

2014

Viver em ...

Município de Ílhavo
agenda de eventos

» 182

junho 2014

destaques
do mês

06^a 08

**Festival
Rádio Faneca**
Ílhavo



**Do vasto
e Belo Porto
de Lisboa**
exposição de fotografia
Museu Marítimo
de Ílhavo



**Ílhavo
Quinhentista**
500 anos da Outorga
do Foral Manuelino
de Ílhavo
CC Ílhavo



27^{sex}
**Caminhada e
Mega Aula de
Hidroginástica**
Encerramento
Programa Municipal
Desporto para Todos
Piscina Municipal
de Ílhavo

09^{seg}

**Dia
Internacional
dos Arquivos**
CIEMar-Ílhavo
(DOCMar)



10^{ter}

**XIV
Grande
Pedalada**
junte-se a nós
com as cores
de Portugal
Município
de Ílhavo



12^{jun}
a 13^{jul}

**Praça
Mundial 2014**
Campeonato do
Mundo de Futebol
Praça do
Centro Cultural
de Ílhavo



14,20
e 21

**Marchas
Sanjoaninas
de Ílhavo**
Gafanha da Nazaré
Costa Nova
Ílhavo



Câmara Municipal de **Ílhavo**

Caro(a) Amigo(a) e Município

O mês de junho assume-se em Ílhavo como o mês de excelência dedicado à prática desportiva. Entramos numa toada confiante com a prova de BTT Rota do Bacalhau. Damos as boas vindas aos inúmeros desportistas e visitantes vindos de todo o lado que trarão um colorido muito especial ao nosso

Município.

O futuro é das crianças. Assim, e porque a 1 de junho se assinala o Dia Mundial da Criança, dedicamos-lhes um sem número de atividades lúdico recreativas, que se estenderão ao longo do mês, inseridas nos Programas Municipais Desportílhavo, +ECO'14 Semana do Ambiente e na EMER e Desporto para Todos.

A segunda edição do Festival Rádio Faneca vai para o ar nos dias 6, 7 e 8, a transmitir alegria a Ílhavo, com um programa

recheado de atividades. Não deixe de sintonizar!

O Município viverá o Dia de Portugal de uma forma muito especial com a XIV Grande Pedalada. Obrigatório trazer as cores nacionais, amigos e muita energia, porque a animação está sempre presente.

Junho é também o mês dos Santos Populares, abrilhantado pelo Concurso Interfóruns de Arcos Populares, e vivido intensamente com alegre convívio, sardinhada, noitada e as tradicionais Marchas Sanjoaninas.

Avizinha-se o final do ano letivo e com ele iniciam as Férias Divertidas. Inscreva já o seu filho e proporcione-lhe momentos inesquecíveis... O número de vagas é limitado!

O calor já aperta e a vontade de ir a banhos é grande, estamos a trabalhar a todo o gás para vos devolver o espaço que é de todos. Contamos com a vossa compreensão.

Venha Viver connosco. Junho promete!

Um Abraço Amigo.



Fernando Fidalgo Caçoilo

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

Reuniões
Ordinárias do
Executivo CMI

Pública:

qua **04**
15h00
audição
ao público
a partir das
16h30

Privada:

qua **18**
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 junho** para incluir na Agenda de Eventos Viver em ... Município de Ílhavo do mês de julho de 2014, 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

edição e propriedade **Câmara Municipal de Ílhavo** capa **Marchas Sanjoaninas de Ílhavo**
 coordenação e design **Gabinete de Comunicação CMI** impressão **Gráfica Feirense**
 depósito legal **136577/99** tiragem **6 000 exemplares** distribuição **GRATUITA**

~~~~~  
 Todo o **mês**



### Escola Municipal de Ténis

#### quartas

Crianças 18h00~19h00

Adultos 19h00~20h00

#### sábados

Adultos 10h00~11h00

Crianças 11h00~12h00

} **Campos de Ténis de Ílhavo**

inscrições através do

T 234 329 607 · [desporto@cm-ilhavo.pt](mailto:desporto@cm-ilhavo.pt)

### "Ílhavo Quinhentista"

#### terça a sexta

11h00~18h00

#### sábados e feriados

14h00~19h00

Exposição patente até 14 de junho

} **Centro Cultural de Ílhavo**

Entrada gratuita

### "Vamos ao Jazz!"

#### Memórias das Jazz-bands Ilhavenses

Exposição

} **Centro Cultural de Ílhavo**

Entrada gratuita

### NOTA ESPECIAL



O Navio-Museu Santo André encerra ao público no mês de junho para obras de manutenção e qualificação. Reabre no dia 1 de julho.



## Do Vasto e Belo Porto de Lisboa

### exposição de fotografia

Resultado de um rigoroso trabalho de restauro da coleção de fotografia antiga da administração do Porto de Lisboa, SA, a exposição retrata a vida portuária lisboeta nos primeiros quartéis do século XX.

Trata-se de um relato esplêndido sobre a vida agitada do porto que, durante um longo período da história da cidade de Lisboa, era um dos maiores centros de atividade económica, social e cultural do país. O principal propósito desta exposição é documentar o progresso do Porto de Lisboa, desde a modernização das suas infraestruturas até aos diversos serviços que o porto foi prestando ao longo dos tempos.

} Museu Marítimo de Ílhavo  
Entrada gratuita

### Hora do Conto



3ª a 6ª feira 17h30

sábados 11h00 e 16h30

} Biblioteca Municipal de Ílhavo



### PROGRAMA MUNICIPAL DE OCUPAÇÃO DE TEMPOS LIVRES

Se tens entre 16 e 30 anos  
Inscreve-te até 7 de junho!

### inscrições e informações

Fórum Municipal da Juventude

Ílhavo · T 234 321 079

Gafanha da Nazaré · T 234 183 773

Gafanha da Encarnação · T 234 086 668

Gafanha do Carmo · T 234 398 009

www.cm-ilhavo.pt · geralcmi@cm-ilhavo.pt  
T 234 329 602

31 maio e 01 junho



## VI Acampamento Municipal dos Agrupamentos de Escuteiros

Abertura 31 maio 12h00

Encerramento 1 junho 15h00

} Parque Desportivo da Gafanha da Encarnação (NEGE)

## BTT Rota do Bacalhau

Org.: Rotary Club de Ílhavo



31 sábado

15h30 Rota do Bacalhau Miúdo

Inscrições no local

} Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

21h00 Night Run/Caminhada

Traga um alimento não perecível

01 domingo

09h30 Rota do Bacalhau

09h30~12h00 Manhã desportiva

10h00 Aula de Zumba

} Jardim Henriqueta Maia, Ílhavo

01 dom

## 15.ª Feira Rural e de Artesanato da Costa Nova

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

} Relvado da Costa Nova

02 seg

09h30 e 14h00

## “Academia Mais Empreendedorismo”

Org.: CMI/between

} Eco-Escolas do Município

10h00 e 14h00

## “Vamos ao JAZZ”

} Centro Cultural de Ílhavo

10h00

## Ação “Visita guiada ao Centro de Documentação de Ílhavo”

} CIEMar-Ílhavo

02 seg a 05 qui



09h30~10h00/10h30~11h00

## Semana do Animal de Estimação

Ação de Formação “O teu melhor Amigo”

Dirigida aos Alunos dos 1.º Anos do Ensino Básico das Eco-Escolas do Município

Org.: CMI/Charm Pet

03 ter

## Comemoração Dia Mundial da Criança

“Opostos bem dispostos”

Peça de teatro dirigida às Crianças do Pré-Escolar

} Centro Cultural de Ílhavo

## Arcos Populares

Concurso Interfóruns - Construção

15h00

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

17h30

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

04 qua

10h00~11h00/13h45~14h45

## Livros amigos do Planeta

“Ir e Vir”, de Isabel Minhós Martins

Hora do conto e ateliê · Público-alvo: 2.º Ciclo

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

10h00~11h00/13h45~14h45

### De pista em pista... sou Ciclista!

} EMER – Escola Municipal  
de Educação Rodoviária

### Juventude Eco.Lógica

Ateliê de Expressão Plástica

15h00

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

17h30

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

21h00

### Concurso Nacional de Bandas Antena 3

Participação especial: Emmy Curl

Bandas a concurso:

Imagina · OPEN · O Incrível Homem Bomba

} Centro Cultural de Ílhavo

Entrada: € 5,00 · auditório · M/6

05

qui



09h00~13h00

### 10.º Seminário Local

#### “As Escolas e o Coastwatch”

1.º Ciclo do Ensino Básico

} Auditório do Museu Marítimo  
de Ílhavo

11h00

### Abertura da Exposição “ALGAS IN VIVO”

Patente até ao dia 8 de junho

Org.: CMI/Algaplus

} Museu Marítimo de Ílhavo

10h00~11h00/13h45~14h45

### Livros amigos do Planeta

“Só um golinho, Rã!” de Piet Grobler

Hora do conto e ateliê

Público-alvo: Pré-Escolar e 1.º Ciclo

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

06 sex



Todo o dia

## DesportÍlhavo 2014

Atividade no âmbito do Programa  
de Enriquecimento Curricular (AEC)

1.º CEB do Município de Ílhavo

} Complexo Desportivo da Gafanha

### “Todos juntos pelo ambiente”

10h30 Início da “Caminhada Sustentável”

11h00 Hastear Bandeira Verde Eco-Escolas  
na Escola Básica 2,3 da Gafanha da Nazaré

14h00 Hastear Bandeira Verde Eco-Escolas  
na Escola Secundária da Gafanha da Nazaré  
} Gafanha da Nazaré

15h00

### Juventude Eco.Lógica

Ateliê de Expressão Plástica

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

06

sex a

08

dom

### Festival Rádio Faneca

} Ílhavo

07

sáb



### Uma tarde pelo ambiente: rumo à missão secreta

Bebeteca

16h00 “O Sapo e a Lebre”, de Max Velthuis

Hora do Conto

16h30 “Dona Miquelina, o seu filho  
e a Professora”, de Sara Monteiro

Ateliê de Expressão Plástica

17h00 Super-herói

18h00

### Juventude Eco.Lógica

Ateliê de Expressão Plástica

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

07, 08 e 28 

## 37.º Aniversário da A.C.D. "Os Ílhavos"

sábado 7

15h00 Workshop de Aniversário tema "O Mar"

17h30 Romagem ao Cemitério

19h00 Hastear da Bandeira na Sede

domingo 8

15h00 Abertura da Exposição

"Ideias Artes e Bordados"

19h00 Hastear das Bandeiras e Sessão Solene

20.ª Entrega dos Lemes do Ano 2013

} Sede da Associação

sábado 28

16h30 Espetáculo Cultural DANÇARTE 6

} Centro Cultural de Ílhavo

Org.: A.C.D. "Os Ílhavos"

08 dom



10h00

## Ação "Um olhar à costa... a partir do Oceano"

Org.: CMI/Associação de Surf de Aveiro

} Rua 5, Praia da Barra

## Dia Mundial dos Oceanos

15h00 Mergulhador por um Dia

90 min. · limitado a 50 pessoas

marcações: museuilhavo@cm-ilhavo.pt

T 234 329 990

17h00

Apresentação do Projeto David Melgueiro

Encerramento do projeto Cápsula do Tempo

21h30 Mazgani, concerto no âmbito

do Festival Rádio Faneca 2014

todos os públicos · limitado a 50 espetadores

} Aquário dos Bacalhaus

do Museu Marítimo de Ílhavo

entrada gratuita

Bilhetes disponíveis no CC Ílhavo

e no Museu Marítimo de Ílhavo

09 seg

## Dia Internacional dos Arquivos

17h00 Visita guiada ao

Centro de Documentação de Ílhavo

18h00 Sessão de apresentação

dos resultados do Concurso de

Banda Desenhada "5 Séculos de Foral Novo"

18h20 Apresentação do Livro digital

dos melhores trabalhos de cada escalão

do Concurso de Banda Desenhada

"5 Séculos de Foral Novo"

18h40 Inauguração da Exposição

"5 Séculos de Foral Novo"

(trabalhos do Concurso de Banda Desenhada)

} CIEMar-Ílhavo (DOCMar)

10 ter

XIV

## Grande Pedalada

Reabertura da Piscina Municipal

de Vale de Ílhavo

11 qua

15h00

## Arcos Populares

Concurso Interfóruns - Início das Votações

} Todos os FMJ

10h30~11h30/14h00~15h00

## Clube da Estrada

Comemoração do Dia Mundial do Trânsito

Com a colaboração da GNR e dos BVI e dirigida ao 3.º ano do 1.º CEB (Município de Ílhavo)

} EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

12 qui

18h30~20h00

## Serão Seguro

Ação dirigida a Pais e Educadores

} EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária

# XIV GRANDE PEDALADA

*junte-se a nós com as cores de Portugal!*

## 10 junho 2014

10h00

Ponto de partida na  
Praça do Centro Cultural de Ílhavo

13h00

Paragem para almoço no Parque de Merendas  
do Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

17h00

Chegada à Piscina Municipal de Vale de Ílhavo,  
que neste dia reabre ao público



Câmara Municipal de **Ílhavo**

12 junho a 13 julho

## Praça Mundial 2014

Campeonato do Mundo de Futebol

Vem apoiar a Nossa Seleção!

seg 16, 17h00 Alemanha vs Portugal

dom 22, 23h00 EUA vs Portugal

qui 26, 17h00 Portugal vs Gana

} Praça do Centro Cultural de Ílhavo



13 sex

## Feira dos 13

} Recinto da Feira – Vista Alegre

## Ateliê da Água

15h00

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

17h30

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

14 sáb

## XIV Aniversário XII Capítulo da Confraria Camoniana

10h00 Recepção das Confrarias

junto à Fábrica da Vista Alegre

11h15 Visita à Capela de

Nossa Sr.ª da Penha de França

11h30 Entronização de novos Confrades

no Teatro da Vista Alegre

12h30 Desfile das Confrarias pelo Bairro da Vista Alegre e Foto da família Confradica

Org.: Confraria Camoniana de Ílhavo

## Bebeteca

10h30 “O Sapo e o Porco”, de Max Velthuijs

## Hora do Conto

11h00 “Pedra, pau e palha”, de Ana Presunto

## Ateliê de Expressão Plástica

11h30 Pedra, pau e palha

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

20h00

## Noitada de Santo António

Convívio popular com música,  
sardinha assada e caldo verde

Org.: Grupo Recreativo Amigos da Légua

} Salão de Festas da Légua - Ílhavo

22h00

## Marchas Sanjoaninas de Ílhavo

. A.C.D.R. Os Amigos da Malha da Carvalheira

. Associação Cultural - Grupo de Dança “Pestinhas”

. Grupo de Jovens “A Tulha”

. Rancho Folclórico “Os Palheiros da Costa Nova”

} Gafanha da Nazaré (Av. José Estêvão,  
junto à Junta de Freguesia)

14 sáb e 15 dom

## 22.º Grande Prémio

## Terra Nova

sábado 14

14h00~19h00

Uma tarde “Ao som das histórias”

Uma tarde de contos pela

Biblioteca Municipal de Ílhavo

15h00~15h30 Vem pintar um Toyota

15h00~16h00 Ateliê de Cake Design

16h00 Demonstração de treinos com cães

18h00~18h45 Aula de Zumba

19h00 Vem dançar com “As Pestinhas”

domingo 15

09h00 Início das Provas

Org.: Cooperativa Cultural e Recreativa

da Gafanha da Nazaré

} Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré





SÁBADO  
**14**  
JUNHO

**GAFANHA DA NAZARÉ**  
AVENIDA JOSÉ ESTÊVÃO  
JUNTO À JUNTA DE FREGUESIA

22H

SEXTA  
**20**  
JUNHO

**COSTA NOVA**  
JUNTO AO POSTO DE TURISMO

22H

SÁBADO  
**21**  
JUNHO

**ÍLHAVO**  
PRAÇA DO CENTRO CULTURAL

22H

**PARTICIPANTES**

A.C.D.R. OS AMIGOS DA MÁLHA DA CARVALHEIRA  
ASS. CULTURAL - GRUPO DE DANÇA "PESTINHAS"  
GRUPO DE JOVENS "A TULHA"  
RANCHO FOLC. "OS PALHEIROS DA COSTA NOVA"

  
Câmara Municipal de **Ílhavo**

# 15 dom

Todo o dia

## Dia da Comunidade

Org.: NEGE e Paróquia da Gafanha da Encarnação

} Parque de Jogos do NEGE

19h00  cinema

## Mr. Peabody e Sherman

M/6 · 92 min

} CC Ílhavo

Entrada: € 6,00 (ciclo mensal) € 3,50 (individual)

# 16 seg

14h30  Sessão de Esclarecimento

## "O Sobre-endividamento das Famílias"

} CIEMar-Ílhavo

## Férias com livros... e não só

Nas férias a BMI realiza atividades especialmente dedicadas aos mais novos

**terças-feiras 14h30**

Hora do Conto e ateliê

ter 17 "Árvores no caminho",  
de Régine Raymond-Garcia

ter 24 "Não mexer! O mel é meu",  
de Jane Chapman

**quintas-feiras 14h30**

Sessão de Cinema

qui 19 "Gru: o maldisposto 2",  
de Chris Renaud

qui 26 "Turbo", de David Soren

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

# 18 qua

## Mappa - Ria

15h00

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

17h30

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

# 20 sex

15h00

## Finalização e Partilha do Documentário FMJ

} Todos os FMJ

22h00

## Marchas Sanjoaninas de Ílhavo

. A.C.D.R. Os Amigos da Malha da Carvalheira

. Associação Cultural - Grupo de Dança "Pestinhas"

. Grupo de Jovens "A Tulha"

. Rancho Folclórico "Os Palheiros da Costa Nova"

} Costa Nova, junto ao Posto de Turismo

# 21 sáb

Todo o dia 

## Festival de Natação

Programa de Iniciação à Natação

} Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

17h00

## Zumba Solidário na quinta

Org.: CASCI - Centro de Acção Social do Concelho de Ílhavo

Informações: T 234 321 099

Facebook/casci.ipss · www.casci.pt

} Centro de Reabilitação Profissional

- Colónia Agrícola

Entrada: 3,00 €

## Bebeteca

sábados 10h30 e 16h00

"O Sapo e a Pata", de Max Velthuis

## Hora do Conto

terça a sexta-feira: 17h30

sábados: 11h00 e 16h30

"A galinha Medrosa", de António Mota

## Ateliês de

## Expressão Plástica

sábados: 11h30 e 17h00

Teatrinho de fantoches

} Biblioteca Municipal de Ílhavo

22h00

## Marchas Sanjoaninas de Ílhavo

- . A.C.D.R. Os Amigos da Malha da Carvalheira
  - . Associação Cultural - Grupo de Dança "Pestinhas"
  - . Grupo de Jovens "A Tulha"
  - . Rancho Folclórico "Os Palheiros da Costa Nova"
- } Ílhavo (Praça do Centro Cultural)

22 dom

10h00~11h00



música/teatro para bebés

## Lá Fora, de Crista Alfaiate e Carla Galvão

} CC Ílhavo

Entrada: € 3,00 (crianças) € 4,00 (adulto)  
auditório · 30 min. · limitado a 30 participantes  
(bebés dos 6 meses aos 3 anos e acompanhantes)

23 seg a 27 sex

## XV Semana Aberta do CASCI

Com exposição de cataventos, ateliés de jardinagem, olaria e doçaria abertos ao público (sujeitos a marcação prévia)

Informações: T 234 321 099

Facebook/casci.ipss · www.casci.pt

Org.: CASCI - Centro de Acção Social do Concelho de Ílhavo

} Centro de Reabilitação Profissional - Colónia Agrícola

26 qui

18h00~20h00



## Workshop

### "Luto para Profissionais de Apoio à Terceira Idade"

Org.: Centro Social e Paroquial de N.ª Sr.ª da Nazaré

} Fórum Municipal da Maior Idade

27 sex

## Arraial/ Lanche Popular Partilhado

15h00

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

## Filme e Debate

### - Curta do mês!

### e Registo Foral do Mês

15h00

} FMJ Ílhavo

} FMJ Gafanha da Nazaré

## Encerramento



## Programa Municipal

## Desporto para Todos

20h00 Caminhada

21h30 Mega Aula de Hidroginástica

} Piscina Municipal de Ílhavo

21h30

inauguração da exposição

## Uma Cidade de Futebol

### - Espaços e Emoções

Entrada gratuita · sala de exposições

} CC Ílhavo

22h00



teatro

## 40 e então?

com Ana Brito e Cunha, Fernanda Serrano e Maria Henrique

} CC Ílhavo



Entrada: € 10,00 · auditório · M/16

Desc.: grupos + 10 pessoas, sénior +65 anos, jovem até 17 anos e cartão jovem municipal (20%)

27 **sex** a 29 **dom**

## Ria de Aveiro Weekend

Org.: Turismo do Centro de Portugal  
e CIM Região de Aveiro

Consulte o programa em [www.riadeaveiro.pt](http://www.riadeaveiro.pt)

28 **sábado**

Todo o dia 

## Festival da Escola de Natação

Atividades dirigidas aos alunos  
da Escola Municipal de Natação

} Piscina Municipal de  lhavo



## Bebeteca

sábados 10h30 e 16h00

“O Sapo e o Rato”, de Max Velthuis

## Hora do Conto

terça a sexta-feira: 17h30

sábados: 11h00 e 16h30

“A menina gigante”,  
de Manuel Jorge Marmelo

## Ateli s de

## Expressão Plástica

sábados: 11h30 e 17h00

s b 28 Ana Grande

} Biblioteca Municipal de  lhavo

## Arraial/Lanche Popular Partilhado

15h00

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

## Filme e Debate

- **Curta do m s!**

## e Registo Foral do M s

15h00

} FMJ Gafanha da Encarnação

} FMJ Gafanha do Carmo

21h30  cinema

## No 

M/12 · 138 min

} CC  lhavo

Entrada: € 6,00 (ciclo mensal) € 3,50 (individual)

29 **dom** 10h30



**Partida:** junto ao Pavilhão Municipal

Cap. Adriano Nordeste (Ílhavo)

**Chegada:** Campus Universitário da UA (Aveiro)

30 **seg**

15h00

## Arcos Populares

Concurso Interfóruns – Resultados

} Todos os FMJ



inscrições abertas

**Semana Jovem 2014**

18 a 26 julho · [www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt)



## Cappuccino de Bacalhau

### Creme de Bacalhau

**Ingredientes:** **Preparação:**

- |                   |                                                                                                               |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| cebola            | Coloque numa panela um fio de azeite, a cebola, o alho, o alho francês e deixe brincar sem deixar ganhar cor. |
| alho              |                                                                                                               |
| cenoura           | Adicione a batata, o aipo, a cenoura e cubra com caldo de bacalhau.                                           |
| batata            |                                                                                                               |
| alho francês      | Deixe cozer, adicione o bacalhau desfiado, triture a sopa e, por fim, retifique os temperos.                  |
| aipo              |                                                                                                               |
| bacalhau          |                                                                                                               |
| caldo de bacalhau |                                                                                                               |
| azeite            |                                                                                                               |

### Ar de Bacalhau

**Ingredientes:** **Preparação:**

- |                              |                                                                                                                                   |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| cebola                       | Coloque numa panela um fio de azeite, cebola, alho, alho francês e deixe brincar sem deixar ganhar cor.                           |
| alho                         |                                                                                                                                   |
| cenoura                      | Adicione o aipo, a cenoura, a pele e as espinhas do bacalhau, cubra com água e deixe ferver durante 5 minutos.                    |
| alho francês                 |                                                                                                                                   |
| aipo                         |                                                                                                                                   |
| pele e espinhas de bacalhau, | De seguida, passe o caldo com a ajuda de um passador chinês, adicione lecitina de soja e emulsione com a ajuda da varinha mágica. |
| azeite                       |                                                                                                                                   |
| lecitina de soja             |                                                                                                                                   |

### Empratamento

Coloque o creme de bacalhau no fundo de um prato e adicione no topo o ar de bacalhau.

festival

# RÁDIO FANECA

ILHAVO

a transmitir alegria



6-7-8 JUNHO

**ÍLHAVO  
A TRANSMITIR  
ALEGRIA**

EMISSÃO RÁDIO FANECA 103.9 FM  
JARDIM HENRIQUETA MAIA

"VAMOS AO JAZZ"  
MEMÓRIA DAS JAZZ-BANDS  
ILHAVENSES

CENTRO CULTURAL

**PERCORRER,  
CONHECER  
E OCUPAR OS BECOS**

PÉ NA TERRA CABEÇA NO MAR  
JARDIM HENRIQUETA MAIA  
E PERCURSO PELOS BECOS,  
VIELAS E RUAS DO CENTRO  
HISTÓRICO

SEX 6 + SÁB 7 10h-18h DOM 8 11h-18h

7 JUNHO

CONCERTOS INJUSTADOS

**FILHO DA MÃE**

DROGARIA VIZINHOS  
15h30  
lotação limitada

**SLIMMY COM QUICO SERRANO**

TRAVESSA FILARMÓNICA  
ILHAVENSE  
18h30

**TRIO PORTEÑO**

DROGARIA VIZINHOS  
17h45  
lotação limitada

**THE WEATHERMAN**

TRAVESSA  
DO GRANDE BANCO  
17h00

**PATINHO FEIO**

8 JUNHO

MERCADINHO  
DE VENDAS E TROCAS

JARDIM HENRIQUETA MAIA  
11h - 18h

**BAILE ZAMPANDAÇAS**

JARDIM HENRIQUETA MAIA  
13h30

MANUEL TELES

**RÁDIO FANECA A TRANSMITIR  
SEM FREQUENCIA**

JARDIM HENRIQUETA MAIA  
14h30

**REVIVER CARLOS PAIAO,  
ORQUESTRA FILARMONIA  
DAS BEIRAS**

JARDIM HENRIQUETA MAIA  
17h

**UA JAZZ-BAND**

DE ÍLHAVO

**SEX 6** 10h-18h | **SÁB 7** + **DOM 8** 14h-19h

## JOGAR E BRINCAR NO JARDIM

BRINCADEIRAS EM MOVIMENTO

JARDIM HENRIQUETA MAIA

ATELIER BRINCADEIRAS  
EM MOVIMENTO

**SEX 6** 10h-12h + **DOM 8** 14h-17h

CARRINHA DAS BRINCADEIRAS  
E INSTALAÇÃO DE BRINCAR

**SEX 6** + **SÁB 7** 10h-12h | 14h-17h  
**DOM 8** 11h-13h | 14h-17h

LUGARES MÚLTIPLOS

JARDIM HENRIQUETA MAIA

**SEX 6** + **SÁB 7** a partir das 10h

**DOM 8** a partir das 11h

JOGOS NO JARDIM

JARDIM HENRIQUETA MAIA

**SEX 6** + **SÁB 7** a partir das 10h

**DOM 8** a partir das 11h

## BECOS DE PÉS

CENTRO HISTÓRICO DE

ÍLHAVO - INÍCIO NO JARDIM  
HENRIQUETA MAIA  
PARA LEVANTAMENTO  
DE FOLHA DE RUA



## CASA ABERTA

BECOS DO CENTRO HISTÓ-

RICO

DE ÍLHAVO

19h30

## ORQUESTRA DA BIDA AIRADA

INÍCIO NA RUA ARCEBISPO

PEREIRA BILHANO (RUA

DIREITA) ATÉ AO JARDIM

HENRIQUETA MAIA

22h

TRAVESSA FILARMÓNICA

ILHAVENSE 16h15

## PERCursos COM JAZZ

DO CENTRO CULTURAL

DE ÍLHAVO À TRAVESSA

DO GRANDE BANCO

19h15

## ARRUADA NO JARDIM

JARDIM HENRIQUETA MAIA

21h30

## DEIXEM O PIMBA EM PAZ

COM BRUNO NOGUEIRA

E MANUELA AZEVEDO

JARDIM HENRIQUETA MAIA

22h30

## SARDINHAS DIVERGENTES

MONÓLOGO MUSICAL

DE RENATO RIBAS

JARDIM HENRIQUETA MAIA

24h

JARDIM HENRIQUETA MAIA

18h30

## MAZGANI

AQUÁRIO DOS BACALHAUS

DO MUSEU MARÍTIMO

DE ÍLHAVO

21h30

## CINEMA PARAÍSO

PRAÇA DO CENTRO

CULTURAL DE ÍLHAVO

21h30

organização



centro cultural ilhavo

parcerias



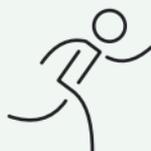
Drogaria Vizinhos

parcerias de comunicação



Associação de Ilhavo

Associação



31 maio e 01 junho  
**BTT Rota  
 do Bacalhau**

01 dom

Participação do **G.D. Gafanha**,  
 Secção de Atletismo, no 1.º Grande  
 Prémio de Atletismo Cidade de Águeda.

Participação do **NEGE**,  
 Secção de Atletismo, no VI Grande  
 Prémio de Atletismo Concelho de  
 Mira/CCR Praia de Mira.

**Circuito Franklin Marshall  
 de Surf do Norte**

Org.: Associação de Surf de Aveiro  
 Costa Nova

04 qua  
 10h00~12h00/15h00~17h00

**Olimpíhavo**

**Atividades Aquáticas e Náuticas**

Org.: CMI e parceiros do Fórum Náutico  
 do Município de Ílhavo

Canal da Ria, Praia da Barra,  
 Porto de Pesca Costeira e Costa Nova

18h30

**Caminhada/Corrida**

**“Ao Pôr do Sol”**

**Programa Municipal Desporto para Todos**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

06 sex e 07 sáb

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,  
 Secção de Trail, no Trail Serra da Estrela  
 - Covilhã.

07 sáb

19h30

**1.º Passeio Noturno de BTT**

Inscrições abertas até ao dia 5 de junho na loja  
 PABOL ou pelo e-mail grupodcarmo@gmail.com

Org.: Grupo Desportivo do Carmo

**Concentração:** Campo Gimnodesportivo  
 da Gafanha do Carmo

07 sáb e 08 dom

Participação da **A.C.D. “Os Ílhavos”**,  
 Secção de Atletismo, no Campeonato  
 Regional de Juvenis, no Luso, Secção de  
 Pesca, no Campeonato Nacional Individual  
 da 2.ª e 3.ª divisão - Praia Quiaios e,  
 Secção de Kickboxing, no Campeonato  
 Nacional de Kickboxing – Gouveia.

Participação do **G.D. Gafanha**,  
 Secção de Atletismo, na Meia Maratona  
 Figueira da Foz.

**08** dom  
09h30~12h00

### **III Encontro de Canoagem/ Vela em Família**

Org.: CMI, CVCN e ANGE  
Parceiros: Clube de Vela da Costa Nova  
e Associação Náutica Gafanha da Encarnação

**10** ter

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, no Meeting  
de Santa Joana - Aveiro.

Participação do **G.D. Gafanha**,  
Secção de Atletismo, no Grande Prémio  
de Atletismo Praia de Mira.

**11** qua

21h00

### **Aula de Zumba**

**Programa Municipal Desporto para Todos**

Org.: Grupo de Jovens "As Pestinhas"  
Mercado Municipal Gafanha da Nazaré

**14** sáb

Participação do **G.D. Gafanha**,  
Secção de Atletismo, no 22.º Grande  
Prémio de Atletismo Terra Nova.

**14** sáb e **15** dom

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**,  
Secção de Pesca, no Campeonato  
Regional Individual 1.ª Divisão - Praia do  
Palheiro.

**18** qua

18h30

### **Caminhada/Corrida "Ao Pôr do Sol"**

**Programa Municipal Desporto para Todos**

Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

**21** sáb e **22** dom  
09h00~17h30

### **VI Encontro Nacional de Nautimodelismo TEAM**

Org.: TEAM - Truques e Engenhocas  
Associação de Modelismo  
Jardim Oudinot, Gafanha da Nazaré

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, no Campeonato  
Distrital de Iniciados - Luso.

**25** qua

19h15

### **Aula de Lohan Chi**

**Programa Municipal Desporto para Todos**

Org.: A.C.D. "Os Ílhavos" e AKCV  
Sede da A.C.D. "Os Ílhavos"

**28** sáb

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**,  
Secção de Trail, no Trail Serra da Freita  
- Merujal.

**28** sáb e **29** dom

Participação da **A.C.D. "Os Ílhavos"**,  
Secção de Atletismo, no Campeonato  
Distrital de Infantis - Aveiro.

Participação do **G.D. Gafanha**, Secção  
de Atletismo, no Campeonato Distrital  
de Veteranos e no Campeonato  
Distrital de Infantis - Aveiro.

**29** dom

### **3.ª Corrida Solidária Bosch**

Participação do **G.D. Gafanha**,  
Secção de Atletismo, na 3.ª Corrida  
Solidária Bosch.



# FORAL ÍLHAVO MANUELINO

1514 · 2014

Por alturas da atribuição do Foral Novo eram representantes da Câmara Municipal de Ílhavo ...

Antes da apresentação dos protagonistas da “História” deste mês, os representantes da Câmara Municipal de Ílhavo na época da atribuição do seu Foral Manuelino, contextualizar-se-ão as Câmaras Municipais e suas funções no início de Quinhentos.

A denominação “Câmara Municipal” provém do facto de os oficiais responsáveis pela administração de uma localidade se reunirem numa câmara. Com o passar do tempo, por analogia, começou a utilizar-se o termo para identificar o órgão de administração local.

A afirmação da municipalidade no Reino de Portugal deve-se, em boa parte, à legislação de Trezentos, sobre os juízes de fora e os corregedores, à legislação de ordenação dos pelouros (1391), às Ordenações Afonsinas (1446/47), que definiam as competências das câmaras, bem como dos ofícios camarários, ao Regimento das cidades, vilas, e lugares (1504) e às Ordenações Manuelinas (1512 - 1514), estas últimas com um peso considerável na universalização dos concelhos como unidades administrativas e judiciais de 1.ª instância.

Com os forais “reformados” deixaram de existir os princípios de administração e de direito particulares específicos para cada terra, como determinavam os forais velhos, passando a obedecer-se a um modelo geral. A única herança das primeiras cartas foralengas foram apenas os direitos e os deveres para com a coroa e donatários das terras.

A uniformização da administração/organização municipal constituiu mais um dos inúmeros e grandiosos marcos do monarca bem-aventurado, D. Manuel I.

Em Quinhentos, as câmaras eram constituídas por um juiz-presidente, que podia ser ordinário ou de fora, a quem competia a jurisdição de primeira instância. Para além deste representante concelhio que ocupava o topo da hierarquia, existiam dois ou mais vereadores, um procurador e um tesoureiro. Estes oficiais, exceptuando o primeiro, eram eleitos localmente e confirmados pela coroa ou donatário da terra.

Com a responsabilidade de fiscalização de medidas, fixação de preços e abastecimento de géneros encontravam-se os almotacés que, apesar de não pertencerem à câmara, detinham um papel preponderante na organização e vida do concelho.

Existiam ainda os quadrilheiros, responsáveis pela ordem e segurança públicas, prendendo os criminosos, entregando-os às autoridades judiciais, e os juízes pedâneos ou de vintena, que existiam proporcionalmente ao número de habitantes de uma localidade, julgando e sentenciando pequenos conflitos entre os moradores.

As câmaras municipais tinham, nesta altura, a responsabilidade pela administração e regulação da vida económica e social das cidades, vilas, honras, terras e coutos do Reino de Portugal.

Reportando a Ílhavo, conta-nos Lopo Fernandes, o tabelião que oficializou o auto de entrega da carta de foral aos ilhavenses, de 2 de setembro de 1516, no lugar de Sá (termo do nosso concelho, atualmente pertença de Aveiro) que, nesse mesmo ano, Afonso Vaz era o Juiz do Concelho, o equivalente ao Presidente da Câmara nos dias de hoje, sendo João Pires e Diogo Fernandes os vereadores. Um ano antes, em 1515, o representante municipal era Diogo Dias.

Relativamente ao ano da outorga, contrariamente às expectativas, nada se sabe sobre os representantes da Câmara Municipal de Ílhavo, deixando-nos, curiosos quanto a esse vazio de informação, pelo menos, por ora.

Interessados, persistentes, mas sobretudo orgulhosos que somos, havemos de, mais cedo ou mais tarde, preencher a lacuna desta nossa "História".

Centro de Documentação de Ílhavo  
» Arquivos dos Órgãos Autárquicos  
Edifício dos Paços do Concelho  
Tel 234 329 600

» Arquivos de Temática Marítima  
CIEMar - Centro de Investigação  
e Empreendedorismo  
Tel 234 092 496  
E-mail: cdi@cm-ilhavo.pt



# associações



## Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo

Neste mês de junho, em que se realiza, no dia 1, a 15.<sup>a</sup> Feira Rural e de Artesanato da Costa Nova, o espaço “Associações” é dedicado ao Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo, que conta já com 30 anos de atividade.

O Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo foi fundado a 6 de janeiro de 1984, com a finalidade de fazer reviver as danças, os cantares e os usos e costumes de Ílhavo e da sua Região. Sócio efetivo da Federação do Folclore Português desde 1987, organiza anualmente o Festival de Folclore Primavera N.<sup>a</sup> Senhora dos Campos (1.<sup>o</sup> de maio), o Festival Internacional da Costa Nova (agosto) e o Festival de Folclore Cidade de Ílhavo (setembro) e participa nos mais conceituados Festivais Nacionais e Internacionais, tendo-se deslocado várias vezes a Espanha, França e também à Madeira e aos Açores, integrado no Festival Internacional do COFIT.



Fundadora das tradicionais “Tasquinhas de Ílhavo”, convertidas, em 2008, no Festival do Bacalhau, organizado atualmente pela Câmara Municipal de Ílhavo e pela Confraria Gastronómica do Bacalhau, esta Associação Cultural dedica-se à pesquisa das Modas e Danças dos finais do Séc. XIX e princípios do Séc. XX, designadamente na reconstituição de trajes dessa época, simbolizando, no seu folclore, o passado da vida do povo ilhavense, que, sendo de tradição marítima, também tem como referência etnográfica a vida rural e a ligação à Ria.



Contando desde outubro de 2013 com um Museu Etnográfico e Sede Social nas instalações da antiga Escola Primária da Gafanha da Boavista, o Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo tem desenvolvido um trabalho notável, mantendo viva a memória da etnografia de Ílhavo.

Objetivos futuros: abrir ao público o seu Museu Etnográfico e alargar as instalações do mesmo e continuar a respeitar o passado e a tradição, procurando sempre a sua verdade em pesquisas e recolhas.

O Rancho Regional do Rancho da Casa do Povo é portador da Medalha de Mérito Cultural da Cidade de Ílhavo e foi ainda agraciado com a Medalha do Concelho em Vermeil, no âmbito das Comemorações do Feriado Municipal de 2009.



Apartado 145  
3830-909 Ílhavo  
T 234 322 948 · 964 312 742  
E-mail: [claudiafreigota@sapo.pt](mailto:claudiafreigota@sapo.pt)

**Presidente**  
João Reigota

saúde



## Os Santos Populares e a Alimentação

Junho é tradicionalmente o mês dedicado aos santos populares, ao convívio e eventuais “excessos”. Daí a necessidade de moderação. Sardinhas, pimentos, caldo verde, broa de milho, vinho e doçaria constituem o prato do dia no Santo António, São Pedro e São João. Aqui ficam algumas sugestões para que possa desfrutar da tradição porque a saúde também conta:

### **A sardinha é um bom constituinte do prato que associa tradição e riqueza nutricional:**

A sardinha é a rainha das festas populares. É uma espécie por excelência da pesca portuguesa e faz bem à saúde.

A grande riqueza da sardinha está na elevada quantidade de ácidos gordos ómega 3, uma família de gorduras saudáveis boas para a nossa saúde. Devido a estes ácidos gordos essenciais, o consumo de sardinha contribui, entre outras coisas, para a redução do risco de doenças cardiovasculares, diminui a pressão arterial e ajuda a prevenir

a aterosclerose. Os ómega 3 levam também à redução dos riscos associados à doença de Parkinson e ajuda a travar o avanço da doença de Alzheimer. Além disso, as sardinhas são fonte de proteínas de elevado valor biológico, ferro, fósforo, magnésio e vitaminas A, B, D, E e K. Para que os efeitos positivos se façam sentir é necessário o consumo de sardinha e outros alimentos ricos em ómega 3 de forma regular. (Outros peixes ricos em ómega 3: cavala, salmão, arenque...). A vantagem da ingestão de sardinha, em relação aos outros peixes gordos, é que tem menos mercúrio pois passa menos tempo no mar.



### **A broa de milho e batatas cozidas com a pele são uma boa opção para acompanhar as sardinhas assadas.**

A broa poderá funcionar como um substituto da batata, pela sua riqueza em hidratos de carbono. Se optar por incluir a broa na sua refeição deve reduzir a quantidade de batata queingere.

### **Os pimentos, além de conferirem sabor e cor ao prato, fornecem um vasto leque de nutrientes, pelo que são um ótimo acompanhamento.**

Os pimentos são muito ricos em fibras e em vitaminas A, C, B6 e K, importantes para a pele e mucosas, visão e processo de cicatrização. Pode e deve complementar a refeição

com outros hortícolas (alface, cebola, tomate, cenoura...), para potenciar todos os benefícios nutricionais dos hortícolas.

Procure ingerir pimentos de diferentes cores para aumentar os benefícios nutricionais. Consuma hortaliças e legumes diariamente, na sopa, e inclua-os sempre no prato.

apenas uma ou duas rodela. Diariamente devemos recorrer ao consumo de sopa de legumes, para alcançar maior variedade de vitaminas e minerais pela diversidade de produtos hortícolas. Inicie sempre o almoço e o jantar com sopa de legumes e hortaliças.

**Quanto ao vinho (especialmente o tinto), pelas suas características nutricionais, nomeadamente a riqueza em compostos antioxidantes associada à redução do risco cardiovascular, parece ser um bom acompanhante da refeição dos adultos saudáveis.**

Por dia, aconselha-se a ingestão máxima de 2 copos para o homem e 1 copo para a mulher. Todos os que não quiserem ou puderem beber bebidas alcoólicas (incluindo todas as crianças) podem optar por água ou sumos de fruta naturais ou sumos 100%.



### **Modere a quantidade de azeite adicionada ao prato...**

...e prefira ervas aromáticas em vez de sal, para beneficiar do seu potencial antioxidante. Experimente o seguinte molho: azeite, alho, salsa e orégãos.

### **No que toca ao caldo verde...**

...pela presença de couve galega, é rico em cálcio, imprescindível ao crescimento e manutenção dos ossos e dentes.

Para tornar o caldo verde mais saudável, substitua parte da batata por curgete ou couve-flor, vai ver que praticamente não altera o sabor e fica menos calórica e mais rica em vitaminas, minerais e fibras; coza a chouriça à parte e acrescente no prato

### **Relativamente à doçaria...**

...o conselho é moderar! Arroz-doce, aletria e leite-creme são sobremesas tradicionais e que polvilhados com canela veiculam os benefícios desta especiaria: ajuda a controlar a diabetes, melhora transtornos digestivos, combate infeções das vias respiratórias, ajuda a combater o colesterol, entre outras, bastando o consumo de uma colher de café de canela em pó por dia.

**Aproveite as festas para dançar, para caminhar, para aumentar a atividade física de forma generalizada.** Desta forma poderá não só usufruir da festa na íntegra como também ajudar a controlar os possíveis “excessos” na alimentação.

a nossa gente

**João Aníbal  
Ramalheira**



Neste mês de junho, em que se realiza o Festival Rádio Faneca, dedicamos a rubrica “A Nossa Gente” a João Aníbal Ramalheira, um dos locutores da Rádio Faneca.

João Aníbal Ramalheira nasceu a 7 de março de 1953, na Freguesia de S. Salvador, Ílhavo. Embora o seu sonho de menino fosse ser Professor do Ensino Primário, tal como o seu pai, quis o destino que João Ramalheira seguisse outro rumo, ingressando na Escola de Regentes Agrícolas de Santarém.

Este ilhavense, que nos finais dos anos 60 tinha formado com alguns amigos o conjunto musical “Jota 4”, resolveu, em conjunto com José Paulo Vieira da Silva, João José Figueiredo Oliveira e José Peixoto, animar as tardes de domingo no Jardim Henriqueta Maia, com o programa “Orbital 2S”, transmitido da Cabine de Som da Publicidade Vouga – Rádio Faneca (por cima dos antigos serviços do CTT), numa altura em que estávamos ainda longe das Rádios Locais.

Terminado o Curso de Engenheiro Técnico Agrário e de regresso a casa, em 1973, João Ramalheira, organizou, em parceria com outros amigos, os primeiros Festivais da Canção do Illiabum Clube e continuou a tocar, mas como baterista, no conjunto “Jakarandá”.

Em 1978, iniciou o seu percurso profissional no Ensino Profissional Agrícola, tendo sido colocado na Escola Secundária de Vouzela, onde lecionou durante dois anos. Seguiram-se as Cidades de Portalegre, Setúbal, Évora, Baixa da Banheira, Lisboa e, por fim, Vagos.

Estreitamente ligado à história da Escola Profissional de Agricultura e Desenvolvimento Rural de Vagos (EPADRV), João Ramalheira foi aí docente e fez parte dos quadros da Direção, acumulando os cargos de dirigente Associativo na Banda dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo - Música Nova e na Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo, apostando na dinamização da sua Fanfarras (que durante muitos anos esteve inativa).

Dono de um espírito dinâmico e interessado, criou, em 1998, a sua página na Internet [www.ramalheira.com](http://www.ramalheira.com) para divulgar um conjunto precioso de informação sobre o mundo cultural ilhavense, sobretudo da primeira metade do século XX, desde teatro, revista, bem como outros acontecimentos de especial importância histórica. O bichinho da rádio, que vem desde a sua infância, quando aproveitava as bolas de pingue-pongue para simular os seus microfones e brincava aos discos pedidos, nunca mais o largou. Durante treze anos dinamizou o programa “Flor de Liz” da EPADRV e, aquando do centenário dos Bombeiros Voluntários de Ílhavo, realizou, com Manuel Teles e João Madalena, uma série de 100 programas radiofónicos denominada “Recordar é Viver”, ambos na Rádio Terra Nova.

Em 2012, João Ramalheira foi convidado para participar na Transmissão em direto “Ílhavo a Transmitir Alegria”, no âmbito do Festival Rádio Faneca, e mantém, desde 2010, o programa “Musicando”, igualmente na Rádio Terra Nova, mantendo desta maneira a sua intensa ligação ao mundo da Rádio.

# tabela de marés

|           |       | Preia-mar - altura |     |       | Baixa-mar - altura |       |     |       |     |
|-----------|-------|--------------------|-----|-------|--------------------|-------|-----|-------|-----|
| <b>1</b>  | dom   | 05.09              | 3.0 | 17.24 | 3.1                | 10.51 | 1.0 | 23.24 | 1.0 |
| <b>2</b>  | seg   | 05.45              | 2.8 | 18.00 | 3.0                | 11.29 | 1.1 | -     | -   |
| <b>3</b>  | ter   | 06.25              | 2.8 | 18.41 | 2.9                | 00.05 | 1.1 | 12.12 | 1.2 |
| <b>4</b>  | qua   | 07.11              | 2.7 | 19.29 | 2.8                | 00.52 | 1.2 | 13.01 | 1.3 |
| <b>5</b>  | qui ☾ | 08.07              | 2.6 | 20.27 | 2.7                | 01.45 | 1.3 | 14.00 | 1.4 |
| <b>6</b>  | sex   | 09.14              | 2.6 | 21.34 | 2.7                | 02.46 | 1.3 | 15.06 | 1.4 |
| <b>7</b>  | sáb   | 10.20              | 2.6 | 22.39 | 2.7                | 03.49 | 1.3 | 16.11 | 1.4 |
| <b>8</b>  | dom   | 11.19              | 2.7 | 23.38 | 2.8                | 04.47 | 1.2 | 17.10 | 1.3 |
| <b>9</b>  | seg   | -                  | -   | 12.12 | 2.8                | 05.40 | 1.1 | 18.03 | 1.1 |
| <b>10</b> | ter   | 00.31              | 2.9 | 12.59 | 3.0                | 06.28 | 1.0 | 18.52 | 1.0 |
| <b>11</b> | qua   | 01.21              | 3.0 | 13.45 | 3.2                | 07.13 | 0.9 | 19.38 | 0.8 |
| <b>12</b> | qui   | 02.08              | 3.2 | 14.31 | 3.3                | 07.57 | 0.7 | 20.24 | 0.6 |
| <b>13</b> | sex ☉ | 02.55              | 3.2 | 15.17 | 3.4                | 08.41 | 0.6 | 21.09 | 0.5 |
| <b>14</b> | sáb   | 03.42              | 3.3 | 16.03 | 3.5                | 09.25 | 0.6 | 21.56 | 0.5 |
| <b>15</b> | dom   | 04.29              | 3.3 | 16.51 | 3.5                | 10.11 | 0.6 | 22.44 | 0.5 |
| <b>16</b> | seg   | 06.18              | 3.3 | 17.40 | 3.5                | 10.59 | 0.6 | 23.34 | 0.6 |
| <b>17</b> | ter   | 06.09              | 3.2 | 18.32 | 3.4                | 11.50 | 0.8 | -     | -   |
| <b>18</b> | qua   | 07.04              | 3.1 | 19.29 | 3.2                | 00.27 | 0.7 | 12.47 | 0.9 |
| <b>19</b> | qui ☾ | 08.04              | 2.9 | 20.31 | 3.1                | 01.26 | 0.9 | 13.50 | 1.0 |
| <b>20</b> | sex   | 09.11              | 2.8 | 21.39 | 3.0                | 02.30 | 1.0 | 15.00 | 1.1 |
| <b>21</b> | sáb   | 10.20              | 2.8 | 22.46 | 2.9                | 03.39 | 1.1 | 16.12 | 1.2 |
| <b>22</b> | dom   | 11.25              | 2.9 | 23.50 | 2.9                | 04.46 | 1.1 | 17.20 | 1.2 |
| <b>23</b> | seg   | -                  | -   | 12.24 | 2.9                | 05.48 | 1.1 | 18.22 | 1.1 |
| <b>24</b> | ter   | 00.47              | 2.9 | 13.16 | 3.0                | 06.41 | 1.0 | 19.14 | 1.0 |
| <b>25</b> | qua   | 01.38              | 3.0 | 14.02 | 3.1                | 07.27 | 1.0 | 19.58 | 0.9 |
| <b>26</b> | qui   | 02.22              | 3.0 | 14.43 | 3.2                | 08.07 | 0.9 | 20.38 | 0.9 |
| <b>27</b> | sex ☀ | 03.02              | 3.0 | 15.21 | 3.2                | 08.44 | 0.9 | 21.15 | 0.8 |
| <b>28</b> | sáb   | 03.39              | 3.0 | 15.56 | 3.2                | 09.20 | 0.9 | 21.50 | 0.8 |
| <b>29</b> | dom   | 04.14              | 3.0 | 16.30 | 3.2                | 09.54 | 0.9 | 22.25 | 0.8 |
| <b>30</b> | seg   | 04.47              | 3.0 | 17.03 | 3.1                | 10.29 | 0.9 | 23.00 | 0.9 |





# farmácias

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

\* Disponibilidade até às 22h00

## Ílhavo

Diniz Gomes - Tel 234 322 885

Moderna - Tel 234 328 222

Santos - Tel 234 322 930/326 486

Senos - Tel 234 322 742

## Gafanha da Nazaré

Branco - Tel 234 361 576

Morais - Tel 234 361 817

## Gafanha da Encarnação

Ribau - Tel 234 365 131

## Praia da Barra

Ança Castro - Tel 234 360 721



férias



divertidas



Câmara Municipal de **ilhavo**

## > Férias Divertidas

DOS 6 AOS 12 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** JOGOS AQUÁTICOS; CANOAGEM; EQUITAÇÃO; JOGOS DE PRAIA; VISITAS DENTRO E FORA DO MUNICÍPIO; MINIGOLFE; JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS; ATELIÉS; CINEMA; SURF; VAGASPLASH; ESPAÇO INTERNET; EMER; IDAS À PRAIA; ENTRE OUTRAS.

## > Férias Divertidas Náuticas

DOS 9 AOS 15 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** CANOAGEM; SURF; VELA; VISITAS FORA E DENTRO DO MUNICÍPIO; JOGOS AQUÁTICOS; JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS; CINEMA; NATAÇÃO; EXPERIÊNCIA DE MERGULHO; IDAS À PRAIA; PISCINA DESCOBERTA; CASTANHEIRA DE PERA (PISCINA DE ONDAS); ENTRE OUTRAS.

## > Desafios de Verão

DOS 13 AOS 15 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** SURF / BODYBOARD; CANOAGEM E ORI-CANOAGEM; ATIVIDADES RADICAIS; JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS; EXPERIÊNCIA DE MERGULHO; MINIGOLFE; ORIENTAÇÃO; VAGASPLASH; ENTRE OUTRAS.

## > Nadador Salvador Júnior

DOS 10 AOS 15 ANOS DE IDADE

**ATIVIDADES:** ATIVIDADES TÍPICAS DA VIDA PROFISSIONAL DO NADADOR SALVADOR; NATAÇÃO DE SALVAMENTO AQUÁTICO; CANOAGEM; VISITA AOS BOMBEIROS (SUPORTE BÁSICO DE VIDA); IDAS À PRAIA; SIMULACRO ISN; VAGASPLASH; ENTRE OUTRAS.

- 1ª SEMANA · 16 a 20 de junho · FÉRIAS DIVERTIDAS
- 2ª SEMANA · 23 a 27 de junho · FÉRIAS DIVERTIDAS E FÉRIAS DIVERTIDAS NÁUTICAS
- 3ª SEMANA · 30 junho a 4 de julho · FÉRIAS DIVERTIDAS E NADADOR SALVADOR JÚNIOR
- 4ª SEMANA · 7 a 11 de julho · FÉRIAS DIVERTIDAS E DESAFIOS DE VERÃO
- 5ª SEMANA · 14 a 18 julho · FÉRIAS DIVERTIDAS NÁUTICAS
- 6ª SEMANA · 21 a 25 de julho · FÉRIAS DIVERTIDAS E NADADOR SALVADOR JÚNIOR
- 7ª SEMANA · 28 de julho a 1 de agosto · FÉRIAS DIVERTIDAS
- 8ª SEMANA · 4 a 8 de agosto · FÉRIAS DIVERTIDAS
- 9ª SEMANA · 11 a 14 de agosto · FÉRIAS DIVERTIDAS
- 10ª SEMANA · 18 a 22 de agosto · FÉRIAS DIVERTIDAS
- 11ª SEMANA · 25 a 29 de agosto · FÉRIAS DIVERTIDAS

## Inscrições: a partir de 26 maio

PARA JUNHO: até 6 junho JULHO: até 27 junho AGOSTO: até 18 julho



### INSCRIÇÃO:

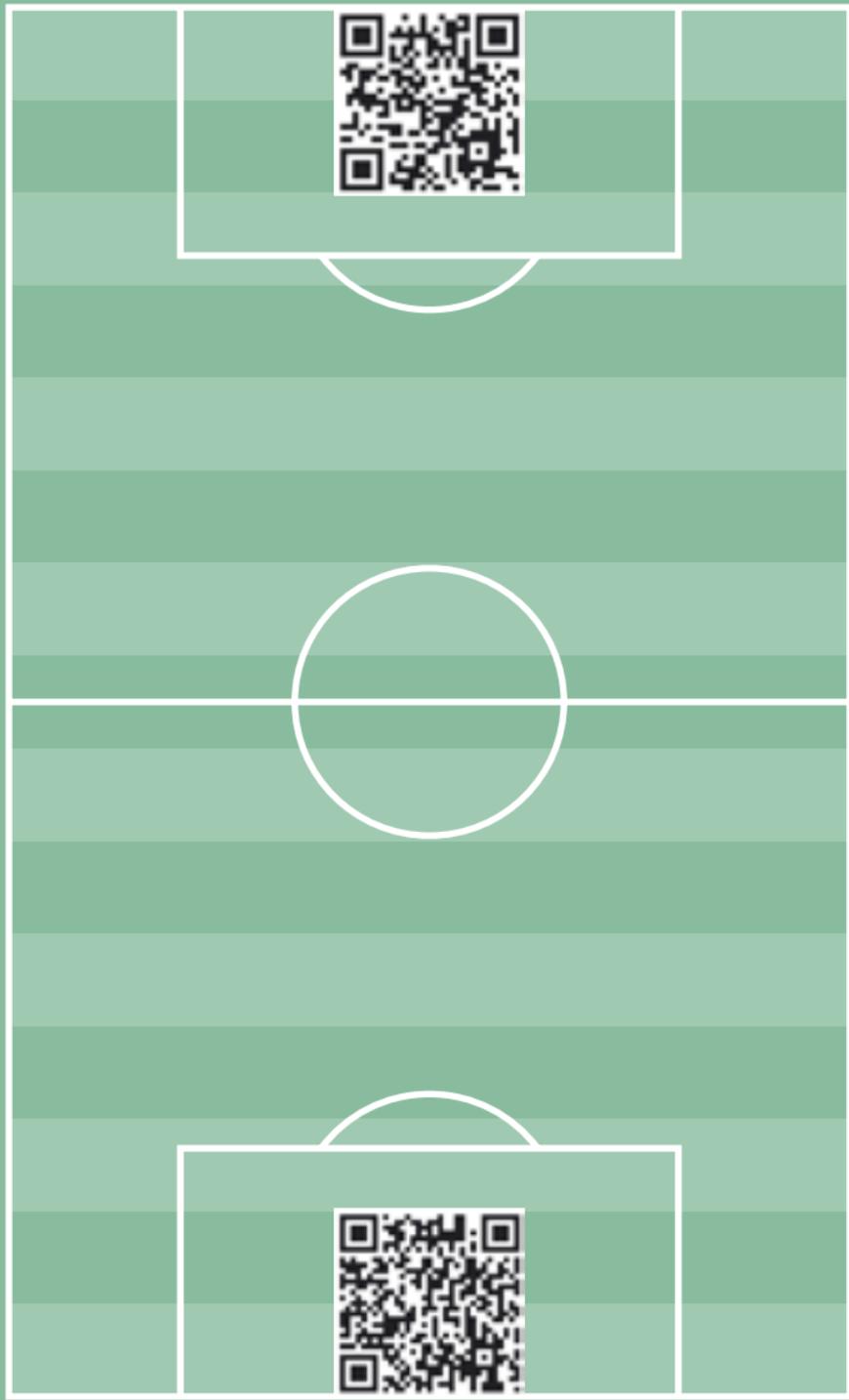
#### Piscinas do Município

Ílhavo · Tel 234 329 607 | Gafanha da Nazaré · Tel 234 363 080

Inclui: Kit (identificador; manual de acolhimento; T-shirt do programa; boné; seguro; almoço; acompanhamento técnico e transporte entre as atividades).

### MAIS INFORMAÇÕES:

[www.cm-ilhavo.pt](http://www.cm-ilhavo.pt) ou por e-mail [desporto@cm-ilhavo.pt](mailto:desporto@cm-ilhavo.pt)



16 junho 17h00 Alemanha vs Portugal · 22 junho 23h00 Estados Unidos vs Portugal · 26 junho 17h00 Portugal vs Ghana