

**Município de Ílhavo  
2019**

#246

OUT  
Viver em

12<sup>sáb</sup>

## Saberes com Sabor...

5 formas fáceis de aplicar óleos essenciais  
no seu dia a dia

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

12<sup>sáb</sup>

## Engolir Sapos

por Amarelo Silvestre

*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré*

9 a 29<sup>qua a ter</sup>

## The Tolerance Travelling Poster Show

Exposição

*Casa Cultura Ílhavo*

*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré*

19<sup>sáb</sup>

## 8.º Seminário Desafios do Mar Português

“Portugal e o Mar: um novo regresso”

*Museu Marítimo de Ílhavo*

19<sup>sáb</sup>

## Dia Aberto no CROACI

Adoção, vacinação e identificação eletrónica

*Centro de Recolha Oficial de Animais  
de Companhia de Ílhavo*

24<sup>qui</sup>

## Comunidade de Leitores

“Crónica de uma morte anunciada”,  
de Gabriel García Márquez

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

S  
E  
N  
A  
R  
I  
O  
S  
D  
E  
S  
T  
A  
B  
L  
E  
S

Caro(a) Múncipe,

Outubro é tradicionalmente o mês do outono e da abundância das colheitas, nesse sentido a nossa agenda de eventos Viver em... chega até si recheada de iniciativas e atividades para todos, convidando à Sua participação.

O “Festival Cabelos Brancos” estende-se pelos primeiros dias de outubro, terminando em beleza com o Sarau



**Fernando Fidalgo Caçoilo**

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

Maior Idade e o Orfeão Universitário do Porto, serão momentos únicos de partilha protagonizados pelos nossos Seniores.

De salientar a oitava edição do Seminário Desafios do Mar Português “Portugal e o Mar: um novo regresso”, as exposições temporárias, e lançamento do n.º 7 da revista Argos, serão

espaços e momentos de partilha de conhecimento e das vivências da Faina Maior sempre presentes na nossa Comunidade.

A “Milha” fecha o mês de outubro, desafiando cada um a juntar-se à Festa da Música e dos Músicos de Ílhavo para celebrar a criação artística e os artistas da nossa Terra. Surpreenda-se com os nossos talentos!

Nesta edição da Agenda damos também destaque aos mecanismos disponibilizados pela Ação Social para apoio a famílias carenciadas, lembrando que até ao dia 18 estão abertas as candidaturas para a atribuição de Bolsas de Estudo do Ensino Superior, uma oportunidade a não perder!

Convido, desde já, a conhecer em maior detalhe as iniciativas para o mês de outubro e a vivenciá-las em pleno. Junte-se a nós!

Um abraço amigo.

Reuniões  
Ordinárias do  
Executivo CMI

**Pública:**

qui **3**  
15h00  
audição  
ao público  
a partir das  
16h30

**Privada:**

qui **17**  
15h00

TODO O MÊS

## Hora do Conto

segunda a sexta-feira: 17h30

*Polo de Leitura*

*da Gafanha da Nazaré*

terça a sexta-feira: 17h30

sábados: 16h30

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

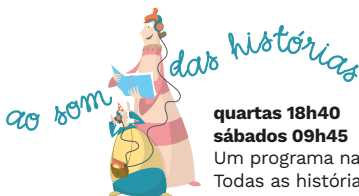
## Leituras orientadas

### A Biblioteca leva o PNL às escolas

A BMI regressa às Escolas Básicas do 1.º Ciclo para entregar livros do Plano Nacional de Leitura.

### Newton Gostava de Ler!

Hora do Conto e atividade experimental nos Jardins de Infância, Escolas Básicas de 1.º ciclo pela BMI.



**quartas 18h40**

**sábados 09h45**

Um programa na Rádio Terranova (105.0 FM)

Todas as histórias estarão disponíveis na BMI.

## Vamos à BMI: Contos ao Luar

biblioteca municipal  
de ílhavo

**terça a sexta** ao longo do ano letivo

Visita à Biblioteca, Hora do Conto e Ateliê



## faz-te à história

biblioteca municipal  
de ílhavo

**sábados 11h00~12h00**

Um programa na WebRádio d'A Casa do João  
(em [acasadojoaoradio.online](http://acasadojoaoradio.online)).

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 outubro para incluir na

Agenda de Eventos Viver em... Município de Ílhavo

do mês de novembro de 2019,

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

diretor Fernando Fidalgo Caçoilo

edição Câmara Municipal de Ílhavo

capa Milha - Festa da Música e dos Músicos de Ílhavo

comunicação

Miguel Araújo, Isabel Barros e Margarida Malaquias

design Bruno Pinto

paginação Anabela Gomes

impressão Diário do Porto depósito legal 136577/99

tiragem 6.000 exemplares

distribuição GRATUITA

agenda



"Ode ao 31 de janeiro" de Luís Pavão

Exposição Temporária

## "Ode ao 31 de janeiro"

de Luís Pavão

**Inauguração** 19 sáb 17h00

*Museu Marítimo de Ílhavo*

Patente até 19 de janeiro de 2020

Entrada gratuita

Exposição

## The Tolerance Travelling Poster Show

**9~29 out**

*Casa Cultura Ílhavo*

*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré*

Gratuito

Exposição

## "O Sonho do Mar"

pintura e desenho

de Maria Gabriel

*Museu Marítimo de Ílhavo*

Patente até 30 de novembro

Entrada gratuita

Exposição

## "Os animais que tive"

ilustrações de

Gabriela Sotto Mayor

Visitas guiadas

com marcação prévia obrigatória

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

Patente até 30 de novembro

Exposição itinerante

## "Ílhavo Terra Milenar: do Paleolítico à atualidade, herança arqueológica"

*Escola Secundária Dr. João Carlos Celestino Gomes (Biblioteca)*

2<sup>qua</sup>

14h00~17h00

Seminário

## “O Envelhecer no Feminino”

### Festival Cabelos Brancos

Org.: Associação Nacional de Gerontólogos

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

Inscrição prévia obrigatória:

geral@angerontologos.pt

Gratuito

14h30

## Clube de Genealogia

Material necessário: computador portátil ou tablet (o CDI dispensa um computador a quem não dispuser de equipamento e realizar marcação prévia)

*Centro de Documentação (CIEMar-Ílhavo)*

Inscrição prévia:

cdi@cm-ilhavo.pt · 234 092 496

Limitado a 5 participantes

Gratuito

2, 16 e 30<sup>qua</sup>

14h30~16h00

## @BMI – Ferramentas Web para Todos!



Aproveite para esclarecer todas as suas dúvidas relacionadas com os serviços online... traga o seu portátil, tablet ou smartphone.

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

Inscrição prévia obrigatória

Gratuito

4<sup>sex</sup>

21h00

## Sarau Maior Idade

### Festival Cabelos Brancos

*Casa Cultura Ílhavo*

Bilhetes disponíveis na Casa Cultura Ílhavo e na Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

Gratuito

5<sup>sáb</sup>

21h00

## Orfeão Universitário do Porto

### Festival Cabelos Brancos

Org.: Património dos Pobres de Ílhavo

*Casa Cultura Ílhavo*

Bilhetes disponíveis na Casa Cultura Ílhavo e na Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

€7,50 adulto · €5,00 criança

6<sup>dom</sup>

## Eleições Legislativas 2019

10<sup>qui</sup>

21h30 música

### Siricaia



*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré (Convés)*

Gratuito



Gabinete  
Atendimento  
Geral



## ESPAÇO DO CIDADÃO

O Espaço do Cidadão é um ponto de atendimento de mediação que disponibiliza vários serviços de diversas entidades, onde o cidadão beneficia de um atendimento digital assistido que lhe permite conhecer as várias opções disponibilizadas pelos serviços online.

O município é atendido por pessoas formadas e credenciadas, designadas de Mediadores de Atendimento Digital, cuja função é servir melhor o cidadão, proporcionando-lhe um modelo de atendimento mais conveniente, mais rápido e mais próximo.

Mais de 70 serviços num só espaço à sua disposição:

- Cartão de cidadão (Renovação)
- Carta de condução
- Registo criminal
- Porta 65
- Entrega de despesas ADSE
- Pedido da guia de pagamento Imposto Automóvel
- Cartão Europeu de Seguro de Doença
- ... e muitos outros.

## AaM

### Atendimento ao Município

Aqui pode tratar de todos os assuntos da responsabilidade da Câmara Municipal de Ílhavo, nomeadamente processos de obras particulares, liquidação de taxas e licenças, marcação de reuniões técnicas, candidaturas a concursos, contactos de aprovisionamento, entrega de documentação diversa, entre outros.



Existem dois balcões de atendimento da AdRA, onde são tratados todos os assuntos relacionados com os contratos de água e saneamento e liquidação de faturas de água.

**HORÁRIO** 2.ª a 6.ª feira  
09h00-16h00 ABERTO à hora de almoço



Câmara Municipal de **Ílhavo**

**12  
OUT**

sábado

das 16h30  
às 18h30



**saberes  
com  
sabor**

# 5 formas fáceis de aplicar óleos essenciais no seu dia a dia

por **Sara Fernandes**

Os óleos essenciais são a essência aromática das plantas e apresentam inúmeros benefícios para a nossa saúde e bem-estar. Venha saber como escolher e aplicar para beneficiar dos seus efeitos terapêuticos.

**inscrição prévia**  
**obrigatória** lotação limitada  
custo **5€**

**mais informação em**  
biblioteca\_municipal@cm-ilhavo.pt  
tel. 234 321 103



Biblioteca Municipal de **ilhavo**



**ilhavo**  
Câmara Municipal



**11**sex

16h00

## **Debate "Engolir Sapos"**

*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré  
(Convés)*

**12**sáb

10h00~12h00

## **Oficina de Nautimodelismo**

Org.: TEAM – Truques e Engenhocas  
Associação Modelismo

Inscrições:

T 234 329 990 · visitas.mmi@cm-ilhavo.pt

Limitada a 10 participantes

*Museu Marítimo de Ílhavo*

Gratuito

16h30

## **Saberes com Sabor...**

**5 formas fáceis de aplicar óleos  
essenciais no seu dia a dia,  
por Sara Fernandes**

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

Inscrição prévia obrigatória

€5,00

21h30 teatro

## **Engolir Sapos**

**por Amarelo Silvestre**



*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré*

€5,00

Desconto de 20% grupos +10 pessoas,  
seniores +65 anos, jovens até 17 anos,  
Cartão Jovem Municipal e Cartão Família

**13**dom

14h00~18h00

## **Dia Aberto**



*Museu Marítimo de Ílhavo*

*Navio-Museu Santo André*

17h00

## **Conta-me como foi...**

**Espetáculo de Danças de Salão**

Org.: Academia DanceBeat  
(secção do Grupo Etnográfico  
da Gafanha da Nazaré)

*Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré*

€4,00

## **Bebeteca**

para famílias com bebés

(6 meses aos 3 anos)

10h30

sáb 12 **"Na selva: desliza e descobre"**

sáb 19 **"No oceano: desliza e descobre"**

sáb 26 **"Animais pequenos:  
desliza e descobre"**

## **Hora do Conto e Ateliê**

para famílias com crianças (M/4 anos)

16h30

sáb 12 **"Eu quero a minha cabeça!"**

de António Jorge Gonçalves

sáb 19 **"Barriga da baleia"**,

de António Jorge Gonçalves

sáb 26 **"Estás tão crescida"**,

de António Jorge Gonçalves

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

18<sup>sex</sup>

9h30 dança

**Margem**

por **Victor Hugo Pontes**



Casa Cultura Ílhavo

€2,00

Gratuito para as Escolas do Município

19<sup>sáb</sup>

9h00~17h00

## 8.º Seminário Desafios do Mar Português

“Portugal e o Mar:  
um novo regresso”

Museu Marítimo de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória

até 18 de outubro:

ciemar.mmi@cm-ilhavo.pt

Participação gratuita

14h30~16h30

## Dia Aberto no CROACI

Adoção, vacinação e  
identificação eletrónica

Centro de Recolha Oficial de  
Animais de Companhia de Ílhavo  
(junto aos Armazéns Gerais CMI,  
Gafanha de Aquém)

21h30

## Serões da Légua, Serões da Província

Espectáculo de Teatro de Revista,  
pelo GRAL

Org.: Grupo Recreativo Amigos da Légua

Casa N<sup>a</sup> S<sup>a</sup> da Luz, Légua

24<sup>qui</sup>

21h00~23h00

## Comunidade de Leitores

“Crónica de uma morte anunciada”,  
de Gabriel García Márquez



Todos os meses um livro diferente.

Informe-se e participe.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

21h30 música

**Miguel Calhaz**

**CONTRA!**



**Quintas da (In)Certeza**

Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

(Convés)

Gratuito

# Bolsas candidaturas até 18 de outubro de Estudo Ensino Superior 2019/2020

Encontra-se a decorrer, até 18 de outubro, o período de Candidaturas ao Programa Municipal de Bolsas de Estudo do Ensino Superior, promovido pela Câmara Municipal de Ílhavo.

Este programa destina-se a alunos residentes no Município de Ílhavo, com idade não superior a 25 anos, que frequentam o Ensino Superior.

O Regulamento prevê majorações, nomeadamente ao nível das áreas prioritárias de estudo (formação em áreas relativamente às quais o Município esteja mais carenciado), aos agregados familiares monoparentais, ou com elementos portadores de incapacidade, ou com dois ou mais estudantes do ensino superior ou cursos de especialização tecnológica, ou em que ambos os elementos do casal se encontrem desempregados ou ainda aos/às candidatos/as que tenham beneficiado de Bolsa de Estudo no ano letivo anterior, por parte da Câmara Municipal.

A atribuição das Bolsas de Estudo do Ensino Superior far-se-á em 10 prestações mensais (de outubro de 2019 a julho de 2020) no montante de 130,73 euros cada.



Câmara Municipal de **Ílhavo**

**REGULAMENTO E BOLETIM  
DE CANDIDATURA**

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

T 234 329 649

# ilhavo in



Agora que o verão acabou e o outono chegou, recorde que o **Ílhavo IN** continua a realizar os circuitos habituais.

Vale de Ilhavo 2ª e 4ª feira	Presa 3ª feira	Gafanha da Boavista 5ª feira	Gafanha do Carmo 6ª feira	Ílhavo Centro 2ª a 6ª feira
Partida 9.15 Chegada 12.45	Partida 9.09 Chegada 12.51	Partida 9.11 Chegada 12.49	Partida 8.59 Chegada 13.01	Partida 9.30 Chegada 9.51 Partida 12.09 Chegada 12.30



## ÍLHAVO IN TARIFÁRIO

ÍLHAVO PERIFERIA + CENTRO	ÍLHAVO CENTRO
<b>1€</b> por viagem	<b>0,50€</b> por viagem

\*As crianças até aos 3 anos de idade viajam gratuitamente.

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

26 sáb

9h00~12h30 e 13h30~17h00

## EMER em Família

Dirigido às famílias

EMER – Escola Municipal  
de Educação Rodoviária

9h00~13h00

## VI Feira da Saúde “Olhares.Lions”

Org.: Junta de Freguesia de S. Salvador  
Mercado Municipal de Ílhavo

10h30 arquitetura

## Olhar por Dentro com Alice Tavares



Ponto de encontro: Casa Cultura Ílhavo  
(transporte assegurado)  
M/12 · €3,50

14h30

workshop maker

## Presentes criativos

por Maria do Céu Ferreira

Este será um workshop de aprendizagem e inspiração para criar um presente personalizado e original que poderá oferecer neste Natal. Antecipe-se e surpreenda!

Atividade dirigida a adultos e crianças a partir dos 5 anos (até aos 10 anos acompanhadas por um adulto).

*Biblioteca Municipal de Ílhavo*

Inscrição prévia obrigatória



21h30

## 19.º Festival da Canção Vida

Convidado: Tiago Bettencourt



Org.: Grupo de Jovens “A Tulha”

*Casa Cultura Ílhavo*

€5,00

26 e 27 sáb e dom

## Visitas à Bolina

Peça em destaque:

Filtro de água (pág. 27)

26 sáb: 10h30

27 dom: 15h30

Visitas guiadas

*Museu Marítimo de Ílhavo*

27 dom

16h00 música

## Liberum Quartet

Quarteto de saxofones

Festivais de Outono '19

*Museu Marítimo Ílhavo*

Gratuito

# Milha

*Festa da Música  
e dos Músicos de Ílhavo*

*31 out - 3 nov Ílhavo e Gafanha da Nazaré*



**23MILHAS**



**Ílhavo**  
Câmara Municipal

## 31 OUTUBRO QUI

21h00

**Diogo Riço**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

21h30

**Heróis do Mar**

ESPETÁCULO

*Casa Cultura Ílhavo*

23h00

**Patinho Feio**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

21h00

**Clandestino**

CONCERTO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

21h30

**Storzando**

ESPETÁCULO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

23h00

**Coletivo Hip-Hop**

CONCERTO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

21h00

**Henrique Vilão**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

21h30

**Dito por não dito**

ESPETÁCULO

*Casa Cultura Ílhavo*

23h00

**Ângulo Morto**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

24h00

**Os Três Farrapos**

FESTA

*Casa Cultura Ílhavo*

## 1 NOVEMBRO SEX

10h00

**Formação Criação**

por ondamarela

FORMAÇÃO

*Laboratório Artes*

*Teatro Vista Alegre*

16h00

**Escola de Música CODA**

CONCERTO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

17h00

**Simplii Jetzt**

CONCERTO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

18h00

**La Palisse**

CONCERTO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

## 2 NOVEMBRO SÁB

10h00

**Formação**

**Agenciamento**

por Márcio Laranjeira

FORMAÇÃO

*Laboratório Artes*

*Teatro Vista Alegre*

16h00

**Escola de Música Arte  
e Som**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

17h00

**mema.**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

18h00

**Quiné Teles**

CONCERTO

*Casa Cultura Ílhavo*

## 3 NOVEMBRO DOM

16h00

**Boa Nova**

CONCERTO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

17h00

**mo(v)mentos**

ESPETÁCULO

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

18h00

**Baile de Encerramento**


BAILE

*Fábrica Ideias*

*Gafanha da Nazaré*

[www.23milhas.cm-ilhavo.pt](http://www.23milhas.cm-ilhavo.pt)

T 234 397 260

 23 Milhas - Ílhavo

28<sup>seg</sup>

9h30

## Tomarias Tu Ser Velho

"Ser Velho é Mau?"



Centro Escolar da Coutada

14h00

## Reflexão e Decisão da Programação dos Maiores no Ano 2019/2020

Fórum Municipal da Maior Idade

30<sup>qua</sup>

14h30

workshop maker

## Maker Sénior



Atividade dirigida a seniores (IPSS)  
*Biblioteca Municipal de Ílhavo*  
Inscrição prévia obrigatória

# novembro

31 a 3 qui a dom

## Milha - Festa da Música e dos Músicos de Ílhavo

Casa Cultura Ílhavo  
Laboratório Artes Teatro Vista Alegre  
Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

8 a 17 sex a dom

## Festival Gastronomia de Bordo

Territórios com História: O Mar,  
as Pescas e as Comunidades  
Restaurantes aderentes do município

15 e 16 sex e sáb

## Dia Nacional do Mar

Museu Marítimo de Ílhavo

# Desafios do Mar Por tuês

outubro  
19 sáb

Portugal e o Mar: um novo regresso

14:00

Painel III

Literatura e  
Cultura Marítima

~ A produção ideológica do  
maritimismo no Estado novo

Álvaro Garrido (FEUC)

Mesa Redonda:

“A obra de Santareno no património  
cultural português”

Álvaro Garrido

Ana Paula Medeiros

Vicente Batalha

Artur Ribeiro

Debate

Visita à exposição temporária  
“O Sonho do Mar”,  
de Maria Gabriel

16:00

Painel III

09:30



## Abertura

~ **Fernando Caçoilo**

Presidente da Câmara Municipal de Ilhavo

~ **Álvaro Garrido**

Consultor do Museu Marítimo de Ilhavo

10:00

~ **The cultural and social importance of the Oceans**

John Brannigan (University College Dublin)

11:00

## Painel I

**Mar, Descobrimentos e Globalização**

~ **Mar: um designio português**

Ana Paula Avelar (CHAM-FCSH/NOVA & UAb)

~ **O papel da náutica nos**

**Descobrimentos**

José Manuel Mathão Pereira (CIUHCT)

~ **As novas cidades portuárias**

**e a primeira globalização**

Ana Catarina García (CHAM - FCSH/NOVA/UAC)

Debate

**Pausa para almoço**

## O Regresso ao Mar

~ **Oceano profundo:**

**a nova fronteira do desconhecido**

Luís Menezes Pinheiro (CESAM – Universidade de Aveiro)

~ **A Indústria 4.0 no meio marinho**

Filipa Saldanha (Fundação Calouste Gulbenkian)

Debate

17:00

~ **Inauguração da exposição temporária**

**“Ode ao 31 de janeiro”**

de Luís Pavão

~ **Lançamento da “Argos 07”**

Revista do Museu Marítimo de Ilhavo

~ **Lançamento de “O Lugar”**

de Bernardo Santareno.

Edição da E-Primatur

**Encerramento**



**ilhavo**  
Câmara Municipal

**informações e inscrições**

T 234 092 496

ciemar.mmi@cm-ilhavo.pt

1<sup>ter</sup>

## Início do Programa de Iniciação à Natação

Dirigido às crianças dos Jardins de Infância públicos, privados e IPSS



Piscinas Municipais de  lhavo e da Gafanha da Nazaré

5 sáb

15h00

### SC Vista Alegre – Mansores

1.  Div. AFAveiro Futebol  
Complexo Desportivo  
Vista Alegre

15h00

### GD Gafanha – Sertanence FC

Camp. Nac. 2.  Div. Futebol (sub 19)  
Complexo Desportivo  
Gafanha da Nazaré n.  2

12 sáb

15h00

### GD Gafanha – SC Beira-Mar

Camp. Nac. 2.  Div. Futebol (sub 19)  
Complexo Desportivo  
Gafanha da Nazaré n.  2

18h00

### Illium Clube

- Terceira Basket Club  
Camp. Liga Placard Basquetebol  
Pav. Municipal  
Cap. Adriano Nordeste

18h30

### GD Gafanha

- Acad mica/Efapel "B"  
Camp. Nacional 2.  Div. Basquetebol  
Pav. Desportivo Gafanha da Nazaré

21h00

### GD Gafanha – GICA

Camp. Nacional 2.  Div. Fem  
Pav. Desportivo Gafanha da Nazaré

13 dom

Todo o dia

## 33.  Concurso Nacional de Pesca Desportiva de Mar

Surf Casting  
Org.: A.C.D. "Os  lhavos"  
Praia da Costa Nova

15h00

### GD Gafanha

- CF U Lamas Forma o  
Camp. SABSEG Futebol  
Complexo Desportivo  
Gafanha da Nazaré

Portos e Pesca

19 sáb

16h00

**GD Gafanha – GTEAM Guimarães**

Taça de Portugal - 1.ª eliminatória Futsal Fem.

*Pavilhão Desportivo*

*Gafanha da Nazaré*

18h30

**GD Beira Ria – FC Mozelos**

Camp. Grande Hotel do Luso Futsal

*Pav. Desportivo Gafanha do Carmo*

20 dom

15h00

**SC Vista Alegre – Macieirense**

1.ª Div. AF Aveiro Futebol

*Complexo Desportivo Vista Alegre*

26 sáb

15h00

**GD Gafanha**

**– Associação Naval 1893**

Camp. Nac. 2.ª Div. Futebol (sub 19)

*Complexo Desportivo*

*Gafanha da Nazaré n.º 2*

18h00

**Illium Club – Ovarense**

Camp. Liga Placard Basquetebol

*Pav. Municipal Cap. Adriano*

*Nordeste*

27 dom

15h00

**GD Gafanha – CD Estarreja**

Camp. SABSEG Futebol

*Complexo Desportivo*

*Gafanha da Nazaré*

- 
- Natação para Bébes
  - Aprendizagem e aperfeiçoamento (crianças, jovens e adultos)
  - Hidroginástica
  - Hidrobike
  - Hidropilates
  - Polo aquático
  - Hidroterapia
  - Natação adaptada
  - Regime livre
  - Natação para grupos (jardins de Infância e Atl)
  - Hidroginástica e natação (maior Idade)



Farol [s/d].  
Imagem cedida pelo Museu Marítimo de Ilhavo.  
Coleção Chio Pó-Pó.  
PT/CDILH/IMG/CPF/0861

## Farol da Barra



Farol [s/d].  
Imagem cedida pelo Museu Marítimo de Ilhavo.  
Coleção João David Cálão  
PT/CDILH/IMG/JDC/C-3-01

tesouros  
sornoset

# documentais

As imagens são fontes sensoriais que têm o poder de imortalizar a memória humana. Caso disponha de fotografias do município que considere importantes para o enriquecimento do património iconográfico da terra, pode depositar, doar ou simplesmente ceder as imagens digitais à Câmara Municipal de Ílhavo, através do Centro de Documentação, que fará o respetivo tratamento e a sua divulgação.



CENTRO  
DOCUMENTAÇÃO  
ÍLHAVO



Construção do farol [ca. 1885-93].  
Imagem cedida pelo Museu Marítimo de Ílhavo.  
Coleção António Bizarro.  
PT/CDILH/IMG/ARB/C-4-016



Farol [s/d].  
Imagem cedida pelo Museu Marítimo de Ílhavo.  
Coleção Chio-Pó-Pó.  
PT/CDILH/IMG/CPP/0863



Farol  
Imagem cedida pelo Museu Marítimo de Ílhavo.  
Coleção Rocha Madahil.  
PT/CDILH/IMG/RM/3006

Informações:  
T 234 092 496  
cdi@cm-ilhavo.pt



# Eco-Restaurante

## Villa Madrid

Com cerca de 15 anos, o Villa Madrid é um acolhedor restaurante situado no centro da Cidade de Ílhavo, onde são servidas as especialidades da casa: bacalhau confeccionado de diversas formas e parrilhadas.

O Villa Madrid foi um dos primeiros Restaurantes a aderir à campanha de certificação ambiental das boas práticas de gestão dos resíduos, na altura (2008) com a campanha "pratos limpos".

Tornou-se num Eco-Restaurante, certificado por aquela campanha, em junho de 2009, tendo logo nesse ano merecido a distinção de 4 Estrelas pela forma como já promovia as boas práticas ambientais na gestão dos resíduos.

Atualmente, é um dos nossos Eco-Restaurantes 4 Estrelas, tendo inclusive merecido já a "certificação vitalícia" pela forma como tornou rotina diária a boa gestão dos resíduos sólidos urbanos resultantes das suas atividades.



### Especialidades:

- . Bacalhau à Lagareiro
- . Parrilha Argentina
- . Bacalhau à Casa
- . Mar e Terra



Av. 25 de Abril, 122  
3830-044 Ílhavo  
Tel.: 234 323 350  
E-mail: villamadridlda@gmail.com  
GPS: 40°36'09.9"N 8°40'11.3"W  
Google Maps: 40.602750,  
-8.669815



11h00~15h30  
18h30~23h00  
Fechado domingo à noite



140 lugares



Diária: €7,00  
Preço médio: €13,00



## O que é o Pescoço de Texto ou “Text Neck”?

O termo “pescoço de texto” pode ser descrito como uma lesão por esforço repetido e dor, decorrente da postura por longos períodos de tempo na observação de dispositivos móveis, como telemóveis, smartphones ou outros, sendo mais comum na geração atual de crianças e jovens. Com a postura de “pescoço de texto”, o peso exercido sobre a coluna cervical aumenta gradualmente ao inclinar a cabeça para a frente e para baixo, em diferentes graus. Ao realizar a flexão da cabeça a 15 graus, a força exercida sobre a coluna aumenta para cerca de 12 quilos; a 30 graus de flexão, a coluna passa a suportar 18 quilos e a 60 graus, aproximadamente 27 quilos, o equivalente ao peso de uma criança de 8 anos ou 6 bolas de bowling.

Os especialistas referem que são cada vez mais frequentes os casos de “pescoço de texto”, muitas vezes responsáveis por queixas de dores de cabeça, ligadas a tensões musculares na nuca e no pescoço. Estas tensões são provocadas pelo tempo de inclinação e sustentação de uma postura inadequada, mantidas por um longo período de tempo ao visualizar os ecrãs dos dispositivos móveis. Ao utilizar os dispositivos, as crianças e jovens estão posicionadas de forma incorreta sobre cadeiras, poltronas e sofás, podendo desencadear problemas na coluna e referir queixas frequentes de dores no pescoço, ombros e costas.

É essencial estar atento à postura adquirida durante o uso destes dispositivos. É recomendado que durante o seu manuseamento sejam utilizadas ambas as mãos, devendo o dispositivo estar a uma altura adequada para não permitir a flexão acentuada da coluna, pode recorrer a algumas estratégias, por exemplo, utilizar cadeiras com apoio de braços. Para além disso, a prática diária de atividade física, durante pelo menos 60 minutos, é de extrema importância para reverter o impacto e as repercussões que o uso excessivo destas novas tecnologias pode provocar nas crianças e jovens, tanto em aspetos biológicos, como psicológicos e comportamentais.





**adoção**

-

**vacinação**

-

**identificação  
eletrónica**

preços de campanha  
vacina antirrábica 5€  
microchip 13€  
boletim 1€

# dia aberto

# 19 out

das 14h30 às 16h30



**CROACI**

Centro de Recolha Oficial  
de Animais de Companhia de Ílhavo



Câmara Municipal de **ilhavo**

## Pataniscas da Eva

### Preparação:

Coza o bacalhau em água, escorra e desfie em lascas, retirando a pele e as espinhas. Misture com a cebola e a salsa picadas. Misture a farinha e os ovos, junte o leite aos poucos, mexendo sempre e adicione o preparado de bacalhau. Tempere a gosto. Aqueça bem o óleo e frite aos poucos, às colheradas, até dourar dos dois lados. Deixe escorrer bem em papel absorvente e sirva ainda quente e estaladicho.

Bom apetite!

### Ingredientes:

- 250 g bacalhau
- 4 ovos
- 1 chávena de leite
- 1 chávena de farinha
- 1/2 cebola
- 3 dentes de alho
- Sal qb
- Pimenta branca qb
- Salsa qb







# Filtro de água

Filtro de água por gravidade, de forma cilíndrica em cerâmica vidrada fabricada em Inglaterra, é constituído por tampa, depósito amovível e caldeira. A tampa apresenta-se em forma de campânula, com aba e aro de encaixe, que na parte superior possui três orifícios e pega em forma de botão achatado. O depósito amovível (filtro), de forma cilíndrica, é constituído por uma aba que encaixa na parte superior da caldeira ficando suspenso; no interior tem duas pequenas pegas que servem para retirar o filtro, visto que, ao centro encontra-se o diatomito (peça porosa que filtra a água). A caldeira tem duas asas laterais ornamentadas e junto à base, na zona frontal, apresenta uma torneira com manípulo, por onde era servida a água.

**A peça foi doada ao museu pela Empresa Parceria Geral de Pescarias, em 1992.**



Conheça melhor estas peças nas Visitas à Bolina  
(26 e 27 de outubro).

		Preia-mar - altura				Baixa-mar - altura			
<b>1</b>	ter	04.38	3.5	17.01	3.6	10.20	.4	22.46	.5
<b>2</b>	qua	05.21	3.4	17.45	3.3	11.04	.6	23.29	.8
<b>3</b>	qui	06.06	3.2	18.32	3.1	11.52	.8	-	-
<b>4</b>	sex	06.54	3.0	19.26	2.8	00.16	1.0	12.46	1.1
<b>5</b>	sáb 	07.53	2.8	20.36	2.6	01.11	1.3	13.54	1.3
<b>6</b>	dom	09.09	2.6	22.03	2.5	02.25	1.5	15.22	1.4
<b>7</b>	seg	10.31	2.6	23.23	2.5	03.55	1.5	16.52	1.4
<b>8</b>	ter	11.41	2.7	-	-	05.14	1.5	17.58	1.3
<b>9</b>	qua	00.21	2.6	12.34	2.9	06.10	1.3	18.43	1.1
<b>10</b>	qui	01.05	2.8	13.16	3.0	06.51	1.2	19.17	1.0
<b>11</b>	sex	01.41	2.9	13.53	3.1	07.26	1.0	19.47	.9
<b>12</b>	sáb	02.13	3.0	14.26	3.2	07.57	.9	20.16	.8
<b>13</b>	dom 	02.44	3.1	14.57	3.2	08.27	.8	20.45	.7
<b>14</b>	seg	03.14	3.2	15.28	3.2	08.58	.8	21.14	.7
<b>15</b>	ter	03.44	3.2	15.59	3.2	09.29	.8	21.44	.7
<b>16</b>	qua	04.15	3.2	16.31	3.2	10.00	.8	22.15	.8
<b>17</b>	qui	04.47	3.2	17.05	3.1	10.34	.9	22.48	.9
<b>18</b>	sex	05.21	3.1	17.42	3.0	11.10	.9	23.24	1.0
<b>19</b>	sáb	06.00	3.0	18.27	2.8	11.54	1.1	-	-
<b>20</b>	dom	06.49	2.8	19.24	2.7	00.10	1.2	12.52	1.2
<b>21</b>	seg 	07.53	2.7	20.46	2.6	01.13	1.4	14.12	1.3
<b>22</b>	ter	09.20	2.7	22.20	2.6	02.41	1.4	15.42	1.3
<b>23</b>	qua	10.47	2.8	23.34	2.8	04.09	1.4	16.58	1.1
<b>24</b>	qui	11.54	3.0	-	-	05.19	1.2	17.59	.9
<b>25</b>	sex	00.32	3.0	12.50	3.3	06.16	.9	18.50	.6
<b>26</b>	sáb	01.21	3.3	13.40	3.5	07.05	.7	19.35	.8
<b>27</b>	dom	02.07	3.4	14.27	3.6	07.51	.5	20.18	.4
<b>28</b>	seg 	02.50	3.5	15.11	3.6	08.34	.4	20.59	.4
<b>29</b>	ter	03.33	3.5	15.55	3.6	09.17	.4	21.40	.4
<b>30</b>	qua	04.15	3.5	16.38	3.4	10.00	.5	22.21	.6
<b>31</b>	qui	04.57	3.4	17.21	3.2	10.44	.6	23.03	.8

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 consultar [www.hidrografico.pt](http://www.hidrografico.pt)

-  Lua Nova
-  Quarto Crescente
-  Lua cheia
-  Quarto Minguante

dom	6	13	20	27
	Morais Santos*	Diniz Gomes	Branco Senos *	Moderna
seg	7	14	21	28
	Ançã Castro Moderna*	Morais Santos*	Diniz Gomes	Branco Senos *
ter	1	8	15	22
	Ribau Diniz Gomes*	Senos	Ançã Castro Moderna*	Morais Santos*
qua	2	9	16	23
	Santos	Ribau Diniz Gomes*	Senos	Ançã Castro Moderna*
qui	3	10	17	24
	Moderna	Santos	Ribau Diniz Gomes*	Senos
sex	4	11	18	25
	Branco Senos *	Moderna	Santos	Ribau Diniz Gomes*
sáb	5	12	19	26
	Diniz Gomes	Branco Senos *	Moderna	Santos

Fonte: ARS Centro

\*disponibilidade até às 22 horas



### 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

farmácias


## **Câmara Municipal de Ílhavo**

T 234 329 600

F 234 329 601

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

[geralcmi@cm-ilhavo.pt](mailto:geralcmi@cm-ilhavo.pt)

 Município de Ílhavo

**Gabinete de Apoio**

**Presidência e Vereação**

T 234 329 602

## **SECRETARIA**

**Obras Particulares**

T 234 329 603

**Administração Geral**

T 234 329 604

**Serviços Urbanos**


**(Armazéns Gerais)**

T 234 329 605

## **Fórum Municipal da Maior Idade**

T 234 085 479

[maioridade@cm-ilhavo.pt](mailto:maioridade@cm-ilhavo.pt)

 Maiores Idade - Município de Ílhavo


## **Biblioteca Municipal de Ílhavo**

T 234 321 103

H 3.ª feira a sábado 10h00~18h30

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

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

 bibliotecamunicipaldeilhavo

## **Polos de Leitura**

» Gafanha da Nazaré

T 234 199 077

H 2.ª a 6.ª feira 10h30~12h30 e 13h30~18h30

» Gafanha do Carmo

T 234 398 009

H 3.ª feira a 6.ª feira 14h00~18h00

## **23 Milhas**

**Casa Cultura Ílhavo**

T 234 397 260

H 3.ª feira a 6.ª feira 11h00~18h00

sábado 14h00~19h00

**Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré**

T 234 397 263


H 3.ª feira a sábado 14h00~19h00

**Cais Criativo Costa Nova**

**Laboratório Artes Teatro Vista Alegre**

[www.23milhas.cm-ilhavo.pt](http://www.23milhas.cm-ilhavo.pt)

[23milhas@cm-ilhavo.pt](mailto:23milhas@cm-ilhavo.pt)

 23 Milhas - Ílhavo

## **EMER**

Escola Municipal de Educação Rodoviária

T 234 363 980

## **Centro de Documentação de Ílhavo**

T 234 092 496 · [cdi@cm-ilhavo.pt](mailto:cdi@cm-ilhavo.pt)

H 2.ª a 6.ª feira 09h00~17h00

## **CIEMar - Ílhavo**

Centro de Investigação

e Empreendedorismo

T 234 092 496

## **Atendimento Presidente e Vereadores**

Marcação prévia (T 234 329 602)

» **Presidente Fernando Caçoilo:**

4.ª feira 14h30~19h00

» **Vice-Presidente Marcos Ré:**

3.ª feira 15h00~18h00

» **Vereadora Fátima Teles:**

6.ª feira 14h30~19h00

» **Vereador Tiago Lourenço:**

3.xsª feira 09h00~12h30

## **Atendimento Vereadores sem Pelouros**

Primeiras e terceiras 3.ª feiras:

11h00~12h00

Marcação prévia (T 234 329 602)

» **Vereador Eduardo Conde**

» **Vereador Sérgio Lopes**

» **Vereadora Sara Pinho**

## **SMIC**

Serviço Municipal de

Informação ao Consumidor

T 234 329 600 · [edc@cm-ilhavo.pt](mailto:edc@cm-ilhavo.pt)

## **GAEMI**

Gabinete de Apoio ao Emigrante

T +351 234 329 600 · [edc@cm-ilhavo.pt](mailto:edc@cm-ilhavo.pt)

## **SEMI**

Serviço Educativo Municipal de Ílhavo

T 234 329 633 · [semi@cm-ilhavo.pt](mailto:semi@cm-ilhavo.pt)

## **Ecocentro Centro de Educação Ambiental**

T 927 405 880

H 3.ª a sábado 08h00~13h00  
· 14h00~17h00

## **Recolha de Monos**

T 234 325 549

## **SAFE**

Serviço de Apoio à Formação  
e ao Emprego da CMI  
T 234 092 496 · safe@cm-ilhavo.pt

## **CPCJ**

Comissão de Proteção de  
Crianças e Jovens de Ílhavo  
T 234 329 632

## **CROACI**

Centro de Recolha Oficial de  
Animais de Companhia de Ílhavo  
T 234 329 605

## **Piscinas Municipais Ílhavo**

T 234 329 607

## **Gafanha da Nazaré**

T 234 363 080

H 2.ª a 6.ª feira 08h30~21h30  
sábado 09h45~12h30 e 15h00~19h00

## **Vale de Ílhavo (Descoberta)**

T 234 324 819

## **Juntas de Freguesia**

### **São Salvador**

T 234 321 725

### **Gafanha da Nazaré**

T 234 361 520

### **Gafanha da Encarnação**

T 234 360 928

### **Gafanha do Carmo**

T 234 391 131

## **Serviço Municipal de Proteção Civil**

T 234 329 605

## **Bombeiros Voluntários de Ílhavo**

T 234 330 000

T 234 330 005

## **Postos G.N.R.**

**São Salvador** T 234 330 010

**Gafanha da Nazaré** T 234 393 070

## **Casa Gafanhoe – Museu Municipal Gafanha da Nazaré**

Aberta às quartas-feiras 14h00~17h00  
T 916 926 801

H visita de grupos por marcação prévia

## **Museu Etnográfico do Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo**

T 234 322 948/964 312 742

H visita por marcação prévia

## **Museu Marítimo de Ílhavo - MMI Navio-Museu Santo André - NMSA (Polo)**

T 234 329 990

H MMI 3.ª feira a sábado 10h00~18h00  
domingo 14h00~18h00

H NMSA 3.ª a 6.ª feira 10h00~18h00  
sábado e domingo 14h00~18h00  
www.museumaritimomcm-ilhavo.pt  
museuilhavo@cm-ilhavo.pt

 Museu Marítimo de Ílhavo

## **Museu Vista Alegre**

T 234 320 628

H 2.ª a domingo 10h00~19h00  
museu@vistaalegre.com

## **Saúde Ílhavo**

USF Leme T 234 325080

USF Costa de Prata T 234 325670

## **Gafanha da Nazaré**

USF Atlântico Norte T 234 390950

USF Beira Ria (inclui Costa Nova) T 234 393150

## **Gafanha da Encarnação**

UCSP T 234 361902

## **Gafanha do Carmo**

UCSP T 234 361968

## **Parques de Campismo**

**Costa Nova** T 234 393 220

**Gafanha da Nazaré** T 234 366 565

**Praia da Barra** T 234 369 425

## **Postos de Turismo**

**Ílhavo** (Av. 25 de Abril)

T 234 325 911

### **Praia da Barra**

(Rua Comandante Azevedo e Silva)

T 234 396 212

**Praia da Costa Nova** (Av. José Estevão)

T 234 369 560



# uloboro



Câmara Municipal de **ilhavo**