

**viver**  
em ago'11





- 2 índice
- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 5 agenda
- 17 museu marítimo de Ílhavo
- 20 cc Ílhavo e cc Gafanha da Nazaré
- 22 biblioteca municipal de Ílhavo
- 24 página da saúde
- 25 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 concelhia, a informação deverá ser remetida à Câmara Municipal de Ílhavo até ao próximo dia 15 de Agosto de 2011 para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de Setembro de 2011.

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

**Distribuição Gratuita**

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

#### **Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré**

##### **Inscrições Abertas para:**

Natação para Bebés | Aprendizagem e Aperfeiçoamento para Crianças Jovens e Adultos | Hidroginástica | Hidrodeep | Hidrobike | Hidrokids | Pólo Aquático | Natação de Salvamento | Hidroginástica e Natação (Maioridade) | Natação Terapêutico | Natação para Grupos (Jardins de Infância e ATL's) | Classes Mistas com Ténis e Minigolfe.

##### **Início da época desportiva:**

**1 de Setembro**

Piscinas: Ílhavo – 234 329 607

Gafanha da Nazaré – 234 363 080

#### **Maioridade 2011 12 a 18 de Setembro**

**Inscrições: 16 a 26 de Agosto**

##### **Reuniões Ordinárias do Executivo**

Câmara Municipal de Ílhavo

**Pública:**

23 de Agosto (Terça-feira), pelas 15h30

Audição do público a partir das 17h30

Navio Museu Santo André



A agenda de eventos do Município de Ílhavo, “Viver em”, anuncia as múltiplas actividades deste mês de Agosto, com uma oferta diversificada para um tempo de férias, convidando Todos a participar.

Das muitas acções que se vão desenvolver, a referência especial é para as Festas do Município de Ílhavo 2011/Mar AGOSTO, numa organização da Câmara Municipal de Ílhavo, com a parceria de várias Associações do Município. Música, Cultura, Desporto, Actividades Náuticas e Recreativas,..., o Festival do Marisco “Ria A Gosto” e os momentos especiais e altos do Festival do Bacalhau no Jardim Oudinot de 17 a 21.

Integrados no Programa do MAR AGOSTO realizam-se três momentos evocativos muito especiais. No Domingo dia 7 às 19h, a “Barca dos Sonhos” numa homenagem aos seus donos e gestores – Adelino e Manuel Ameixa – no dia em que se inaugura a réplica da Velha Barca “Os Velhotes”, na Gafanha da Encarnação (Rotunda Poente da Estrada da Mota). Na Segunda dia 8, a comemoração dos 74 anos do Museu Marítimo de Ílhavo, com a apresentação do seu Projecto de Ampliação às 21.30h. Na Terça dia 23 durante todo o dia assinalamos o décimo aniversário do Navio Museu Santo André.

Partilhamos também um especial Abraço de boas vindas aos nossos Emigrantes e a Todas as Pessoas que nos visitam nestes dias de Verão.

Agradecemos a sua atenção e participação.

Venha VIVER connosco.

Um Bom Mês e Um Abraço,

José Ribau Esteves  
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



## destaques do mês



### Todo o mês

Exposição de Fotografia  
"Olhos sobre o Mar" -  
Porão de Salga do Navio-Museu  
Santo André

### Todo o mês

Biblioteca de Praia "Entra na  
onda... da leitura" - Molhe Sul,  
Praia da Barra



### 6 a 14 de Agosto

III Semana Náutica do  
Município de Ílhavo



### 6, 13 e 20 de Agosto

Sábados no Jardim - Município  
de Ílhavo

### 7 e 8 de Agosto

Comemorações dos 74 Anos  
do Museu Marítimo de Ílhavo



### 13 e 14 de Agosto

Ílhavo Radical - Largo do Farol,  
Praia da Barra



### 17 a 21 de Agosto

Festival do Bacalhau - Jardim  
Oudinot, Gafanha da Nazaré

### 23 de Agosto

Comemorações dos 10 Anos  
do Navio-Museu Santo André



### 26 de Agosto

Grande Concerto de Verão  
com Pedro Abrunhosa &  
Comité Caviar

### 31 de Agosto

Inauguração da Estátua  
Evocativa dos 100 Anos  
da Criação da Paróquia e  
Freguesia da Gafanha da  
Nazaré



## **T**odo o Mês

### **Biblioteca de praia**

“Entra na onda... da leitura”

Molhe Sul, Praia da Barra

### **OTL e Biblioteca ao Ar Livre – Costa Nova**

Relvado Costa Nova

### **Escola de Surf e BodyBoard**

Org: Associação de Surf de Aveiro

Praia da Barra

### **Exposição de Fotografia “Olhos sobre o Mar”**

Navio Museu Santo André

Porão de Salga

### **14h00-17h00 | Núcleo de Educação Ambiental da Costa Nova**

Aberto de 2.ª a 6.ª feira

Costa Nova

## **1** Segunda-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30 |**

**“Repensar o Ambiente”**

Centro de Educação Ambiental/Ecocentro Municipal

## **2** Terça-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30 | “A minha Praia  
tem Bandeira Azul”**

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

### **21h30 | Ciclo de Cinema**

**“Veja o Filme, Leia o Livro”**

**“A Águia da Nona Legião”**

Centro Cultural de Ilhavo

## **3** Quarta-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30 |**

**“O Mar em puzzle”**

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **4** Quinta-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30 |**

**“Fish’it: S.O.S. Oceano”**

Molhe Sul/ Praia da Barra, junto à Biblioteca de Praia



# Ria A gosto

5º festival de marisco da costa nova  
4 a 7 de Agosto 2011



**4 a 7** Quinta-feira a Domingo  
18h00 | Abertura do  
Festival Ria a Gosto

5º Festival de Marisco da Costa Nova

**5 AGO** | 12h00-14h30/18h00-22h00

**6 AGO** | 12h00-14h30/18h00-22h00

**7 AGO** | 12h00-14h30

Relvado da Costa Nova

Org.: Illiabum Clube e Câmara Municipal de Ílhavo

Apoio: Entidade Turismo do Centro

**5** Sexta-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 | “O Jogo da  
Glória dos Ecomosqueteiros”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

21h30 | XXIII Festival Internacional de  
Folclore da Costa Nova

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

Relvado da Costa Nova

**6** Sábado

14h30-18h30 | **Sábados no Jardim**

Ateliers criativos, insufláveis, ...

15h00-17h00 | **Workshop “Bijuteria”**

Jardim Central, Gafanha do Carmo

**III Semana Náutica do  
Município de Ílhavo**

15h00-17h00 | **Batismo de Mergulho**

Praia do Farol – Barra, junto ao paredão

15h00-17h00 | **Atelier de Origami Náutico**

Biblioteca de Praia, da Praia da Barra

15h30-17h30 | **Canoagem e  
Nautimodelismo**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

21h00 | **Celebração Eucarística em  
Honra da N. S.ª das Neves**

Capela de Alqueidão – Biblioteca Municipal

22h00 | **Espectáculo com “Orfeão da  
Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo”**

Biblioteca Municipal de Ílhavo

**7** Domingo

**III Semana Náutica do  
Município de Ílhavo**

10h30-13h30/15h00-17h00 |

**II Concentração de Motas de Água**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

15h00-17h00 | **Batismo de Motas de Água**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

agosto



**15h00-17h00** | **Batismo de Mergulho**

Praia do Farol – Barra, junto ao paredão

## **Comemorações dos 74 Anos do Museu Marítimo de Ílhavo**

**14h00-18h00** | **Demonstração de Nautimodelismo**

Apoio: TEAM – Truques e Engenhocas Associação de Modelismo

**14h00-18h00** | **Ateliers de Serviço Educativo**

**21h15** | **Sessão de Cinema ao Ar livre**

“Piratas das Caraíbas – Por Estranhas Marés”

**19h00** | **“A Barca dos Sonhos” – Homenagem a Adelino e Manuel Ameixa e Instalação da Réplica da Barca**

Rotunda da Barca – Gafanha da Encarnação

**21h30** | **XIV Festival Nacional de Folclore da Praia da Barra**

Largo do Farol, Praia da Barra

Org.: Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré

## **8 Segunda-feira**

**10h00-12h00/14h30-15h30** | **“A minha Praia tem Bandeira Azul”**

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **III Semana Náutica do Município de Ílhavo**

**10h00-12h00** | **Regime Livre gratuito**

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | **Oficinas temáticas para a Família**

Museu Marítimo de Ílhavo

**15h00-17h00** | **Batismo Bodyboard/Surf (1.º momento)**

Praia da Barra

**15h00-17h00** | **Curso de Kitesurf (1.º momento)**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | **Atelier temático de nós**

FMJ da Gafanha da Nazaré

**15h30-17h30** | **Canoagem e Nautimodelismo**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré



## Comemorações dos 74 Anos do Museu Marítimo de Ílhavo

**14h00-23h00** | Dia Aberto

**21h30** | Sessão Solene

- Apresentação do Projecto de Ampliação do Museu Marítimo de Ílhavo
- Inauguração da Exposição **Nos Porões da Memória VI**, com fotografias de Kent Barrett e Manfred Buchheit (Terra Nova, Canadá)
- Lançamento do catálogo **Fora de Bordo – Olhares sobre Mar Português**.

**22h30** Sabores Marítimos

**9** Terça-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** |

“O Mar em puzzle”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## III Semana Náutica do Município de Ílhavo

**10h00-12h00** | Regime Livre gratuito

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Atelier temático de nós

FMJ da Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Jornadas do Mar (atelier/jogo)

Navio Museu Santo André

**15h30-17h30** | Passeio de Lancha (por inscrição)

Marina do Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**15h30-17h30** | Canoagem e Nautimodelismo

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**21h30** | Ciclo de Cinema

“Veja o Filme, Leia o Livro”

“Água aos Elefantes”

Centro Cultural de Ílhavo





## **10** Quarta-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** |  
“Fish’it: S.O.S. Oceano”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **III Semana Náutica do Município de Ílhavo**

**10h00-12h00** | Regime Livre gratuito

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Atelier temático de nós

FMJ de Ílhavo

**15h00-17h00** | Verão é no Museu

Museu Marítimo de Ílhavo

**15h00-17h00** | Curso de Kitesurf

(2.º momento)

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Baptismo Bodyboard/Surf

(2.º momento)

Praia da Barra, Posto 2

**15h00-17h00** | Simulacro do ISN

Praia da Barra

**15h30-17h30** | Canoagem e

Nautimodelismo

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**21h30** | Concerto com Banda Filarmónica  
Gafanhense – Música Velha

Jardim Central, Gafanha do Carmo

## **11** Quinta-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** | “O Jogo da  
Glória dos Ecomosqueteiros”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **III Semana Náutica do Município de Ílhavo**

**10h00-12h00** | Regime Livre gratuito

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Atelier temático de nós

FMJ da Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Curso de Kitesurf

(3.º momento)

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**15h30-17h30** | Canoagem e

Nautimodelismo

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré



## 12 Sexta-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 |

“Aprender a Reutilizar é uma boa maneira de Poupar” – Oficinas Criativas de Resíduos

Molhe Sul/ Praia da Barra, junto à Biblioteca de Praia

## III Semana Náutica do Município de Ílhavo

**Todo o dia** | Feira de Artesanato Náutico

Costa Nova (CVCN)

10h00-12h00 | Regime Livre gratuito

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

15h00-17h00 | Atelier de Origami Náutico

Biblioteca de Praia, da Praia da Barra

15h00-17h00 | Ateliers temáticos de Nós

FMJ de Ílhavo

15h00-17h00 | Jornadas do Mar

(atelier/jogo)

Navio Museu Santo André

15h00-17h00 | Baptismo de Vela

Clube de Vela da Costa Nova

15h30-17h30 | Canoagem e

Nautimodelismo

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

22h00 | Espectáculo Musical  
“Amarelo Manga”

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

## 13 Sábado

14h30-18h30 | Sábados no Jardim

Ateliers criativos, insufláveis, ...

15h00-17h00 | Workshop “KiteSurf”

Largo do Farol, Praia da Barra

## III Semana Náutica do Município de Ílhavo

**Todo o dia** | Museu Marítimo de Ílhavo

Entrada gratuita para as famílias das crianças das férias divertidas

Museu Marítimo de Ílhavo

10h00-13h00 | I Duetlo de Canoagem

Fórum Náutico

Praia da Barra

14h00-18h00 | Feira de Artesanato Náutico

Costa Nova (CVCN)

15h30-17h30 | Canoagem e

Nautimodelismo

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré



**15h00-18h00** | II Challenger de SurfSky

**Fórum Náutico**

Praia da Barra

**15h00-17h00** | Atelier de Origami Náutico

Biblioteca de Praia, da Praia da Barra

**15h00-17h00** | Baptismo de mergulho

Praia do Farol – Barra, junto ao paredão

**15h00-17h00** | Atelier de Nautimodelismo

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**15h00-17h00** | Baptismo de wakeboard

Praia da Barra

## Ílhavo Radical 2011

**Todo o dia** | Campeonato de Skate do

Município de Ílhavo 2011

**Manhã:** Encerramento das inscrições e treinos

**Tarde:** Demonstrações e Campeonato

Skate Park (junto à Piscina Municipal da Gafanha

da Nazaré)

**22h00** | Música Tradicional Portuguesa  
com **“D’Orfeu”**

Largo do Farol da Barra

Apoio: Turismo do Centro

## 14 Domingo

**Festa de Homenagem ao Colono**

**09h45** | Eucaristia Dominical

(Coro acompanhado pela Banda  
Filarmónica Gafanhense)

**10h45** | Hastear das Bandeiras

Org.: Associação de Moradores da Sra. dos Campos  
Senhora dos Campos

## III Semana Náutica do Município de Ílhavo

**10h00-13h00** | III Taça de Portugal Kayak

**MAR Troféu Fórum Náutico**

Praia da Barra

**15h00-17h00** | Verão é no Museu

Visita com exposição “Fora de Bordo”

Museu Marítimo de Ílhavo

Navio Museu Santo André

**15h00-17h00** | Passeio de Kayak e Barco  
na Ria

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**15h30-17h30** | Nautimodelismo no

**Jardim Oudinot**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré



## Ílhavo Radical 2011

**Todo o dia** | Parque Radical

Parede de Escalada, Rappel, Slide e Insufláveis

Demonstrações: Kitesurf e Street Surfing  
Relvado da Costa Nova

**10h00** | Aulas de Surf

Praia da Barra (Rua 5)

Org: Associação de Surf de Aveiro

**22h00** | Arraial Popular

Largo da Igreja, Gafanha da Encarnação

**15** Segunda-feira

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

“O Jogo da Glória dos Ecomosqueteiros”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

**16** Terça-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** | “A Minha Praia tem Bandeira Azul”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

**21h30** | Ciclo de Cinema

“Veja o Filme, Leia o Livro”  
“Jane Eyre”

Centro Cultural de Ílhavo

**21h30** | Concerto com Banda dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo – Música Nova

Largo do Farol

**17 a 21** Quarta-feira a Domingo  
Festival do Bacalhau

**TODOS OS DIAS**

- Mostra Gastronómica com Tasquinhas de Bacalhau (Almoço 12h00-15h00; Jantar 19h00-24h00)
- Matinée de Cinema ao Ar Livre, pelas 18h00
- Show Cooking, pelas 22h30
- Animação; Exposições; Artesanato; Provas de Vinho, Espectáculos

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo/Confraria Gastronómica do Bacalhau



## **17** Quarta-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** |  
“O Mar em puzzle”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

**10h00-22h00** | Dia Aberto

Navio Museu Santo André

## **Festival do Bacalhau**

**18h00** | Abertura do Festival do Bacalhau

Navio Museu Santo André

**22h00** | Espectáculo com

## **Rita Redshoes**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo/Confraria

Gastronómica do Bacalhau

## **18 e 19** Quinta-feira e Sexta-feira

**10h00-13h00** | “Praia Limpa, Custa Dinheiro”

Praia Fluvial – Jardim Oudinot

Org.: Parceria CMI/SUMA

## **18** Quinta-feira

**Festival do Bacalhau**

**12h00-24h00** | Mostra Gastronómica com

Tasquinhas de Bacalhau

**22h00** | Espectáculo com

## **Emanuel**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo/Confraria

Gastronómica do Bacalhau

## **19** Sexta-feira

**11h00** | Construções na Areia

Praia da Barra

Org.: Diário de Notícias

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

## **Festival do Bacalhau**

**12h00-24h00** | Mostra Gastronómica com

Tasquinhas de Bacalhau

## **22h00** | **Mega-Baile**

com Sequência e Serrana

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo/Confraria

Gastronómica do Bacalhau



## **20** Sábado **III Fim-de-Semana Náutico**

**11h00-13h00** | Baptismo de

Vela em Família

**14h30-18h30** | Atividades no Sábado  
no Jardim

**15h00-16h00** | Atelier de Nautimodelismo  
em Família

**15h30-17h30** | Corrida Mais Louca da Ria

**16h00-18h00** Baptismo de Canoagem

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**14h30-18h30** | **Sábados no Jardim**

Ateliers criativos, insufláveis, ...

**17h00** | Workshop “Danças Tradicionais”

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**17h30-21h00** | Rota das Padeiras

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**Festival do Bacalhau**

**12h00-24h00** | Mostra Gastronómica com  
Tasquinhas de Bacalhau

**22h00** | Espectáculo com

## **Camané**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo Confraria  
Gastronómica do Bacalhau

**21** Domingo

**III Fim-de-Semana Náutico**

**10h00-11h00** | Atelier de Nós em Família

**11h00-13h00** | Passeio de lancha em família

**15h00-16h00** | WakeBoard

**15h30-17h30** | I Sprint de Canoagem FN

**16h00-18h00** | Baptismo de KiteSurf e

KyteRoad em Família

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**Festival do Bacalhau**

**12h00-24h00** | Mostra Gastronómica com  
Tasquinhas de Bacalhau

**22h00** | Espectáculo com

## **Miguel Gameiro**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo/Confraria  
Gastronómica do Bacalhau



## **22** Segunda-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 |

“A minha Praia tem Bandeira Azul”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **23** Terça-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 |

“O Mar em puzzle”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **Comemorações dos 10 anos do Navio Museu Santo André**

**10h00** | Dia Aberto

Visitas Encenadas

**18h00** | Sessão Solene

- Entrega dos prémios do Concurso de Fotografia “Olhos sobre o Mar”
- Inauguração da Exposição Memórias de uma “Vida de Mar”

**23h00** | Fogo de Artifício

Navio Museu Santo André

**21h30** | Ciclo de Cinema

“Veja o Filme, Leia o Livro”

“X-Men: O início”

Centro Cultural de Ílhavo

## **24** Quarta-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 |

“Fish’it: S.O.S. Oceano”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **25** Quinta-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 | “Aprender a

Reutilizar é uma boa maneira de Poupar”

– Oficinas Criativas de Resíduos

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **26** Sexta-feira

10h00-12h00/14h30-15h30 | “O Jogo da

Glória dos Ecomosqueteiros”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

**10h00** | Ílhavo Miss Sumol Cup 2011

Aulas de Surf Gratuitas

Praia da Costa Nova

**22h00** | Grande Concerto de Verão com

## **Pedro Abrunhosa & Comité Caviar**

Relvado da Costa Nova



## **27** Sábado

**14h00-18h00** | Aquatlo e Campeonato Nacional Jovem

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: CMI, CAPGE e Federação Portuguesa de Triatlo

## **27 e 28** Sábado e Domingo

**10h00** | Ílhavo Miss Sumol Cup 2011

Campeonato Nacional Surf Feminino

Praia da Costa Nova

## **29** Segunda-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** | “Fish’it: S.O.S. Oceano”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

**10h00** | Ílhavo Miss Sumol Cup 2011

Aulas de Bodyboard gratuitas

Praia da Costa Nova

## **30** Terça-feira

**10h00-12h00/14h30-15h30** |

“O Mar em puzzle”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

## **30 e 31** Terça-feira e Quarta-feira

**10h00** | Ílhavo Miss Sumol Cup 2011

Campeonato da Europa Bodyboard Feminino

Praia da Costa Nova

## **31** Quarta-feira

**10h00-12h00/15h30-16h30** | “A minha Praia tem Bandeira Azul”

Molhe Sul/ Praia da Barra – junto à Biblioteca de Praia

**19h00** | Inauguração da Estátua

Evocativa dos 100 Anos da Criação da Paróquia e Freguesia da Gafanha da Nazaré

Rotunda da Avenida dos Bacalhoeiros/

Avenida José Estêvão



agosto

## museu marítimo de ílhavo



### Comemorações dos 74 Anos do Museu Marítimo de Ílhavo

#### **7** Domingo

**14h00-18h00** | Demonstração de Nautimodelismo

Apoio: TEAM – Truques e Engenhocas Associação de Modelismo

**14h00-18h00** | Ateliers de Serviço Educativo

**21h15** Sessão de Cinema ao Ar livre  
“Piratas das Caraíbas – Por Estranhas Marés”

#### **8** Segunda-feira

**14h00-23h00** | Dia Aberto

**21h30** | Sessão Solene

- Apresentação do Projecto de Ampliação do Museu Marítimo de Ílhavo
- Inauguração da Exposição Nos Porões da Memória VI, com fotografias de Kent Barrett e Manfred Buchheit (Terra Nova, Canadá)
- Lançamento do catálogo Fora de Bordo – Olhares sobre Mar Português.

**22h30** | Sabores Marítimos

### Comemorações dos 10 Anos do Navio-Museu Santo André

#### **17** Quarta-feira

**10h00-22h00** | Dia Aberto, no âmbito da abertura do Festival do Bacalhau 2011

#### **23** Terça-feira

**10h00** | Dia Aberto

. Visitas encenadas, com início programado de 120 em 120 minutos

**18h00** | Sessão Solene

. Entrega dos prémios do Concurso de Fotografia “Olhos sobre o Mar”

. Inauguração da Exposição Memórias de uma “Vida de Mar”

**23h00** | Fogo de Artificio

#### Horário

MMI: Terça-feira a Sexta-feira 10h00-18h00;

Sábado e Domingo 14h00-18h00

NMSA: Terça-feira a Sexta-feira 10h00-18h00;

Sábado e Domingo 14h00-18h00

Para mais informações: Tel. 234 329 990 ou

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

**4 - 7 AGO | QUI-DOM**

5.º Festival de Mārisco

**RIA A GOSTO**

Relvado da Costa Nova

**6 - 14 AGO | SÁB-DOM**

**III SEMANA NÁUTICA**

Município de Ílhavo

**10 AGO | QUA-21H30**

Concerto com Música Velha

**FILARMÓNICA GAFANHENSE**

Jardim Central, Gafanha do Carmo

**12 AGO | SEX 22H00**

Espectáculo Musical

**AMARELO MANGA**

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

**14 AGO | DOM 22H00**

**ARRAIAL POPULAR**

Largo da Igreja, Gafanha da Encarnação

**16 AGO | TER 21H30**

Concerto com Música Nova

**BANDA BV ÍLHAVO**

Largo do Farol da Barra





**17 - 21 AGO | QUA-DOM**  
**FESTIVAL DO BACALHAU**

Tasquinhas

**17 AGO | RITA REDSHOES**

**18 AGO | EMANUEL**

**19 AGO | MEGA BAILE | GRUPO SEQUÊNCIA**

**20 AGO | CAMANÉ**

**21 AGO | MIGUEL GAMEIRO**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**23 AGO | TER TODO O DIA**

Comemoração dos

**10 ANOS DO NAVIO MUSEU**  
**SANTO ANDRÉ**

Navio Museu Santo André

**26 AGO | SEX 22H00**

Grande Concerto de Verão

**PEDRO ABRUNHOSA**  
**& COMITÉ CAVIAR**

Relvado da Costa Nova



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



**T**odo o mês exposição

**22h00** | Cinema Ideal:

Os filmes da nossa vida

CC Ílhavo · entrada gratuita · sala de exposições · p/ todas as idades · patente até 30 de Setembro

**T**odo o mês exposições

A Barra e os Portos da

Ria de Aveiro, 1808-1932

CC Gafanha da Nazaré · entrada gratuita · sala de exposições · p/ todas as idades · patente até 30 de Setembro

**12** Sexta-feira música

**22h00** | Amarelo Manga

Tour “A Cena do Livro Verde”

Praça CC Ílhavo · entrada gratuita

**3** Quarta-feira a **4** Quinta-feira,  
**19** Sexta-feira e **24** Quarta-feira

serviço educativo

“Descobrir os cantos à casa!”

Visitas encenadas

Criação de Leonor Barata

CC Ílhavo · entrada gratuita (exclusivo para participantes no Programa Municipal de Férias Divertidas)

**T**odo o mês ciclo de cinema

**21h30** | “Veja o filme, Leia o livro”

**Terça-feira 02** | A Águia da Nona Legião

M/12 (114’)

**Terça-feira 09** | Água aos Elefantes

M/12 (120’)

**Terça-feira 16** | Jane Eyre M/12 (120’)

**Terça-feira 23** | X-Men: O Início

M/12 (131’)

CC Ílhavo · entrada € 9,00 por ciclo e € 3,00 individual · auditório

**Para mais informações e reservas**

Centro Cultural Ílhavo: Tel. 234 397 262

Centro Cultural Gafanha da Nazaré: Tel. 234 397 263

centrocultural@cm-ilhavo.pt

**Consulte toda a programação do trimestre em**

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

# festival do bacalhau ILHAVO

17 a 21 de Agosto 2011

Jardim Oudinot

junto ao Navio Museu Santo André  
Gafanha da Nazaré

17 AGO

**Rita Redshoes**

18 AGO

**Emanuel**

19 AGO

**Mega Baile**

Grupo Sequência

20 AGO

**Camané**

21 AGO

**Miguel Gameiro**

Tasquinhas

animação

exposições

música

cinema

artesanato

show cooking

e muito mais...

TURISMO DE  
PORTUGAL



COMPANHIA MUSEOLÓGICA  
DO BACALHAU  
ILHAVO



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



Biblioteca Municipal de **ilhavo**

### Prémio Pulitzer da Literatura (1917-2011)

2002 – Jhumpa Lahiri  
2008 – Junot Díaz

## Férias na Biblioteca

15h30

### Terças-feiras – Ler, aprender e brincar

- Dia 02** “O Rato Solteiro”, de Paço Liván  
**Dia 09** “Con-tos con-ti-go”, de José Luís Peixoto, [et al.]  
**Dia 16** “Apaixonados”, de Rébecca Dautremer  
**Dia 23** “Aquiles o pontinho”, de Guia Risari  
**Dia 30** “Stella, Estrela do Mar”, de Marie-Louise Gay

### Quintas-feiras – Sessões de Cinema

- Dia 04** Batalha de Gigantes  
**Dia 11** Coraline e a Porta Secreta  
**Dia 18** A Lenda de Zorro  
**Dia 25** É o teu cão, Charlie Brown



## Biblioteca de Praia

**10h00-18h00** | “Entra na onda... da leitura!”

Molhe Sul, Praia da Barra

- Empréstimo domiciliário de literatura infantil, juvenil e adultos;
- Consulta e leitura presencial de jornais e revistas;
- Leitura;
- Destaques de autores/ilustradores;
- Sessões de contos;
- Pintura de desenhos;
- Jogos de palavras;
- Jogos lúdico-pedagógicos;
- Ateliers temáticos.

### Hora do Conto

**Todos os dias** | às 11h00 e às 16h00

### Ateliers temáticos

**15h30** | “O Ambiente”: 1 a 7 de Agosto

**Dia 01** Vem decorar o espaço

**Dia 04** Dona Flor

**Dia 07** A árvore divertida

**15h30** | “O Mar”: 8 a 17 de Agosto

**Dia 10** Peixinhos animados

**Dia 13** O Pai Natal está de férias

**Dia 16** A conchinha do mar

**15h30** | “A Ilustração”: 15 a 21 de Agosto

**Dia 18** Borboleta criativa

**Dia 21** Ritinha

**15h30** | “A Leitura”: 22 a 31 de Agosto

**Dia 24** Alfabeto trapalhão

**Dia 27** Ursinho Cintilante

**Dia 30** Ratinho pianista

### Informações

Biblioteca Municipal de Ílhavo

**Horário de Agosto**

Terça a Sexta-feira: 10h00-12h30/14h00-18h30

## Protecção Solar – Interna e Externa

No Verão, aumenta a exposição à luz solar e com ela a probabilidade de queimaduras solares e das suas graves consequências, entre elas o cancro da pele. As roupas e os cremes de protecção solar são uma barreira importante contra as queimaduras, mas pode aumentar-se a protecção a partir de dentro, ou seja, através da alimentação.

Vários estudos têm sido feitos no sentido de encontrar protecções naturais através dos alimentos e muitos deles demonstram o importante papel dos alimentos ricos em antioxidantes para aumentar a capacidade do organismo se proteger dos efeitos nocivos do sol.

As radiações ultravioleta produzem radicais livres, tornando-se importante ingerir alimentos ricos em antioxidantes e com elevada densidade de nutrientes para neutralizar o efeito dos mesmos. Como exemplos dessas substâncias temos os carotenóides, carotenos e licopeno. Os carotenóides encontram-se sobretudo nos vegetais de folha verde como os espinafres, couves, agriões, etc. e os carotenos nas cenouras, abóbora, batata-doce ou pêssego, sendo responsáveis pela cor laranja destes alimentos. Estas substâncias parecem reduzir os efeitos negativos das radiações ultravioleta sobre a pele.

Por outro lado, o licopeno, que se encontra em alimentos de cor vermelha como o tomate, a melancia ou os pimentos vermelhos, tem um efeito protector sobre a pele ao actuar como um filtro interno que atenua os danos provocados pelas radiações solares. O tomate cozinhado (com maior teor de licopeno do que o tomate cru) conjugado com azeite, tem um importante papel protector, podendo ser usado em massas ou no pão, por exemplo.

### Alguns alimentos aconselhados para protecção solar interna:

- Chá verde
- Tomate cozinhado

- Azeite
- Peixes gordos, como salmão, sardinha e cavala
- Frutos (vermelhos, amarelos ou citrinos)
- Ervas aromáticas, coentros, salsa, hortelã
- Alface ou outros produtos hortícolas de cor verde que podem ser utilizados em sopas ou saladas.

### Para ajudar a minorar os danos do sol:

- Coma peixes ricos em ácidos gordos ómega-3 (peixes gordos), 2-3 vezes por semana, porque atrasam a queimadura solar e contribuem assim para diminuir o risco de cancro de pele.
- Se não for hipertenso, beba 3-4 chávenas de chá verde por dia. Contém polifenóis que aumentam a capacidade da pele se proteger do sol devido à diminuição dos danos causados pelas radiações ultravioleta e evitam o seu envelhecimento por efeitos solares. No Verão, pode bebê-lo frio ou gelado.
- Coma fruta na merenda da manhã e da tarde e às refeições principais. Pêssegos, ameixas, melancia, amoras ou framboesas e outros frutos ricos em vitamina C (citrinos, kiwi) previnem o aparecimento de rugas, protegendo a pele dos efeitos das radiações solares através da sua acção anti-inflamatória. Pode comê-la também em saladas, sumos, batidos de leite e iogurte.
- Mantenha uma boa hidratação (para isso a cor da sua urina durante o dia, com excepção da primeira urina da manhã, deve ser o mais possível parecida com água), use o creme protector solar adequado para a sua pele e aplique-o o número de vezes necessárias e sempre que for à água, evitando, em simultâneo, estar ao sol nas horas "proibidas".

Unidade de Saúde Pública  
Centro de Saúde de Ílhavo



agosto

## fórum municipal da juventude



FÓRUM MUNICIPAL  
DA JUVENTUDE

Tema do mês  
**After Aulas**

**3** Quarta-feira

Tarde de Culinária

**15h00** | FMJ Ílhavo e Gafanha da Nazaré

**18h00** | FMJ Vale de Ílhavo, Gafanha da Encarnação e Gafanha do Carmo

**6** Sábado

**14h30-18h30** | Sábado no Jardim – Gafanha do Carmo

**15h00-17h00** | Workshop de Colares de Trapilho

**8 a 13** Segunda-feira a Sábado

Semana dos Jogos de Água  
Actividades Temáticas

Em todos os Fóruns da Juventude

**13** Sábado

**14h30-18h30** | Sábado no Jardim – Largo do Farol

**15h00-17h00** | Workshop Kitesurf

**16 a 20** Terça-feira a Sábado

Semana de Jogos de Ar  
Actividades Temáticas

Em todos os Fóruns da Juventude

**20** Sábado

**14h30-18h30** | Sábado no Jardim – Jardim Oudinot

**15h00-17h00** | Workshop de Danças Tradicionais

**24** Quarta-feira

**15h00** | FootFóruns

Em todos os Fóruns da Juventude

**29** de Agosto a **3** de Setembro

Semana dos Jogos de Tabuleiro  
Actividades Temáticas

Em todos os Fóruns da Juventude

**Para mais informações**

FMJ Ílhavo, tel. 234 321 079

FMJ Gafanha da Nazaré, tel. 234 183 773

FMJ Vale de Ílhavo, tel. 234 326 826

FMJ Gafanha da Encarnação, tel. 234 086 668

FMJ Gafanha do Carmo, tel. 234 398 009



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

a nossa gente



## Ana Costa

Neste mês de Agosto, marcado por mais uma edição do Mar Agosto, que inclui a acção “Rota das Padeiras”, dedicamos a rubrica “a nossa gente” a Ana Costa, a padeira mais jovem de Vale de Ílhavo.

Nascida a 4 de Outubro de 1984, em Vale de Ílhavo, Ana Costa concluiu o 1.º Ciclo do Ensino Básico na Escola Primária de Vale de Ílhavo, passando posteriormente pela Escola Preparatória de Ílhavo (2.º Ciclo), pela Escola Secundária Dr. João Carlos Celestino Gomes e pelo Colégio de Albergaria, onde concluiu o Ensino Secundário, em 2003.

Ana Costa prosseguiu os seus estudos, ingressando, em 2004, na Escola Superior de Tecnologia e Gestão de Águeda, Pólo da Universidade de Aveiro, onde concluiu o Bacharelato em Estudos Superiores de Comércio, em Setembro de 2008.

Descendente de uma família de padeiros, Ana Costa desde sempre lidou com esta actividade ajudando os pais na feitura e na venda dos famosos e saborosos folares e padas de Vale de Ílhavo.

Com o falecimento da mãe, Ana Costa assumiu o negócio da família, empenhada

em contribuir para o sucesso desta arte, estando mais ligada à distribuição diária, que acontece a partir das 7 horas da manhã e que se prolonga até perto das 14 horas. Nos fins-de-semana, em que há mais procura, esta jovem padeira inicia o dia ainda mais cedo para ajudar o pai na produção das padinhas e dos folares desde a primeira fornada.

A Páscoa e o Natal são, sem dúvida, as alturas de maior azáfama, sendo também muito procuradas a Broa e a Broa de Abóbora, cuja feitura esconde segredos que vão passando de geração em geração e que fazem a delícia de quem as procura.

A Câmara Municipal de Ílhavo volta a realizar, no dia 20 de Agosto, a Rota das Padeiras, numa homenagem a este grupo restrito das nossas padeiras tradicionais de Vale de Ílhavo que, com segredo, sabedoria e valor, trabalham afincadamente para a preservação de um tão suculento testemunho do nosso rico património cultural.



### Descalçador de botas

Peça rectangular, em madeira, com bifurcação num dos extremos para facilitar o descalçar das botas de borracha.

A peça foi executada por João Zagalo e oferecida ao Museu Marítimo de Ílhavo pela Empresa Testa e Cunha.



## Pão com Bacalhau

### Ingredientes para a massa

- 1 kg de farinha
- 50 gr. de fermento
- 15 gr. de sal
- Água q.b.

### Recheio

- 1 kg de bacalhau
- 1 cebola
- 1 dente de alho
- Azeite q.b.
- Vinho branco q.b.
- Pimenta q.b.

### Preparação

Misture a farinha, o sal, o fermento e a água. Amasse muito bem e deixe levedar.

Enquanto a massa leveda, faça um refogado com a cebola, o alho e o azeite. Deixe alourar e, por fim, acrescente o bacalhau desfiado e o vinho.

Divida a massa levedada em pedaços e coloque no meio de cada um o preparado do bacalhau. Enrole e leve a forno de lenha bem quente.

**tabela de marés**

dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	Seg.	04.01	3.3	16.19	3.5	09.41	0.6	22.13	0.4
2	Ter.	04.43	3.3	17.02	3.5	10.22	0.5	22.54	0.5
3	Qua.	05.25	3.3	17.45	3.5	11.06	0.6	23.37	0.6
4	Qui.	06.10	3.2	18.32	3.3	11.52	0.7	-	-
5	Sex.	06.58	3.1	19.24	3.1	00.24	0.8	12.44	0.9
6		07.55	3.0	20.26	2.9	01.17	1.0	13.45	1.1
7	Dom.	09.03	2.8	21.42	2.7	02.21	1.2	15.00	1.2
8	Seg.	10.21	2.8	23.05	2.7	03.39	1.3	16.29	1.3
9	Ter.	11.38	2.9	-	-	05.04	1.3	17.53	1.2
10	Qua.	00.19	2.8	12.45	3.0	06.15	1.2	18.56	1.0
11	Qui.	01.19	2.9	13.39	3.1	07.09	1.0	19.43	0.9
12	Sex.	02.07	3.0	14.24	3.3	07.52	0.9	20.23	0.8
13		02.48	3.1	15.03	3.3	08.30	0.8	20.58	0.7
14	Dom.	03.24	3.1	15.39	3.4	09.04	0.8	21.30	0.7
15	Seg.	03.57	3.2	16.12	3.3	09.37	0.7	22.01	0.7
16	Ter.	04.28	3.1	16.43	3.3	10.10	0.8	22.32	0.8
17	Qua.	04.58	3.1	17.13	3.2	10.42	0.8	23.03	0.8
18	Qui.	05.28	3.0	17.44	3.0	11.15	0.9	23.35	1.0
19	Sex.	06.00	2.9	18.17	2.9	11.50	1.1	-	-
20	Sáb.	06.36	2.8	18.57	2.7	00.09	1.1	12.30	1.2
21		07.21	2.7	19.48	2.6	00.50	1.3	13.20	1.4
22	Seg.	08.20	2.6	20.58	2.5	01.43	1.4	14.32	1.5
23	Ter.	09.39	2.5	22.26	2.4	03.00	1.5	16.04	1.5
24	Qua.	11.03	2.6	23.45	2.6	04.27	1.5	17.25	1.4
25	Qui.	-	-	12.11	2.8	05.38	1.4	18.24	1.2
26	Sex.	00.45	2.8	13.04	3.0	06.32	1.2	19.10	0.9
27	Sáb.	01.34	3.0	13.51	3.2	07.17	0.9	19.51	0.7
28	Dom.	02.17	3.2	14.34	3.4	07.59	0.7	20.30	0.5
29		02.58	3.3	15.16	3.6	08.39	0.5	21.09	0.4
30	Ter.	03.39	3.5	15.58	3.7	09.20	0.4	21.49	0.3
31	Qua.	04.20	3.5	16.40	3.6	10.02	0.4	22.30	0.4

agosto

## farmácias de serviço



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

### 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 Encarnação

Ribau, Tel. 234 365 131

### Praia da Barra

Ançã Castro, Tel. 234 360 721

### Gafanha da Nazaré

Branco, Tel. 234 361 576

Morais, Tel. 234 361 817



o mar por tradição

**VIVER**  
em ago '11

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