

outubro
2022

#282

Município

Ilhavo

AGENDA



ilhavo
Câmara Municipal

6 QUI

Reunião Pública do Executivo Municipal

**Sede da Associação de Moradores
da Senhora dos Campos**

13 QUI

Encontro CPCJ

**“Tempestade num copo de água:
a saúde mental das crianças e jovens”
Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré**

15 SÁB

Sábado Aberto no Estaleiro

**“Máquina de Rabiscos”
“À luz da eletrónica”
Estaleiro - Estação Científica de Ílhavo**

29 SÁB

10.º Seminário Desafios do Mar Português

**“Do Mar às Artes”
Museu Marítimo de Ílhavo**

30 DOM

Meia Maratona de Ílhavo **Município de Ílhavo**

editorial



Damos as boas-vindas ao outono, partilhando as diversas iniciativas que irão decorrer ao longo do mês de outubro e que são o pretexto para o encontro e participação ativa da nossa comunidade.

Este mês, a Reunião Pública do Executivo Municipal realiza-se no dia 6, na sede da Associação de Moradores da Senhora dos Campos. Com a descentralização das reuniões públicas para as nossas freguesias pretendemos aumentar a democracia participativa, através do diálogo aberto com a população e do envolvimento ativo da comunidade na tomada de decisões.

No dia 13, a Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Ílhavo promove, na Fábrica das Ideias da Gafanha da Nazaré, o VI Encontro “Tempestade num copo de água”, dedicado a um tema muito delicado - a saúde mental das crianças e dos jovens.

Em destaque está também o Seminário Desafios do Mar Português, no dia 29, e a Meia Maratona de Ílhavo, no dia seguinte.

Contamos convosco para fazer do nosso Município um lugar de encontro e de partilha, onde vale a pena viver.

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.
Org.: Centro de Documentação de Ílhavo e Rádio Terra Nova
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.
Org.: Biblioteca Municipal de Ílhavo e Rádio Terra Nova
Facebook: bibliotecamunicipaldeilhavo

“Academia do Desenrasque”

quartas e sextas
14:30–17:00
Promoção de criatividade com ciência, tecnologia e tradição à mistura.
Destinatários: alunos do 5.º e 6.º anos
Inscrições: estaleiro@cm-ilhavo.pt
Estaleiro - Estação Científica de Ílhavo

“História do dia...

com sabor a frutos secos”

terças a sextas
4 a 21 outubro
17:00
Ao longo da semana há histórias para as famílias desfrutarem.
Destinatários: M/2 acompanhados por um adulto
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

Vamos à BMI...

Menu de Histórias!

terça a sexta
Escutar histórias que aproximam o mundo culinário e o universo de fantasia das crianças, na Hora do Conto dinamizada em espaço próprio e decorado a preceito. A ação inclui: Visita Guiada à Biblioteca, Hora do Conto e Ateliê, durante todo o ano letivo.
Destinatários: alunos do Pré-escolar e 1.º CEB
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

Bebeteca

- 10:30 sáb 1 “A caracóis Dourados e os Três Ursos”
sáb 8 “A Branca de Neve e os Sete Anões”
sáb 15 “Pinóquio”
sáb 22 “Pequeno Polegar”
sáb 29 “Hansel e Gretel”

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

Livros da Coleção Contos Clássicos
com ilustrações de Giovana Medeiros.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Hora do Conto

- 16:30 sáb 1 “A Árvore”
de Patrícia Hegarty e Britta Teckentrup
sáb 8 “A Lua”,
de Patrícia Hegarty e Britta Teckentrup
sáb 15 “A Árvore das recordações”
de Britta Teckentrup
sáb 22 “O ratinho do muro vermelho”
de Britta Teckentrup

Destinatários:
crianças a partir
dos 4 anos
acompanhadas por
um adulto

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

BIBLIOTECA ONLINE

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

EXCLUSIVO 
Biblioteca Municipal
de Ílhavo

Bebeteca

- 18:30 qua 12 “Monstro!”
de Rosie Greening e Stuart Lynch
(da Coleção “Não toques no...”)

Hora do Conto

- 18:30 qua 26 “Eu gosto de ti. E tu?”
de Inês Almeida e Nicholas Carvalho

NOVEMBRO

4 a 6 **Milha - Festa da Música e dos Músicos de Ílhavo**

12 **Mar Film Festival**

19 e 20 **Comemorações do Dia Nacional do Mar**

exposições

“C_Vib”

Esculturas sonoras interativas

Exposição de Yola Pinto e Simão Costa

Inauguração a 2 de outubro

Patente até 29 de outubro

Casa Cultura Ílhavo

“Estou aqui”

Ilustrações de Nic e Inês



Patente até 29 de outubro

Biblioteca Municipal de Ílhavo

11.º Aniversário

“Ao Som das Histórias”

Exposição comemorativa

Patente até 29 de outubro

Biblioteca Municipal de Ílhavo

“O Grande Norte”

Conheça a última grande aventura marítima portuguesa até à grande ilha do Ártico.

Patente até 6 de novembro

Museu Marítimo de Ílhavo

“Quem me navega é o Mar”

por Cássio de Lucena

Patente até 31 de dezembro

Museu Marítimo de Ílhavo

“As redes de emalhar na pesca do bacalhau: a frota dos navios redeiros”

Período de atividade piscatória do Navio Santo André com arte de redes de emalhar.



Patente até 31 de dezembro

Navio-Museu Santo André

“Cliché”

Fotografia de Paulo de Brito Namorado

Patente até 31 de dezembro

Centro de Religiosidade Marítima



BUPI BALCÃO ÚNICO
DO PRÉDIO

Atendimento:



Ílhavo

Câmara Municipal

Câmara Municipal de Ílhavo

segunda a sexta

9:00—13:00 14:00—17:00

Atendimento sujeito a marcação prévia:

234 329 600

Informações: bupi@cm-ilhavo.pt

1

Reúna o Cartão de Cidadão,
a Caderneta Predial da AT
e comprovativos de titularidade

2

Desenhe o seu terreno no
balcão BUPI ou em bupi.gov.pt

3

Registe o seu terreno
de forma gratuita

SEGUNDAS

09:30 e 10:30

Joga

O poder do jogo para a interação social, promoção da atividade física e estimulação.

Org.: Projeto miOne, do Departamento de Comunicação e Arte - Digimedia, Universidade de Aveiro

Destinatários: M/55

TERÇAS, QUARTAS E QUINTAS

10:30

Projeto UpMindJoga

Otimização do funcionamento cognitivo, do estado emocional e da funcionalidade, com vista ao bem-estar da população sénior e das pessoas com Declínio Cognitivo Ligeiro.

Org.: Centro de Investigação Cognitivo-Comportamental (CINEICC) da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra

Destinatários: M/50

QUARTAS

10:30

Maiores ON

Aprender a utilizar um computador ou a navegar na internet com segurança.

Destinatários: comunidade sénior

QUINTAS E SEXTAS

10:30

Estimulação Cognitiva

Conjunto de sessões de treino cognitivo.

Destinatários: M/55

TERÇAS E SEXTAS

14:30

Música

Grupo de Cavaquinhos da Maior Idade

Destinatários: M/55

Fórum Municipal da Maior Idade

1^A 29
SÁB



2.º Festival de Teatro

João D'Almeida

Org.: Grupo teatro Ribalta

Laboratório Artes Teatro Vista Alegre

21:30

01 “Falar verdade a mentir”

por A Contacto - Companhia de Teatro Água Corrente (Ovar)

08 “Romeu e Julieta”

por AACE - grupo Casa de Nós

15 “Atrás do Sofá”

por Cénico - Grupo de Teatro Popular

22 “Estará ele mesmo morto?”

por GEDE - Grupo de Expressão Dramática de Escapães

29 “Criada para todo o serviço”

por Teatro Ribalta

M/6

3,00€ (bilheteira da Casa da Cultura de Ílhavo e BOL)

Informações: grupo.teatro.ribalta@gmail.com

1 SÁB

08:30—13:00

CRIAI e Mercado da Terra

Org: Junta de Freguesia de São Salvador

Mercado Municipal de Ílhavo

10:00—17:00

Feira (náutica) dos Sócios

Oportunidade para vender, dar ou trocar elementos, produtos e equipamentos náuticos.

Org.: Clube de Vela da Costa Nova (CVCN)

Bar do Guincho (CVCN) - Costa Nova

10:00

Dia Aberto ao Professor

Apresentação da oferta educativa do Museu Marítimo de Ílhavo e visitas guiadas ao Museu, ao Navio-Museu Santo André e ao Centro de Religiosidade Marítima.

Museu Marítimo de Ílhavo

2 DOM

16:00 MÚSICA

Gestos Invisíveis

por Sonoscópia

60' M/6

Casa Cultura Ílhavo

4,00€ com descontos

3 SEG



14:30

A Avó sai da Caixa

kits criativos e otimistas 60+

Apresentação do projeto e da oficina

Laboratório do Envelhecimento

4 TER

14:30

@BMI - Ferramentas Web para todos

Como consultar informação, utilizar e comunicar através de ferramentas digitais.

Destinatários: adultos

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

6 QUI

10:00

Reunião Pública do Executivo Municipal

Audição do Público a partir das 11:30

Sede da Associação de Moradores
da Senhora dos Campos

8 SÁB

21:30

21.º Festival da Canção Vida

Artista convidada: Carolina de Deus

Org.: Grupo de Jovens "A Tulha"

M/6

Casa Cultura Ílhavo

5,00€

9 DOM

10:30

Planteia em Família

Oficina "Pigmentos naturais" + Jogos Ganhar Futuro
90' M/3

Inscrições: mediacao.23milhas@cm-ilhavo.pt

Planteia - Casa da Cultura de Ílhavo



14:00-18:00

Dia Aberto no Museu

Museu Marítimo de Ílhavo

Navio-Museu Santo André

Centro de Religiosidade Marítima

10 SEG

Início do Programa de Iniciação à Natação

Destinatários: crianças dos Jardins de Infância públicos
e privados e IPSS

Piscinas Municipais

de Ílhavo e da Gafanha da Nazaré

12 QUA

14:30

Clube de Genealogia

Necessário computador portátil ou tablet.

Inscrições: cdi@cm-ilhavo.pt ou 234 092 496

Limitado a 5 participantes

Centro de Documentação/CDI

CIEMar-Ílhavo

13 QUI

08:30—13:00

Feira dos 13 - Vista Alegre

Freguesia São Salvador



09:00-16:30

VI Encontro CPCJ

“Tempestade num copo de água:
a saúde mental das crianças e jovens”

Destinatários: técnicos de saúde e intervenção social,
professores, pais

Inscrições: 234 329 632 . cpcj@cm-ilhavo.pt

Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

14 SEX

21:30 MÚSICA

Tim Bernardes

90' M/6

Casa Cultura Ílhavo

16,00€ com descontos



DESPORTO

1 SÁB

18:30

GD Beira-Ria
GD Mata

Campeonato Nacional Futsal
III Divisão Masculino

Pavilhão Desportivo Gafanha do Carmo

1 e 2

SÁB e DOM

08:00—18:00

Campeonato Nacional
Bodyboard Masters
(masculino e feminino)

Dropknee
Kneeboard

Praia da Costa Nova

Org: Associação de Surf de Aveiro,
Federação Portuguesa de Surf

2 DOM

34.º Concurso Nacional

Pesca
Desportiva
de Mar

Município de Ílhavo

Secção de Pesca
ACD “Os Ílhavos”

Praias da Barra e da Costa Nova

GD Gafanha
GRIB

CN2 Masculino Norte E1

Basquetebol
Pavilhão Desportivo
Gafanha da Nazaré

09:00—12:30

Dia Aberto
Clube Náutico
Boca da Barra

Muita diversão à Vela.

Treinos da
nova época desportiva
SÁB e DOM
09:00—2:30

Classe Optimist (7 aos 15 anos)
Classe Laser (maiores 15 anos)

Informações:
academiadevela@cnbb.pt
Clube Náutico Boca da Barra



13.10.2022

Fábrica das Ideias,
Gafanha da Nazaré

VI ENCONTRO



TEMPESTADE NUM COPO DE ÁGUA

A saúde mental das crianças e dos jovens.

15 SÁB

09:00—13:00

“Porta da Bagageira”

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador

Inscrições: info@freguesiassalvador.pt

Mercado Municipal de Ílhavo

10:00—12:30

Sábado Aberto no Estaleiro

Inscrições: estaleiro@cm-ilhavo.pt

Estaleiro - Estação Científica de Ílhavo

10:00 Máquina de Rabiscos

Construção de uma máquina com circuito elétrico simples.

Destinatários: M/6

11:30 À luz da eletrónica

Aprendizagem de eletrónica e experimentação de técnicas de soldadura.

Destinatários: M/12



15:00

Saberes com Sabor

“Desafios das farinhas e massas sem glúten”
por Sem, mas sabe bem!

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

5,00 €

18 TER

14:30

@BMI - Ferramentas Web para todos

Como consultar informação, utilizar e comunicar através de ferramentas digitais.

Destinatários: adultos

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

21 SEX

18:30

Manual de Instruções Anti-Bullying

por Hugo Simões

Dia Mundial do Combate ao Bullying

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

22 SÁB

09:00

“Ação de Limpeza Especial”

**Limpeza de Resíduos Biológicos
na Colónia Agrícola**

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador

e Associação de Moradores da Senhora dos Campos

Capela Senhora dos Campos

09:00 FORMAÇÃO

Risoterapia

por Associação +Feliz

Conhecer o poder do sorriso através de exercícios práticos.

Inscrições e informações: fernandobatista@maisfeliz.eu

Laboratório do Envelhecimento

09:00—12:30 e 13:30—17:00

EMER em Família

**Vem pedalar e aprender de forma divertida
a temática de Educação Rodoviária**

**Escola Municipal de Educação Rodoviária
Gafanha da Nazaré**

17:00

“Celebrar a vida - fragmentos de uma quase autobiografia”

Apresentação do livro de Rosa Fernandes

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

“Tanto Mar!”

Museu Marítimo de Ílhavo

10:30 OFICINA

Moliceiro em papel

dinamizada pela TEAM

Modelo realizado a partir da folha de papel.

M/12

Limitado a 6 pessoas

18:00 CONVERSA DE MAR

“O oceano ártico em mudança”

com João Canário (investigador do IST)

21:30

Serões da Légua

“Pandemónia”

pelo GRAL - Grupo Recreativo Amigos da Légua
Teatro de Revista.

M/6

Salão da Casa N. Sr.ª da Luz

Légua - Ílhavo

23 DOM



11:00 TEATRO

Não há duas sem três

por Catarina Requeijo

30' M/3

Planteia - Casa Cultura Ílhavo

4,00€ com descontos

14:30 OFICINA PLANTEIA

Plantio de Outono

com Fernanda Botelho

90' M/3

Inscrições: mediacao.23milhas@cm-ilhavo.pt

Planteia - Casa Cultura Ílhavo

25 A 28
TER A SEX



17:00

História do Dia... de fugir e chorar por mais

A BMI convida as famílias a ouvirem muitas histórias assustadoras e arrepiantes.

Destinatários: M/2 acompanhadas por um adulto

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

27 QUI



21:00

Comunidade de Leitores “Música nos Livros”

Partilhe as suas leituras com música.

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

21:30

Presidência Aberta Gafanha de Aquém

Org: Junta de Freguesia de São Salvador

Sede do Grupo de Jovens “A Tulha”

28 SEX

21:30 TEATRO

Língua por Estrutura

60' M/12

Casa Cultura Ílhavo

5,00€ com descontos





29
outubro



do Mar
às Artes

10º Seminário "Desafios do Mar Português"

10:00

Sessão de Abertura

João Campolargo

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

Susana Menezes

Diretora Regional de Cultura do Centro

10:30

Painel I Visões do mar

» **Iconografia marítima
na azulejaria portuguesa**

Alexandre Nobre Pais

Museu Nacional Azulejo

» **Os Mares
de Luís Noronha Da Costa**

Raquel Henriques da Silva

IHA – NOVA FCSH

12:00

Painel II O mar entre linhas e pautas

» **O Mar e a Música.
Representações do Mar
na música ocidental**

António Vassalo Lourenço

DeCA-UA

» **Mar, música, mãe.
Maresia, som, maternidade.**

**A propósito de gôndolas e
de sereias e de Sophia**

Edward Ayres de Abreu

Museu Nacional da Música/INET-md

14:30

Painel III Marés de tradição, Vagas de letras

» **Que ciência tem o mar
que tanta água em si junta?**

Ana Paula Guimarães

IELT – NOVA FCSH

» **O mar na vida e obra
de Raul Brandão**

José Carlos Seabra Pereira

CIEC-UC

16:00

Painel IV Um novo olhar sobre o mar

» **O mar como inspiração artística**

Bruno Estima

Wetumtum

» **Percepções oceânicas:
Animais marinhos entendidos
como hiper-objetos**

Nina Vieira

CHAM – NOVA FCSH

21:00

O Mar pela Objetiva

» **Das novas vagas e de outras
vagas: o mar no cinema português**

Hugo Barreira

CITCEM-UP

Informações e Inscrições

T 234 329 990 ou 234 092 496

ciemar.mmi@cm-ilhavo.pt

www.cm-ilhavo.pt

29 SÁB

09:00—13:00 9.ª EDIÇÃO

Feira da Saúde

“Olhares.Lions”

Uma oportunidade para melhorar a sua saúde e o seu bem estar.

Org.: Lions Clube de Ílhavo

Mercado Municipal de Ílhavo

10:00

10.º Seminário

Desafios do Mar Português

“Do Mar às Artes”

Museu Marítimo de Ílhavo

16:30

Histórias em Palco...

“Halloween na Quinta”

por GRAL

(Grupo Recreativo Os Amigos da Légua)

O gato Bife, a cadela Ginja, o galo Cristas, a pata Zita, o porco Tó e a ovelha Lola, os animais da Quinta, preparam uma Festa de Halloween.

M/4

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo



21:30 DANÇA

C_Vib

por Yola Pinto e Simão Costa

60' Para todas as idades

Casa Cultura Ílhavo

4,00€ com descontos

31 SEG

“Concurso de Abóboras Halloween”

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador.

Escolas da Freguesia



4^a MEIA MARATONA ILHAVO

30 OUTUBRO 2022 | 10H



MEIA MARATONA (21097 metros)

MINI MARATONA (7,5 KM)

CAMINHADA (7,5 KM)

CORRIDA DA PEQUENADA (500 METROS)



DESPORTO

8 SÁB

19:30

GD Gafanha

União 1919

Campeonato Nacional Futsal
II Divisão Feminino

Pavilhão Desportivo Teresa Machado
Gafanha da Nazaré

22 SÁB

18:30

GD Beira-Ria

ACR Arnal

Campeonato Nacional Futsal
III Divisão Masculino

Pavilhão Desportivo
Gafanha do Carmo

29 SÁB

21:00

GD Gafanha

BCX

CN2 Feminino Norte D3
- Basquetebol

Pavilhão Desportivo
Gafanha da Nazaré

9 DOM

15:00

SC Vista Alegre

GD Mealhada

Campeonato Distrital
I Divisão Futebol

Campo Municipal da Vista Alegre

19:30

GD Gafanha

Casa Povo Freixo

Campeonato Nacional Futsal -
II Divisão Feminino

Pavilhão Desportivo Teresa Machado
Gafanha da Nazaré

30 DOM

10:00

**IV Meia
Maratona
de Ílhavo**

Meia Maratona: 21,097 km

Mini Maratona: 7,5 km

Caminhada: 7,5 km

Corrida da Pequeneda:
500 mts

Org.: Câmara Municipal
de Ílhavo e Melinvest
Inscrições e Informações:
<http://atletas.net.pt>
Município de Ílhavo

15 SÁB

18:00

Illium Club

SC Vasco da Gama

Proliga - Basquetebol

Pavilhão Capitão Adriano Nordeste

23 DOM

15:00

SC Vista Alegre

GD Águas Boas

Campeonato Distrital I Divisão
- Futebol

Campo Municipal da Vista Alegre

N.E.G.E.

FC Cesarense

Campeonato Nacional III
Divisão Feminino - Futebol

Complexo Desportivo do NEGE

18:00

**GD Gafanha
Clube Bola Basket**

CN2 Masculino Norte E1
- Basquetebol

Pavilhão Desportivo
Gafanha da Nazaré

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 10 de outubro para incluir na Agenda de Eventos Município de Ílhavo do mês de novembro 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 Comunicação depósito legal 136577/99 tiragem 4.000 exemplares distribuição gratuita

marés

	PREIA-MAR - ALTURA				BAIXA-MAR - ALTURA			
1 sáb	06:17	3.0	18:43	2.9	---	---	12:07	1.0
2 dom	07:11	2.8	19:49	2.7	00:30	1.2	13:11	1.2
3 seg ☾	08:27	2.7	21:26	2.5	01:42	1.2	14:42	1.3
4 ter	10:04	2.7	23:01	2.6	03:21	1.2	16:21	1.3
5 qua	11:26	2.9	---	---	04:52	1.2	17:39	1.1
6 qui	00:11	2.8	12:29	3.1	05:59	1.2	18:36	0.9
7 sex	01:05	3.0	13:20	3.3	06:51	0.9	19:22	0.7
8 sáb	01:50	3.2	14:06	3.5	07:34	0.8	20:02	0.6
9 dom ●	02:31	3.3	14:48	3.5	08:14	0.6	20:39	0.5
10 seg	03:09	3.4	15:27	3.5	08:51	0.6	21:14	0.5
11 ter	03:45	3.4	16:04	3.4	09:28	0.6	21:48	0.6
12 qua	04:20	3.3	16:39	3.3	10:04	0.7	22:21	0.8
13 qui	04:52	3.2	17:12	3.1	10:40	0.8	22:54	0.9
14 sex	05:25	3.0	17:45	2.9	11:19	1.0	23:30	1.1
15 sáb	05:59	2.9	18:22	2.7	---	---	12:01	1.2
16 dom	06:39	2.7	19:10	2.5	00:10	1.3	12:55	1.4
17 seg ☾	07:36	2.6	20:26	2.3	01:05	1.5	14:12	1.5
18 ter	09:04	2.5	22:11	2.3	02:29	1.6	15:43	1.5
19 qua	10:37	2.5	23:27	2.5	04:01	1.6	17:00	1.4
20 qui	11:42	2.7	---	---	05:11	1.5	17:53	1.3
21 sex	00:18	2.7	12:30	2.9	06:01	1.3	18:33	1.1
22 sáb	00:58	2.8	13:10	3.0	06:40	1.1	19:08	0.9
23 dom	01:34	3.0	13:47	3.2	07:16	0.9	19:41	0.8
24 seg	02:08	3.2	14:23	3.3	07:51	0.8	20:13	0.6
25 ter ●	02:43	3.3	14:59	3.4	08:26	0.7	20:47	0.6
26 qua	03:19	3.4	15:36	3.4	09:02	0.6	21:22	0.6
27 qui	03:56	3.4	16:15	3.3	09:41	0.6	22:00	0.6
28 sex	04:35	3.3	16:58	3.2	10:22	0.6	22:40	0.8
29 sáb	05:18	3.2	17:45	3.0	11:09	0.8	23:26	1.0
30 dom	06:08	3.1	18:40	2.8	---	---	12:04	1.0
31 seg	07:08	2.9	19:53	2.7	00:23	1.2	13:13	1.1

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

Martírio de Santa Ursula e as Onze Mil Virgens



Ursula de Colónia celebra a sua festa a 21 de outubro. Princesa inglesa, foi martirizada no ano 383 pelos hunos, episódio retratado nesta pintura, juntamente com 11 virgens que a acompanhavam. A pintura sobre tela, de início do século XVIII, pertenceu ao Convento de Sá de Aveiro, passando para extinto Asilo de Nossa Senhora do Pranto de Ílhavo. Mostra um porto de mar com caravelas, e explica que os percursos religiosos aconteciam mais por mar do que por terra, evitando conflitos armados e perigos. Santa Ursula estava para casar com o futuro rei de Inglaterra mas um chamamento à religião cristã fê-la peregrinar a Roma. Em Roma conheceu o Papa Dâmaso I que a terá acompanhado até Colónia, onde foi martirizada. Dâmaso I foi o primeiro Papa a usar o anel do pescador e é padroeiro dos arqueólogos. Ainda que não seja considerado o primeiro Papa português, estando a Lusitânia sob o domínio romano, nasceu em Idanha-a-Velha (Egitânia), diocese da Guarda. Começou o culto das relíquias e pediu a São Jerónimo a tradução da Bíblia em latim.

se esta rua fosse minha...

Rua do Cemitério



O Cemitério da Gafanha do Carmo foi aberto em setembro de 1951. A sua construção resulta de um longo processo reivindicativo por parte dos moradores do lugar.

Até ao momento da sua inauguração, os mortos da Gafanha do Carmo tinham de ser enterrados na Vila de Ílhavo, a que pertencia a Gafanha do Carmo administrativamente. Este era um ato que se revestia de uma enorme dificuldade, visto que para levar a cabo o funeral de um ente querido impunha-se uma viagem pelo meio da floresta, por caminhos de areia, de forma a alcançar a Ponte Juncal Ancho. Diversos testemunhos referem ser necessário um dia inteiro para proceder ao enterro de alguém.

Por isso, a 1 de agosto de 1942, uma comissão de moradores da Gafanha do Carmo solicitou à Câmara Municipal de Ílhavo um cemitério para o lugar. A edilidade ficou de proceder aos alinhamentos e estudar o assunto, tendo, em novembro desse ano, solicitado à Comissão Municipal de Higiene a vistoria e escolha de um terreno para a edificação da obra.

O assunto parecia estar bem encaminhado, mas não ficou resolvido, uma vez que, a 6 de novembro de 1946, a comissão de moradores da Gafanha do Carmo reivindicou novamente a obra. Segundo a Câmara Municipal, a demora devia-se ao facto de a legislação prever que este tipo de iniciativas, quando realizadas fora da sede do Concelho, seriam da responsabilidade da Junta de Freguesia.

A 27 de junho de 1947, a Câmara Municipal dotou a Junta de Freguesia de Ílhavo com 5.000\$00 para a construção. Mas, em outubro de 1949, o cemitério da Gafanha do Carmo ainda constava da relação de obras e melhoramentos a realizar no ano seguinte.

Em agosto de 1950, o Padre António da Silva Diogo informou a edilidade que o povo da Gafanha do Carmo estava disponível para custear metade da empreitada e fornecer a mão-de-obra.

Em setembro de 1951, o cemitério da Gafanha do Carmo recebeu, finalmente, o seu primeiro cadáver, Júlio Marques, um comerciante daquele lugar.



Tumulo de
Júlio Marques.

INFORMAÇÃO HISTÓRICA DO TOPÓNIMO

Na Gafanha do Carmo encontramos a Rua do Cemitério. Este topónimo foi uma proposta de José Vilarinho, membro Assembleia de Freguesia da Gafanha do Carmo, na reunião de 2 de fevereiro de 1994 (Ata da AFGC n.º2/94).

saúde

Como evitar a dor provocada pelo uso excessivo de dispositivos móveis.

Cerca de 79% das pessoas utilizam os seus telemóveis durante quase todos os momentos do dia.

Atualmente é, para muitos, um objeto indispensável, visto que os dispositivos móveis são a principal forma de conexão ao mundo online.

No entanto, não há apenas aspetos positivos relativamente ao uso destes aparelhos. A dor provocada pelo uso de dispositivos móveis tornou-se numa epidemia global que afeta a maioria das pessoas que os utiliza. Esta deve-se principalmente a posturas incorretas, visto que, o mais comum é manter a cabeça fletida e numa posição anteriorizada, enquanto se utiliza estes aparelhos.

Sabe-se que, 90% das pessoas que utiliza o telemóvel de forma não ergonómica é afetada por problemas musculoesqueléticos. Isto ocorre porque há um aumento progressivo da tensão imposta à coluna cervical, o que pode levar a lesões por esforço repetitivo, que afetarão músculos, ligamentos, nervos, tendões e segmentos ósseos e, eventualmente alterar a estrutura natural da coluna.

Uma má postura levará a fadiga dos músculos pois, quanto mais inclinar a sua cabeça à frente, maior será a carga imposta sobre a coluna cervical. É muito importante a consciencialização global destas complicações, adotando alguns comportamentos preventivos:

- **Evite o uso prolongado de dispositivos móveis, fazendo pausas ativas;**
- **Mantenha uma postura que evite a tensão sobre a cabeça, cervical e ombros, colocando o ecrã ao nível dos olhos;**
- **Evite segurar com a mão dispositivos móveis pesados, por longos períodos de tempo;**
- **Pratique exercícios que incluam alongamento dos músculos do pescoço e ombros.**
- **Faça exercício físico regularmente.**

Consulte as recomendações da Organização Mundial de Saúde relativamente à prática de atividade física.

farmácias

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

* 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.

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 Campolargo

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

croaci@cm-ilhavo.pt



23 Milhas

23milhas@cm-ilhavo.pt

www.23milhas.pt



Biblioteca Municipal de Ílhavo

234 321 103

biblioteca_municipal@

cm-ilhavo.pt

www.bibliotecamunicipal.

cm-ilhavo.pt



Museu Marítimo de Ílhavo

museuilhavo@cm-ilhavo.pt

www.museumaritimo.

cm-ilhavo.pt

234 329 990



Museu Vista Alegre

234 320 628

museu@vistaalegre.com

www.vistaalegre.com/pt

Ecocentro Municipal

234 033 804 · 927 405 880

Linha da Reciclagem

800 911 400

www.linhadareciclagem.pt

atendimento@

linhadareciclagem.pt

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



Escola Municipal de Educação Rodoviária

234 363 980

ded.educacao@cm-ilhavo.pt

Estaleiro

– **Estação Científica de Ílhavo**

919 516 010

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



ilhavo

Câmara Municipal



www.cm-ilhavo.pt

