



**PATRIMONIO
CULTURAL**



**TURISMO
ACTIVO**



**ALDEAS
DE MINHO**



**GASTRONOMÍA
Y VINO**



**CULTURA
Y ARTESANÍA**



**amar o
minho**



MINHO UNA REGIÓN PARA VISITAR

TIERRA DE AVENTURAS Y DESCUBRIMIENTOS, CULTURA Y TRADICIONES

El Minho es una tierra de aventuras y descubrimientos, de cultura y tradiciones, que esconde todo un mundo. El lugar ideal para los amantes del paisaje, para disfrutar de los mejores baños termales y balnearios, gozar de las más ricas artes y gastronomía, descubrir aldeas, casas solariegas y jardines, saborear un buen vino verde y practicar diversos deportes en la naturaleza. Esta es una invitación a abrir las puertas al Minho que nos une, y con este espíritu les saludo y les invito a vivir experiencias extraordinarias. ¡Bienvenido a experimentar y descubrir Minho!

Manoel Batista

Presidente del Consorcio de Innovación del Minho



CONSORCIO DE INNOVACIÓN DEL MINHO

Se trata de un partenariado único a nivel nacional, integrado, además de por las tres Comunidades Intermunicipales de Minho (Alto Minho, Cávado y Ave, que representan a 24 municipios), por asociaciones de desarrollo local, instituciones educativas y más de 820 empresas y 120 asociaciones, cuyo principal objetivo es valorizar los principales recursos endógenos de Minho, especialmente en las zonas de baja densidad.

UN ANFITEATRO NATURAL

GEOGRAFÍA

Las unidades paisajísticas del Minho se caracterizan por su relieve accidentado, formado por una secuencia de valles estrechos entre cursos de agua contiguos (interfluvios), que dan lugar a fuertes pendientes. Las sierras interiores tienen altitudes superiores a los 1000 metros, destacando la Peneda (1373 metros) y el Gerês (1545 metros). Existe un gran contraste orográfico entre el litoral bajo, arenoso y poco recortado, y las altas montañas del interior. A lo largo de la costa hay pequeños estuarios como el de Neiva y Cávado y playas de arena entre Foz do Cávado y Apúlia. Este cambio se produce en una corta distancia, por lo que podemos hablar de un aparente anfiteatro natural.

INFLUENCIA ATLÁNTICA

La situación geográfica de la región del Minho le impone características climáticas de transición entre los climas fríos y húmedos del norte de Europa y los climas cálidos y secos de África. Aunque, desde el punto

de vista climático, la influencia mediterránea se deja sentir en todo el país, en el Minho predomina la influencia atlántica. Las amplitudes térmicas aumentan a medida que se avanza de la costa al interior y se asciende en altitud. En general, los veranos son frescos y la región registra la mayor pluviosidad del país.

ACCEDA A

El Minho cuenta con buenas infraestructuras aeroportuarias, como los aeropuertos de Porto y Vigo y el aeropuerto de Santiago, en Galicia, España. La accesibilidad por carretera incluye la Autopista del Norte A1 (Lisboa-Porto), la Autopista del Minho A3 (Porto-Valença), la Autopista de la Costa Norte A28 (Porto-Caminha) y la Autopista del Valle de Lima A27 (Viana do Castelo-Ponte de Lima). También por tierra, Minho cuenta con servicios regulares de autobuses exprés. Además, hay conexiones ferroviarias con CP Regional Linha do Minho, CP Intercidades (Coimbra - Valença), CP InterRegional (Figueira da Foz - Valença), Celta (Vigo - Porto) y Renfe



Regional Exprés (Vigo - Porto). Las ciudades de Porto y Vigo también están servidas por la Terminal de Cruceros del Puerto de Leixões y el Puerto de Vigo, en España, y Braga por el Aeródromo Municipal.



- LEYENDA**
- Estación de ferrocarril
 - Estación de autobuses
 - Estación marítima
 - Aeródromo / Aeropuerto

AERÓDROMO
Aeródromo Municipal de Braga
 Aviones ultraligeros
 R. do Carregal
 4700-688 Palmeira, Braga
Aeroclub de Cerval
 Avenida Cerval, s/n, Vila Meã
 4920-251 Vila Nova de Cerveira

AEROPLANUM
Asociación de Aeródromos Alto Minho | Galicia
 Con el objetivo de promover e impulsar el aeródromo del Alto Minho.

DESTACADOS

EL NOROESTE EN CIFRAS
Expresión territorial
 3 subregiones
 1 100 000 habitantes
 24 municipios
 4 927 kilómetros cuadrados de superficie

DESTINO DISTINGUIDO
CETS - Carta Europea de Turismo Sostenible -



Green Destinations



Top 100 Sustainable Destinations 2018



Estação Náutica do Alto Minho





PASADO LEGENDARIO

El asentamiento del Minho se remonta a la prehistoria, pero la primera ciudad no se construyó hasta el año 16 a.C., en época romana, con el nombre de *Bracara Augusta*, actual ciudad de **Braga**, en honor del emperador Augusto. Tras la caída de los romanos, pasaron por allí los suevos y los visigodos. Portugal nació en el Minho. Aquí comenzaron los portugueses como pueblo y como nación. En **Guimarães**, en 1128, el Rey Afonso Henriques declaró la independencia del Condado Portucaleense y dio origen a lo que se convertiría en el Reino de Portugal. A partir del siglo XV, la región noroeste participó en los Descubrimientos portugueses y, en el siglo XIX, el Minho fue la región de donde partió la mayoría de los emigrantes hacia Brasil.

RECONTRO DE VALDEVEZ, ARCOS DE VALDEVEZ

El Recontro de Valdevez es uno de los momentos más notables de la historia portuguesa. Cuando, en 1141, se enfrentaron los ejércitos de Afonso Henriques y Afonso VII de Castilla y León, su primo, el encuentro, una batalla casi segura, se convirtió en un torneo medieval. Fue un ejemplo de diplomacia, ya que no se derramó sangre. Cada año, en

el mes de julio, la recreación de "Bafordo" en **Arcos de Valdevez** retoma el ambiente y los decorados de la época.

PARQUE NACIONAL DE PENEDA-GERÊS

Con cerca de 70.000 hectáreas, el Parque Nacional de Peneda-Gerês se extiende desde las mesetas de Mourela hasta Castro Laboreiro, incluyendo las sierras de Peneda, Soajo, Amarela y Gerês. Abarca los municipios de **Terras de**





**Fortaleza
de Valença**



Bouro, Melgaço, Arcos de Valdevez, Ponte da Barca y Montalegre (Trás-os-Montes).

Es una región montañosa granítica con valles profundos y escarpados que soportan una densa red hidrográfica, lo que permite una gran variedad de formas de vida y experiencias. La notable diversidad botánica - bosques, matorrales, vegetación de ribera, turberas y matorrales húmedos - alberga también algunos de los robledales más importantes de Portugal. La diversidad faunística incluye la salamandra lusitana, el lobo ibérico, la cabra montesa, la tarabilla norteña y el corzo, símbolo de esta zona protegida, que es Reserva Mundial de la Biosfera de la UNESCO.



FORTIFICACIONES MEDIEVALES

La arquitectura militar es una parte importante del patrimonio arquitectónico y artístico del Minho, con numerosas fortificaciones que se remontan a la Edad Media. Castillos, fortalezas, torres y murallas marcan y caracterizan muchos de los paisajes urbanos y rurales y están asociados a la historia nacional y a innumerables leyendas. De gran importancia estratégica en la defensa del Noroeste de Portugal, la Muralla y el Adarve integrados en el Centro Histórico de **Guimarães** son Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, de la que es candidata la Plaza Fuerte de **Valença**.

ESTANCIAS INOLVIDABLES

La red hotelera y las opciones de alojamiento en el **Minho** son diversas y de gran calidad. Desde hoteles, posadas y hostales hasta turismo rural, alojamientos locales y turismo residencial, sin olvidar albergues juveniles y campings, caravanas y glamping, la hospitalidad es genuina y las estancias memorables. Punto de partida y de llegada para conocer el **Minho**, la oferta de alojamientos permite vivir experiencias únicas y diferenciadas. Son espacios donde el pasado, la modernidad y las raíces culturales conviven en armonía. Destacan por su valorización de la tradición, la historia y el respeto por el medio ambiente y el bienestar.



**Santuário
del Bom Jesus de Braga**

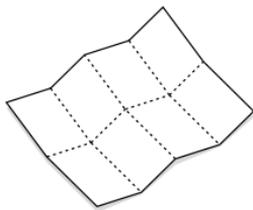
PATRIMONIO CULTURAL

Un testimonio de la riqueza y la antigüedad de la región.

No hay lugar en Portugal con tantos monumentos y patrimonio clasificado como el **Minho**, lo que da fe de la riqueza y antigüedad de la región.

El noroeste de Portugal destaca por la valiosa diversidad de su patrimonio histórico y arqueológico, arquitectura civil y religiosa, verdadero testimonio de culturas lejanas y presencias ancestrales.

En todo el territorio hay castillos y torres medievales, iglesias y monasterios, puentes y pazos, fortificaciones militares para la defensa costera y fortalezas, gran parte de las cuales está clasificada como Monumento Nacional. Los centros históricos de los municipios del **Minho** son espacios urbanos con cimientos antiguos que hoy constituyen fuertes atractivos turísticos.



Véase el mapa desplegable ilustrado "Minho. Sobre todo - Patrimonio Cultural"



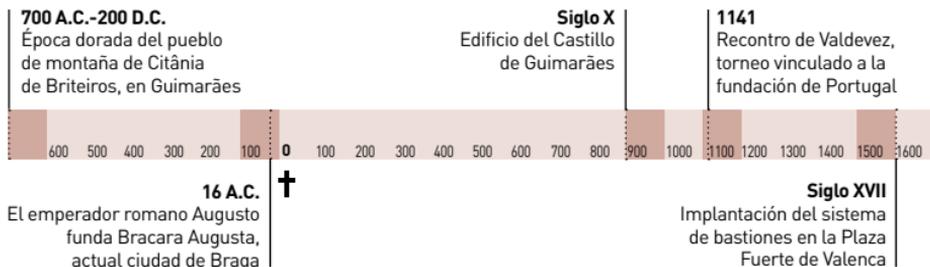
**Puente romano-medieval
de Rubiães**

ORÍGENES DE LA NACIONALIDAD – VIA ROMANA

El puente romano-medieval de la IV Vía Romana, en Rubiães - **Paredes de Coura**, es un recordatorio de la magnitud y el alcance del Imperio Romano que, entre los siglos I a.C y IV d.C., construyó una calzada monumental en el **Minho**. Por aquí pasaban ejércitos

y mercaderes en su camino de *Bracara Augusta* (Braga) a *Asturica Augusta* (Astorga). Los militares viajaban a caballo, de camino a la batalla o al campamento de las legiones, y los comerciantes con sus carros tirados por animales, cargados de productos

para vender en las ferias. Minerales valiosos, como el estaño, eran explotados por el Estado, que utilizaba esta vía para transportarlos con seguridad. La carretera también sirve de paso a los peregrinos que se dirigen a Santiago de Compostela.



SANTUARIO DEL BUEN JESUS DEL MONTE

Situado en las laderas del Monte de Espinho, con vistas a la ciudad de Braga, el conjunto arquitectónico y paisajístico del Santuario do Bom Jesus do Monte representa una colina sagrada coronada por una iglesia.

El sacro-monumento más majestuoso construido en Europa está dominado por la arquitectura religiosa barroca italiana.

El santuario está situado en una ruta del Vía Crucis e incluye una serie de capillas que albergan esculturas evocadoras de la muerte y resurrección de Cristo, así como fuentes, esculturas alegóricas y jardines formales.

El Vía Crucis culmina en la iglesia neoclásica, construida entre 1784 y 1811 según

un diseño del arquitecto Carlos Amarante.

Coro
Transepto

Barco de cinco literas





Basílica del Bom
Jesus do Monte

Escalera de
las Virtudes

Escalera de los
cinco sentidos

Terreiro dos
Evangelistas

Ascensor o funicular
Ascensor inclinado
supera la pendiente,
paralelo a la Escalera

Fachada neoclásica
de tres hojas

Basílica
Planta de una iglesia
con cruz latina

Los peregrinos
ascienden por la Escalera
o el Ascensor o Funicular,
haciendo de este complejo
barroco una de las mayores
rutas sagradas.



LA ELEVADA ESTACIÓN ESTÁ CLASIFICADA COMO PATRIMONIO DE LA HUMANIDAD POR LA UNESCO, CUYA FINALIDAD ES PROTEGER BIENES PATRIMONIALES DE VALOR UNIVERSAL EXCEPCIONAL.

Capacidad
5 pasajeros de pie y 30 sentados



 Frecuencia
30 minutos

 Duración del trayecto
2,5 a 4 minutos

 Velocidad
1,2 a 1,8 m/s

Fuerza motriz

La fuerza motriz es el agua de los manantiales y minas de la estación de Bom Jesus, conectada por tuberías a un depósito subterráneo.

No es necesario utilizar el suministro público de agua.



Volante

Pieza giratoria que regula el cable y el movimiento del mecanismo de subida y bajada.

Embalse

Depósito de agua de 5.850 litros. De este modo, la cabina superior se vuelve más pesada que la inferior y el movimiento comienza con la liberación de los frenos de ambas cabinas.

Pórtico Escalera



ASCENSOR FUNICULAR

Inaugurado en 1882, el ascensor Bom Jesus do Monte fue promovido por el empresario de Braga Manuel Joaquim Gomes. Diseñado a distancia por el ingeniero suizo Nikolaus Rigggenbach, correspondió al joven ingeniero luso-francés Raul Mesnier de Ponsard interpretar y ejecutar el proyecto. Explotado por la Confraria do Bom Jesus do Monte, el funicular es actualmente el más antiguo del mundo en servicio que utiliza el sistema de contrapeso de agua.

Funciona en rampa y consta de dos cabinas independientes conectadas por un sistema funicular. Une la parte baja de la colina, siguiendo un recorrido paralelo al Escadório, y termina en el punto más alto, junto a la estatua ecuestre de São Longuinhos.

Agua

Para poner en marcha la caja de cambios, el conductor abre el grifo del agua y llena el depósito al nivel deseado, en función del número (y peso) de ocupantes.

Cable

Haz de alambres de acero entrelazados con un diámetro de 38 mm y una longitud de 300 metros.

Cabañas

La madera de los árboles talados para construir la rampa se utilizó en las dos cajas de pasajeros

Al pie de la colina, el agua se descarga y el ciclo se repite. Además de servir de contrapeso, el depósito alimenta el circuito de refrigeración del freno delantero.

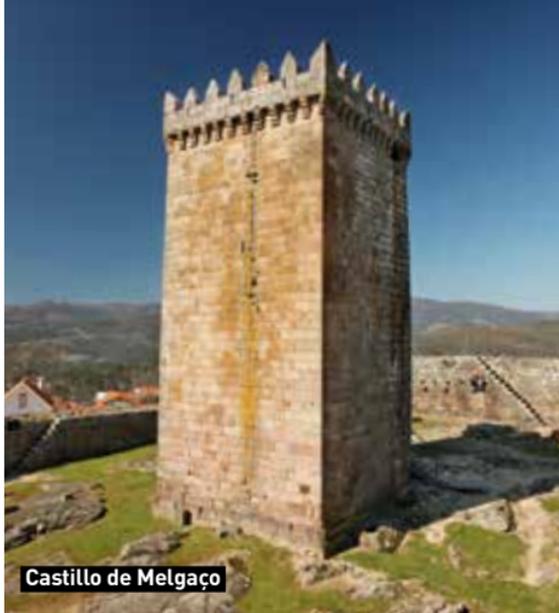
Originalmente, después de cada viaje, el agua del sistema regaba los campos circundantes. Hoy el agua se reutiliza y se bombea a la estación superior.



CASTILLOS Y FORTALEZAS LE INVITAN A VIAJAR EN EL TIEMPO

FORTIFICACIONES

El **Minho** es rico en monumentos históricos y militares desde la época castreña, cuando los primeros pueblos habitaban el noroeste ibérico. Entre ellos destacan las torres y castillos que en su día se erigieron en las sedes de las distintas tierras en que se dividió el territorio al inicio de la nacionalidad. Otros se construyeron en zonas fronterizas. Tras la fundación de Portugal, la región cuenta con una importante serie de murallas, castillos, fuertes y fortificaciones de diversas épocas. A partir del siglo XVI, tras la difusión de la artillería, las nuevas tácticas bélicas exigieron la construcción de distintos tipos de fortificaciones, basadas en la costa. Estos edificios son valiosos documentos de la historia de Portugal, especialmente los castillos de **Castro Laboreiro**, **Melgaço**, **Monção**, **Valença** y **Lindoso**, en Alto Minho, y **Lanhoso**, Faria y **Braga**, en Cávado.



CENTRO HISTÓRICO DE GUIMARÁES

El Centro Histórico de **Guimarães** es un vestigio único del diseño y la evolución de la ciudad. La morfología de su tejido urbano medieval forma una sucesión de plazas de gran valor y calidad formal y ambiental. Los edificios se caracterizan por un tipo particular de construcción, tipológicamente diverso, pero con gran unidad formal en su conjunto, ya que en general están contruidos con técnicas constructivas tradicionales, especialmente tierra apisonada. El Centro Histórico, ejemplarmente rehabilitado, ha sido

distinguido y clasificado por la UNESCO como Patrimonio de la Humanidad, dado que



VISITANTES VENERADOS

La búsqueda de lo sagrado puede recorrerse en el **Minho**, con fe y espiritualidad católicas, en rutas a templos y fiestas religiosas. Cabe recordar que el erudito arzobispo de Braga, Pedro Julião, fue elegido Papa en 1276, adoptando el nombre de Juan XXI para un breve pontificado.



Guimarães tiene una significación universal porque fue aquí donde se desarrollaron las técnicas de construcción de edificios durante la Edad Media y luego se exportaron a las colonias portuguesas en África y el Nuevo Mundo.

SANTUARIO DE SAMEIRO EN BRAGA

Templo mariano que atrae a peregrinos, el Santuario de Sameiro es el segundo templo consagrado de Portugal. Situado a 572 metros de altitud, está rodeado de bosques y ofrece una vista panorámica de la ciudad de Braga. El complejo religioso incluye un recinto para la misa, la Capilla del Santísimo Sacramento,

la iglesia principal, la cripta y la amplia escalinata monumental. El santuario se ha enriquecido con obras de arte de diferentes sensibilidades estéticas y religiosas.

CATEDRAL DE VIANA DO CASTELO

La construcción de la Iglesia Matriz de **Viana do Castelo** se remonta a la primera mitad del siglo XV, influenciada por la estética gótica. Su exterior conserva el aspecto de una iglesia fortificada de inspiración románica.

El interior, formado por tres naves, se caracteriza por una exquisita ornamentación y una serie de tumbas acorazadas de la nobleza local. La escultura

del portal principal es una pieza notable del gótico portugués. En 1977, la Iglesia Matriz fue elevada a la categoría de Catedral.

PALACIO DE BREJOEIRA, MONÇÃO

Antiguo punto de referencia del municipio de **Alto-Minho**, el Palacio da Brejoeira es un gran edificio neoclásico de principios del siglo XIX. La casa solariega, rodeada de altos muros, cuenta con un frondoso parque arbolado. Más allá de sus jardines de estilo inglés, se cultivan 18 hectáreas de viñas de Alvarinho. La moderna bodega produce vinos de calidad sin sacrificar el carácter único del "Palácio da Brejoeira DOC Vinho Verde".



RUTAS DE PEREGRINACIÓN

El Camino de Santiago portugués es un territorio fundamental para comprender la verdadera dimensión internacional del fenómeno de la peregrinación. El Camino Central, la ruta **Barcelos - Ponte de Lima - Paredes de Coura - Valença**, con una longitud de 73 km, es la más transitada. El Camino Portugués de la Costa, una ruta de 150 km entre **Porto y Valença**, está certificado en reconocimiento del alto valor patrimonial de las rutas históricas. La belleza de los paisajes del **Minho** y las buenas infraestructuras ayudan a que las rutas estén consagradas por las ciudades que comparten su historia con la del camino y los pueblos que cobran vida con el paso de los peregrinos.

S. BENTO DA PORTA ABERTA, TERRAS DE BOURO

Enclavado en Gerês y con vistas al embalse de Caniçada, São Bento da Porta Aberta es el segundo santuario más grande de Portugal. El lugar de culto benedictino de **Terras de Bouro** data del siglo XIX y se caracteriza por los paneles de azulejos del presbiterio y el retablo dorado. En 1998, se inauguró una gran cripta y, en 2015, la Santa Sede concedió al santuario el título de Basílica.

PASAJES SOBRE RÍO CÁVADO

Construido en el siglo XVII, el Puente del Prado es una sólida construcción de granito con robustos contrafuertes a ambos lados. Conecta **Braga y Vila Verde** y tiene la particularidad de ser un puente de caballete, con rampas de acceso en el

LOS LUGARES DE CULTO SON CENTROS DE ATRACCIÓN PARA PEREGRINOS Y VISITANTES, QUE INSPIRAN SERENIDAD Y PAZ

centro. También Monumento Nacional, el Puente de **Barcelos** fue construido en el siglo XIV, con un tablero plano que descansa sobre cinco arcos quebrados y desiguales. El Ponte do Porto / Ponte de Perozelo conecta **Amares con Póvoa de Lanhoso**. Construido en el siglo XIV, es largo y estrecho, con un tablero plano que descansa sobre arcos enteros quebrados.

SANTUARIO DE S. BENTO DAS PÊRAS, VIZELA

A 410 metros de altitud, en la colina de São Bento das Pêras, el santuario está formado por la capilla original, del siglo XIV y rodeada de cantos rodados pintados de blanco en agradecimiento por las gracias obtenidas, y la capilla del siglo XX, obra del arquitecto Aguiar de Guimarães. En el quiosco de la Confraria de S. Bento das Pêras se pueden comprar recuerdos del patrón de **Vizela**. Desde lo alto del mirador se puede disfrutar de hermosas vistas panorámicas del valle del río Vizela.



Palacio de la Brejoeira

PASAJES ENTRE ORILLAS

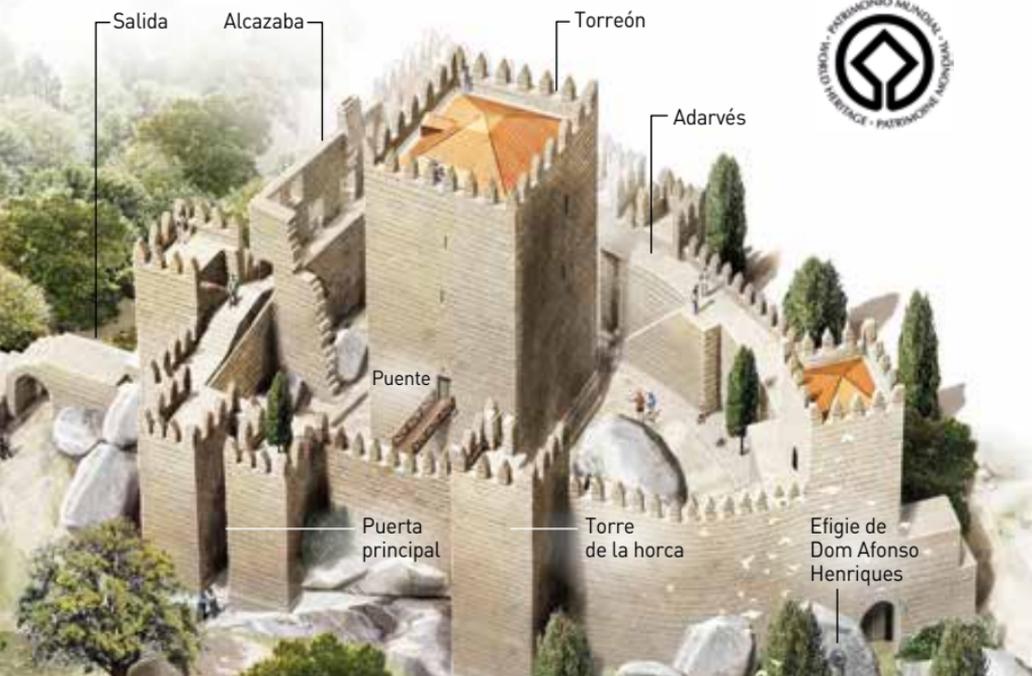
Ponte da Barca tomó su nombre de la barca que unía las orillas de **Arcos de Valdevez** y **Ponte da Barca**, antes de que se construyera el puente en el siglo XV. La construcción tiene un tablero de 180 metros de longitud y descansa sobre 10 arcos. Catalogado como Monumento Nacional,

el conjunto se compone en realidad de dos puentes: un tramo medieval de mayores dimensiones y lo que queda del puente romano, del siglo I. En **Valença**, el Puente Carretera-Ferrocarril, diseñado por Pelayo Mancebo Agreda y construido en 1884 por la Sociedad Internacional de Braine le Comte, cruza el río Minho en la frontera con Galicia. Con 399 metros de

luz, la estructura internacional de vigas metálicas consta de un tablero superior para el ferrocarril y un tablero inferior para la carretera. El ingeniero francés Gustave Eiffel fue el constructor del Puente Ferroviario y de Carretera de Viana do Castelo sobre el río Lima. La monumental estructura metálica consta de dos tableros y tiene 645 metros

CASTILLO DE GUIMARÃES. Paradigma de los orígenes de Portugal, es uno de los monumentos más representativos del imaginario medieval portugués.

Su construcción inicial se remonta a la época de la condesa Mumadona Dias, que lo mandó construir a mediados del siglo X para defender el monasterio de **Santa María de Guimarães** de los ataques de musulmanes y normandos. En el siglo XII, con la formación del Condado Portucalense, el conde Enrique y la condesa Teresa se trasladaron a Guimarães y ordenaron realizar grandes obras en el castillo para ampliarlo y hacerlo más fuerte.





**Puente sobre
el río Lima**

de longitud, todo un símbolo de la arquitectura del hierro en Portugal.

PUENTE ROMÁNICO DE VILAR DE MOUROS, CAMINHA

Sobre el río Coura, el puente de Vilar de Mouros está clasificado como Monumento Nacional y se considera uno de los prototipos de los puentes góticos portugueses. La construcción consta de tres arcos ligeramente quebrados, siendo el del medio el mayor, y un tablero de caballetes. Aunque se desconoce la fecha exacta de su construcción, sus características arquitectónicas apuntan a finales del siglo XIV y principios del XV.

PLAZA FUERTE DE VALENÇA

Valença tuvo una importancia estratégica en la relación entre el **Minho** y Galicia.

Sus orígenes se remontan al siglo XIII, pero fue en el siglo XVII cuando se implantó el sistema de bastiones, bajo el diseño de Michel de L'École, ingeniero militar que había desarrollado otras fortificaciones a lo largo del río Minho. La construcción comenzó en 1661 y finalizó en 1713 bajo la coordinación del arquitecto Manuel Pinto

de Vilalobos. Valença contaba entonces con una majestuosa red de baluartes y niveles conectados entre sí por fosos y puentes. La fortaleza está dividida en dos zonas unidas por la llamada Puerta del Medio. La zona norte rodea el centro medieval de la ciudad y la zona sur, con una función puramente militar, se denomina "Coroadá".



**Puente románico
de Vilar de Mouros, Caminha**



Vía Geira y Arrieiros,
Vía Romana

CAMINHO DA GEIRA Y ARRIEIROS, TERRAS DE BOURO

El tramo portugués de la calzada romana (**Braga - Amares - Terras de Bouro**), que atraviesa el Parque Nacional de Peneda-Gerês, está asociado a un centenar de miliarios, testimonio de las políticas regionales promovidas por el Imperio Romano. El Monumento Nacional "Vía XVIII / Geira" revela la genialidad y audacia del plan de ingeniería vial. **Terras de Bouro** conserva un tramo de 30 kilómetros de esta antigua calzada. Como parte del Centro Museológico Campo do Gerês, el Museo de la Geira explora las técnicas de construcción y transporte de las vías romanas.

ABADÍAS MEDIEVALES

En **Vila Nova de Famalicão**, la Iglesia de Santiago de Antas

es un edificio construido entre los siglos XII y XIV, con una arquitectura religiosa románica de transición al gótico. En la parroquia de Santa Eulália de Arnosó, la Iglesia del Monasterio era un templo primitivo fundado en el siglo VII, en época visigoda, dañado por los moros y reconstruido posteriormente en el siglo XII. El Monasterio de



Monasterio de Landim,
Famalicão

LA MATA DA ALBERGARIA CUENTA CON EL MAYOR NÚMERO DE HITOS EXPUESTOS

Landim, fundado en el siglo XII, se ha convertido actualmente en iglesia parroquial, parque y cerca, que alberga la Casa do Paço.

LINTERNAS COSTERAS

Lugar de fascinación por la idea mística de su aislamiento, los faros de la costa del Minho poseen un rico patrimonio arquitectónico y científico. Los faros y los fareros divulgan la historia de la región y de los navegantes portugueses que lanzaron y dirigieron los Descubrimientos Portugueses, las conquistas, viajes y exploraciones



**Fuerte de Ínsua,
Caminha**

de los siglos XV y XVI. Torres equipadas con focos sirven de guías de navegación en la desembocadura del Cávado - **Esposende** (Fuerte de San Juan Bautista) y en la costa de **Viana do Castelo** (Fuerte de Santiago da Barra, Fuerte de Paçõ y Fuerte de Areosa) y **Caminha** (Fuerte de Lagareira, Fuerte de Cão y Fuerte de Ínsua).

SENHORA DA GRAÇA, MONDIM DE BASTO

A unos mil metros de altitud, se disfruta de una vista privilegiada de 360° sobre el valle del Tâmega y las sierras de Alvão, Marão, Barroso y Cabreira. En la cima del Monte Farinha, envuelto en antiguas leyendas, el Santuario, una ermita de granito del siglo XVIII, acoge a creyentes y deportistas por igual. Al pie, una antigua casa de guardabosques

se ha reconvertido en un centro BTT y un merendero con zonas de sombra y un pequeño lago.

FARO DE MONTEADOR, VIANA DO CASTELO

Situado en un promontorio en Montedor, Carreço, el faro está a una altitud de 103 metros sobre el nivel del mar. La torre que

sirve de guía a la navegación es la más septentrional de Portugal y comenzó a funcionar en 1910. Para guiar la navegación, el faro, de 28 metros de altura, cuenta también con un edificio anexo. Modernizado en 1947 y conectado a la red eléctrica, fue finalmente automatizado en 1987, manteniendo su encanto místico, arquitectónico y científico.

ASCENSOR DE SANTA LUZIA, VIANA DO CASTELO

El funicular centenario, el más largo del país con 650 metros, conecta la estación de **Viana do Castelo** con el Templo-Monumento de Santa Luzia, posada, jardín histórico y mirador. En siete minutos se supera el desnivel de 160 metros, con los vagones funcionando a contrapeso, para contemplar el valle del río Lima y la costa atlántica.



**Faro de Montedor,
Viana do Castelo**



**Ascensor de Santa Luzia,
Viana do Castelo**



Río Vez

TURISMO ACTIVO

Descubre las mejores experiencias al aire libre.

No hay tierra más verde en Portugal continental que el Minho. Sabías que...

- De las 12 zonas protegidas de la Región Norte, cuatro pertenecen al territorio del Minho.

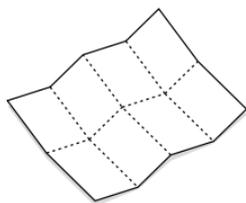
- El Parque Nacional de Peneda-Gerês, el único Parque Nacional del país clasificado también como Reserva Mundial de la Biosfera de la UNESCO, abarca cinco municipios, cuatro de los cuales se encuentran en Alto Minho y Cávado (Arcos de Valdevez, Melgaço, Ponte da Barca y Terras de Bouro).

- El Paisaje Protegido de las Lagunas de Bertandos y S. Pedro de Arcos, en Ponte de Lima, forma parte de la Red Natura 2000 - Reserva Ecológica Nacional.

- El Paisaje Protegido de Corno do Bico, en Paredes de Coura, tiene una superficie de 2.175 hectáreas.

- El Parque Natural del Litoral Norte se extiende a lo largo de 16 kilómetros de costa entre la desembocadura del río Neiva, en Viana do Castelo, y la parte sur de Apúlia, en Esposende.

- Minho posee las regiones hidrográficas de los ríos internacionales Minho y Lima y de los ríos nacionales Cávado y Ave. Se trata de grandes cursos de agua naturales, con lechos apretados y cuencas estrechas, que discurren por valles de laderas escarpadas.



Vea el mapa desplegable ilustrado "Minho Sobre Todo - Turismo Activo".



Cabeceiras de Basto

ESCALAR LA MONTAÑA

En **Minho**, las colinas y montañas se extienden por kilómetros, con picos de diferentes niveles, cortados por valles y mesetas, creando paisajes idílicos. En la región, el terreno es muy accidentado y las sierras superan los 1.200 metros, con la Sierra do Gerês elevándose hasta el segundo punto más alto de Portugal continental. En la

región noroccidental, las montañas, que son singulares en lugar de estar agrupadas, albergan una enorme biodiversidad, lo que ha llevado a clasificarlas como parques naturales o zonas protegidas. Aquí encontrará miradores, pueblos históricos, fuentes termales, cascadas, ríos y centros de interpretación. Como dice el refrán: agua de los montes y sombra de las peñas.

NATURALEZA DE LA DEVOCIÓN

La sacralización de las zonas montañosas del **Minho** une espiritualidad y naturaleza. Santuarios y ermitas conviven en altura con acantilados de granito, árboles, cursos de agua y miradores en la Sierra de Penha, en **Guimarães**, Bom Jesus do Monte y Sameiro, en **Braga**, Santa Luzia, en **Viana do Castelo**, Senhora da Peneda, en **Arcos de Valdevez**, São Bento da Porta Aberta, en **Terras de Bouro**, y N^a Senhora da Abadia, en **Amares**.

BRISA EN LAS PISTAS

Ágil, versátil y no contaminante, la bicicleta permite descubrir rutas y practicar ejercicio físico. En el **Minho**, la principal característica de la infraestructura ciclista es la conexión entre zonas de interés medioambiental, a través de bosques, a lo

Sierra da Penha,
Guimarães

largo del paseo marítimo y a lo largo de las riberas de los ríos. Los carriles bici (en ciudades, pueblos y aldeas), las ecovías (en entornos naturales) y las ecopistas (en canales de ferrocarril en desuso) permiten rutas cicloturísticas en superficies planas y con recorridos seguros y agradables por toda la región. Con circulación en zonas restringidas, en el **Alto Minho** se puede utilizar el sistema de bicicletas eléctricas compartidas "e-bike Rio Minho".

PAISAJES PROTEGIDOS

De las 12 zonas protegidas de la Región Norte, cuatro pertenecen al territorio del Minho. El Parque Nacional de Peneda-Gerês, único Parque Nacional de Portugal también clasificado como Reserva Mundial de la Biosfera por la UNESCO, abarca **Arcos de Valdevez, Melgaço, Ponte da Barca y Terras**

de Bouro, en Minho. La reserva ecológica Rede Natura 2000 incluye el Paisaje Protegido de las Lagunas de Bertandos y S. Pedro de Arcos, en **Ponte de Lima**, y el Paisaje Protegido del Corno do Bico, en **Paredes de Coura**, que cuenta con una extensa cubierta forestal, así como el Parque Natural del Litoral Norte, en **Esposende**, que posee un extenso cordón de dunas atlánticas. Con su topografía montañosa, el Parque Natural de Alvão, en Vila Real y **Mondim de Basto**, y la Sierra de Arga, en **Caminha, Viana do Castelo y Ponte de Lima**, también forman parte de la reserva ecológica.

ECOPISTA DO TÂMÉGA, CABECEIRAS DE BASTO

El Ecotrail Tâmega es un carril bici construido sobre el canal ferroviario de la antigua Línea

Tâmega, cuyo tráfico ferroviario cesó en 1990. La ruta, reservada a peatones, ciclistas y cicloturistas, tiene una longitud de 5,4 kilómetros en **Cabeceiras de Basto**, desde Arco de Baúlhe hasta Vila Nune. La ruta ciclista, sin pendientes pronunciadas, ofrece vistas del valle del Tâmega, aldeas, la antigua estación de tren y el Museo Terras de Basto, con un centro ferroviario.

EGWA - Premio Especial Europeo de Vías Verdes EYR 2021.

RUTA ECOLÓGICA DEL MINHO

En el trazado del ramal en desuso de **Monção** del corredor ferroviario de la Linha do Minho, el Ecotrail del río Minho sigue una ruta de 30 kilómetros diseñada para el ciclismo y el senderismo, el patinaje en línea y el monopatín. La tercera mejor vía verde de Europa,



Parque Nacional de Peneda-Gerês

elegida en los European Green Awards, empieza en Vila Nova de Cerveira, pasa por Valença y termina en Monção. Sin pendientes pronunciadas, la ecopista sorprende por sus vistas panorámicas del río, de las embarcaciones tradicionales, de la costa gallega y de los caladeros, pequeños edificios antiguos de piedra. Toda la ruta tiene una superficie bituminosa y señalización vertical.

JUNTO AL MAR Y AL RÍO

Con su litoral atlántico, el **Minho** ofrece una enorme variedad de playas de reconocida y premiada calidad medioambiental. Estas zonas de baño son populares tanto para momentos de ocio y relajación como para actividades como el surf, el bodyboard y el windsurf. La Bandera Azul, símbolo de calidad medioambiental que se concede anualmente a las playas fluviales y litorales,



Surf en la costa de Esposende

distingue la información y la educación medioambiental, la calidad del agua, la gestión y el equipamiento medioambiental, y la seguridad y los servicios. En **Minho**, más de dos docenas de playas han sido galardonadas: **Viana do Castelo** (Afife, Amorosa, Arda, Cabedelo, Carreço, Castelo de Neiva, Insua, Luzia Mar, Norte y Paçò); **Caminha** (Azenhas-Vilar de Mouros, Praia da Foz do Minho-Cristelo y Vilarelho, Forte do Cão-Âncora, Moledo, Vila Praia de Âncora); **Esposende** (Apúlia, Fão-Ofir,

Marinhas-Cepães y Suave Mar); **Braga** (playas fluviales de Adaífe, Ponte do Bico y Merelim S. Paio); **Fafe** (playa fluvial de Albufeira da Queimadela) y Playa Fluvial do Faial - Vila de Prado (**Vila Verde**). También hay playas designadas, pero no premiadas, como Playa Pedras Ruivas-Seixas, Playa de Transição, en **Caminha**, o Playa Fluvial do Taboão, en **Paredes de Coura**.

PLAYA FLUVIAL DE VERIM, PÓVOA DE LANHOSO

A orillas del río Cávado, la playa fluvial de Verim está situada en una región de gran belleza natural. Las aguas, tranquilas y de excelente calidad, son sódicas, fluoradas y sulfurosas. La zona de baño cuenta con un merendero e infraestructuras de apoyo, que incluyen una pasarela entarimada, requisitos para la movilidad de discapacitados y accesibilidad para todos



Viana do Castelo



**Playa fluvial de Faial,
Vila de Prado**

y equipos de primeros auxilios. Las instalaciones incluyen un bar, una pista de voleibol, una zona de picnic y un parque infantil.

Calidad Quercus Gold
- Playa interior 2022.

PLAYA FLUVIAL DE FAIAL, VILA DE PRADO

Si quiere absorber de verdad el esplendor de la naturaleza y sentir el aire libre, sólo tiene que hacer una cosa: visitar las zonas ribereñas del municipio de **Vila Verde**. Contemple un espectáculo de paisajes, fauna, sonidos y luces de la propia naturaleza. Sienta este placer. La Playa Fluvial de Faial es uno de estos espacios y está situada junto al río Cávado, en el pueblo de Prado. Con sus excelentes espacios verdes, es ideal para la convivencia y el ocio en familia o con amigos. Aquí también se encuentra el Club Náutico de Prado, con una pista polideportiva (fútbol, tenis y baloncesto), una pista

de voley playa, un parque infantil y una zona de picnic compuesta por 6 mesas con bancos, una zona de baño, un bar y un aparcamiento con acceso para coches y autobuses. ABAE - Playa accesible con Bandera Azul, Playa para todos

PLAYA DE MOLEDO, CAMINHA

Playa costera de arena blanca y rocosa, la Playa de Moledo combina largas extensiones de arena y mar con el Bosque de Camarido. La estación balnearia, famosa desde

principios del siglo XX, es reconocida por las cualidades terapéuticas del yodo. La playa, ligeramente ventosa y bañada por un fuerte oleaje marino, presenta buenas condiciones para la práctica del surf e incluso del windsurf durante el verano. Enfrente, en una pequeña isla rocosa a la que se puede llegar en barco, se alza el Fuerte de Ínsua, bastión de la defensa costera.

ABAE - Bandera Azul Calidad Oro Quercus - Playa de Transición. Playa accesible, Playa para todos

AVENTURA EN EL AGUA

Montañas y valles marcan los contrastados paisajes de **Ponte da Barca**, que se abre al río Lima en una extensa playa fluvial. Largas rutas de barranquismo y paseos en kayak son actividades náuticas que se pueden practicar en el río y sus orillas, con todos los encantos de los paisajes de montaña.



Playa de Moledo, Caminha



Kitesurf
en la ría del Cávado

ESTACIONES NÁUTICAS

Cuatro estaciones náuticas certificadas están situadas en niveles de agua estables de ríos, lagos y embalses de la región del **Minho** y forman parte de la red de Estações Náuticas de Portugal. Promueven actividades náuticas y de ocio vinculadas al patrimonio cultural y medioambiental local, incluyendo alojamiento y restauración. Ya sea en la costa o en el interior, la región noroeste de Portugal tiene una fuerte conexión con el agua y las experiencias de ocio acuático. En el **Minho**, la Estación Náutica de **Esposende** y la Estación Náutica del **Alto Minho**, en **Viana do Castelo**, así como la Estación Náutica de **Cabeceiras de Basto** y la Estación Náutica de **Vila Verde**, cuentan con puertos deportivos, amarres, polideportivos, clubes náuticos y empresas de

kitesurf, surf, paddle surf y piragüismo, además de kayak, windsurf, vela, remo, esquí, buceo y paseos en barco.

Viana do Castelo también alberga el nuevo Centro de Alto Rendimiento de Surf en Praia do Cabedelo. El edificio ecológico, sede del Viana Surf Club, forma parte de la Red Nacional de Centros de Alto Rendimiento. Para vivir el **Minho** en todas las estaciones y siempre junto al agua.



Embalse
Ermal

EMBALSES

La Albufeira do Ermal es una laguna alimentada por el río Ave, de aguas agradables, claras y cristalinas. La zona permite disfrutar de la tranquilidad de la naturaleza y toda la extensión de la isla es apta para el baño, con el apoyo de colchonetas de césped sintético y un bar con terraza. Para los que se atreven con las actividades náuticas, el 'Teleski - Cable Park Aqua Park' ofrece diversiones como wakeboard, wakeskate, ski kneeboard, trickski, pedalos, kayaks, paddle boards e hinchables. Calidad Quercus Gold - Playa interior 2022.

El embalse de Lindoso (**Ponte da Barca y Arcos de Valdevez**) está situado en el río Lima, cerca de la frontera, entre los montes Soajo y Amarela, donde las especies de peces más comunes son la trucha, el barbo y la boga. Las actividades deportivas y de ocio están restringidas.



**Fisgas
de Ermelo**

En la sierra de Gerês, el embalse de Caniçada (**Terras de Bouro y Vieira do Minho**) reúne las aguas de los ríos Cávado, Gerês y Freitas. A las bellezas naturales se suman el puerto deportivo de Río Caldo y la playa de Alqueirão (galardonada con el Premio Quercus de Oro a la Calidad - Playa Interior 2022), para la práctica de deportes náuticos.

CURSOS DE AGUAS

Dos cursos de agua naturales luso-españoles atraviesan la región del Minho, los ríos internacionales Minho y Lima. El río portugués Cávado nace en la Sierra do Larouco y desemboca en el océano Atlántico. Las zonas de baño a lo largo de los ríos son una alternativa a las playas oceánicas para los que les gusta de los baños de agua dulce, cerca de zonas verdes y montañas. Los ríos y sus afluentes son ideales para la práctica de deportes náuticos (moto acuática, vela, remo, rafting y piragüismo)

o paseos en barco. Las tranquilas orillas de las playas fluviales, las cascadas y los embalses invitan a refrescantes baños, actividades náuticas y al disfrute de la naturaleza.

FISGAS DE ERMELO, MONDIM DE BASTO

En el Parque Natural de Alvão, las Fisgas de Ermelo son una de las mayores cascadas de Europa, con una caída de cerca de 400 metros, encajadas en rocas cuarcíticas de 480 millones de años de antigüedad. Fue

la fracturación de estas duras rocas lo que permitió al río Olo "enfisarse" en ellas, dando lugar al nombre popular con el que se conoce a la cascada. Cerca de las cascadas hay 'pioças', lagunas naturales de agua pura y cristalina, y una ruta de senderismo.

PARQUE DEVESEA, V. N. DE FAMALICÃO

Además de las atracciones turísticas construidas, es de visita obligada el Parque de la Devesa, en **Famalicão**, con una superficie de cerca de 27 hectáreas, que favorece el contacto con la naturaleza, el ocio, el deporte y la educación ambiental. Situado en fincas rurales abandonadas desde hace décadas, la zona, próxima al centro de **Famalicão**, está atravesada por el río Pelhe y cuenta con un lago, grandes árboles, acantilados de granito y los edificios Casa do Território y Anfiteatro.



**Parque de la Devesa,
Famalicão**

AGUAS MINERALES TERAPÉUTICAS

El bienestar, naturalmente relajante, se encuentra en el termalismo y en las termas del **Minho**. La región ofrece lugares para relajarse y encontrar el equilibrio en el entorno de los balnearios termales. Son servicios para mejorar la calidad de vida relacionados con la prevención de enfermedades, la estética, la belleza y la relajación. En **Minho**, los balnearios y estaciones de **Melgaço**, **Monção**, **Gerês**, **Taipas Termal**, **Moimenta**, **Caldelas** y **Vizela** aplican técnicas termales con agua mineral natural con propiedades terapéuticas.



TRATAMIENTOS TERMALES

Si lo que busca es relajarse, desconectar y olvidarse de sus problemas, puede disfrutar de los diversos programas de salud y bienestar que se ofrecen en **Minho**.

La elección es variada, pero la sensación es sólo una: ¡bienestar!



Taipas Termal



Rafting en el río Minho, Melgaço

TERMAS DE CALDELAS, AMARES

Rodeadas de un paisaje verde, las Termas de Caldelas son un destino para escapar del estrés de la vida cotidiana y recargar las baterías gracias a los beneficios de la relajación, el bienestar y la terapia. El complejo termal consta de un balneario y surtidores de agua, así como de un centro de medicina física y rehabilitación. Las indicaciones terapéuticas de estos balnearios son principalmente para el aparato digestivo, el reumatismo, el sistema respiratorio y algunas dermatosis crónicas. Independientemente de sus indicaciones terapéuticas específicas, la asistencia al balneario aporta beneficios generales gracias al descanso activo, la alimentación sana y la balneoterapia relajante. El balneario remodelado combina la modernidad y el confort de un balneario con el estilo sobrio del edificio original.

IDEAL PARA LOS AMANTES DEL GOLF

Con su clima privilegiado, lejos del viento, y sus bellos paisajes, entre el mar y la montaña, el Minho es un destino privilegiado para los golfistas. El entorno natural permite diseñar campos con un trazado riguroso y agradable. Mezcla de llanuras y colinas, los campos se han diseñado tanto para aficionados como para profesionales, lo que facilita su uso en torneos. Combina el placer del juego y el desafío de los campos con estancias cómodas y tranquilas.

CAMPOS DE GOLF ATRACTIVOS

Rodeados de una naturaleza generosa, entre el mar y la montaña, donde reinan el verdor y la tranquilidad, la oferta de campos de golf en el **Minho** es variada. El Axis Golfe - **Ponte de Lima**, el Campo de Golf de Rilhadas



**Balneario de Caldelas,
Amare**

- **Fafe**, el Clube Golfe **Braga**, el Campo de Golf de Guardizela - **Guimarães** y el Campo de Golf de Quinta da Barca - **Esposende**, combinan el placer del juego, el desafío de los recorridos y estancias tranquilas tanto para aficionados como para profesionales.

PASIÓN POR EL FÚTBOL

Temporada tras temporada, los clubes de fútbol de **Minho** representan un tercio de todos los equipos de la liga portuguesa. Son el SC Braga, el Vitória SC, el Moreirense FC, el FC Famalicão, el Gil Vicente FC y el FC Vizela. Directivos, entrenadores y jugadores se dedican a la formación de futbolistas. La rivalidad entre el SC Braga y el Vitória SC involucra a los dos clubes más representativos de la región, y el partido entre los "guerreros" y los "conquistadores" es apodado el "derbi del Minho".

ESTADIO MUNICIPAL DE BRAGA

El Estadio Municipal de **Braga** fue diseñado por el arquitecto Eduardo Souto Moura y el ingeniero Rui Furtado. El estadio se construyó para la Eurocopa de fútbol de 2004, que se celebró en Portugal. El estadio presenta líneas arquitectónicas innovadoras, con dos tribunas laterales y un aforo de 30.000 localidades. En la parte superior del estadio podemos ver parte de la antigua cantera, y al otro lado una

vista del valle de Braga. Premio Secil - Arquitectura 2004 / Ingeniería Civil 2005.

CENTRO DE FORMACIÓN DE MELGAÇO

Referencia nacional e internacional, el moderno y bien equipado complejo del Centro de Entrenamiento de **Melgaço** está dividido en áreas de ocio, que permiten la práctica de deportes de mantenimiento y actividades recreativas, y deportes de alto nivel (fútbol, atletismo, baloncesto y balonmano).



**Estadio Municipal
de Braga**



**Pueblo de Pontes,
Melgaço**

PUEBLOS DEL MINHO

**Lugares de excelencia paisajística,
histórica y cultural**

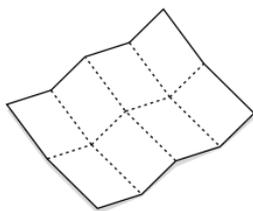
Los pueblos del **Minho** son una invitación a visitar un territorio tranquilo que conserva su patrimonio cultural edificado, sus gentes, su arte, sus costumbres y sus formas de vida ancestrales.

Las montañas que bordean los valles albergan una flora típica que sustenta una importante comunidad animal. Aquí, el tiempo es para disfrutar, conocer, experimentar e interpretar los paisajes naturales y rurales, los campos agrícolas, los ríos y la biodiversidad.

Para apreciar plenamente el turismo rural, los pueblos tradicionales y sus alrededores ofrecen casas tradicionales, cocina típica, artesanía regional, las más diversas experiencias de turismo activo y una población amable y acogedora.

La misión de la Asociación de Turismo Rural es desarrollar y promover los territorios rurales, los pueblos y los recursos endógenos locales y regionales.

En Minho, se han clasificado 28 aldeas tradicionales, y la aldea rural de Sistelo, en Arcos de Valdevez, ha sido elegida una de las 7 Maravillas - Aldeas de Portugal.



**Véase el mapa
ilustrado desplegable
'Minho. Sobre todo
- Aldeas de Tradición'.**



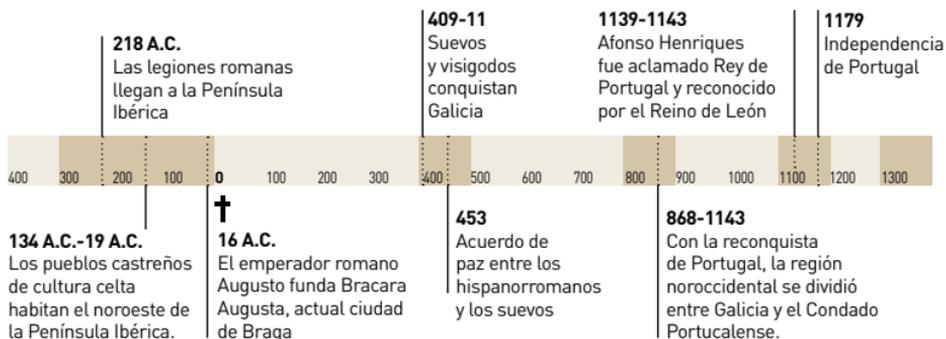
**Casa típica,
Branda da Aveleira**

LA IDENTIDAD DE UN PUEBLO – CASA TÍPICA

La arquitectura vernácula del **Minho** es fruto de saber interpretar y utilizar el paisaje, de saber aprovechar los recursos naturales y de saber manipular y dominar los materiales disponibles. Hecha de granito y roble, la casa típica del **Minho**

combina la habitación humana y el corral. Las casas son de planta rectangular y suelen tener dos pisos: el superior, para vivienda, y el bajo, para el ganado y las tiendas (almacenes), bodega y granero. Una escalera

de piedra de un solo tramo asciende a lo largo de la fachada y la veranda, cubierta con un porche. El tejado a dos aguas es de teja calera. Alrededor de la casa no pueden faltar la era, las pacas, el pozo, los patios y los hórreos.



SISTELO

El Paisaje Cultural de Sistelo, en Arcos de Valdevez, aún alberga toda la antigua belleza rural del Minho. Las terrazas y los pequeños asentamientos son una característica única. El territorio está marcado por la construcción de terrazas y niveles, adaptados a las curvas de nivel, modelando las laderas escarpadas, utilizadas para la producción de maíz y el pastoreo, y canales de agua para el riego. Al retener el suelo, conducir el agua a través del sistema de riego y crear escaleras verticales de acceso, las terrazas representan una forma inteligente y ecosostenible de obtener beneficios agrícolas y ganaderos, y son el caldo de cultivo de las razas autóctonas de ganado Cachena y Barrosã. Clasificado como Monumento Nacional por su naturaleza excepcional y su alto valor patrimonial, el Paisaje Cultural de Sistelo está enclavado en un valle de fuerte pendiente, en cuyo fondo fluye el río Vez. La aldea tradicional de Sistelo está formada por casas de arquitectura popular, molinos y graneros, donde destaca el Castillo de Sistelo. El centro de la aldea conserva un fuerte recuerdo de ritmos ancestrales en sus edificios de granito. La comunidad rural está perfectamente adaptada al terreno montañoso, con un aprovechamiento diversificado. En el siglo XII, el ejército de Afonso VII de León y Castilla pasó por aquí para enfrentarse a D. Afonso Henriques, en un episodio decisivo en la fundación del Reino de Portugal.

← Monção



Paisaje Cultural de Sistelo
- Monumento Nacional
7 Maravillas de Portugal - Aldeas

TERRAZAS DE SISTELO

Plataformas más o menos planas de suelo profundo y fértil, las terrazas de Sistelo se crearon por la necesidad de aumentar la superficie agrícola y contrarrestar las pendientes. Están construidas en las laderas de las montañas, superpuestas en escalera y sostenidas por muros de piedra. Estas estructuras permitieron a las comunidades rurales desarrollar una agricultura de subsistencia. Asociados a estas plataformas, se construyeron canales de riego para transportar el agua desde los puntos más altos de las montañas, pozos y cursos de agua para mantener los cultivos en los meses de verano.

N304

Cruz de Sistelo

Puente de Sistelo

Fuente

Graneros

Iglesia parroquial
de Sistelo

Casa del Castillo
Centro de Interpretación
del Paisaje Cultural
de Sistelo

Puente del
Visconde de Sistelo

Pasarelas de Sistelo

Río Vez





Capilla de Sto. António
do Barroco

N202-2

Puente de Sistelo Veiga



Arcos de
Valdevez →



IGLESIA PARROQUIAL DE SISTELO

Pequeña iglesia parroquial que se integra en el entorno. Al fondo, junto al cementerio, en la tumba neoclásica de piedra, está enterrado Manuel Gonçalves Roque, primer vizconde de Sistelo.



CASA DEL CASTILLO - C. I. DEL PAISAJE DE SISTELO

Pequeño palacio con dos torres en uno de sus lados, construido en la segunda mitad del siglo XIX por Manuel Gonçalves Roque, hijo de la tierra que regresó de Brasil y fue nombrado primer Vizconde de Sistelo.



PUENTE MEDIEVAL DE SISTELO

Construido en el siglo XV, este puente medieval tiene una estructura de granito con dos arcos de medio punto desiguales. La pasarela es sólo peatonal.

BRANDA DA AVELEIRA, MELGAÇO

La aldea tradicional de Branda da Avelreira, uno de los muchos centros residenciales a altitud elevada del **Alto Minho**, se utiliza desde el siglo XII como aprisco en primavera y verano. Situada en las inmediaciones del Parque Nacional de Peneda-Gerês, era a estos corrales a donde subían los pastores con sus rebaños y pernocaban en estas pequeñas construcciones rústicas de piedra, destinándose el piso inferior al ganado, lo que permitía calentar el piso superior. Hoy, se pueden encontrar aquí alrededor de 80 cardenhas [casitas de piedra], una docena de las cuales han sido restauradas para el turismo rural.

ERA COMUNITARIA DE PORREIRAS

Con ocho hórreos, cuatro pórticos que sirvieron de pajares y un conjunto de molinos de agua restaurados, la visita a la Era Comunitaria de Porreiras, en **Paredes de Coura**, ofrece también una vista panorámica del paisaje.

SOAJO, ARCOS DE VALDEVEZ

Situado en el Parque Nacional de Peneda Gerês, el municipio de Soajo está formado por varios lugares que conservan una identidad única. Durante la Edad Media, sus monteiros (guardias coutos) tenían privilegios de la corona. El ex-libris de la villa es la era

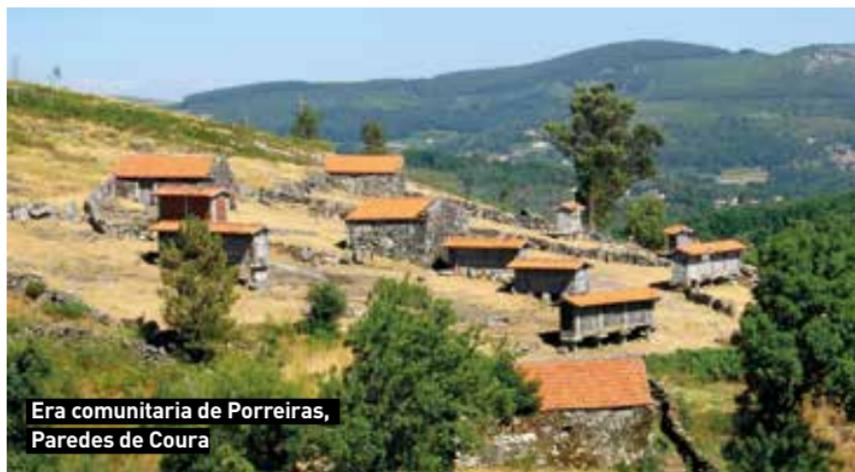


CARDENHA

Se trata de una construcción rudimentaria que sirve de lugar de descanso a pastores y otros trabajadores de la montaña durante la noche.



EL COMUNITARISMO FUE UN MODELO LABORAL ESENCIAL PARA LA SUPERVIVENCIA DE LOS PUEBLOS



Era comunitaria de Porreiras, Paredes de Coura



**Pueblo
de Castro Laboreiro**

comunal, formada por un conjunto de 24 hórreos de granito asentados sobre un enorme peñasco.

En Soajo hay numerosas casas rurales y restaurantes con cocina típica.

CASTRO LABOREIRO, MELGAÇO

En el **Alto Minho**, **Castro Laboreiro** se encuentra en el Parque Nacional de Peneda-Gerês. La localización de la aldea tradicional, en **Melgaço**, a más de mil metros de altitud, hizo que los castreños defendieran la tradición del pastoreo en altura (brandas) y en valles (inverneiras), testimonio de la práctica de la trashumancia y de la ocupación estacional. La villa posee un antiguo legado histórico, que incluye monumentos megalíticos, el Castillo de Castro Laboreiro, clasificado

como Monumento Nacional, puentes e iglesias medievales, hornos comunitarios, molinos y actividades agrícolas. Los visitantes pueden

encontrar alojamiento en albergues y refugios, fruto de la restauración de casas castreñas. El guardián de la pequeña ciudad es el perro Castro Laboreiro.



TABLA DE LOS 4 ABADES

Una mesa de granito flanqueada por cuatro bancos de piedra, cada uno basado en el territorio de cada parroquia vecina: Calheiros, Cepões, Bárrio y Vilar do Monte (**Ponte de Lima**). En la Edad Media, los representantes de cada parroquia se sentaban para discutir y resolver asuntos y consultar a los fieles. Los presidentes de las parroquias retomaron la tradición en junio de cada año.



PUEBLO DE BICO, PAREDES DE COURA

Mirador natural, el pueblo de Bico se extiende desde las laderas de la Sierra do Corno de Bico hasta las orillas del río Coura. En la aldea se preparan manjares típicos, se mantiene viva la artesanía del lino y la lana y hay casas de turismo rural. En los alrededores, hay vestigios de mamoas, túmulos funerarios que datan de hace cinco milenios. La aldea Sierrana de Porreiras, en las laderas de la Sierra da Boalhosa, posee una era comunitaria con nueve hórreos y cuatro porches, y ofrece la Senda del Pastor por rincones naturales.

UZ, CABECEIRAS DE BASTO

Situada en la parroquia de Vilar de Cunhas, en la Sierra



da Cabreira, Uz es una pequeña aldea con casas de granito. Su nombre se debe a la gran cantidad de brezo que hay en las colinas de esta aldea. Las estrechas calles de Uz transportan a los visitantes de este pintoresco pueblo a

una época remota. En los alrededores de esta aldea tradicional, también se puede visitar el Fojo do Lobo, que representa una antigua trampa utilizada para cazar lobos.

ALDEAS DE AGRA Y ESPINDO, VIEIRA DO MINHO

Al sur de la Sierra da Cabreira y bañada por el río Ave, la aldea de Agra, en Rossas, está formada por un conjunto de casas de granito, callejuelas empinadas y tierras cultivadas. La aldea ofrece alojamiento, un restaurante típico, artesanía y una ruta de senderismo. En Ruivães, la pintoresca aldea Sierrana de Espindo conserva un sistema de riego comunitario, casas del siglo XIX, hórreos y molinos, un legendario pozo y refugios de pastores en las laderas.





PUEBLOS DEL MINHO

La llegada a la aldea de Ermida, en **Ponte da Barca**, está señalizada por un mirador.

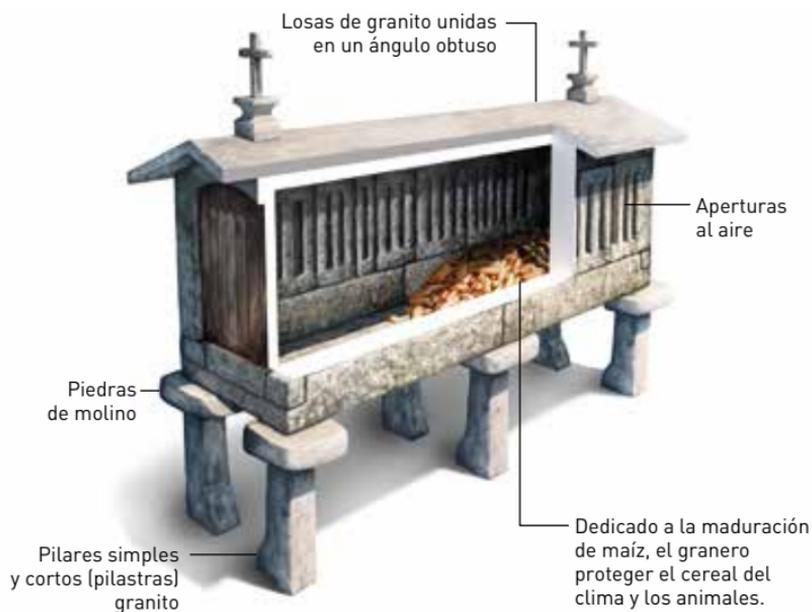
En la aldea comunitaria, donde se encuentra el Centro Museológico y el acceso a Branda de Bilhares. En dirección a la Sierra Amarela, aparece la aldea comunal de Germil, centrada en dos núcleos de casas típicas, calles, aceras, hórreos y un molino

de agua. Entre la Sierra de Arga (espacio Natura 2000) y la Sierra de Formigoso se encuentra la aldea de Cabração, en **Ponte de Lima**. Paseando por sus estrechas calles, se puede observar el esquisto y el granito utilizados en las casas rústicas, algunas de las cuales son alojamientos turísticos. La parroquia de Taião, en **Valença**, está situada en una meseta montañosa que, debido a su situación

geográfica, está "siempre al sol", como dicen los lugareños. Se pueden encontrar relojes de sol en Taião de Cima y Taião de Baixo. En esta aldea típica se encuentra el rehabilitado Museo Rural de Taião, cuya colección destaca el traje original de la taionesa, así como diversos materiales y utensilios relacionados con el arte del lino, además de antiguos aperos agrícolas aún en uso en la región.

EL GRANERO Es un ejemplo del espíritu comunitario de los aldeanos, que también comparten la era.

Característica del noroeste de la Península Ibérica, esta estructura de piedra y madera se diseñó para almacenar y secar mazorcas de maíz, protegiéndolas de pájaros y roedores.





Germil,
Ponte da Barca

ALDEA DE MONTARIA, VIANA DO CASTELO

São Lourenço da Montaria es una parroquia del municipio de Viana do Castelo, situada en el interior, lejos de la ciudad y en las laderas de la Sierra d'Arga. Esta particular ubicación le ha conferido un carácter

montañoso e independiente que se ha materializado en numerosos vestigios materiales.

LINDOSO, PONTE DA BARCA

En el **Alto Minho**, el pueblo de Lindoso combina historia, patrimonio y naturaleza en armonía. El núcleo rural,

GERMIL: UN PEQUEÑO PUEBLO DONDE SE ESCUCHAN LOS SONIDOS DE LA NATURALEZA Y LOS ANIMALES

desde el que se divisa el embalse de Lindoso, forma parte del Parque Nacional de Peneda-Gerês y ha sido objeto de recientes reformas. En el pasado, desempeñó un papel importante en la defensa de la frontera portuguesa. Su principal característica es un conjunto de graneros de los siglos XVIII, XIX y XX. El Castillo de Lindoso, clasificado como Monumento Nacional, se encuentra junto a la aldea.



Lindoso,
Ponte da Barca



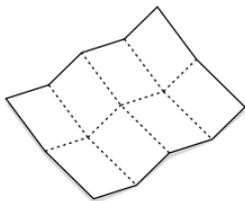
Ternera asada

GASTRONOMÍA Y VINOS

Las tradiciones gastronómicas más sabrosas

La gastronomía es uno de los aspectos más representativos de los conocimientos y costumbres ancestrales de la región del **Minho**. Cada plato ejemplifica el patrimonio y la memoria de la comunidad. Son recetas familiares, saberes conventuales, muchos de los cuales se mantienen en secreto.

Una comida típica del Minho puede ser muy variada. La gastronomía refleja sabores típicos como el pescado de río y de mar, las carnes tiernas y bien condimentadas y los dulces de convento. La enogastronomía del **Minho**, el equilibrio perfecto entre vino y comida, combinando y armonizando sabores, proporciona una experiencia para los sentidos, rica en aromas y sabores y destinada a aumentar el placer gastronómico.



Véase el mapa
ilustrado desplegable
"Minho. Sobre todo
- Gastronomía y Vinos".



REFERENCIA GASTRONÓMICA DEL MINHO



El trabajo realizado por Minho Inovação para promover la gastronomía ha dado frutos visibles, como resultado de la promoción y el apoyo de una amplia gama de iniciativas a través del Referencial Gastronómico del **Minho**.



VINHO VERDE - ÚNICO EN EL MUNDO

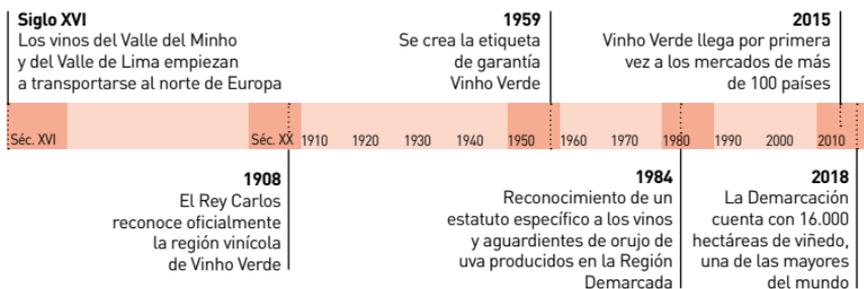
Frescura vibrante, elegancia y ligereza, expresión aromática y gustativa, con énfasis en sus notas afrutadas y florales, son las características que definen y diferencian el Vinho Verde. El amplio menú de **Minho** no prescinde de un buen Vinho Verde para acompañarlo. Con una graduación alcohólica moderada y, por tanto, menos calórica, el Vinho Verde es un vino afrutado, fácil de

beber, ideal como aperitivo o maridado con comidas ligeras y equilibradas (ensaladas, pescados, mariscos, carnes blancas y aperitivos). Producidos exclusivamente en la Región Demarcada de Vinho Verde, a los blancos, rosados y tintos se suman los aguardientes y espumosos Vinho Verde. Para apreciarlos y conocerlos, nada mejor que visitar los centros enoturísticos, que incluyen bodegas, hoteles, granjas tradicionalmente vinculadas

al vino, casas de degustación, restaurantes o recorrer rutas como la Ruta del Vinho Verde o la Ruta del Vino Alvarinho de Monção & Melgaço.

CALDO VERDE

La sopa típica del Minho, el Caldo Verde, tiene su origen a mediados del siglo XV en la región del **Minho**, cuando los agricultores utilizaban los ingredientes más abundantes para producir una sopa que satisficiera a toda la población. Elaborado con la típica col





Caldo Verde



Bacalao
à São Teotónio

y patatas rojas, el plato es el principal atractivo de la gastronomía de la región y del país. Se sirve en una cazuela de barro, con una rodaja de chorizo de vino y un poco de aceite de oliva virgen extra. Tradicionalmente se acompaña de pan de maíz y se sirve con vino regional del Minho.

BACALAO À SÃO TEOTÓNIO

El Bacalhau à São Teotónio es un plato con un sabor genuino. Lleva nombre de santo, en honor del primer santo portugués, natural de **Valença**.

CARNE DE ORIGEN

Las formas de cría del ganado de las razas del **Minho** reflejan el espíritu comunitario de la población local. Es frecuente que los animales de varios propietarios pasten juntos o que un propietario cuide tanto de sus animales como de los de sus vecinos. Se alimentan de forraje verde, paja de maíz y cizaña.

La Carne Cachena da Peneda DOP identifica un producto originario de la región de **Minho**, obtenido a partir de animales de la raza bovina Cachena (ternera, novillo, buey y vaca), cuya calidad

y características se deben al medio geográfico. La carne es succulenta, ligeramente húmeda y muy sabrosa.

NARANJA DE AMARES

Fruto regular, esférico, de color amarillo rojizo y corteza fina y muy jugosa, la naranja de Amares es un símbolo del municipio de Cávado y forma parte de su escudo de armas. Este cítrico sobremadura y puede consumirse de mayo a agosto, permaneciendo en el árbol hasta su consumo. Se aprecia la salubridad de la cáscara, su grosor y la cantidad de zumo y azúcar. Consumido tal cual, también se utiliza para mermeladas y pudines.



Carne Cachena

EN LA COCINA
DEL MINHO CADA
INGREDIENTE
COBRA VALOR

CORDERO AL ESTILO DE MONÇÃO

Tradicionalmente cocinado, el cordero al estilo de **Monção** es una referencia en la gastronomía del Minho. Este plato tarda más de 24 horas en prepararse y se sirve con arroz amarillo. Se acompaña en la mesa con Vinho Verde de la variedad Alvarinho. De postre, recomendamos las Roscas de Monção, un dulce típico del municipio en forma de anillo y recubierto de sirope de azúcar. La receta es un secreto bien guardado, elaborado sólo por unas pocas familias, y requiere maestría a la hora de unir los ingredientes.

CORDERO COCINADO CON TIEMPO Y ESMERO, REFLEJO DE LA MAESTRÍA DE LAS MANOS DE MINHO



Cordero al estilo de Monção

"CAURDO" DE VILA VERDE

Así se denominan las sopas tradicionales, que en tiempos pasados eran el sustento de los más pobres. Es uno de los manjares de la región y del municipio de **Vila Verde** y representa una auténtica especialidad que se ha expresado a través de la Fiesta del Caurdo, que se celebra en octubre, en el marco de la Fiesta de la Vendimia y de la Fiesta del Caldo do Pote, iniciativa que forma parte del programa En la Ruta de la Vendimia, donde se sirven decenas de caurdos cocinados a la antigua usanza. El Caurdo à Lavrador es uno de estos manjares y la base de la receta se compone de ingredientes como berza, alubias rojas, patatas blancas, harina, jarrete de jamón, chorizo de carne, sal y aceite de oliva al gusto, preparados en una olla y servidos en cazuelas de barro.



Caurdo de Vila Verde



Carne ahumada de Melgaço

CARNE AHUMADA DE MELGAÇO

La Comisión Europea ha reconocido las denominaciones Salpicão de **Melgaço**, Presunto de Melgaço, Chouriça de Melgaço y Chouriça de Sangue de Melgaço como Indicaciones Geográficas Protegidas (IGP). Estos productos tienen una reputación asociada a su región de origen y sus características cualitativas son indisolubles de la materia prima utilizada, procedente de cerdos de raza bísara, y del saber hacer de las gentes de Melgaço que conocen las técnicas tradicionales de fabricación, transmitidas de generación en generación.

MAÍZ RICO DE MONDIM DE BASTO

Surgieron como una forma de aprovechar el maíz regional que se encuentra en todos los caseríos para crear un nuevo manjar gastronómico, junto con la carne ahumada producida en la matanza del cerdo. A un estofado se le añade maíz y el caldo de cocer

la entremuada, el chispe y las morcillas. Se sirven con la carne, las orejas ahumadas, el salpicão y el jamón.

TERNERA ASADA AL ESTILO DE FAFE

En el último cuarto del siglo XIX, José Augusto Vieira escribió que "la ternera de Fafe es famosa", señalando que "la matanza de terneras es grande en comparación con otros municipios, y que incluso se exportan a otras localidades debido a su fama". El autor de "O Minho Pittoresco" elogia, más de una vez, la "deliciosa carne de ternera, que hace de Fafe una celebridad entre los amantes de la carne tierna y blanca". La "cama" de ternera se prepara en una bandeja de barro. Los trozos de carne y las patatas se rocían con la salsa de adobo. Se asa lentamente en un horno de leña. El resto es secreto de las manos y los conocimientos de quienes lo elaboran. Para acompañarlo, el voluptuoso vinho verde tinto.



Maíz rico
de Mondim de Basto

BOLINHOL DE VIZELA

El bolinhol forma parte del patrimonio gastronómico de **Vizela** desde hace más de 130 años. Este tipo de tarta rectangular se presenta con una suave cobertura de azúcar, resultado de la preparación de un cuidadoso almíbar, que se pincela a mano sobre la masa refinada y ligeramente húmeda. La receta se compone de ingredientes procedentes principalmente de proveedores locales. La mermelada es el resultado de manos expertas y de un proceso esencialmente artesanal, fiel a sus orígenes.



MUSEO DEL CHOCOLATE

Inaugurado en 2016, este museo permite conocer todo el proceso laboral de una de las fábricas de chocolate más antiguas de Portugal en funcionamiento ininterrumpido, Avianense. La fábrica y tienda se encuentra actualmente en Durrães - **Barcelos**, donde se produce el famoso 'Bombom Avianense', hecho con chocolate negro.



Ternera asada
al estilo de Fafe



Bolinhol de Vizela

feita amor
alta lembrança
minha. ela é de quem
meu coração. nós ambos
assombra. os dias
belleza. Pois
da
discrção



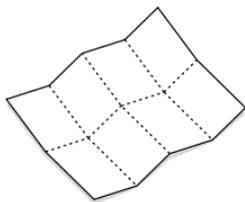
Bordado

CULTURA Y ARTESANÍA

Minho de cuerpo y alma

La riqueza y la pluralidad del paisaje del Minho se reflejan en la espontaneidad y la alegría de su folclore, en la animación y el colorido de sus fiestas y eventos. La cultura, las tradiciones transmitidas a lo largo de los siglos, las fiestas y las artes tradicionales de la tonelería, el bordado, el encaje, el tejido, la pintura sobre azulejos y porcelana, la fabricación de zuecos, las miniaturas de madera y la filigrana contribuyen a hacer de esta región un escenario lleno de motivos de interés. Al combinar armoniosamente historia, tradición, contemporaneidad e innovación, el Minho gana un sabor renovado, revelando el temperamento y el talento de las personas que vivieron y aún viven aquí.

Las colecciones de arte y la preservación de la memoria colectiva y la identidad de **Minho** son accesibles al público en los museos de la región. La Red Portuguesa de Museos incluye 17 museos del **Minho**, en **Famalicão, Braga, Barcelos, Viana do Castelo, Esposende, Guimarães, Paredes de Coura** y **Ponte de Lima**. Exponen, programan y desarrollan actividades culturales y preservan el patrimonio para construir una imagen histórica del Noroeste de Portugal.



Ver mapa
desplegable ilustrado
"Minho. Sobre todo
- Cultura y artesanía.



**Artesanía
de Terras de Bouro**

MUSEOS DEL MINHO

Las colecciones de arte y la preservación de la memoria colectiva y de la identidad del **Minho** son accesibles al público en los museos de la región. Las unidades y espacios museológicos exponen, programan y desarrollan actividades culturales y preservan el patrimonio para construir una imagen histórica del Noroeste de Portugal. Municipios, fundaciones, universidades, la archidiócesis y la Dirección

Regional Norte de Cultura cualifican, presentan y difunden las especificidades culturales del Minho exponiendo colecciones de objetos de arte de gran riqueza y diversidad. La Red Portuguesa de Museos incluye 17 museos en **Minho**, que muestran el patrimonio cultural, la identidad, la conservación y las colecciones para el disfrute estético en **Famalicão** (Museo Bernardino Machado y Museo de la Fundación Cupertino de

Miranda), **Braga** (Tesouro-Museu da Sé de Braga, Museo D. Diogo Sousa, Museo de Biscainhos, Museo Pio XII y Museo Nogueira da Silva), **Barcelos** (Museo de Cerámica), **Paredes de Coura** (Museo Regional), **Esposende** (Museo Municipal) y **Viana do Castelo** (Museo del Traje y Museo de Artes Decorativas), **Guimarães** (Paço dos Duques y Museo Alberto Sampaio), **Paredes de Coura** (Museo Regional) y **Ponte de Lima** (Museo Terceiros).



**Museo del Traje,
Viana do Castelo**



**Centro de Interpretación
del Territorio de Ponte de Lima**

DESFILE DE LA TRADICIÓN - CARROZAS ALEGÓRICAS: MUJERES CON MANTONES A LA ESPALDA RECUERDAN LAS RAÍCES DEL CONDADO



FIESTAS ANTONINAS

Cada año, las Fiestas de Santo António lanzan a **Vila Verde, Amares y Vila Nova de Famalicão** a un programa

que promueve y valora las tradiciones y la identidad de las comunidades locales.

El programa incluye una variada gama de eventos y actividades culturales, recreativas y deportivas. Folclore, bandas filarmónicas, incursiones, marchas populares, procesiones y desfiles etnográficos, así como espectáculos musicales y fuegos artificiales son momentos especiales.

Las Antoninas de **Vila Nova de Famalicão** ya forman parte del Inventario Nacional del Patrimonio Cultural Inmaterial.

FERIAS LIBRES

Se celebran al menos desde finales del siglo XVIII. Todos los años, **Fafe y Amares** reciben la visita no sólo de

numerosos visitantes, sino también de los habitantes de la zona que han emigrado y se empeñan en acudir a esta gran feria. Además del obligatorio

Concurso de Ganado y la Carrera de Caballos, las ferias se amenizan con música y una exposición de productos y artículos locales.



FIESTAS Y ROMERÍAS

Las fiestas y celebraciones populares del **Minho** son una invitación a la convivencia sana y alegre. Las fiestas de verano, dedicadas a los santos populares, reúnen bandas de música, marchas, desfiles etnográficos, desfiles de mayordomía, grupos de danza y canto, concursos y subastas, comida y vino.





Peregrinación de Nuestra Señora de la Agonía, Viana do Castelo

FIESTAS DE LA CIUDAD Y GUALTERIANAS

Las Festas Nicolinas son las fiestas estudiantiles de **Guimarães**, celebradas en honor de San Nicolás de Mira. La primera referencia a las Fiestas Nicolinas se remonta a 1664, cuando se construyó la Capilla de San Nicolás en Guimarães. Suelen comenzar el 29 de noviembre y terminar el 7 de diciembre. Durante estos días, los alumnos realizan diversas "actividades" que forman parte de la estructura del Festival. Se llaman Números de Nicolino: Moínas, Cenas de Nicolino; Pinheiro; Novenas/ Matinas, Posses, Magusto; Roubalheiras; Pregão; Maçazinhas; Danças de S. Nicolau; Baile Nicolino.

LAS TRADICIONES Y EL FOLCLORE, LA DIVERSIÓN Y LA CONVIVENCIA, LO SAGRADO Y LO PROFANO DE LAS FIESTAS Y ROMERÍAS SON UNA INVITACIÓN A VISITAR LAS ALDEAS, PUEBLOS Y CIUDADES DEL MINHO.

SÃO JOÃO DE BRAGA

La mayor fiesta popular de Portugal nació en el siglo XII. Todos los años, en junio, **Braga** organiza las fiestas sanjoaninas con los tradicionales martillos, pueros y albahaca. El Encuentro Internacional de Gigantones

y Cabeçudos, la Procesión de San Juan Bautista, el Desfile Etnográfico, el Desfile de Rusgas, el Auto de las Hierbas, la Danza del Rey David y el Auto de los Pastores son algunos de los actos más destacados. Conciertos, intérpretes de ukelele, canciones de desafío y grupos folclóricos y de tambores se suman a la fiesta.

PEREGRINACIÓN A NOSSA SENHORA D'AGONIA

Reina de las romerías de Portugal, la Romería de Senhora d'Agonia, en **Viana do Castelo**, se remonta al siglo XVIII. Todos los años, en agosto, la celebración incluye desfiles etnográficos y procesiones por las calles, adornadas con alfombras de flores, y por el río Lima,

con barcas decoradas. Las fiestas incluyen conciertos, una revista de gigantones y cabeçudos, un festival folclórico, una feria de artesanía y fuegos artificiales.

PEREGRINACIÓN A SÃO JOÃO D'ARGA

Desde hace siglos, la romería de agosto atrae visitantes a Caminha y ya ha sido elegida una de las 7 Maravillas de la Cultura Popular. Tras subir a la colina, la tradición consiste en dar tres vueltas a la capilla del Santuario y hacer un donativo al santo y otro... al diablo. La noche es una fiesta, con coloridos disfraces, bailes y auténticos bocadillos.

TRAJE À VIANESA

Vestido por las jóvenes adineradas de los pueblos en el siglo XIX, el traje de Vianesa (el primero del país en ser certificado) consta de pañuelo, camisa, chaleco, falda,



delantal, bolsillo y medias de lino, lana y algodón. El Museo del Traje de **Viano do Castelo** divulga este patrimonio etnográfico y el Desfile de la Mordomia. En las Fiestas d'Agonia, más de medio millar de mujeres desfilan disfrazadas y con piezas de oro, difundiendo la tradicional "chieira".

El bordado de Viana está certificado, al igual que el Traje à Vianesa.

NOCHE DE PEREGRINOS

Principal atracción de las Fiestas de **Mondim de Basto**, la noche del 24 de julio reúne a decenas de grupos disfrazados que desfilan por las calles de la localidad, interpretando canciones tradicionales en danzas. Después extienden sus manteles de lino y sus mantas de trapo, abren sus fiambreras y comparten sus manjares con los visitantes. En el desfile de la Noche de Santiago, las jóvenes llevan pañuelos, arrecadas (pendientes de aro de oro) y gigas (cestas), mientras que los jóvenes llevan chalecos, cadenas de caballo y sombreros de tres picos.



Cubiertos



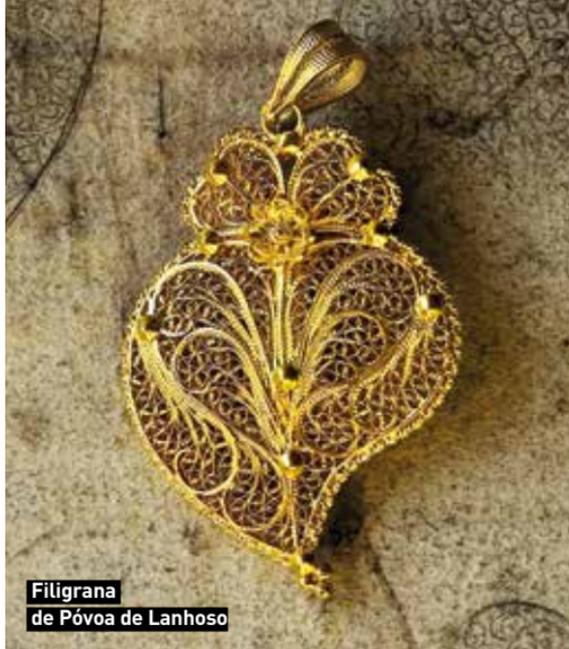
Canción de San Valentín

BAILES Y CANCIONES

Minho es rico en danzas tradicionales, entre las que destacan la Vira, la Cana Verde y el Malhão. En los grupos folclóricos, el canto es practicado sobre todo por cantadeiras, mujeres cantantes aficionadas cuyo aprendizaje es en su mayor parte por tradición oral. La música está marcada por el ritmo del acordeón y las concertinas. Se acompaña del sonido estridente del cavaquinho. Las cuartetos hablan del amor, del cortejo y de la realidad del trabajo en el campo. La variedad etnofolclórica se expresa en la opulencia y diversidad de los trajes, la riqueza de las joyas y la vivacidad del folclore.

INDUSTRIA

Guimarães es rica en diversidad de producción industrial. Alberga varias



Filigrana
de Póvoa de Lanhoso

empresas con marcas reconocidas internacionalmente en sectores como el textil para el hogar, la cuchillería, el calzado y la confección. Incluso existe la posibilidad de comprar

productos directamente en los puntos de venta de las fábricas.

BORDADOS DE GUIMARÃES Y CANTARINHA DOS NAMORADOS

El bordado **Guimarães** ha cambiado con el tiempo y ha adquirido una serie de características muy específicas que lo hacen único. Sus seis colores (rojo, azul, beige, gris, blanco y negro), utilizados de forma aislada, la reproducción de motivos estilizados y el uso de veintidós puntos lo hacen único. La Cantarinha dos Namorados reproduce la forma de un cántaro de agua, pero decorado con detalles en relieve y espolvoreado con



Sala de Interpretación
de la Filigrana, Póvoa de Lanhoso



Bordado Crivo
de S. Miguel da Carreira, Barcelos

ahora se han convertido en complementos de moda. En el Centro de Interpretación del Junco se exponen un telar centenario y objetos relacionados con el arte ecológico y sostenible. Producto certificado.

AUTÉNTICA ARTESANÍA

Por ser una región de arte popular y artesanía tradicional portuguesa, los maestros artesanos del **Minho** desarrollan una actividad artística en la producción de bordados y encajes, filigranas, trajes y pañuelos, cerámica y figurillas e instrumentos musicales de cuerda que representan la identidad, la imaginación y las tradiciones

polvo de mica, que se fabrica desde al menos el siglo XVI hasta nuestros días. En el siglo XIX, la "cantarinha" comenzó a ser valorada por las élites por representar el arte popular de Guimarães y por encajar en el espíritu bucólico de la época.

JUNCO DE FORJÁES, ESPOSENDE

La artesanía de las esteras es uno de los patrimonios culturales de **Esposende**. En Forjáes, el arte de la cestería de junco da valor a tradiciones artesanales, que



Bordado
Guimarães



Cobres Cunha,
Barcelos

de la región. La certificación garantiza la procedencia y la calidad de los productos tradicionales del Minho y asegura la autenticidad de sus características técnicas y estéticas. Barcelos es miembro de la Red de Ciudades Creativas de la UNESCO.

TIENDAS CON HISTORIA

A lo largo de la historia, el comercio ha desempeñado un papel muy importante en las ciudades del **Minho**, constituyendo uno de los elementos distintivos y diferenciadores

entre las ciudades. El comercio tradicional sigue desempeñando un papel fundamental en la vida económica, social y cultural de los municipios de la región. Al conservar y dinamizar los establecimientos, las Tiendas con Historia generan actividad económica y conectan elementos arquitectónicos y el patrimonio material.

FILIGRANA DE PÓVOA DE LANHOSO

La filigrana es el arte de elaborar finísimos hilos de oro o plata, retorcidos

y aplanados, aplicados a mano en delicados trabajos. Esta técnica ancestral de joyería se realiza predominantemente a mano en pequeños talleres, utilizando técnicas transmitidas de generación en generación. La producción de joyería tradicional tiene en el **Minho** un territorio fértil con una historia milenaria. En **Póvoa de Lanhoso**, la técnica artesanal de la filigrana cuenta con unidades de producción que honran el arte y garantizan la calidad y autenticidad de las producciones.

PRODUCCIONES ARTESANALES TRADICIONALES

La artesanía es emblemática del Minho y forma parte integrante de su patrimonio. Los productos tradicionales están registrados y protegidos como Indicaciones Geográficas, garantía de calidad y autenticidad. Con características culturales propias, la

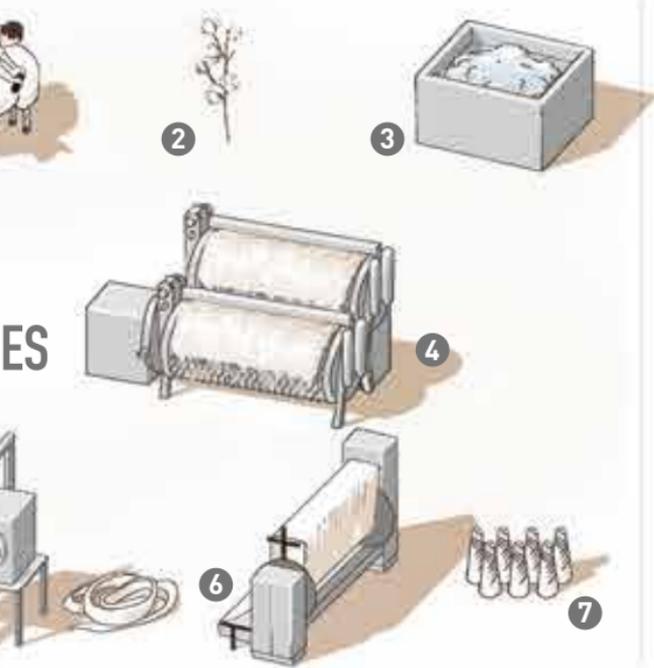
artesanía del Minho contribuye a la consolidación de la producción artesanal y a la afirmación de las identidades regionales. Art



CIONALES

Minho se distingue y es única.
Es una forma de contribuir
a la evolución y desarrollo de las unidades
artesanales, de las artes y oficios,
a la preservación de la identidad y cultura
de los artesanos contemporáneos

con excelente dominio técnico y estético
de los materiales ven reconocida la calidad
de sus producciones. Respetan la sostenibilidad
y los valores creando productos no
estandarizados, hechos a mano y asociados
a nuevos estilos de vida.



ES

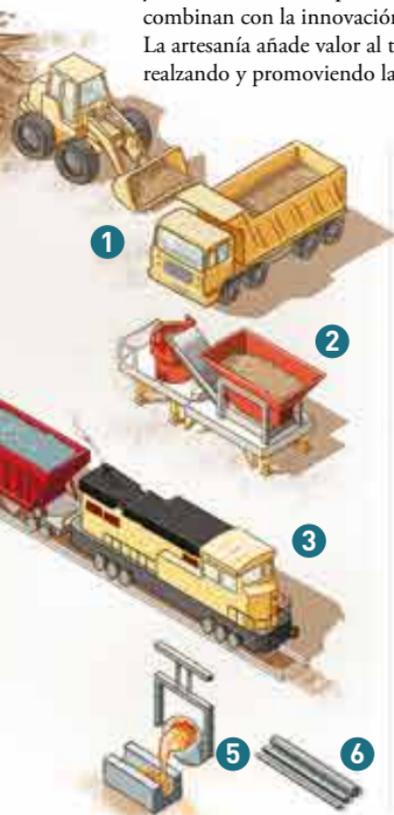
METAL



INSPIRADO EN LA REGIÓN

En Minho, la conservación del saber hacer y la renovación de la producción artesanal se combinan con la innovación y la modernidad. La artesanía añade valor al territorio, realizando y promoviendo la historia,

la cultura y el patrimonio del país dinamiza y revitaliza la artesanía tradicional, promoviendo la renovación generacional y el intercambio de conocimientos. E



MADEIRA

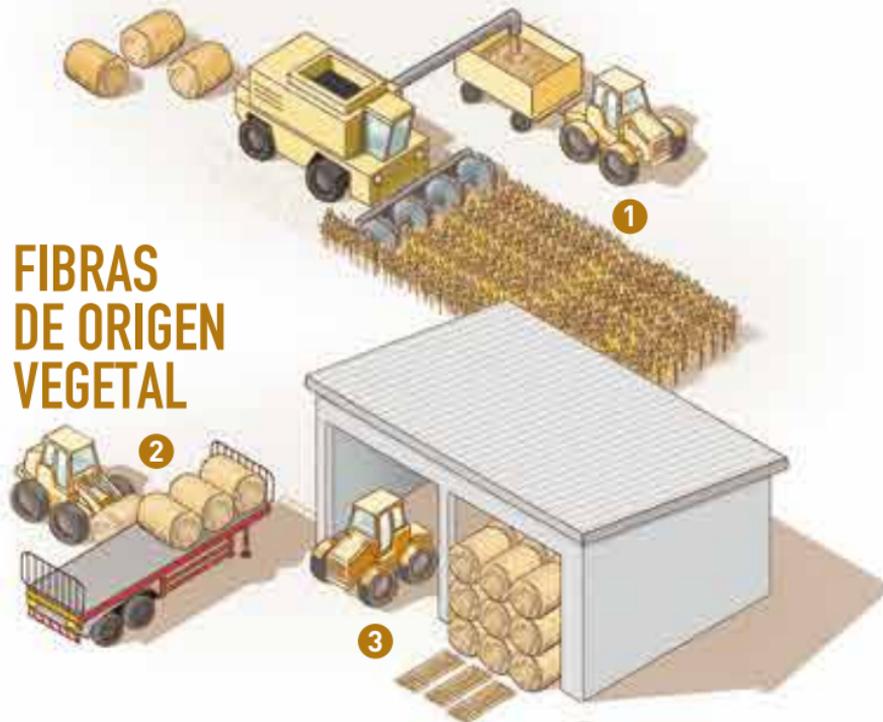


onio. La región noroeste
alora la producción
fomentando la
nal y la transmisión
el diseño innovador y

el saber hacer tradicional crean
una colección única de objetos originales
y exquisitos. Las nuevas obras surgen
de la intersección de una cultura del diseño
abierta a la visión contemporánea.



FIBRAS DE ORIGEN VEGETAL





**Museo de la Cerámica,
Barcelos**

MUSEO DE LA CERÁMICA, BARCELOS

En la Casa dos Mendanhas de **Barcelos**, el Museo de Alfarería cuenta con una colección de más de 9.000 piezas hechas a mano con arcilla. La exposición permanente "La Cerámica de Portugal" está formada por vajillas utilitarias de uso doméstico. Entre las diversas figuras que representan el Figurado de **Barcelos**, el legendario Gallo es un icono turístico de Portugal que procede de la leyenda popular del peregrino salvado de la horca gracias al apóstol Santiago y al cacareo de una gallina.

MUSEO DEL LINO Y DEL MUNDO RURAL, MARRANCOS

La visita a este espacio permite contemplar las distintas herramientas de trabajo, las piezas



**Garrafeira Baco,
Caminha**

elaboradas con lino y su fuerte simbolismo, referido a las distintas vueltas que da el lino, desde la siembra hasta el telar, constituyendo un legado cultural muy importante, testimonio de nuestra identidad nacional y memoria colectiva que debemos preservar y valorar.

RESIDENCIAS LITERARIAS

El **Minho** sirvió de refugio a escritores de los siglos XIX y XX, que se instalaron en la región en edificios restaurados para encontrar inspiración y hacer una pausa para la reflexión. La permanencia les permitió



**Museo del Lino
y del Mundo Rural, Vila Verde**

desarrollar nuevos horizontes y significados. Convertidas en casas-museo, las antiguas viviendas de autores literarios revelan cómo vivían y dónde escribían. Se conservan muebles, utensilios personales, bibliotecas y jardines.

RUTA LITERARIA

La Ruta de Camilo ofrece una visita guiada a la casa donde vivió y escribió Camilo Castelo Branco (1825-1890). En Seide - **Vila Nova de Famalicão**, la Casa de Camilo - Museo conserva parte de la librería, así como muebles y objetos que pertenecieron al autor de 'Maria Moisés'. La ruta mencionada en esta novela se puede volver a recorrer en la Ruta de la Congosta de Estevão, que establece un vínculo entre los textos y el patrimonio arquitectónico y paisajístico de Seide a Landim.

CENTROS DE ARTE

El Arte Contemporáneo o Arte Posmoderno surgió como tendencia artística en

la segunda mitad del siglo XX con la era tecnológica. En **Minho**, estilos, perspectivas, técnicas y lenguajes artísticos contemporáneos se reúnen en museos, encuentros y bienales. En la región, la Red Portuguesa de Arte Contemporáneo reúne el Museo de la Fundación Cupertino de Miranda, con exposiciones, y el Centro Portugués del Surrealismo, y el Centro Internacional de Arte José de Guimarães, con sus colecciones.



ESCENAS

En el **Alto Minho**, la Red de Teatros y Cines Portugueses incluye el Centro Cultural **Paredes de Coura**, el Cine Teatro João Verde, el Teatro Diogo Bernardes y el Teatro Sá de Miranda.

En Ave, incluye la Casa das Artes de **Vila Nova de Famalicão**, el Centro Cultural Vila Flor y el Teatro-Cine **Fafe**. En Cávado, reúne las salas gnration, Theatro Circo y Theatro Gil Vicente.



Centro Cultural Vila Flor



Vila Nova de Cerveira

RUTA DE LAS ARTES, VILA NOVA DE CERVEIRA

Sede de la Bienal de Artes más antigua de la Península Ibérica, **V. N. Cerveira** es conocida como la "Villa de las Artes". Entre los espacios para exposiciones/instalaciones destacan el

Fórum Cultural, el antiguo edificio del Cuerpo de Bomberos y el Convento de São Paio - Casa Museu de José Rodrigues. El Museo de la Bienal de Cerveira cuenta con una colección de cerca de 700 obras de arte contemporáneo nacional e internacional, que representan

la evolución de las artes visuales en los últimos 40 años.

BIENAL INTERNACIONAL DE LAS ARTES, VILA NOVA DE CERVEIRA

Tras más de cuatro décadas de existencia, el B.I.A.C. goza de reputación nacional e internacional. Cultivando y estimulando la creatividad en la región, ha ido atrayendo público y ampliando su alcance geográfico mediante la promoción de exposiciones de arte contemporáneo en espacios culturales situados en otros municipios del Valle del Minho y de Galicia. El encuentro, interacción, difusión de ideas y proyección de artistas plásticos y visuales es organizado por la Fundación Bienal de Arte de **Cerveira**.



Bienal de Vila Nova de Cerveira

**MINHO. UNA REGIÓN PARA VISITAR****2-3**

Un anfiteatro natural	6
Geografía	6
Influencia atlántica	6
Acceso	6
Pasado legendario	8
Reconto de Valdevez, Arcos de Valdevez	8
Parque Nacional de Peneda-Gerês	8
Fortificaciones medievales	9
Estancias inolvidables	9

01. PATRIMONIO CULTURAL**8-9****Plegable**

- Orígenes de la acionalidad - Vía Romana
- Santuario del Bom Jesus do Monte
- Fortificaciones
- Centro histórico de Guimarães

Santuario de Sameiro en Braga	10
Catedral de Viana do Castelo	10
Palacio de Brejoeira, Monção	10
Rutas de peregrinación	11
S. Bento da Porta Aberta, Terras de Bouro	11
Pasajes sobre río Cávado	11

Santuario de S. Bento das Pêras, Vizela	11
Pasajes entre orillas	12
Castillo de Guimarães	12
Puente románico de Vilar de Mouros, Caminha	13
Plaza de Valença	13
Camino da Geira y Arrieiros, Terras de Bouro	14
Abadías medievales	14
Linternas de la Costa	14
Senhora da Graça, Mondim de Basto	15
Faro de Montedor, Viana do Castelo	15
Ascensor Santa Luzia, Viana do Castelo	15

02. TURISMO ACTIVO**16-17**

Escarlar la montaña	18
Naturaleza de la devoción	18
Brisa en las vías	18
Paisajes protegidos	19
Ecopista do Tâmega, Cabeceiras de Basto	19
Ruta Ecológica del Minho	19
Junto al mar y Río	20
Playa fluvial de Verim, Póvoa de Lanhoso	20
Playa fluvial de Faial, Vila de Prado	21
Playa de Moledo, Caminha	21
Aventura acuática	21

Estaciones náuticas	22
Embalses	22
Cursos de agua	23
Fisgas de Ermelo, Mondim de Basto	23
Parque de la Devesa, Vila Nova de Famalicão	23
Aguas minerales terapéuticas	24
Balneario de Caldelas, Amares	24
Ideal para los amantes del golf	24
Campos de golf atractivos	24
Pasión por el fútbol	25
Estadio Municipal de Braga	25
Centro de prácticas de Melgaço	25

03. ALDEAS DE MINHO**26-27****Plegable**

- A Identidade de La identidad de un pueblo - Casa Típica
 - Sisteló
 - Branda da Aveleira, Melgaço
 - Era Comunitaria de Porreiras
 - Soajo, Arcos de Valdevez
- | | |
|---|----|
| Castro Laboreiro, Melgaço | 28 |
| Pueblo de Bico, Paredes de Coura | 29 |
| Aldeas de Agra y Espindo, Vieira do Minho | 29 |



Uz, Cabeceiras de Basto	29	San Juan de Braga	42
Pueblos de Minho	30	Peregrinación de Nuestra Señora de la Agonía	42
El granero	30	Peregrinación de San Juan de Arga	43
Aldea de Montaria, Viana do Castelo	31	Traje a la Vianesa	43
Lindoso, Ponte da Barca	31	Noche de los peregrinos	43
04. GASTRONOMÍA Y VINO	32-33	Danzas y canciones	44
Vinho Verde - Único en el mundo	34	Industria	44
Caldo Verde	34	Bordados de Guimarães y Cantarinha dos Namorados	44
Bacalao à São Teotónio	35	Junco de Forjães, Esposende	45
Carne de origen	35	Auténtica Artesanía	45
Naranja de Amares	35	Plegable	
Cordero al estilo de Monção	36	• Tiendas con Historia	
"Caurdo" de Vila Verde	36	• Filigrana de Póvoa de Lanhoso	
Carne ahumada de Melgaço	36	• Producciones artesanales tradicionales	
Maíz rico de Mondim de Basto	36	• Museo de la Cerámica, Barcelos	
Ternera asada al estilo de Fafe	37	• Museo del Lino y del Mundo Rural, Marrancos	
Bolinhol de Vizela	37	• Residencias literarias	
05. CULTURA Y ARTESANÍA	38-39	Ruta literaria	46
Museos del Minho	40	Centros de arte	46
Fiestas antoninas	41	Ruta de las Artes, Vila Nova de Cerveira	47
Ferias francas, Fafe	41	Bienal Internacional de las Artes, Vila Nova de Cerveira	47
Fiestas de la Ciudad y galteranas	42	CONTACTOS GERAIS	50

FICHA TÉCNICA

Título

MINHO SOBRE TODO
Guía de experiencias en Minho Alto Minho, Cávado y Ave

Diseño gráfico y contenidos

Diseño Anyforms

Edición

[2024] Consorcio Minho IN
Todos los derechos reservados
Distribución gratuita

Depósito legal

ISBN:

978-989-35188-0-9

Imprimir

Impreso en papel con
certificación FSC

www.minho.in.com
facebook.com/amarominho
instagram.com/amarominho/
[Youtube.com/amarominho](https://youtube.com/amarominho)

cim-altominho.pt

cim-ave.pt

cimcavado.es

Cofinanciación

NORTE2020

PROGRAMA OPERACIONAL REGIONAL DO NORTE



MEMBRO EUROPEO
Fundo Operacional
Regional do Norte Portugal

CONTACTOS GENERALES

CIM Alto Minho

Rua Bernardo
Abrunhosa, n.º 105
4900-309 Viana do Castelo
T. (+351) 258 800 200
F. (+351) 258 800 220
geral@cim-altominho.pt
www.cim-altominho.pt

CIM Cávado

Rua do Carmo, 29
4700-309 Braga
T. (+351) 253 201 360
F. (+351) 253 201 369
geral@cimcavado.pt
www.cimcavado.pt

CIM Ave

Rua Capitão Alfredo
Guimarães, 1
4800-019 Guimarães
T. (+351) 253 422 400
F. (+351) 253 422 426
geral@cim-ave.pt
www.cim-ave.pt

Adere Peneda Gerês (Parque Nacional da Peneda -Gerês)

Largo da Misericórdia, n.º 10
4980-613 Ponte da Barca
T. (+351) 258 452 250
T. (+351) 258 452 450
geral@adere-pg.pt
www.adere-pg.pt
www.naturminho.pt

Porto and Northern Portugal Official Tourism Board Porto Convention & Visitors Bureau

Rua Miguel Bombarda, 211
4050-381 Porto
T. (+351) 223 326 751
portocvb@portocvb.com
www.portocvb.com

Turismo Porto e Norte de Portugal

Castelo Santiago da Barra
4900-360 Viana do Castelo
turismo@portoenteporte.pt
T. (+351) 258 820 270
F. (+351) 258 829 798
www.portoenteporte.pt





