

# Viver em

Junho 2009

Clarinete Artista  
Canções da  
nossa Terra

Gaifalva de Aguiar

Grupo de  
Jovens  
"a Tulba"

2009



**ilhavo**  
Câmara Municipal



## Índice

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 5 agenda
- 15 desporto formação
- 16 alimentação saudável
- 17 museu marítimo de Ílhavo
- 19 biblioteca municipal de Ílhavo
- 22 centro cultural de Ílhavo
- 24 fórum municipal da juventude
- 25 património
- 26 a nossa gente
- 28 receita do mês
- 29 tabela de marés
- 30 farmácias de serviço

### Reuniões Ordinárias do Executivo

Câmara Municipal de Ílhavo

**Públicas:** Dias 1 (Segunda-feira), pelas 15h30 e

15 de Junho (Segunda-feira), pelas 10h00

**Privada:** Dia 22 de Junho (Segunda-feira), pelas 15h30

## 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 Junho de 2009, para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de Julho de 2009. A Câmara Municipal de Ílhavo reserva o direito de seleccionar a informação a incluir na mesma.

## Distribuição Gratuita

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



Vamos receber o mês de Junho com a edição 2009 da “+ECO/Semana do Ambiente”, na qual marca presença de relevo o momento do hastear das Bandeiras Azuis das nossas praias da Barra e da Costa Nova (dia 5), assinalando a sua qualidade, o início da época estival e dando aviso formal da chegada do Verão.

A Agenda de eventos da Câmara Municipal de Ílhavo renova a sua presença junto de si, dando conta dos acontecimentos que vão marcar este mês e apresentando o convite à participação de Todos.

Para assinalar o final do ano lectivo 2008/2009, vamos viver com as nossas Crianças de forma muito especial, o seu “Dia Mundial”, o “DesportÍlhavo”, o “Festival de Natação”, assim como a “Viagem a Lisboa” dos Alunos do 3º Ano.

O Dia de Portugal vai ser comemorado com um concerto da extraordinária Banda da Armada no Centro Cultural de Ílhavo.

O Domingo, dia 14, vai ser vivido de forma especial: a “Grande Pedalada” e a reabertura da Piscina Municipal de Vale de Ílhavo, trazem neste dia uma oportunidade

diferente de convívio, de desporto e de frescura.

Para dar vivas aos Santos Populares e à tradição, vamos viver as Marchas Sanjoaninas 2009, na Gafanha da Nazaré (dia 19), na Costa Nova (dia 20) e em Ílhavo (dia 27), com bons momentos de festa, música e convívio.

Agradecemos a sua atenção e participação.  
Venha VIVER connosco.  
Um Bom Mês e Um Abraço,

José Agostinho Ribau Esteves, eng.º  
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



**30 de Maio  
a 8 de Junho**

+ Eco 2009/Semana do Ambiente ·  
Município de Ílhavo

**6 de Junho**

**Música com Maria João e Mário Laginha  
“Chocolate”** · Centro Cultural de Ílhavo

**Desfile Foto Talento “Tendência Flash” da Câmara  
Municipal de Ílhavo** · Escola Secundária Dr. João Carlos  
Celestino Gomes (Ílhavo)

**10 de Junho**

**Concerto pela Banda da Armada  
Portuguesa** · Centro Cultural de Ílhavo

**14 de Junho**

**IX Grande Pedalada** · Município de Ílhavo

**19 de Junho**

**Marchas Sanjoaninas do Município de  
Ílhavo 2009** · Av. José Estêvão (junto à Junta de  
Freguesia), Gafanha da Nazaré

**20 de Junho**

**Marchas Sanjoaninas do Município de  
Ílhavo 2009** · Praia da Costa Nova (em frente ao  
Mercado Municipal)

**27 de Junho**

**Marchas Sanjoaninas do Município de  
Ílhavo 2009** · Pav. Munic. Cap. Adriano Nordeste, Ílhavo

**27 e 28 de Junho**

**Fim de Semana Náutico com a Família** ·  
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré



**30 a 31 de Maio**  
**“+ União, Melhor Planeta”**  
 Acampamento Municipal dos  
 Agrupamentos de Escuteiros do  
 Município de Ílhavo

Missa campal – 31 de Maio às 15h00  
 Pinhal da Murteira – Vista Alegre

**1 Segunda-feira**  
**“+ e Melhor Futuro”**

Todo o dia

**Comemoração do**  
**Dia Mundial da Criança**

Dirigida a todas as Crianças do Pré-Escolar  
 da Rede Pública e Privada do Município  
 Praça do Centro Cultural de Ílhavo

**2 Terça-feira**  
**“+ Ambiente”**

09h45

**Filme «Wall-E»**

Para as Eco-Escolas do Concelho  
 Centro Cultural de Ílhavo



16h00

**Conferência de Imprensa e inauguração**  
**da Exposição “Ambiente Vivo”**  
 Biblioteca Municipal de Ílhavo

**3 Quarta-feira**  
**“+ Responsabilidade”**

Todo o dia

**Aulas de Educação Rodoviária**

Ensino Pré-Escolar do Concelho  
 EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

16h00

**“As Escolas e o Eco-Escolas”**

Reunião de trabalho com as  
 Coordenadoras do Projecto Eco-Escolas –  
 Para o Ensino Pré-Escolar.  
 Biblioteca Municipal de Ílhavo





#### 4 Quinta-feira “+ Criatividade”

Todo o dia

**Pedy-paper Ambiental**  
Biblioteca Municipal de Ílhavo

17h30

**As Escolas e o Eco-Escolas**  
Reunião de trabalho com as  
Coordenadoras do Projecto Eco-Escolas –  
Ensino Básico 1º Ciclo.  
Biblioteca Municipal de Ílhavo

#### 5 Sexta-feira Dia Mundial do Ambiente

Manhã

**Feira do Vestuário**  
(Mercado Animado)  
Mercado Municipal de Ílhavo

#### “+ Litoral”

11h00

**Hastear das Bandeiras Azul e Praia  
Acessível 2009**  
Praias da Barra e Costa Nova



#### 6 Sábado “+ Sustentabilidade”

Todo o dia

**Cidadómetro**  
Ecocentro Municipal de Ílhavo

15h30

**Apresentação do Livro “Língua e  
Costumes da Nossa Gente”, da autoria  
dos professores Maria Donzília de  
Almeida e Oliveiros Louro**  
Biblioteca Municipal de Ílhavo  
Org.: Confraria Camoniana de Ílhavo

17h00

**NEGE – C.C.D.R. Fundo Vila**  
Camp. Distrital de Futsal 1ª Divisão  
Pav. Gimnodesportivo da Gafanha da Encarnação

21h30

**Desfile Foto Talento “Tendência Flash”  
da Câmara Municipal de Ílhavo**  
Escola Secundária Dr. João Carlos  
Celestino Gomes de Ílhavo  
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo





## 6 e 7 Sábado e Domingo

### Campeonato Nacional de Clubes

Praia da Barra

Org.: Associação de Surf de Aveiro

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, na Distrital de  
Esperanças Sub 23, no Luso.

## 7 Domingo "+ Família"

Todo o dia

### Cidadómetro

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

## X Feira Rural e de Artesanato da Costa Nova

Relvado da Costa Nova

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

11h00

### Filme "Bolt"

Centro Cultural de Ílhavo



## 32º Aniversário da A.C.D. Os Ílhavos

11h00 Eucaristia evocativa na Igreja  
Matriz de Ílhavo

12h00 Romagem ao Cemitério

18h30 Hastear da Bandeira na Sede  
da Associação

Entrega dos diplomas e emblemas

Entrega dos Lemes do Ano 2008

Assinatura do Livro de Honra

pelos atletas campeões e  
vice-campeões (época 2008)

Org.: A.C.D. Os Ílhavos

## 8 Segunda-feira Dia Mundial dos Oceanos "+ e Melhor Cidadania"

09h30-12h00

### V Seminário Local "As Escolas e o Coastwatch"

Auditório do Museu Marítimo de Ílhavo





17h30

**As Escolas e o Eco-Escolas**

Reunião de trabalho com as Coordenadoras do Projecto Eco-Escolas – Ensino Básico 2º e 3º Ciclos e Secundário, Obra da Providência e Centro Paroquial de Ílhavo. Biblioteca Municipal de Ílhavo

**9 Terça-feira**

Todo o dia

**Ação Conhecer Portugal/Lisboa 2009**

Visita de Estudo a Lisboa para as Crianças do 3º ano de escolaridade das Escolas do Município de Ílhavo (Oceanário de Lisboa, Zona Histórica – Mosteiro dos Jerónimos e Torre de Belém; Jardim Zoológico de Lisboa)  
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

**10 Quarta-feira****9º Aniversário da Confraria Camoniana de Ílhavo**

- 08h30 Romagem ao Cemitério
  - 11h00 Cerimónia de entrega de prémios aos vencedores do 4º Concurso Camoniano de Poesia e entronização de novos confrades na Capela Velha da Praia da Costa Nova
  - 12h00 Desfile pela marginal
- Org.: Confraria Camoniana de Ílhavo

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**, Secção de Atletismo, no 3º Meeting Jovem ADREP, na Palhaça.

**Passeio de Ciclo-Turismo pelo Concelho de Ílhavo**

- 09h00 Partida frente à Sede do S.C. Vista Alegre
  - 12h30 Almoço no Jardim Oudinot
  - 15h00 Karaoke, Baile e Jogos Tradicionais
  - 17h00 Regresso à Vista Alegre
  - 21h30 Noite de Karaoke na Sede do Clube
- Org.: S.C. Vista Alegre





16h00

**G.D. Gaf. Aquém – A.R. Aguinense**  
Camp. Distrital de Futebol 3ª Divisão  
Campo de Jogos da Gafanha do Carmo

20h00

**Arraial de Santo António**

Convívio popular em honra de Santo António, com sardinha assada, caldo verde, e febras e música para dançar.

Largo da Capela da Léguas

Org.: GRAL – Grupo Recreativo Amigos da Léguas

Participação do **CAPGE, Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação – Clube de Natação de Competição do Município de Ílhavo**, no XXI Torneio Câmara Municipal de Estarreja (Seniores), em Estarreja.

**12 Sexta-feira**

Manhã

**Feira do Vestuário**

(Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

**13 Sábado****Feira dos 13**

Largo da Feira – Vista Alegre

Todo o dia

**Sábado Divertido Náutico**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

**13 e 14 Sábado e Domingo**

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**, Secção de Atletismo, na Distrital de Infantes e Iniciados, em Aveiro.

**14 Domingo****IX Grande Pedalada**

10h00 Ponto de encontro na Praça do Centro Cultural de Ílhavo

13h00 Paragem para almoço no Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

17h00 Chegada à Piscina Descoberta de Vale de Ílhavo, que neste dia reabre ao público

Em caso de mau tempo, a Grande Pedalada realiza-se no dia 21 de Junho.

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**, Secção de Pesca, no Concurso de Pesca Grupo Maravilhas da Tocha, na Praia da Tocha.

## 17 Quarta-feira

Todo o dia

### Desportilhavo 2009

Festa de Encerramento das Actividades Desportivas do Programa de Enriquecimento Curricular, dirigida às Crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico.

Em caso de mau tempo realiza-se no dia 18 de Junho.

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

Apoio: Illiabum Clube e Grupo Desportivo da Gafanha

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**, Secção de Atletismo, na Taça da Associação de Atletismo de Aveiro, no Luso.

## 19 Sexta-feira

Manhã

### Feira do Vestuário

(Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

22h00

## Marchas Sanjoaninas do Município de Ílhavo 2009

- A.C.R. “Os Palheiros” da Costa Nova
- Associação dos Amigos da Praia da Barra
- Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação
- Grupo de Dança “As Pestinhas”
- Grupo de Jovens “A Tulha” da Gafanha de Aquém

Av. José Estêvão (junto à Junta de Freguesia), Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

## 19 e 21 Sexta-feira e Domingo

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**, Secção de Atletismo, na Distrital Absoluto, no Luso.



## 20 **Sábado**

Todo o dia

### **X Festival de Natação do Município de Ílhavo**

Exibição das Crianças do Pré-Escolar que frequentam o Programa de Iniciação à Natação da Câmara Municipal de Ílhavo  
Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré  
Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

22h00

### **Marchas Sanjoaninas**

#### **do Município de Ílhavo 2009**

- A.C.R. "Os Palheiros" da Costa Nova
- Associação dos Amigos da Praia da Barra
- Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação
- Grupo de Dança "As Pestinhas"
- Grupo de Jovens "A Tulha" da Gafanha de Aquém

Praia da Costa Nova (frente ao Mercado Municipal)

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

## 23 a 28 **Terça a Sexta-feira**

### **Festa de S. João com Marcha**

Com o desfile da Marcha a realizar-se no dia 26, pelas 22h00.

Praia da Barra

Org.: Associação Amigos da Praia da Barra

## 26 **Sexta-feira**

Manhã

### **Feira do Vestuário**

(Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

## 26 a 28 **Sexta-feira a Domingo**

### **Campeonato Nacional de Surf Esperanças**

Praia da Barra

Org.: Associação de Surf de Aveiro



## 27 **Sábado**

Todo o dia

### **X Festival de Natação do Município de Ílhavo**

Exibição das Classes das Escolas de Natação da Câmara Municipal de Ílhavo  
Piscina Municipal de Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

22h00

### **Marchas Sanjoaninas do Município de Ílhavo 2009**

- A.C.R. "Os Palheiros" da Costa Nova
- Associação dos Amigos da Praia da Barra
- Associação de Pais e Amigos das Crianças da Gafanha da Encarnação
- Grupo de Dança "As Pestinhas"
- Grupo de Jovens "A Tulha" da Gafanha de Aquém

Pav. Municipal Cap. Adriano Nordeste, Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

## 27 e 28 **Sábado e Domingo**

### **Fim de Semana Náutico com a Família**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

## 28 **Domingo**

16h30

### **32º Aniversário da A.C.D. Os Ílhavos**

Espectáculo Cultural "Dançarte"

Org.: A.C.D. Os Ílhavos

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo



# IX GRANDE PEDALADA

cada um anda na sua!

**14 Junho 2009**

**10h00**

» Concentração junto  
à Praça do Centro  
Cultural de Ílhavo

**17h00**

» Reabertura da Piscina  
Municipal de Vale de Ílhavo

Em caso de mau tempo, a Grande Pedalada  
realiza-se no dia 21 de Junho.



Câmara Municipal de **Ílhavo**

olhos  
sobre  
o mar 2009



**Data limite: 15 de Junho de 2009**  
» Secção: Cor e preto/branco  
» Secção Especial: "Desporto no Fórum Nautico do Município de Ílhavo"

**6º Concurso de Fotografia**  
**TEMÁTICA MARÍTIMA**  
**Câmara Municipal de Ílhavo**



As fichas de inscrição estão disponíveis na Câmara Municipal de Ílhavo e também em [www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)  
Para mais informações contactar o secretariado do concurso através do tel. 234 329 600 ou [geral@cm-ilhavo.pt](mailto:geral@cm-ilhavo.pt)

apoios:



**PMOTL 2009**

PROGRAMA MUNICIPAL  
DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES

**SE TENS ENTRE 16 E 30 ANOS, INSCREVE-TE  
ATÉ 12 DE JUNHO**

**INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES**

FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE DE ÍLHAVO - TELEFONE 234 321 079  
FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE DA GAFANHA DA NAZARÉ - TELEFONE 234 183 773  
FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE DE VALE DE ÍLHAVO - TELEFONE 234 326 826  
FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE DA GAFANHA DA ENCARNAÇÃO - TELEFONE 234 086 668  
FÓRUM MUNICIPAL DA JUVENTUDE DA GAFANHA DO CARMO - TELEFONE 234 398 009

**CÂMARA MUNICIPAL DE ÍLHAVO**  
TEL. 234 329 602 - [WWW.CM-ILHAVO.PT](http://WWW.CM-ILHAVO.PT) - [GERAL@CM-ILHAVO.PT](mailto:GERAL@CM-ILHAVO.PT)

**Câmara Municipal de Ílhavo**





## 10 Quarta-feira

Participação do **CAPGE, Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação – Clube de Natação de Competição do Município de Ílhavo**, no XXI Torneio Câmara Municipal de Estarreja (Juniões e Juvenis), em Estarreja.

## 20 e 21 Sábado e Domingo

Participação do **CAPGE, Clube da Associação de Pais da Gafanha da Encarnação – Clube de Natação de Competição do Município de Ílhavo**, no IV Torneio de Promoção (pré-competição), na Mealhada.

## 21 Domingo

09h00

### Torneio Quadrangular – Iniciados

Com as equipas S.C. Vista-Alegre, A.R.C. Oliveirinha, G.D. Calvão e G.D. Soutelo.  
Complexo Desportivo da Vista Alegre  
Org.: S.C. Vista Alegre



## Mitos sobre a Alimentação

Numa época em que tanto se fala na obesidade e em que o acesso fácil à informação, nem sempre fidedigna, sobre alimentação e dietas põe em risco não só o bom estado nutricional e de saúde como a própria boa aparência que deseja, é fundamental desmistificar alguns conceitos... desvende estes mitos de uma vez por todas!

### **A água ingerida às refeições engorda – FALSO!**

A água não fornece calorias e, por isso, não engorda nem emagrece em nenhum momento da sua ingestão. Quando consumida às refeições, em grandes quantidades, dilata o estômago e poderá levar a uma maior ingestão de comida.

### **O pão e as batatas engordam – FALSO!**

O pão e os farináceos são obrigatórios numa refeição equilibrada e saudável. Se não forem preparados com alimentos ricos em gordura e/ou açúcar, não fornecem muitas calorias. Dê preferência ao pão de mistura, mas cuidado com o que põe lá dentro! As batatas cozidas têm poucas calorias, fritas têm o triplo!

### **Os lacticínios magros e os alimentos *light* não engordam – FALSO!**

...Tudo engorda... nada engorda, o que conta é a quantidade total de calorias que um indivíduo ingere no final do dia. O termo *light* refere-se a um alimento que contém menor quantidade de determinada substância (gordura, açúcar, sal, cafeína...) quando comparado com o produto original. No entanto, muitos destes produtos con-

tinuam a ter demasiadas calorias como, por exemplo, o chocolate *light* (apesar de ter menos 25% das calorias continua a ser muito calórico). É importante ler os rótulos e comparar produtos!

### **Deve-se ingerir uma grande quantidade de fruta e substituir as refeições por fruta – FALSO!**

A fruta também tem açúcar (frutose), devemos ingerir 3 a 5 peças de fruta por dia, mas não se devem fazer refeições só de fruta, pois pode levar a um aumento da glicemia (açúcar no sangue) e dos triglicéridos.

### **O azeite é uma gordura saudável. Podemos consumi-lo à vontade – FALSO!**

O azeite é a gordura mais saudável para cozinhar e para temperar, pois é rico em ácidos gordos monoinsaturados, mas tem tantas calorias como as outras gorduras. Deve ser consumido em quantidades moderadas.

### **Produtos naturais ou à base de ervas para emagrecimento são seguros e efectivos – FALSO!**

Estes produtos não são necessariamente seguros, por exemplo, se usados com outros medicamentos, por outro lado podem ser prejudiciais para pessoas com certos problemas de saúde (hipertensão arterial, problemas da tiróide, etc.). Antes de adquirir estes produtos, fale com o seu médico de família ou nutricionista.

Serviço de Saúde Pública  
Centro de Saúde de Ílhavo



**Todo o mês**

Exposição “Frota de Paz nos Mares em Guerra”. Exposição sobre a Pesca do Bacalhau na II Guerra Mundial

Entrada gratuita

**1 Segunda-feira**

Comemoração do  
Dia Mundial da Criança

**Horários**

**Museu Marítimo de Ílhavo:** Terça-feira a Sexta-feira  
09h30-18h00; Sábado e Domingo 14h30-18h00

**Navio-Museu Santo André:** Terça-feira a Sexta-feira  
09h30-18h00; Sábado e Domingo 14h30-18h00

**Para mais informações:** tel. 234 329 990 ou  
[www.museumaritimo.cm-ilhavo.pt](http://www.museumaritimo.cm-ilhavo.pt)

Entrada livre nas exposições temporárias.

# PROGRAMA MUNICIPAL FÉRIAS DIVERTIDAS VERÃO 2009

## 3 PROGRAMAS DIFERENTES:

### FÉRIAS DIVERTIDAS | DOS 6 AOS 12 ANOS DE IDADE

Natação, Mini-golfe, Ténis, Basquetebol, Futebol, Equitação, entre outras.

### FÉRIAS DIVERTIDAS NÁUTICAS | DOS 8 AOS 12 ANOS DE IDADE

Natação, Pólo Aquático, Canoagem, Vela, Hidrokids, Mergulho, entre outras.

### DESAFIOS DE VERÃO | DOS 13 AOS 15 ANOS DE IDADE

Modalidades radicais, jogos desportivos colectivos, Natação e modalidades aquáticas, entre outras.

Outras actividades a serem distribuídas pelos programas existentes:

**De âmbito cultural:** Uma viagem fora do concelho. Visitas ao Jardim Oudinot. Cinema. **De âmbito educativo:** Trabalhos manuais, ateliers, sensibilização ambiental. Visitas vocacionais. **De âmbito lúdico:** Internet, jogos de tabuleiro, educação rodoviária.

## PERÍODOS SEMANAIS | 29 DE JUNHO A 31 DE JULHO

**inscrições:** Piscinas Municipais | Ílhavo | Tel 234 329 607 Gafanha da Nazaré | Tel 234 363 080  
A inscrição inclui um KIT (t-shirt, boné, identificador, cd/rom com fotos, seguro, almoço, acompanhamento por Técnicos, actividades e transportes entre as actividades).  
**mais informações:** [www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt) | [desporto@cm-ilhavo.pt](mailto:desporto@cm-ilhavo.pt)



**Biblioteca Municipal de Ilhavo**

### **Autores do Mês**

Secção Infanto-Juvenil

**Coby Hol**

Secção de Adultos

**Umberto Eco**

### **100 Anos de Prémio Nobel da Literatura**

**Autores de literatura Francesa**

- 1915 Romain Rolland
- 1921 Anatole France
- 1927 Henri Bergson
- 1937 Roger Martin du Gard
- 1947 André Gide
- 1952 François Mauriac
- 1960 Saint-John Perse
- 1964 Jean-Paul Sartre
- 1985 Claude Simon
- 2008 Jean-Marie Le Clézio

## **1 Segunda-feira** Comemoração do **Dia da Criança**

14h00-18h00

**A brincar... e a colorir... um conto vamos construir**

No dia 1 de Junho vamos comemorar o Dia da Criança na Biblioteca Municipal.

Traga o seu filho e venha divertir-se com ele nas actividades que preparámos.

## **2 a 5 Terça-feira a Sexta-feira** **Semana do Ambiente**

**O Ambiente e os Livros – Comemoração do Dia Mundial do Ambiente**

Ao longo da semana a Biblioteca Municipal vai também desenvolver ateliers de expressões com material reciclado. Vem aprender com os livros a ajudar o ambiente!

17h00

**Ateliers de Expressões**



## 6 Sábado

### O Sábado das Crianças

14h30 às 15h30 – Pinturas faciais

15h30 – **Bebeteca**

16h30 – **Sessão de Contos**

17h00 – **Atelier de Expressões: Hoje sou especial**

Sala Infantil

## 12 Sexta-feira

### Comemoração dos 80 anos do nascimento de Anne Frank (1929-2009)

Destaque literário

14h30

### Sessão de Cinema: Anne Frank

De Robert Dornhelm

Sala Polivalente

## Bebeteca

Sábados: 15h30

### Vem divertir-te com a Maisy

Dia 13 “123, Maisy”, Lucy Cousins

Dia 20 “Maisy vai acampar”, Lucy Cousins

Dia 27 “Maisy vai à biblioteca”,  
Lucy Cousins

## Hora do Conto

Segunda a sexta-feira: 17h30

Sábados: 16h30

Dia 13 “Vamos aprender a voar”,  
Coby Hol

Dia 20 “A casa da Maria”, Coby Hol

Dia 27 “Momoko”, Coby Hol

## Ateliers de Expressão Literária e Plástica

Sábados: 17h00

### Ilustrar e construir

Dia 13 Recortes de papel para ilustrar

Dia 20 Uma casa muito especial

Dia 27 Ilustrar com folhas



## Espaços Maior Idade

Dias 1, 8, 15, 22 e 29

Segundas-feiras: 15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha da Nazaré

Dias 9, 16, 23 e 30

Terças-feiras: 15h00-17h30

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Dias 3, 17 e 24

Quartas-feiras: 15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha do Carmo

Dias 4, 18 e 25

Quintas-feiras: 15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha da Encarnação

## Para mais informações

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Avenida General Elmano Rocha; 3830-198 Ílhavo

Tel.: 234 321 103, Fax: 234 321 087

E-mail: [biblioteca\\_municipal@cm-ilhavo.pt](mailto:biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt)

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

Horários Segunda e Sábado: 14h00 às 18h00; Terça a

Sexta-feira: 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 18h30

Pólos de Leitura

Gafanha da Nazaré, tel. 234 199 077

Gafanha da Encarnação, tel. 234 086 668

Gafanha do Carmo, tel. 234 398 009



## 1 Segunda-feira Multidisciplinar

Todo o dia

**Comemorações do**

**Dia Mundial da Criança**

Entrada gratuita · público alvo: Crianças do Pré-Escolar da rede pública e privada do Município de Ílhavo · auditório e praça CCI

## 5 Sexta-feira Multidisciplinar

21h30

**Escolíadas**

Entrada gratuita · auditório · bilhetes disponíveis no CCI no dia do espectáculo, a partir das 10 horas · M/3 anos

## 6 Sábado Música

21h30

**Maria João e Mário Laginha**  
**“Chocolate”**

Entrada € 10,00 · auditório · M/6 anos  
Desc.: pack trimestre (25%); menores de 17 anos, maiores de 65 anos e cartão jovem municipal (20%)

## 7, 13, 20, 26 Cinema

Todo o mês

**Ciclo de Cinema “Em Família”**

Dia 7 Domingo – 11h00

**Bolt**

(96') · M/4 anos

Dia 13 Sábado – 21h30

**Histórias para Adormecer**

(99') · M/06 anos

Dia 20 Sábado – 21h30

**A Lenda de Despereaux**

(94') · M/6 anos

Dia 26 Sexta-feira – 21h30

**Marley e Eu**

(111') · M/6 anos

Entrada € 9,00 por ciclo · € 3,00 por sessão · auditório

## 9 Terça-feira Teatro

21h30

**“Shakespeare em quatro telas”**

Pelo Clube de Teatro da Escola E.B. 2,3 José Ferreira Pinto Basto, de Ílhavo

Entrada € 1,50 · auditório · M/3 anos



## 10 Quarta-feira Música

21h30

Comemoração do Dia de Portugal, de  
Camões e das Comunidades Portuguesas

### Concerto pela Banda da Armada Portuguesa

Entrada gratuita · auditório · bilhetes disponíveis no  
CCI a partir de 2 de Junho · M/3 anos

## 14 Domingo Exposição

17h00

Exposição de Trabalhos de Alunos  
Finalistas em Artes Plásticas e Design

Entrada gratuita · sala de exposições · M/3 anos

## 19 Sexta-feira Música

21h30

Sarau de final de ano lectivo

Da Escola do 2º e 3º Ciclos do Ensino  
Básico da Gafanha da Encarnação

Entrada € 2,50 | auditório · M/3 anos

## 20 Sábado Serviço Educativo

14h00 e 18h00

Formação em Novo Circo

Pelas companhias Escena Subterrânea e  
Movimiento Armario

Entrada € 5,00 por sessão · auditório · limitado a  
10 participantes por sessão · dos 12 aos 18 anos

## 21 Domingo Novo Circo Argentino

18h00

Falsa Escuadra

Com Ivan Larroque e Fernando Rosen

Entrada gratuita · praça CCI · todas as idades

## 28 Domingo Serviço Educativo

11h00

Visita-atelier à descoberta do CCI

Entrada € 3,00 (entre os 6 e os 12 anos) · € 5,00  
(maiores de 12 anos) · auditório · limitado a  
20 participantes · M/6 anos

### Para mais informações

Tel 234 397 260 · [www.centrocultural.cm-ilhavo.pt](http://www.centrocultural.cm-ilhavo.pt) · [centrocultural@cm-ilhavo.pt](mailto:centrocultural@cm-ilhavo.pt) · Bilheteira: Terça-feira  
a Domingo – 10h00-13h00 e 14h00-18h00 · Dias de espectáculos – 2 horas antes e 30 minutos após  
o início dos espectáculos



**FÓRUM MUNICIPAL  
DA JUVENTUDE**

**Tema do mês  
“Tendência Flash”**

**6 Sábado**

14h30

**Caça ao Tesouro**

FMJ Gafanha do Carmo

21h30

**Desfile Foto Talento “Tendência Flash”  
da Câmara Municipal de Ílhavo**

Escola Secundária Dr. João Carlos Celestino Gomes

Entrada livre

**8 Segunda-feira**

**Exposição de Fotografia,  
de Emanuel Lages**

Patente até ao dia 4 de Julho

FMJ Gafanha da Nazaré

**13 Sábado**

14h30

**Pinturas Faciais e Escultura de Balões**

FMJ Gafanha do Carmo

**20 Sábado**

14h30

**Bijutaria**

FMJ Gafanha do Carmo

**27 Sábado**

10h00-12h00/14h00-16h00

**I Torneio de Xadrez de Jovens de Ílhavo**

FMJ Ílhavo

Org.: CMI, EB 2.3 José Ferreira Pinto Basto e

Junta de Freguesia de S. Salvador

14h30

**Graffiti**

FMJ Gafanha do Carmo

**Para mais informações**

- Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo, telefone 234 321 079
- Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Nazaré, telefone 234 183 773
- Fórum Municipal da Juventude de Vale de Ílhavo, telefone 234 326 826
- Fórum Municipal da Juventude da Gafanha da Encarnação, telefone 234 086 668
- Fórum Municipal da Juventude da Gafanha do Carmo, telefone 234 398 009





## Foquim

Caixa de madeira onde o pescador guardava a refeição, fornecida pelos navios de pesca do bacalhau, quando saía para o mar. A refeição consistia, habitualmente, em peixe frito, pão e azeitonas, a garrafa de café e o vinho que levava a expensas suas. Era também no foquim que o pescador guardava o seu tabaco.

A caixa é em forma de tronco de cone, formada por aduelas, unidas à base por dois aros, pregados por gatos (agrafos de ferro), fecha com tampa, formada por peça única de madeira e possui pega abaulada, também de madeira.

Decoradas a gosto dos seus proprietários, este exemplar, que terá pertencido a um pescador da Figueira da Foz, ostenta vários emblemas de clubes de futebol nacionais.

Pertence à colecção do Museu Marítimo de Ílhavo e encontra-se exposto na Sala Faina Maior/Cap. Francisco Marques.



## Maria de Lurdes de Jesus Vieira

Neste mês de Junho, mês das Marchas Populares Sanjoaninas, promovidas pela Câmara Municipal de Ílhavo, levamos até si a história de Maria de Lurdes Vieira, Presidente da A.C.R. “Os Palheiros” da Costa Nova, uma das Associações participantes no evento.

Nascida a 10 de Novembro de 1955, no lugar da Costa Nova, Freguesia da Gafanha da Encarnação, Município de Ílhavo, Maria de Lurdes frequentou a Escola Primária da Costa Nova, que se encontrava perdida no areal entre o casario e a praia, proporcionando-lhe na infância belíssimos passeios na praia para poder avistar a saída da rede puxada pelos bois: era a Pesca da arte Xávega.

A frequência da catequese naquele tempo (doutrina), com a D. Palmirinha, e toda aquela ambiência, despertou-lhe o gosto em ser catequista, função que iniciou aos 13 anos e que ainda hoje mantém.

Concluído o Ciclo Preparatório na Escola Preparatória João de Aveiro e, posteriormente, o Liceu Homem Cristo, em Aveiro, ingressou no Magistério Primário. No entanto, um grave problema de saúde impediu-lhe concluir os estudos.

Recuperada da doença, Maria de Lurdes voltou a dar catequese, bem como explicações a alunos dos 1º e 2º Ciclos, colaborando com o seu pai na organização da Festa de Nossa Senhora da Saúde.

Em 1989, foi constituída uma Comissão para a criação de uma Paróquia independente da Gafanha da Encarnação, que viria a

ter o nome de Paróquia de Nossa Senhora da Saúde. Maria de Lurdes Vieira sempre foi um elemento activo da Comissão, ajudando a promover o lançamento da 1ª pedra da nova Igreja, a 23 de Setembro de 1990, bem como a sua inauguração, que aconteceu no ano 2000.

Em 1995, tomou a iniciativa de criar uma associação cultural e recreativa com o objectivo de divulgar as raízes, tradições e costumes da sua terra, denominando-a de “Palheiros da Costa Nova”, cujo folclore tem levado o bom nome da Costa Nova e do Município de Ílhavo pelo país fora, bem como além fronteiras.

Desde 1997, a A.C.R. “Os Palheiros” da Costa Nova tem participado nas marchas de S. João do Município de Ílhavo. À excepção do 1º ano de participação, todos os restantes poemas apresentados foram da sua autoria, tendo valido à Marcha vários prémios.

Dona de um espírito expedito e lutador, esta ilhavense tem participado na vida política do Município de Ílhavo. Foi elemento da Assembleia Municipal, entre 1997 e 2001, Presidente da Assembleia da Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação (2001-2005), sendo, actualmente, membro da Assembleia Municipal de Ílhavo (2005-2009).

Actualmente com 53 anos, reserva ainda importantes forças e uma determinação invejável, para se entregar a nobres causas e para aproveitar cada dia na procura de um melhor sentido para a existência.



## Bacalhau Especial à Casa

### Ingredientes

- 1250 g. de bacalhau
- 1 Couve
- 1500 g. de batatas
- 3 Cebolas grandes
- Azeite
- Miolo de broa
- Sal q.b.
- Vinagre q.b.





### Modo de preparação

Coza a couve cortada em Juliana.

Depois de cozido, retire as espinhas do bacalhau e desfie às lascas.

De seguida, frite as batatas cortadas às rodelas grossas. Faça uma cebolada. Numa sertã coloque o azeite e as cebolas às rodelas, deixe cozinhar (sem alourar) e tempere com sal e vinagre.

Disponha a couve, as batatas, o bacalhau, a cebolada, as migas da broa num tabuleiro e leve ao forno a gratinar.

dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	Seg.	10.07	20.8	22.32	2.9	03.33	1.1	15.53	1.2
2	Ter.	11.10	2.8	23.33	2.9	04.38	1.1	16.59	1.2
3	Qua.	-	-	12.06	2.9	05.36	1.1	17.58	1.1
4	Qui.	00.29	2.9	12.55	3.0	06.27	1.1	18.50	1.1
5	Sex.	01.18	2.9	13.40	3.0	07.11	1.0	19.35	1.0
6	Sáb.	02.02	3.0	14.21	3.1	07.51	1.0	20.17	1.0
7		02.43	3.0	14.59	3.1	08.28	1.0	20.55	0.9
8	Seg.	03.20	2.9	15.36	3.1	09.03	1.0	21.32	0.9
9	Ter.	03.55	2.9	16.11	3.1	09.38	1.0	22.08	0.9
10	Qua.	04.30	2.9	16.45	3.1	10.13	1.0	22.45	1.0
11	Qui.	05.05	2.8	17.21	3.0	10.49	1.1	23.22	1.0
12	Sex.	05.41	2.8	17.58	3.0	11.27	1.2	-	-
13	Sáb.	06.21	2.7	18.39	2.9	00.02	1.1	12.08	1.2
14	Dom.	07.06	2.7	19.25	2.8	00.46	1.1	12.56	1.3
15		07.59	2.6	20.19	2.8	01.36	1.2	13.21	1.4
16	Ter.	08.59	2.6	21.20	2.7	02.31	1.2	14.52	1.4
17	Qua.	10.03	2.6	22.24	2.8	03.30	1.2	15.56	1.4
18	Qui.	11.03	2.7	23.25	2.8	04.29	1.2	16.59	1.2
19	Sex.	11.59	2.8	-	-	05.26	1.1	17.58	1.1
20	Sáb.	00.24	2.9	12.54	3.0	06.21	1.0	18.54	0.9
21	Dom.	01.21	3.0	13.47	3.2	07.13	0.9	19.48	0.8
22		02.16	3.2	14.39	3.3	08.03	0.8	20.39	0.6
23	Ter.	03.09	3.2	15.30	3.4	08.52	0.7	21.29	0.5
24	Qua.	04.00	3.3	16.20	3.5	09.41	0.6	22.18	0.5
25	Qui.	04.50	3.3	17.10	3.5	10.29	0.7	23.08	0.5
26	Sex.	05.40	3.2	18.01	3.4	11.18	0.7	23.59	0.6
27	Sáb.	06.30	3.1	18.52	3.3	-	-	12.10	0.9
28	Dom.	07.24	3.0	19.47	3.1	00.51	0.8	13.04	1.0
29		08.21	2.8	20.47	3.0	01.47	1.0	14.04	1.1
30	Ter.	09.24	2.8	21.51	2.8	02.48	1.1	15.10	1.2



<b>Dom.</b>		7 D. Gomes Ribau	14 Santos Branco	21 Moderna A. Castro	28 Senos Morais
<b>Seg.</b>	1 D. Gomes A. Castro	8 Santos Morais	15 Moderna Ribau	22 Senos Branco	29 D. Gomes A. Castro
<b>Ter.</b>	2 Santos Branco	9 Moderna A. Castro	16 Senos Morais	23 D. Gomes Ribau	30 Santos Branco
<b>Qua.</b>	3 Moderna Ribau	10 Senos Branco	17 D. Gomes A. Castro	24 Santos Morais	
<b>Qui.</b>	4 Senos Morais	11 D. Gomes Ribau	18 Santos Branco	25 Moderna A. Castro	
<b>Sex.</b>	5 Santos A. Castro	12 Moderna Morais	19 Senos Ribau	26 D. Gomes Branco	
<b>Sáb.</b>	6 D. Gomes Branco	13 Santos A. Castro	20 Moderna Morais	27 Senos Ribau	

### 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

### Costa Nova

Posto de Medicamentos, Tel. 234 369 885

eu quero ser  
uma garrafa  
de champanhe  
francês



**Reciclar o vidro é dar uma nova vida às suas embalagens.**

Sabia que o vidro reciclado não perde as suas qualidades? Hoje, com as suas garrafas e outras embalagens de vidro obtemos material para novas embalagens. Já para não falar na energia que se poupa. Quem diria que a garrafa de champanhe que ofereceu no último Natal pode ser a garrafa de vinho branco que tem agora no frigorífico? É verdade. E é tão simples: Você dá os frascos e garrafas vazias e todos ganhamos uma vida mais cheia. Obrigado por colocar todas as embalagens de vidro no Ecoponto Verde.





o mar por tradição

Autorizado a circular  
em invólucro plástico fechado  
de 00522005 DCN

**DM**

  
**TAXA PAGA**  
PORTUGAL  
CONTRATO 530 840  
cft

# Viver em

Av. 25 de Abril  
3830-044 ILHAVO