

Viver em

Setembro 2007





Índice

- 3 abertura
- 4 destaques do mês
- 6 agenda
- 16 biblioteca municipal de Ílhavo
- 22 museu marítimo de Ílhavo
- 23 fórum municipal da juventude
- 24 a nossa gente
- 26 património
- 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 2007, para incluir na Agenda de Eventos VIVER EM... mês de Outubro de 2007. A Câmara Municipal de Ílhavo reserva o direito de seleccionar a informação a incluir na mesma.

Distribuição Gratuita

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



Setembro marca o fim de férias para muitos, o regresso à Escola e à actividade plena, o arranque da época desportiva, ..., e a chegada do Outono, que a agenda **Viver em** vem relembrar, partilhando o convite para a participação nas múltiplas actividades que vão ocorrer.

A Semana da Maior Idade destaca-se dos acontecimentos do mês, registando-se também o aniversário da Biblioteca Municipal de Ílhavo, que vai receber uma Feira do Livro e uma Conferência do Bispo D. Ximenes Belo.

A Câmara Municipal de Ílhavo manifesta todo o seu empenho para que, no trabalho de equipa com os seus parceiros, o ano lectivo 2007/2008 seja um tempo de realização profissional e de sucesso para os Profissionais de Educação, e muito em especial para os Nossos Estudantes.

A Todos desejamos um Bom Trabalho.
Agradecemos a sua atenção e participação.
Venha VIVER connosco.
Um Bom Mês e Um Abraço,

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



**Durante o mês
de Setembro**

Exposição Temporária “A Diáspora dos Ílhavos” •
Museu Marítimo de Ílhavo

7 a 17 de Setembro

**Comemorações do 2º Aniversário da
Biblioteca Municipal de Ílhavo**
Feira do Livro • Biblioteca Municipal de Ílhavo

10 de Setembro

Inauguração da Exposição “De Mãos Dadas” •
Biblioteca Municipal de Ílhavo

11 de Setembro

**Comemoração do 2º Aniversário da
Biblioteca Municipal de Ílhavo**
· Eucaristia com D. Ximenes Belo •
Capela de Alqueidão, Ílhavo
· Conferência “A Cultura como instrumento
de paz” por D. Ximenes Belo •
Biblioteca Municipal de Ílhavo

14 de Setembro

Reviver grandes espectáculos... Musical "Amália" •
Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

**Revista à Portuguesa "O Peso Certo",
com Fernando Mendes** • Pavilhão Municipal
Cap. Adriano Nordeste

15 de Setembro

Torneio de Boccia Sénior e Minigolfe •
Jardim Henriqueta Maia, Ilhavo

Encontro Avós e Netos • Jardim Henriqueta Maia, Ilhavo

16 de Setembro

Festa da Maior Idade • Jardim Outinot,
Gafanha da Nazaré

22 de Setembro

Dia Europeu Sem Carros 2007 •
Centro da Cidade de Ilhavo e Centro da Cidade da
Gafanha da Nazaré



1 Sábado

21h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Grandiosa Noite de Fados e homenagem aos ex-dirigentes do GDGA

Museu Marítimo de Ilhavo

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

21h30

23º Festival de Folclore Cidade de Ilhavo

Ranchos participantes

- Rancho Reg. da Casa do Povo de Ilhavo
- Grupo Folclórico de Santa Maria de Cabril – Castro Daire
- Rancho Folclórico “Os Camponeses de Riachos” – Torres Novas
- Rancho Típico de S. Mamede de Infesta – Matosinhos
- Grupo Folclórico de Coimbra – Coimbra
- Grupo Folclórico Danças e Cantares de Carreço – Viana do Castelo

Jardim Henriqueta Maia, Ilhavo

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ilhavo

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo

2 Domingo

Festas em Honra do Senhor Jesus dos Navegantes Ilhavo

11h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Missa Solene e romagem ao cemitério

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

7 Sexta-feira

21h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Exposição de Fotos e Lembranças

Torneio de Sueca

Sede do GDGA

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

7 a 10 Sexta-feira a Segunda-feira

Festas em Honra de Nossa Senhora da Encarnação

Gafanha da Encarnação



9 e 10 Domingo e Segunda-feira
Festas em Honra de Nossa Senhora das Necessidades Moitinhos

10 Segunda-feira

11h00

Inauguração da Exposição "De Mãos Dadas"

Com trabalhos desenvolvidos pelas várias IPSS do Município de Ílhavo.

Patente até a dia 15 de Setembro

· Apresentação da revista "Maior Idade – a quatro"

Biblioteca Municipal de Ílhavo

15h30

Músicas de Sempre – Carlos Paião

Museu Marítimo de Ílhavo

17h00

Sessão "Técnicas de Relaxamento e Anti-Stress"

Ginásio do Pavilhão Municipal Cap. Adriano Nordeste, Ílhavo



11 Terça-feira

Todo o dia

Passeio a Penedono, Senhora da Lapa e Viseu

14h30-18h00

Espaço Maior Idade

Biblioteca Municipal de Ílhavo

12 Quarta-feira

Todo o dia

Passeio a Óbidos, Alcobaça e Batalha (Rota das Maravilhas)

14h30-18h00

Espaço Maior Idade

Edifício Sócio-Educativo da Gafanha do Carmo

13 Quinta-feira

Todo o dia

Visita a Évora, Estremoz e Portalegre

14h30-18h00

Espaço Maior Idade

Edifício Sócio-Educativo da Gafanha da Encarnação





14 Sexta-feira

10h00-18h00

“Navegando na Ria de Aveiro”

Passoio de barco na Ria de Aveiro

14h30-18h00

Espaço Maior Idade

Centro Cultural da Gafanha da Nazaré

15h30

Reviver grandes espectáculos...

Musical “Amália”, de Filipe La Féria

Pólo de Leitura da Gafanha da Nazaré (Centro Cultural)

21h30

Revista à Portuguesa “O Peso Certo”, com Fernando Mendes – Entrada livre

Pavilhão Municipal Cap. Adriano Nordeste, Ilhavo

15 Sábado

09h30

7º Passeio Ciclo Turístico

Visita ao Navio Museu Santo André e

Forte da Barra

Concentração na Calçada Carlos Paião, Ilhavo

Org.: Confraria Camoniana de Ilhavo

MAJOR IDADE
CENTRO CULTURAL
PÓLO DE LEITURA

10h00-12h00

Torneio de Boccia Sénior e Minigolfe

Jardim Henriqueta Maia, Ilhavo

MAJOR IDADE
CENTRO CULTURAL
PÓLO DE LEITURA

15h30-18h00

Encontro Avós e Netos

Jardim Henriqueta Maia, Ilhavo

MAJOR IDADE
CENTRO CULTURAL
PÓLO DE LEITURA

MAJOR IDADE
CENTRO CULTURAL
PÓLO DE LEITURA

MAJOR IDADE
CENTRO CULTURAL
PÓLO DE LEITURA

Festas em Honra de Nossa Senhora dos Navegantes

21h00 Missa no Stella Maris celebrada pelo Reverendíssimo Bispo de Aveiro, D. António Francisco

22h00 Actuação do Grupo Musical “Central” no Forte da Barra

23h30 Lançamento do Fogo de Artifício
Org.: Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré

MAJOR IDADE
CENTRO CULTURAL
PÓLO DE LEITURA

21h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Campeonato de Snooker

Sede do GDGA

Org.: G.D. Gafanha de Aquém



MAJOR
IDADE
2017
100 ANOS

21h30

Noite da Maior Idade

Bailarico popular com o Grupo

Musical "Sequência"

Mercado Municipal da Gafanha da Nazaré

15 e 16 Sábado e Domingo

Festas em Honra Nossa Senhora da Luz, na Léguas

16 Domingo

Festas em Honra de Nossa Senhora dos Navegantes

14h00 Procissão do Clube Stella Maris para o Porto Bacalhoeiro e desfile pela Ria

16h30 Desembarque no Forte da Barra e celebração da Santa Missa

17h30 Actuação da Banda de Música – Filarmónica Gafanhense

18h30 Início do Festival de Folclore

Grupos participantes

- Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré
- Rancho Folclórico "Os Camponeses da Beira Ria" – Murtosa

- Grupo Folclórico e Recreativo de Tabuadelo – Guimarães
- Rancho Folclórico da Ribeira de Ovar – Ovar

Forte da Barra – Gafanha da Nazaré, com Procissão na Ria

Org.: Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré

Apoio: Câmara Municipal de Ilhavo

10h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Parque desportivo do GDGA

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

12h00

Festa da Maior Idade

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

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

MAJOR
IDADE
2017
100 ANOS

Ondas de Calor autoprotecção

INGESTÃO DE LÍQUIDOS

Previna a desidratação

- ▶ Mesmo que não sinta sede beba com regularidade:
 - água;
 - sumos naturais, que também fazem a reposição de sais minerais perdidos na sudoreação.
- ▶ Incentive os idosos a beberem, pelo menos, mais um litro de água por dia do que é habitual.

Evite bebidas que aumentam a desidratação

- ▶ Alcoólicas que, para além da desidratação, são rapidamente absorvidas num organismo desidratado, podendo levar mais facilmente a estados de embriaguez.
- ▶ Gaseificadas, com cafeína, ricas em açúcar ou quentes.

REFEIÇÕES

- ▶ Faça refeições ligeiras, com pouca gordura e sem condimentos.
- ▶ Coma poucas quantidades de cada vez, mas várias vezes ao dia.

VESTUÁRIO

- ▶ Use:
 - Roupas leves de algodão;
 - Cores claras.
- ▶ Evite:
 - Fibras sintéticas e lã porque aumentam a transpiração;
 - Cores escuras porque absorvem maior quantidade de calor;
 - Que os idosos vistam de negro ou fibras sintéticas.

EM CASA

- ▶ Durante o dia abra as janelas e mantenha as persianas fechadas para haver circulação de ar.
- ▶ Durante a noite abra as janelas para que o ar circule e a casa arrefeça.
- ▶ Se tiver o corpo muito quente não tome banho com água demasiado fria. Tome um duche de água tépida.

NA RUA

- ▶ Proteja a cabeça com um chapéu ou lenço.
- ▶ Evite estar em pé durante muito tempo, especialmente em filas e ao sol.
- ▶ Se for à praia faça-o nas primeiras horas da manhã ou ao fim do dia. Fique à sombra, use chapéu de preferência de abas largas, óculos escuros e protector solar.

EXERCÍCIO FÍSICO

- ▶ Em ambientes quentes evite actividades que exijam muito esforço físico, nomeadamente alguns desportos.

VIAGEM DE AUTOMÓVEL

- ▶ Viaje nas horas de menos calor.
- ▶ Evite percursos longos.
- ▶ Ingira muitos líquidos (de preferência água e sumos naturais)
- ▶ Proteja-se do sol. Cubra as janelas do veículo com telas apropriadas para não dificultar a condução.
- ▶ Não feche totalmente as janelas, a não ser que tenha o ar condicionado ligado. Redobre os cuidados com bebés, crianças e idosos:
 - mantenha-os arejados;
 - vista-lhes roupa com as características recomendadas;
 - dê-lhes água frequentemente.
- ▶ Se transportar animais domésticos dê-lhes água e não os deixe fechados.



DIA EUROPEU SEM CARROS

22 SETEMBRO 2007

ÍLHAVO E GAFANHA DA NAZARÉ



The logo for Ilhavo Câmara Municipal, featuring a yellow square with white stylized waves above a blue square with the text "ilhavo" and "Câmara Municipal" below it.



22 **Sábado**

Todo o dia

Dia Europeu Sem Carros 2007

Centro da Cidade de Ílhavo e Centro da Cidade da Gafanha da Nazaré

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo

23 **Domingo**

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos", Secção de Pesca**, no Concurso de Pesca do Grupo Maravilha da Tocha, na Praia da Tocha

10h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Ciclo turismo

Gafanha de Aquém

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

29 **Sábado**

22h00

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Apresentação multimédia da equipa de futebol sénior

A Tulha

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

30 **Domingo**

09h30

Comemorações do 25º Aniversário do G.D. Gafanha de Aquém

Grande Prémio de Ciclismo

Org.: G.D. Gafanha de Aquém

29 e 30 **Sábado e Domingo**

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos", Secção de Pesca**, no Campeonato Regional de Clubes, na Praia do Furadouro



inter

Salão Internacional

pescas

do Mar, Pescas e Aquicultura

Salón Internacional del
Mar, Pesca y Acuicultura

Salon International
de la Mer, des Pêches
et de l'Aquaculture

Sea, Fish & Aquaculture
International Exhibition

20 a 23 Set
2007



...navegue connosco... neste mar de oportunidades...

Aveiro
Parque de Exposições

Organização
ExpoSan
Pescas & Exposições, Lda
www.exposan.pt

PATROCINADOR OFICIAL





MAJOR 2007 IDADE 10 A 16 DE SETEMBRO

VIVER SOLIDÁRIO

» Se tem mais
de 65 anos
e reside no
Município de Ílhavo,
esta é a sua semana!

Aproveite e inscreva-se
já nos projectos:

- Movimento Maior
- Espaços Maior Idade

10 SEGUNDA

11h00

Inauguração da Exposição
“De Mãos Dadas”

(Biblioteca Municipal de Ílhavo)

Apresentação da Revista
“Maior Idade - a quatro”

15h30

Músicas de Sempre

Carlos Paião

(Museu Marítimo de Ílhavo)

Arranque de mais
uma época do Projecto
Movimento Maior

11 TERÇA

visita

Penedono, Senhora da Lapa e Viseu
animação na Quinta dos Compadres

14h30 às 18h00

Espaço Maior Idade

ILHAVO

(Biblioteca Municipal de Ílhavo)

12 QUARTA

visita

“Rota das Maravilhas”
Óbidos, Alcobaça e Batalha

14h30 às 18h00

Espaço Maior Idade

GAFANHA CARMO

(Edifício Sócio-Educativo
Gafanha do Carmo)

13 QUINTA

visita

Évora, Estremoz e Portalegre

14h30 às 18h00

Espaço Maior Idade

GAFANHA ENCARNAÇÃO

(Edifício Sócio-Educativo Encarnação)

14 SEXTA

10h00 às 18h00

visita

“Navegando na Ria de Aveiro ”

14h30

Espaço Maior Idade

GAFANHA DA NAZARÉ

(Centro Cultural Gafanha
da Nazaré)

15h30

Reviver grandes espectáculos...

... Musical “Amália”

(Centro Cultural Gafanha
da Nazaré)

21h30

Revista à Portuguesa
“O Peso Certo”, com Fernando
Mendes

(Pavilhão Municipal

Cap. Adriano Nordeste)

15 SÁBADO

10h00 às 12h00

Torneio de Boccia Sénior e Minigolfe

(Jardim Henriqueta Maia)

15h30 às 18h00

Encontro Avós e Netos

(Jardim Henriqueta Maia)

21h30

Noite da Maior Idade

Bailarico popular com
o Grupo Musical Sequência
(Mercado Municipal
da Gafanha da Nazaré)

16 DOMINGO

12h00

Festa da Maior Idade

Piquenique - cada um traz o seu
Animação variada com tarde lúdica,
com jogos tradicionais, música
ambiente, etc
Jardim Oudinot

16h30

Missa Campal

Conjunta com a da festa
da Nossa Senhora dos Navegantes



ilhavo
Câmara Municipal



Biblioteca Municipal de **Ílhavo**

“Contra os sentidos a razão murmura”

Manuel Maria do Bocage, Obras escolhidas

Autores do Mês

Manuel Maria do Bocage

· Secção Adultos

Danuta Wojciechowska

· Secção Infanto-Juvenil

Todo o mês

Segunda a Sexta-feira – 17h30

Hora do Conto

20 Histórias diferentes irão animar as tuas tardes. Junta-te a nós!

4 Terça-feira

15h00

Hora do conto virtual

7 a 17 Sexta-feira a Domingo

**Comemorações do
2º Aniversário da Biblioteca
Municipal de Ílhavo**

21h00

Feira do Livro

Abertura da Feira do Livro e apresentação do livro “Entre quem é! Tradições de Trás-os-Montes e Alto Douro no Diário de Miguel Torga”, pela autora Maria da Assunção Anes Morais

· Segunda a sexta das 10h00-22h00

· Sábados e domingos das 14h00-20h00

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



6, 13, 20, 27 Quintas-feiras

21h00

"Quintas com música"

Venha ler um livro, ver um filme e ouvir uma boa música.

10 Segunda-feira

11h00

**Inauguração da Exposição
"De Mãos Dadas"**

Patente ao público durante a semana (hall de entrada e polivalente)
Apresentação da revista
"Maior Idade – a quatro"

11 Terça-feira

**Comemorações do
2º Aniversário da Biblioteca
Municipal de Ílhavo**

20h30 Eucaristia com D. Ximenes Belo,
na Capela de Alqueidão

21h30 Conferência "A Cultura como
instrumento de Paz" por
D. Ximenes Belo

12 e 13 Quarta-feira e Quinta-feira

10h00-11h30

Entrega de Baús nos Lares

Entrega dos "Baús de Sabedoria" no
Lar de S. José e Centro Social Paroquial
Nossa Senhora da Nazaré.



14 Sexta-feira

Comemorações do 2º Aniversário da Biblioteca Municipal de Ílhavo

18h00

Entrega dos certificados de Oficina de Restauro e Abertura Solene da Exposição

20h00

Acampar entre leituras e melodias...

21h00

Apresentação do livro infantil "Barbatanar nas cores do arco-íris", pelo autor Carlos Canhoto

14 e 15 Sexta-feira e Sábado

Oficina de Restauro e Encadernação
Ao longo destes dois dias estará patente no átrio da BMI uma exposição e oficina de restauro de livros restaurados e encadernados ao longo dos últimos meses na biblioteca. Venha ver e aprender com quem sabe desta arte de recuperar os livros.

18 Terça-feira

Dia dedicado à História Local

15h00

Hora do conto: "Lendas do mar"

21h00

Viagem pela história local: "Diáspora dos Ílhavos"

26 Quarta-feira

Dia dedicado ao Ambiente

15h00

Hora do conto: "João e a floresta de Betão"

Actividade de expressão plástica:
"Trabalhar com pasta de papel"

21h00

Conversa à volta da questão ambiental:
O que podemos e o que devemos fazer para salvar o planeta...



Atelier de Expressões

Sábados - 15h30

Dia 1 "Era uma vez um rei..."

Dia 8 "Todos os patinhos"

Dia 15 "A Barata diz que tem"

Dia 22 "Naquela linda manhã"

Dia 29 "A saia da Carolina"

Bébéteca

Sábados - 17h00

"Histórias e Músicas da Carochinha"

Dia 1 "O gato das Botas"

Dia 8 "O patinho feio"

Dia 15 "A história da carochinha"

Dia 22 "Os três porquinhos"

Dia 29 "O Capuchinho Vermelho"

Espaço Maioridade

Desenvolvimento de actividades de animação: expressão plástica e hora de leitura

11, 18 e 25 **Terças-feiras**

15h00-17h30

Biblioteca Municipal de Ílhavo

12, 19 e 26 **Quartas-feiras**

15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha do Carmo

13, 20 e 27 **Quintas-feiras**

15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha da Encarnação

14, 21, e 28 **Sextas-feiras**

15h00-17h30

Pólo de Leitura da Gafanha da Nazaré

Para mais informações

Biblioteca Municipal de Ílhavo,

telefone 234 321 103



Biblioteca Municipal de Ilhavo





Biblioteca Municipal de Ílhavo

Av. General Elmano Rocha - Alqueidão
3830 - 198 Ílhavo
Tel 234 321 103
biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Segunda-feira
14h00 às 18h00

Terça a Sexta-feira
09h30 às 12h30
14h00 às 18h30

Pólo de Leitura - Gafanha Nazaré

Centro Cultural Gafanha da Nazaré
Tel 234 199 077



Pólo de Leitura - Gafanha Encarnação

Edifício Sócio-Educativo Gafanha da Encarnação
Tel 234 086 668



Pólo de Leitura - Gafanha Carmo

Edifício Sócio-Educativo Gafanha da Encarnação
Tel 234 398 009



Horário dos Pólos de Leitura

Segunda a Sexta-feira
14h30 às 18h30





Todo o mês
Exposição Temporária

"A Diáspora dos Ílhavos"

Patente até ao dia 31 de Outubro

Exposição de Fotografia "Águas Belas",
de José Manuel Rodrigues

Patente até ao dia 16 de Novembro.

Ulisses e as sereias

Pintura de Júlio Pomar em exposição permanente no
átrio do Museu

Museu Marítimo de Ílhavo: Terça-feira a Sexta-feira 10h00-19h00;
Sábado e Domingo 14h30-19h00.

Navio-Museu Santo André: Terça-feira a Sexta-feira 10h00-17h30;
Sábado e Domingo 14h30-19h00.

Entrada livre nas exposições temporárias.

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



FÓRUM MUNICIPAL
DA JUVENTUDE

Futebol de Rua

Tema do mês

Durante o Mês Setembro

Jogos de Tabuleiro e de Ocupação de
Tempos Livres

10 a 13 Segunda a Quinta-feira

Inscrições Abertas para equipas do
Futebol de Rua*

11 Terça-feira

18h30

Comemoração do 2º Aniversário do
novo Fórum Municipal da Juventude
de Ílhavo

- Entrega dos certificados de participação no PMOTL 2007
- Lançamento do nº 6 da "atual" – Revista Jovem da Câmara Municipal de Ílhavo

14 Sexta-Feira

Comemoração do 2º Aniversário
do Pólo de Vale de Ílhavo

Futebol de Rua**

Fórum Municipal da Juventude de Ílhavo, Gafanha
da Nazaré e Vale de Ílhavo

* A todos os Jovens interessados, no Fórum
Municipal da Juventude (Ílhavo, Vale de Ílhavo e
Gafanha da Nazaré)

** 15 horas no teu Fórum da Juventude

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 – Pólo de Vale
de Ílhavo, telefone 234 326 826



D. Maria da Luz

Neste mês de Setembro, mês da tradicional Maior Idade/Viver Solidário, dedicamos a rubrica "A Nossa Gente" à D. Maria da Luz Rocha, que homenageamos pela sua história de vida e pelo trabalho desenvolvido em prol dos mais desfavorecidos.

Nascida a 17 de Novembro de 1922, a D. Maria da Luz completa este ano, sempre com um espírito jovem e alegre, o seu 85º aniversário.

Filha de comerciantes, abandonou os estudos após a conclusão da 4ª classe, devido às dificuldades financeiras dos seus pais. Depois de um namoro atribulado, casou aos 17 anos de idade, mas o infortúnio bateu-lhe à porta quando, passados apenas 12 anos, fica viúva com 4 filhos para criar, sendo que um deles ainda vinha a caminho.

Para poder sustentar o agregado familiar, decidiu ir trabalhar para o talho do pai, ocupando assim o lugar do falecido marido. Sempre lutadora, a D. Maria da Luz nunca voltou as costas a quem lhe batia à porta, sobretudo mulheres desprezadas pela sociedade de então. Exemplo disso foi quando, em 1953, ajudou uma mãe solteira que não tinha onde morar, acolhendo-a em sua casa, onde vivia com os 4 filhos e os sogros. Já nesta altura a D. Maria fazia parte das Conferências de S. Vicente de Paulo, instituição que lhe deu a conhecer o caso.

E outros casos se foram sucedendo, aparecendo outras jovens que necessitavam de ajuda e iam ficando, temporariamente,

em sua casa até que se encontrasse uma instituição que as pudesse acolher.

Um certo dia, o Sr. Bispo da Diocese de Braga, tendo conhecimento desta situação, visitou a D. Maria da Luz no intuito de conhecer a sua casa, onde albergava algumas jovens, prometendo ajuda no sentido de transformar o espaço numa Instituição. Foi por intermédio do Bispo que surgiu o "Lar da Providência", tendo, mais tarde, com o 25 de Abril e a abertura da Instituição às crianças, passado a chamar-se "Obra de Providência", uma vez que deixou de ser Lar.

Actualmente, a Obra de Providência tem como valências a Creche, o Jardim de Infância e o Centro Comunitário Sénior. É neste último que ocupa a maior parte do seu tempo gerindo o trabalho desenvolvido por alguns idosos na recuperação de peças de vestuário e confecção de mantas, babetes, entre outras, que têm como destino famílias carenciadas, dando igualmente apoio na dinamização das diversas actividades de carácter lúdico, que propiciam momentos de convívio entre os utentes.

Apesar das dificuldades da vida, a D. Maria da Luz nunca baixou os braços, lutando contra preconceitos e continuando a sua missão de ajudar, tendo como filosofia a entrega ilimitada aos outros.

É assim, desta forma, que descobre que, em cada acto de dádiva, a verdadeira felicidade nasce quando uma mão se estende desinteressadamente em direcção a outra.



Acrílico sobre tela
97x130 cm
2007

Ulisses e as Sereias de Júlio Pomar

Obra adquirida pelo Município de Ílhavo, em Agosto de 2007, no âmbito das comemorações do 70º Aniversário do Museu Marítimo de Ílhavo.

Nota biográfica

Júlio Pomar nasceu em Lisboa, em 1926. Instalou-se em Paris em 1963. Actualmente vive e trabalha em Paris e Lisboa. Frequentou a Escola de Artes Decorativas António Arroio e as Escolas de Belas-Artes de Lisboa e Porto. Expôs pela primeira vez em 1942, em Lisboa, numa colectiva e realizou a sua primeira exposição individual em 1947, no Porto.

Em 1978 a Fundação Calouste Gulbenkian organiza primeira retrospectiva da obra de Júlio Pomar. Exibiu-a em Lisboa, Porto e, parcialmente, em Bruxelas. Em 1986, uma nova exposição antológica foi apresentada pelo Centro de Arte Moderna da Fundação Gulbenkian em museus de São Paulo, Rio de Janeiro e Brasília e também na sua sede, em Lisboa.

Outras exposições antológicas de pintura de Júlio Pomar tiveram lugar em 1999-2000, em Macau e Pequim, em 2001 em Aveiro ("Pinturas Recentes") e em 2003 em Istambul. Em 2004, o Sintra Museu de Arte Moderna – Coleção Berardo apresentou a retrospectiva "Pomar/Autobiografia", enquanto o Centro Cultural de Belém expôs a antologia "A Comédia Humana".

Júlio Pomar foi distinguido com dois prémios Gulbenkian em 1957 e 1961, de gravura e pintura, respectivamente. A Fundação FVG, de Hamburgo, concedeu-lhe o Prémio Montaigne em 1993. Recebeu o Prémio AICA-SEC, em 1995, atribuído pela secção portuguesa da Associação Internacional dos Críticos de Arte. Em 2000 foi-lhe concedido o Prémio CELPA/Vieira da Silva e em 2003 o Prémio Amadeo de Souza-Cardoso.

Exibição no átrio do Museu



Alhada de Bacalhau

Ingredientes

- 4 postas de bacalhau
- 1 cebola
- 5 dentes de alho
- 6 tiras de pimento vermelho
- 1 dl de azeite
- 1,2 Kg de batatas
- Sal
- Pimenta preta
- Sumo de ½ limão
- 1 colher de sopa de vinagre
- Salsa
- Água





Modo de preparação

Colocam-se num tacho as postas de bacalhau, a cebola cortada às rodelas, as tiras do pimento, as batatas, o azeite, sal e água e deixa-se cozer cerca de 15 minutos.

Misturam-se num recipiente 5 dentes de alho esmagados, a pimenta preta, o sumo do limão e o vinagre, adiciona-se ao preparado anterior e deixar cozer mais 7 minutos.

Receita gentilmente cedida pelo Restaurante Praia do Tubarão
Av. Marginal, 136 – Costa Nova
3830-556 Gafanha da Encarnação
Tel. 234 369 602



dia do mês	dia da semana	Preia-mar				Baixa-mar			
		manhã		tarde		manhã		tarde	
		hora	altura	hora	altura	hora	altura	hora	altura
1	Sáb	05:32	3.3	17:55	3.4	11:17	0.6	23:42	0.7
2	Dom	06:16	3.2	18:43	3.2	-	-	12:04	0.8
3	Seg	07:06	3.0	19:40	2.9	00:29	0.9	12:59	1.0
4		08:09	2.8	20:54	2.7	01:26	1.2	14:12	1.2
5	Qua	09:32	2.7	22:27	2.6	02:44	1.4	15:53	1.3
6	Qui	11:04	2.7	23:53	2.7	04:24	1.4	17:31	1.2
7	Sex	-	-	12:19	2.9	05:49	1.3	18:37	1.1
8	Sáb	00:56	2.8	13:15	3.1	06:46	1.2	19:24	0.9
9	Dom	01:44	3.0	14:00	3.2	07:29	1.0	20:02	0.8
10	Seg	02:23	3.1	14:39	3.3	08:06	0.9	20:35	0.7
11		02:58	3.2	15:13	3.3	08:39	0.8	21:05	0.7
12	Qua	03:30	3.2	15:44	3.3	09:10	0.7	21:34	0.7
13	Qui	03:59	3.2	16:13	3.3	09:40	0.7	22:02	0.7
14	Sex	04:27	3.2	16:41	3.2	10:11	0.8	22:31	0.8
15	Sáb	04:55	3.1	17:09	3.1	10:41	0.9	22:59	0.9
16	Dom	05:25	3.0	17:40	2.9	11:13	1.0	23:29	1.1
17	Seg	05:58	2.8	18:14	2.7	11:48	1.2	-	-
18	Ter	06:37	2.7	18:57	2.5	00:02	1.3	12:30	1.4
19		07:27	2.6	19:59	2.4	00:45	1.5	13:31	1.5
20	Qui	08:42	2.5	21:40	2.3	01:55	1.6	15:13	1.6
21	Sex	10:20	2.5	23:21	2.4	03:49	1.7	16:54	1.5
22	Sáb	11:40	2.7	-	-	05:15	1.5	17:57	1.3
23	Dom	00:23	2.6	12:36	2.9	06:10	1.3	18:43	1.0
24	Seg	01:09	2.9	13:21	3.2	06:53	1.0	19:22	0.8
25	Ter	01:50	3.1	14:03	3.4	07:32	0.8	20:00	0.6
26		02:28	3.3	14:44	3.5	08:11	0.6	20:37	0.4
27	Qui	03:06	3.4	15:25	3.7	08:50	0.4	21:15	0.3
28	Sex	03:45	3.5	16:06	3.6	09:30	0.3	21:54	0.4
29	Sáb	04:26	3.5	16:49	3.5	10:12	0.4	22:34	0.5
30	Dom	05:08	3.4	17:34	3.3	10:57	0.5	23:18	0.7

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

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 Obrás 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

Públicas – Dias 3 e 10 de Setembro (Segunda-feira), pelas 15h30

Audição do público a partir das 17h30
Dia 24 de Setembro (Segunda-feira), pelas 15h30**Atendimento da Presidência e Vereação**

Presidente Eng. Ribau Esteves

Quintas-feiras/Tarde

Vereador Eng. Fernando Caçoilo

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

Espaço Internet

Tel: 234 083 600

Fórum Municipal da Juventude Ílhavo

Tel: 234 321 079

forumjuventude@net.sapo.pt

Gafanha da Nazaré

Tel: 234 183 773

forumjuventude_gafanhazanazare@cm-ilhavo.pt

Pólo Vale de Ílhavo

Tel: 234 326 826

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

biblioteca_municipal@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

· 09h30-12h30 | 14h30-18h00

Sábados e Domingos

· 14h30-18h00

Encerra às Segundas Feiras

Navio Museu Stº André (Pólo)

Terça-feira a Sexta-feira

· 09h30-17h30

Sábados e Domingos

· 14h30-17h30

**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

**Associação de Municípios
da Ria**

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 560Ed dipsustio odo-

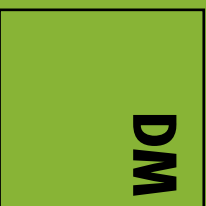
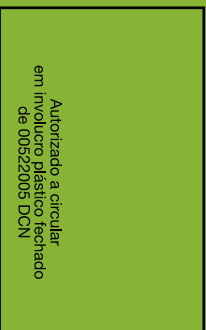
less equisl dunt lore vel iure eniscil

illa aci tinibh enisl inci tat. Delesed

dunt numsan velent ut illaore



o mar por tradição



Viver em

Av. 25 de Abril
3830-044 ILHAVO