

2017 07

Viver em...

Município de Ílhavo »219

agenda de eventos



Câmara Municipal de Ílhavo

julho 2017

destaques  
do mês

“Mar Nosso  
- Fotografia de  
Artur Pastor”

Museu Marítimo  
de Ílhavo



30 junho  
a 3 julho  
Festa da  
Vista Alegre  
em Honra  
de Nossa Senhora  
da Penha de França



8, 22  
e 29 sáb  
Cais à Noite  
Cais Criativo  
Costa Nova



29 sáb  
Festa de  
Encerramento  
do Movimento  
Maior  
2016/2017  
Casa Cultura  
Ílhavo



08 sáb  
Inauguração  
Estrada  
do Esteiro  
da Medela  
Coutada



13 qui  
27.º Aniversário  
Elevação  
de Ílhavo  
a Cidade



14 sex  
a 30 dom  
Marolas  
Ílhavo 2017  
Praias da Barra  
e da Costa Nova



23 dom  
X Travessia  
da Ria a Nado  
V Aquatlo  
Largo da Bruxa  
- Costa Nova



Câmara Municipal de Ílhavo

## Caro(a) Amigo(a) e Municípe,

Entramos no mês de julho com a Festa da Vista Alegre em honra da Nossa Senhora da Penha de França já a decorrer (30 de junho a 3 de julho) nos diversos espaços renovados e mais convidativos que nunca: o Museu, a Capela, o Laboratório das Artes – Teatro Vista Alegre e o Largo da Vista Alegre. No dia 1, lançamos o Livro de Fotografia “Experimenta



**Fernando Fidalgo Caçoilo**

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

Ílhavo”, uma obra que mostra o olhar de sete fotógrafos sobre o Município de Ílhavo. É o olhar de fora que nos leva a (re)descobrir o Município de forma absolutamente brilhante e inspiradora.

No dia 8 de julho, será inaugurada a obra de requalificação da “Estrada e Esteiro da Medela”, na Coutada, um espaço agora bem agradável que recomendo a conhecer e a usufruir. Conto com a sua presença!

O “Marolas” regressa cheio de vigor às

nossas praias da Barra e da Costa Nova, trazendo consigo inúmeras atividades, que prometem animar todos, muito especialmente os mais jovens. Duas semanas de programação intensa feita de jovens para jovens.

O Cais Criativo da Costa Nova vai estar de portas abertas para mais uma iniciativa promovida pela Câmara Municipal, através do 23 Milhas, o “Cais à Noite”.

Nesta ambiência de festa, convido-o a juntar-se a nós para a celebração do 27.º aniversário da elevação de Ílhavo a cidade, no dia 13, e cujas ações daremos conta em breve.

Os nossos Maiores terminam em festa a época 2016/2017 do Movimento Maior na Casa da Cultura de Ílhavo. Para Eles, um bem-haja e votos para que regressem todos e em força no próximo mês de setembro.

Junte-se a nós, e venha Viver em pleno este mês de julho.

Conto consigo.  
Um Abraço Amigo

Reuniões  
Ordinárias do  
Executivo CMI

### **Pública:**

qua **05**  
15h00  
audição  
ao público  
a partir das  
16h30

### **Privada:**

qua **19**  
15h00



Viver em...  
Município de Ílhavo

Este espaço também é seu. Se desejar divulgar iniciativas de importância municipal, a informação deverá ser remetida à Câmara Municipal de Ílhavo até ao próximo dia **15 de julho** para incluir na Agenda de Eventos Viver em ... Município de Ílhavo do mês de agosto de 2017, através do e-mail [info@cm-ilhavo.pt](mailto:info@cm-ilhavo.pt).

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



#### ficha técnica

edição e propriedade **Câmara Municipal de Ílhavo** capa **Estrada e Esteiro da Medela, Coutada**  
 coordenação e design **Gabinete de Comunicação CMI** impressão **Gráfica Feirense**  
 depósito legal **136577/99** tiragem **6 000 exemplares** distribuição **GRATUITA**

~~~~~

Todo o **mês**

### Hora do Conto

segunda a sexta-feira: 17h30

} Polo de Leitura  
da Gafanha da Nazaré

terça a sexta-feira: 17h30

sábados: 11h00 e 16h30

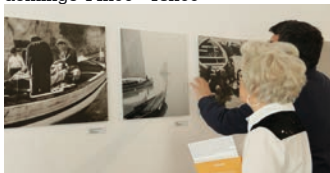
} Biblioteca Municipal de Ílhavo

Até 23 de julho

### “Mar Nosso - Fotografia de Artur Pastor”

terça a sábado 10h00~18h00

domingo 14h00~18h00



} Museu Marítimo de Ílhavo

Entrada gratuita

### Ria de Aveiro Weekend

29 de junho a 2 de julho



Todo o mês

## **Figuras, Figurinhas e Figurões**

de António (Cartoonista)

} Casa Cultura Ílhavo

Entrada gratuita



Quartas-feiras 18h40

Sábados 09h45

Um programa na

**Rádio Terranova (105.0 FM)**

Todas as histórias estarão disponíveis na BMI

## **Férias de Verão**

} Museu Marítimo de Ílhavo

Como pode uma palavra tão pequena,  
ter tantas outras dentro?  
Durante uma semana,  
o Museu Marítimo de Ílhavo  
convida todas as crianças a descobrir o MAR,  
esse lugar onde se desprendem as ondas  
e que existe perdido ou esquecido dentro de  
cada um de nós.

14h00~17h00

### **4 a 8 julho PERDIMAR**

oficina de teatro, dança e escrita  
com apresentação final de uma exposição

### **11 a 15 julho INSPIMAR**

oficina de teatro e dança  
com apresentação final de um espetáculo

Informações e marcações:

T 234 329 990 - museuilhavo@cm-ilhavo.pt

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

facebook: museumaritimoiilhavo

# FESTA

2017  
30 JUN-3 JUL

# VISTA ALEGRE

Em Honra de Nossa Senhora  
da Penha de França

vistaalegre.com



## 30 junho a 3 julho Festa da Vista Alegre

em Honra de N.ª Sr.ª da Penha de França

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

### Todos os dias

Workshops, gastronomia,  
atividades culturais, descontos especiais  
e muito mais...

### sexta 30 de junho

18h00 **Oração do Terço em honra  
a N.ª S.ª da Penha de França**

} Capela da N.ª S.ª da Penha de França

22h00 **O Auto da Compadecida  
pelo Grupo de Teatro Ribalta**

} Teatro Vista Alegre

€ 3,00

> 6 anos (sujeito à lotação do espaço)

Bilhetes disponíveis online, Casa da Cultura  
de Ílhavo ou no Museu Vista Alegre

### sábado 1 de julho

10h00 **Hastear da Bandeira  
da Fábrica da Vista Alegre**

} Largo da Fábrica

15h00 **Workshop CRASSH**

} Teatro Vista Alegre

€1,00\* · Limitado a máx. 40 participantes

(> 4 anos. Dos 4 aos 6 anos deverão ser acompanhados  
por um adulto)

16h00 **A História do Rei Leão**

pela **Escola de Teatro Ribalta**

} Teatro Vista Alegre

(> 3 anos. Sujeito à lotação do espaço.

Bilhetes disponíveis no local no dia de realização  
do espetáculo)

17h00 **Apresentação do Livro**

**"Vista Alegre – O Reino do Rio",  
da autoria de Manuel Morgado**

} Museu Vista Alegre

Entrada Livre

22h00 **Concerto Hélder Moutinho**

} Largo da Fábrica

### domingo 2 de julho

11h30 **Missa**

} Capela da N.ª S.ª da Penha  
de França

17h00 **Procissão pelas ruas da Fábrica  
e do Bairro Social, acompanhada  
pela Filarmónica Gafanhense**

22h00 **Concerto Patinho Feio**

} Largo da Fábrica

### segunda 3 de julho

22h00 **Concerto EDEVEZ**

} Largo da Fábrica

### Exposições Temporárias

**"Isidro Ferrer"**

**"Outro modo de Ler"**

Ilustração à Vista, exposição com curadoria  
de Adélia Carvalho

Museu Vista Alegre

10h00~20h00 · Entrada Livre

### Oficinas

**"Feito por si"**

**"Do Desenho à Pintura"**

Mais informações:

234 320 628 · geral@vistaalegre.com

www.vistaalegre.com

1 sáb

10h00~12h30

### **Nautimodelismo**

Oficina dinamizada pela TEAM - Truques & Engenhocas - Associação de Modelismo  
} Museu Marítimo de Ílhavo

15h00

Festa de Final de ano letivo

### **Centro Infantil de Ílhavo**

Org.: Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo  
} Escola Secundária Dr. João Carlos Celestino Gomes

18h30 Lançamento do Livro

### **"Experimenta Ílhavo"**



} Laboratório Artes  
Teatro Vista Alegre  
Entrada Livre

1 sáb e 2 dom

### **IX Acampamento Municipal de Escuteiros**



} Gafanha do Carmo

2 dom

15h00

### **XXII Festival de Folclore "Os Palheiros" da Costa Nova**

Org: Associação Cultural e Recreativa "Os Palheiros" da Costa Nova  
} Relvado da Costa Nova

5 qua

15h00

### **Cinema + Pipocas**

} Todos os FMJ

### **Bebeteca**

10h30 e 16h00

sáb 01 "Na quinta: o primeiro livro do bebé"

sáb 08 "A contar"

sáb 15 "A Rainha das Cores", de Jutta Bauer

sáb 22 "Ouvir... pequenos músicos"

sáb 29 "Meios de transporte"

### **Hora do Conto**

11h00 e 16h30

sáb 01 "Tanto, tanto!" de Trish Cooke

sáb 08 "A incrível história da meninapássaro e do menino terrível", de Anna Castagnoli

sáb 15 "A caixa das recordações", de Anna Castagnoli

sáb 22 "A grande viagem", de Anna Castagnoli

sáb 29 "Os meus avós adoram-me", de Claire Freedman

### **Ateliês de Expressão Plástica**

11h30 e 17h00

sáb 01 Tanto para recordar

sáb 08 Meninapássaro

sáb 15 Uma estrela

sáb 22 Para a viagem

sáb 29 Mensagem espacial

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

## “De Olho em...”

Org. SUMA

**quinta 6** Praia da Barra

**sexta 7** Praia da Costa Nova

**6** qui a **8** sáb

### Festival da Sardinha

**Sardinhada, fêveras e caldo verde**

Org.: Associação dos Amigos da Nossa Senhora do Pranto

} Largo do Mercado Municipal de Ílhavo

**quinta 6**

18h00 **Início**

21h00 **Grupo 3D**

**sexta 7**

19h00 **Início**

21h00 **João Claro e as suas bailarinas**

**sábado 8**

12h30 **Almoços**

**7** sex

15h00  Ateliê

### Chocolate

} Todos os FMJ

**8** sáb

14h30

### Festa de Final de Ano Letivo

**Centro Infantil da Lagoa**

Org.: Santa Casa da Misericórdia de Ílhavo

} Salão Paroquial de Ílhavo

21h30

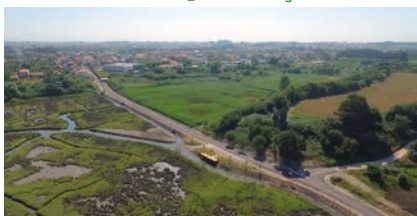
### XXXIV Festival de Folclore Gafanha da Nazaré

Org.: Grupo Etnográfico da Gafanha da Nazaré

} Jardim 31 de Agosto, Gafanha da Nazaré

20h00

### Inauguração da Obra de Requalificação



### Estrada e Esteiro da Medela Coutada

21h30

### Mirror People

**Cais à Noite**



} Cais Criativo Costa Nova

€40,00 (bilhete de ciclo - 6 concertos)

€8,00 (bilhete por concerto)

20% desconto seniores +65 anos, menores de 17 anos e portadores do Cartão Jovem Municipal

**9** dom

14h00~18h00

### Dia Aberto

**Museu Marítimo de Ílhavo**

**Navio-Museu Santo André**

16h00

### XXI Festival de Folclore Gafanha do Carmo

Org: Grupo de Danças e Cantares da Gafanha do Carmo

} Largo da Igreja, Gafanha do Carmo



# PERÍODO CRÍTICO

22 JUNHO a 30 SETEMBRO 2017



CUIDE DA FLORESTA, PARA SUA PROTEÇÃO!



Nos espaços florestais e agrícolas, durante o período crítico, estabelecido pela Portaria n.º 195/2017, de 22 de junho, no âmbito do Sistema Nacional de Defesa da Floresta contra Incêndios,

**não é permitido:**

- ⊘ Fumar, fazer lume ou fogueiras;
- ⊘ Fazer queimas ou queimadas;
- ⊘ Lançar foguetes ou balões de mecha acesa;
- ⊘ Fumigar ou desinfetar apiários, exceto se os fumigadores estiverem equipados com dispositivos de retenção de faúlhas;
- ⊘ A circulação de tratores, 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.

**As coimas podem ir até aos 60.000 Euros**

**mais informações:**

Gabinete Técnico Florestal de Ílhavo  
T 234 329 684 / 91 57 92 896  
Comissão Municipal de Defesa da Floresta



Câmara Municipal de **ilhavo**  
Com o apoio do  
Fundo Florestal Permanente

# MAROLAS 2017

Marolas à Vela  
Visitas ao Farol  
Cãozinha

Aventura no Minigolfe  
Canoagem

Stand Up Paddle  
Capoeira

Mergulho  
Wakeboard

Crossfit Experience  
Vem Apanhar Ondas!

Bootcamp  
Desportos Radicais

Orientação  
Voleibol de Praia

Travessia da Ria  
Marolas by bike c/ A Tulha

## INSCREVE-TE



Câmara Municipal de **ilhavo**

### WORKSHOPS

Beauty & Nature

BijuMarolas

Danças Latinas

Danças do Mundo

Defesa Pessoal

Fotografia

loga

Kizomba

Marolas em Aguareta

Reiki

Salvamento e Reanimação

Scrapbooking

Shape your body – sumos detox

Shiatsu

Snacks de Praia

Summer Make Up

Sweet & Light

informações e inscrições:  
facebook: [marolasilhavo](https://www.facebook.com/marolasilhavo)  
[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)

## 14 – 30 julho

14 sex a 30 dom

## Marolas Ílhavo 2017

} Praias da Barra e Costa Nova



### Associações / Entidades cooperantes:

Agrupamento de Escuteiros Barra  
Agrupamento de Escuteiros Costa Nova  
Associação de Defesa Pessoal  
Associação de Surf de Aveiro  
Banda dos B.V. de Ílhavo – Música Nova  
Bombeiros Voluntários de Ílhavo  
Capitania do Porto de Aveiro  
Casa do Povo da Gafanha da Nazaré  
Círculo Experimental de Teatro de Aveiro  
Clube de Natureza e Aventura de Ílhavo  
Clube de Vela da Costa Nova  
Exército  
Filarmonia Gafanhense  
Grupo de Jovens “A Tulha”  
Grupo de Dança “As Pestinhas” – Associação Cultural  
Marina Clube da Gafanha  
Minigolfe da Costa Nova  
Oficina de Música de Aveiro  
Quinto Palco Associação Cultural

### Apoios:

Athletic Factory  
Audiodecor  
Bronze  
Charm Pet  
Diário de Aveiro  
Luisóptica  
Offshore  
Rádio Terra Nova  
Ramos Fotografia  
Resgatilhavo  
Riactiva  
Susana Gateira  
What?

12 qua

18h30

## Conversa com Equipas Artísticas das Residências

“Cavalos Selvagens e Antropocenas”

Duração aprox. 30 min.

M/12 · gratuito

No âmbito de residência artística

na Fábrica das Ideias da Gafanha da Nazaré

} Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré  
Convés

13 qui



27.º Aniversário

## Elevação de Ílhavo a Cidade



13 qui a 16 dom

## Festival da Sardinha

Org.: APARA - Associação Pesca Artesanal

Região de Aveiro

} Relvado da Costa Nova



15 sáb

21h00

## The Musical

Org.: Casa do Povo da Gafanha da Nazaré

} Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

5 euros

# ADOTE UM AMIGO QUE NÃO O ABANDONA!

A partir de  
1 de julho

## Regime Especial no CROACI...

- Esterilização gratuita de animais que vierem a ser adotados
- Regime especial para beneficiários do Fundo Municipal de Apoio a Famílias e Individuos Carentiados (comparticipação na Vacinação Antirrábica, esterilização e Identificação Eletrónica)

Informe-se das novas medidas para travar o problema do abandono e controlar o número de animais vadios e errantes na via pública.

CROACI (junto aos Armazéns gerais) / Tel. 234 329 605

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



**ilhavo**  
Câmara Municipal



**CROACI**  
Centro de Recolha Oficial  
de Animais de Companhia de Ilhavo

**21** sex  
22h00

**festim - Festival Intermunicipal de Músicas do Mundo**

Kočani Orkestar (Macedónia)

} Jardim Henriqueta Maia  
gratuito

**22** sáb

Todo o dia

**EMER em Família**

} EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

21h30

**Sensible Soccers**

Cais à Noite



} Cais Criativo Costa Nova  
€40,00 (bilhete de ciclo - 6 concertos)  
€8,00 (bilhete por concerto)  
20% desconto seniores +65 anos, menores de 17 anos e portadores do Cartão Jovem Municipal

21h00

**XVIII Festival Rancho Folclórico "As Ceifeiras" da Gafanha da Encarnação**

Org.: Rancho Folclórico "As Ceifeiras" da Gafanha da Encarnação

} Largo da Igreja,  
Gafanha da Encarnação

**24** seg a **28** sex

**XXVII Semana do Fado Amador**

Org.: Associação Recreativa e Cultural Chio Pó-Pó

**Férias com livros... e não só**

14h30

**Hora do Conto e Ateliê**

ter 04 "**Contos-Queres**"  
pela Biblioteca Municipal Manuel Alegre, de Águeda, no âmbito da Carteira de Itinerâncias RBCIRA\*  
ter 11 "**O pinto-careca**"  
pela Biblioteca Municipal de Estarreja, no âmbito da Carteira de Itinerâncias RBCIRA\*  
ter 18 "**Urso Caça-borboletas**",  
de Susanna Isern  
ter 25 "**O Frigorífico da Magui**",  
de Lois Brandt

\*Atividade sujeita a inscrição prévia obrigatória

**Sessão de Cinema**

qui 06 "**Cegonhas**", de Nicholas Stoller  
qui 13 "**Vaiana**", de Disney  
qui 20 "**Cantar!**", de Garth Jennings  
qui 27 "**Kubo e as duas cordas**",  
de Travis Knight

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

**Hora do Conto e Ateliê**

seg 03 "**Eu não tenho sono e não vou para a cama**", de Lauren Child  
seg 10 "**Onde estás caracol?**",  
de Susanna Isern  
seg 17 "**O Reizinho das flores**",  
de Kveta PacovsKá  
seg 24 "**O Porquinho**", de Arnold Lobel  
seg 31 "**O Tigre xadrez**", de Andrej Usatschow

**Sessão de Cinema**

seg 05 "**Trolls**", de Mike Mitchell  
seg 12 "**Cegonhas**", de Nicholas Stoller  
seg 19 "**Vaiana**", de Disney  
seg 26 "**Cantar!**", de Garth Jennings

} Polo Leitura Gafanha da Nazaré

26 qua

14h30

### Adoro os meus Avós e eles adoram-me!

Comemoração do Dia dos Avós

Atividade dirigida a avós e netos

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

29 sáb

14h00

### Festa de Encerramento do Movimento Maior 2016/2017



} Casa Cultura Ílhavo

22h00

### XXX Festival de Folclore Cidade de Ílhavo

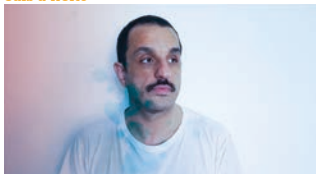
Org.: Grupo Folclórico "O Arrais"

} Largo do Bispo, Ílhavo

22h00

### "Los Luchos"

Cais à Noite



} Cais Criativo Costa Nova

€40,00 (bilhete de ciclo - 6 concertos)

€8,00 (bilhete por concerto)

20% desconto seniores +65 anos, menores de 17 anos e portadores do Cartão Jovem Municipal



destaques agosto

3 qui a 6 dom

### 11.º Festival de Marisco Ria a Gosto

Relvado da Costa Nova



5 sáb a 9 qua

### Miss Activo Cup

Surf e bodyboard feminino

Praia da Costa Nova



9 qua a 13 dom

### Festival do Bacalhau

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré



12 sáb

### 4.ª Mini Maratona do Museu Marítimo de Ílhavo



# MAROLAS 2017

14 - 30 julho

marolasilhavo

facebook:



Câmara Municipal de **ilhavo**



**14**sex

**Crassh Street**<sup>CONCERTO</sup>

*Caçadã Arrais Ançã, Costa Nova*  
21h30

**Canoagem**

*Biarritz, Costa Nova*

15h00

Apoio: CNAI

**15**sáb

**Marolas à Vela**

*Costa Nova*

10h00

Apoio: Clube de Vela de Costa Nova

**Marolas by bike c/ A Tulha**

Momento Musical OMA

*Largo do Farol, Barra*

11h30

Org: Grupo de Jovens "A Tulha"  
e Oficina de Música de Aveiro

**BijuMarolas**<sup>WORKSHOP</sup>

*Caçadã Arrais Ançã, Costa Nova*  
15h00

**Danças do Mundo**<sup>WORKSHOP</sup>

*Caçadã Arrais Ançã, Costa Nova*  
17h30

**Programa Vocação**

Entrega de Certificados 2º Turno 2017  
*Caçadã Arrais Ançã, Costa Nova*  
18h30

**Demonstração  
Dança Rítmica**

*Caçadã Arrais Ançã, Costa Nova*  
19h00

Org: Casa do Povo da Gafanha da Nazaré

**Corrida Popular  
da Costa Nova**

*Costa Nova*

19h00

Org: Atletas.Net e CMI

**Shiatsu**<sup>WORKSHOP</sup>

*Praceta do Molhe Sul, Barra*

19h00

**Beauty & Nature**<sup>WORKSHOP</sup>

*Cais Criativo Costa Nova*

18h00

**Cinema ao Luar**

Pirata das Caraíbas – Homens mortos  
não contam histórias

*Largo do Farol, Barra*

22h00

**19**qua

**Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*

10h00

**Stand Up Paddle**

*Costa Nova*

15h00

Apoio: Riactiva

**Capoeira**<sup>WORKSHOP</sup>

*Praceta do Molhe Sul, Barra*

18h00

**Stand Up Comedy**

**17**seg



**NBC** CONCERTO

*Largo do Farol, Barra*  
22h00

**16 dom**

**Bootcamp**

*Relvado da Costa Nova*  
10h00

Apoio: Athletic Factory

**Torre de Escalada**

*Relvado da Costa Nova*  
10h00^20h00

Apoio: Exército

**Ondas Criativas**

Mostra de Artesanato  
*Caçada Arrais Ançã, Costa Nova*  
14h00^22h00

**Visitas ao Farol  
"A Ver Navios"**

Visita encenada +Palco  
*Largo do Farol, Barra*  
14h30^16h30  
Org: Quinto Patco

**Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*  
10h00

**Reiki** WORKSHOP

*Praceta do Molhe Sul, Barra*  
15h00

**TóC'A BANDA**

**Banda dos Bombeiros Voluntários  
de Ilhavo - Música Nova**  
*Caçada Arrais Ançã, Costa Nova*  
19h00

**Cãominhada**

*Largo do Farol, Barra*  
21h30  
Apoio: CharmPet

**18 ter**

**Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*  
10h00

**Aventura no Minigolfe**

*Costa Nova*  
10h00^13h00  
Apoio: Clube de Minigolfe da Costa Nova

João Neves, António A. Coutinho,  
Marco Marques e Rubén Branco  
*Cais Criativo Costa Nova*  
22h00

**20 qui**

**Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*  
10h00

**Aventura no Minigolfe**

*Costa Nova*  
10h00^13h00  
Apoio: Clube de Minigolfe da Costa Nova

**Salvamento e  
Reanimação** WORKSHOP

*Praia Velha, Barra*  
15h00  
Apoio: Resgatilhavo

**Defesa Pessoal** WORKSHOP

*Cais Criativo Costa Nova*  
18h00  
Apoio: Associação Defesa Pessoal

**Marolas Sunset Party**

Denise Machado e Iury Matias  
*Bronze, Costa Nova*  
19h00

**21**sex

### **Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*

10h00

### **Mergulho**

*Praia Velha, Barra*

15h00^17h00

### **Kizomba**<sup>WORKSHOP</sup>

*Calçada Arrais Ançã, Costa Nova*

18h00

### **PZ**<sup>CONCERTO</sup>

*Largo do Farol, Barra*

22h00

**22**sáb

### **loga**<sup>WORKSHOP</sup>

*Relvado da Costa Nova*

10h00

### **Wakeboard**

*Escola de Kite Surf,*

*Gafanha da Encarnação*

**25**ter

### **Pé n'areia - Localizada**

*Praia Velha, Barra*

10h00

### **Aventura no Minigolfe**

*Costa Nova*

10h00^13h00

Apoio: Clube de Minigolfe da Costa Nova

### **Canoagem**

*Biarritz, Costa Nova*

15h00

Apoio: Clube de Natureza Aventura Ilhavo

### **Crossfit experience**

*Relvado da Costa Nova*

16h30

### **Sweet & Light**<sup>WORKSHOP</sup>

*Cais Criativo Costa Nova*

18h00

### **Cinema ao Luar**

*Mulher Maravilha*

*Calçada Arrais Ançã, Costa Nova*

22h00

### **Visitas ao Farol "A Ver Navios"**

Visita encenada +Palco

*Largo do Farol, Barra*

14h30^16h30

Org: Quinto Palco

### **Marolas Aguardela**<sup>WORKSHOP</sup>

*Largo do Farol, Barra*

15h00

### **Scrapbooking**<sup>WORKSHOP</sup>

*Largo do Farol, Barra*

16h00

### **Travessia da Ria a Nado**

*Gafanha da Encarnação*

*Relvado da Costa Nova*

16h00

### **Summer Dance Pestinhas**

*Largo do Farol, Barra*

17h00

Org: Grupo de Dança As Pestinhas

- Associação Cultural

14h00^17h00

Apoio: Marina Clube da Gafanha

### **Snacks de Praia** WORKSHOP

*Cais Criativo Costa Nova*

15h00

### **Crossfit Experience**

*Relvado da Costa Nova*

18h00

### **Sensible Soccers**

**Cais à Noite**

*Cais Criativo Costa Nova*

22h00

**23 dom**

### **Surf & Bodyboard**

*Sede da Associação, Barra*

10h00

Apoio: Associação de Surf de Aveiro

### **Ondas Criativas**

Mostra Artesanato

*Largo do Farol, Barra*

14h00^22h00

### **Clip Chic** CONCERTO

*Largo do Farol, Barra*

22h00

**24 seg**

### **Pé n'areia - Localizada**

*Praia Velha, Barra*

10h00

### **Shape your body** WORKSHOP

Sumos Detox

*Cais Criativo Costa Nova*

15h00

### **Toc'A BANDA**

Filarmonica Gafanhense

*Praceta do Molhe Sul, Barra*

19h00

### **Cãominhada**

*Posto de Turismo, Costa Nova*

21h30

Apoio: CharmPet

**26 qua**

### **Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*

10h00

### **Stand Up Paddle**

*Costa Nova*

15h00

Apoio: Riactiva

### **Fotografia** WORKSHOP

*Largo do Farol, Barra*

18h00

Apoio: Ramos Fotografia

### **Teatro "Salvador, a vida de um homem"**

*Cais Criativo Costa Nova*

22h00

Apoio: CETA

**27**qui

**Pé n'areia - Localizada**

*Praia Velha, Barra*

10h00

**Aventura no Minigolfe**

*Costa Nova*

10h00^13h00

Apoio: Clube de Minigolfe da Costa Nova

**Circuito Aventura**

Orientação, Tiro ao Arco,  
Zarabatana e Paintball

*Relvado da Costa Nova*

15h00^18h00

**Marolas Sunset Party**

DJ Hugo Matos

*Offshore, Barra*

19h00

Apoio: Offshore

**28**sex

**Pé n'areia - Zumba**

*Praia Velha, Barra*

10h00

**Mergulho**

*Praia Velha, Barra*

15h00^17h00

**Danças Latinas**<sup>WORKSHOP</sup>

*Calçada Arrais Ançã, Costa Nova*

18h00

**Valas**<sup>CONCERTO</sup>

*Calçada Arrais Ançã, Costa Nova*

22h00

**29**sáb

**Marolas à Vela**

*Costa Nova*

10h00

Apoio: Clube de Vela da Costa Nova

**Voleibol de Praia**

*Praia Velha, Barra*

10h00^13h00

**Summer Make Up**<sup>WORKSHOP</sup>

*Praceta do Mothe Sul, Barra*

19h00

**“Los Luchos”**

**Cais à Noite**

*Cais Criativo Costa Nova*

22h00

**30**dom

**Surf & Bodyboard**

*Sede da Associação, Barra*

10h00

Apoio: Associação de Surf de Aveiro

**Visitas ao Farol**

*Largo do Farol, Barra*

14h30^16h30

**ÁTO**<sup>CONCERTO</sup>

*Largo do Farol, Barra*

22h00



## Tosta rústica de bacalhau e maçã

### Ingredientes (4pax): Preparação:

|                                     |                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pada de Vale de Ílhavo (2 uni)      | Em meia pada de Vale de Ílhavo, faça um corte longitudinal.                                                                                          |
| Bacalhau fumado (1 emb./aprox.200g) | Com o miolo para baixo, coloque num sauté antiaderente e deixe tostar ligeiramente.                                                                  |
| Maçã golden (250g)                  | Descasque as maçãs, corte em gomos e reserve em água, com um pouco de sumo de limão (para que não oxidem).                                           |
| Espinafres (300g)                   | Escalfe os ovos e reserve.                                                                                                                           |
| Manteiga (qb)                       | Num sauté antiaderente, salteie ligeiramente as maçãs com manteiga e um pouco de sumo de limão.                                                      |
| Ovos (4 uni)                        | À parte, salteie também os espinafres com um fio de azeite.                                                                                          |
| Limão (1 uni)                       | Para a montagem, coloque a tosta com o miolo para cima, disponha a maçã, de seguida os espinafres e o bacalhau fumado e termine com o ovo escalfado. |

Bom apetite!





## Escola Municipal de Ténis

quintas

Crianças/jovens 18h00~19h00

Adultos 19h00~20h00

} Campos de Ténis de Ílhavo

Inscrições: Piscinas do Município de Ílhavo

T 234 329 607 · desporto@cm-ilhavo.pt

## 1 sáb e 2 dom

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

Participação do **G.D.G. Gafanha**, Secção de Atletismo, nos Campeonatos Distritais de Júniores e Veteranos, em Vagos.

## 8 sáb e 9 dom

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"** e do **G.D. Gafanha**, Secção de Atletismo, no Campeonato Distrital de Iniciados, Vagos.

## 9 dom

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**, Secção de Atletismo, no Concurso de Pesca da Casa de Pessoal do Porto de Aveiro, na Barra.

## 15 sáb

### Concurso de Pesca

### Intersócios 40.º Aniversário

Org.: A.C.D. "Os Ílhavos"

19h00

### 4.ª Corrida Popular da Costa Nova



#### Os 10 Km mais rápidos de Portugal

Org.: Câmara Municipal de Ílhavo e Atletas.net

Praia da Costa Nova

Inscrições e informações: atletas.net

Participação do **G.D. Gafanha**, Secção de Atletismo, na 4.ª Corrida Popular da Costa Nova.

## 23 dom

### X Travessia Ria a Nado V Aquatlo

14h30 **Concentração**

16h10 **Partida**

Apoio: Parceiros do Fórum Náutico Largo da Bruxa ~ Relvado da Costa Nova, Gafanha da Encarnação

Participação gratuita sujeita a inscrição até 20 de julho [www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)

## 29 sáb

Participação do **G.D. Gafanha**, Secção de Atletismo, no Torneio de Encerramento, em Vagos.



Navio-Museu Santo André



# 4ª MINI MARATONA

MUSEU MARÍTIMO DE ÍLHAVO

SÁB 12 AGO 2017  
22h15



Museu Marítimo de Ílhavo



10 Km



*inscrições em*  
MUSEUMARITIMO.CM-ILHAVO.PT  
ILHAVO.BOL.PT



# associações



## Associação Cultural e Recreativa “Os Palheiros” da Costa Nova

Neste mês de julho, mês marcado pela realização de Festivais de Folclore das diversas associações do Município de Ílhavo, dedicamos a rubrica “Associações” à Associação Cultural e Recreativa “Os Palheiros” da Costa Nova, que realiza o seu no dia 2, no Relvado da Costa Nova.

Numa noite de verão, um grupo de amigos pensou na hipótese de formar uma associação com o objetivo de divulgar as raízes, as tradições e os costumes da Costa Nova através do folclore, bem como desenvolver atividades culturais como Teatro e Marchas.

Com muita força de vontade e empenho, este grupo de amigos conseguiu realizar o seu sonho: atuou pela primeira vez no dia 24 de junho de 1995 e foi batizado de Rancho Folclórico “Os Palheiros” da Costa Nova.



Os convites para participar nos diversos festivais depressa começaram a surgir, tendo a Associação Cultural e Recreativa “Os Palheiros” levado o bom nome da Costa Nova e do Município de Ílhavo pelo país fora, bem como além-fronteiras.

### Principais atividades

- Festival de Folclore “Os Palheiros” da Costa Nova
- Participação nas Marchas Sanjoaninas do Município de Ílhavo
- Participação em diversos festivais internacionais e nacionais







ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA  
PALHEIROS da COSTA NOVA



**Associação Cultural e Recreativa  
"Os Palheiros" da Costa Nova**

Rua do Pescador, 13  
Praia da Costa Nova  
3830-464 Gafanha da Encarnação  
E-mail: [ascfidalgo@gmail.com](mailto:ascfidalgo@gmail.com)

**Presidente da Direção**

João José Costa



## Prevenir os acidentes: A criança como peão e como condutora

Em ambiente rodoviário, os acidentes com crianças são frequentes.

Por estarem em fase de descoberta e aprendizagem, não devemos confiar demasiado nas capacidades das crianças para se protegerem, sobretudo das mais pequenas. Assim como peão, a criança deve ser acompanhada por um adulto até cerca dos 8 anos, preparando-a gradualmente para a altura em que poderá andar sozinha. Deve ir sempre pela mão, pelo passeio mais largo e pelo lado de dentro do passeio. A circulação deve ser feita de frente para os carros para que a criança possa ver e ser vista mais facilmente.

Antes de começar a andar sozinha, os pais devem preparar com a criança os percursos que ela necessita de fazer, dando alertas e conselhos para zonas de maior risco. É fundamental respeitar a sinalização e atravessar sempre na passadeira, olhando pelo menos duas vezes para a esquerda e direita antes de cruzar a estrada. Ensine-a a estabelecer contacto visual com os condutores e a agradecer-lhes quando respeitam o direito de passagem. Faça ver que nunca deve atravessar a correr, nem com o semáforo vermelho. O uso de roupa clara ou, idealmente, de materiais

refletores na roupa, aumenta a visibilidade para os condutores. Para além disso, é essencial que a criança esteja atenta. O risco de atropelamento, queda ou outro tipo de acidentes aumenta quando a criança anda em grupo, devido a brincadeiras perigosas e distração, bem como com o uso de telemóveis.

As crianças começam a andar de triciclo ou bicicleta, entre os 3 e 5 anos, devendo conduzi-los apenas em parques, jardins ou outros locais seguros. Mais tarde, podem utilizar o passeio e, a partir dos 10 anos, a estrada, devendo no entanto manter o uso preferencial das ciclovias ou zonas em que haja separação entre a circulação de automóveis e bicicletas. O uso de material de proteção, incluindo capacete, joelheiras e cotoveleiras, é a melhor forma de prevenir lesões em caso de acidente. O capacete é particularmente importante visto que, em caso de queda, reduz em 7 vezes a probabilidade de lesões cerebrais.

A criança deve usar sempre um capacete aprovado pela norma EN 1078, adaptado ao tamanho da sua cabeça e bem ajustado. Deve ser colocado corretamente: centrado na parte superior da cabeça; as correias devem ficar bem apertadas por baixo do queixo, passando uma por trás da orelha e outra pela frente.

A bicicleta deve ter um tamanho adequado para que a criança chegue com os pés ao chão e estar em bom estado (travões, pneus, campainha). É boa prática colocar materiais refletores nas bicicletas, na roupa e nos capacetes, mesmo durante o dia, medidas igualmente importantes para trotinetes, patins ou skate.

Dê o exemplo: atravesse sempre nas passadeiras e respeite as regras do trânsito para mostrar às crianças que a segurança é uma preocupação de todos.



## Reservas Visitáveis

Tal como o fundo do mar, rico em tesouros, é nas Reservas do Museu Marítimo de Ílhavo que se guardam as peças das coleções que o constituem e que refletem a sua relação com a comunidade. No momento em que comemora os seus oitenta anos de vida, o MMI destaca e exhibe a sua coleção das miniaturas de embarcações num pequeno segmento de coleção visitável. Evidenciam-se os melhores modelos de barcos e navios, quer pela sua antiguidade, quer pela época ou arte de pesca que representam.

Organizadas tematicamente, o visitante pode, a partir de agora e com regularidade, visitar este espaço mediante marcação prévia, usufruindo de uma visita a um espaço usualmente inacessível ao público em geral. As Reservas do MMI são um imenso armazém de objetos, artefactos e obras de arte que traduzem camadas sedimentares, fases e faces da vida de um Museu que se se tornou cada vez mais marítimo e que se projeta no futuro. Destacamos também a exposição das primeiras peças que integraram o espólio do futuro Museu Municipal de Ílhavo, doadas, na sua maioria, entre 1930 e 1936).

Visitar as reservas do MMI e ver estas velhas novidades é um privilégio a não perder.

a nossa gente

Ângelo Valente  
Sofia Nunes

MULTIPLICAR  
A  
FELICIDADE!  
DIVIDINDO-A



Julho celebra a juventude no Município de Ílhavo e, num mês próspero em atividades que lhes são destinadas, destacamos dois dos jovens mais dinâmicos e notáveis do concelho: Ângelo Valente e Sofia Nunes. É já praticamente impossível falar em gerontologia em Portugal sem mencionar o Centro Comunitário da Gafanha do Carmo. E é muito por causa deles.

Ângelo Valente é animador social, Sofia Nunes é gerontóloga. Quando, em 2011, o Centro Comunitário da Gafanha do Carmo os juntou, poucos meses depois de abrir portas, estavam longe de imaginar que viriam a formar uma equipa tão popular.

A premissa que os inspira é simples, embora concretizá-la seja um desafio diário: multiplicar a felicidade, dividindo-a. “Ver cada pessoa feliz” é, de resto, assim que a dupla resume o objetivo daquilo que é mais que um trabalho. Para Ângelo e Sofia, estar no Centro Comunitário é estar em casa, em família, “rodeados de pessoas, música, abraços, amizade, do Vadio e da Viana”. Vadio e Viana são os cães de estimação do Centro Comunitário da Gafanha do Carmo, verdadeiras sessões de terapia em quatro patas. Foram ambos adotados pela instituição e são fortes aliados no combate à depressão e à solidão dos utentes. Têm sido, provavelmente, dois dos cães mais mediáticos do país, nos últimos anos, acompanhando Ângelo e Sofia em todas as suas intervenções.

Foi em 2014, com um vídeo que parodiava o da música “Wrecking Ball”, de Miley Cyrus, que Ângelo Valente e Sofia Nunes perceberam que tinham as armas certas para fazer algo diferente: um sentido de humor consciente, mas desprovido de pudores, a “família” certa e as redes sociais, que os erguiam no número de seguidores muito rapidamente. Entre esse vídeo e serem a equipa

que dá a cara pelo lar mais conhecido do país, passou menos de um ano. Centenas de entrevistas, reportagens inteiramente dedicadas a eles, um “Alta Definição” (SIC) com o utente Alfredo, duas conferências Futuridade com lotação esgotada e convidados como Daniel Oliveira, Marisa Matias, Nuno Markl, Fernando Alvim ou Manuela Ferreira Leite. Ângelo e Sofia têm o currículo cheio, mas isso nem os preocupa muito. O que realmente lhes importa é a quantidade de sonhos que já conseguiram concretizar, o número de pessoas que se identifica com eles e os que já não têm medo de envelhecer, graças a eles. “A missão é desmistificar a velhice e a institucionalização, sensibilizando a sociedade para se tornar mais integradora de forma a que todos possamos envelhecer de forma livre, autónoma e feliz” e, para isso, o animador e a gerontóloga garantem que é muito importante que, mesmo depois de envelhecer, seja “valorizado o potencial de cada ser humano, o contributo de todos, independentemente da sua condição ou faixa etária”. A equipa assume que a institucionalização é “um evento marcante na vida de qualquer pessoa e exige muito, até da família, principalmente ao nível emocional”. Mas, Ângelo e Sofia garantem que as melhores respostas são “o amor e a aceitação” e que, na maior parte dos casos, a adaptação é bem sucedida e grande percentagem dos utentes acaba por reencontrar, no Centro Comunitário da Gafanha do Carmo, “uma felicidade que já julgava extinta”. Quem os conhece e está atento ao seu trabalho, à ligação que estabelecem com os que os rodeiam, percebe perfeitamente porquê. Ângelo e Sofia merecem tudo de bajulador que se diga sobre eles. Nossa gente: resta-nos agradecer que nos multipliquem a felicidade, juntando-se.

# tabela de marés

Preia-mar - altura

Baixa-mar - altura

|           |     |   |       |     |       |     |       |     |       |     |
|-----------|-----|---|-------|-----|-------|-----|-------|-----|-------|-----|
| <b>1</b>  | sáb | ☾ | 09.03 | 2.7 | 21.28 | 2.8 | 02.28 | 1.1 | 14.47 | 1.3 |
| <b>2</b>  | dom |   | 10.07 | 2.7 | 22.31 | 2.7 | 03.31 | 1.2 | 15.55 | 1.4 |
| <b>3</b>  | seg |   | 11.08 | 2.7 | 23.31 | 2.7 | 04.34 | 1.3 | 17.00 | 1.3 |
| <b>4</b>  | ter |   | -     | -   | 12.03 | 2.8 | 05.32 | 1.2 | 17.59 | 1.3 |
| <b>5</b>  | qua |   | 00.26 | 2.8 | 12.52 | 2.9 | 06.23 | 1.2 | 18.50 | 1.2 |
| <b>6</b>  | qui |   | 01.13 | 2.8 | 13.35 | 3.0 | 07.07 | 1.1 | 19.33 | 1.1 |
| <b>7</b>  | sex |   | 01.56 | 2.9 | 14.15 | 3.0 | 07.46 | 1.0 | 20.12 | 1.0 |
| <b>8</b>  | sáb |   | 02.35 | 2.9 | 14.53 | 3.1 | 08.22 | 1.0 | 20.48 | .9  |
| <b>9</b>  | dom | ○ | 03.11 | 3.0 | 15.29 | 3.2 | 08.56 | .9  | 21.22 | .9  |
| <b>10</b> | seg |   | 03.47 | 3.0 | 16.04 | 3.2 | 09.30 | .9  | 21.56 | .8  |
| <b>11</b> | ter |   | 04.22 | 3.0 | 16.39 | 3.2 | 10.04 | .9  | 22.32 | .8  |
| <b>12</b> | qua |   | 04.58 | 3.0 | 17.15 | 3.2 | 10.39 | .9  | 23.08 | .8  |
| <b>13</b> | qui |   | 05.35 | 3.0 | 17.53 | 3.1 | 11.17 | 1.0 | 23.48 | .9  |
| <b>14</b> | sex |   | 06.16 | 2.9 | 18.35 | 3.1 | -     | -   | 12.00 | 1.0 |
| <b>15</b> | sáb |   | 07.01 | 2.8 | 19.24 | 3.0 | 00.33 | .9  | 12.48 | 1.1 |
| <b>16</b> | dom |   | 07.55 | 2.8 | 20.21 | 2.9 | 01.24 | 1.0 | 13.47 | 1.2 |
| <b>17</b> | seg | ☾ | 09.00 | 2.8 | 21.29 | 2.9 | 02.25 | 1.1 | 14.55 | 1.2 |
| <b>18</b> | ter |   | 10.11 | 2.8 | 22.41 | 2.9 | 03.32 | 1.1 | 16.09 | 1.2 |
| <b>19</b> | qua |   | 11.20 | 2.9 | 23.51 | 3.0 | 04.42 | 1.1 | 17.20 | 1.1 |
| <b>20</b> | qui |   | -     | -   | 12.25 | 3.1 | 05.48 | 1.0 | 18.25 | .9  |
| <b>21</b> | sex |   | 00.55 | 3.1 | 23.24 | 3.2 | 06.47 | .8  | 19.23 | .7  |
| <b>22</b> | sáb |   | 01.53 | 3.2 | 14.18 | 3.4 | 07.41 | .7  | 20.16 | .6  |
| <b>23</b> | dom |   | 02.46 | 3.3 | 15.09 | 3.5 | 08.30 | .6  | 21.04 | .4  |
| <b>24</b> | seg | ● | 03.35 | 3.4 | 15.56 | 3.6 | 09.16 | .5  | 21.49 | .9  |
| <b>25</b> | ter |   | 04.21 | 3.4 | 16.41 | 3.6 | 10.01 | .6  | 22.34 | .5  |
| <b>26</b> | qua |   | 05.06 | 3.3 | 17.25 | 3.5 | 10.44 | .6  | 23.17 | .6  |
| <b>27</b> | qui |   | 05.49 | 3.2 | 18.09 | 3.3 | 11.28 | .8  | -     | -   |
| <b>28</b> | sex |   | 06.33 | 3.0 | 18.53 | 3.1 | 00.01 | .8  | 12.13 | .9  |
| <b>29</b> | sáb |   | 07.19 | 2.9 | 19.40 | 2.9 | 00.47 | 1.0 | 13.01 | 1.1 |
| <b>30</b> | dom |   | 08.10 | 2.7 | 20.34 | 2.7 | 01.37 | 1.1 | 13.57 | 1.3 |
| <b>31</b> | seg |   | 09.10 | 2.6 | 21.38 | 2.6 | 02.35 | 1.3 | 15.02 | 1.4 |

Alertam-se os utilizadores que as previsões das marés indicadas são referidas a um fuso horário que poderá não coincidir com o fuso horário correspondente à hora legal.

Dado que o plano Zero Hidrográfico (ZH) foi fixado em relação a níveis médios adotados há várias décadas, existe presentemente uma diferença sistemática de cerca de + 10 centímetros entre as alturas de água observadas e as alturas de maré previstas.

Para mais informações consulte [www.hidrografico.pt](http://www.hidrografico.pt)

- Lua Nova      ☾ Quarto Crescente
- Lua Cheia    ☾ Quarto Minguante



# farmácias

\*disponibilidade até às 22 horas

|     |                               |                              |                               |                             |                               |
|-----|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| sáb | 01<br>Moderna                 | 08<br>Santos                 | 15<br>Ribau<br>Diniz Gomes*   | 22<br>Senos                 | 29<br>Ançã Castro<br>Moderna* |
| dom | 02<br>Branco<br>Senos*        | 09<br>Moderna                | 16<br>Santos                  | 23<br>Ribau<br>Diniz Gomes* | 30<br>Senos                   |
| seg | 03<br>Diniz Gomes             | 10<br>Branco<br>Senos*       | 17<br>Moderna                 | 24<br>Santos                | 31<br>Ribau<br>Diniz Gomes*   |
| ter | 04<br>Morais<br>Santos*       | 11<br>Diniz Gomes            | 18<br>Branco<br>Senos*        | 25<br>Moderna               |                               |
| qua | 05<br>Ançã Castro<br>Moderna* | 12<br>Morais<br>Santos*      | 19<br>Diniz Gomes             | 26<br>Branco<br>Senos*      |                               |
| qui | 06<br>Senos                   | 13<br>Ançã Castro<br>Moderna | 20<br>Morais<br>Santos*       | 27<br>Diniz Gomes           |                               |
| sex | 07<br>Ribau<br>Diniz Gomes*   | 14<br>Senos                  | 21<br>Ançã Castro<br>Moderna* | 28<br>Morais<br>Santos*     |                               |

## Ílhavo

Diniz Gomes - Tel 234 322 885

Moderna - Tel 234 328 222

Santos - Tel 234 322 930/326 486

Senos - Tel 234 322 742

## Gafanha da Encarnação

Ribau - Tel 234 365 131

## Gafanha da Nazaré

Branco - Tel 234 361 576

Morais - Tel 234 361 817

## Praia da Barra

Ançã Castro - Tel 234 360 721



Praia da Barra