

dezembro
2023

#296

Município

Ilhavo

AGENDA



ilhavo
Câmara Municipal

30 A 3
QUI A DOM

**LEME – Festival de Circo
Contemporâneo**
Município de Ílhavo

30 A 10
QUI A DOM

Gastronomia de Bordo
Restaurantes aderentes
Município de Ílhavo

9 SÁB

**Inauguração da obra de
Requalificação e Ampliação
do Salão Cultural e da UCSP**
Gafanha da Encarnação

12 A 15
TER A SEX

**Festa de Natal 2023
– Pré-escolar e 1.º Ciclo**
Casa Cultura Ílhavo

12 a 14
E **19 A 21**
TER A QUI

Concertos no Natal
Igrejas Matrizes
Município de Ílhavo

editorial



Entramos no último mês de 2023 com o sentimento de termos vivido um ano intenso de partilha em comunidade. Em dezembro, a nossa proximidade e envolvência aumentam, ainda mais, com um conjunto de iniciativas que celebram a nossa cultura, a nossa história e a nossa identidade.

Até ao dia 3 de dezembro assistimos ao LEME - Festival de Circo Contemporâneo que nos transporta para novas experiências e dinâmicas do circo, em vários locais do município.

Durante 11 dias, o Festival Gastronomia de Bordo homenageia as memórias coletivas da Faina Maior, estimulando a nossa economia local e promovendo o nosso património cultural, através da oferta de uma entrada num dos nossos espaços museológicos municipais aos clientes das experiências do Gastronomia de Bordo.

A celebrar a época natalícia, oferecemos, pelo segundo ano consecutivo, uma Festa de Natal às crianças da educação Pré-escolar e aos alunos do 1º Ciclo, promovemos concertos nas nossas igrejas e acolhemos vários Mercadinhos de Natal, que se juntam às muitas atividades organizadas pelas nossas Associações.

Desejo a todos um Feliz Natal e um Novo Ano guiado pela luz, alimentado pela partilha, vivido na esperança e habitado no amor.

João António Filipe Campolargo

Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo



Laboratório **ENVE LHECI MENTO**

Inscrições:
maioridade@cm-ilhavo.pt
Laboratório do Envelhecimento
234 025 416
Fórum Municipal Maior Idade
234 329 636

ÍLHAVO M/60

SEGUNDAS

- 10:30 **Joga**
por Projeto miOne
(DECA/Digimedia – Universidade de Aveiro).
Explorar o poder do jogo para a interação social.
Promoção da atividade física e estimulação.
M/55

QUARTAS

- 10:30 **Maiores ON**
Aprender a usar um computador ou navegar na internet
com segurança.
- 14:30 **Aprende a Tricotar.
Quer aprender a tricotar?**
por Ermelinda Neto.
Pegue nas suas agulhas e venha produzir as suas
peças de malha.

QUINTAS

- 10:30 **Regras em Inglês**
por Leonor Graça
Aprender inglês através das regras dos jogos.

14:30 · 15:30

Ukelele!

por João Silva.

Aprender a tocar Ukelele e saber mais sobre este instrumento.

Nível inicial: 14:30–15:30 | Nível difícil: 15:30–16:30

QUINTAS E SEXTAS

10:30

Maiores na Mente

Estimulação cognitiva.

Nível fácil às quintas-feiras.

Nível difícil às sextas-feiras.

7 E 13

QUI E QUA

09:30

Contadores de Histórias de Natal

Encontro intergeracional de partilha e magia. Os mais velhos são desafiados a contar Histórias de Natal aos mais novos.

Em parceria com a Biblioteca Municipal.



FÓRUM MUNICIPAL
MAIOR IDADE

GAFANHA DA NAZARÉ M/60

TERÇAS E SEXTAS

14:30

Cavaquinhos

Grupo de Cavaquinhos da Maior Idade.

QUARTAS

14:30

Fios entrelaçados - Macramé

Oficina orientada por Tina Marnoto.

A arte com origem nos nós dos marinheiros.

exposições



“Mar Farpado”

de Miguel Palma

Inauguração dia 2 de dezembro 11:00.

Patente até 18 de fevereiro 2024.

Navio-Museu Santo André



“Autores Ilhavenses”

Org.: CLUPAC (Clube de Colecionadores

de Pacotes de Açúcar) e Costa do Sal.

Exposições patente até 30 de dezembro.

Biblioteca Municipal de Ílhavo



“Autores da Região de Aveiro”

10 anos Rede de Bibliotecas da CIRA

Exposição conjunta da Comunidade Intermunicipal da Região de Aveiro.

Exposições patente até 30 de dezembro.

Biblioteca Municipal de Ílhavo



“Retratos Vivos.

Histórias Bordadas”.

Fotografia bordada, do projeto

“Avô veio trabalhar” da associação Fermenta.

Patente até 31 de dezembro.

Laboratório do Envelhecimento



“Ex-votos e Devoções

Marítimas da Ria de Aveiro”

Patente até 31 de dezembro.

Centro de Religiosidade Marítima



Biblioteca Municipal de Ilhavo

Inscrições:
biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

BEBETECA

Destinatários: bebés dos 9 meses aos 3 anos
acompanhados por um adulto.

10:30 **sáb 2 “De paseo”**
sáb 9 “Cada oveja com su pareja”
Livros de Estrella Ortiz e Paloma Valvida.

HORA DO CONTO E ATELIÊ

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

16:30 **sáb 2 “O urso quer dormir”**
de Marni McGee e Sean Julian.
sáb 9 “O urso e o piano”
de Suzanne Chiew, Sean Julian.

TERÇAS

12 **@BMI - ferramentas web**
14:30–16:00 **para todos!**
Sessões informativas sobre como comunicar e usufruir
das ferramentas digitais com maior facilidade.

QUARTAS

6 e 13 **História do dia... natalícia!**
17:30 Escutar histórias como verdadeiros presentes.

Horário alargado de 5 de dezembro a 19 de janeiro:
10:00–13:00 · 14:00–20:00 (de terça-feira a sábado)

Feliz Natal e Feliz 2024

Votos de um Feliz Natal
e de um Ano Novo guiado
pela luz, alimentado pela
partilha, vivido na esperança
e habitado no amor.



30 A 3
QUI A DOM

**LEME – Festival de Circo
Contemporâneo**
Ílhavo e Gafanha da Nazaré

**Schoenstatt Christmas Market
Mercadinho de Natal**

Animações, Presépios, Bebidas natalícias,
sobremesas, comidas.

1 e 2 SEX e SÁB 15:30–22:30

3 DOM 10:30–18:30

Org.: Movimento Apostólico de Schoenstatt de Aveiro.

Santuário de Schoenstatt – Colónia Agrícola

15:00-16:30

Calendário do Advento

Criar um calendário do advento nas oficinas
criativas do Museu Vista Alegre, utilizando peças
de porcelana natalícias, materiais naturais e
reciclados para usar na árvore de Natal.

Limitado a 10 inscrições.

90'

Inscrições: receção do Museu Vista Alegre.

Serviço Educativo do Museu Vista Alegre

14,00€/atividade (máx. 3 participantes / atividade)

30 A 10
QUI A DOM

Gastronomia de Bordo
Restaurantes aderentes
Município de Ílhavo

FOR-MAR - FORMAÇÃO

Org.: For-Mar Ílhavo

Inscrições:

ilhavo@for-mar.pt

234 325 000 · 963 386 704

4 SEG **Processador de Texto** – Formação presencial (50 horas)

5 TER **Legislação laboral** – Formação presencial (25 horas)

6 QUA **Primeiros Socorros** – Formação presencial (25 horas)

1 A 13
SEX A QUA

O Pai Natal podes ser tu!

Campanha de recolha de bens alimentares.

Org.: Grupo de Jovens "A Tulha".

Entregas nos estabelecimentos aderentes da Gafanha de Aquém.

Gafanha de Aquém

5 TER

18:30–19:30

Vamos fazer voluntariado?

18:30

Impacto do voluntariado, conversa com Alfredo Abreu da Confederação Portuguesa de Voluntariado.

Moderação: Joana Portugal, Cooperativa Aproximar

19:00

Apresentação do programa do Voluntariado do Laboratório do Envelhecimento.

19:30

Atuação Ukelele, do Laboratório do Envelhecimento.

Laboratório do Envelhecimento

7 QUI

10:00

Reunião Pública do Executivo Municipal

Audição do Público a partir das 11:30

Salão Nobre dos Paços do Município

8 A 10
SEX A DOM

Mercadinho de Natal

8 SEX 08:00–23:00

9 e 10 SÁB e DOM 10:00–23:00

Org.: Junta de Freguesia da Gafanha da Encarnação.

Largo da Igreja da Gafanha da Encarnação

LEME

FESTIVAL DE
CIRCO
CONTEMPORÂNEO

30 NOVEMBRO
—
3 DEZEMBRO

ÍLHAVO
VISTA ALEGRE • GAFANHA NAZARÉ
GAFANHA ENCARNAÇÃO

2023



MAIS INFO
23MILHAS.PT

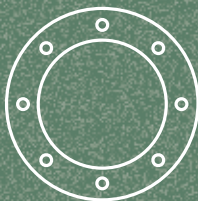


PARCEIRO





ilhavo
Câmara Municipal

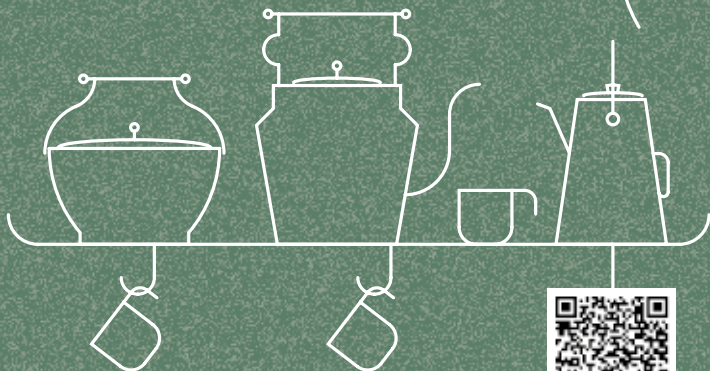


30-10
nov dez

FESTIVAL

Gastronomia de Bordo

ÍLHAVO



Experiências gastronómicas
Restaurantes participantes



Inauguração da obra de Requalificação e Ampliação do Salão Cultural e da UCSP da Gafanha da Encarnação

- 09:00 **Passeio de Natal**
Org.: ADCR Vilage.
Vigo – Espanha
- 15:30 **Apresentação do livro “Jami”
de Rui Almeida.**
Biblioteca Municipal de Ílhavo
- 21:00 **Sarau Pestinhas 31 anos**
Mãe natureza: os elementos.
Org.: Associação Cultural Grupo de Dança Pestinhas.
Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

DESPORTO

1 SEX

18:00 ANDEBOL

Ílhavo AC

CP Vacariça

Campeonato nacional / regional
seniores masculinos

Pavilhão da Gafanha
da Encarnação

2 e 3 SÁB e DOM

PESCA

**Campeonato Nacional
de Clubes 2.ª divisão**

ACD “Os Ílhavos”
Praia da Tocha

2 SÁB

ATLETISMO

São Silvestre de

Aveiro

ACD “Os Ílhavos”
Aveiro

18:00 BASQUETEBOL

Illium Clube

SC Braga

Proliça

Pavilhão Municipal
Capitão Adriano Nordeste

3 DOM

20:00 FUTEBOL

GD Gafanha

UD Mourisqueuse

Campeonato da 1.ª distrital
Complexo Desportivo
da Gafanha da Nazaré

15:00 FUTEBOL FEMININO

NEGE

CD Feirense

Campeonato Nacional
da 3.ª divisão
Complexo Desportivo do NEGE
– Gafanha da Encarnação

15:30 FUTEBOL

S.C. Vista Alegre

LAAC

Campeonato da 1.ª distrital
Campo Municipal Vista Alegre

9 E 10
SÁB E DOM

Laboratório de Poesia e Imagem

Com Rui Dias Monteiro

Inscrições: mediacao.23milhas@cm-ilhavo.pt
M/14

Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

5,00€

10 DOM

14:00–18:00

Dia Aberto

Museu Marítimo de Ílhavo

Navio–Museu Santo André

Centro de Religiosidade Marítima

12 TER

14:00 FORMAÇÃO

Cuidar de mim para cuidar do outro

Org.: Instituto da Segurança Social e Unidade de Cuidados Continuados Laços Mar e Ria.

Destinatários: cuidadores informais.

Laboratório do Envelhecimento

12 A 15
TER A SEX

10:00 · 14:15

Festa de Natal

Teatro musical para as crianças

do Pré-escolar e do 1.º Ciclo do Ensino Básico.

Casa Cultura Ílhavo

13 QUA

07:00–14:00

Feira dos 13

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador.

Largo da Feira dos 13, Vista Alegre

13 E 15
QUA E SEX

10:30

Doces de Natal

Num espírito de tradição e partilha, os mais velhos vão transmitir os segredos dos doces de Natal de Ílhavo aos mais novos.

Escola Secundária da Gafanha da Nazaré

14 QUI

18:30

Por Falar em Cresc(S)er... Autoestima saudável

por Iolanda Pereira – Eduque Informado.

Descobrir processo de defesa da autoestima da criança em relação aos desafios da sociedade.

Destinatários: pais, educadores e brincadores.

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

15 A 17
SEX A DOM

Espaço Natal e CRIAI

15 SEX 17:00–23:00

16 e 17 SÁB e DOM 14:00–23:00

Org.: Junta de Freguesia de São Salvador.

Mercado Municipal de Ílhavo

Mercadinho de Natal da Praia da Barra

15 SEX 19:00–24:00

16 SÁB 14:00–24:00

17 DOM 10:00–19:00

Org.: Associação Amigos da Praia da Barra.

Praia da Barra

CONCERTOS
NO

T



12 TER
21:30

O Bando de Surunyo

programa “Mel e Ouro”, com 12 músicos com órgão
Igreja Matriz da Gafanha da Encarnação

13 QUA
21:30

Recital de flauta e piano com Nuno Inácio e Paulo Pacheco

interpretam obras de Victorino de Almeida,
Sérgio Azevedo, Vianna da Mota, entre outros.
Igreja Matriz da Costa Nova do Prado



14 QUI
21:30

Capella Duriensis

programa dedicado ao Natal, com 8 vozes e órgão
Igreja Matriz da Gafanha do Carmo

19 TER
21:30

O Bando de Surunyo

programa intimista dedicado ao Natal,
com 2 cantoras e teorba
Igreja Matriz da Gafanha da Nazaré

20 QUA
21:30

Quarteto Metamorfose

obras de Schostakovich, Weber e Mozart
Igreja Matriz de São Salvador de Ílhavo

21 QUI
21:30

Ciglia Ensemble

canções tradicionais de Natal,
com guitarra e bandolim
Igreja Matriz da Sagrada Família
da Praia da Barra

ENTRADA GRATUITA

16 SÁB



10:00 · 11:30

Sábado Aberto

10:00

Oficina “Gesso cheiroso”

M/4

11:30

Oficina “Natal a laser”

M/6

inscrições: estaleiro@cm-ilhavo.pt

Estaleiro – Estação Científica de Ílhavo

10:30–11:30 · 16:30

Especial de Natal...

por UPA Editora.

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Bebeteca

10:30

Leituras de colo

Destinatários: bebés dos 0 aos 18 meses.

11:30

Leituras a gatinhar

Destinatários: bebés dos 18 meses aos 3 anos.

Histórias em palco

16:30

Leituras à solta

Destinatários: crianças dos 3 aos 7 anos.

16 A 24
26 A 30

10:00–13:00 . 14:00–17:30

Feito por si: os meus presentes de Natal Museu Vista Alegre

Oficina de pintura de peças em porcelana, com tintas acrílicas ou cerâmicas ou modelação de pasta de porcelana.

Inscrições: receção do Museu Vista Alegre.
45'

Serviço Educativo do Museu Vista Alegre

Oficina de pintura: a partir de 13€/peça (tintas acrílicas) ou 16€/peça (tintas cerâmicas).

Oficina de olaria: 8€/pessoa.

Bilhete família: 24€ (1 adulto e até 2 crianças com idade inferior a 18 anos).



21–22
27–29
dez
2023



FÉRIAS DIVERTIDAS Natal



**FÉRIAS
DIVERTIDAS**

**NATAL NO
MUSEU MARÍTIMO**

**SAFRA
FAZ-TE À VIDA**



Inscrições:
De 27 novembro 2023 até à 2.ªfeira
anterior ao início do programa
Limitadas às vagas existentes

17 DOM

10:00

Caminhada de Natal **Aula de Zumba**

Org.: Associação Cultural Grupo de Dança Pestinhas.
Inscrições: Junta de Freguesia da Gafanha da Nazaré
(até 15 de dezembro).

Jardim 31 de Agosto, Gafanha da Nazaré

15:30

Festa de Natal

Destinatários: Grupos da catequese
e da Escola de Música.
Org.: Grupo de Jovens "A Tulha".

Sede da Associação, Gafanha de Aquém



16:00

Concerto de Natal **Pela Orquestra Juvenil da** **Filarmónica Gafanhense**

Org.: Filarmónica Gafanhense.

Salão Mãe do Redentor
Igreja Matriz da Gafanha da Nazaré

18 SEG

Apresentação das equipas **de Formação e recolha de** **bens alimentares e brinquedos** **para a Obra da Criança**

Org.: SC Vista Alegre.

Campo Municipal da Vista Alegre

19 TER

10:30 · 12:30

Clube de pensamento

Dinâmicas mediadas com inspiração na biblioterapia,
um método facilitador do desenvolvimento pessoal
através dos livros.

M/60

Laboratório do Envelhecimento



A Revista Ílhavo nasceu para os nossos Municípes.

Assim, se pretende receber, gratuitamente, esta publicação em casa, só tem de preencher este formulário e devolvê-lo.

Subscrição da Revista

-

A recolha dos dados destina-se exclusivamente à subscrição da Revista Ílhavo e respeita as políticas de privacidade implementadas no Município de Ílhavo (www.cm-ilhavo.pt).

Poderá, a qualquer momento, solicitar a alteração dos seus dados ou a sua remoção através do envio de pedido para info@cm-ilhavo.pt.

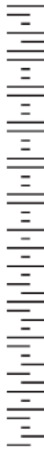
Juntos estamos a construir uma comunidade mais próxima e unida.

RSF

Autorizado pelos
CTT no serviço
Nacional

ctt

Não Caraca
de Selo
Cliente Nº 53 0840



Gabinete de Comunicação
Câmara Municipal de Ílhavo
APARTADO 69
LOJA CTT ÍLHAVO
3831-970 ÍLHAVO

21 A 22

QUI E SEX

27 A 29

QUA A SEX

09:30–12:30

Safra – Faz-te à vida!

Oficinas diárias de culinária, eletricidade, experimentação.

Destinatários: dos 10 aos 14 anos.

Inscrições: Piscinas Municipais (programa Férias Divertidas).

Estaleiro – Estação Científica de Ílhavo

5,00€/dia

22, 27

E 29

SEX, QUA

E SEX

10:30 · 14:30

Na BMI com livros... e não só (Natal)

Atividades divertidas e criativas durante as férias de Natal.

22 SEX 10:30

Hora do Conto e Ateliê

M/2

14:30

Sessão de Cinema

“Small Foot – uma aventura gelada”, de Karey Kirkpatrick.

M/6

27 QUA 10:30

Sessão de Cinema

“Abominável”, de Jill Culton.

M/6

14:30

Hora do Conto e Ateliê

M/2

29 SEX 10:30

Sessão de Cinema

“Missão Yeti: em busca do homem das neves”, de Pierre Greco e Nancy Florence Savard.

M/6

14:30

Workshop Maker

Pote dos Desejos

M/2

24 DOM

Por um Natal mais próximo

Combate à solidão dos idosos, a pensar naqueles que estão sozinhos na Ceia de Natal.

M/65

Inscrições (até 7 de dezembro) e informações:
maioridade@cm-ilhavo.pt · 234 329 636

Município de Ílhavo

27 A 29
QUA A SEX

09:00–17:30

Férias Divertidas Natal 2023

Jogos aquáticos, desportos coletivos e individuais, cinema, oficinas, visitas temáticas e ao parque “Perlim” (Santa Maria da Feira).

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos.

Inscrições: Piscinas Municipais.

Limitado a 26 participantes.

30,00€

14:00–17:00

Natal no Museu Marítimo

Visitas especiais, jogos, oficinas e dinâmicas ao ar livre.

Destinatários: crianças dos 6 aos 12 anos.

Limitado a 20 crianças.

Inscrições: visitas.mmi@cm-ilhavo.pt

Museu Marítimo de Ílhavo

5,00€/dia – 12,00€/3 dias

28 QUI

21:00

Comunidade de Leitores “Páginas que alimentam”

Destaque ao Objetivo Desenvolvimento Sustentável 2

Erradicar a fome, melhorar a nutrição

e promover a agricultura sustentável.

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

DESPORTO

9 SÁB

ATLETISMO

**São Silvestre
de Esmoriz**

ACD “Os Ílhavos”
Esmoriz - Cortegaça

18:00 BASQUETEBOL

**Illium Club
Clube dos Galitos**

Proliga
Pavilhão Municipal Capitão
Adriano Nordeste

10 DOM

PESCA

**Troféu de
Encerramento 2023
de Peca da ARPDABL**

ACD “Os Ílhavos”
Praia da Costa Nova

13 QUA

20:30 BASQUETEBOL

**GD Gafanha
Illium Club/Sub23**

Campeonato Nacional
CNS Masculinos
Pavilhão Desportivo
da Gafanha da Nazaré

23 SÁB

16:00 FUTEBOL

**S.C. Vista Alegre
Juveforce**

Taça Pecol (3.ª eliminatória)
Campo Municipal Vista Alegre

30 SÁB

ATLETISMO

São Silvestre do Porto

ACD “Os Ílhavos”
Porto

1 JANEIRO
SEG

Banho do Ano 2024

Org.: Associação dos Amigos da Praia da Barra
Praia da Barra



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 dezembro para incluir na Agenda do mês de janeiro de 2024, 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
impressão Diário do Porto depósito legal 136577/99 tiragem 4.000 exemplares distribuição gratuita

marés

	PREIA-MAR - ALTURA				BAIXA-MAR - ALTURA			
1 sex	05:19	3.1	17:43	2.8	11:20	1.0	23:23	1.2
2 sáb	05:59	3.0	18:26	2.6	---	---	12:07	1.1
3 dom	06:43	2.8	19:15	2.5	00:09	1.3	12:59	1.3
4 seg	07:36	2.7	20:17	2.5	01:03	1.4	13:57	1.4
5 ter ☾	08:38	2.6	21:29	2.5	02:0	1.5	15:00	1.4
6 qua	09:47	2.6	22:36	2.5	03:15	1.5	16:03	1.4
7 qui	10:51	2.7	23:31	2.6	04:19	1.5	16:58	1.3
8 sex	11:45	2.8	---	---	05:16	1.4	17:46	1.2
9 sáb	00:17	2.8	12:32	2.8	06:04	1.2	18:29	1.1
10 dom	00:59	2.9	13:16	2.9	06:48	1.1	19:08	1.0
11 seg	01:39	3.0	13:58	3.0	07:30	1.0	19:47	0.9
12 ter ●	02:19	3.2	14:40	3.1	08:11	0.9	20:26	0.8
13 qua	03:00	3.2	15:23	3.1	08:53	0.8	21:06	0.8
14 qui	03:43	3.3	16:07	3.1	09:37	0.7	21:48	0.8
15 sex	04:28	3.3	16:54	3.1	10:22	0.7	22:34	0.8
16 sáb	05:15	3.3	17:43	3.0	11:11	0.7	23:23	0.9
17 dom	06:05	3.3	18:36	2.9	---	---	12:04	0.8
18 seg	06:59	3.2	19:35	2.8	00:17	1.0	13:01	0.9
19 ter ☽	07:59	3.1	20:40	2.8	01:17	1.1	14:03	1.0
20 qua	09:05	3.0	21:50	2.8	02:24	1.2	15:10	1.1
21 qui	10:15	3.0	22:58	2.8	03:35	1.2	16:19	1.1
22 sex	11:22	3.0	23:58	2.9	04:46	1.2	17:23	1.1
23 sáb	---	---	12:22	3.0	05:51	1.1	18:19	1.0
24 dom	00:52	3.0	13:16	3.0	06:48	1.0	19:09	1.0
25 seg	01:41	3.1	14:05	3.0	07:38	0.9	19:52	0.9
26 ter	02:27	3.2	14:50	3.0	08:24	0.9	20:33	0.9
27 qua ●	03:09	3.2	15:32	3.0	09:06	0.8	21:11	0.9
28 qui	03:49	3.2	16:10	3.0	09:45	0.8	21:48	0.9
29 sex	04:26	3.2	16:47	2.9	10:24	0.9	22:25	1.0
30 sáb	05:02	3.2	17:22	2.8	11:01	0.9	23:02	1.0
31 dom	05:37	3.1	17:57	2.8	11:40	1.0	23:41	1.1

Porto de referência: Porto de Aveiro

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

Património (in)visível do Navio-Museu Santo André



Em cumprimento da convenção das pescas do Atlântico Noroeste, Portugal empregou biólogos e colaborou com a investigação marinha. Entre 22 e 26 de março de 1958, o arrastão Santo André albergou o biólogo americano John Clark que estudava a campanha do arrasto no Golfo de S. Lourenço. A missão, proposta pela França e composta também pelo biólogo canadiano F. McCracken e pelos arrastões franceses Zelande e Clairvoyant, serviu para estudar a aparelhagem de pesca e os bacalhaus pescados.

O Santo André tinha acabado de ser remodelado pela primeira vez, sendo-lhe retirados os aros de pesca de bombordo, que nunca foram usados. Assim, foi possível aproveitar o espaço do corredor do convés de bombordo, que permitia o arrasto por esse lado, para expandir o camarote do 1º maquinista e construir um novo paiol.

Os aros de pesca conduziam os cabos reais – que ligavam o guincho ao restante aparelho de pesca – para fora do navio. São visíveis na amurada de estibordo do agora Navio-Museu Santo André, morada de ricos testemunhos visíveis e invisíveis

se esta rua fosse minha...



Carlos Simões das Neves nasceu na Gafanha da Nazaré, a 28 de março de 1935, e era filho de Alexandrino Ferreira Simões e Rosa da Rocha Simões.

Frequentou a Escola da Chave, onde foi aluno do Professor Filipe até ao segundo ano de escolaridade.

Cumpriu serviço militar, tendo alcançado o posto de 1.º Cabo com a especialidade de Mecânico de Armamento Pesado.

A 19 de março de 1955, contraiu matrimónio com Rosa Georgina Neves, natural da Gafanha da Nazaré. Deste enlace nasceram dois filhos.

Ao longo da sua vida, Carlos Simões conheceu diversas ocupações profissionais. Foi forjador aos 24 anos. Depois, aventurou-se na emigração, tendo permanecido na África do Sul durante 12 anos, de onde regressou em 1976 (data aproximada). Foi forjador, eletricista e encarregado geral da empresa Pascoal & Filhos e

colaborou também com a Casqueira & Magano. Reformou-se aos 65 anos de idade.

Para se manter ativo continua a cultivar, como passatempo, o conserto de aparelhos de TV, uma forma de dar uso à formação em radiotécnica que adquiriu ao longo da vida.

Carlos Simões das Neves dedicou-se também à sua comunidade. Foi membro do Grupo Columbófilo da Gafanha, onde chegou a assumir a Presidência. Foi também Juiz da Comissão de Festas da Nossa Senhora da Gafanha da Nazaré durante 15 anos.

INFORMAÇÃO MEMORIAL SOBRE O TOPÓNIMO



Carlos Simões com a esposa.

INFORMAÇÃO HISTÓRICA DO TOPÓNIMO

Na Gafanha da Nazaré, encontramos o Beco do Simões. Este topónimo foi uma sugestão de Carlos Simões das Neves, morador do Beco. Numa missiva dirigida à Junta de Freguesia da Gafanha da Nazaré, em 15 de novembro de 1993, justifica o pedido, visto que tinha adquirido o terreno e fez a rua para seu serviço próprio. O topónimo “Beco do Simões” foi aprovado a 16 de fevereiro de 2004 (Ata CMI n.º 5/04), após proposta da Comissão Municipal de Toponímia.

saúde

Prevenção de quedas em pessoas idosas

Sabia que um em quatro idosos referem ter tido, pelo menos, uma queda no último ano?

Quem está em maior risco?

- Pessoas com mais de 75 anos
- Pessoas com demência
- Alterações de visão e/ou audição
- Ter tido uma queda anterior
- Utilizadores de bengala ou outros auxiliares de marcha

Quais as possíveis complicações?

- Fraturas e traumatismos
- Perda de funcionalidade
- Lesões de pele
- Dor e hemorragias

Como prevenir quedas?

Praticar exercício físico

- Melhora os reflexos, a força e equilíbrio.
- Segurança do calçado e roupa
- Usar sapatos com calcanhares reforçados, presos ao pé e solas antiderrapantes.
- Usar roupa que não arraste no chão.

Segurança do calçado e roupa:

Use **sapatos** que tenham calcanhares reforçados ou **presos ao pé**, de preferência com **solas antiderrapantes**.

As calças e os roupões não devem arrastar no chão.

Segurança no banho:

- Barras de apoio e chão antiderrapante na banheira
- Cadeira/banco no polibã
- Tapete na saída da banheira ou polibã

Segurança no ambiente de casa:

- Iluminação correta dos espaços
- Móveis que não impeçam a circulação
- Tapetes com antiderrapante e sem pontas soltas
- Chão limpo e sem objetos
- Escadas com corrimão dos dois lados e sem tapetes
- Utilizar cadeiras com apoio de braços

farmácias

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

Antes de se deslocar à farmácia ligue 1400.

* 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.



ilhavo

Câmara Municipal



www.cm-ilhavo.pt

