



**PATRIMÓNIO  
CULTURAL**



**TURISMO  
ATIVO**



**ALDEIAS  
DO MINHO**



**GASTRONOMIA  
E VINHOS**



**CULTURA  
E ARTESANATO**



*amar o*  
**minho**



# MINHO UMA REGIÃO PARA VISITAR

## UM TERRITÓRIO DE AVENTURA E DESCOBERTA, CULTURA E TRADIÇÕES

O Minho é um território de aventura e descoberta, cultura e tradições, que esconde um mundo inteiro. O sítio ideal para amantes da paisagem, para usufruir das melhores termas e spas, para desfrutar das mais ricas artes e gastronomia, para descobrir aldeias, solares e jardins, para saborear um bom vinho verde e para praticar diversos desportos de natureza. Este é um convite para abrir portas ao Minho que nos une e é com este espírito que vos saúdo e vos convido a ter experiências marcantes! Sejam bem vindos a experimentar e descobrir o Minho!

### **Manoel Batista**

Presidente do Consórcio Minho Inovação



### **CONSÓRCIO MINHO INOVAÇÃO**

Constitui uma parceria singular a nível nacional, integrando, além das três Comunidades Intermunicipais do Minho (Alto Minho, Cávado e Ave, representando 24 municípios), associações de desenvolvimento local, instituições de ensino e mais de 820 empresas e 120 associações, tem como principal objetivo a valorização dos principais recursos endógenos do Minho, em particular nas zonas de baixa densidade.

# UM ANFITEATRO NATURAL

## GEOGRAFIA

As unidades paisagísticas do Minho caracterizam-se pelo relevo acidentado, sendo formadas por uma sequência de vales encaixados e estreitos entre cursos de água contíguos (interflúvios), originando declives acentuados. Nas serras interiores registam-se altitudes superiores a 1000 m destacando-se a Peneda (1373 m) e o Gerês (1545 m). Existe um elevado contraste orográfico entre a orla costeira, baixa, arenosa e pouco recortada e as altas serras interiores. Ao longo da linha de costa encontram-se pequenos estuários como o do Neiva e o do Cávado e áreas entre a Foz do Cávado e a Apúlia. Esta mudança desenvolve-se numa distância reduzida, podendo deste modo falar-se de um aparente anfiteatro natural.

## INFLUÊNCIA ATLÂNTICA

A localização geográfica da região do Minho impõe-lhe características climáticas de transição entre os climas frios e húmidos do Norte da Europa e os climas quentes e secos de África. Ainda que, sob o ponto de vista climático, a influência mediterrânica se faça

sentir em toda a extensão do território nacional, no Minho predomina com alguma evidência a influência atlântica. As amplitudes térmicas aumentam à medida que se caminha do litoral para o interior e se avança em altitude. De uma forma geral, pode dizer-se que os verões são frescos e que a região é a de mais elevada precipitação do país.

## ACESSOS

O Minho é servido por boas infraestruturas aeroportuárias como o Aeroporto do Porto e os Aeroportos de Vigo e Espanha. As acessibilidades rodoviárias compreendem a A1 Autoestrada do Norte (Lisboa-Porto), a A3 Autoestrada do Minho (Porto-Valença), a A28 Autoestrada do Litoral Norte (Porto-Caminha) e a A27 Autoestrada do Vale do Lima (Viana do Castelo-Ponte de Lima). Ainda por via terrestre, o Minho é servido por serviços regulares de autocarros expresso. Acrescem as ligações ferroviárias da CP Regional Linha do Minho, CP Intercidades (Coimbra - Valença), CP InterRegional (Figueira da Foz - Valença),



Celta (Vigo - Porto) e Renfe Regional Exprés (Vigo - Porto). As cidades do Porto e Vigo são ainda servidas pelo Terminal de Cruzeiros do Porto de Leixões e Porto de Vigo, em Espanha, e Braga pelo Aeródromo Municipal.



**LEGENDA**

- Estação Ferroviária
- Estação Rodoviária
- Estação Marítima
- Aeroporto Aerodromo

**CAMPO DE AVIAÇÃO**

**Aeródromo Municipal de Braga**  
 Aeronaves ultraleves  
 R. do Carregal  
 4700-688 Palmeira, Braga  
**Aeroclube de Cerval**  
 Avenida Cerval, s/n, Vila Meã  
 4920-251 Vila Nova de Cerveira.

**AEROPLANUM**

**Associação Aeródromo Alto Minho | Galiza**  
 com o objetivo de promover e potencializar o aeródromo do Alto Minho.

**DESTAQUES**

**NOROESTE EM NÚMEROS**

**Expressão territorial**  
 3 sub-regiões  
 1 100 000 residentes  
 24 concelhos  
 4 927 km<sup>2</sup> de área

**DESTINO DISTINGUIDO CETS - Carta Europeia de Turismo Sustentável -**



**Green Destinations**



**Top 100 Sustainable Destinations 2018**



**Estação Náutica do Alto Minho**





**Parque Nacional  
da Peneda-Gerês**

## LENDÁRIO PASSADO

O povoamento do Minho remonta aos tempos pré-históricos, contudo, a primeira povoação só é edificada em 16 a.C., já no período romano, com o nome *Bracara Augusta*, atual cidade de **Braga**, em homenagem ao imperador Augusto. Após a queda dos romanos, por aqui passam suevos e visigodos. Portugal nasce no Minho. É aqui que os portugueses começam enquanto povo e nação. Em **Guimarães**, em 1128, D. Afonso Henriques declara a independência do Condado Portucalense e dá origem ao que viria a ser o Reino de Portugal. A partir do século XV, a região Noroeste participa nos Descobrimientos Portugueses, e, já no século XIX, o Minho é a região de onde saem mais emigrantes para o Brasil.

## RECONTRO DE VALDEVEZ, ARCOS DE VALDEVEZ

O Recontro de Valdevez é um dos momentos mais marcantes da história de Portugal. Quando, em 1141, se defrontaram os exércitos de Afonso Henriques e de Afonso VII de Castela e Leão, seu primo, o encontro, uma batalha quase certa, tornou-se num torneio medieval. Foi um exemplo de diplomacia ao não ser derramado sangue.

Anualmente, em julho, a recriação do 'Bafordo', em **Arcos de Valdevez**, assume o ambiente e cenário da época.

## PARQUE NACIONAL DA PENEDA-GERÊS

Com cerca de 70 mil ha, o Parque Nacional da Peneda-Gerês, estende-se dos planaltos da Mourela ao de Castro Laboreiro, incluindo as serras da Peneda, Soajo, Amarela e Gerês. Abrange os concelhos de **Terras de Bouro, Melgaço**,



**Recontro  
de Valdevez**



**Fortaleza  
de Valença**



**Arcos de Valdevez, Ponte da Barca e Montalegre** (Trás-os-Montes). Trata-se duma região montanhosa granítica com vales profundos e encaixados que suportam uma densa rede hidrográfica, possibilitando uma grande variedade de formas de vida e de vivências. A notável diversidade botânica – bosques, matos, vegetação ripícola, turfeiras e matos húmidos – alberga ainda alguns dos mais importantes carvalhais de Portugal. A diversidade de espécies faunísticas engloba a salamandra-lusitânica, o lobo-ibérico, a cabra-montês, o cartaxo-nortenho e o corço, cervídeo símbolo desta área protegida, considerada Reserva Mundial da Biosfera pela UNESCO.



## FORTIFICAÇÕES MIEVIAIS

A arquitetura militar constitui um núcleo significativo do património arquitetónico e artístico do Minho, existindo inúmeras fortificações da Idade Média. Castelos, fortes, torres e muralhas marcam e caracterizam muitas das paisagens urbanas e rurais e têm associados factos da história nacional e inúmeras lendas. De grande importância estratégica na defesa do noroeste português, a Muralha e Adarve integradas no Centro Histórico de **Guimarães** são Património da Humanidade da UNESCO, a que a Praça-Forte de **Valença** é candidata.

## ESTÁDIAS MEMORÁVEIS

A rede hoteleira e as opções de hospedagem e alojamento no **Minho** são diversificadas e de qualidade. Dos hotéis, pousadas e residenciais, ao turismo no espaço rural, alojamento local e turismo de habitação, sem esquecer as Pousadas de Juventude e os parques de campismo, caravanismo e *glamping*, a hospitalidade é genuína e as estadias memoráveis. Ponto de partida e chegada para conhecer o **Minho**, a oferta de hospedagem e alojamento permite experiências únicas e diferenciadas. São espaços onde o passado, a modernidade e as raízes culturais convivem em harmonia. Destacam-se pela valorização da tradição, da história e do respeito pelo ambiente e pelo bem estar.



**Santuário do Bom Jesus  
de Braga**

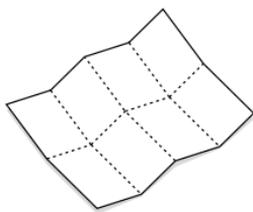
# PATRIMÓNIO CULTURAL

Testemunho da riqueza e da antiguidade da região.

**N**ão há lugar em Portugal com tantos monumentos e património classificado como no **Minho**, o que atesta bem a riqueza e a antiguidade da região.

O Noroeste de Portugal distingue-se pela diversidade valiosa do seu património histórico e arqueológico, da arquitetura civil e religiosa, verdadeiro testemunho de culturas longínquas e presenças ancestrais.

Por todo o território erguem-se castelos e torres medievais, igrejas e mosteiros, pontes e paços, fortificações militares de defesa do litoral e fortalezas, sendo boa parte deste património classificado como Monumento Nacional. Os centros históricos dos concelhos do **Minho** são espaços urbanos de antiquíssima fundação que representam atualmente fortes polos de atração turística.



**Ver mapa ilustrado desdobrável 'Minho. Acima de tudo - Património Cultural'.**



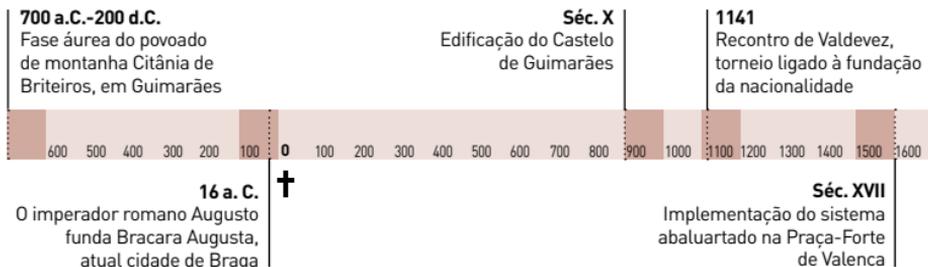
Ponte romano-medieval  
de Rubiães

## ORIGENS DA NACIONALIDADE – VIA ROMANA

A ponte romano-medieval da IV Via Romana, em Rubiães – **Paredes de Coura**, relembra a magnitude e abrangência do Império Romano que, entre os séculos I a.C e IV d.C., no **Minho** construíam um monumental caminho. Era por aqui que os exércitos e os comerciantes

passavam quando se dirigiam de *Bracara Augusta* (**Braga**) a *Asturica Augusta* (Astorga). Deslocavam-se militares a cavalo, a caminho da batalha ou do acampamento das legiões, e comerciantes com as suas carroças puxadas a força animal, carregados

com produtos para vender nas feiras. Os valiosos minérios, como o estanho, eram explorados pelo estado, que usava esta estrada para o transportar em segurança. O caminho serve ainda de ponto de passagem para os peregrinos a caminho de Santiago de Compostela.



# SANTUÁRIO DO BOM JESUS DO MONTE

Localizado nas encostas do Monte de Espinho, com vista para a cidade de Braga, o conjunto arquitetónico e paisagístico do Santuário do Bom Jesus do Monte representa um monte sagrado coroado com uma igreja.

No mais majestoso sacro-monte construído na Europa predomina a arquitetura religiosa barroca italiana.

O santuário está localizado num percurso de via-sacra e inclui uma série de capelas que abrigam esculturas evocativas da morte e ressurreição de Cristo, assim como as fontes, as esculturas alegóricas e os jardins formais.

A via-sacra culmina na igreja neoclássica, construída entre 1784 e 1811, com projeto do arquiteto Carlos Amarante.

Capela-mor  
Transepto

Nave de cinco tramos





Basílica do Bom Jesus do Monte

Escadório das Virtudes

Escadório dos cinco sentidos

Terreiro dos Evangelistas

**Elevador ou Funicular**  
Ascensor em plano inclinado vence o desnível, paralelo ao Escadório

Fachada neoclássica de três panos

**Basílica**  
Igreja com planta em forma de cruz latina

Os romeiros ascendem pelos Escadórios ou pelo Elevador ou Funicular tornando esta estância barroca uma das maiores rotas sagradas.



**A ESTÂNCIA ELEVADA ESTÁ CLASSIFICADA COMO PATRIMÓNIO MUNDIAL DA UNESCO, QUE TEM POR OBJETIVO PROTEGER OS BENS PATRIMONIAIS DE VALOR UNIVERSAL EXCECIONAL.**

Lotação

**5 passageiros de pé e 30 sentados**



Frequência  
**30 minutos**



Duração da Viagem  
**2,5 a 4 minutos**



Velocidade  
**1,2 a 1,8 m/s**

### Força motriz

A energia impulsionaladora é a água das fontes e minas da estância do Bom Jesus, ligadas por tubagem a um depósito no subsolo.

Não é necessário recorrer à rede pública de abastecimento.



Escadório do Pórtico

### Volante

Peça rotativa que regula o cabo e o movimento do mecanismo de ascensão e descida

### Reservatório

Depósito de 5.850 litros de água. A cabina superior torna-se assim mais pesada do que a inferior e o movimento inicia-se com a libertação dos freios das duas cabinas.

# ELEVADOR FUNICULAR

Inaugurado em 1882, o ascensor do Bom Jesus do Monte foi fomentado pelo empresário bracarense Manuel Joaquim Gomes. Desenhado à distância pelo engenheiro suíço Nikolaus Riggbach, coube ao jovem engenheiro luso-francês Raul Mesnier de Ponsard interpretar e executar o projeto.

Operado pela Confraria do Bom Jesus do Monte, o funicular é atualmente o mais antigo em serviço no mundo a utilizar o sistema de contrapeso de água.

Funciona sobre uma rampa, e é constituído por duas cabines independentes, ligadas entre si por um sistema funicular. Liga a parte baixa do monte, seguindo um percurso paralelo ao do Escadório, terminando na parte mais alta junto à estátua equestre de São Longuinhos.

## Água

Para acionar a marcha, o condutor abre a torneira da água e enche o reservatório até ao nível desejado, dependente do número (e peso) dos ocupantes.

## Cabo

Feixe de fios de aço entrelaçado com diâmetro de 38 mm e comprimento de 300 m.

## Cabinas

A madeira proveniente das árvores abatidas para construção da rampa foi usada nas duas caixas para passageiros

No sopé do monte, a água é descarregada e o ciclo repete-se. Além de contrapeso, o reservatório alimenta o circuito de refrigeração dos travões dianteiros.

Originalmente, depois de cada viagem, a água do sistema irrigava os campos adjacentes.

Atualmente a água é reaproveitada, sendo bombeada para a estação superior.



## CASTELOS E FORTALEZAS CONVIDAM A VIAGENS AO PASSADO

### FORTIFICAÇÕES

Já desde o período castrejo, dos primeiros povos a habitar o noroeste ibérico, o **Minho** é rico em monumentos histórico-militares. Entre essas obras enumeram-se as torres e os castelos que outrora se erguiam na sede das várias terras em que, no início da nacionalidade, se dividia o território. Outras implantaram-se em lugares fronteiriços. Posterior à fundação de Portugal, a região depara-se com uma série importante de muralhas, castelos, fortes e fortificações de várias épocas. A partir do século XVI, após a difusão da artilharia, as novas táticas de guerra, exigem a construção de fortificações de outro tipo, que assentam no litoral. Estas construções são documentos valiosos da história de Portugal com destaque para os castelos de Castro Laboreiro, **Melgaço**, **Monção**, **Valença** e **Lanhoso**, Faria e **Braga**, no Cávado.



Castelo de Melgaço

### CENTRO HISTÓRICO DE GUIMARÃES

O Centro Histórico de **Guimarães** constitui um vestígio único de concepção e evolução de cidade. A morfologia do seu tecido urbano medieval conforma uma sucessão de praças de grande valor e qualidade formal e ambiental. O edificado é caracterizado por um tipo particular de construção, tipologicamente diversificado, mas com uma grande unidade formal no seu conjunto, uma vez que, na generalidade, é erguido com técnicas construtivas tradicionais, em especial em taipa de rodízio e taipa de fasquio. O Centro Histórico, exemplarmente reabilitado, foi distinguido e

classificado pela UNESCO como Património da Humanidade, atendendo a que **Guimarães** tem um



### VISITAS VENERADAS

A busca do sagrado pode ser percorrida no **Minho**, com fé e espiritualidade católica, em roteiros de templos e de festas religiosas. De trazer à memória que o erudito Arcebispo de Braga, Pedro Julião, é eleito Papa em 1276, adotando o nome de João XXI para um breve pontificado.



significado universal por aqui se terem desenvolvido técnicas de construção de edifícios durante a Idade Média que depois foram exportadas para as colónias portuguesas, em África e no Novo Mundo.

## SANTUÁRIO DO SAMEIRO, EM BRAGA

Templo Mariano de atração para peregrinos, o Santuário do Sameiro é o segundo templo consagrado de Portugal. Situado a 572 metros de altitude, está enquadrado por uma mata e proporciona uma panorâmica sobre a cidade de Braga. O complexo religioso integra um recinto para a missa campal, a Capela do Santíssimo Sacramento, a igreja principal, a cripta e a

ampla escadaria monumental. O santuário tem sido enriquecido com obras de arte de diferentes sensibilidades estéticas e religiosas.

## SÉ DE VIANA DO CASTELO

A construção da Igreja Matriz de **Viana do Castelo** remonta à primeira metade do século XV, influenciada pela estética gótica. O seu exterior conserva a aparência de igreja fortificada, de inspiração românica. No interior, constituído por três naves, destaca-se a requintada ornamentação e o conjunto de sepulturas armoriadas da nobreza local. O conjunto escultórico no portal principal é uma obra notável do gótico nacional. Em 1977, a Igreja Matriz é elevada a Sé Catedral.

## PALÁCIO DA BREJOEIRA, MONÇÃO

Ex-libris do concelho do **Alto-Minho**, o Palácio da Brejeira é uma grandiosa construção em estilo neoclássico, do início do século XIX. A casa senhorial, circundada de altos muros, conta com um frondoso parque de essências arbóreas. Para lá dos seus jardins de estilo inglês, cultivam-se 18 hectares de vinha de casta Alvarinho. A moderna adega permite produzir vinhos de qualidade, sem abdicar da tipicidade única do 'Palácio da Brejeira DOC Vinho Verde'.

## CAMINHOS DE PEREGRINAÇÃO

O culto jacobeu tem no Caminho Português de Santiago um território



fundamental para entender a verdadeira dimensão internacional do fenómeno das peregrinações.

O Caminho Central, itinerário **Barcelos – Ponte de Lima – Paredes de Coura – Valença**, com

um traçado de 73 km, é o mais percorrido.

O Caminho Português da Costa, itinerário **Porto – Valença** com um traçado de 150 km, está certificado em reconhecimento do elevado valor patrimonial dos traçados históricos.

A beleza das paisagens do **Minho** e as boas infraestruturas ajudam a fazer os percursos consagrados pelas cidades que partilham a sua história com a do caminho e pelas aldeias que ganham vida com a passagem dos peregrinos.

## S. BENTO DA PORTA ABERTA, TERRAS DE BOURO

Encurralado no Gerês e com vista para a Albufeira da Caniçada, São Bento da Porta Aberta é o segundo maior santuário português. O lugar de culto beneditino em **Terras de Bouro** remonta ao século XIX e caracteriza-se pelos painéis de azulejos da capela-mor e pelo retábulo de talha dourada. Em 1998, é inaugurada uma ampla cripta e, já em 2015, a Santa Sé concede o título de Basílica ao santuário.

## PASSAGENS SOBRE O RIO CÁVADO

Erigida no século XVII, a Ponte de Prado é uma sólida construção em granito com robustos contrafortes de ambos os lados. Liga **Braga** e **Vila Verde** e tem a particularidade de ser de

## OS LUGARES DE CULTO SÃO POLOS DE ATRAÇÃO DE PEREGRINOS E VISITANTES, INSPIRANDO SERENIDADE E PAZ

cavalete, com rampas de acesso ao centro. Também Monumento Nacional, a Ponte de **Barcelos** foi construída no século XIV, com tabuleiro plano assente sobre cinco arcos quebrados, desiguais. Com igual classificação patrimonial, a Ponte do Porto / Ponte de Perozelo liga **Amares** a **Póvoa de Lanhoso**, construída no século XIV, é comprida e estreita com tabuleiro plano sobre arcos quebrados e plenos.

## SANTUÁRIO DE S. BENTO DAS PÊRAS, VIZELA

A 410 metros de altitude, no Monte de São Bento das Pêras, o santuário é composto pela capela primitiva, do século XIV e rodeada de penedos pintados de branco em agradecimento por graças obtidas, e pela capela do século XX, do arquiteto Aguiar de Guimarães. No quiosque da Confraria de S. Bento das Pêras são oferecidas recordações do padroeiro de **Vizela**. Do alto do miradouro é possível desfrutar de belas vistas panorâmicas para o vale do Rio Vizela.



Palácio da Brejoira

## PASSAGENS ENTRE MARGENS

**Ponte da Barca** foi buscar o seu nome à embarcação que fazia a ligação entre as margens de **Arcos de Valdevez** e **Ponte da Barca**, antes de a ponte ser edificada no século XV. A construção tem um tabuleiro de 180 metros de comprimento e apoia-se sobre 10 arcos. Classificado Monumento

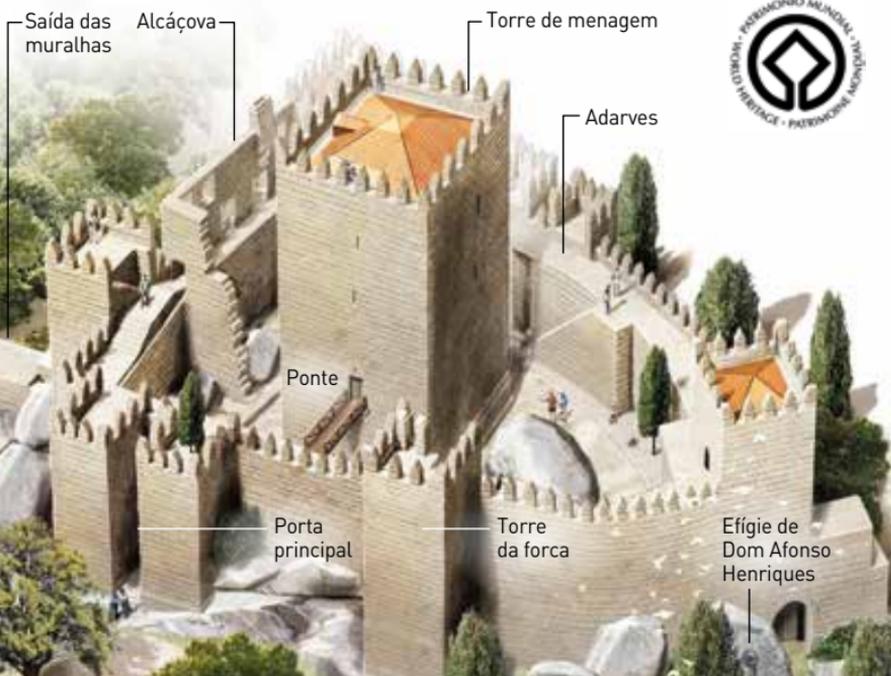
Nacional, o conjunto é na realidade formado por duas pontes: um troço medieval, de maior dimensão, e o que resta da ponte romana, datada do séc. I.

Já em **Valença**, a Ponte Rodo-Ferrovária, desenhada por Pelayo Mancebo Agreda e construída em 1884 pela Sociedade Internacional de Braine le Comte, atravessa o Rio Minho, na fronteira com

a Galiza. Com 399 metros, a estrutura internacional, em viga metálica, é composta por um tabuleiro superior para a via férrea e um inferior para a via rodoviária. O engenheiro francês Gustave Eiffel é o construtor da Ponte Rodo-Ferrovária de Viana do Castelo, sobre o Rio Lima. A estrutura metálica monumental é composta por dois tabuleiros e possui um

## CASTELO DE GUIMARÃES. Paradigma das origens da nacionalidade, é um dos monumentos mais representativos do imaginário medieval português.

A sua construção inicial remonta ao tempo da condessa Mumadona Dias, que o mandou edificar pelos meados do século X, com o objetivo de defender o mosteiro de **Santa Maria de Guimarães**, dos ataques de muçulmanos e normandos. No século XII, com a formação do Condado Portucalense, vêm viver para Guimarães o conde D. Henrique e D. Teresa que mandam realizar grandes obras no Castelo de forma a ampliá-lo e torná-lo mais forte.





Ponte sobre  
o Rio Lima

comprimento de 645 metros, um símbolo da arquitetura do ferro em Portugal.

### PONTE ROMÂNICA DE VILAR DE MOUROS, CAMINHA

Sobre o rio Coura, a Ponte de Vilar de Mouros está classificada como Monumento Nacional e é considerada como um dos protótipos das pontes góticas nacionais. A construção é constituída por três arcos ligeiramente quebrados, sendo o médio de maior dimensão, e um tabuleiro em cavalete. Apesar de se desconhecer a data exata da sua construção, as suas características arquitetónicas apontam para os finais do século XIV e os inícios do século XV.

### PRAÇA-FORTE DE VALENÇA

Valença teve importância estratégica na relação entre

o **Minho** e a Galiza. A sua origem data do século XIII, sendo que é no século XVII que ocorre a implementação do sistema abaluartado, sob desenho de Michel de L'École, engenheiro militar que desenvolveu outras fortificações ao longo do rio Minho. As obras tiveram início em 1661, tendo ficado concluídas em 1713, já sob coordenação do Arquiteto

Manuel Pinto de Vilalobos. Valença passou então a possuir uma majestosa malha de baluartes e de patamares comunicantes entre si, através de fossos e pontes. A fortaleza divide-se em duas áreas interligadas pela denominada Porta do Meio. A área norte envolve o núcleo medieval da vila e a área sul, com função meramente militar, é denominada como “Coroadá”.



Ponte Românica de Vilar  
de Mouros, Caminha



**Caminho da Geira  
e Arrieiros, Via Romana**

## CAMINHO DA GEIRA E ARRIEIRO, TERRAS DE BOURO

Ao troço português da via romana (**Braga – Amares – Terras de Bouro**), que atravessa o Parque Nacional da Peneda-Gerês, associa-se uma centena de marcos miliários, testemunho das políticas regionais promovidas pelo Império Romano. O Monumento Nacional ‘Via XVIII / Geira’ revela o génio e arrojado plano de engenharia viária. **Terras de Bouro** preserva um percurso com a extensão de 30 km desta antiga via. Inserido no Núcleo Museológico do Campo do Gerês, o Museu da Geira aborda as técnicas de construção e transportes das Via Romanas.

## ABADIAS MEDIEVAIS

Em **Vila Nova de Famalicão**, a Igreja de Santiago de Antas é um edifício, construído nos

séculos XII a XIV, detentor de uma arquitetura religiosa românica de transição para o gótico. Na freguesia de Santa Eulália de Arnoso, a Igreja do Mosteiro foi um primitivo templo fundado no século VII durante a época visigótica, danificado pelos mouros e posteriormente reconstruída no século XII. O Mosteiro de



**Mosteiro do Landim,  
Famalicão**

## NA MATA DA ALBERGARIA ENCONTRA-SE O MAIOR NÚMERO EXPOSTO DE MARCOS MILIÁRIOS

Landim, fundado no século XII, está convertido hoje em igreja paroquial, parque e cerca, onde se localiza a Casa do Paço.

## LANTERNAS DO LITORAL

Local de fascínio pela ideia mística do seu isolamento, os faróis do litoral minhoto são detentores de um rico património arquitetónico e científico. Os faróis e fareleiros divulgam a história da região e dos velejadores portugueses que lançaram e lideraram os Descobrimentos Portugueses, as conquistas, viagens e explorações dos séculos XV e XVI.

Torres providas de focos



**Forte da Ínsua,  
Caminha**

luminosos servem de guias à navegação na Foz do Cávado – **Esposende** (Forte de S. João Batista) e na costa marítima de **Viana do Castelo** (Forte de Santiago da Barra, Fortim de Paçõ e Fortim da Areosa) e **Caminha** (Forte de Lagareira, Forte do Cão e Forte da Ínsua).

## SENHORA DA GRAÇA, MONDIM DE BASTO

A uma altitude de cerca de mil metros, alcança-se uma vista privilegiada de 360° sobre o vale do Tâmega e as serras do Alvão, Marão, Barroso e Cabreira. No topo do Monte Farinha, envolto em lendas antigas, o Santuário, uma ermida em granito do século XVIII, recebe crentes e desportistas. No sopé, uma antiga casa de guarda-florestal, convertida em Centro BTT e um parque de merendas que oferece zonas de sombra e um pequeno lago.

## FAROL DE MONTEADOR, VIANA DO CASTELO

Localiza-se num promontório no lugar de Montedor, em Carreço, a uma altitude de 103 metros acima do nível médio das águas do mar. A torre que serve de guia à navegação é a mais setentrional de Portugal e entrou em



**Farol de Montedor,  
Viana do Castelo**

funcionamento em 1910. Para servir de guia à navegação, o farol de 28 metros de altura tem ainda um edifício anexo. Modernizado em 1947, com ligação à rede elétrica, acaba por ser automatizado em 1987, mantendo o seu fascínio místico, arquitetónico e científico.

## ELEVADOR DE SANTA LUZIA, VIANA DO CASTELO

O centenário funicular, o maior do país devido à sua extensão de 650 metros, faz a ligação da Estação Ferroviária de **Viana do Castelo** ao Templo-Monumento de Santa Luzia, pousada, jardim histórico e miradouro. Em sete minutos, é vencido o desnível do curso de 160 metros com as carruagens a funcionarem em contrapeso, para se avistar o vale do Rio Lima e o litoral atlântico.



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



Rio Vez

# TURISMO ATIVO

Descubra as melhores experiências ao ar livre.

**E**m Portugal Continental não há terra mais verde do que o Minho. Sabia que...

– Das 12 áreas protegidas da Região do Norte, quatro pertencem ao território do Minho.

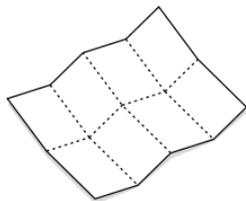
– O Parque Nacional da Peneda-Gerês, o único Parque Nacional do país também classificado como Reserva Mundial da Biosfera pela UNESCO, abrange cinco concelhos dos quais quatro estão no **Alto Minho** e no Cávado (Arcos de Valdevez, Melgaço, Ponte da Barca e Terras de Bouro).

– A Paisagem Protegida das Lagoas de Bertandos e S. Pedro de Arcos, em Ponte de Lima, faz parte da Rede Natura 2000 – Reserva Ecológica Nacional.

– A Paisagem Protegida do Corno do Bico, em Paredes de Coura, tem uma área de 2 175 hectares.

– O Parque Natural do Litoral Norte estende-se ao longo de 16 km de costa, entre a foz do rio Neiva, em Viana do Castelo, e a zona sul da Apúlia, em Esposende.

– O **Minho** conta com as regiões hidrográficas dos rios internacionais Minho e Lima e dos rios nacionais Cávado e Ave. São grandes cursos naturais de água com leitos apertados e bacias estreitas, correndo em vales encaixados.



Ver mapa ilustrado desdobrável ‘Minho Acima de tudo – Turismo Ativo’.



Cabeceiras de Basto

## SUBIR À SERRA

No **Minho**, prolongam-se por quilómetros as serras e montanhas, com cumes de nível variado, cortadas por vales e planaltos, criando paisagens idílicas. Na região, o terreno é muito acidentado e as serranias ultrapassam os 1200 metros, com a Serra do Gerês a ascender ao segundo ponto mais alto de Portugal Continental.

Na região Noroeste, as serras, de montanhas singulares em vez de agrupadas, albergam uma enorme biodiversidade, o que faz com que as suas áreas estejam classificadas como parques naturais ou como zonas protegidas. Aqui se encontram miradouros, aldeias históricas, termas, cascatas, rios e centros de interpretação. Como diz o provérbio: água da serra e sombra da pedra.

## NATUREZA DA DEVOÇÃO

A sacralização do espaço montanhoso no **Minho** faz conviver a espiritualidade com a natureza. Santuários e ermidas coabitam em altitude com penedos graníticos, arvoredos, cursos de água e miradouros na Montanha da Penha, em **Guimarães**, Bom Jesus do Monte e Sameiro, em **Braga**, Santa Luzia, em **Viana do Castelo**, Senhora da Peneda, em **Arcos de Valdevez**, São Bento da Porta Aberta, em **Terras de Bouro**, e N.ª Senhora da Abadia, em **Amares**.

## BRISA NAS PISTAS

Ágil, versátil e não poluente, a bicicleta permite a descoberta de percursos e a prática de exercício físico. No **Minho**, infraestruturas destinadas à circulação em bicicleta têm como principal característica a ligação entre áreas de interesse ambiental,

Montanha da Penha,  
Guimarães

por bosques, à beira-mar e por margens de rios. Ciclovias (nas cidades, vilas e aldeias), ecovias (em ambientes naturais) e ecopistas (em canais ferroviários desativados) permitem percursos ciclo turísticos em piso regular e com traçados seguros e agradáveis por toda a região. Com circulação em zonas circunscritas, o sistema de partilha de bicicletas elétricas ‘e-bike Rio Minho’ pode ser utilizado no **Alto Minho**.

## PAISAGENS PROTEGIDAS

Das 12 áreas protegidas da Região Norte, quatro pertencem ao território do **Minho**. O Parque Nacional da Peneda-Gerês, único Parque Nacional de Portugal, também classificado como Reserva Mundial da Biosfera pela UNESCO, abrange, no **Minho**, **Arcos de Valdevez**, **Melgaço**, **Ponte da Barca** e **Terras de Bouro**.

A reserva ecológica Rede Natura 2000 compreende a Paisagem Protegida das Lagoas de Bertandões e S. Pedro de Arcos, em **Ponte de Lima**, e a Paisagem Protegida do Corno do Bico, em **Paredes de Coura**, que conta com um extenso coberto florestal, assim como o Parque Natural do Litoral Norte, em **Esposende**, que possui um extenso cordão de dunas atlânticas. Com uma topografia de montanha, também o Parque Natural do Alvão, em Vila Real e **Mondim de Basto**, e a Serra de Arga, em **Caminha**, **Viana do Castelo** e **Ponte de Lima**, integram a reserva ecológica.

## ECOPISTA DO TÂMEGA, CABECEIRAS DE BASTO

A Ecopista do Tâmega é uma ciclovias construída no canal do caminho de ferro da antiga

Linha do Tâmega cuja circulação de comboios cessou em 1990.

O percurso, que está reservado a pedestres, ciclistas e cicloturistas, tem em **Cabeceiras de Basto** uma extensão de 5,4 km, de Arco de Baulhe a Vila Nune. A via ciclopedonal, sem declives acentuados, oferece as paisagens do Vale do Tâmega, aldeias, antiga estação de comboios e o Museu das Terras de Basto, com um núcleo ferroviário. EGWA – Special European Greenways Award EYR 2021.

## ECOPISTA DO RIO MINHO

No traçado do desativado Ramal de **Monção**, do corredor ferroviário da Linha do Minho, segue a Ecopista do Rio Minho, num percurso de 30 km e destinado a passeios de bicicleta e pedonais, patins em linha e skate. A terceira melhor via verde da Europa, eleita nos



Parque Nacional da Peneda-Gerês

European Green Awards, começa em **Vila Nova de Cerveira**, passa por **Valença** e termina em **Monção**. Sem declives acentuados, a ecopista surpreende com as panorâmicas do rio, das embarcações tradicionais, da margem galega e de pesqueiras, pequenas construções antigas de pedra. Toda a via é em piso betuminoso e com sinalização vertical.

## À BEIRA MAR E RIO

Com a sua costa atlântica, o **Minho** oferece uma enorme variedade de praias de qualidade ambiental reconhecida e galardoada. São zonas balneares procuradas quer para momentos de lazer e descontração, quer para atividades como o surf, bodyboard e windsurf. A Bandeira Azul, um símbolo de qualidade ambiental atribuído anualmente a praias fluviais e costeiras, distingue a informação e educação ambiental, a qualidade da água, a gestão ambiental e equipamentos e a segurança

e serviços. No **Minho**, mais de duas dezenas de praias são galardoadas, de **Viana do Castelo** (Afife, Amorosa, Arda, Cabedelo, Carreço, Castelo de Neiva, Insua, Luzia Mar, Norte e Paçô) e **Caminha** (Azenhas-Vilar de Mouros, Praia da Foz do Minho-Cristelo e Vilarelho, Forte do Cão-Âncora, Moledo; Vila Praia de Âncora) a **Esposende** (Apúlia, Fão-Ofir, Marinhas-Cepães e Suave Mar), **Braga** (Praias Fluviais de Adaífe, Ponte do Bico e Merelim S. Paio), **Fafe** (Praia Fluvial da Albufeira da Queimadela) e Praia Fluvial do

Faial - Vila de Prado (**Vila Verde**). Existem também praias designadas mas sem galardões como a Praia Pedras Ruivas-Seixas, Praia de Transição em **Caminha**, ou a Praia Fluvial do Taboão em **Paredes de Coura**.

## PRAIA FLUVIAL DE VERIM, PÓVOA DE LANHOSO

Nas margens do Rio Cávado, a Praia Fluvial de Verim insere-se numa região de grande beleza natural. As águas tranquilas e de qualidade excelente, são sódicas, fluoretadas e sulfúreas. A zona balnear possui um parque de merendas e infraestruturas de apoio, que incluem um passadiço em deck, os requisitos de mobilidade condicionada e acessibilidade para todos e equipamentos de socorros. Entre os equipamentos, destacam-se o bar, campo de voleibol, parque de merendas e parque infantil. Quercus Qualidade de Ouro – Praia Interior 2022.



Surf no litoral de Esposende



Viana do Castelo



**Praia Fluvial do Faial,  
Vila de Prado**

## PRAIA FLUVIAL DO FAIAL DA VILA DE PRADO NA MARGEM DO RIO CÁVADO, IDEAL PARA OS DIAS QUENTES

### PRAIA FLUVIAL DO FAIAL, VILA DE PRADO

Se deseja absorver verdadeiramente o esplendor da natureza e sentir o ar livre, há apenas uma coisa que terá de fazer: conhecer as zonas ribeirinhas do concelho de **Vila Verde**. Assista a um espetáculo de paisagens, da vida selvagem, com sons e as luzes da própria natureza. Sinta este prazer. A Praia Fluvial do Faial é um desses espaços e fica situada junto ao rio Cávado, na Vila de Prado. Com espaços verdes de excelência, reúne as condições para momentos de convívio e lazer em família ou com amigos. Aqui fica também localizado o Clube Náutico de Prado,

com um campo polidesportivo (futebol, ténis e basquetebol), um campo de voleibol de praia, um parque infantil e um parque de merendas constituído por 6 mesas com bancos, zona de banhos, um bar e um parque de estacionamento com acesso para viaturas ligeiras e autocarros. ABAE - Bandeira Azul Praia Acessível, Praia para todos

### PRAIA DE MOLEDO, CAMINHA

Praia costeira de areia branca e rochosa, a Praia de Moledo alia os extensos areais e o mar à

Mata do Camarido. A estância balnear, famosa desde o início do século XX, é reconhecida pelas qualidades terapêuticas do iodo. A praia um pouco ventosa, banhada pelo mar de ondulação forte, tem boas condições para a prática de surf e mesmo de windsurf durante o verão. Em frente, na pequena ilha rochosa a que se acede por barco, destaca-se o Forte da Ínsua, um baluarte de defesa da costa. ABAE – Bandeira Azul Quercus Qualidade Ouro – Praia de Transição. Praia Acessível, Praia para Todos

### AVENTURA NA ÁGUA

Serras e vales marcam os contrastes paisagísticos de **Ponte da Barca**, que se abre ao rio Lima numa extensa praia fluvial. Longos percursos de canyoning e passeios de kayak são modalidades náuticas que se podem praticar no rio e suas margens, com todos os encantos das paisagens serranas.



**Praia de Moledo, Caminha**



Kitesurf no estuário do Cávado

## ESTAÇÕES NÁUTICAS

Quatro estações náuticas certificadas localizam-se em planos de água estáveis, em rios, lagos e albufeiras do **Minho** e integram a rede Estações Náuticas de Portugal. Promovem atividades náuticas e de animação ligadas ao património cultural e ambiental local que incluem a oferta de alojamento e restauração. No litoral ou interior, a região Noroeste de Portugal tem uma forte ligação à água e às experiências de diversão aquática. No **Minho**, a Estação Náutica de **Esposende** e a Estação Náutica do **Alto Minho**, em **Viana do Castelo**, assim como a Estação Náutica de **Cabeceiras de Basto** e a Estação Náutica de **Vila Verde**, dispõem de marinas/fluvinas, ancoradouros, espaços para práticas desportivas, clubes náuticos e empresas para a prática de kitesurf, surf, paddle

surf e canoagem, e também de caiaque, windsurf, vela, remo, ski, mergulho e passeios de barco. Em **Viana do Castelo**, localiza-se ainda o novo Centro de Alto Rendimento de Surf, na Praia do Cabedelo. A construção ecológica, sede do Surf Clube de Viana, integra a Rede Nacional de Centros de Alto Rendimento. Para experimentar o **Minho** em todas as estações e sempre à beira de água.



Albufeira do Ermal

## ALBUFEIRAS

A Albufeira do Ermal é uma lagoa alimentada pelo Rio Ave, de águas aprazíveis, límpidas e cristalinas. O recanto permite usufruir da tranquilidade da natureza e toda a extensão da ilha é passível para banhos, com o apoio de tapetes de relvado sintético e de um bar com esplanada. Para quem ousa praticar atividades náuticas, o 'Teleski – Cable Park Aqua Park' oferece diversões como o wakeboard, trickski, gaivotas, caiaques, paddle e insufláveis. Quercus Qualidade Ouro – Praia Interior 2022. Já a Albufeira do Lindoso (**Ponte da Barca e Arcos de Valdevez**) situa-se no rio Lima, junto à fronteira, entre a serra do Soajo e a serra Amarela, onde as espécies piscícolas mais comuns são a truta, o barbo e a boga. Atividades desportivas e de lazer condicionadas.



**Fisgas  
de Ermelo**

Na serra do Gerês, a Albufeira da Caniçada (**Terras de Bouro e Vieira do Minho**) reúne as águas dos rios Cávado, Gerês e Freitas. À beleza natural, soma-se a Marina de Rio Caldo e a Praia de Alqueirão (detentora do Quercus Qualidade de Ouro – Praia Interior 2022), para a prática de desportos náuticos.

### CURSOS DE ÁGUA

Dois cursos naturais de água luso-espanhóis atravessam a região do **Minho**, os rios internacionais Minho e Lima. Já o português rio Cávado nasce na Serra do Larouco e desagua no Oceano Atlântico. As zonas balneares junto aos rios são uma alternativa às praias oceânicas para quem gosta de banhos de água doce, junto a áreas verdes e montanhas. Os rios e seus afluentes proporcionam a prática de desportos náuticos (jet-ski, vela, remo, rafting e canoagem) ou passeios de barco. As margens tranquilas das praias fluviais, as quedas de

água e as albufeiras convidam a banhos refrescantes, atividades náuticas e desfrute da natureza.

### FISGAS DE ERMELO, MONDIM DE BASTO

No Parque Natural do Alvão, as Fisgas de Ermelo são uma das maiores quedas de água da Europa, com um desnível de cerca de 400 metros, assentes em rochas quartzíticas com 480 milhões de anos. Foi a fraturação destas rochas duras que permitiu que o Rio Olo

nelas se tenha ‘enfigado’, dando origem ao nome popular pelo qual é conhecida a cascata. Próximo das quedas de água encontram-se ‘pioças’, as lagoas naturais de águas puras e cristalinas, e um percurso pedestre.

### PARQUE DA DEVEZA, V. N. DE FAMALICÃO

Além das atrações turísticas edificadas, o Parque da Devesa, em **Famalicão**, é um local de passagem obrigatória, com uma área de cerca de 27 ha, privilegiando contacto com a natureza, lazer, desporto e educação ambiental. Localizado em quintas rurais abandonadas há décadas, o espaço, junto ao centro de **Famalicão**, é atravessado pelo Rio Pelhe e conta com um lago, árvores de grande porte, penedos graníticos e os edifícios da Casa do Território e Anfiteatro.



**Parque da Devesa,  
Famalicão**

## ÁGUAS MINERO TERAPÊUTICAS

O bem-estar, naturalmente relaxante, encontra-se no termalismo e SPA termal do **Minho**. A região oferece caldas para descontrair e encontrar o equilíbrio nos ambientes envolventes das estâncias termais. São serviços de melhoria da qualidade de vida ligados à prevenção da doença, estética, beleza e relaxamento. No **Minho**, os balneários, spas e estâncias de **Melgaço**, **Monção**, **Gerês**, **Taipas Termal**, **Moimenta, Cadelas e Vizela** aplicam técnicas termais com utilização de água mineral natural de propriedades terapêuticas.



### TRATAMENTOS TERMAIS

Se procura relaxar, descontrair e esquecer os problemas poderá desfrutar das várias ofertas de saúde e bem-estar que o **Minho** dispõe. A escolha é variada, mas a sensação é só uma: bem-estar!



Taipas Termal



Rafting Rio Minho, Melgaço

## TERMAS DE CALDELAS, AMARES

Envolvida por uma paisagem verde, as Termas de Cadelas são um destino para fugir ao stress do dia-a-dia e recarregar energias através dos benefícios do relaxe, bem-estar e terapia. O complexo termal é constituído pelo balneário e bicas de água, centro de medicina física e reabilitação. As indicações terapêuticas destas termas vocacionam-se, principalmente, para o aparelho digestivo, reumatismo, aparelho respiratório e para algumas dermatoses crónicas. Independentemente das suas indicações terapêuticas específicas, a frequência da estância termal traz benefícios gerais, através de um repouso-ativo, alimentação saudável e balneoterapia relaxante. O remodelado balneário alia a modernidade e conforto de um spa ao estilo sóbrio da traça original.

## TRAÇADOS RIGOROSOS E AGRADÁVEIS

Com o seu clima privilegiado, longe do vento, e com as suas belas paisagens, entre o mar e a montanha, o Minho é um destino apetecível para os praticantes de golfe. As circunstâncias naturais envolventes, o meio rural, permitem o desenho de campos com um traçado rigoroso e agradável. Mistos de planura e montes, os campos foram concebidos quer para amadores, como para profissionais, o que facilita a sua utilização em torneios. Combina o prazer do jogo e o desafio dos percursos com estadias cómodas e tranquilas.

## TRAÇADOS ATRATIVOS

Com o seu clima privilegiado, longe do vento, e com as suas belas paisagens, entre o mar e a montanha, e o meio rural envolvente misto de planura com montes, o **Minho** é um destino apetecível para



**Termas de Caldelas,  
Amares**

os praticantes de golfe. Os campos Axis Golfe - **Ponte de Lima**, Campo de Golfe de Rilhadas - **Fafe**, Clube Golfe **Braga**, Campo de Golfe de Guardizela - **Guimarães** e Golfe Quinta da Barca - **Esposende**, combinam o prazer do jogo, o desafio dos percursos e as estadias tranquilas, quer para amadores como para profissionais.

## PAIXÃO PELO FUTEBOL

Época após época, os clubes de futebol do **Minho** chegam a representar um terço do total das equipas da Liga Portugal. São eles SC Braga, Vitória SC, Moreirense FC, FC Famalicão, Gil Vicente FC e FC Vizela. Dirigentes, treinadores e atletas apostam na formação de futebolistas. A rivalidade entre SC Braga e Vitória SC envolve os dois clubes mais representativos da região, com o jogo entre 'guerreiros' e 'conquistadores' a ser apelidado de 'Dérbi do Minho'.

## ESTÁDIO MUNICIPAL, BRAGA

O Estádio Municipal de **Braga** foi projectado pelo arquitecto Eduardo Souto Moura e pelo engenheiro Rui Furtado. O estádio foi construído para o campeonato europeu de futebol UEFA Euro 2004, que se realizou em Portugal. O recinto revela linhas arquitectónicas inovadoras, com duas bancadas laterais e com 30 mil lugares de capacidade. Nos topos do Estádio podemos encontrar parte da antiga pedreira, e do outro uma vista para um vale de Braga.



**Estádio municipal  
de Braga**

Prémio Secil – Arquitetura 2004 / Engenharia Civil 2005.

## CENTRO DE ESTÁGIOS DE MELGAÇO

Referência a nível nacional e internacional, o moderno e bem equipado complexo do Centro de Estágios de **Melgaço** divide-se nas áreas de lazer, que permite a prática do desporto de manutenção e atividades lúdicas, e a de desporto de alta competição (futebol, atletismo, basquetebol e andebol).



**Aldeia de Pontes,  
Melgaço**

# ALDEIAS DO MINHO

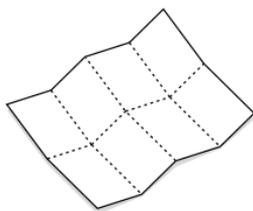
Locais de excelência paisagística, história e cultura

As aldeias do **Minho** são um convite à visita de um território tranquilo, que preserva o património cultural construído, as suas gentes, arte, usos e costumes e os modos de viver mais ancestrais.

As montanhas que delimitam vales, albergam a flora típica que suporta uma importante comunidade animal. Aqui, o tempo é para desfrutar, conhecer, viver e interpretar as paisagens naturais e rurais, campos agrícolas, rios e biodiversidade.

Para se poder apreciar na sua plenitude o turismo rural, as aldeias tradicionais e as suas proximidades têm para oferecer casas de traça tradicional, gastronomia típica, artesanato regional, as mais diversas experiências de turismo ativo e uma população afável e acolhedora.

A Associação de Turismo de Aldeia tem a missão do desenvolvimento e promoção dos territórios rurais, das aldeias e dos recursos endógenos locais e regionais. No Minho, estão classificadas 28 aldeias tradicionais, com a aldeia rural de Sistelo, em Arcos de Valdevez, a ter sido eleita uma das 7 Maravilhas – Aldeias de Portugal.



**Ver mapa ilustrado desdobrável ‘Minho. Acima de tudo - Aldeias de Tradição’.**



**Casa típica,  
Branda da Avelreira**

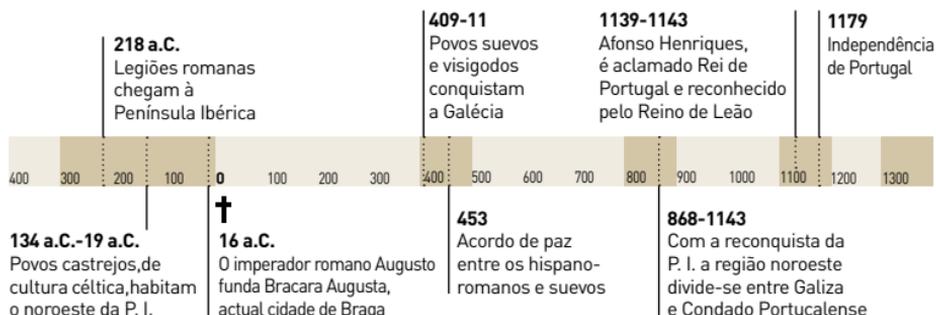
## A IDENTIDADE DE UM POVO – CASA TÍPICA

A arquitetura vernacular do **Minho** é um fruto do saber interpretar e usar a paisagem, usufruir dos recursos naturais, manipular e dominar os materiais disponíveis. De granito e de carvalho, a casa típica do **Minho** associa e funde numa só, a

habitação humana e o curral. As casas são de planta retangular e geralmente de dois pisos: o andar sobradado, para habitação, e o térreo, para o gado e lojas (arrecadações), adega e celeiro. Uma escada de pedra, de um só lanço,

sobe ao longo da fachada e varanda, coberta com alpendre.

A cobertura, de duas águas pouco inclinadas, é de telha caleira. À volta da casa não podem faltar a eira, as medas ou moreias, o poço, as cortes e os espigueiros.



# SISTELO

A Paisagem Cultural de Sisteo, em Arcos de Valdevez, guarda ainda toda a beleza rural ancestral do Minho.

Os socalcos e os pequenos aglomerados populacionais são uma marca identitária única em todo o país.

O território é marcado pela construção de socalcos e patamares, adaptados às curvas de nível, modelando as encostas íngremes, aproveitados para a produção de milho e a pastorícia, e os canais de água para o regadio.

Retendo a terra, conduzindo as águas pelo sistema de regadio e criando escadas de acesso vertical, os terraços representam a forma inteligente e eco sustentada de obter proveito agrícola e pecuário, sendo terreno para criação das raças bovinas autóctones Cachena e Barrosã.

Classificada como Monumento Nacional pela sua excepcionalidade e elevado valor patrimonial, a Paisagem Cultural do Sisteo está implantada num vale muito inclinado e encaixado, no fundo do qual corre o rio Vez, a aldeia tradicional do Sisteo é constituída por casas de arquitetura popular, moinhos e espigueiros, onde se evidencia o Castelo de Sisteo.

A zona central da povoação guarda ainda uma forte memória dos ritmos ancestrais, nas suas construções em granito. A comunidade rural está perfeitamente adaptada ao território de montanha, com um aproveitamento diversificado. No século XII, por aqui passou o exército de Afonso VII de Leão e Castela, para confrontar D. Afonso Henriques, num episódio decisivo na fundação do Reino de Portugal.

← Monção



Paisagem Cultural do Sisteo  
- Monumento Nacional  
7 Maravilhas de Portugal - Aldeias

## SOCALCOS DE SISTELO

Plataformas mais ou menos planas de solo profundo e fértil, os socalcos de Sistelo surgem pela necessidade de aumentar a superfície agrícola e de contrariar os declives. São construídos nas vertentes das montanhas, sobrepostas umas às outras em escadaria e suportadas por muros de pedra. Estas estruturas permitiam o desenvolvimento de uma agricultura de subsistência para as comunidades rurais. Associados a estas plataformas, construíram-se canais de regadio destinados ao transporte de água dos pontos mais altos das montanhas, poços e cursos de água, para subsistência das culturas nos meses de verão.

N304

Cruzeiro de Sistelo

Ponte de Sistelo

Chafariz

Espigueiros

Igreja Paroquial  
de Sistelo

Casa do Castelo  
Centro Interpretativo  
da Paisagem Cultural  
de Sistelo

Ponte Visconde  
de Sistelo

Passadiços de Sistelo

Rio Vez





Capela S<sup>to</sup>. António  
do Barroco

N202-2

Ponte da Veiga de Sistelo



Arcos de →  
Valdevez



### **IGREJA MATRIZ DE SISTELO**

Pequena igreja paroquial que se funde com o espaço envolvente. Na parte de trás, ao lado do cemitério, no jazigo neoclássico em pedra, está sepultado Manuel Gonçalves Roque, primeiro Visconde de Sistelo.



### **CASA DO CASTELO - C. I. DA PAISAGEM DE SISTELO**

Pequeno palácio, com duas torres de um dos lados, construído na segunda metade do século XIX por Manuel Gonçalves Roque, filho da terra de regresso do Brasil e nomeado primeiro Visconde de Sistelo.



### **PONTE MEDIEVAL DE SISTELO**

Construção do século XV, a ponte de arquitetura medieval possui uma estrutura granítica de dois arcos desiguais de volta perfeita. A passagem tem uma circulação apenas pedonal.

## BRANDA DA AVELEIRA, MELGAÇO

A aldeia tradicional da Branda da Avelreira, um dos muitos núcleos habitacionais em zona de altitude existentes no **Alto Minho**, é utilizada desde o século XII, na altura da primavera e do verão, como branda de pastoreio. Localizada nas imediações do Parque Nacional da Peneda-Gerês, era para estes cortelhos que os brandeiros subiam com os seus rebanhos e pernoitavam nestas pequenas construções rústicas em pedra, sendo o piso inferior destinado ao gado, o que permitia aquecer o andar superior. Atualmente, pode-se aqui encontrar cerca de 80 cardenhas, das quais uma dezena recuperada para turismo de aldeia.

## EIRA COMUNITÁRIA DE PORREIRAS

Com oito espigueiros, quatro alpendres que serviam de palheiros e um núcleo de moinhos de água recuperados, uma visita à Eira Comunitária de Porreiras, em **Paredes de Coura**, proporciona ainda uma vista panorâmica sobre a paisagem.

## SOAJO, ARCOS DE VALDEVEZ

Inserida no Parque Nacional Peneda Gerês, a vila de Soajo integra vários lugares que mantêm uma identidade única. Durante a Idade Média, os seus monteiros (guardas de coutos) tinham privilégios da coroa. O *ex-libris* da povoação é a eira

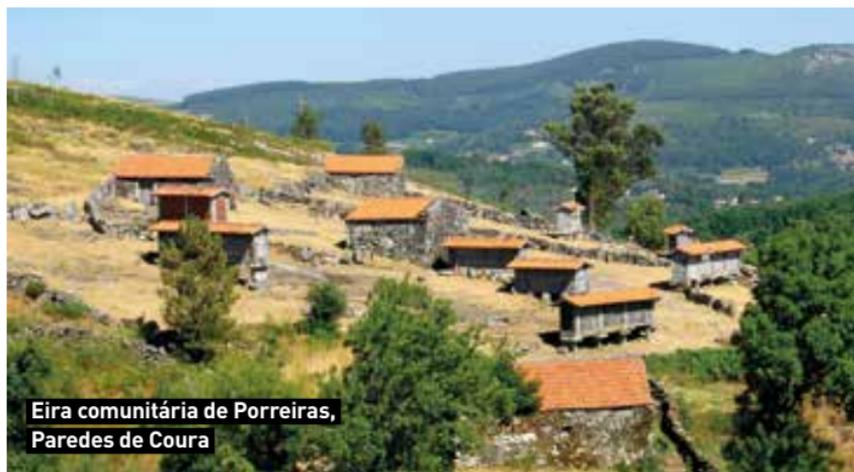


## CARDENHA (CORTELHO)

Construção rudimentar, serve para descanso de pastores e outros trabalhadores serranos durante a noite.



**O COMUNITARISMO FOI UM MODELO DE TRABALHO ESSENCIAL PARA A SOBREVIVÊNCIA DAS ALDEIAS**



Eira comunitária de Porreiras, Paredes de Coura



Aldeia  
de Castro Laboreiro

comunitária, constituída por um conjunto de 24 espigueiros em granito e assentes num enorme afloramento rochoso. Em Soajo, existem inúmeras casas de turismo no espaço rural e restaurantes com gastronomia típica.

## CASTRO LABOREIRO, MELGAÇO

No **Alto Minho**, **Castro Laboreiro** situa-se no Parque Nacional da Peneda-Gerês. A localização da aldeia tradicional, em **Melgaço**, a mais de mil metros de altitude, levou a que os castrejos defendessem a tradição das pastagens em altitude (brandas) e em vales (inverneiras), testemunhos da prática da transumância e da ocupação sazonal. A aldeia possui um milenar legado histórico, designadamente os monumentos megalíticos,

o Castelo de Castro Laboreiro, classificado como Monumento Nacional, as pontes e igrejas medievais, os fornos comunitários, os moinhos e a atividade agropastoril. Os visitantes

podem encontrar alojamento em albergarias e casas de abrigo, resultantes da recuperação de casas castrejas. O guardião da pequena localidade é o Cão de Castro Laboreiro.



### MESA DOS 4 ABADES

Uma mesa de granito ladeada por quatro bancos também em pedra, cada um assente no território de cada freguesia confinante: Calheiros, Cepões, Bárrio e Vilar do Monte (**Ponte de Lima**). Na Idade Média, os representantes de cada paróquia sentavam-se para debater e resolver assuntos e consultar os fiéis. A tradição foi retomada pelos presidentes das juntas de freguesia em junho de cada ano.



## ALDEIA DE BICO, PAREDES DE COURA

Miradouro natural, a aldeia de Bico estende-se desde a encosta da Serra do Corno de Bico até às margens do Rio Coura. Na povoação preparam-se iguarias típicas, mantêm-se vivos os trabalhos em linho e lã e disponibilizam-se casas de turismo rural. Nos arredores, encontram-se vestígios de mamoas, monumentos sepulcrais com cinco milénios. Já a aldeia serrana de Porreiras, na encosta da Serra da Boalhosa, possui uma eira comunitária, com nove espigueiros e quatro alpendres, e oferece o Percurso do Pastor por recantos naturais.

## ALDEIAS DE AGRA E ESPINDO, VIEIRA DO MINHO

A sul da Serra da Cabreira e banhada pelo Rio Ave,



a aldeia de Agra, em Rossas, é constituída por um aglomerado de casas de granito, fontanários, ruelas íngremes e terrenos cultivados. A povoação oferece casas para alojamento, restaurante típico, artesanato e um percurso pedestre. Já em Ruivães, a pitoresca aldeia

de montanha de Espindo preserva um sistema de regadio comunitário, casas de habitação do século XIX, espigueiros e moinhos, um lendário poço e abrigos de pastores nas encostas.

## UZ, CABECEIRAS DE BASTO

Situada na freguesia de Vilar de Cunhas, na Serra da Cabreira, a Uz é uma pequena povoação com casas de granito. O seu nome deve-se à grande quantidade de urze nos montes desta aldeia. As ruas estreitas da Uz transportam, quem visita esta aldeia pitoresca, para uma época remota. Nas proximidades desta tradicional localidade, pode ainda visitar o Fojo do Lobo, que representa uma antiga armadilha para caçar os lobos.



## ALDEIAS DO MINHO

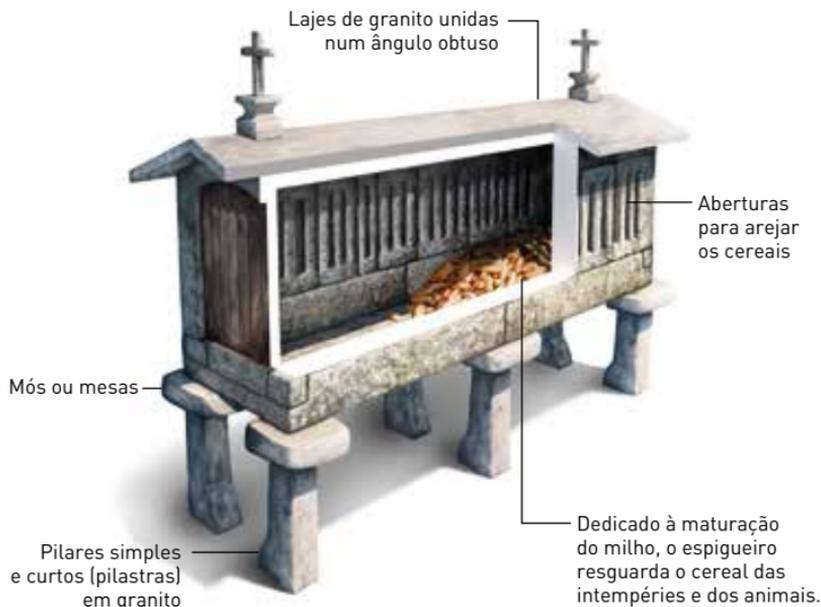
A chegada à aldeia da Ermida, em **Ponte da Barca**, é assinalada por um miradouro. Na povoação comunitária, onde estão situados o Núcleo Museológico e o acesso à Branda de Bilhares. Seguindo para a Serra Amarela, surge a aldeia comunitária de Germil, concentrada em dois aglomerados de casas típicas, ruas, calçadas, espigueiros e uma azenha. Entre a Serra

de Arga (Sítio Serra D'Arga da Rede Natura 2000) e a Serra de Formigos situa-se a aldeia de Cabração, em **Ponte de Lima**. Caminhando pelas ruelas saltam à vista o xisto e o granito utilizados nas casas rústicas, algumas de alojamento turístico. A freguesia de Taião, em **Valença**, está situada num planalto serrano, que face à sua situação geográfica, encontra-se "sempre ao sol",

como dizem os habitantes da freguesia. Relógios de Sol podem encontrar-se nos lugares de Taião de Cima e Taião de Baixo. Nesta típica aldeia encontra-se o requalificado Museu Rural de Taião, cujo espólio destaca o traje da taionesa, original desta freguesia, como também vários materiais e utensílios ligados à arte do linho, bem como antigas alfaías agrícolas ainda em uso na região.

### O ESPIQUEIRO É um exemplo do espírito comunitário dos aldeãos, que também partilham a eira.

Característica do Noroeste da Península Ibérica, esta estrutura de pedra e madeira é destinada a armazenar e secar espigas, resguardando-as de pássaros e roedores.





Germil,  
Ponte da Barca

### ALDEIA DA MONTARIA, VIANA DO CASTELO

São Lourenço da Montaria é uma freguesia do concelho de Viana do Castelo, situada no interior, afastada da cidade e encostada às faldas da Serra d'Arga. Esta localização particular formou-lhe um

carácter serrano e independente que se materializou em muitos vestígios materiais.

### LINDOSO, PONTE DA BARCA

No **Alto Minho**, a Aldeia de Lindoso concilia história, património e natureza em

## GERMIL: A PEQUENA ALDEIA ONDE SE OUVEM OS SONS DA NATUREZA E DOS ANIMAIS

harmonia. O núcleo rural, do qual se vislumbra a albufeira do Lindoso, está inserido no Parque Nacional da Peneda-Gerês e foi objeto de recentes requalificações. No passado, assumiu um papel importante na defesa da fronteira portuguesa. Tem como principal atributo um conjunto de espigueiros datados dos séculos XVIII, XIX e XX. O Castelo de Lindoso, classificado Monumento Nacional, situa-se ao lado da povoação.



Lindoso,  
Ponte da Barca



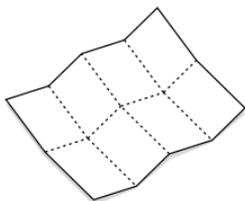
Vitela assada

# GASTRONOMIA E VINHOS

## As mais saborosas tradições gastronómicas

A gastronomia configura um dos mais representativos aspectos de usos e costumes próprios dos saberes ancestrais do **Minho**. Cada prato é exemplificativo da herança e memória comunitárias. São receitas familiares, saberes conventuais, muitos deles guardados em segredo.

Uma refeição típica do **Minho** pode ser muito variada. A gastronomia reflete sabores típicos como os peixes vindos do rio e do mar, as carnes tenras e bem temperadas e a doçaria conventual. A enogastronomia do **Minho**, o equilíbrio perfeito entre vinhos e alimentos, aliando e harmonizando sabores, proporciona uma experiência dos sentidos, rica em aromas e paladares e que visa aumentar o prazer gastronómico.



Ver mapa ilustrado desdobrável 'Minho. Acima de tudo - Gastronomia e Vinhos'.



### REFERENCIAL GASTRONÓMICO DO MINHO



Conheça o trabalho desenvolvido pelo Minho Inovação em prol da valorização da gastronomia tendo dado frutos visíveis que resultam da dinamização e do apoio a um conjunto diversificado de iniciativas através do Referencial Gastronómico do **Minho**.



## O VINHO VERDE -ÚNICO NO MUNDO

A frescura vibrante, a elegância e leveza, a expressão aromática e gustativa, com destaque para as suas notas frutadas e florais, são as características que definem e diferenciam o Vinho Verde. O vasto cardápio do **Minho** não dispensa um bom Vinho Verde para acompanhar. Com moderado teor alcoólico, e portanto menos calórico, o Vinho Verde é um vinho frutado, fácil de beber, ótimo como aperitivo ou em

harmonização com refeições leves e equilibradas (saladas, peixes, mariscos, carnes brancas e petiscos).

Exclusivamente produzidos na Região Demarcada dos Vinhos Verdes, aos brancos, rosados e tintos, juntam-se ainda as aguardentes e os espumantes de Vinho Verde. Para os apreciar e conhecer, nada como visitar os espaços dedicados ao enoturismo, entre adegas, hotéis, quintas tradicionalmente ligadas ao vinho, casas de prova,

restaurantes ou percorrer rotas como a Rota dos Vinhos Verdes ou a Rota do Vinho Alvarinho Monção & Melgaço.

## CALDO VERDE

A sopa típica minhota Caldo Verde tem origem em meados do século XV, na região do **Minho**, quando os lavradores utilizavam os ingredientes em maior abundância para produzir uma sopa que saciasse toda a população. Confeccionado com a típica couve-galega





Caldo Verde



Bacalhau  
à São Teotónio

e batatas vermelhas, o prato é a principal atração na gastronomia da região e do país. Serve-se em tigela de barro, com uma fatia de chouriço de vinho e um pouco de azeite extra virgem. É tradicionalmente acompanhado por broa demilho e é servido com Vinho Regional do Minho

### BACALHAU À SÃO TEOTÓNIO

O bacalhau à São Teotónio é um prato de sabor genuíno. Tem nome de santo, em homenagem ao primeiro santo português, natural de **Valença**.

### CARNE DE ORIGEM

Os modos de criação de bovinos de raças do **Minho** refletem o espírito comunitário de entajada das populações locais. É habitual animais de vários donos pastarem em conjunto ou um dono cuidar quer dos seus animais quer dos seus vizinhos. São alimentados com forragens verdes, palhas de milho e azevém.

A Carne Cachena da Peneda DOP identifica um produto originário da região do **Minho**, obtido a partir de animais da raça bovina Cachena (vitela, novilho,

boi e vaca), cuja qualidade e características se devem ao meio geográfico. A carne é succulenta, ligeiramente húmida e bastante saborosa.

### LARANJA DE AMARES

Fruto de forma regular, esférica, de cor amarelo-avermelhado, de casca fina e muito sumarenta, a Laranja de Amares é um símbolo do concelho do Cávado, fazendo parte do seu brasão. Esta espécie citrina tem uma sobrematuração que permite que seja consumida de maio a agosto, permanecendo na árvore até ao consumo. Aprecia-se o estado sanitário da casca, a sua espessura, a quantidade de sumo e açúcar. Consumida tal e qual, é também usada para doces e pudins.



Carne Cachena

### NA COZINHA MINHOTA TODOS OS INGREDIENTES SE TORNAM VALIOSOS

## CORDEIRO À MODA DE MONÇÃO

Confeccionado de forma tradicional, o Cordeiro à Moda de **Monção** é uma referência da gastronomia do Minho. Este prato tem uma preparação que decorre em mais de 24 horas e é servido com arroz amarelo. Na mesa é acompanhado de Vinho Verde da casta Alvarinho. Para sobremesa, recomendam-se as Roscas de Monção, um doce típico do concelho raiano sob a forma de argola e coberto de calda de açúcar. A receita é um segredo bem guardado, feita por poucas famílias, e requer mestria na junção dos ingredientes.

## O CORDEIRO COZINHADO COM TEMPO E CARINHO, UM REFLEXO DOS SABERES DAS MÃOS MINHOTAS



**Cordeiro**  
à moda de Monção

## “CAURDO” DE VILA VERDE

Designação atribuída às sopas tradicionais, que noutros tempos constituíam o sustento dos mais pobres. É uma das iguarias da região e do concelho de **Vila Verde** e representa uma autêntica especialidade que tem ganho expressão através da Festa do Caurdo, que ocorre em outubro, no âmbito da Festa das Colheitas e da Festa do Caldo do Pote, iniciativa que integra a programação Na Rota das Colheitas, onde são servidos dezenas de caurdos confeccionados à moda antiga. O Caurdo à Lavrador é uma dessas iguarias e a base da receita é constituída por ingredientes como a couve – galega, feijão vermelho, batata branca, farinha, pernil de presunto, chouriço de carne, sal e azeite q.b., preparado num pote e servido em malgas de barro.



**Caurdo**  
de Vila Verde



**Fumeiro de Melgaço**

## FUMEIRO DE MELGAÇO

A Comissão Europeia reconhece as denominações Salpício de **Melgaço**, Presunto de Melgaço, Chouriço de Carne de Melgaço e Chouriço de Sangue de Melgaço como Indicações Geográficas Protegidas (IGP). Estes produtos têm uma reputação associada à sua região de origem e cujas características qualitativas são indissociáveis da matéria-prima utilizada, proveniente de suínos da raça bísara, e do saber-fazer das populações de Melgaço que conhecem as técnicas de fabrico tradicionais, transmitidas de geração em geração.

## MILHOS RICOS DE MONDIM DE BASTO

Surgiram como forma de aproveitar o milho regional existente em todas as casas agrícolas para, juntamente com o fumeiro produzido a partir da matança do porco, criar uma nova iguaria gastronómica. A um refogado, juntam-se os milhos e o caldo de cozedura da entremeada, chispe e chouriças

de carne e de sangue. Servem-se com as carnes, orelha fumada, salpicão e presunto.

### VITELA ASSADA À MODA DE FAFE

No último quartel do séc XIX, escrevia José Augusto Vieira que «é afamada a vitella de Fafe», notando-se que neste local «é grande relativamente aos outros concelhos, a matança de vitellas, e que até se exportam, pela fama que teem, por outras localidades». O autor de “O Minho Pittoresco” enaltece, por mais do que uma vez, a «deliciosa vitella, que torna Fafe uma celebridade entre os amadores da carne tenra e branca». Começa por se preparar a «cama» da vitela numa assadeira de barro. Regam-se os nacos de carne e as batatas com o molho da marinada. Vai a assar lentamente, em forno a lenha. O resto são segredos das mãos e do saber de quem a confeciona. A acompanhar, o voluptuoso vinho verde tinto.



Milhos Ricos  
de Mondim de Basto

### BOLINHOL DE VIZELA

Há mais de 130 anos que o Bolinhol faz parte do património gastronómico de Vizela. Este tipo de pão de ló retangular apresenta-se com uma suave cobertura de açúcar, que resulta da preparação de uma cuidada calda, posteriormente pincelada manualmente sobre a massa de refinada qualidade, levemente húmida. A receita é composta por ingredientes adquiridos essencialmente a fornecedores locais. O doce resulta da arte de mãos experientes e de um processo essencialmente artesanal, fiel às suas origens.

**?** MUSEU  
DO CHOCOLATE

Aberto em 2016, neste museu será possível conhecer todo o processo laboral de uma das mais antigas fábricas portuguesas a trabalhar continuamente na produção de chocolate, a Avianense. A fábrica e loja está atualmente instalada em Durrães – Barcelos, onde é produzido o famoso ‘Bombom Avianense’, feito com chocolate negro.



Vitela assada  
à moda de Fafe



Bolinhol de Vizela

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



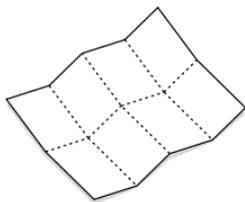
Bordados

# CULTURA E ARTESANATO

## A expressão minhota de corpo e alma

A riqueza e a pluralidade da paisagem minhota reflete-se na espontaneidade e na alegria do seu folclore, na animação e colorido das festas e eventos. A cultura, as tradições transmitidas através dos tempos, os arraiais e as artes tradicionais da tanoaria, bordados, rendas, tecelagem, pintura de azulejos e louças, tamancaria, miniaturas em madeira e filigrana contribuem para fazer desta região um palco repleto de motivos de interesse. Ao unir harmoniosamente história, tradição, contemporaneidade e inovação, o Minho ganha uma renovada animação, reveladora do temperamento e do talento das populações que aqui existiram e ainda vivem.

As coleções de arte e a preservação da memória e identidade coletiva do **Minho** estão acessíveis ao público nos museus da região. A Rede Portuguesa de Museus integra 17 unidades e espaços de cariz museológico do **Minho**, em **Famalicão, Braga, Barcelos, Viana do Castelo, Esposende, Guimarães, Paredes de Coura e Ponte de Lima**. Expõem, programam e desenvolvem atividades culturais e preservam património para construir uma imagem histórica do Noroeste de Portugal.



Ver mapa ilustrado  
desdobrável 'Minho.  
Acima de tudo  
- Cultura e artesanato.



**Artesanato  
de Terras de Bouro**

## MUSEUS DO MINHO

As coleções de arte e a preservação da memória e identidade coletiva do **Minho** estão acessíveis ao público nos museus da região. As unidades e espaços de cariz museológico expõem, programam e desenvolvem atividades culturais e preservam património para construir uma imagem histórica do Noroeste de Portugal. Municípios, fundações, universidade, arquidiocese e Direção Regional de Cultura do Norte

qualificam, apresentam e difundem as especificidades culturais do **Minho** através da exposição de coleções de objetos de arte de grande riqueza e diversidade. A Rede Portuguesa de Museus integra 17 museus do **Minho**, que mostram o património cultural, a identidade, a curadoria e as coleções para fruição estética em **Famalicão** (Museu Bernardino Machado e Fundação Cupertino de Miranda Museum),

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



**Museu do Traje,  
Viana do Castelo**



**Centro de Interpretação do Território  
de Ponte de Lima**

## CORTEJO DA TRADIÇÃO – DESFILE DE CARROS ALEGÓRICOS: AS MULHERES COM OS XAILES ÀS COSTAS LEMBRAM AS RAÍZES DO CONCELHO



## FESTAS ANTONINAS

Anualmente, as Festas de Santo António lançam **Vila Verde, Amares** e **Vila Nova de Famalicão** num programa que promove e valoriza as tradições e a identidade das comunidades locais. Está contemplado um conjunto diversificado de eventos e atividades, de âmbito cultural, recreativo e desportivo. O folclore, as bandas filarmónicas, rusgas, marchas populares, cortejos e desfiles etnográficos, a par de espetáculos musicais e fogo de artifício constituem momentos especiais. As Antoninas de **Vila Nova de Famalicão** já integram o Inventário Nacional do Património Cultural Imaterial.

## FEIRAS FRANCAS

Realizam-se desde pelo menos finais do século XVIII. A cada ano que passa, **Fafe** e **Amares** recebe por altura das Feiras Francas não só a visita de muitos visitantes, mas

também das pessoas da terra que se encontram emigrados e fazem questão de comparecer nesta grande feira. Para além do Concurso Pecuário e da

Corrida de Cavalos, números obrigatórios, as feiras são animadas ainda com música e uma exposição de produtos e artigos da terra.



## FESTAS E ROMARIAS

As festas e comemorações populares do **Minho** são um convite ao saudável e alegre convívio. Nas festas de Verão, dedicadas aos santos populares, congregam-se bandas de música, marchas, cortejos etnográficos, desfiles de mordomia, grupos de danças e cantares, concursos e leilões, gastronomia e vinhos.





**Romaria de Nossa  
Senhora d'Agonia, Viana do Castelo**

## FESTAS DA CIDADE E GUALTERIANAS

As Festas Nicolinas são as festas dos estudantes de **Guimarães**, celebradas em honra de S. Nicolau de Mira. A primeira referência às Festas Nicolinas remonta a 1664, ano em que foi construída em Guimarães a Capela de S. Nicolau. Habitualmente têm o seu início a 29 de novembro e o seu término a 7 de dezembro. Durante estes dias, os estudantes têm várias “atividades” que fazem parte da estrutura da Festa. São os designados Números Nicolinos: Moinas, Ceias Nicolinas; Pinheiro; Novenas/Matinas, Posses, Magusto; Roubalheiras; Pregão; Maçãzinhas; Danças de S. Nicolau; Baile Nicolino.

## AS TRADIÇÕES E FOLCLORE, A ANIMAÇÃO E CONVÍVIO, O SAGRADO E PROFANO DAS FESTAS E ROMARIAS SÃO UM CONVITE À VISITA DE ALDEIAS, VILAS E CIDADES DO MINHO

### SÃO JOÃO DE BRAGA

A maior festa popular de Portugal nasceu no século XII. Anualmente, em junho, **Braga** organiza festejos sanjoaninos com os tradicionais martelos, alho-porro e manjericos. O Encontro Internacional de Gigantones e Cabeçudos, a Procissão de São João Baptista, o Cortejo Etnográfico, Cortejo das Rusgas, o Carro de Ervas,

Dança do Rei David e o Carro dos Pastores são alguns dos momentos altos. Concertos, tocadores de cavaquinho, cantares ao desafio e grupos folclóricos e de bombos dão som à festa.

### ROMARIA DE NOSSA SENHORA D'AGONIA

Rainha das romarias de Portugal, a Romaria da Senhora d'Agonia, em **Viana do Castelo**, remonta ao século XVIII. Anualmente, em agosto, a celebração inclui cortejos etnográficos e procissões pelas ruas, decoradas com tapetes de flores, e no rio Lima, com embarcações engalanadas. As festas programam concertos, revista de gigantones e cabeçudos, festival de folclore, feira de artesanato e fogo de artifício.

## ROMARIA DE S. JOÃO D'ARGA

Desde há séculos, a peregrinação, em agosto, atrai os visitantes a Caminha e já foi eleita uma das 7 Maravilhas da Cultura Popular. Após a subida ao monte, a tradição é dar três voltas à capela do Santuário e fazer uma doação ao santo e outra ao... diabo. A noite é de festa, com trajes coloridos, danças e petiscos genuínos.

## TRAJE À VIANESA

Vestuário das jovens abastadas das aldeias no século XIX, o Traje à Vianesa (o primeiro do país a obter certificação) é composto por lenço, camisa, colete, saia, avental, algibeira e meias em linho, lã e algodão. O Museu do Traje de **Viana do Castelo** divulga este património etnográfico e o Desfile da Mordomia. Nas Festas d'Agonia, mais de meio milhar de mulheres desfilam trajadas e com



peças de ouro, espalhando a tradicional 'chieira'.

Os Bordados de Viana, encontram-se certificados, tal como o Traje à Vianesa.

## NOITE DE ROMEIROS

Principal atração das Festas do Concelho de **Mondim de Basto**, a noite de 24

de julho reúne dezenas de grupos de trajados a rigor que desfilam pelas ruas da vila, interpretando as tradicionais modinhas em bailaricos.

Depois estendem as toalhas de linho e as mantas de trapos, abrem os seus merendeiros e partilham, com os visitantes, as iguarias dos seus farnéis. No desfile da Noite de Romeiros de S. Tiago, as jovens ostentam lenços, arrecadas (brincos de argola de ouro) e gigas (cestas) e os rapazes portam coletes, correntes de cavalinho e chapéus de três bicos.

## DANÇAS E CAÑTARES

O **Minho** é rico em danças tradicionais, das quais se destacam o Vira, a Cana Verde e o Malhão. Nos grupos folclóricos, o canto é maioritariamente praticado



Cutelaria

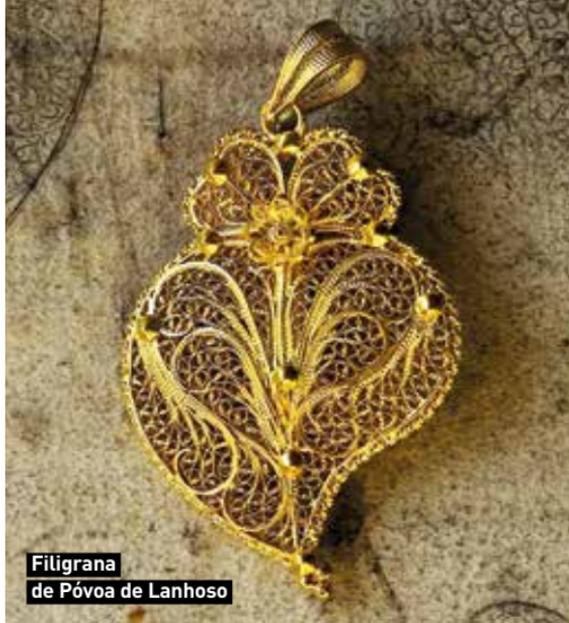


Cantarinha dos Namorados

por cantadeiras, cantoras amadoras cuja aprendizagem é feita maioritariamente por tradição oral. A música é marcada pelo ritmo do acordeão e das concertinas. Acompanha o som estridente do cavaquinho. As quadras falam de amor, de namoro, da realidade do trabalho nos campos. A variedade etno-folclórica exprime-se na opulência e diversidade dos trajes, na riqueza dos ouros e na vivacidade do folclore.

## INDÚSTRIA

**Guimarães** é rico na diversidade da produção industrial. Aqui estão localizadas diversas empresas com marcas de prestígio internacional, em setores como os têxteis-lar, as cutelarias, o calçado e o vestuário. Há mesmo a possibilidade de comprar diretamente produtos nas lojas de fábrica (*outlets*).



**Filigrana**  
**de Póvoa de Lanhoso**

## BORDADOS DE GUIMARÃES E CANTARINHA DOS NAMORADOS

O Bordado de **Guimarães** transformou-se ao longo dos tempos e revestiu-se de um

conjunto de características muito específicas que lhe garantem unicidade. As suas seis cores (vermelho, azul, bege, cinza, branco e preto), usadas isoladamente, a reprodução de motivos estilizados e o uso de vinte e um pontos tornam-no singular. A Cantarinha dos Namorados reproduz a forma de um cântaro de água, mas decorada com apontamentos em alto-relevo e polvilhados com pó de mica, cuja manufatura se mantém pelo menos desde o séc. XVI até aos dias de hoje. No séc. XIX, a “cantarinha” começou a ser valorizada pelas elites por representar a arte popular vimaranense e por se enquadrar no espírito bucólico vivido na época.



**Sala de Interpretação**  
**de Filigrana, Póvoa de Lanhoso**



**Bordados de Crivo**  
de S. Miguel da Carreira, Barcelos

## FILIGRANAS DE PÓVOA DE LANHOSO

A filigrana é a arte de produzir fios de ouro ou prata muito finos, torcidos e espalgados, aplicados manualmente num trabalho delicado. Na técnica de ourivesaria

ancestral predomina o trabalho artesanal praticado em oficinas de pequena escala, utilizando técnicas passadas de geração em geração. A produção da ourivesaria tradicional tem no **Minho** um território fértil e com uma história antiga. Na **Póvoa de**

**Lanhoso**, a técnica artesanal da filigrana tem unidades produtivas que prestigiam a arte e garantem a qualidade e autenticidade das produções.

## JUNCO DE FORJÃES, ESPOSENDE

O artesanato das esteiras é um dos patrimónios culturais de **Esposende**. Em Forjães, a arte da cestaria em junco atribui valor às tradições artesanais, que agora se tornam em acessórios de moda. No Centro Interpretativo do Junco está em exposição um tear centenário e artefactos ligados à arte ecológica e sustentável. Produto Certificado.



**Bordado**  
de Guimarães



Cobres Cunha,  
Barcelos

## ARTESANATO GENUÍNO

Sendo esta uma região da arte popular e do artesanato tradicional português, os mestres artesãos minhotos desenvolvem uma atividade artística na produção de bordados e rendas, filigranas, trajes e lenços, olaria e figurado e instrumentos musicais de cordas que representam a identidade, o imaginário e as tradições da região. A certificação garante a proveniência e a qualidade dos produtos tradicionais do **Minho** e assegura a autenticidade

## BARCELOS – CIDADE CRIATIVA DA UNESCO NA ÁREA DO ARTESANATO, COM 3 PRODUÇÕES CERTIFICADAS: OLARIA DE BARCELOS, FIGURADO DE BARCELOS E BORDADO DE CRIVO DE S. MIGUEL DA CARREIRA.

das suas características técnicas e estéticas. **Barcelos** é membro da Rede das Cidades Criativas da UNESCO.

## LOJAS COM HISTÓRIA

O comércio teve ao longo da História um papel muito relevante nas cidades do **Minho**, constituindo um dos elementos distintivos e diferenciadores entre cidades. O comércio tradicional continua a ter um lugar determinante na vida económica, social e cultural dos concelhos da região. Com a preservação e dinamização dos estabelecimentos, as Lojas com História geram atividade económica e ligam os elementos arquitetónicos e o património material.

# PRODUÇÕES ARTESANAIS TRADICIONAIS

O artesanato é emblemático do Minho, fazendo parte integrante do seu património. As produções tradicionais encontram-se registadas e protegidas como Indicações Geográficas, um garante de qualidade e autenticidade. Com características culturais

próprias, o artesanato é singularizado. A sua genuinidade para a consolidação das unidades produtivas e ofícios, e par



## BARRO

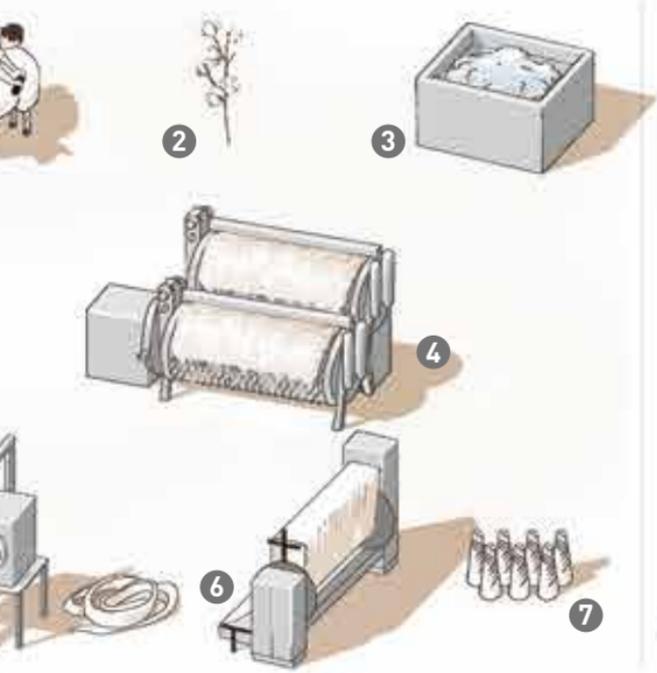
## TEXTIL



# IS

esinato do Minho diferencia-se  
e.  
idade é uma forma de contribuir  
dação e o desenvolvimento  
produtivas artesanais, das artes  
ra a afirmação da identidade

e cultura regional. Artesãos contemporâneos  
com excelente domínio técnico e estético  
dos materiais veem reconhecida qualidade  
das produções. Respeitam a sustentabilidade e os  
valores ao criarem produtos não estandardizados,  
feitos à mão, e associados a novos estilos de vida.



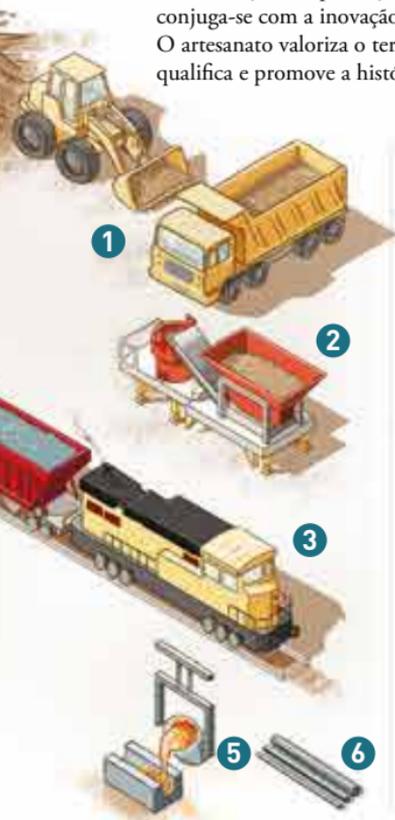
## METAL



# INSPIRADO NA REGIÃO

No Minho, a preservação dos saberes e a renovação das produções artesanais, conjuga-se com a inovação e a modernidade. O artesanato valoriza o território, qualifica e promove a história,

a cultura e o património. A região Noroeste das produções artesanais, a renovação geracional e a inovação do design



## MADEIRA

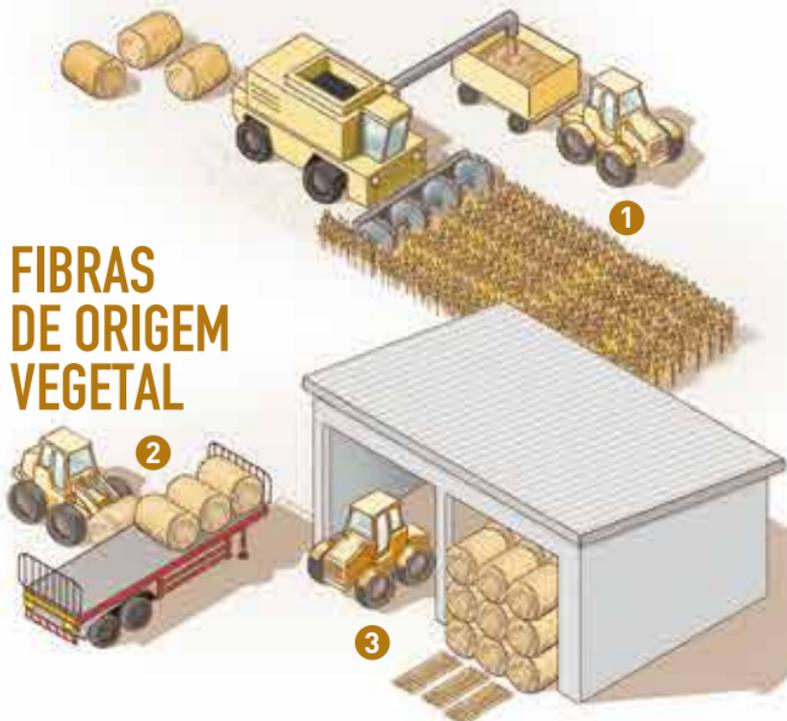


nio.  
país dinamiza e valoriza  
s tradicionais promovendo  
e a transmissão dos saberes.  
e a tradição do saber

fazer, criam uma coleção única de objetos  
originais e requintados.  
Novas obras surgem do cruzamento  
de uma cultura de design aberta à visão  
contemporânea.



## FIBRAS DE ORIGEM VEGETAL





**Museu de Olaria,  
Barcelos**

## MUSEU DE OLARIA, BARCELOS

Na Casa dos Mendanhas, em **Barcelos**, o Museu de Olaria possui um acervo com mais de 9000 peças fabricadas artesanalmente em barro. A exposição permanente 'A Olaria de Portugal' é composta de peças de louça utilitária destinada aos usos domésticos. De entre as várias figuras representativas do Figurado de **Barcelos**, o lendário Galo é um ícone turístico de Portugal que advém da lenda popular do peregrino salvo da forca, graças ao apóstolo Santiago e ao cantar de um galináceo.

## MUSEU DO LINHO E DO MUNDO RURAL, MARRANCOS

A visita a este espaço permite contemplar os diversos instrumentos de trabalho, as peças elaboradas em linho e a sua forte simbologia, remetendo para as diversas voltas que o linho dá, desde a sementeira até ao tear, constituindo um importantíssimo legado cultural, um testemunho da nossa identidade nacional e da memória coletiva que devemos preservar e valorizar.

## RESIDÊNCIAS LITERÁRIAS

O **Minho** serviu de refúgio a escritores no século XIX e XX, que na região se instalaram em edifícios recuperados para buscar



**Garrafeira Baco,  
Caminha**



**Museu do Linho e do Mundo Rural, Vila Verde**

inspiração e pausa para reflexão. As permanências permitiram-lhes o desenvolvimento de novos horizontes e sentidos.

Convertidas em casas-museu, as antigas habitações de autores literários revelam o modo como viveram e onde escreviam. Conserva-se o mobiliário, utensílios pessoais, bibliotecas e jardins.

## ROTA LITERÁRIA

Uma visita orientada à casa onde residiu e escreveu Camilo Castelo Branco (1825-1890) é a proposta da Rota Camilo. Em Seide – Vila Nova de Famalicão, a Casa de Camilo – Museu conserva parte da livraria, além de mobiliário e de objetos que pertenceram ao autor de ‘Maria Moisés’. O percurso referido nesta novela pode ser revisitado no Trilho da Congosta do Estevão, que estabelece uma

relação entre os textos e o património arquitetónico e paisagístico de Seide a Landim.

## CENTROS DE ARTE

A Arte Contemporânea ou Arte Pós-Moderna surge como tendência artística na segunda metade do século XX com a era tecnológica. No **Minho**, estilos, perspetivas, técnicas e linguagens artísticas contemporâneas estão reunidos em museus, encontros e bienal. Na região, a Rede Portuguesa de Arte Contemporânea reúne a Fundação Cupertino de Miranda Museu, com exposições e o Centro Português do Surrealismo,



## CENAS DE PALCO

A Rede de Teatros e Cineteatros Portugueses integra, no **Alto Minho**, o Centro Cultural de **Paredes de Coura**, o Cine Teatro João Verde, o Teatro Diogo Bernardes e o Teatro Sá de Miranda. No Ave, os equipamentos Casa das Artes de **Vila Nova de Famalicão**, Centro Cultural Vila Flor e Teatro-Cinema de **Fafe**. No Cávado, reúne os espaços gnration, Theatro Circo e Theatro Gil Vicente.



**Centro Cultural Vila Flor**



e o Centro Internacional das Artes José de Guimarães, com as suas coleções.

### ROTEIRO DAS ARTES, VILA NOVA DE CERVEIRA

Terra da Bienal de Artes mais antiga da Península Ibérica, **V. N. Cerveira** é conhecida como a ‘Vila das Artes’. Entre os espaços destinados a exposições/instalações, destacam-se o Fórum Cultural, o ex-edifício dos Bombeiros e o Convento de São Paio – Casa Museu de José Rodrigues. O Museu Bienal de Cerveira apresenta um acervo de cerca de 700 obras de arte contemporânea nacional e internacional, representativo da evolução das artes plásticas nos últimos 40 anos.

### BIENAL INTERNACIONAL DAS ARTES, VILA NOVA DE CERVEIRA

Após mais de quatro décadas de existência, a B.I.A.C. conta com notoriedade nacional e internacional. Cultivando e estimulando a criatividade da região, tem vindo a atrair o público e a alargar a sua

incidência geográfica ao promover exposições de arte contemporânea em espaços culturais localizados noutros concelhos do Vale do Minho e da Galiza. O encontro, interação, divulgação de ideias e de projeção de artistas plásticos e visuais é organizado pela Fundação Bienal de Arte de **Cerveira**.



**MINHO. UMA REGIÃO PARA VISITAR 2-3**

Um Anfiteatro Natural	4
Geografia	4
Influência Atlântica	4
Acessos	4
Lendário Passado	6
Recontro de Valdevez, Arcos de Valdevez	6
Parque Nacional da Peneda-Gerês	6
Fortificações Medievais	7
Estádias Memoráveis	7

**01. PATRIMÓNIO CULTURAL 8-9****Desdobrável**

- Origens da Nacionalidade – Via Romana
- Santuário do Bom Jesus do Monte
- Fortificações
- Centro Histórico de Guimarães

Santuário do Sameiro, em Braga	10
Sé de Viana do Castelo	10
Palácio da Brejoeira, Monção	10
Caminhos de Peregrinação	10
S. Bento da Porta Aberta, Terras de Bouro	11
Passagens sobre o Rio Cávado	11

Santuário de S. Bento das Pêras, Vizela	11
Passagens entre Margens	12
Castelo de Guimarães	12
Ponte Românica de Vilar de Mouros, Caminha	13
Praça-Forte de Valença	13
Caminho da Geira e Arrieiros, Terras de Bouro	14
Abadias Medievais	14
Lanternas do Litoral	14
Senhora da Graça, Mondim de Basto	15
Farol de Montedor, Viana do Castelo	15
Elevador de Santa Luzia, Viana do Castelo	15

**02. TURISMO ATIVO 16-17**

Subir à Serra	18
Natureza da Devoção	18
Brisa nas Pistas	18
Paisagens Protegidas	19
Ecopista do Tâmega, Cabeceiras de Basto	19
Ecopista do Rio Minho	19
À Beira Mar e Rio	20
Praia Fluvial de Verim, Póvoa de Lanhoso	20
Praia Fluvial do Faial, Vila de Prado	21
Praia do Moledo, Caminha	21

Aventura Na Água	21
Estações Náuticas	22
Albufeiras	22
Cursos de Água	23
Fisgas de Ermelo, Mondim de Basto	23
Parque da Devesa, Vila Nova de Famalicão	23
Águas Minero Terapêuticas	24
Termas de Caldelas, Amares	24
Traçados Rigorosos e Agradáveis	24
Traçados Atrativos	24
Paixão pelo futebol	25
Estádio Municipal, Braga	25
Centro de Estágios de Melgaço	25

**03. ALDEIAS DO MINHO 26-27****Desdobrável**

• A Identidade de um Povo – Casa Típica	
• Sisteló	
• Branda da Avelreira, Melgaço	
• Eira Comunitária de Porreiras	
• Soajo, Arcos de Valdevez	
Castro Laboreiro, Melgaço	28
Aldeia de Bico, Paredes de Coura	29



Aldeias de Agra e Espinho, Vieira do Minho	29	Festas da Cidade e Gualterianas	42
Uz, Cabeceiras de Basto	29	São João de Braga	42
Aldeias do Minho	30	Romaria de Nossa Senhora d'Agonia	42
O Espigueiro	30	Romaria de S. João D` Arga	43
Aldeia da Montaria, Viana do Castelo	31	Traje à Vianesa	43
Lindoso, Ponte da Barca	31	Noite de Romeiros	43
<b>04. GASTRONOMIA E VINHOS 32-33</b>		Danças e Cantares	43
O Vinho Verde – Único no Mundo	34	Indústria	44
Caldo Verde	34	Bordados de Guimarães e Cantarinha dos Namorados	44
Bacalhau à São Teotónio	35	Filigranas de Póvoa de Lanhoso	45
Carne de Origem	35	Junco de Forjães, Esposende	45
Laranja de Amares	35	<b>Desdobrável</b>	
Cordeiro à Moda de Monção	36	• Artesanato Genuíno	
“Caurdo” de Vila Verde	36	• Lojas com História	
Fumeiro de Melgaço	36	• Produções Artesanais Tradicionais	
Milhos Ricos de Mondim de Basto	36	• Museu de Olaria, Barcelos	
Vitela Assada à Moda de Fafe	37	• Museu do Linho e do Mundo Rural, Marrancos	
Bolinhol de Vizela	37	• Residências Literárias	
<b>05. CULTURA E ARTESANATO 38-39</b>		Rota Literária	46
Museus do Minho	40	Centros de Arte	46
Festas Antoninas	41	Roteiro das Artes, Vila Nova de Cerveira	47
Feiras Francas, Fafe	41	Bienal Internacional das Artes, Vila Nova de Cerveira	47
		<b>CONTACTOS GERAIS 50</b>	

## FICHA TÉCNICA

### Título

MINHO ACIMA DE TUDO  
Guia de experiências no Minho  
Alto Minho, Cávado e Ave

**Projeto gráfico e conteúdos**  
Anyforms Design

### Edição

[2024] Consórcio Minho IN  
Todos os direitos reservados  
Distribuição gratuita

### Depósito legal

**ISBN:**  
978-989-35188-0-9

**Impressão**  
Impresso em papel  
com certificação FSC

**www.minhoin.com**  
facebook.com/amarominho  
instagram.com/amarominho/  
Youtube.com/amarominho

cim-altominho.pt  
cim-ave.pt  
cimcavado.pt

### Cofinanciamento

**NORTE2020**  
PROGRAMA OPERACIONAL REGIONAL DO NORTE



FINANCIAMENTO  
EUROPEO  
Fundo Operacional  
Regional do Norte 2020-2024

## CONTATOS GERAIS

### **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





# NOTAS





# NOTAS

Handwriting practice area with 20 horizontal dotted lines.

