maio
2025

#313

Município Ílhavo

AGENDA

Ílhavo
Câmara Municipal

ATÉ
4 MAIO

Vamos aos Cricos!
Festival Gastronómico de produtos da Ria
Restaurantes aderentes

---

3 E **4**
SÁB E DOM

Vale de Ílhavo, Festa e Tradição
Vale de Ílhavo

---

16 E **17**
SEX E SÁB

Dia Internacional dos Museus
Museu Marítimo de Ílhavo

---

17 E **24**
SÁB

Bom dia Cerâmica
Oficina Azulejar
Oficina da Formiga

---

23 SEX

Idolíadas
Casa Cultura ílhavo

editorial

Em maio, mês do coração e da saúde, o Município de Ílhavo promove iniciativas de promoção do bem-estar de todos, como rastreios, aula de relaxamento, curso de prevenção de quedas e uma caminhada solidária.

Com a valorização das nossas memórias e tradições sempre no foco da nossa atuação, celebramos "Vale de Ílhavo, Festa e Tradição" em dois dias de festa. Já o nosso Museu Marítimo de Ílhavo oferece um programa especial que convida à reflexão sobre o mar, a cultura e a inovação, no âmbito do Dia Internacional dos Museus (18 de maio).

Ao longo do mês, crianças, jovens e famílias são convidados a participar em oficinas, concertos, teatro, leitura, ciência, entre outras propostas dinamizadas pelos nossos equipamentos municipais e associações do concelho, que desafiam a criatividade, a aprendizagem e o convívio.

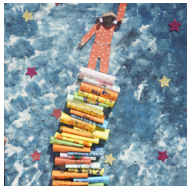
Maio marca também o início da votação - de 17 de maio até 12 de junho - dos projetos finalistas da 3.ª edição do Orçamento Participativo de Ílhavo, que podem ser consultados em op.cm-ilhavo.pt. Votem e contribuam para a decisão dos investimentos do Município.

Juntos estamos a transformar o nosso território num lugar melhor para todos!

João António Filipe Campolargo
Presidente da Câmara Municipal de Ílhavo

exposições

“Património em rede: um peixe, uma comunidade, dois países”
de Eduardo Martins
Patente até 25 de maio.
Museu Marítimo de Ílhavo



“À Descoberta de... Paulo Galindro”
Patente até 31 de maio.
Biblioteca Municipal de Ílhavo

“Exposição de Ilustração”
de Paulo Galindro
Patente até 5 de julho.
Biblioteca Municipal de Ílhavo

“Retratos dos Mares do Fim do Mundo”
Patente até 3 de agosto.
Museu Marítimo de Ílhavo

50 Anos do 25 de Abril na

“Mário Marnoto: uma vida inteira por detrás da câmara”
de Mário Marnoto
Patente até 4 de outubro.
Casa Cultura Ílhavo

Região de Aveiro: Município de Ílhavo
Exposição virtual realizada pelo Grupo de Trabalho dos Arquivos da CIRA
Acesso livre
https://arquivos25abril.regiaodeaveiro.pt/municipio/ilhavo

“Coleção Manuel Mário Bola”
Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

“Santos em Porcelana da Vista Alegre”
de Carlos Manuel Teles Paião
Centro de Religiosidade Marítima

JUNHO

1 DOM **Dia Mundial da Criança**
1 DOM **Rota do Bacalhau**
6 A 8 SEX A DOM **Rádio Faneca**

Laboratório
ENVE LHECI MENTO

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

ÍLHAVO M/60

SEGUNDAS

10:30 **Joga**
O poder do jogo na interação social
Org.: Projeto miOne – Universidade de Aveiro.
M/55

15:00 **Coro da Memória**
Venha cantar histórias, reviver lembranças e criar memórias através da música.

TERÇAS E QUINTAS

14:30 **Maiores a Criar**

QUARTAS

09:00 **Maiores ON**
09:30
10:30
Aprenda a usar o telemóvel, o computador e a internet em segurança.

16:15 **Aprender a Tricotar**
Aprenda a tricotar e participe num projeto solidário para criar peças de roupa para animais abandonados.

QUINTAS

10:30 **Maiores na Mente I – Nível Fácil**

10:30 **Regras em Inglês**

14:30 **Ukeleles**

SEXTAS

09:30 · 10:30 **Maiores na Mente II – Nível difícil**

Fórum
MAIOR IDADE

GAFANHA DA NAZARÉ M/60

Rua D. Fernando, Gafanha na Nazaré
(antigo Jardim de Infância da Cale da Vila)

SEGUNDAS

14:00 **Maiores na Mente**
Oficina para exercitar o cérebro através da estimulação cognitiva

14:45 **Maiores a Criar**
Oficinas sustentáveis com o propósito de reforçar a identidade ecológica do Fórum Maior Idade, através de diferentes mediadores artísticos.

TERÇAS E QUINTAS

10:00 **Maiores no Teatro**

14:00 **Cavaquinhos**
Oportunidade para explorar este instrumento tradicional, resgatando a riqueza da música popular portuguesa.

Sala
ESTAR

GAFANHA DA ENCARNAÇÃO M/60

Edifício Sócio-Educativo
Gafanha da Encarnação

SEXTAS

14:00 **Maiores ON**
Venha aprender usar o GPS, aplicações, word e excel.

14:45 **Maiores a Criar**
Com técnicas de bordado, costura e colagem, aprende novas habilidades e cria produtos únicos!

1 QUI

15:00

Aprende Boccia com os Avós

Org.: AiiDO.

Sede da Associação

15:30

27.º Festival Nacional de Folclore de Primavera

Org.: Rancho Regional da Casa do Povo de Ílhavo.

Lugar da Senhora dos Campos, Ílhavo

2 SEX

10:00

Clube do Pensamento

Uso da biblioterapia para benefícios psicológicos, mentais e sociais.

Laboratório do Envelhecimento

3 SÁB

15:00 – 18:00 DESPORTO

Dia da Mãe na Piscina

Entrada gratuita para mães e filhos (sujeita à disponibilidade).

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

3 E 4 SÁB E DOM

Vale de Ílhavo, Festa e Tradição

Vale de Ílhavo – Aldeia de Portugal

PROGRAMA:

Biblioteca Municipal de Ílhavo

Inscrições:
biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

TERÇAS

14:30–16:00 **@BMI - ferramentas web para todos!**

BiblioLED - Biblioteca Pública de Leitura e Empréstimo Digital.

6 e 20 **Biblioteca Municipal de Ílhavo**

13 e 27 **Biblioteca da Gafanha da Nazaré**

QUARTAS QUINTAS

17:30 **História do dia... o escutar dos pássaros!**

Destinatários: M/2 acompanhadas por adulto.

qua 7, 14, 21 e 28 **Biblioteca Municipal de Ílhavo**

qui 8, 15, 22 e 29 **Biblioteca da Gafanha da Nazaré**

QUARTAS E SÁBADOS

qua 12:00 · 18:35
sáb 09:35 **Ao Som das Histórias**

Um programa na Rádio Terra Nova (105.0 FM).
Todas as histórias disponíveis na BMI.

Vamos à BMI... Estação das Histórias

Visita à Biblioteca, Hora do Conto e Ateliê
Marcação prévia obrigatória. Ao longo do ano letivo.

SÁBADO

31
10:30 **Bebeteca**

"Mamã...: cucu!" de Raffaella Castagna e Gabriele Clima
Destinatários: bebés dos 9 meses aos 3 anos

16:30 **Hora do Conto e Ateliê**

"O Cuquedo e um amor que mete medo"
de Clara Cunha e ilustrações de Paulo Galindro
Destinatários: M/4 acompanhadas por um adulto.

Biblioteca Municipal de Ílhavo

4 DOM

09:00 – 19:00

Feira de Velharias e Antiguidades

Org.: A.C.R. Palheiros da Costa Nova.

Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré

7 QUA

14:30

Clube de Genealogia

Inscrições obrigatórias: cdi@cm-ilhavo.pt · 234 092 496
Limitado a 5 participantes.

Centro de Documentação (CIEMar-Ílhavo)

8 QUI

14:45

Desafios da Reciclagem

Fórum Maior Idade

8, 15 E 22 QUI

14:30 TEATRO MUSICAL

Maiores no Teatro

Aprenda técnicas de teatro musical e participe no número de abertura das Idolíadas.

Laboratório do Envelhecimento

DESPORTO

3 SÁB
15:00 - 18:00
Comemoração Dia da Mãe
ACD "Os Ílhavos"
Piscina Municipal da Gafanha da Nazaré
Entrada gratuita (mães e filhos)

3 e 4 SÁB e DOM
PESCA
CN Individuais das 2.ª e 3.ª Divisões de Mar
ACD "Os Ílhavos"
Praia de Quiaios

10 SÁB
18:00 FUTSAL
GD Gafanha
AJ Fiães
CD Grande Hotel do Luso
Pavilhão Desportivo Teresa Machado, Gafanha da Nazaré

21:00 BASQUETEBOL
Illiabum Clube
Ginásio Club Figueirense
Liga Masters Masculina
Pavilhão Capitão Adriano Nordeste, Ílhavo

21:00 ANDEBOL
Ílhavo AC
GIC Águeda
CN 3 Masculina
Pavilhão Municipal Gafanha da Encarnação

KICKBOXING
Campeonato de Kickboxing do Centro
ACD "Os Ílhavos"
Figueira da Foz

9 SEX

21:00

Não fiques a ver navios...
Por água abaixo?
Estamos preparados?

Org.: Quinto Palco.

Junta de Freguesia da Gafanha da Nazaré

9 E 23 SEX

19:00

Sessão de Relaxamento

Org.: AiiDO.

Sede da Associação
5€ (sócios) · 7€ (não sócios)

ocupação jovem 2025
Programa Municipal de Tempos Livres

Turno 3 - julho e agosto

Jovens dos 14 aos 30 anos, 50 horas por turno

Atribuição de Bolsa e Certificado de Participação

INSCRIÇÕES: ATÉ 16 JULHO
juventude@cm-ilhavo.pt **cm-ilhavo.pt**

AIIDO

Associação Intercultural e Intergeracional de Desenvolvimento Orgânico.

Inscrições:
geral@aiido.pt
910 908 521

SEG a QUI	**Aulas de Pilates**
SEG e QUA	**Aulas de Yoga**
TER A QUI	**Neuromarketing***
TER, QUA e SÁB	**Introdução à Costura**
TER A QUI	**Marketing Digital aplicado ao Turismo***
QUA	**Música sem Idades – Aulas Percussão**
SEX	**Reabilitação Física e Checkup**
SEX	**Aulas – Danças Afro-Latinas**
TER, QUI, SEX e SÁB	**Gabinete de Psicologia**

*Formação Certificada

DESPORTO

11 DOM
17:00 FUTEBOL
SC Vista Alegre
SC Bustelo
CD Sabseg Masculinos
Campo Municipal
Vista Alegre

ATLETISMO
CD de Trail Curto
ACD "Os Ílhavos"
Luso – Bussaco

PESCA
CN Individual de Boia
ACD "Os Ílhavos"
Figueira da Foz

PESCA
Concurso de Pesca
Pedreira dos Húngaros
ACD "Os Ílhavos"
Praia da Tocha

18 DOM
PESCA
Concurso de Pesca
Manhãs ao
Rubro-Silvalde
ACD "Os Ílhavos"
Espinho

16:30 BASQUETEBOL
Illiabum Clube
NDA Pombal
Liga Masters Feminina
Pavilhão Capitão Adriano
Nordeste, Ílhavo

24 SÁB
17:00 FUTEBOL
SC Vista Alegre
RD Águeda
CD Sabseg Masculinos
Campo Municipal Vista Alegre

18:00 ANDEBOL
Ílhavo AC
NA Samora Correia
CN 3 Masculina
Pavilhão Municipal
Gafanha da Encarnação

10 SÁB

10:00 OFICINA SABER FAZER

Traços da Natureza

Oficina de Ilustração Botânica
Renato Nakazone
Inscrições: mediacao.23milhas@cm-ilhavo.pt
Pagamento no dia da oficina.
M/16 · 180'
Planteia | Casa Cultura Ílhavo
4€

Bebeteca com Yoga

por Pássaro Azul
Sessão de histórias com ternura
e yoga em família.
10:00 Bebés dos 9 aos 23 meses acompanhados por um adulto
11:00 Bebés dos 2 aos 3 anos acompanhados por um adulto
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

10:00

NØ Bullying: Unidos Contra a Violência

Sessão de esclarecimento aberta sobre o Bullying.
Destinatários: Jovens e Adultos
Biblioteca Municipal de Ílhavo

11:00

25.º Aniversário Associação de Solidariedade Social da Gafanha do Carmo

Animação pela Universidade Sénior
da Gafanha da Nazaré.
Inscrições: Centro Comunitário da Gafanha do Carmo.
Centro Comunitário da Gafanha do Carmo
Bilhete: 5 brasas (bebidas e sobremesas não incluídas)

16:30

Apresentação de Livro com Hora do Conto Especial... "As aventuras da Vera e do Cruz... em Aveiro"

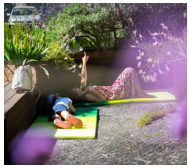
pela autora Raquel Madureira
Destinatários: Crianças a partir dos 4 anos acompanhadas por um adulto
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

21:15

"O Furto da Gargantilha"

por Grupo de Teatro GRAL
Org.: GRAL – Grupo Recreativo Amigos da Légua.
Salão da Casa N.ª Senhora da Luz, Légua, Ílhavo

11 DOM



10:30 PLANTEIA EM FAMÍLIA

Desenhos que o Planteia faz

Oficina de sombras
por Inês Melo
Inscrições: mediacao.23milhas@cm-ilhavo.pt
M/4 · 120'
Planteia | Casa Cultura Ílhavo

14:00 - 18:00

Dia Aberto

Museu Marítimo de Ílhavo
Navio-Museu Santo André
Centro de Religiosidade Marítima

15:00

III Festival de Primavera

Bar aberto todo o dia para angariação de fundos.
Org.: Grupo Regional de Danças e Cantares da Gafanha do Carmo.
Parque de Merendas da Gafanha do Carmo

17:00

"O Meu Museu"

Visita especial
com Sandra Salvadorinho, Piloto na Barra de Aveiro
Museu Marítimo de Ílhavo

---

12 SEG

09:15 · 14:00

Conversas com Saúde

Saúde e Comunidade
Palestras e oficinas direcionadas para o tema da saúde, com a participação dos parceiros de saúde do Município de Ílhavo.
Fórum Maior Idade

---

15 QUI

10:00 – 12:30 · 14:30 – 17:30

Batismos a Cavalo | Hipoterapia

Org.: AiiDO.
Sede da Associação

16 E 17 SEX E SÁB

Dia Internacional dos Museus

Museu Marítimo de Ílhavo
Inscrições: visitas.mmi@cm-ilhavo.pt
Informações: 234 329 990

16 SEX
10:00

Conversa de Mar "Jovens, Cultura e Inteligência Artificial"

com Maria Manuel Baptista
Destinatários: alunos do ensino secundário.

17 SÁB
10:00 – 13:00 e 14:00-16:00

Formação Literacia do Oceano "Economia Azul"

com Álvaro Sardinha
Inscrições: visitas.mmi@cm-ilhavo.pt (não docentes) e www.cfaecivob.cfae.pt (docentes)

11:00 VISITA ESPECIAL

"Património em rede: um peixe, uma comunidade, dois países"

com Eduardo Martins

15:30

"Sonoridade Táctil"

com Inês Moura, Lilian Walker e Rita Maria
Performance de abertura da exposição temporária "Azul em Festa".

16:30

Inauguração da exposição "Azul em Festa"

Com curadoria de Fátima Marques Pereira

21:30

Noite Europeia dos Museus

Entrada Gratuita. Visitas Livres. Peddy Paper para famílias.

MAIO

Ílhavo
Câmara Municipal

Saúde e Bem-Estar

DESTAQUES:

+ família

Cartão Família
Oferta de um kit do Museu Marítimo de Ílhavo.
Destinatários: famílias portadoras do Cartão Família
todo o mês
Museu Marítimo de Ílhavo

Mural da Família
Atividade intergeracional.
Exclusivo a público escolar.
15 maio
09:00 - 12:30

saúde e comunidade

Conversas com Saúde
12 maio
9:15-12:00 · 14:00-16:00
Fórum Maior Idade

Curso de Prevenção de Quedas
4.ª Edição
19 e 26 maio e 2, 9 e 16 junho
14:45-15:30
Sala de Estar
Gafanha da Encarnação

Caminhada Solidária
25 maio
10:00-11:00 Rastreios
11:00-12:00 Caminhada
12:00 Aula de Relaxamento
Centro Comunitário da Gafanha do Carmo
3€ (receita reverte a favor da Associação de Solidariedade Social da Gafanha do Carmo)
gratuito para menores de 12 anos

cm-ilhavo.pt

17 SÁB

OFICINA

Sábado em Família

10:00 Máquina de Rabiscos (M/6)
11:30 Cianotipia (M/10)
Inscrições: estaleiro@cm-ilhavo.pt
Estaleiro – Estação Científica de Ílhavo

15:30 – 12:30 14:30 – 17:30

Festa Venezuelana & Colombiana

Workshops de danças e tambores, petiscos e apresentações culturais.
Org.: AiiDO.
Sede da Associação
Grátis (sócios) · 2,5€ (não sócios)

16:30

Apresentação do Livro e Histórias em Palco...

“A Formiga Comilona”
pela autora Maria do Céu Lages
Destinatários: crianças a partir dos 4 anos acompanhadas por um adulto.
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

17 E 24 SÁB

Bom dia Cerâmica

Oficina Azulejar
Inscrições até 12 de maio: artesanato@cm-ilhavo.pt
50€ (materiais incluídos e limitado a 20 participantes)
Oficina da Formiga

PROGRAMA:

22 QUI

18:30

Comunidade de Leitores “Romances Policiais e Thrillers”

com o escritor Lourenço Seruya
Destinatários: jovens e adultos.
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

23 SEX

14:00

Idolíadas

Casa Cultura Ílhavo
2€

21:00

Concurso Hip Hop 2025

Fábrica Ideias Gafanha da Nazaré

ORÇAMENTO PARTICIPATIVO ÍLHAVO 2025

4 **Votação dos projetos finalistas 17 maio a 12 junho**

op.cm-ilhavo.pt

23 E 24 SEX E SÁB

OFICINA
19:00 – 23:00 (SEX)
10:00 – 13:30 + 14:30 – 19:00 (SÁB)

Formação Clown e Animação de Rua

Com "estudo de caso" da personagem Explorador Florentino
Zé Pedro Ramos da 5.ª Oficina
Inscrições: mediacao.23milhas@cm-ilhavo.pt
M/16
Casa Cultura Ílhavo
10€

---

24 SÁB

09:30 – 12:30 e 13:30 – 17:00

EMER em Família

EMER – Escola Municipal de Educação Rodoviária
Entrada livre.

10h30

Bebeteca Histórias Gugu Dádá "A Princesa Baixinha"

de Beatrice Masini
com Cláudia Stattmiller da START-TEATRO
Destinatários: bebés dos 9 meses aos 3 anos acompanhados por um adulto.
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

16h30

À Conversa com... Paulo Galindro

"A Vida Secreta dos Livros"
Destinatários: crianças a partir dos 5 anos acompanhadas por um adulto.
Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt
Biblioteca Municipal de Ílhavo

18:00 TEATRO INFANTIL

A Menina e a Lua

Sissi Abrão
M/3 · 50'
Fábrica Ideias Gafanha Nazaré
4€

18:00

Talk Show: STEM Cells Rock

Por: Estaleiro – Estação Científica de Ílhavo.
M/12
Museu Marítimo de Ílhavo (Auditório)

21:30 MÚSICA

A Garota Não

M/6 · 90'
Casa Cultura Ílhavo
ESGOTADO

---

25 DOM

14:30

II Encontro de Orquestras Juvenis

Angariação de Fundos com Porco no Espeto a partir das 12:00.
Org.: Filarmónica Gafanhense.
Casa da Música da Gafanha da Nazaré

15:00 TEATRO INFANTIL

A Menina e a Lua

Sissi Abrão
M/3 · 50'
Fábrica Ideias Gafanha Nazaré
4€

---

27 TER

18:00

Oficina de Apoio ao Luto

Por: Sofia Simões (AMARA)
Laboratório do Envelhecimento

FOR-MAR - FORMAÇÃO

Org.: For-Mar Ílhavo.

Inscrições:
ilhavo@for-mar.pt
234 325 000 · 963 386 704

12 SEG	**Língua Inglesa*** (50H)
17 SÁB	**Primeiros Socorros** (25H)
19 SEG	**Condução e Manobra de Equipamentos de Carga e Descarga (Empilhadores)*** (25H)
26 SEG	**Apanhador de Animais Marinhos e Pesca Apeada*** (25H)
26 SEG	**Marinheiro*** (25H)

*Início da ação condicionado a um n.º mínimo de participantes.

28 QUA

18:30
Sessão de Divulgação dos Projetos Finalistas
Orçamento Participativo de Ílhavo 2025
Laboratório Artes Teatro Vista Alegre

21:00
Conversas Sobre... Gestão de Stress
Org.: AiiDO.
Sede da Associação
3€ (sócios) · 5€ (não sócios)

29 QUI

15:00 OFICINA
Pigmentos Naturais
Fórum Maior Idade

21:30 MÚSICA
Bem Wendel e Orquestra de Jazz da UA
Campus Jazz UA
M/6 · 60' (aprox.)
Fábrica Ideias Gafanha Nazaré
Público Geral: 8€ | Comunidade UA: 5€

DESPORTO

24 e 25 SÁB e DOM
1.ª Prova da Taça do Norte CVCN Embarcações de Vela ligeira
Clube de Vela da Costa Nova

PESCA
CN Individual da 2.ª Divisão de Mar
ACD "Os Ílhavos"
Praia do Carvalhal, Alentejo

PESCA
CN Individual da 3.ª Divisão de Mar
ACD "Os Ílhavos"
Praia de S. Jacinto, Aveiro

25 DOM
CD de Trail Longo
ACD "Os Ílhavos"
Anadia

31 MAIO e 1 JUNHO SÁB e DOM
CR Individual de Mar da 1.ª Divisão
ACD "Os Ílhavos"
Praia da Costa Nova do Prado

31 MAIO e 1, 7 e 8 JUNHO SÁB e DOM
3.º Torneio Infantil Vista Alegre
Campo Municipal Vista Alegre

30 SEX

18:00

Bibliotecas em Rede... com Camões

Momento cultural apresentado pelos Agrupamentos de Escolas do Município da Rede de Bibliotecas de Ílhavo (RBI).

Biblioteca Municipal de Ílhavo

21:30 TEATRO

Amigos da Treta

José Pedro Gomes e Aldo Lima

M/14 · 90'

Casa Cultura Ílhavo

10€ (com descontos)

---

31 SÁB

15:00

Por Falar em Cresc(S)er...

"Páginas que Ensinam: Literatura Infantil como Ferramenta no Crescimento"

Dinamizado por: Equipa Multidisciplinar de Apoio à Comunidade Educativa e Gabinete de Apoio à Família.

Inscrições: biblioteca_municipal@cm-ilhavo.pt

Biblioteca Municipal de Ílhavo

15:00

Dia Mundial da Criança

Insufláveis, jogos tradicionais, oferta de lanche e brinde.

Org.: Grupo de Jovens "A Tulha".

Oficinas da Associação (antiga escola primária da Gafanha de Aquém)

20:30

Vem ser Astrónomo

Org.: AiiDO.

Sede da Associação

Grátis (sócios) · 2€ (não sócios)

31 SÁB

Tanto Mar!

Museu Marítimo de Ílhavo

Inscrições: visitas.mmi@cm-ilhavo.pt

Informações: 234 329 990

10:00 – 13:00

Inscrições: visitas.mmi@cm-ilhavo.pt (não docentes) e www.cfaecivob.cfae.pt (docentes)

Formação Literacia do Oceano "Conhecer e Proteger a Ria de Aveiro"

com Ana Sousa

Bióloga e Investigadora no CESAM/UA

Ciclo de formação de curta duração para professores e outros interessados.

17:00

Conversa de Mar "Azul em Festa"

com Fátima Marques Pereira e Ana Mantua

Com a curadora e consultora científica da exposição temporária "Azul em Festa"

18:00

Concerto Revolução

Pelo Grupo de Música Contemporânea - Síntese

60' · M/3

Bilhetes disponíveis: Museu Marítimo de Ílhavo e 23 Milhas

3,00€

21:00

Noite no Navio

Destinatários: crianças dos 8 aos 12 anos.

Limite: 20 participantes

Inscrições: visitas.mmi@cm-ilhavo.pt

5,00€

Navio-Museu Santo André

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 5 de maio para incluir na Agenda do mês de junho de 2025, através do endereço de e-mail info@cm-ilhavo.pt.

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

Ficha técnica

AGENDA DE ÍLHAVO

diretor João Campolargo edição Câmara Municipal de Ílhavo gestão de conteúdos Gabinete de Comunicação impressão MCD-Comunicação Digital, Lda depósito legal 136577/99 tiragem 4.000 exemplares distribuição gratuita

Ílhavo
Câmara Municipal

MAIORES SOBRE Rodas

inscrições:
19 a 23 maio

Locais de inscrição:
Câmara Municipal de Ílhavo
Juntas de Freguesia
Serviços Públicos da Praia da Barra
Loja de Turismo da Costa Nova

24 junho — **Montalegre e Pedras Salgadas**
Comparticipação: 15 Euros (limitado a 2 bilhetes por pessoa)

25 junho — Espetáculo **"Em Casa Amália"** seguindo-se um lanche
Comparticipação: 10 Euros (limitado a 2 bilhetes por pessoa)

26 junho — **Caldas da Rainha**
Almoço com Animação Musical
Comparticipação: 10 Euros (limitado a 2 bilhetes por pessoa)

património

A Hora da Saudade: Confronto e Ideologia

Foto: Hora da Saudade

Em 1942, a Emissora Nacional, em colaboração com as Casas dos Pescadores e o Grémio dos Armadores dos Navios de Pesca do Bacalhau, instituiu um programa radiofónico destinado aos pescadores de bacalhau.

A Hora da Saudade surgiu como um elo entre os bacalhoeiros e as suas famílias em terra, representando um raro momento de proximidade no quotidiano árduo e solitário desses homens. Mães, esposas e filhos das várias comunidades piscatórias enviavam mensagens simples, mas repletas de afeto, que chegavam com um peso imensurável, reavivando memórias e reforçando os laços fragilizados pela distância.

No entanto, o programa carregava uma forte carga ideológica, num período em que a pesca do bacalhau era exaltada e instrumentalizada pelo regime. Assim, a Hora da Saudade, frequentemente transmitida a partir das Casas dos Pescadores e com a presença de altas figuras do Estado ligadas aos organismos corporativos e de assistência, não só confortava os pescadores e suas famílias, mas também consolidava a narrativa oficial. As reminiscências destes momentos podem ser revisitadas num vídeo presente na Sala da Faina Maior do Museu Marítimo.

Museu Marítimo de Ílhavo

saúde

Hábitos de Sono

Vários estudos demonstram que a maioria da população não apresenta um sono satisfatório. Muitos dormem menos de 7 horas, demoram mais de 30 minutos para adormecer ou recorrem a medicação para dormir.
O sono é altamente afetado pelos nossos hábitos.

O que deve fazer para melhorar o seu sono?

- Ter um horário de sono regular, mesmo ao fim de semana;
- Restringir o uso da cama para descansar;
- Adaptar a altura da almofada;
- Evitar estimulantes como álcool, tabaco, café/ chá preto e diuréticos a partir da tarde, bem como o uso de telemóvel perto da hora de deitar;
- Diminuir a ingestão de líquidos por volta das 18 horas;
- Criar um ambiente escuro, silencioso, com uma temperatura confortável;
- Evitar a prática de exercício físico nas 4 horas antes de se deitar;
- Ter uma rotina de relaxamento (ler, tomar um banho quente ou fazer uma atividade como meditação) para reduzir o stress.
- Não fazer sestas, salvo raras exceções, como no caso de trabalhadores noturnos.
- Jantar cedo e evitar refeições pesadas/picantes de modo a diminuir casos de azia ou enfartamento que condicionem o sono.

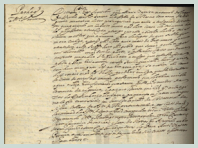
Não resultou, o que fazer?

É importante perceber que há outros fatores que afetam a qualidade do sono como a ansiedade, depressão ou outras patologias como o Síndrome da Apneia Obstrutiva do Sono (SAOS). Por isso, se mesmo depois de implementar todas estas medidas, continua a sentir dificuldades em adormecer ou apresenta algum destes sintomas (ressonar, sonolência diurna excessiva, múltiplos despertares noturnos, períodos de apneia durante o sono) deve procurar ajuda médica.

Unidade de Saúde Pública da Unidade Local de Saúde da Região de Aveiro

tesouros escondidos no arquivo

Um Crime de Supressão de Parto em Ílhavo Seiscentista



Carta de Perdão de Maria Vareira. Fonte: A.N.T.T., Chancelaria de D. Afonso VI, Perdões e Legitimações, Liv. 4, fl. 84v.

Com o estabelecimento das Rodas dos Expostos e a institucionalização e normalização do abandono anónimo infantil, a sociedade da Época Moderna distinguia o abandono motivado pela pobreza ou pela preservação da honra – que serviam de atenuantes e o legitimavam, uma vez que pressupunham uma ausência de intencionalidade relativamente à morte da criança – das restantes práticas que atentavam contra a vida infantil: infanticídios, abortos e supressões de parto.

A supressão de parto referia-se aos casos em que se desconhecia o destino da criança após o seu nascimento, situação que despoletava incertezas e desconfianças na comunidade, levantando rumores sobre possíveis práticas criminosas, relacionadas com a morte do recém-nascido. Por tal motivo, desde as Ordenações Filipinas que se previa uma ação fiscalizadora após o parto, realizada pelos quadrilheiros às mulheres grávidas de que «se suspeite mal do parto, não dando dele conta».

Assim foi o caso de Maria Vareira, natural de Verdemilho, à época, pertencente ao termo da vila de Ílhavo que, «emcubertamente» dando à luz uma criança, não informou as justiças do reino. Alegando que era mulher pobre e informando os oficiais que tinha entregado a criança «a criar a huma molher que a levara fora do lugar», acabou perdoada a 8 de junho de 1671 por D. Pedro, através de um pesado pagamento de trinta mil réis para as despesas do Desembargo do Paço.

Centro de Documentação de Ílhavo

marés

			PREIA-MAR - ALTURA				BAIXA-MAR - ALTURA			
1	qui		05:33	3.1	11:12	0.8	17:52	3.2	23:50	0.8
2	sex		06:25	2.9	12:04	1.1	18:46	3.0	----	----
3	sáb		00:51	1.0	07:27	2.7	13:06	1.3	19:51	2.8
4	dom	☾	02:05	1.2	08:41	2.5	14:22	1.4	21:07	2.7
5	seg		03:27	1.2	10:02	2.5	15:44	1.4	22:24	2.7
6	ter		04:44	1.2	11:13	2.5	16:57	1.4	23:29	2.8
7	qua		05:43	1.2	12:07	2.7	17:53	1.3	----	----
8	qui		00:22	2.8	06:27	1.1	12:50	2.8	18.37	1.1
9	sex		01:05	2.9	07:03	1.0	13:27	2.9	19:14	1.0
10	sáb		01:42	3.0	07:34	0.9	14:01	3.0	19:48	0.9
11	dom		02:16	3.0	08:04	0.9	14:33	3.1	20:21	0.9
12	seg	●	02:48	3.0	08:34	0.9	15:04	3.1	20:53	0.9
13	ter		03:20	3.0	09:04	0.9	15:36	3.1	21:26	0.9
14	qua		03:52	2.9	09:36	0.9	16:09	3.1	22:01	0.9
15	qui		04:26	2.9	10:38	1.0	16:43	3.0	22:38	1.0
16	sex		05:02	2.8	10:43	1.1	17:21	2.9	23:18	1.0
17	sáb		05:42	2.7	11:23	1.2	18:02	2.9	----	----
18	dom		00:06	1.1	06:29	2.6	12:13	1.3	18:52	2.8
19	seg		01:04	1.2	07:27	2.5	13:17	1.4	19:52	2.7
20	ter	☽	02:11	1.2	08:39	2.5	14:31	1.4	21:02	2.7
21	qua		03:21	1.1	09:55	2.6	15:33	1.3	22:14	2.8
22	qui		04:26	1.0	11:03	2.7	16:48	1.1	23:20	3.0
23	sex		05:24	0.9	12:00	2.9	17:46	1.0	----	----
24	sáb		00:18	3.1	06:17	0.7	12:51	3.1	18:39	0.8
25	dom		01:12	3.2	07:06	0.6	13:40	3.2	19:30	0.6
26	seg		02:03	3.3	07:53	0.5	14:28	3.4	20:19	0.5
27	ter	●	02:54	3.3	08:39	0.5	15:15	3.4	21:08	0.5
28	qua		03:43	3.3	09:25	0.6	16:03	3.4	21:58	0.5
29	qui		04:32	3.2	10:11	0.7	16:52	3.3	22:48	0.6
30	sex		05:22	3.1	10:59	0.8	17:41	3.2	23:41	0.8
31	sáb		06:13	2.9	11:50	1.0	18:33	3.1	----	----

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.

©Copyright Marinha, Instituto Hidrográfico, 2025
Publicado com a autorização n.º 29/2025 do Instituto Hidrográfico, Marinha. Esta publicação não substitui as publicações oficiais do Instituto Hidrográfico que declina qualquer responsabilidade decorrente da utilização dos elementos de marés transcritos.

farmácias

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

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.

Fonte: ARS Centro

Ílhavo
Câmara Municipal

www.cm-ilhavo.pt