · entrada gratuita · auditório

## 16 segunda-feira

música

22h00 | Klepht

CC Ilhavo · entrada €5,50 · auditório · M/ 3 anos

## 17 terça-feira logo

Ciclo de Cinema “Veja o Filme, Leia o Livro”  
21h30 | Cavalo de Guerra

De Steven Spielberg, com Jeremy Irvine, Peter Mullan, Emily Watson, David Thewlis  
CC Ilhavo · entrada gratuita · 146 min · M/12 anos





## 22 domingo

### 15h30 | Sarau da Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação

Apresentação da responsabilidade de: Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação  
Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo  
CC Ílhavo · entrada € 3,00 · auditório

## 24 terça-feira

### dança

### 21h30 | Cliché?

Apresentação da responsabilidade de: Patrick Simões  
CC Ílhavo · entrada € 7,00 (M/13 anos)  
€ 5,00 (3-12 anos) · auditório

## 28 sábado

### música

### 20h30 | Audição Final Soprano

Apresentação da responsabilidade de: Escola de Música Soprano  
CC Gafanha da Nazaré · entrada € 2,50 · auditório ·  
M/ 3 anos

## 25 quarta-feira

### Ciclo de Cinema “Veja o Filme, Leia o Livro”

### 21h30 | Cosmopolis

De David Cronenberg, com Robert Pattinson, Samantha Morton, Jay Baruchel, Juliette Binoche, Paul Giamatti  
CC Ílhavo · entrada · €6,00 (ciclo) · €3,50 (sessão) ·  
108 min · M/16 anos

## 31 terça-feira

### Ciclo de Cinema “Veja o Filme, Leia o Livro”

### 21h30 | Um Homem com Sorte

De Scott Hicks, com Blythe Danner, Zac Efron, Taylor Schilling  
CC Ílhavo · entrada · €6,00 (ciclo) · €3,50 (sessão) ·  
101 min · M/12 anos

### Para mais informações e reservas

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

### www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

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

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

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

CONCERTOS  
TORNEIOS  
WORKSHOPS

E MUITO  
MAIS

...

ÍLHAVO'12

SEMANA

JOVE

13 A 20  
JULHO



Câmara Municipal de Ílhavo

» **XV MOSTRA JOVEM D'ARTES**  
inscrições até 7 de julho

» **XI TORNEIO DE STREET BASKET 3X3 SJ**  
inscrições até 13 de julho

» **III TORNEIO DE VOLEIBOL DE PRAIA SJ**  
inscrições até 13 de julho

» **ÍLHAVO JOVEM EM CANOA 2012**  
inscrições até 13 de julho

» **XV TORNEIO DE FUTSAL SJ**  
inscrições até 10 de julho

» **XIII TORNEIO DE TÊNIS SJ**  
inscrições até 13 de julho

» **TRAVESSIA DA RIA A NADO**  
inscrições até 13 de julho

» **V TORNEIO DE TÊNIS DE MESA SJ**  
inscrições até 13 de julho

» **II TORNEIO DE MINIGOLFE**  
inscrições até 13 de julho

» **TORNEIO DE MATRAQUILHOS SJ**  
inscrições até 13 de julho

» **WORKSHOPS:**  
inscrições até 13 de julho

- Blocos de notas forrados c/ tecido
- Decoração chinelos de dedo
- Maquiagem artística
- Decoração frascos de vidro reciclados
- Técnicas de suporte básico de vida
- Cocktails sem Álcool
- Orientação
- Flor de origami em tecido
- Papagaios de papel
- Bonecas de Eva
- Danças Latinas
- Espanta Espíritos Marítimos

» **V CURSO DE INICIAÇÃO À PESCA DESPORTIVA**  
inscrições até 13 de julho

» **PEDDY PAPER**  
inscrições até 10 de julho

» **VEM APANHAR ONDAS! AULAS DE SURF E BODYBOARD**  
inscrições no local  
(Rua 5, Praia da Barra - 14 e 15 de julho)



## Alimentação no Verão

No verão verificam-se imensas mudanças, os dias são mais longos e as temperaturas aumentam bastante e, por isso, a população necessita de se adaptar a esta nova situação. Nesta altura do ano, o calor excessivo pode provocar uma inibição do apetite, podendo levar a jejuns prolongados, o que deixa o organismo fraco. Além disso, há um aumento significativo da transpiração, mecanismo que mantém a temperatura corporal, levando à perda de água e sais minerais que devem ser repostos através da hidratação e alimentação. Recomenda-se, então, refeições mais leves, equilibradas e compostas por alimentos frescos e naturais, que possibilitem uma fácil digestão.

A exposição ao sol, que agora é quase regular, intensifica estas perdas hídricas e minerais devendo dar-se especial atenção às crianças e idosos, porque são mais sensíveis a estas alterações.

A adoção de padrões alimentares inadequados, como acontece no caso da adesão a dietas extremas, expõe os indivíduos a alguns perigos porque estas, na realidade, não fornecem as quantidades adequadas de calorias, vitaminas e sais minerais.

### Conselhos úteis

- Não saia de casa sem tomar o pequeno-almoço! Componha-o com pão escuro (tipo mistura ou centeio) com manteiga, queijo ou fiambre (uma fatia) ou cereais (tipo corn-flakes ou flocos de aveia), leite ou iogurte e uma peça de fruta da época.
- O que preferir: frutas, legumes, vegetais de folha verde, pão escuro, arroz, bolachas pouco açucaradas (maria, água e sal e torrada), carnes magras e peixe.

- O que evitar: refrigerantes e outras bebidas gaseificadas, gorduras, fritos, bebidas alcoólicas, condimentos picantes, açúcar, produtos açucarados.
- Ingestão de líquidos deve ser frequente ao longo do dia (água, sumos naturais, infusões de ervas ou frutos).
- Frutas e legumes como cenoura, abóbora, pêsego e manga preparam a pele para um bronzado bonito e duradouro.
- Fracione as refeições diárias (coma mais vezes, em menor quantidade).
- Cuidado com as preparações culinárias feitas com leite, gordura e ovos. Necessitam de refrigeração adequada, pois o calor aumenta a proliferação de bactérias que podem causar intoxicação alimentar.
- Se comer uma sandes, escolha as que são feitas com carnes magras, como peito de peru ou frango. As carnes magras possibilitam uma digestão melhor, evitando o desconforto intestinal.
- Não se esqueça das saladas, estas podem fazer parte não só do prato como também da sandes. Os molhos, como a maionese, também são propícios à contaminação bacteriana e, por isso, devem ser evitados.
- Deve-se ingerir alimentos ricos em vitamina C, estes têm propriedades antioxidantes e ajudam a manter a pele saudável.

### Tome cuidado com a sua saúde e informe-se!

Unidade de Saúde Pública – Centro de Saúde de Ílhavo



MUSEU  
MARÍTIMO  
ILHAVO

75  
1937  
2012

museu • aquário • investigação

## Todo o mês Exposições

### Barcos do Museu

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

### Horário

**MMI** terça a sexta-feira 10h00-18h00

Sábados, domingos e feriados 14h00-18h00

**NMSA** terça a sexta-feira 10h00-18h00

Sábados, domingos e feriados 14h00-18h00

Encerram à segunda-feira.

### Viagens na Coleção do Museu Marítimo de Ílhavo 1922-1937

Este projeto expositivo tem por objetivo reunir peças relevantes do primeiro ciclo de vida do Museu, um longo período de incubação que podemos situar entre 1922 e 1937. Trata-se de objetos variados e de proveniência incerta que invocam as hesitações de uma ideia de museu que, apesar das resistências, conduziram ao momento da fundação do Museu Municipal de Ílhavo, em 1937.

### Modelos de Embarcações – doação de Carlos Mónica

Exposição de dois modelos – Caravela Portuguesa do século XV e Duquesa de Bragança, 1833 (Hannah) – doados pelo Sr. Carlos Mónica em 2011.

**Informações:** Tel. 234 329 990

[www.museumaritimomcm-ilhavo.pt](http://www.museumaritimomcm-ilhavo.pt)



### **Autores do Mês**

**Secção Infanto-juvenil**

David McKee

**Secção Adulto**

António Lobo Antunes

### **Ao Som das Histórias**

**Quartas-feiras | 18h45**

**Sábados | 9h45**

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

### **T**odo o mês

**Mergulhem nos livros...**

**é Verão!**

Destaque Literário

### **3 a 13** terça a sexta-feira

**Exposição de fotografia:**

**Fragâncias de Luz**

### **A Biblioteca sai à Rua**

**Dia 6 | 10h00-17h00**

“História do fundo do mar”  
de Mário Castrim

**10h00 e 16h00 | Hora do Conto e Ateliê**

**Dia 7 | 14h00-16h00**

“O moliceiro da Ria” de Amaro Neves

**14h30 | Hora do Conto e Ateliê**

A Biblioteca Municipal leva a hora do conto até ao Jardim Henriqueta Maia, apareça e surpreenda-se com um programa diferente.

(Integrado no programa do Festival Rádio Faneca)

### **7** sábado

**15h00 | Sessão pública de  
apresentação do livro**

“A bordo da vida”, de Francisco Menezes

**15h00 | Cinema nas Férias**

**Prontos para a animação?**

**Dia 12** “O gato das botas”, de Chris Miller

**Dia 19** “Caçadores de dragões”,  
de Guillaume Ivernel e Arthur Qwak

**Dia 24** “Capuchinho Vermelho –  
A nova aventura”, de Mike Disa



**Dia 26** “Animais unidos, jamais serão vencidos”, de Reinhard Klooss e Holger Tappe

**13** sexta-feira

**18h00** | Sessão pública de apresentação do livro

“Fragâncias de Luz”, com a presença dos fotógrafos: Ana do Carmo, Luís Reina e João Zero

**26** quinta-feira

**17h00** | Comemoração do Dia dos Avós

Vem à Biblioteca com os teus avós e oferece-lhes um livro feito por ti.

**Hora do conto e ateliê**

“O livro da avó”, de Luís Silva

**28** sábado

**16h30** | Hora do Conto e Ateliê

“O Pescador e o Peixinho”, de La Fontaine

Vem ouvir e cantar connosco a fábula do Mês

## Bebeteca

sábados | **16h00**

Coleção “Os Gémeos”, de Violeta Monreal

**Dia 7** “Um cão no parque”

**Dia 14** “Um zoo estranho”

**Dia 21** “Em viagem”

**Dia 28** “Um dia emocionante”

## Hora do Conto

terça a sexta-feira | **17h30**

sábados | **16h30**

**Dia 7** “O moliceiro da Ria” de Amaro Neves

**Dia 14** “Elmer e o passarão” de David McKee

**Dia 21** “As férias batem à porta” de António Mota

## Ateliês de Expressão Literária e Plástica

sábados | **17h00**

**Dia 7** Decora a proa do teu moliceiro

**Dia 14** Os amigos do Elmer.

**Dia 21** Chegaram as férias.



FÓRUM MUNICIPAL  
DA JUVENTUDE

**T**odo o mês  
**Jogos de Água**  
Em todos os FMJ

**4** quarta-feira  
**Torneio de Ping Pong**  
**15h00** | FMJ Gafanha da Nazaré  
**18h00** | FMJ Gafanha da Encarnação

**6** sexta-feira  
**Mural de Graffiti**  
**15h00** | FMJ Ilhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

**7** sábado  
**Mural de Graffiti**  
**15h00** | FMJ Gafanha da Encarnação e FMJ Gafanha do Carmo

**11** quarta-feira  
**Ateliê de Expressão Plástica –  
Globo de Água**  
**18h00** | FMJ Gafanha do Carmo

**Horários:**

**FMJI e FMJGN** segunda a sexta-feira 10h00-13h00/14h00-18h00 **FMJVI** terça a sexta-feira 17h00-20h00  
**FMJGE e FMJGC** terça a sexta-feira 15h00-20h00 sábado 10h00-13h00/14h30-18h30

**13 a 20** quinta a sexta-feira  
**Workshops Diversos**  
Em Todos os FMJ



**20** sexta-feira  
**És o Melhor... – Construção de troféu  
alusivo ao Dia Internacional do Amigo**  
**15h00** | FMJ Ilhavo e FMJ Gafanha da Nazaré

**21** sábado  
**És o Melhor... – Construção de troféu  
alusivo ao Dia Internacional do Amigo**  
**15h00** | FMJ Gafanha da Encarnação e FMJ Gafanha do Carmo

**26** quinta-feira  
**Cinema com Pipocas!**  
**15h00** | FMJ Ilhavo e FMJ Gafanha da Nazaré  
**18h00** | FMJ Gafanha da Encarnação e FMJ Gafanha do Carmo



**Se não gosta de encontrar,  
procure não sujar!**

**Ninguém gosta  
de encontrar lixo na praia.**

No entanto, poucos cuidam do espaço de que tanto gostam. "Beatas", caroços de fruta, latas, garrafas de plástico e invólucros de gelado são, mais vezes do que desejaríamos, nossos vizinhos no areal.

Também na praia, respeite e faça respeitar as regras do civismo, e utilize os equipamentos para deposição do lixo à sua disposição, encaminhando os resíduos valorizáveis para reciclagem. Faça a sua parte.

**A cidadania não vai de férias!**



**FESTIVAL RÁDIO FANEÇA** ÍLHAVO  
ÍLHAVO A TRANSMITIR ALEGRIA

JARDIM HENRIQUETTA  
MATA

entrada gratuita

EMIÇÃO DO FESTIVAL  
103.9 FM

ENA PÁ 2000  
BATIDA  
MÚSICA VELHA

REAL COMBO LISBONENSE  
FERNANDO ALVIM  
MÚSICA NOVA

5/8 JUL

facebook.com/radiofaneça

Logos of various sponsors and partners at the bottom.

## Festival “Rádio Faneca”

Neste mês de julho, em que se assinala o 22.º Aniversário da Elevação de Ílhavo a Cidade, dedicamos a rubrica “a nossa gente” ao Festival Rádio Faneca, cujos eventos se realizam entre os dias 5 e 8 (quinta-feira a domingo) e têm lugar, na sua grande maioria, no Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo.

Rádio Faneca é um Festival de Cruzamentos das Artes Performativas, Visuais e da Música, que se realiza no âmbito do Projeto de Regeneração Urbana do Centro Histórico de Ílhavo (RUCHI).

Este programa, cuja principal ideia assenta nos recursos materiais e imateriais do território, apresenta projetos que convocam as memórias da vivência do Centro Histórico de Ílhavo (CHI), dando-lhes novos sentidos e significados, procurando recontar histórias e pluralizar Memórias.

O Festival Rádio Faneca apresenta projetos artísticos de envolvimento da comunidade, onde a população tem uma participação ativa na sua preparação e apresentação.

Este é um programa que cruza elementos oriundos dos mais diversos domínios da atividade artística e cultural, numa relação permanente entre o local e o global, reunindo artistas profissionais e amadores.

O programa tem como palco principal o Centro Histórico de Ílhavo, cujas iniciativas contribuem simultaneamente para o conhecimento da história e da tradição e fomentam junto da Comunidade a criação de novas memórias e vivências no espaço público.

O desenho da programação do Rádio Faneca está ancorado num conjunto de expressões culturais e identitárias, consideradas singulares e únicas no contexto da vida social da comunidade de Ílhavo.

O programa do Rádio Faneca apresenta projetos de envolvimento comunitário, concertos, espetáculos de artes performativas, jogos, uma exposição e cinema.

A Câmara Municipal de Ílhavo considera muito importante a realização do Festival Rádio Faneca, que tem por slogan “Ílhavo a transmitir Alegria”, convocando a Comunidade a ser co-produtora, envolvendo-a na preparação, execução e implementação dos projetos de programação e convidando o público em geral para assistir e participar neste evento único para o Município, em especial para a Cidade de Ílhavo.



## **Costa Nova, Fausto Sampaio**

Mantendo o compromisso de partilhar tesouros da coleção do Museu, este mês seleccionámos esta bela obra de Fausto Sampaio (1893-1956), doada ao Museu dois anos após a sua inauguração, por Manuel Craveiro, a 16 de setembro de 1939.

Costa Nova num dia de nevoeiro foi assim que o Jornal O Ilhavense noticiou a sua incorporação nas coleções do Museu. Pintura a óleo sobre tela, onde Fausto Sampaio capta com admirável mestria a nebulosidade do dia. A centralidade da obra é imposta pela representação do sol, que envergonhadamente reflete sobre as águas da Ria. Na composição vislumbramos em distintos planos, vários moliceiros, cujas velas impõem à obra alguma verticalidade. Cromaticamente, Fausto Sampaio recorre a tons de pastel e rosáceos.

Natural de uma pequena aldeia de Anadia, Fausto Sampaio foi um artista singular do período naturalista, de transição para o modernismo. Surdo-mudo desde tenra idade, incapacidade que, de certa forma,

tê-lo-á dotado de uma grande sensibilidade para se exprimir através da pintura. Detentor de uma enorme mestria técnica e de uma sensibilidade inigualável foi no Instituto de Surdos-Mudos do Porto e na Casa Pia que revelou a sua extraordinária vocação artística. Impressionista de grande versatilidade, notabilizou-se como grande paisagista, tendo sido inexcelente na representação das terras do Vale do Vouga.

Discípulo de Jules Renard, frequentou em Paris várias academias. Foi um dos mestres do pintor ilhavense Cândido Teles, que a partir de 1939, dele terá adotado o gosto pelas representações pictóricas dos coloridos moliceiros da Ria.

### **Bibliografia consultada**

Artes de pesca. As pescas na Arte  
Dicionário de Pintores e Escultores Portugueses



## Bacalhau à CCD com molho Pesto

### Ingredientes

- 400 g. de lombo de bacalhau
- 400 g. de batatas aos cubos
- Azeite
- Sal e pimenta q.b.

### Para o molho

- 50 g. de salsa
- 100 g. de pinhões
- 500 ml de azeite extra virgem
- 20 ml de sumo de limão
- Sal e pimenta q.b

### Preparação

Tempere o lombo de bacalhau com pimenta e deixe alourar em azeite de ambos os lados. Coloque no forno a 60 graus durante 15 minutos.

Corte as batatas aos cubos e frite em óleo a 170°.

Triture com uma varinha mágica os ingredientes para o molho.

Emprate e decore a seu gosto.



## tabela de marés

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

dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	DOM	00.29	3.0	12.59	3.2	06.24	0.9	18.58	0.8
2	SEG	01.30	3.1	13.55	3.3	07.20	0.8	19.53	0.6
3	☉	02.25	3.2	14.47	3.5	08.11	0.7	20.44	0.5
4	QUA	03.16	3.3	15.36	3.5	08.59	0.6	21.30	0.5
5	QUI	04.03	3.3	16.22	3.5	09.44	0.6	22.15	0.5
6	SEX	04.47	3.3	17.06	3.5	10.27	0.7	22.58	0.6
7	SAB	05.30	3.2	17.49	3.3	11.10	0.8	23.41	0.7
8	DOM	06.13	3.0	18.32	3.2	11.53	0.9	-	-
9	SEG	06.56	2.9	19.16	3.0	00.24	0.9	12.39	1.1
10	TER	07.42	2.8	20.04	2.8	01.10	1.1	13.30	1.2
11	☾	08.36	2.6	21.01	2.7	02.01	1.2	14.29	1.4
12	QUI	09.38	2.6	22.05	2.6	03.00	1.4	15.37	1.4
13	SEX	10.44	2.6	23.11	2.6	04.05	1.4	16.49	1.4
14	SAB	11.47	2.7	-	-	05.10	1.4	15.55	1.4
15	DOM	00.12	2.6	12.41	2.8	06.08	1.3	18.50	1.2
16	SEG	01.05	2.7	13.29	2.9	06.57	1.2	19.34	1.1
17	TER	01.50	2.8	14.11	3.0	07.38	1.1	20.12	1.0
18	QUA	02.31	2.9	14.49	3.2	08.15	1.0	20.47	0.9
19	☉	03.09	3.0	15.26	3.2	08.50	0.9	21.21	0.8
20	SEX	03.46	3.1	16.02	3.3	09.25	0.8	21.55	0.7
21	SAB	04.22	3.2	16.38	3.3	10.01	0.8	22.31	0.7
22	DOM	05.00	3.2	17.16	3.3	10.38	0.7	23.09	0.7
23	SEG	05.38	3.1	17.56	3.3	11.19	0.8	23.50	0.8
24	TER	06.21	3.1	18.40	3.2	-	-	12.04	0.9
25	QUA	07.09	3.0	19.32	3.0	00.36	0.9	12.55	1.0
26	☾	08.05	2.9	20.34	2.9	01.29	1.0	13.56	1.1
27	SEX	09.14	2.8	21.49	2.8	02.34	1.1	15.11	1.2
28	SAB	10.31	2.8	23.09	2.8	03.50	1.2	16.33	1.2
29	DOM	11.45	3.0	-	-	05.08	1.1	17.50	1.1
30	SEG	00.22	2.9	12.51	3.1	06.16	1.0	18.55	0.9
31	TER	01.24	3.0	13.47	3.3	07.13	0.9	19.48	0.7



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

**\* Reforço (até às 22h00)**

**Ílhavo**

Diniz Gomes, Tel. 234 322 885  
 Moderna, Tel. 234 328 222  
 Santos, Tel. 234 322 930/326 486  
 Senos, Tel. 234 322 742

**Gafanha da 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

# Viver em jul'12

Av. 25 de Abril  
3830-044 ILHAVO

Autorizado a circular  
em invólucro plástico fechado  
de 00522005 DCN

**DM**

The logo for CTT (Correios de Portugal), depicting a figure riding a horse.  
**TAXA PAGA  
PORTUGAL  
CONTRATO 530 840**