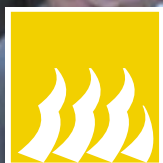


Viver em

Setembro 2009



ilhavo
Câmara Municipal



Índice

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 5 agenda
- 12 alimentação saudável
- 15 museu marítimo de Ílhavo
- 17 biblioteca municipal de Ílhavo
- 20 centro cultural de Ílhavo
- 22 fórum municipal da juventude
- 23 património
- 24 a nossa gente
- 27 receita do mês
- 28 tabela de marés
- 29 farmácias de serviço
- 30 telefones úteis

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 Setembro de 2009, para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de Outubro 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>



VIVER EM, a agenda de eventos do Município de Ílhavo, junta-se ao convívio de todos, anunciando as actividades deste mês de Setembro e convidando-o a dar vida a cada uma dessas acções.

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

A Comunidade Educativa inicia um novo ano lectivo, ficando para todos o nosso desejo de bom trabalho e sucesso. Numa época em que a CMI está a concretizar a primeira fase de um importante investimento de qualificação do Parque Escolar com cinco obras. Quatro já em execução: os novos Centros Escolares da Senhora do Pranto (Ílhavo) e da Cale da Vila (Gafanha da Nazaré), e as ampliações (com adaptação a Centro Escolar) das Escolas de 1º Ciclo de Vale de Ílhavo e da Légua. Inicia-se nos primeiros dias de Setembro 2009, a obra de ampliação da Escola de 1º Ciclo da Coutada, criando o Centro Escolar da Coutada. Acompanhe este crescimento.

Em destaque vai estar a edição 2009 da Maior Idade/Viver Solidário, um gesto de homenagem e de agradecimento a todos os que, estando na fase madura da vida, construíram o mundo e a terra em que vivemos, partilhando a sua energia e capacidade com os seus contemporâneos e com as gerações vindouras. Temos uma semana recheada de momentos de convívio à volta do passeio, da música, da cultura, da tradição, do debate sobre as questões sociais e o apoio aos mais velhos.

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

Venha VIVER connosco.
Um Bom Mês e o nosso Abraço,

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

**Todo o Mês**

Exposição “Frota de Paz nos Mares em Guerra” –
A Pesca do Bacalhau na II Guerra Mundial ·
Museu Marítimo de Ílhavo

Exposição “Nos Porões da Memória III” – Fotografia
e texto de Wayne Ralph · Museu Marítimo de Ílhavo

9 a 29 de Setembro

Feira do Livro · Biblioteca Municipal de Ílhavo

11 de Setembro

4º Aniversário do Renovado Fórum Municipal da
Juventude de Ílhavo

12 de Setembro

Vem comemorar o 4º Aniversário da Biblioteca ·
Biblioteca Municipal de Ílhavo

14 de Setembro

Inauguração da Feira/Exposição “Viver Solidário” ·
Praça do Centro Cultural de Ílhavo

16 Quarta-feira

Encontro “Respostas Sociais ao dispor da
população” · Biblioteca Municipal de Ílhavo

18 de Setembro

Stand up com Herman José – “O Homem dos Sete
Instrumentos” · Centro Cultural de Ílhavo

Baile de Verão com o Grupo “Cordis Nauta” ·
Mercado Municipal da Gafanha da Nazaré

20 de Setembro

Festa da Maior Idade · Jardim Oudinot, Gafanha
da Nazaré

22 de Setembro

Dia Europeu Sem Carros · Município de Ílhavo



1 Terça-feira

Início das actividades e classes das Piscinas Municipais de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

Com natação pré e pós parto.

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

4 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário

(Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

17h00

Abertura da Mostra de Saberes e Sabores

22h00

Actuação do Grupo "Aqua Tuna"

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

5 a 7 Sábado a Segunda-feira

Festas em Honra do

Senhor Jesus dos Navegantes

Ílhavo

14h00-24h00

Mostra de Saberes e Sabores

Gastronomia Regional e Artesanato do Município de Ílhavo

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

5 Sábado

21h30

25º Festival de Folclore

"Cidade de Ílhavo"

Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

11 a 14 Sexta a Segunda-feira

Festas em Honra da Nª Sª da Encarnação

Gafanha da Encarnação

11 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário

(Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo



12 Sábado

21h00

Ílhavo AC – CDC Santana

Camp. Nacional 3ª Divisão –
Seniores Masculinos

Pav. Gimnodesportivo da Gafanha da Encarnação

13 Domingo

Feira dos 13

Largo da Feira – Vista Alegre

14 Segunda-feira

11h00

• **Inauguração da
Feira/Exposição “Viver Solidário”**

Com os trabalhos desenvolvidos pelas
várias IPSS do Município de Ílhavo
e dos Espaços Maior Idade, com
possibilidade de venda de artigos
produzidos pelas Instituições.

Aberta ao público de 14 a 17 de
Setembro, das 15 às 18h00.

• **Apresentação da Revista
“Maior Idade – a Seis”**

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

**MAJOR²⁰⁰⁹
IDADE**
14 a 20 de Setembro

15h00-18h00

**Animação da Feira/Exposição
“Viver Solidário”**

A Reciclagem e o Ambiente
Praça do Centro Cultural de Ílhavo

**MAJOR²⁰⁰⁹
IDADE**
14 a 20 de Setembro

18h00

**Inauguração da Exposição
Etnográfica do Rancho Regional da
Casa do Povo de Ílhavo**

Centro Cultural de Ílhavo – Foyer
Entrada gratuita

**MAJOR²⁰⁰⁹
IDADE**
14 a 20 de Setembro

15 Terça-feira

Todo o dia

**Grande Arraial Minhoto
na Quinta da Malafaia**

Visita a Barcelos/Ponte de Lima e Viana
do Castelo (Santa Luzia)

**MAJOR²⁰⁰⁹
IDADE**
14 a 20 de Setembro

15h00-18h00

**Animação na Feira/Exposição
“Viver Solidário”**

As Padeiras de Vale de Ílhavo
Praça do Centro Cultural de Ílhavo

**MAJOR²⁰⁰⁹
IDADE**
14 a 20 de Setembro



16 Quarta-feira

09h30

Encontro “Respostas Sociais ao dispor da população”

Biblioteca Municipal de Ílhavo

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

10h00

Movimento Maior em acção

Aulas Técnicas de Relaxamento,
Exercícios de Manutenção e Boccia
Parque Geriático – Jardim Oudinot,
Gafanha da Nazaré

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

15h00-18h00

Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário”

Carnaval de Verão:
Trajes dos anos 50 a 70
Praça do Centro Cultural de Ílhavo

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

16h00

À Descoberta do CCI

Centro Cultural de Ílhavo
Entrada gratuita e com marcação prévia –
limitado a 30 pessoas

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

17h30

Matiné – Filme “Amália”

Centro Cultural de Ílhavo
Maiores de 65 anos – entrada gratuita
Menores de 65 anos – € 3,00

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

17 Quinta-feira

Todo o dia

Visita a Mafra e Lisboa

Aldeia Típica José Franco, Convento de Mafra,
Jerónimos e Belém

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

15h00-18h00

Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário” – Artes manuais

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO

18 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário (Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

Todo o dia

“Re-viver, construindo”

Na Rota Medieval de St. Maria da Feira
Acção para antigos funcionários camarários

MAJOR 2009
IDADE
11.º ANIVERSÁRIO
11 A 20 DE SETEMBRO



10h30

Universidade Sénior da Fundação Prior Sardo

Abertura do ano lectivo 2009/2010

Sede da Fundação Prior Sardo (Casa da Remelha)

MAJOR 2009
IDADE
FESTAS SÉNIOR
19 e 20 DE SETEMBRO

10º Passeio Cicloturístico da Confraria Camoniana de Ílhavo a S. Jacinto

Org.: Confraria Camoniana de Ílhavo

15h00-17h30

“Encontro Avós e Netos”

Com animação variada

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

MAJOR 2009
IDADE
FESTAS SÉNIOR
19 e 20 DE SETEMBRO

15h30

Baile de Verão com o Grupo “Cordis Nauta”

Mercado Municipal da Gafanha da Nazaré

MAJOR 2009
IDADE
FESTAS SÉNIOR
19 e 20 DE SETEMBRO

21h30

Noite de Fados “Reviver Amália”, com a fadista Alexandra

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

Em caso de mau tempo o espectáculo será realizado Pavilhão Municipal Cap. Adriano Nordeste, Ílhavo.

MAJOR 2009
IDADE
FESTAS SÉNIOR
19 e 20 DE SETEMBRO

21h30

Stand up com Herman José

“O Homem dos Sete Instrumentos”

Centro Cultural de Ílhavo

Entrada € 10,00 (seniores + 65 anos: 20% desconto)

19 e 20 Sábado e Domingo

Festas em Honra da Nª Sª dos Navegantes

19 Sábado

Todo o dia

3ª Regata “Dou Mais Tempo à Vida”

Costa Nova

Org.: Liga Portuguesa Contra o Cancro –

Núcleo Regional do Centro

20 Domingo

12h00

Festa da Maior Idade

Piquenique (cada um traz o seu)

Animação variada com tarde lúdica

(jogos tradicionais, cartas, dominó, música ambiente, espaço de leitura, etc.)

MAJOR 2009
IDADE
FESTAS SÉNIOR
19 e 20 DE SETEMBRO



16h30

Procissão em honra de
N^a S^a dos Navegantes no Forte da
Barra e celebração da Santa Missa

MAJOR 2009
IDADE
11 A 20 DE SETEMBRO

17h30

Actuação da Banda de Música
Filarmónica Gafanhense

MAJOR 2009
IDADE
11 A 20 DE SETEMBRO

18h30

Início do Festival de Folclore
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

22 Terça-feira

Todo o dia

Dia Europeu Sem Carros

Município de Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

24 a 28 Quinta a Segunda-feira

Festas em Honra da
N^a S^a da Saúde – Costa Nova

25 Sexta-feira

Manhã

Feira do Vestuário (Mercado Animado)

Mercado Municipal de Ílhavo

26 Sábado

Todo o dia

Sábado Divertido Náutico

Município de Ílhavo

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

21h00

Ílhavo AC – Estarreja AC

Camp. Nacional 3^a Divisão –

Seniores Masculinos

Pav. Gimnodesportivo da Gafanha da Encarnação

26 a 30 Sábado a Quarta-feira

Todo o dia

Comemoração do Dia do Coração

Piscinas Municipais de Ílhavo e Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

28 Segunda-feira

Início do Prog. de Iniciação à Natação

Jardins de Infância Públicos e Privados e

IPSS do Município

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo



SEG 14 SETEMBRO

11H00

Inauguração da Feira/Exposição "Viver Solidário"

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

Apresentação da revista "MAIOR IDADE - A Seis"

15H00

Inauguração da Feira/Exposição "Viver Solidário"

A Reciclagem e o Ambiente
Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo,
Lar S. José e Lar Divino Salvador

18H00

Inauguração da Exposição Etnográfica do Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

Centro Cultural de Ílhavo - foyer
(entrada gratuita)

TER 15 SETEMBRO

Todo o dia

Visita

Grande Arraial Minhoto na Quinta da Malafaia

Barcelos/Ponte de Lima e Viana do
Castelo (Santa Luzia)

15H00

Animação na Feira/Exposição "Viver Solidário"

As Padeiras de Vale de Ílhavo
Centro Social e Paroquial da Gafanha
da Encarnação e Obra da Providência



Câmara Municipal de Ílhavo

QUA 16 SETEMBRO

09H30

Encontro “Respostas Sociais ao dispôr da população”

Biblioteca Municipal de Ílhavo

10H00

Movimento Maior em acção

Aulas de Técnicas de Relaxamento, Exercícios de Manutenção e Boccia
Parque Geriátrico - Jardim Oudinot

15H00

Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário”

Carnaval de Verão

Fundação Prior Sardo e Centro Social e Paroquial N. Sr.^a da Nazaré

16H00

À descoberta do CCI

Visita guiada ao Centro Cultural de Ílhavo (marcação prévia)
Centro Cultural de Ílhavo

17H30

Matiné Filme “Amália”

Centro Cultural de Ílhavo

(maiores de 65 anos - entrada gratuita;
menores de 65 anos - 3 euros)

SEX 18 SETEMBRO

Todo o dia

“Re-viver, construindo”

acção para antigos
funcionários camarários

10H30

Universidade Sénior da Fundação Prior Sardo

Abertura do ano lectivo 2009/2010

Sede da Fundação Prior Sardo
(Casa da Remelha)

15H30

Baile de Verão

Baile com o Grupo “Cordis Nauta”
Mercado M. da Gafanha da Nazaré

21H30

Herman José

“O Homem dos Sete Instrumentos”

Centro Cultural de Ílhavo

(entrada 10,00 euros)

desconto: sénior +65 anos (20%)

QUI 17 SETEMBRO

Todo o dia

Visita **Mafra e Lisboa**

Aldeia Típica José Franco, Convento, Jerónimos e Belém

15H00

Animação na Feira/Exposição “Viver Solidário”

Artes manuais

CERCIÁV, Espaços Maior Idade e CASCI

SÁB 19 SETEMBRO

15H00~17H30

“Encontro Avós e Netos”

Jardim Oudinot

21H30

Noite de Fados “Reviver Amália”, com a fadista Alexandra

Praça do Centro Cultural de Ílhavo

Em caso de mau tempo o espectáculo será realizado no Pavilhão Municipal Capitão Adriano Nordeste

DOM 20 SETEMBRO

12H00

Festa da Maior Idade

Piquenique - cada um traz o seu
Animação variada com tarde lúdica
(jogos tradicionais, cartas, dominó,
música ambiente, espaço de leitura,
etc)

Jardim Oudinot

16H30

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

17H30

Actuação da Banda de Música Filarmónica Gafanhense

18H30

Início do Festival de Folclore

Rancho Folclórico de Gouveia

Grupo Folclórico de Taveiro

Grupo Etnográfico da Gaf. da Nazaré



Alimentação em Tempos de Gripe

Perante um cenário de pandemia de gripe, nomeadamente de gripe A (H1N1) muitas rotinas se alteram. É previsível que nas próximas semanas ou meses a permanência no domicílio seja aconselhada a muitos portugueses quer por uma questão de prevenção quer para tratamento da doença.

Sugerimos alguns conselhos que ajudam a planear a alimentação nessa eventualidade, sem alarmismos ou desorientação, nem gastos ou desperdícios.

A gripe é uma doença infecciosa que requer cuidados alimentares relativamente simples. No caso de pessoas saudáveis, isto é, que não sofrem de doença crónica, a hidratação é o principal cuidado a ter. Febre alta, vômitos, diarreia e tosse provocam desidratação, o que piora o estado do doente. É fundamental manter o corpo bem hidratado. Pessoas com doenças crónicas (asma, diabetes...) devem seguir as indicações do médico relativamente à hidratação. Beba sempre que tiver sede e mesmo que não tenha! Com febre, a ingestão deve ser superior a 3,7 litros para os homens e 2,7 para as mulheres, ou seja,

respectivamente, cerca de 16 e 12 copos.

Consegue-se manter uma boa hidratação através da ingestão de:

- Água simples ou aromatizada (com limão, canela...);
- Infusões (tília, camomila, limonete...);
- Sumos de fruta naturais ou néctares de fruta;
- Leite e/ou iogurtes;
- Sopa de legumes e hortaliças;
- Fruta.

Quer a sopa quer as bebidas não devem estar demasiado quentes para que o doente não fique com mais calor e transpire ainda mais. Pode preparar uma quantidade maior de infusões, deixar arrefecer e ir bebendo ao longo do dia.

Quem está com gripe sente-se fraco, cansado e com falta de apetite. Mas, deixar de comer só agrava a situação. Por isso, deve procurar comer várias vezes ao dia em pequenas quantidades.

Se programar com antecedência a sua alimentação, abastecer a despensa, o congelador e o frigorífico, enfrentará melhor uma eventual situação de gripe, pois já não tem que se preocupar em ter de comprar



e/ou cozinhar. É nestas alturas que se tira melhor partido dos alimentos de longa duração, adquiridos anteriormente. Podem preparar-se refeições com antecedência, dividir em doses e congelar adequadamente. Quando for necessário basta descongelar, aquecer e... comer!

Assim, mesmo que esteja debilitado e não sinta forças ou vontade para cozinhar não lhe faltará que comer.

O que armazenar na despensa?

- Bebidas engarrafadas/empacotadas: água, leite e sumos de fruta de longa duração);
- Alimentos enlatados (atum, sardinha, feijão, grão, ervilhas, tomate, pêssego, ananás...);
- Alimentos secos que não necessitam de ser cozinhados (pão pré-embalado, tostas, bolachas, cereais de pequeno-almoço, frutos secos);
- Alimentos secos que necessitam ser cozinhados (arroz, massa, leguminosas);
- Alimentos frescos que se conservam à temperatura ambiente (batatas, cebolas, alhos);

- Outros (azeite, óleo, açúcar, chá, infusões, especiarias).
E no congelador e frigorífico?
- Peixe, carne e aves (peixe em filetes, postas ou lombos, carne e aves em porções individuais já prontas a cozinhar);
- Produtos hortícolas – frescos ou congelados e fruta (brócolos, feijão verde, tomate, cenoura, alho-francês, salsa, couves, macedónia, laranja, kiwi, maçã, pêra...);
- Refeições pré-confeccionadas (sopas, refeições de carne, de peixe, vegetarianas);
- Pão (fatiado ou em unidades individuais);
- Lacticínios (iogurtes, queijo, manteiga).

Em caso de sinal de gripe ligue: Linha Saúde 24 – 808 24 24 24.

Cumpra o tratamento que lhe foi prescrito pelo médico!

Lembre-se que a alimentação é um factor essencial para a sua recuperação!

Serviço de Saúde Pública
Centro de Saúde de Ílhavo

PROTEJA A FLORESTA, PESSOAS E BENS



PERÍODO CRÍTICO

EM CASO DE INCÊNDIO LIGUE 112

PREVENÇÃO

CONTRA INCÊNDIOS FLORESTAIS

Nos espaços rurais (floresta, matos e terrenos agrícolas), durante o período crítico* (de 1 de Julho a 15 de Outubro de 2009), estabelecido pela Portaria n.º 678/2009 de 23 de Junho, no âmbito do Sistema Nacional de Defesa da Floresta contra Incêndios, **não é permitido:**

- » Fazer lume ou fogueiras;
- » Queimar restos das actividades agrícolas ou florestais;
- » Fazer queimadas para renovação de pastagens e eliminação de restolho e ainda, para eliminar sobranços de exploração cortados mas não amontoados;
- » Fumigar ou desinfectar apiários;
- » A circulação de tractores, máquinas e veículos de transporte pesados que não possuam extintores, sistema de retenção de faúlhas ou faíscas e tapa chamas nos tubos de escape ou chaminés.

O lançamento de foguetes e de balões de mecha acesa é proibido em todo o território nacional

As coimas podem ir até aos 60.000 Euros

RISCO DE INCÊNDIO FLORESTAL PARA CONSULTAR O RISCO DE INCÊNDIO DIÁRIO, CONTACTE A CÂMARA MUNICIPAL, SERVIÇOS FLORESTAIS OU O INSTITUTO DE METEOROLOGIA



* É fora do período crítico sempre que o risco de incêndio florestal seja muito elevado ou máximo



Câmara Municipal de **ilhavo**



mais informações:
Gabinete Técnico Florestal Intermunicipal de Ilhavo
Tel 234 329 684 / 91 57 92 896
Comissão Municipal de Defesa da Floresta



Todo o mês

Exposição
“Frota de Paz nos Mares em Guerra” – A Pesca do Bacalhau na II Guerra Mundial
Entrada gratuita

Exposição
“Nos Porões da Memória III” –
fotografia e texto de Wayne Ralph
Entrada gratuita

Horários

Museu Marítimo de Ílhavo: Terça-feira a Sexta-feira
9h30-18h00; Sábado e Domingo 14h30-18h00

Navio-Museu Santo André: Terça-feira a Sexta-feira
10h00-19h00; Sábado e Domingo 14h30-19h00

Para mais informações: tel. 234 329 990 ou
www.museumaritimo.cm-ilhavo.pt

Entrada livre nas exposições temporárias.

Legenda da Imagem: St. John's, Marinheiros Portugueses (1966), fotografia de Wayne Ralph, em exposição no Museu Marítimo de Ílhavo..

CARTÃO JOVEM MUNICIPAL

ÍLHAVO

AGARRA O TEU MOVIMENTO



**DESCONTOS, VANTAGENS EM SERVIÇOS
E EQUIPAMENTOS NO TEU MUNICÍPIO.**

**TRANSPORTES ★ FESTIVAIS
DESPORTO ★ CULTURA**

Faz mais, vive mais, move-te mais, vai onde queres, vai a toda a hora, não pares.

Informa-te em:

Fóruns Municipais da Juventude:
Ilhavo, Colégio do Bazar, Ude do Ilhavo,
Colégio da Encarnação e Colégio do Carmo
www.cm-ilhavo.pt

www.cartaojovem.pt | juventude.gov.pt
União da Juventude: 707 20 20 20



Biblioteca Municipal de **Ílhavo**

Autores do Mês

Secção Infanto-Juvenil

Leo Lionni

Secção de Adultos

Marguerite Duras

100 Anos de Prémio Nobel da Literatura

Autores de literatura Russa, Polaca e Jugoslava

Mostra Literária

- | | |
|------|----------------------------------|
| 1924 | Wladyslaw Reymont |
| 1933 | Ivan Alekseyevich Bunin |
| 1958 | Boris Pasternak |
| 1961 | Ivo Andric |
| 1965 | Mikhail Aleksandrovich Sholokhov |
| 1970 | Aleksandr Isaevich Solzhenitsyn |
| 1978 | Isaac Bashevis Singer |
| 1980 | Czeslaw Milosz |
| 1987 | Joseph Brodsky |

Todo o mês

Ofereça uma prenda à Biblioteca Municipal

Deixe a sua sugestão literária e habilite-se a receber uma prenda (sorteio a realizar no dia 30 de Setembro pelas 18h00)



9 a 29 Quarta a Terça-feira

Feira do Livro

Aproveite esta oportunidade para comprar as últimas novidades editoriais a preço de feira visite-nos... Não perca os descontos que temos para oferecer.

Átrio da Biblioteca

2 a 16 Quartas-feiras

Reservámos para ti os filmes mais fantásticos aparece!

Dia 2 O Corsário Negro

Dia 9 A Lenda de Despereaux

Dia 16 Mikey e o Pé de Feijão

11 Sexta-feira

4º Aniversário da Biblioteca Municipal de Ílhavo

12 Sábado

Vem comemorar o 4º Aniversário da Biblioteca

16h30

Hora do conto

História Interactiva: "O Incrível rapaz que comia livros", de Oliver Jeffers

24 Quinta-feira

Comemoração do Dia Mundial do Coração

Mostra Literária

Bebeteca

Sábados: 16h00

Uma História para Tocar

Dia 5 "A Galinha Ruiva", de Leo Timmers

Dia 12 "Os 3 Porquinhos",
de Xavier Deneux

Dia 19 "O Gato das Botas",
de Dan Kerleroux

Dia 26 "O Capuchinho Vermelho",
de Christian Guibbaud



Hora do Conto

Segunda a Sexta-feira: 17h30

Sábados: 16h30

Dia 5 "Pequeno Azul e Pequeno Amarelo", de Leo Lionni

Dia 19 "Nadadorzinho", de Leo Lionni

Dia 26 "Frederico", de Leo Lionni

Ateliers de Expressão Literária e Plástica

Sábados: 17h00

Ilustrar e construir

Dia 5 Mil e umas cores;

Dia 12 Não comas os livros, lê-os e marca-os;

Dia 19 Dá cor ao teu retrato;

Dia 26 O Frederico segura os teus papéis.

Espaços Maior Idade

21 e 28 Segundas-feiras: 15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha da Nazaré

22 e 29 Terças-feiras: 15h00-17h30

Biblioteca Municipal de Ílhavo

23 e 30 Quartas-feiras: 15h00 – 17h30

Pólo de Leitura da Gafanha do Carmo

24 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

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



centro cultural ílhavo

4 Sexta-feira música

21h30

Foge Foge Bandido – Manel Cruz

Entrada € 10,00 | auditório · M/15 anos

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

5, 12, 26 Sábado cinema

21h30

“E Depois do Verão”

Dia 5

Exterminador Implacável: A Salvação
(130') · M/12 anos

Dia 12

Harry Potter e o Príncipe Misterioso
(153') · M/12 anos

Dia 26

Transformers: Retaliação
(147') · M/12 anosEntrada € 6,00 por ciclo · € 3,00 por sessão ·
auditório**11 Sexta-feira dança/música**

21h30

**Maiorca pela Companhia
Paulo Ribeiro, acompanhada ao vivo
por Pedro Burmester**

Entrada € 10,00 · auditório · M/12 anos

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos,
jovem até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)**13 Domingo dança**

11h00 e às 12h00

Piquicos – dança para bebésEntrada € 5,00 · auditório · limitado a 17 bebés
por sessão · dos 0 aos 36 meses**14 Segunda-feira exposição**

18h00

**Exposição Etnográfica do Rancho
Regional da Casa do Povo de Ílhavo**

Semana da Maioridade 2009

Entrada gratuita · foyer · para todas as idades



15, 16 e 30 serviço educativo

Visita-atelier – À descoberta do CCI

Dia 15 Terça-feira e 30 Quarta-feira

Especial Escolas

Dia 16 Quarta-feira

Especial Semana da Maioridade

Entrada gratuita · marcação prévia · limitado a 20 participantes por sessão · M/6 anos

18 Sexta-feira stand-up

21h30

Herman José –

O Homem dos Sete Instrumentos

Entrada € 10,00 · auditório · M/16 anos

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

25 Sexta-feira teatro

21h30

Monólogos da Vagina, de Eve Ensler com Ana Brito e Cunha, Guida Maria e São José Correia

Entrada € 10,00 | auditório · M/16 anos

Desc.: pack trimestre (25%); sénior +65 anos, jovem até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

29 Terça-feira exposição

18h00

“Canvas Parade” pelo Agrupamento de Escolas de Ílhavo

Patente até 11 de Outubro

Entrada gratuita | para todas as idades

Para mais informações

Tel 234 397 260 · www.centrocultural.cm-ilhavo.pt · 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

“Sem Medos”

10 Quinta-feira

FJ Lan Party 2009

15h00

Abertura oficial da Lan Party 2009

19h00

Torneio Trackmania

23h30

Torneio Cs 1.6

FMJ Ílhavo

11 Sexta-feira

4º Aniversário do renovado Fórum
Municipal da Juventude de Ílhavo

19h00

Torneio de Guitar Hero

23h30

Torneio Pes 2009 (PS2)

FMJ Ílhavo

12 Sábado

15h00

Avaliação por parte do júri
(Concurso de Modding)

17h00

Festa de Aniversário do Fórum
Municipal da Juventude de Ílhavo
Entrega de Prémios

18h00

Encerramento da Lan Party 2009
FMJ Ílhavo

14 Segunda-feira

4º Aniversário do Fórum Municipal da
Juventude de Vale de Ílhavo

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



Agulha de marear com alidade de duas pínulas

Datada de 1856, esta agulha de marear é um dos mais valiosos instrumentos de navegação da coleção do Museu Marítimo de Ílhavo. Decorada com motivos florais no interior do morteiro de madeira, que dispõe de retículos para marcações azimutais e pínulas rebatíveis, servia para indicar o norte magnético auxiliando a marcação do rumo do navio. A sua rosa-dos-ventos, assente num pião e protegida por um vidro, apresenta trinta e dois rumos, estando o norte assinalado com a tradicional flor-de-lis. A caixa interior da agulha assenta num sistema de balança que permite compensar o balanço do navio mantendo a horizontalidade da agulha.

Doadá anonimamente ao Museu na década de trinta do Século XX, esta bela peça de coleção encontra-se actualmente exposta no átrio do Museu Marítimo de Ílhavo inserida na exposição Viagens na coleção de instrumentos náuticos do Museu.



Maria Ernestina Ribeiro Marnoto

Neste mês de Setembro, especialmente dedicado à Semana da Maior Idade 2009/ Viver Solidário, promovida pela Câmara Municipal de Ílhavo, dedicamos a rubrica “A Nossa Gente” à artesã Maria Ernestina Ribeiro Marnoto.

Filha de pai ilhavense e mãe portuense, Maria Ernestina nasceu a 14 de Outubro de 1936, na Cidade do Porto, tendo sempre vivido na freguesia de S. Salvador, Município de Ílhavo.

Tina Marnoto, como é conhecida, sempre foi uma apaixonada pelos trabalhos manuais, tendo aprendido muito jovem os primeiros pontos: tricot, bordados, malhas, renda, entre outros estilos, pequenos saberes em que se baseou para imprimir maior criatividade nas suas criações. Com apenas 14 anos já ajudava no sustento da família: labutava com uma máquina de “apanhar malhas em meias” e fazia outros trabalhos na Retrosaria “Laura Bezurna” que era propriedade da sua mãe.

Depois do 25 de Abril de 1974, Tina Marnoto deixou a Retrosaria e foi trabalhar no antigo Hospital de Ílhavo, onde permaneceu durante um ano. Posteriormente foi Auxiliar de Acção Educativa durante 22 anos, 18 dos quais na Creche da Malhada, dedicando os tempos livres à sua paixão pelos bordados.

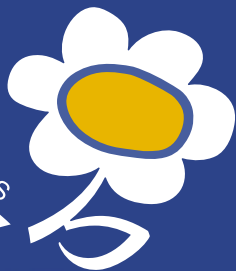
Mas foi depois da reforma que realizou o sonho de concluir o 6º ano de escolaridade e de se dedicar de corpo e alma ao Macramé, arte de entrelaçamento de linhas muito usada e divulgada pelos pescadores e marinheiros da Terra Maruja.

Tina Marnoto trabalha sem agulhas, utilizando apenas alfinetes para poder fazer os nós de marinheiro e firmar bem o trabalho que requer muita atenção e cálculo. A artesã gosta de misturar diferentes estilos e materiais, que vão desde toalhas em linho, nas quais sobrepõe os bordados e o macramé, até marcadores de livros, napperons, molduras ou aplicações em vidros e toalhas.

Dona de um talento sem limites, sempre dinâmica, criativa e bem disposta, Tina Marnoto ensina esta arte há cerca de dez anos, uma actividade da qual se orgulha muito, tendo recentemente realizado, a título de voluntariado, formação nas Oficinas Criativas e nos Ateliers do Fórum Náutico.

A sua participação em diversas exposições e certames de artesanato são também uma constante. A convite da Câmara Municipal de Ílhavo esta artesã esteve presente na FARAV, bem como na edição de 2009 do Festival do Bacalhau, onde milhares de pessoas tiveram oportunidade de conhecer e apreciar os seus maravilhosos trabalhos.

DIA EUROPEU SEM CARROS



22 Setembro 2009



Ílhavo Gafanha da Nazaré



Câmara Municipal de Ílhavo





Enguias fritas

Ingredientes

- 300 gr. de enguias fritas
- 1 cebola
- 6 tiras de pimento vermelho
- 2 dentes de alho
- 1 folha de louro
- 2 malaguetas
- Vinagre q.b.
- Azeite q.b.

Modo de preparação





Comece por lavar muito bem as enguias e seque-as com papel de cozinha.

Leve ao lume uma sertã com azeite e quando estiver quente coloque as enguias, deixe fritar bem dos dois lados depois e retire-as para uma taça.

De seguida, colocam-se na sertã a cebola cortada às rodelas, o alho picado, o louro, as malaguetas e as tiras de pimento, deixando fritar ligeiramente. Regue com um pouco de vinagre.

Por fim, verta o preparado nas enguias e sirva acompanhado com batata frita ou cozida.



dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	Ter.	01.13	2.7	13.25	2.9	07.00	1.2	19.32	1.1
2	Qua.	01.51	2.8	14.02	3.1	07.36	1.1	20.03	0.9
3	Qui.	02.24	3.0	14.36	3.2	08.08	0.9	20.32	0.8
4		02.55	3.1	15.08	3.3	08.38	0.8	21.00	0.7
5	Sáb.	03.26	3.2	15.39	3.3	09.07	0.8	21.28	0.7
6	Dom.	03.55	3.2	16.41	3.3	09.37	0.7	21.57	0.7
7	Seg.	04.25	3.2	16.41	3.3	10.08	0.7	22.28	0.7
8	Ter.	04.57	3.2	17.15	3.2	10.42	0.8	23.00	0.8
9	Qua.	05.31	3.1	17.52	3.0	11.18	0.9	23.37	0.9
10	Qui.	06.10	3.0	18.36	2.9	-	-	12.01	1.0
11	Sex.	06.58	2.8	19.33	2.7	00.21	1.1	12.57	1.2
12		08.03	2.7	20.54	2.5	01.21	1.3	14.17	1.3
13	Dom.	09.34	2.7	22.35	2.6	02.48	1.4	16.00	1.3
14	Seg.	11.08	2.8	23.56	2.8	04.28	1.4	17.28	1.2
15	Ter.	-	-	12.19	3.0	05.44	1.2	18.29	0.9
16	Qua.	00.55	3.0	13.15	3.3	06.41	0.9	19.18	0.7
17	Qui.	01.44	3.2	14.03	3.5	07.28	0.7	20.01	0.5
18		02.28	3.4	14.47	3.6	08.11	0.6	20.41	0.4
19	Sáb.	03.09	3.5	15.28	3.6	08.51	0.4	21.19	0.4
20	Dom.	03.48	3.5	16.08	3.5	09.30	0.4	21.55	0.5
21	Seg.	04.26	3.4	16.46	3.4	10.09	0.5	22.32	0.6
22	Ter.	05.03	3.3	17.24	3.2	10.48	0.7	23.08	0.9
23	Qua.	05.39	3.1	18.01	2.9	11.28	0.9	23.46	1.1
24	Qui.	06.18	2.9	18.43	2.7	-	-	12.13	1.1
25	Sex.	07.04	2.7	19.36	2.5	00.29	1.3	13.09	1.4
26		08.07	2.6	21.01	2.3	01.28	1.5	14.31	1.5
27	Dom.	09.37	2.5	22.43	2.3	03.01	1.6	16.15	1.5
28	Seg.	11.03	2.6	23.53	2.5	04.38	1.6	17.30	1.4
29	Ter.	-	-	12.04	2.7	05.42	1.5	18.19	1.2
30	Qua.	00.40	2.7	12.50	2.9	06.27	1.3	19.56	1.1



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

Branco, Tel. 234 361 576

Morais, Tel. 234 361 817

Gafanha da Encarnação

Ribau, Tel. 234 365 131

Praia da Barra

Ançã Castro, Tel. 234 360 721

Costa Nova

Posto de Medicamentos, Tel. 234 369 885



Câmara Municipal de Ílhavo

Tel: 234 329 600

Fax: 234 329 601

www.cm-ilhavo.pt

geral@cm-ilhavo.pt

Piquete 24 Horas de Serviço

Tlm: 918 206 410

Linha Verde

Tel: 800 202 991

Gabinete de Apoio – Presidência e Vereação

Tel: 234 329 602

Secretaria Obras Particulares

Tel: 234 329 603

Secretaria Administração Geral

Tel: 234 329 604

Secretaria dos Serviços Urbanos (Armazéns Gerais)

Tel: 234 329 605

Secretaria dos Serviços de Água e Saneamento

Tel: 234 329 606

Reuniões Ordinárias do Executivo Câmara Municipal de Ílhavo

Públicas:

Dias 7 e 21 de Setembro

(Segunda-feira), pelas 15h30

Audição do público a partir das 17h30

Privada:

Dia 28 de Setembro (Segunda-feira), pelas 15h30

Atendimento da Presidência e Vereação (marcação prévia)

Presidente Eng. Ribau Esteves

Quintas-feiras/Tarde

Vereador Eng. Fernando Caçólio

Terças-feiras/Manhã

Vereadora Prof. Margarida

São Marcos

Sextas-feiras/Tarde

Vereador Eng. Marcos Ré

Terças-feiras/Tarde

Vereador Eng. Paulo Costa

Quartas-feiras/Tarde

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

Tel: 234 367 433

Fórum Municipal da Juventude Ílhavo

Tel: 234 321 079

forumjuventude_ilhavo@cm-ilhavo.pt

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 183 773

forumjuventude_gafanhaazare@cm-ilhavo.pt

Vale de Ílhavo

Tel: 234 326 826

Gafanha da Encarnação

Tel: 234 086 668

Gafanha do Carmo

Tel: 234 398 009

Gabinete de Apoio à Saúde Juvenil

Ílhavo

Tel: 234 321 079

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 367 433

Gabinete de Apoio ao Emigrante

Tel: ++ 351 234 329 631

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Tel: 234 321 103

Fax: 234 321 087

www.bibliotecamunicipal.cm-ilhavo.pt

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Pólos de Leitura

Gafanha da Nazaré

Tel. 234 199 077

Gafanha da Encarnação

Tel. 234 086 668

Gafanha do Carmo

Tel. 234 398 009

Centro Cultural de Ílhavo

Tel: 234 397 260

Tel bilheteira: 234 397 262

www.centrocultural.cm-ilhavo.pt

centrocultural@cm-ilhavo.pt

Escola Municipal de Educação Rodoviária

Tel: 234 363 980

Ecocentro/Centro de Educação Ambiental

Tel: 234 329 600

Recolha de Monos

Tel: 234 325 549

Serviço Municipal de Informação ao Consumidor

Tel: 234 329 600

SAFE

Serviço de Apoio à Formação e ao Emprego da Câmara Municipal de Ílhavo

Tel: 234 321 079

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Ílhavo

Tel: 234 329 632

Canil/Gatil Municipal

Tel: 234 329 605

Juntas de Freguesia

São Salvador

Tel: 234 321 725

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 361 520

Gafanha da Encarnação

Tel: 234 365 104

Gafanha do Carmo

Tel: 234 391 131

Piscinas Municipais

Ílhavo

Tel: 234 329 607

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 363 080

Vale de Ílhavo (Descoberta)

Tel: 234 324 819

Serviço Municipal de

Protecção Civil

Tel: 234 329 629

Museus

Museu Marítimo de Ílhavo

Tel: 234 329 990

Terça-feira a Sexta-feira

· 09h30-18h00

Sábados e Domingos

· 14h30-18h00

Encerra às Segundas Feiras

Navio Museu Stº André (Pólo)

Terça-feira a Sexta-feira

· 10h00-19h00

Sábados e Domingos

· 14h30-19h00

Casa Gafanhoe – Museu Municipal

Tel: 234 329 600

Visita de Grupos por marcação prévia

Vista Alegre

Tel: 234 320 600

Terça a Sexta-feira

· 09h00-18h00

Sábado e Domingo

· 09h00-12h30 | 14h00-17h00

Encerra às Segundas-feiras

Visita de Grupos por marcação prévia

Administração do Porto de Aveiro

Tel: 234 393 300

Comunidade Intermunicipal da Região de Aveiro

Tel: 234 377 650

Bombeiros Voluntários de Ílhavo

Tel: 234 320 120

Capitania do Porto de Aveiro

Tel: 234 397 230

Centros de Saúde

Linha Azul

Tel: 234 324 102

Ílhavo

Tel: 234 325 876

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 390 950

Gafanha da Encarnação

Tel: 234 361 902

Gafanha do Carmo

Tel: 234 361 968

Costa Nova

Tel: 234 369 884

Emergências Gás Natural

Tel: 808 200 157

EDP – Avarias

Tel: 800 506 506

Parques de Campismo

Costa Nova

Tel: 234 393 220

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 366 565

Praia da Barra

Tel: 234 369 425

Polícia Florestal

Posto da Gafanha da Encarnação

Tel: 234 364 383

Polícia Marítima de Aveiro

Tel: 234 397 246

Postos da GNR

Ílhavo

Tel: 234 322 777/326 333

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 393 070

Gafanha da Encarnação

Tel: 234 322 976

Postos de Turismo

Ílhavo

Av. 25 de Abril

Tel: 234 325 911

Praia da Barra

Rua Comandante Azevedo e Silva

Tel: 234 396 212

Praia da Costa Nova (Sazonal)

Av. José Estevão

Tel: 234 369 560



o mar por tradição

Autorizado a circular
em invólucro plástico fechado
de 00522005 DCN

DM


ctt
TAXA PAGA
PORTUGAL
CONTRATO 530 840

Viver em

Av. 25 de Abril
3830-044 ILHAVO