

março
2022

#275

Município

AGENDA



ilhavo
Câmara Municipal

1 TER

**Dia Internacional
da Proteção Civil**

4 A 6
SEX A DOM

PALHETA
Robertos e Marionetas
Ílhavo
Gafanha da Nazaré

24 A 27
QUI A DOM

**Festa do Pão
de Vale de Ílhavo**
Jardim Henriqueta Maia
Sede da ACR "Os Baldas"

26 SÁB

CELEBRAÇÃO
**Dia Mundial
da Água**
Museu Marítimo de Ílhavo

30 QUA

SAFA-TE!
**Feira de Emprego
e Formação**
Casa Cultura Ílhavo

editorial



Começamos o mês de março com o Dia Internacional da Proteção Civil (1 de março), uma data que sensibiliza a comunidade para a importância da proteção civil, nomeadamente para a prevenção e para a coordenação de esforços em caso de emergência e calamidade.

O Palheta, Festival de Robertos e Marionetas, regressa de 4 a 6 de março aos vários espaços culturais do 23 Milhas.

De 24 a 27 de março, iremos homenagear o Pão de Vale de Ílhavo numa edição com muitas novidades, em que os protagonistas são as nossas padeiras e os nossos padeiros, que diariamente fabricam o tradicional pão, mas também os famosos Folares (bolo doce) e a broa, tão procurados especialmente na Páscoa.

Um especial destaque para o Dia Mundial da Água (22 de março) que será assinalado no Museu Marítimo de Ílhavo, com diversas ações de sensibilização para a importância poupança da água.

No dia 30 de março, a Feira de Emprego e Formação do Município de Ílhavo irá promover o apoio à capacitação e à motivação dos que procuram emprego.

Juntos estamos a construir um melhor Município para todos!

João António Filipe Campolargo

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

ao longo do mês...

“Se esta rua fosse minha”

quartas 11:30

Programa na Rádio Terra Nova (105.0 FM).
História e memórias da comunidade
sobre as ruas do Município de Ílhavo.
Disponível no Centro de Documentação de Ílhavo.
Facebook: centrodocumentacaodeilhavo

"Ao som das histórias"

quartas 18:35 · sábados 9:45

Programa na Rádio Terra Nova (105.0 FM).
Todas as histórias disponíveis
na Biblioteca Municipal de Ílhavo.
Facebook: bibliotecamunicipaldeilhavo

Vamos à BMI...

com a magia do pirilampo!

Visita à Biblioteca e Hora do Conto

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt



“Se eu fosse um livro...”

terça a sábado – todo o dia

Mural interativo post-it inspirado
no livro de José Jorge Letria
Destinatários: público em geral

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Bebeteca

10:30

da coleção “A Festa das Estações”

sáb 5 “**Bem-vindo, Verão!**”

sáb 12 “**Bem-vindo, Outono!**”

sáb 19 “**Bem-vindo, Inverno!**”

sáb 26 “**Bem-vinda, Primavera!**”

Destinatários: bebés dos 6 meses aos 3 anos
acompanhados por um adulto

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Hora do Conto

16:30

sáb 5 “**Tenho em casa um passarinho**”,

de José Jorge Letria e Catarina Cardoso

sáb 12 “**Zé Pimpão, o «Acelera»**”,

de José Jorge Letria e André Letria

sáb 19 “**Tenho em casa um gatinho**”,

de José Jorge Letria e Catarina Cardoso

Público-alvo: crianças a partir dos 4 anos

acompanhadas por um adulto

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

EXCLUSIVO



Biblioteca Municipal de Ílhavo

18:30

Bebeteca

qua 9 “**GRRR, brame o crocodilo!**”,

da coleção “É esta a minha cauda?”

Hora do Conto

qua 23 “**Franklin e Luna vão à Lua**”,

de Jen Campbel e Katie Harnett

Dinamizadas também em Língua Gestual Portuguesa,
em parceria com o Agrupamento de Escolas de Ílhavo.



“Bota-Abaixo”

Exposição temporária

“A memória e a tradição

da construção naval em madeira

nos municípios de Ílhavo, Murtosa e Peniche”

Inauguração a 26 de março.

Patente até 8 de maio.

Museu Marítimo de Ílhavo



“Atlântico”

**Exposição de Fotografia documental
da autoria de Hélder Luís.**

Patente até 13 de março.

Museu Marítimo de Ílhavo

“À descoberta de... José Jorge Letria”



Exposição dos trabalhos realizados
pelos alunos do Pré-escolar
ao Ensino Secundário do Município de Ílhavo.
Patente até 23 de abril.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

“Peixografia”

**Exposição da campanha da pesca tradicional
do bacalhau ao largo de Ålesund,
Noruega, de Vasco Pinhol.**

Patente até 29 de maio.

Museu Marítimo de Ílhavo

“Centenário

D. Júlio Tavares Rebimbas”

Exposição

Patente até 15 de agosto.

Centro de Religiosidade Marítima

1 TER

Dia Internacional da Proteção Civil

quarta 2 "Plano de segurança
14:00 - prevenção e emergência"

Ação de formação

Destinatários: comunidade sénior

Laboratório do Envelhecimento

segunda e sexta "Nós e os Riscos"
14 e 25

Ações de sensibilização nas Escolas

Destinatários: alunos dos 1.º e 4.º anos

Escolas do Município de Ílhavo

2 A 11
QUA A SEX

17:00

História do dia... À Letria!

Destinatários: crianças a partir dos 2 anos acompanhadas por um adulto.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória:

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

2 QUA

14:30

Clube de Genealogia

limitada a 5 participantes.

Material necessário: computador portátil ou tablet

Centro de Documentação de Ílhavo

inscrição prévia obrigatória:

cdi@cm-ilhavo.pt ou 234 092 496

3 QUI

15:00

Reunião Pública do Executivo Municipal

Audição do público a partir das 16:30

Biblioteca Municipal de Ílhavo

TERÇAS

14:30

Costura Criativa e fotografia

Linhas de Arte Nova

Registo fotográfico de edifícios de Arte Nova do Município, que serão replicadas em diferentes materiais.
Destinatários: comunidade sénior

QUINTAS E SEXTAS

10:30

Estimulação Cognitiva

“Treino cognitivo para exercitar o cérebro”

pelo Instituto Superior de Ciências da Informação e Administração (ISCIA)

Destinatários: comunidade sénior

Laboratório do Envelhecimento

SEXTAS

4 E 18

14:30

Cuidar na Demência

pela Unidade Cuidados na Comunidade Laços Mar e Ria | Associação de Apoio a Cuidadores de Pessoas Dependentes

Destinatários: cuidadores

Laboratório do Envelhecimento

SEGUNDAS

14, 21 E 28

14:30

Prevenção de quedas

Unidade de Cuidados

na Comunidade Laços Mar e Ria

Identificação dos principais fatores de risco das quedas, medidas preventivas e dispositivos de contenção mais adequados

Destinatários: cuidadores e comunidade sénior

Laboratório do Envelhecimento

4 SEX

14:30-16:00

"Desinformação e Fake News"

**Sessão Municipal integrada
no Parlamento dos Jovens**

Destinatários: Deputados eleitos dos três Agrupamentos das Escolas do Município de Ílhavo que irão representar a Escola na Sessão Distrital.

Salão Nobre dos Paços do Município

4 A 6
SEX A DOM

PALHETA

Robertos e Marionetas

Ílhavo e Gafanha da Nazaré

Programa completo em

www.23milhas.pt/edicao/palheta-2022

5 SÁB

08:00-13:00

CRIAI e Mercado da Terra

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador

Mercado Municipal de Ílhavo

7 A 11
SEG A SEX

Semana da Leitura 2022 - PNL

Ler Sempre. Ler em qualquer lugar.

Diversas atividades de promoção do Livro e da Leitura nos estabelecimentos escolares dos 3 Agrupamentos do Município de Ílhavo e na Biblioteca Municipal.

www.pnl2027.gov.pt

Ao longo do dia

À descoberta de... José Jorge Letria

Semana inaugural da Exposição dos trabalhos realizados pelos alunos do Pré-escolar ao Ensino Secundário do Município de Ílhavo.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

4 MAR
SEX

21:30

Fronteiras

TEATRO DE MARIONETAS

Ílhavo

22:30

Dura Dita Dura

TEATRO DE MARIONETAS

Casa Cultura

Ílhavo

5 MAR
SÁB

10:00

Oficina Meias Monstras

FORMAÇÃO

Fábrica Ideias

Gafanha Nazaré

15:00

Teatro Dom Roberto

TEATRO DE MARIONETAS

Fábrica Ideias

Gafanha Nazaré

15:30

O Meu Avô Consegue Voar

TEATRO DE MARIONETAS

Fábrica Ideias

Gafanha Nazaré

21:30

Teatro Dom Roberto

TEATRO DE MARIONETAS

Fábrica Ideias

Gafanha Nazaré

22:00

Os Sonhos de Tom

TEATRO DE MARIONETAS

Fábrica Ideias

Gafanha da Nazaré

6 MAR
DOM

10:00 + 11:00

Ninho

TEATRO DE MARIONETAS

Cais Criativo

Costa Nova

15:00

Alfredo o colecionador de Borboletas

TEATRO DE MARIONETAS

Laboratório Artes

Teatro Vista Alegre

16:00

Teatro Dom Roberto

TEATRO DE MARIONETAS

Laboratório Artes

Teatro Vista Alegre



23 MILHAS



ilhavo
Câmara Municipal

18:00

Páginas de Vida

Cada pessoa representa uma história.
Venha fazer parte de um livro vivo
e contar a história do seu passado.

Laboratório do Envelhecimento

Inscrição prévia obrigatória: maioridade@cm-ilhavo.pt

DESPORTO

5 SÁB

18:30

GD Beira-Ria CS São João

Urgicentro
Campeonato Nacional
Futsal Masculino
- III Divisão
(Fase da Subida)
Pavilhão Desportivo
Gafanha do Carmo

18:30

GDG Basquetebol NCR Valongo

Campeonato Nacional
II Divisão Seniores
Masculinos (2.ª fase -
Grupo Norte A3)
Pavilhão Desportivo
da Gafanha da Nazaré

ACD “Os Ílhavos”

Atletismo
S. Silvestre da Cidade
de Espinho
Espinho
Secção de Atletismo
Torneio Tiago Sá (Pista)
Lourosa

6 DOM

15:00

SC Vista Alegre FC Pampilhosa

Campeonato Distrital
Sabseg (2.ª fase -
Manutenção / Zona Sul)
Campo Municipal
da Vista Alegre

12 SÁB

18:00

GD Gafanha CRC Quinta Lombos B

Campeonato Nacional
Futsal Feminino
- II Divisão
(fase Manutenção)
Pavilhão Escola Secundária
Gafanha da Nazaré

18:00

Illiabum Benfica

Liga Betclíc Seniores
Masculinos
Pavilhão Municipal
Capitão Adriano Nordeste

18:30

GDG Basquetebol AD Vagos

Campeonato Nacional
II Divisão Seniores
Masculinos (2.ª fase
- Grupo Norte A3)
Pavilhão Desportivo
da Gafanha da Nazaré

13 DOM

18:00

Illiabum Sub23 Basquete Barcelos

Campeonato Nacional
I Divisão Seniores
Masculinos (grupo
promoção Norte 4)
Pavilhão Municipal
Capitão Adriano Nordeste

ACD “Os Ílhavos”

Atletismo
Campeonato Distrital
de Lançamentos
Longos e Km Jovem
Distrital
Vagos

11 SEX



10:30

História encenada
de José Jorge Letria
por Cláudia Stattmiller

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória
biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

12 SAB



15:00

Caminhada

Dia Internacional da Mulher

Org.: Grupo de Jovens "A Tulha"

Concentração junto à sede da Associação



21:30 Teatro

O Inesquecível Professor

por Pedro Gil

Casa Cultura Ílhavo

120' · M/12

6,00€ com descontos

13 DOM

07:30 ~13:00

Feira dos 13

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador
Vista Alegre

09:00-13:00

Dádiva de Sangue - recolha pela ADASMA

Apoio: Câmara Municipal de Ílhavo

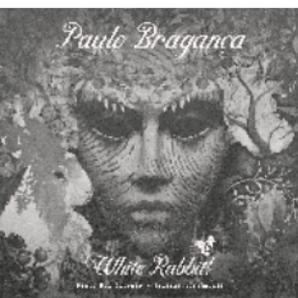
Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

14:00-18:00

Dia Aberto

Museu Marítimo de Ílhavo

Centro de Religiosidade Marítima



16:00 Música

Paulo Bragança Ciclo "Acorda à tarde"

Laboratório Artes Teatro Vista Alegre

60' M/6

5,00€ com descontos

14 A 31

SEG A SEX

17:00

História do dia...

Para rir!

Destinatários: crianças a partir dos 2 anos
acompanhadas por um adulto.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória:

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

16 QUA

9:00-13:00

“Cuidar dos outros e de mim”

pela Associação de Apoio
a Cuidadores de Pessoas Dependentes

Destinatários: cuidadores Formais de IPSS
Gratuito para as IPSS do Município de Ílhavo
5,00€

18:00 RESIDÊNCIA À CONVERSA

Princesa Sal

por Vera Alvelos

Fábrica Ideias Gafanha Nazaré

60' · M/6

Gratuito

17 QUI

14:30

“Envelhecer com Humor”

por Fernando Baptista (risoterapeuta)

Destinatários: técnicos

Laboratório do Envelhecimento

Inscrição prévia obrigatória: maioridade@cm-ilhavo.pt



18 SEX

21:30 TEATRO

Hamster Clown

por Ricardo Neves Neves e Rui Paixão

Casa Cultura Ílhavo

55' · M/14

6,00€ com descontos

19 SÁB

08:00 ~13:00

Porta da Bagageira

Especial Dia do Pai

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador

Mercado Municipal de Ílhavo



Especial Dia do Pai no Estaleiro

10:00 Postal Elétrico

Destinatários: crianças com mais de 5 anos

11:30 Relógio a laser

Destinatários: crianças com mais de 12 anos

Estaleiro - Estação Científica de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória: estaleiro@cm-ilhavo.pt

10:30

Palavra de Investigador

"A Vista Alegre como um lugar de processo de (re) construção de contextos/ culturas no envelhecimento" por Pedro Rocha (FPCE Universidade do Porto)

Destinatários: público em geral

Laboratório do Envelhecimento

Inscrição prévia obrigatória: maioridade@cm-ilhavo.pt

15:00

"MAKERSPACE BMI - JUNTOS FAZEMOS!"

Modelação em gesso

por Rosabengala

Destinatários: Adultos e crianças a partir dos 7 anos (até aos 12 anos acompanhadas por um adulto).

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória:

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

7,5€



21:30 MÚSICA

Linda Martini

Casa Cultura Ílhavo

75' · M/6

12,00€ com descontos

19 E 20
SÁB E DOM

16:00

MM.Mesa-Masseira

Festa do Pão de Vale de Ílhavo

sáb 19 Moagem Grave, Vale de Ílhavo

dom 20 Casa Gafanha, Gafanha da Nazaré

20 DOM
11:00 TEATRO

Princesa Sal

por Vera Alvelos

Fábrica Ideias Gafanha Nazaré

60' · M/8

4,00€



DESPORTO

19 SÁB

ACD “Os Ílhavos”

Atletismo
Campeonato Distrital
de Estafetas e
Campeonato Distrital
de 10.000 M

Luso

19 E 20

SÁB E DOM

ACD “Os Ílhavos”

Pesca
Campeonato Nacional
Individual da 2.ª Divisão
Campeonato Nacional
Individual da 3.ª Divisão

Praia dos Tomates / Algarve

20 DOM

18:00

Illium Sub23

Guifões SC

Campeonato Nacional
I Divisão Seniores
Masculinos (grupo
promoção Norte 4)

Pavilhão Municipal
Capitão Adriano Nordeste

26 SÁB

18:00

GD Gafanha

CAD

Entroncamento

Campeonato Nacional
Futsal Masculino -
III Divisão (Fase da
Subida)

Pavilhão Desportivo
Gafanha do Carmo

18:30

GD Beira-Ria

ARB Boa

Esperança

Campeonato Nacional
Futsal Masculino
- III Divisão

(Fase da Subida)

Pavilhão Desportivo
Gafanha do Carmo

27 DOM

15:00

SC Vista Alegre

CCR Válega

Campeonato Distrital
Sabseg (2.ª fase -
Manutenção / Zona Sul)

Campo Municipal
da Vista Alegre

22 TER

15:00 FORMAÇÃO PARA TÉCNICOS

Projetos Financiados na área do Envelhecimento

por Andreia Dias (gerontóloga)

Laboratório do Envelhecimento

Inscrição prévia obrigatória: maioridade@cm-ilhavo.pt

22:00-23:00

Campanha H2Off

- Hora de fechar a torneira

Desafio: fechar a torneira por uma hora

Org.: Associação Portuguesa de Distribuição
e Drenagem de Águas/CMI

24 QUI

21:00

Comunidade de Leitores

“Poesia de palavras”

Destinatários: adultos

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória:

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Presidência Aberta

(local e horário a definir oportunamente)

Junta de Freguesia de São Salvador

Ação de Limpeza

de Espaços Públicos

(local e horário a definir oportunamente)

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador

24 A 27
QUI A DOM

Festa do Pão de Vale de Ílhavo

Jardim Henriqueta Maia

Sede da ACR “Os Baldas”

26 SÁB



15:00

Saberes com Sabor...

7 passos para preparar marmitas saudáveis e económicas

por Sara Fernandes

Destinatários: Adultos

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrição prévia obrigatória:

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

5,00 €

20:30-21:30

Hora do Planeta 2022

“Restauro da Natureza”

Apagão global, em locais e monumentos emblemáticos, contra as alterações climáticas

Org.: A Hora do Planeta – WWF/CMI



COMEMORAÇÃO

Dia Mundial da Água

Museu Marítimo de Ílhavo

OFICINA DE NAUTIMODELISMO

Escalas e levantamentos dinamizada pela TEAM

Destinatários: Maiores de 12 anos

Limitado a 10 pessoas



10:00 e 11:30

Há-Mar

coprodução WeTumTum

**Espetáculo para bebés integrado
no Festival Papagaio.**

Destinatários: Famílias com crianças wdos 0 aos 5 anos
2€/pessoa

10:00-13:00 e 14:30-17:00

Workshop Escrita Criativa

com Sandro William Junqueira

A imaginação por detrás da mão

(um encontro com a escrita e com o mar)

Destinatários: interessados nos mecanismos
de escrita e imaginação

Duração: 6 horas

Limitado a 14 participantes

16:30

Hora do Conto

“A Viagem da Gotinha”

Descobre o que acontece à chuva que cai do céu

Destinatários: Crianças com mais de 4 anos,
acompanhadas por um adulto

Inscrição prévia obrigatória

biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

17:00

“BOTA-ABAIXO”

Inauguração da exposição temporária

“A memória e a tradição da construção naval
em madeira nos municípios de Ílhavo,
Murtosa e Peniche”.

Patente até 8 de maio.

24-27
MARÇO

Festa
do
Pão
Vale
de
Ílhavo

loais:
Jardim Henriqueta Maia
Sede da ACR "Os Baldas"



parceiros:



27 DOM

16:00

Concerto da Orquestra Filarmónica Gafanhense

Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

5,00 € (gratuito para crianças até 12 anos)



10:30 Oficina

16:00 Espetáculo

Lá Fora / Cá Dentro

por Joana Pinto, João Almeida e Susana Vilar

Planteia - Casa Cultura Ílhavo

Dança - 60'

M/3

Gratuito

Tanto Mar!

17:00 Visita especial "A água e a religiosidade"

Centro de Religiosidade Marítima

Entrada gratuita

29 TER

15:30

Processos na Viuvez

por Mateus Henriques e Bárbara Costa
(psicóloga)

Exposição de Fotografia e Conversa

Uma linha descritiva do quotidiano, retratada em diferentes tons, que mostra os sítios, os jeitos e os dias de seniores em estado da viuvez.

Laboratório do Envelhecimento

Com o apoio da Câmara Municipal de Sever do Vouga

30 QUA

Todo o dia

SAFA-TE!

Feira de Emprego e Formação

Casa Cultura Ílhavo

30
MARÇO
10:00 às 18:00

SAFA. TE



**Feira de emprego
e formação**

local:
Casa Cultura Ílhavo



AGORA
SOMOS

Maiores no Movimento

Programa Desportivo Sénior
com as modalidades

Técnicas de Relaxamento
Exercícios de Manutenção
Danças
Zumba
Boccia

locais: **Laboratório do Envelhecimento**
Fórum Municipal da Maior Idade
Salão Paroquial da Gafanha da Encarnação
Salão Paroquial de Vale 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 março para incluir na Agenda de Eventos Município de Ílhavo do mês de abril de 2022, através do e-mail info@cm-ilhavo.pt.

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

Ficha técnica

AGENDA DE ÍLHAVO

diretor **João Campolargo** edição **Câmara Municipal de Ílhavo** gestão de conteúdos **Gabinete de Comunicação**
depósito legal **136577/99** tiragem **4.000 exemplares** distribuição gratuita

se esta rua fosse minha...

Rua Mestre Daniel Gonçalves

O Mestre Daniel Gonçalves nasceu a 31 de dezembro de 1897, sendo natural da Parada de Cima, que na época pertencia à Freguesia de Covão do Lobo.

Devido às poucas perspetivas de vida que a sua terra natal lhe oferecia, decidiu partir em busca de trabalho na Gafanha, à semelhança de muitos outros compatriotas. O próprio Mestre Daniel, nos primeiros tempos em que esteve na Gafanha do Carmo, ficou alojado em casa de uns tios, que tinham tomado decisão idêntica.

Estes jovens, que rumavam para as Gafanhas, assumiam profissões nos ramos da construção naval e civil e é pela sua atividade neste sector que o Mestre Daniel é recordado.

Ser construtor civil significava, naquele tempo, especializar-se em várias áreas que o sector exigia, desde produzir materiais, como os adobes, assim como trabalhar a madeira e o ferro, destinados a portões, janelas e portas. O Mestre Daniel Gonçalves tinha mesmo, para este fim, uma oficina devidamente equipada em sua casa.

De referir que esta casa ainda hoje é conhecida como a Casa da Palmeira, devido às duas palmeiras que estavam no jardim. Foi também sede de diversas associações cívicas, culturais e religiosas, em que Daniel Gonçalves participava ativamente, visando sempre a melhoria das condições de vida do povo da Gafanha. Destas destaca-se a Comissão de Melhoramentos da Gafanha do Carmo que muito lutou para que a freguesia tivesse o seu próprio cemitério. Os defuntos tinham de ser enterrados em Ílhavo, causando grandes transtornos às populações, uma vez que a estrada que liga a Gafanha do Carmo à Vista Alegre era um caminho de areia muito difícil de percorrer.

Como homem que se empenhava profundamente no bem-estar da sua terra, foi sacristão e assumia muitas vezes o papel de diácono, ao fazer celebrações da Palavra e ao rezar novenas.

De referir que Daniel Gonçalves contraiu matrimónio com Júlia de Jesus Cuco, cuja família tinha estado emigrada no Brasil. Desta união resultaram 9 filhos.

Em finais de junho de 1952, sabemos pelo jornal O Ilhavense (10 de julho) que o mestre se encontrava muito debilitado, sendo admitido no Hospital de Ílhavo a fim de ser operado ao estômago.

Faleceu a 31 de julho de 1952, com 60 anos.

INFORMAÇÃO HISTÓRICA DO TOPÓNIMO

Na Gafanha do Carmo encontramos a rua dedicada a Mestre Daniel Gonçalves. Este topónimo foi uma proposta da Junta de Freguesia da Gafanha do Carmo em 16 de março de 1978 (Ata JFGC 4/1978-03-16).



Mestre Daniel Gonçalves
(Foto cedida por Amélia Gonçalves, filha do Mestre Daniel.)

marés

		PREIA-MAR - ALTURA				BAIXA-MAR - ALTURA			
1	ter ●	02:07	3.3	14:36	3.2	08:07	0.7	20:19	0.7
2	qua	02:54	3.5	15:19	3.3	08:49	0.5	21:00	0.6
3	qui	03:36	3.6	15:58	3.4	09:28	0.5	21:38	0.6
4	sex	04:16	3.6	16:35	3.3	10:04	0.5	22:15	0.6
5	sáb	04:53	3.5	17:10	3.2	10:40	0.6	22:51	0.7
6	dom	05:28	3.3	17:43	3.1	11:14	0.8	23:27	0.8
7	seg	06:02	3.1	18:14	3.0	11:49	0.9	---	---
8	ter ☾	06:35	2.9	18:48	2.8	00:05	1.0	12:25	1.1
9	qua	07:13	2.7	19:30	2.6	00:48	1.2	13:07	1.4
10	qui	08:03	2.5	20:33	2.5	01:43	1.4	14:06	1.5
11	sex	09:28	2.3	22:14	2.4	03:04	1.6	15:34	1.6
12	sáb	11:10	2.4	23:41	2.5	04:41	1.6	17:03	1.6
13	dom	---	---	12:21	2.5	05:59	1.4	18:09	1.5
14	seg	00:40	2.7	13:10	2.7	06:50	1.3	18:55	1.3
15	ter	01:26	2.9	13:50	2.9	07:28	1.1	19:33	1.1
16	qua ●	02:04	3.1	14:26	3.0	08:01	0.9	20:07	0.9
17	qui	02:40	3.2	15:00	3.2	08:33	0.7	20:41	0.7
18	sex	03:15	3.4	15:34	3.3	09:05	0.6	21:14	0.6
19	sáb	03:50	3.5	16:08	3.4	09:38	0.5	21:49	0.6
20	dom	04:25	3.5	16:44	3.4	10:13	0.5	22:25	0.6
21	seg	05:02	3.4	17:21	3.3	10:48	0.6	23:04	0.6
22	ter	05:41	3.3	18:00	3.2	11:27	0.8	23:47	0.8
23	qua ☾	06:24	3.1	18:46	3.0	----	---	12:11	1.0
24	qui	07:16	2.9	19:45	2.8	00:39	1.0	13:06	1.2
25	sex	08:29	2.7	21:08	2.7	01:48	1.2	14:25	1.4
26	sáb	10:10	2.6	22:45	2.7	03:22	1.3	16:04	1.5
27	dom	11:39	2.7	---	---	05:00	1.2	17:31	1.3
28	seg	00:02	2.9	12:45	2.9	06:14	1.1	18:33	1.1
29	ter	01:02	3.1	13:35	3.1	07:07	0.9	19:21	0.9
30	qua	01:51	3.3	14:18	3.2	07:50	0.7	20:02	0.8
31	qui	02:34	3.4	14:57	3.3	08:28	0.6	20:39	0.6

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.

património

Custódia do Divino Salvador



A custódia da Igreja de Ílhavo é uma soberba peça de ourivesaria sacra renascentista, de transição entre o tipo de custódia com hostiário em forma de templete para hostiário circular. Esta peça, com 450 anos, é uma das mais referenciadas custódias a nível nacional, presente nas mais importantes exposições de ourivesaria.

Sobressai pela sua dimensão, quase um metro de altura. Embora sem marcas de ourives, surge como possível encomenda do prior de Ílhavo D. Pedro de Castilho em 1572, figurando as suas Armas-de-fé na base. Tem semelhanças com a custódia-cálice de Belém (na haste), e igual morfologia nas custódias de menor dimensão de ourives de Aveiro, existentes no Museu Machado de Castro, Misericórdia de Aveiro e Paróquia de Vagos.

D. Pedro de Castilho nasce em meados de 1500, filho do arquiteto da Sé de Coimbra Diogo de Castilho. Foi um dos homens mais importantes de Portugal, sendo nomeado bispo de Angra em 1578, bispo de Leiria em 1583, inquisidor-geral do reino em 1604 e por duas vezes Vice-Rei de Portugal, entre 1605-1608 e 1612.

saúde

A Quaresma e a Alimentação

Este ano, a Quaresma tem início no dia 2 de março, quarta-feira de Cinzas, e termina no dia 17 de abril, na Páscoa. Os quarenta dias que antecedem a principal celebração do Cristianismo são um período de reflexão, oração e penitência. É também reconhecido como um período de purificação de todos os excessos cometidos, incluindo a comida.

As penitências mais comuns nesta tradição implicam o jejum ou a privação de alimentos considerados mais dispendiosos ou de especial preferência a cada um, como é o caso da abstinência à carne à sexta-feira.

Assim, durante a Quaresma, será possível fazer boas escolhas alimentares e manter um estilo de vida saudável? Vamos ver...

Relativamente ao consumo de carne, esta é uma das principais fontes de proteínas de origem animal, mas não é a única, pois também o pescado e os ovos são excelentes opções, dada a sua maior biodisponibilidade no organismo. Além disso, são importantes fontes de ferro e vitaminas do complexo B.

Existem também opções de origem vegetal, como as leguminosas (ex.: feijão, grão e lentilhas), que podem ser igualmente consideradas como uma opção válida para substituir a carne, cujo consumo deve estar associado a legumes de folha verde (ex.: brócolos, espinafres, couve), pois são alimentos ricos em ferro. O ideal é associar o consumo destas opções vegetais com frutas cítricas e ricas em vitamina C (ex.: laranja, kiwi, tangerina), na medida em que a vitamina C aumenta a biodisponibilidade do ferro e aumenta a sua absorção no organismo. Lembre-se que, ao aumentar o consumo de leguminosas e legumes, alimentos ricos em fibras importantes para retardar o esvaziamento gástrico e aumentar a saciedade, é também necessário aumentar o consumo de água.

**Sim, é possível
manter a tradição e fazer
uma alimentação saudável!**

farmácias

sáb	5	12	19	26
	Ançã Castro Moderna*	Morais Santos*	Diniz Gomes	Branco Senos*
dom	6	13	20	27
	Senos	Ançã Castro Moderna*	Morais Santos*	Diniz Gomes
seg	7	14	21	28
	Ribau Diniz Gomes*	Senos	Ançã Castro Moderna*	Morais Santos*
ter 1	8	15	22	29
	Moderna Santos	Ribau Diniz Gomes*	Senos	Ançã Castro Moderna*
qua 2	9	16	23	30
	Branco Senos*	Santos	Ribau Diniz Gomes*	Senos
qui 3	10	17	24	31
	Diniz Gomes	Moderna	Santos	Ribau Diniz Gomes*
sex 4	11	18	25	
	Morais Santos*	Branco Senos*	Moderna	

* Disponibilidade (de Serviço até às 21:00)

Os serviços de Disponibilidade são desde a hora de encerramento normal da farmácia até à hora de abertura do dia seguinte.

A farmácia encontra-se encerrada, ficando de chamada noturna.

Assistência Farmacêutica à População

Linha Nacional 1400 diariamente (após as 21:00).

informações

Câmara Municipal de Ílhavo

234 329 600

234 329 601

geralcmi@cm-ilhavo.pt

www.cm-ilhavo.pt



ATENDIMENTO AO PÚBLICO

» **Presidente**

João Campalargo

segunda 9:30-12:30

Gabinete de Apoio à Presidência

234 329 602

» **Vereadores com pelouros**

João Diogo Semedo

Vice-Presidente

terça 15:00-18:00

Mariana Ramos

terça 9:30-12:30

» **Vereadores sem pelouros**

Fátima Teles

terças 16:00-18:30

Tiago Lourenço

sextas 9:30-12:30

Paulo Nunes

sextas 11:30-13:30

Sérgio Lopes

1.^{as} e 3.^{as} terças 09:00-12:00

Gabinete de Apoio à Vereação

234 329 614 · 234 329 641

» **Assembleia Municipal de Ílhavo**

ami@cm-ilhavo.pt

234 329 627

GABINETE DE ATENDIMENTO
GERAL (GAG)

» **Atendimento ao Município**

234 329 600 · gag@cm-ilhavo.pt

» **Espaço do Cidadão**

234 329 600 · edc@cm-ilhavo.pt

» **AdRA**

- Águas da Região de Aveiro

808 200 217 ou 234

910 200 (opção 9)

Atendimento Social Integrado

234 329 640 · ddss@cm-ilhavo.pt

Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Ílhavo (CPCJ)

234 329 632 · cpcj@cm-ilhavo.pt

Gabinete de Apoio à Família

marcação prévia obrigatória

234 329 649

gafilhavo@cm-ilhavo.pt

Serviço de Apoio à Formação e Emprego (SAFE)

234 329 675 · safe@cm-ilhavo.pt

Centro de Recolha Oficial de Animais de Companhia de Ílhavo

Atendimento presencial sujeito
a marcação prévia obrigatória

234 329 605

helenasousa@cm-ilhavo.pt



Biblioteca Municipal de Ílhavo

234 321 103
biblioteca_municipal@
cm-ilhavo.pt
www.bibliotecamunicipal.
cm-ilhavo.pt



23 Milhas

23milhas@cm-ilhavo.pt
www.23milhas.pt



Museu Marítimo de Ílhavo

museuilhavo@cm-ilhavo.pt
www.museumaritimio.
cm-ilhavo.pt
234 329 990



Museu Vista Alegre

234 320 628
museu@vistaalegre.com
www.vistaalegre.com/pt

Ecocentro Municipal

segunda a sábado
8:00-13:00 e 14:00-17:00
234 033 804 · 927 405 880

Recolha de Monstros e Verdes

Marcação de recolha
– Serviço gratuito
234 325 549

Fórum Municipal Maior Idade

234 329 636

Laboratório do Envelhecimento

234 025 416
maioridade@cm-ilhavo.pt



Estaleiro

– Estação Científica de Ílhavo
234 329 637
estaleiro@cm-ilhavo.pt



Centro Documentação de Ílhavo

234 092 496 · cdi@cm-ilhavo.pt



Piscinas Municipais

Ílhavo 234 329 607

Gafanha da Nazaré 234 363 080
piscinasmunicipais@cm-ilhavo.pt

Juntas de Freguesia

São Salvador 234 321 725

Gafanha da Nazaré 234 361 520

Gafanha da Encarnação

234 360 928

Gafanha do Carmo 234 391 131

Serviço Municipal de Proteção Civil

234 329 605

Bombeiros Voluntários de Ílhavo

234 330 000

POSTOS GNR

São Salvador 234 330 010

Gafanha da Nazaré 234 393 070

SAÚDE

Ílhavo

USF Leme 234 330 045

USF Costa de Prata 234 330 040

Gafanha da Nazaré

USF Atlântico Norte 234 390 950

USF Beira Ria (inclui Costa Nova)

234 39 3150

Gafanha da Encarnação

UCSP 234 361 902

Gafanha do Carmo

UCSP 234 361 968



www.cm-ilhavo.pt



municípioilhavo



município_de_ilhavo