

DOURO

GUIA TURÍSTICO DA
NATUREZA

PAISAGEM - GEOLOGIA - FAUNA - FLORA - TURISMO

“Vê-se primeiro um mar de pedras...”

Miguel Torga



Maravilhe-se com o Douro

Habitados que estamos a partilhar o que de melhor temos, apresentamos agora o Guia da Natureza para que, quem nos visita, possa melhor fruir a beleza desta nossa região a que Miguel Torga atribuiu os qualificativos de “poema geológico, beleza absoluta”, quando descreve o Vale do “Doiro sublimado” (Diário XII).

O Turismo da Natureza é um dos três produtos estratégicos que nos incumbe valorizar e promover, enquanto Entidade Regional de Turismo. A riqueza que referimos está bem patente neste Guia e confirma a bondade das candidaturas do vale do Douro a Maravilha Natural de Portugal em que foi finalista e a “New 7 Wonders of the Nature”, onde integrou o grupo das 77 mais belas paisagens a nível mundial.

E se assim é na descoberta recente que o mundo vai fazendo deste vale do Douro e dos rios que a ele afluem, o mesmo acontece com outras insígnias que lhe têm sido, aliás, justamente, atribuídas: a mais antiga Região Demarcada e Regulamentada do Mundo; Património da Humanidade, nas Gravuras do Vale do Côa e no Alto Douro Vinhateiro, na zona histórica da cidade do Porto, constituindo com Guimarães e mais sete sítios da vizinha Castilla-Lyon a Rota de Patrimónios da Humanidade da Bacia do Douro; destino turístico de excelência - o 1º a nível mundial, na classificação do Centro de Destinos de Excelência (OMT) e 7º destino turístico sustentável, num conjunto de 133, neste momento, a ser objeto de um trabalho dirigido pela National Geographic Society com vista a integrar os sítios de Geoturismo.

O Douro é, como facilmente se constata, uma marca, económica, social e cultural, com notoriedade crescente, graças, antes de mais, à sua especificidade, mas também à interação harmoniosa que, através dos tempos, o Homem conseguiu estabelecer com a Natureza. A beleza da paisagem, natural ou humanizada, o silêncio, a segurança e bem-estar que invade quem visita a região, a qualidade dos seus produtos, a sua história, refletida no património, testemunho eloquente das civilizações que aqui se cruzaram, são motivos bastantes para uma, para muitas visitas.

Neste Guia da Natureza expressam-se as relevâncias geológicas, botânicas e da fauna, assim como o elevado valor dos seus parques naturais, miradouros, sabores ancestrais, corredores ecológicos, ecossistemas e, ainda, os lugares “imperdíveis” que o Vale do Douro oferece. Depois, a intensa luminosidade e o som do silêncio.

Venham ver e maravilhem-se com ele!

António Martinho
Presidente da Turismo do Douro

Índice

Informações Úteis

Página 4

Caracterização do Douro

Página 6

TOP TEN

Página 16

Marão - Alvão

Página 18

Vale do Tua

Página 44

Margem Sul

Página 66

Terras da Nave e Leomil

Página 90

Arribas e Arqueologia

Página 112

Pilares da Terra

Página 142

Miradouros

Página 158

Logística Fluvial

Página 160

Ficha Técnica

Página 162

Informações Úteis

Uso do Guia

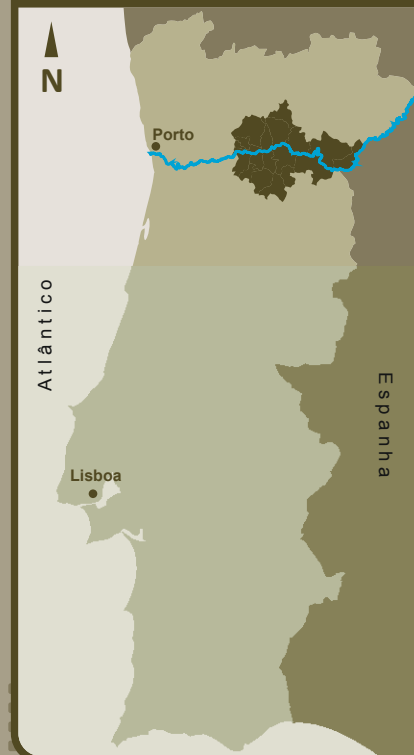
O Guia da Natureza oferece ao Turista a possibilidade de visitar locais com oferta turística de natureza relevante, com conhecimento prévio do que poderá encontrar!

Serão indicados ao longo do guia, as várias tipologias de observação, os locais de início de observação, com indicação das coordenadas GPS e parte das espécies observáveis. Pretende ser uma ferramenta de usufruto de parte deste abundante território natural integrado no Polo Turístico do Douro.

Para além dos vários locais de observação serão apresentadas caracterizações genéricas do território, sua organização, oferta e contexto natural, percursos e trilhos e empresas de animação que operam neste segmento no território Douro.

Legenda Municípios

1. Mesão Frio
2. Peso da Régua
3. Santa Marta de Penaguião
4. Vila Real
5. Sabrosa
6. Alijó
7. Murça
8. Carrazeda de Ansiães
9. Torre de Moncorvo
10. Freixo de Espada-à-Cinta
11. Vila Nova de Foz Côa
12. São João da Pesqueira
13. Penedono
14. Sernancelhe
15. Moimenta da Beira
16. Tabuaço
17. Armamar
18. Tarouca
19. Lamego



Equipamento recomendado

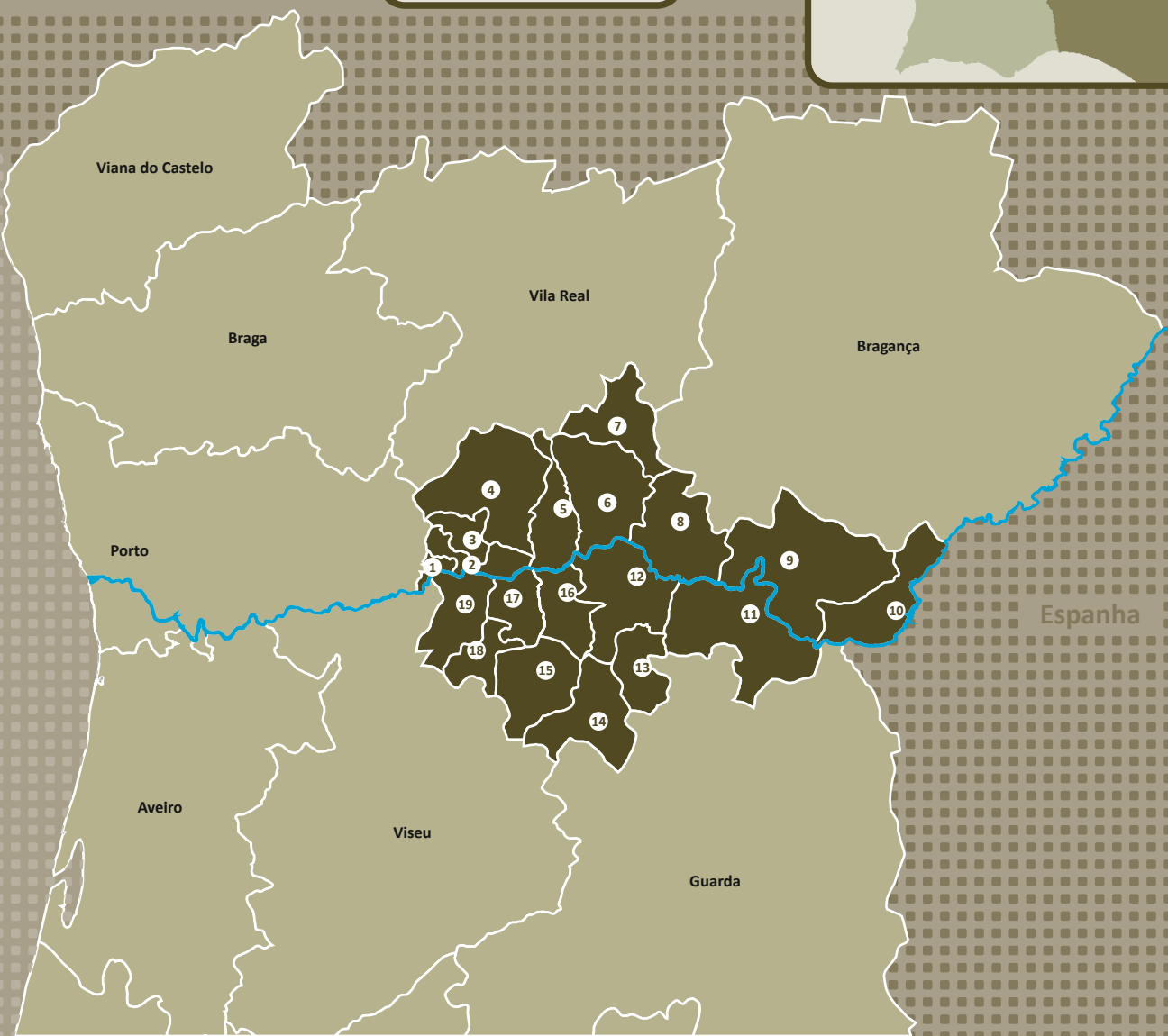
Vestuário prático e discreto
 Calçado adequado ao campo ou à montanha
 Binóculos
 Água

No inverno: Roupa Quente e Impermeável

No verão: Chapéu e Protetor Solar

Normas de Conduta

1. Respeitar os modos de vida e as tradições locais.
2. Respeitar a propriedade privada.
3. Não fazer barulho e não perturbar a paz dos locais.
4. Manter a distância aconselhada às várias espécies.
5. Não apanhar plantas, não capturar animais e não recolher amostras geológicas. A fotografia é a única recolha autorizada!
6. Respeitar a sinalização.
7. Os percursos pedestres deverão ser utilizados por pequenos grupos de cada vez.
8. Não fazer lume.
9. Cada pessoa é responsável pelo lixo que produz, devendo assim transportar consigo uma bolsa para os desperdícios.
10. Contactar as autoridades sempre que detetar alguma irregularidade.





Caracterização do Douro

Douro Maravilha da Natureza

“Na Cidade (como notou Jacinto) nunca se olham, nem lembram os astros - por causa dos candeeiros a gás ou dos globos de electricidade que os ofuscam. Por isso (como eu notei) nunca se entra nessa comunhão com o Universo que é a única consolação da Vida. Mas na serra, sem prédios disformes de seis andares, sem a fumaça que tapa Deus, sem os cuidados que, como pedaços de chumbo, puxam a alma para o pó rasteiro - um Jacinto, um Zé Fernandes, livres, bem jantados (...) olham para os astros e os astros olham para eles”

Eça de Queirós in “A Cidade e As Serras”
(cena passada no Vale do Douro)

O Douro é uma grande marca, económica, turística e cultural, no País e no Mundo, ostentando uma justa visibilidade e notoriedade, graças aos seus produtos emblemáticos e aos seus recursos primários, assentes na paisagem, na natureza, nos vinhos, no rio e seus afluentes, na sua história e patrimónios da Humanidade de que é fiel depositário e, na segurança, no bem-estar e na tranquilidade que propicia.

Geograficamente, situa-se no norte interior de Portugal, integrando um conjunto de 19 municípios (NUT III-Douro), que se dispõem nas duas margens do sulco fluvial, como se ocupassem, quase simetricamente, as duas páginas de um gigantesco livro geológico, onde se inscreveram epopeias naturais, nas longas idades da terra, há mais de 500 milhões de anos, quando a plataforma continental marinha, então situada no Polo Sul (Antártida), estava associada ao macro continente Gondwana.

Geologia do Vale do Douro

O Vale do Douro apresenta uma paisagem magnífica e única, antes de mais devido à atividade geológica.

Os grandes acontecimentos geológicos e humanos estão impressos na paisagem atual, que continua, desde sempre, em plena evolução. Usamos a escala geológica (a terra formou-se há 13.700 milhões de anos), cujas unidades são o milhão de anos, e a escala humana (últimos 200.000 anos) que é expressa em anos. Um olhar cuidadoso permite aos turistas decifrar como a natureza foi no passado, é no presente e irá ser no futuro.

Esta paisagem, de encher o olho, foi esculpida, principalmente pela, erosão fluvial, isto é realizada por rios e ribeiros, em rochas metamórficas (xistos e quartzitos), em rochas ígneas ou magmáticas (granitos) e em rochas sedimentares (areias, arenitos e conglomerados - cascalheiras), assim como em filões de quartzo, de aplito e de pegmatito. Os quartzitos e os filões de quartzo resistem melhor à erosão do que os granitos e estes mais do que os xistos. E mesmo entre os xistos os com grau de metamorfismo elevado e os siliciosos, resistem mais que os xistos com grau de metamorfismo baixo ou médio. Por este facto originam-se, por

erosão do que os granitos e estes mais do que os xistos. E mesmo entre os xistos os com grau de metamorfismo elevado e os siliciosos, resistem mais que os xistos com grau de metamorfismo baixo ou médio. Por este facto originam-se, por erosão diferencial, relevos de dureza, geralmente em quartzitos e em granitos. Este facto é evidente em Mesão Frio (quartzitos), em São Salvador do Mundo e em Arnozelo (granitos) e na Foz do Tua (xistos siliciosos).

A atividade tectónica esteve na origem da formação dos diferentes tipos de rochas ao impor a sedimentação das rochas (argilas, siltes, e grauvaques), que originaram o *Complexo Xisto-Grauváquico*, atualmente designado *Super Grupo do Douro-Beiras*, entre aproximadamente 610 e 510 milhões de anos. A fusão destas rochas originou magmas riolíticos, no interior da cadeia montanhosa Varisca ou Hercínica entretanto formada, que, ao perderem temperatura, cristalizaram e deram origem a maciços graníticos, entre aproximadamente 350 a 280 milhões de anos. A colisão entre massas continentais deu origem à orientação este-oeste a noroeste-sudeste das grandes estruturas regionais, que se dispõem em sinforma, como é o caso dos xistos do Grupo do Douro e das massas graníticas do antiforma Vila Real-Carviçais a norte e do antiforma Lamego-Escalhão a sul.

A erosão dessa cadeia montanhosa, parecida com os Himalaias atuais, impôs-se quando cessou a colisão continental e, por consequência, o seu levantamento. Este episódio erosivo foi antecedido por formação de grandes falhas profundas que apresentam atualmente direções NNE-SSW, NE-SE e NW-SE a N-S. Estas falhas compartimentam a região, como é o caso das zonas de falha Penacova-Régua-Verín, Manteigas-Vilariça-Bragança, Mirandela e Souto da Velha no rio Sabor, que



são falhas ativas, associadas a sismicidade histórica e instrumental e a nascentes de águas minerais quentes e frias.

A atividade tectónica no Cenozoico, últimos 65 milhões de anos, principalmente no Neogénico (23 a 1,6 milhões de anos) e no Quaternário (últimos 1,6 milhões de anos), reativou as falhas tardi-hercínicas, produzindo relevos de origem tectónica, que deformaram as superfícies de erosão e os depósitos sedimentares. Estes sedimentos apresentam idades entre 25 milhões de anos e a atualidade, são constituídos por arcoses, conglomerados e areias, e estão localizados nas proximidades de rós e de vertentes. A atividade tectónica nas falhas referidas originaram depressões tectónicas do tipo pull-apart (Chaves, Telões, Vila Real, Vilariça) e outras de origem mais complexa (Mirandela), e serras tipo push-up (Alvão, Bornes). Nestas depressões ocorrem os solos mais férteis e produtivos de Trás-os-Montes.

Também é possível observar terraços fluviais e depósitos de cheia na Régua e no Pocinho, que revelam o encaixe da rede fluvial no Quaternário, últimos 1,6 milhões de anos, a altitudes até aos 100m acima do leito atual das linhas de água.

A Lenda

“Eu sou o Douro, o Rio que todas as águas bebo!”

Tudo o que no Mundo é grande, começa em lenda. E o Douro, fadado pelas divindades da criação, teve e tem uma origem, uma missão e um destino. E é de facto lendário!

Dizia-se que a curiosidade lhe acentuou a vontade de ver o mar distante, pois, ainda infante, perguntava às nuvens cansadas da serra de Urbion, donde vinham e como era esse lugar misterioso e nessa busca tornou-se caminheiro. Mas dado à preguiça, ora adormecia, ora vagueava pelas planícies de Castela, enquanto os seus irmãos (Tejo e Guadiana) já entravam em Portugal. Aflora-lhe então o mau feito e a vontade de chegar primeiro. A fúria evidencia o seu carácter tempestuoso abrindo o seu caminho por entre as montanhas que, antes da fronteira, lhe barravam o caminho. Lança-se então como um louco, em precipícios, em cachões e em quedas vertiginosas, descrevendo um itinerário épico na rocha dura, afirmando-se como verdadeiro rio de montanha, como tão bem descreveu Guerra Junqueiro:

*“Fez-se moço e grande pelas serras brutas
Onde as águias pairam, onde o roble medra,
E onde os fragaredos bárbaros, como grutas,
Se encastelam crespos, infernais, em lutas,
Tal como tormentas de trovões de pedra”*

São 122km de tormentos e de epopeia geológica, desde Miranda até Barca D'Alva, antes de encontrar os xistos onde o leito se abre em busca do deslumbramento. Daí até à foz, o Barão de Forrester, no seu Mapa do Rio Douro, identificara ainda “210 pontos difíceis e saltos do rio...”, que o tornavam imprevisível. Um “rio de mau navegar”, ao qual os homens se adaptaram, bastando para isso um barco ágil, destemido e fugidio. Juntos escreveriam uma história de gigantes.

Um Construtor de Paisagens

Qual construtor primitivo, o Douro é responsável por ter feito um território, por ter organizado a paisagem e a sua bacia hidrográfica, por ter funcionado como importante via de comunicações, de transporte de pessoas e bens, apesar do seu temperamento inconstante, expresso nos redemoinhos e gargantas, que o que ainda resta das suas escarpas bem evidenciam. Cooperando com as montanhas ainda lhe sobrou tempo para fazer um clima. Depois acolheu os primeiros homens construtores e a sua “Arte da Luz” e preservou, ainda, o cenário dos mais antigos “outdoors” da Humanidade, com que se “assombrou o Mundo”!

Quanto aos seus afluentes, nascidos nas montanhas que fazem a sua fortificação natural, correm em vales que, à sua escala, parecem o Douro, como se estivessem reféns do mesmo código genético, na sua obstinação e nos seus cachões e precipícios. Perfilam-se assim o Sabor, o Tua, o Pinhão, o Corgo e o Teixeira, na margem norte e o Águeda, o Aguiar, o Côa, o Teja, o Torto, o Távora, o Tedo e o Varosa na margem sul. Depois sucedem-se ribeiras, riachos e albufeiras de montanha. Em todos eles pulsa o grande coração da vida duriense. E como afirma Pires Cabral: “(...) nós somos esse rio, feito de mil rios e riachos, e essa montanha, feita de mil serras e colinas. Basta ter olhos para ver. O rio: a água rumorosa e frágil. A montanha: a pedra estável e grave”.



Caracterização Genérica da Vegetação do Vale do Douro

O Vale do Douro situa-se numa área fitogeográfica meso-mediterrânica, pois, apesar de estar na região norte do país, onde predomina a influência climática da atlanticidade e nalguns espaços da continentalidade, por norma, este Vale beneficia da sua geografia encaixada na bacia do rio Douro, que muito o protege e beneficia, nomeadamente nas cotas entre os 120 e os 650 metros de altitude.

Rodeado de montanhas transmontanas e beirãs que lhe proporcionam abrigo, sulcado por uma rede de rios de forte identidade e organizado em surpreendentes anfiteatros orográficos, todo este conjunto de situações vão explicar a mediterraneidade desta região, com invernos tradicionalmente amenos e um período estival muito quente e seco, condicionante da vegetação e da sua vocação agrária.

Quanto à vegetação autóctone, é patente o domínio da flora, também de feição mediterrânica, onde predominam as quercineas perenifólias como o Sobreiro, *Quercus suber* L. e a Azinheira, *Quercus rotundifolia* Lam., conhecida na região como “Carrasco”.

Apesar de tudo, ainda se nota nas “Unidades de Território” mais ocidentais e naturalmente mais abertas à influência da atlanticidade do complexo montanhoso, alguma presença de uma quercinea caducifólia que é o Carvalho-robusto, *Quercus robur* L., de outra quercinea semi-caucifólia e algo mais raro que é o Carvalho-cerquinho, *Quercus faginea* Lam., com assinalável e razoável presença em alguns mortórios dispersos ao longo da região até ao Cachão da Valeira.

Às espécies destes habitats juntam-se os Medronheiros ou Êrvedos, *Arbustus unedo* L. de folhados, *Viburnum tinus* L., de Lentiscos-bastardos, *Phillyrea angustifolia* L., de Troviscos, *Daphne gnidium* L., de Piornos, *Retama sphaerocarpa* (L) Boiss., de Jasmineiros bravos, *Jasminum fruticans* L., de belas e perfumadas Madressilvas, *Lonicera periclymenum* L. e de outros arbustos de feição tipicamente mediterrânica. Na mesma zona territorial, também se visiona a presença de algum Pinhal bravo, *Pinus pinaster* Aiton, nas faixas de maior altitude, sintoma de alguma atlanticidade proveniente do oeste e das terras altas. A par destas árvores, que nos solos delgados de xisto desta região apresentam de modo geral pequenos ou médios portes, surge outra pequena árvore resinosa, muito característica, que é o Zimbro da meseta, *Juniperus oxycedrus* L., acantonada principalmente nas arribas do Douro Internacional e nos vales do Sabor, Tua, Águeda, Côa e Torto, começando a rrear a partir do vale do rio Pinhão para oeste da região.

Outra pequena árvore, que é quase uma raridade e também de grande beleza na paisagem, é a Zêlha, *Acer monspeliensis* L., com expressão na “Unidade de Território” Arribas e Património, tal como o Zimbro que se evidencia, naquele que se considera o miradouro com a vegetação natural melhor conservada em todo o Vale do Douro, S. Salvador do Mundo em S. João da Pesqueira.

Para além da flora arbustiva já enunciada, há a acrescentar outras, igualmente carismáticas, por evidenciarem uma forte identidade mediterrânica, tais como a Esteva, *Cistus ladanifer* L., o Estêvão, *Cistus populifolius* L., o Sanganho, *Cistus salvifolius* L., a Rosêlha, *Cistus albidus* L., o Rosmaninho, *Lavandula pedunculata* (Miller) Cav., a Bela-luz, *Thymus mastichina* L., o Espargo bravo, *Asparagus acutifolius* L., havendo muitas outras, nomeadamente espécies aromáticas, condimentares, medicinais e bravias comestíveis, como é timbre da flora

mediterrânea, conferindo biodiversidade à paisagem vegetal e constituindo um valioso recurso para o futuro.

Não se poderá deixar de referir ainda a presença na flora duriense de alguns endemismos, espécies exclusivas da região, tais como, a Brassicácea ou Crucífera, *Isatis platiloba* Link., a *Fabácea Ononis pedroi Crespi*, estas duas nos leitos de cheia do Douro Internacional e o mais conhecido Falso-trevo-de-quatro-folhas, *Marsilea quadrifolia* L., pequena mas raríssima espécie vegetal da família dos fetos, refugiada em reduzidos leitos de cheia, nomeadamente na confluência do rio Corgo com o Douro no Peso da Régua.

Também é visível, nos leitos de cheia nesta zona, um arbusto que se confunde com o Salgueiro mas de ramagem espinhosa e bem mais raro como espécie vegetal, que é o Tamujo, *Securinega tinctoria* L.

Há ainda a referir dois interessantes arbustos da mesma família botânica das Anacardiáceas, que são a Cornalheira, *Pistacia terebinthus* L. e o Sumagre, *Rhus coriaria* L. que, curiosamente e um pouco à exceção da maioria dos arbustos mediterrânicos, são de folhagem caduca o que lhes confere uma beleza única, no exuberante policromado da paisagem outonal duriense.

Outro detalhe interessante é que a Cornalheira, assim denominada pela presença na sua ramagem de umas galhas em forma de cornipos, é aparentada com os conhecidos e comestíveis pistachos, bem como o Sumagre, rico em taninos na sua ramagem e que teve uma assinalável importância económica na economia rural duriense nos séculos XVI e XVII, destinando-se à exportação para a indústria de curtimento de peles. Abandonada esta cultura e largamente substituída pela ocupação vinhateira, a espécie mantém-se, contudo, bem visível na paisagem, sobretudo nos taludes e bordaduras soalheiras das estradas e dos caminhos antigos da região.

Plantas Bravias Comestíveis

O Vale do Douro, na sua complexidade de montanhas e rios, alberga uma significativa lista de plantas bravias, hoje recuperadas da tradição popular e que, incorporadas na alimentação moderna, reforçam a nossa identidade e são muito benéficas para a saúde:

Acelga brava - é um dos legumes mais completos e muito usado no Douro Superior, proporcionando deliciosos pratos.

Agrião - vulgar em regatos, poços e outros locais aquáticos e utiliza-se em sopas, saladas e xaropes.

Aliária - tem flores brancas e cheiro a alho e as flores e folhas usam-se em saladas, com manteiga para barrar sandes e é medicinal.

Azedas ou vinagreiras - surge em muros e locais frescos, é utilizada em saladas e sopas e tem reconhecido valor na medicina popular.

Bardana - as raízes novas são comestíveis e é também usada na medicina popular.

Beldroega - erva infestante semi-carnuda, de ciclo anual e muito comum em campos, hortas e regadios. Utiliza-se em saladas e em sopas.

Borragem - erva anual e vistosa com flores azuis e utilizada em omeletas e saladas.

Brêdo ou Beldro-manso - utiliza-se em sopas e surge espontaneamente em hortas e campos.

Buxigas ou Pútegas - surgem nas raízes de certos arbustos (sargaços e estevas),

sem clorofila e com frutos em forma de bagas com várias sementinhas. São plantas curtas, carnudas, surgindo rés-terra e cheias de substância gelatinosa comestível.

Cardo de Santa Maria - surge em quintais, caminhos e entulhos. Usa-se em saladas, cozidos (partes), na ervanária e no fabrico de queijos tradicionais.

Cercefi-bastardo - surge em solos húmidos, prados e bermas dos caminhos, usa-se em saladas e na ervanária.

Chicória-brava ou Almeirão - erva de folhagem verde e flores azuladas, utilizada em sopas, saladas e cozinhados.

Espargo bravo - espontâneo em largas manchas do Douro Vinhateiro e no vale dos rios e ribeiros bem como nos mortórios. É uma delícia da culinária duriense utilizado em sopa, em omeletas, em açordas e outras receitas.

Fiôlho ou Funcho - associado à beira de caminhos e hortas, tem aroma intenso a anis. O cultivado tem a base das folhas comestíveis e com uso medicinal.

Labrêsto de flores amarelas - é anual e infestante em prados, vinhas, pomares, solos ácidos e hortas. As folhas são comestíveis e familiares às das couves e nabiças.

Leituga branca - é vivaz, vulgar nas bermas dos caminhos, nos campos e vinhas e com rebentos da parte basal comestíveis, quando novos e tenros, utilizados em saladas e cozinhados.

Morugem-de-água - existente nas linhas de água de montanha e em zonas menos turbulentas, muito refrescantes e usadas em saladas.

Norça branca ou Erva-cobra - espécie de trepadeira herbácea que, apesar de dar pequenas bagas venenosas, os seus rebentos primaveris são comestíveis, utilizados em esparregados.

Primaveras ou Prímulas - as folhas jovens são comidas com açúcar e aromatizam a cerveja e saladas.

Rabaças ou Aipos silvestres - surge próximo dos agriões em regatos e poços de água, é utilizado em saladas.

Reinol - tem flores miúdas e brancas e folhas muito finas e recortadas, associada a lugares secos, com um pequeno bolbo que descascado, fica branco e comestível.

Tengarrinhas, Tigarras ou Cardos brancos - semelhante à leituga, consome-se ainda tenra.

Urtigas - rica em sais minerais e muito nutritivas, sobretudo os rebentos novos, utilizam-se em sopas.

Valerianela - surge em terrenos incultos no começo do inverno, usada em ervanária e as folhas são usadas em salada.

Plantas Bravias de Frutos comestíveis

Abrunheiro-bravo - é um estimulante das funções digestivas e funciona como porta-enxertos para outras espécies. Utiliza-se em licores e surge em sebes e matos.

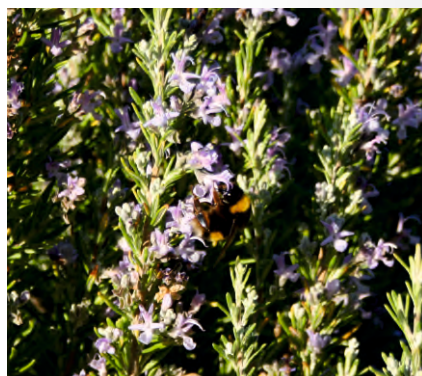
Aveleira-brava - produz frutos e é muito utilizada para fins medicinais e surge preferencialmente em bosques e galerias de linhas de água.

Cerejeira-brava - tem imensas aplicações medicinais e os frutos são bons para as artrites, melhora o funcionamento dos rins, acelera a circulação e alivia dores reumáticas. Também se usam no fabrico de sidras, licores, doces e pastelaria.

Framboeseira - rica em propriedades bio-químicas, medicinais e uso doméstico, em geleias, compotas e xaropes.

Groselheira-espim - tem propriedades medicinais, os frutos são comestíveis e tem uma função ornamental.

Marmeleiro bravo - usado em marmeladas, geleias, xaropes, licores e pratos salgados. Surge em sebes e linhas de água.



Medronheiro - utiliza-se na elaboração de chás, doces, aguardentes e compotas e tem uso alargado na medicina. Surge em encostas soalheiras e margens de bosques.

Mirtilo - tem importantes elementos bioquímicos com boa utilização medicinal. Estes frutos comestíveis usam-se na doçaria e em excelentes compotas, além de vinhos e licores. Encontra-se a altitudes superiores a 900 metros, no sub-coberto de carvalhais e em turfeiras.

Morangueiro-silvestre - rico em componentes bioquímicos, é utilizado em queimaduras e escoriações. As folhas e raízes fervidas são adstringentes e anti-inflamatórias. É comestível, usado na pastelaria e doces.

Mostajeiro-branco - árvore ornamental cujos frutos se utilizam como aditivos em bolos e pão e ainda em geleias e compotas.

Pereira-brava - funciona como porta-enxerto para pereiras cultivadas e permite melhoramentos genéticos.

Pirliteiro - tem importantes componentes bioquímicos, propriedades medicinais e uso alimentar em licores e compotas.

Sabugueiro - espalhado pela região e cultivado de forma mais intensa na zona Lamego/Tarouca, onde se configura como um produto de exportação. É utilizado em chás e na alimentação (sopas, molhos e pastelaria) e era usado para tirar as manchas da cara das mulheres grávidas.

Silva - importantes propriedades medicinais e frutos comestíveis, compotas e doçarias. Presente em sebes, bordaduras e clareiras.

Sorveira - usa-se em licores e como árvore ornamental.

Tramazeira - utilizam-se as folhas secas e frutos cozidos ou secos, tem larga aplicação medicinal e decorativa.

Plantas Condimentares

São muitas as espécies vegetais usadas como condimentos e esses usos estão correlacionados com as culturas ancestrais e com a instintiva tradição de acentuar a palatabilidade dos alimentos, a sua riqueza em sais e vitaminas, o seu poder de conservação e ainda como elementos tonificantes e até mesmo afrodisíacos.

A sua manutenção está associada à preservação da biodiversidade de matagais, carrascais e zimbreiras.

Destacam-se:

Os **Zimbros**, associados ao marinar de carnes e aos vinha-de-alhos.

Os **Tomilhos**, os **Rosmaninhos** e os **Alecrins**.

A **Bela-cruz**, os **Orégãos**, o **Serpão**, o **Pôejo** e a **Hortelã**.

Há uma outra variedade de mentas que é também das beiradas das ribeiras e regatos, que é a **Preslia cervina** ou **Erva-peixeira** e muito utilizada na bacia do Sabor, do Côa e do Douro Internacional, como condimento dos deliciosos peixinhos do rio, que é logo incorporada nos peixes, ainda no cabaz do pescador.

Na nossa culinária usam-se ainda o **Funcho**, os **Alhos bravos**, as **Segurelhas**, o **Tomilho**, o **Estragão**, o **Mangericão**, a **Salsa** e o **Coentro**.

Existem ainda muitas outras plantas não cultivadas de interesse e utilidade nas áreas medicinais, cosméticas, ornamental e condimentar. E mesmo as daninhas e venenosas têm importância nos ecossistemas e valor químico e farmacêutico.



Segredos Guardados

Pretende-se através desta classificação levar ao conhecimento dos turistas os contextos mais marcantes da sua imensa beleza natural.

Sendo lugares e experiências especiais, identificam o irrepetível e a mais evidente linhagem da oferta do Douro. O que é incontornável e o que marca para sempre a sua viagem aos assombrosos cenários da mediterraneidade.

Maravilhe-se com eles e... guarde segredo!



Albufeira de Vilar

Um Santuário Interior!



A linha do Douro

Deslizar sobre as águas!



Circuito Turístico em Barco Rabelo

Ao sabor do Silêncio!



Museu do Côa

A Arte da Luz no Douro Superior!



Parque Natural do Alvão

A insustentável leveza...



Parque Natural do Douro Internacional

Paisagens fortes na fronteira do desconhecido!



Ribeira do Mosteiro

Cenários do Imaginário!



Rio Douro

Por este Rio acima...



Vale do Sabor

Fértil Cicatriz da Terra!



São Salvador do Mundo

Lugar de "silvestres árvores e medicinais ervas"



Marão - Alvão

Nesta área geográfica inserem-se os Municípios de Mesão Frio, Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião, Vila Real e Sabrosa.

Esta Unidade de Território integra o complexo montanhoso Marão/Alvão, a bacia hidrográfica situada entre os rios Teixeira e o Pinhão e confina a Sul com o Rio Douro. A centralidade do território integra o Rio Corgo, que usando a profunda falha geológica Régua/Verin, se configura como um emblemático cenário de relevantes ecossistemas e raridades naturais.

Serra do Marão

“Praia do passado - Montanha de hoje”

Quem se aventura pela estrada panorâmica que conduz à Senhora da Serra e atinge os 1415 metros de altitude, junto às antenas, está longe de imaginar que está num antigo leito oceânico com cerca de 500 milhões de anos, testemunhado por vestígios de praias e orlas costeiras, por fósseis e provas de cataclismos, de sismos e de maremotos.

A Serra separa o litoral do interior, retém os ventos húmidos e define um território e a identidade dos seus naturais. Ela é a muralha protetora do Reino Maravilhoso!

Para os povos que a rodeavam, sempre foi uma divindade suprema onde se geravam raios e tempestades e se precipitavam as chuvas ou se cobria o manto de neve, como altar coberto de bragal.

Ela é a montanha sagrada de Teixeira de Pascoas:

*“Eu sou a antiga serra do Marão
Que na tua memória se alevanta,
Toda de estéril fraga e solidão,
Toda em silêncio eterno e branca neve.”*

O Solstício de verão é celebrado anualmente no seu ponto mais elevado. É um evento religioso, turístico e cultural muito especial e a sua experiência é única quando o Sol surge no horizonte para descrever a sua aparente curva máxima e se celebra um antigo culto solar.

Sabia que...

Próximo do Alto da Serra existiu um importante “Acampamento Romano”, designado por “*Castra Oresbi*” e que tinha por função a proteção dos recursos mineiros e o domínio territorial dos vales do Tâmega e do Corgo?

O Espírito da Montanha

Parque Natural do Alvão

TOP
TEN

O Parque Natural do Alvão foi criado em 8 de junho de 1983 integrando 7220 ha, distendidos pelos Municípios de Vila Real e de Mondim de Basto, nas áreas integradas no complexo Montanhoso Marão/Alvão, tendo como cabeceira a bacia hidrográfica do rio Ôlo.

A serra do Alvão que atinge 1339 metros no alto de Cravelas, é uma formação montanhosa, disposta no sentido NE-SW, delimitada nos dois lados pelos rios Corgo e Tâmega, com ligação ao Marão pelo lado sul, na confluência do verde e fértil vale da Campeã.

Entre a linha de cota mais baixa, localizada no rio Ôlo, na zona de Ermelo (275m) e o pico de Cravelas, situado na cumeada que se prolonga para as Terras de Aguiar, verifica-se uma variação altimétrica superior a 1000m.

Sendo um Parque de altitude, está naturalmente associado a encostas declivosas para os dois lados de cumeada, apresentando, no entanto, espaços planálticos como as zonas de Vaqueiro, de Lamas de Ôlo, das barragens Cimeira e Fundeira e o terreno das Águas Férreas.

O PNAL é composto maioritariamente por formações graníticas sobretudo no corredor Lamas de Ôlo/Vila Marim, com destaque para a “Catedral Granítica de Arnal” e os Cabeços das Muas, cujo topónimo nos remete para as sepulturas megalíticas e a função mágica desta montanha.

A aba da serra virada a Mondim de Basto vê acentuar-se as suas pendentes, surgindo vales encaixados e profundos e a ardósia ganha preponderância, cobrindo inclusive os telhados, por contraponto às zonas graníticas, onde o coberto era feito tradicionalmente por colmo, denotando em ambos os casos uma sábia leitura e adaptação dos naturais aos seus recursos e ao desenvolvimento de tecnologias próprias.

As Fisgas de Ermelo são um milagre da Geologia, projetando-se por mais de 300m, numa paisagem fabulosa de falésia com destaque para a “Fraga Amarela”, onde tradicionalmente nidificava a Águia-real.

O rio Ôlo é o incessante escultor dos quartzitos das falésias das Fisgas e consubstancia-se como o principal elemento da estruturação de fixação humana nos núcleos populacionais. É certo que o Parque apresenta uma profusa rede hidrográfica complementar, integrando as ribeiras de Arnal, Fervença, Dornelas e Vale Longo o que vem enriquecer a paisagem e sustentar a biodiversidade.

Com efeito, o conjunto montanhoso Marão/Alvão funciona como barreira às massas de ar húmido proveniente do Atlântico, influenciando o seu clima de invernos longos, frios e húmidos, verões curtos, quentes e secos, sendo que estas características influenciam o desenvolvimento das diferentes tipologias de vegetação e a distribuição das espécies características.

Os solos apresentam, no âmbito do PNAL, tipologias diferenciadas, fruto da convergência de fatores diversos como a sua estruturação geológica, o clima e a humanização do território. O Parque apresenta Leptosolos úmbricos, com predominância de matos rasteiros (de carqueja, de urzes), de matos altos (de *Erica australis* e *Erica arborea*) e grupos de coníferas.

São igualmente relevantes os *Cambissolos umbricos orticos*, associados a relevos mais suaves ou planálticos onde se desenvolveram os carvalhais tradicionais, os lameiros dos povoados, destinados às produções agrícolas e, finalmente, os prados de lima por onde vagueiam raças autóctones.

A Flora é resultado da área de transição em que se insere, entre as florestas temperadas de caducifófilas de Entre-Douro e Minho e a floresta esclerófila de feição mediterrânica do Vale do Douro.

A vegetação é constituída por bosques de carvalho, nas variedades de Carvalho Alvarinho (*Quercus rober*), Carvalho-negral (*Quercus pyrenaica*) e Videiros (*Betula celtiberica*). Há ainda algumas variedades de pinhos e cedros que foram introduzidos.

As zonas ribeirinhas albergam o Amieiro (*Alnus glutinosa*), o Freixo (*Fraxinus augustifolia*), o Choupo (*Populus sp*), os Salgueiros (*Pterospartum tridentatum*) e o Ulmeiro campestre (*Ulmus procera*).

Os matos generalizados compreendem a Giesta (*Spartinum junceum*), a Urze-Vermelha (*Erica australis*), Torga (*Calluna vulgaris*), Sargaço (*Halimium lasianthum*) e Carqueja (*Pterospartum tridentatum*).

As variedades florísticas exibem espécies endémicas raras ou sinalizadas com estatuto elevado de proteção como são os casos da Açucena-brava (*Paradisaea lusitanica*), do Cravo-dos-Alpes (*Arnica montana*), do Satirião-malhado (*Dactylorhiza maculata*) e da emblemática carnívora Orvalhinha (*Drosera rotundifolia*).

O mosaico de habitats que o Parque propicia, permite a diversificação da sua fauna que compreende cerca de 200 espécies das quais, sensivelmente metade, estão incluídas no anexo II da Convenção de Berna, 20% consideram-se ameaçadas segundo o Livro Vermelho dos Vertebrados de Portugal e 5% são consideradas endemismos ibéricos.

Destacam-se, entre outros, a Toupeira-de-água (*Galemys pyrenaicus*), o Morcego-de-bigodes (*Myotis mystacinus*), o Lobo (*Canis lupus*), a Raposa (*Vulpes vulpes*), o Javali (*Sus scrofa*) e o Corso (*Capreolus capreolus*).

Nos céus do Alvão, cruzam-se importantes exemplares de avifauna, como Águia-cobreira (*Circus gallicus*), Tartaranhão-caçador (*Circus pygargus*), Águia-de-asa-redonda (*Buteo buteo*), Falcão-peregrino (*Falco peregrinus*), Cuco (*Cuculus canorus*), Bufo real (*Bubo bubo*), Melro-das-rochas (*Monticola saxatilis*) e a icónica “filha pródiga do Alvão”, a Gralha-de-bico-vermelho (*Pyrrhocorax pyrrhocorax*).

Nos terrenos e habitats húmidos associados aos rios, ribeiras, charcos e linhas de água podem ainda ser observados a Lontra (*Lutra lutra*), a Salamandra lusitânica (*Chiglossa lusitanica*) o Tritão-de-ventre-laranja (*Triturus boscai*), o Sapo parteiro (*Alytes obstreticans*), a Rã-ibérica (*Rana iberica*), a Rã-verde (*Rana perezi*), o Lagarto-de-água (*Lacerta schreiberi*), a Cobra-de-água (*Natrix natrix*) e a Víbora-cornuda (*Vipera latastei*).

Observação e Atividades de Natureza

Observação de Aves



01



Observação de Anfíbios e Répteis



02



Observação de insectos



03



Observação de Mamíferos



04



Observação de Flora



05



Observação Astronómica

- [41°14'54N, 07°52'55W] Alto da Serra do Marão
- [41°17'00N, 07°40'55W] Santuário Rupestre de Panoias
- [41°12'16N, 07°36'04W] São Domingos
- [41°21'25N, 07°47'44W] Serra do Alvão (Barragem da Cimeira)

01

Observação de Aves



Informação

O período mais favorável para a observação de aves é o início da manhã para pequenas aves ou passeriformes; ao meio da manhã o tempo é mais favorável à observação de grandes rapinas e à noite é o período favorável à observação das aves noturnas.

Geografia

Serra do Marão e Alvão, rios Douro, Corgo e afluentes, afloramentos rochosos, lameiros, escarpas fluviais, matas ribeirinhas, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Abelharuco, Açor, Águia-caçadeira, Águia-cobreira, Águia-de-asa-redonda, Águia-de-Bonelli, Águia-real, Andorinha-das-barreiras, Andorinha-das-rochas, Andorinha-dáurica, Andorinha-dos-beirais, Andorinhão-preto, Bico-de-lacre, Carriça, Cartacho-preto, Chamariz, Chapim-azul, Chapim-carvoeiro, Chapim-de-poupa, Chapim-rabilongo, Chapim-real, Chasco-cinzento, Coruja-das-torres, Coruja-do-mato, Corvo, Cotovia-de-poupa, Cotovia-dos-bosques, Cruzabico, Dom-fafe, Estorninho-preto, Estrelinha-de-cabeça-listada, Falcão-peregrino, Felosa-comum, Felosa-do-mato, Ferreirinha, Galinhola, Garça-real, Gavião, Gralha-de-bico-vermelho, Guarda-rios, Maçarico-das-rochas, Melro-azul, Melro-das-rochas, Melro-de-água, Mocho-galego, Mocho-real, Narceja, Papa-figos, Papa-moscas, Peneireiro-de-dorso-malhado, Petinha-ribeirinha, Picanço-real, Pica-pau-malhado-grande, Pica-pau-verde, Pica-peixe, Pisco-de-peito-ruivo, Poupa, Rola, Rouxinol-bravo, Tartaranhão-azulado, Tentilhão-comum, Tordeia, trepadeira-azul.

Locais de Observação

[41°21'25N, 07°47'44W] Alvão

[41°10'41N, 07°50'38W] Castro de Cidadelhe

[41°16'42N, 07°34'16W] Castro de Sabrosa

[41°17'38N, 07°44'34W] Escarpas do Corgo

[41°09'16N, 07°46'24W] Foz do Rio Corgo

[41°15'12N, 07°51'43W] Marão

[41°17'58N, 07°44'22W] P. Florestal V.R.

[41°09'28N, 07°50'48W] Rio Sermanha

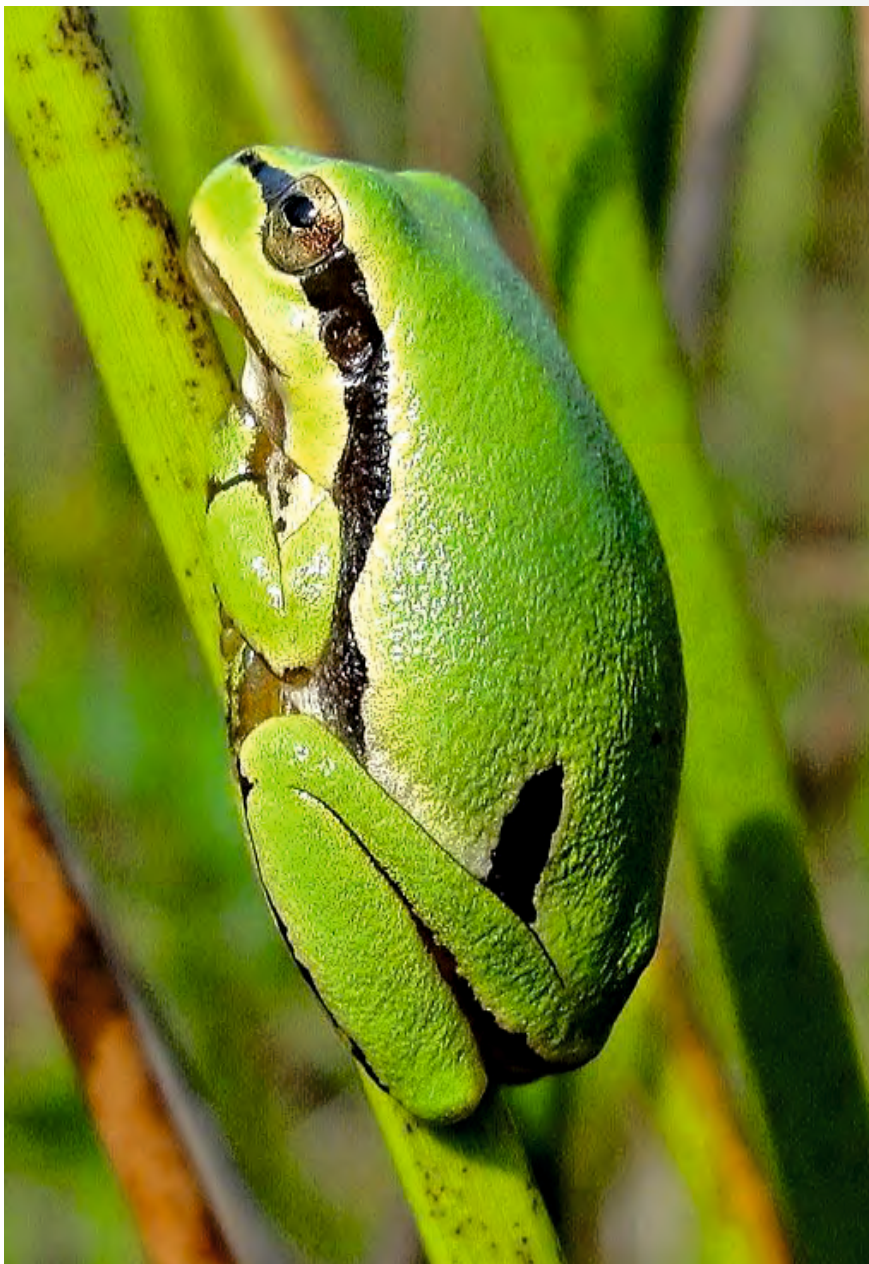
[41°17'18N, 07°51'11W] Vale da Campeã

[41°14'20N, 07°46'45W] Vale da Veiga

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Alvão | Vila Real - 259 302 830 [41°17'38N, 07°44'46W].

02

Observação de Anfíbios
e Répteis

Informação

Os répteis são mais fáceis de observar nas horas de maior insolação, enquanto os anfíbios podem ser observados a qualquer hora do dia.

Geografia

Serra do Marão e Alvão, rios Douro, Corgo, afloramentos rochosos, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Cobra-bordalesa, Cobra-de-água-viperina, Cobra-rateira, Cobra-de-água, Lagarto-de-água, Osga-comum, Rã-de-focinho-pontiagudo, Rã-ibérica, Relã, Salamandra-lusitânica, Sardão, Tritão-de-ventre-laranja, Víbora-cornuda.

Locais de Observação

[41°21'25N, 07°47'44W] Alvão
 [41°09'16N, 07°46'24W] Foz do Rio Corgo
 [41°15'12N, 07°51'43W] Marão
 [41°17'18N, 07°51'11W] Vale da Campeã

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Alvão | Vila Real - 259 302 830 [41°17'38N, 07°44'46W].

03

Observação de Insectos



Informação

Os insectos são mais fáceis de observar, durante o dia nos períodos de maior calor, principalmente na primavera e verão.

Geografia

Serra do Alvão, rios Corgo e Cabril, lameiros, matas ribeirinhas, campos agrícolas e sapais.

Espécies

Anax imperator, *Anthocharis cardamines*, *Anthocharis euphenoides*, *Aporia crataegi*, *Boyeria irene*, *Calopteryx virgo*, *Calopteryx haemorrhoidalis*, *Calopteryx xanthostoma*, *Carcharodus alceae*, *Ceragrion tenellum*, *Coenagrion puella*, *Cordulegaster boltonii*, *Crocothemis erythraea*, *Erythromma lindenii*, *Euchloe belemia*, *Euchloe crameri*, *Euphydryas aurinia*, *Gonepteryx cleopatra*, *Gonepteryx rhamni*, *Hesperia comma*, *Inachis io*, *Iphiclides feisthamelii*, *Ischnura graellsii*, *Ischnura pumilio*, *Lampyrus noctiluca*, *Lasiommata megera*, *Leptidea sinapis*, *Lestes virens*, *Libellula depressa*, *Lucano cervus*, *Maculinea alcon*, *Maniola jurtina*, *Ochlodes sylvanus*, *Onychogomphus forcipatus*, *Onychogomphus uncatus*, *Orthetrum coerulescens*, *Oxygastra curtisii*, *Papilio machaon*, *Pararge aegeria*, *Pieris brassicae*, *Pieris napi*, *Platycnemis acutipennis*, *Platycnemis latipes*, *Plebejus argus*, *Polyommatus icarus*, *Pyrgus onopordi*, *Pyrrhocoris apterus*, *Pyrrhosoma nymphula*, *Sympetrum fonscolombii*, *Thymelicus acteon*, *Thymelicus lineola*, *Thymelicus sylvestris*, *Vanessa atalanta*, *Zerynthia rumina*.

Locais de Observação

[41°21'25N, 07°47'44W] Alvão

[41°09'16N, 07°46'24W] Foz do Rio Corgo

[41°17'23N, 07°44'56W] Foz do Rio Cabril

[41°09'28N, 07°50'48W] Rio Sermanha

[41°17'18N, 07°51'11W] Vale da Campeã

[41°14'20N, 07°46'45W] Vale da Veiga

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Alvão | Vila Real - 259 302 830 [41°17'38N, 07°44'46W].

04

Observação de Mamíferos



Informação

Regra geral, os mamíferos são mais ativos durante a noite e nas horas que antecedem o amanhecer ou anoitecer.

Geografia

Serra do Marão, Alvão e Vale da Campeã.

Espécies

Arminho, Coelho, Corço, Doninha, Esquilo-vermelho, Fuinha, Gato-bravo, Geneta, Javali, Leirão, Lobo, Lontra, Morcego anão, Morcego de Savi, Morcego-arborícola-pequeno, Morcego-de-água, Morcego-de-bigodes, Morcego-de-franja, Morcego-hortelão, Morcego-rabudo, Musaranho-de-dentes-brancos-grande, Ouriço-cacheiro, Raposa, Ratinho do campo, Ratinho-caseiro, Ratinho-ruivo, Rato-de-água, Texugo, Toirão, Toupeira-de-água.

Locais de Observação

[41°21'25N, 07°47'44W] Alvão

[41°15'12N, 07°51'43W] Marão

[41°17'18N, 07°51'11W] Vale da Campeã

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Alvão | Vila Real - 259 302 830 [41°17'38N, 07°44'46W].

05

Observação de Flora



Informação

O período aconselhável para a observação da flora ocorre entre a primavera e o outono.

Geografia

Serra do Marão e Alvão, rios Douro, Corgo, afloramentos rochosos, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Abrótea, Abrunheiro, Açucena-brava, *Arenaria querioides*, Azevinho, Azinheira, Bem-me-quer-das-rochas, Buxo, Carqueja, Carvalho-negral, Carvalho-cerquinho, Cornalheira, Craveiro de Maio, Craveiro-dos-Alpes, Cravina, Cravo-silvestre, Dedaleira-amarela, Erva-ursa, Esteva, *Festuca duriotagana*, Folhado-comum, Genciana, Giesta-branca, Giesta-pioneira, Lentisco-bastardo, Lodão, Medronheiro, Oliveira, Orvalhinha, Pinheiro-bravo, Piorno, Pólio-montano, *Quercusxcoutinhoi*, *Quercusxhenriquesii*, Rosmaninho, Samacalo-peludo, Sargaço, *Silene acutifolia*, Sobreiro, Tamujo, Tojo-molar, Tomilho, Trevo-de-quatro-folhas, Zimbro.

Locais de Observação

[41°21'25N, 07°47'44W] Alvão
 [41°17'14N, 07°44'29W] Jardim Botânico da UTAD
 [41°09'16N, 07°46'24W] Foz do Rio Corgo
 [41°15'12N, 07°51'43W] Marão
 [41°10'23N, 07°40'90W] São Leonardo de Galafura
 [41°17'18N, 07°51'11W] Vale da Campeã

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Alvão | Vila Real - 259 302 830 [41°17'38N, 07°44'46W].
 Jardim Botânico da UTAD | Vila Real - 259 350 223 [41°17'14N, 07°44'29W].

Atividades de Ar Livre

O Douro pelas suas belezas paisagísticas e pela amplitude dos seus horizontes, favorece o desenvolvimento de um conjunto de atividades de contacto com a natureza. Existem um conjunto alargado de caminhos e percursos direcionados para essas atividades.

Caminhos durienses

Estes caminhos são preferencialmente vocacionados para atividades não motorizadas e inserem-se em cenários de valor paisagístico natural, histórico e cultural.

Atividades a desenvolver

Atividades pedestres e de lazer, interpretação da natureza (observação de relevâncias naturais), contacto com atividades artesanais, prática de BTT, montanhismo, escalada, passeios a cavalo entre outras.

Trilhos e Percursos Organizados

1-Circuito das três aldeias

Locais	Linhares Águas Santas Vila Meã
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	6km 2h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Vila Real
Contacto	Posto de Turismo 259 322 819 info@visit-douro.com

2-Circuito do Carvalho

Locais	São Miguel da Pena
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	5km 2h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Vila Real
Contacto	Posto de Turismo 259 322 819 info@visit-douro.com

3-Circuito do Mineiro

Locais	Vila Cova Mascoselo
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média / Alta
Distância	12km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Vila Real
Contacto	Posto de Turismo 259 322 819 info@visit-douro.com

4-Descoberta do Parque Natural do Alvão

Locais	Parque Natural do Alvão
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	8km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Lov'inDouro - Cenários D'Ouro
Contacto	259 338 135 259 336 125 cenarios@cenarios.pt

5-Rota das Borboletas

Locais	Campeã ou PNAL
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	2.5km 3h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

6-Trilho "Barca de por Deos"

Locais	Mesão Frio
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	5km 2h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Lov'inDouro - Cenários D'Ouro
Contacto	259 338 135 259 336 125 cenarios@cenarios.pt

7-Trilho da Galha-de-bico-vermelho

Locais	Parque Natural do Alvão
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Média
Distância	8km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

8-Trilho da Orvalhinha

Locais	Parque Natural do Alvão
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Média
Distância	13,3km 5h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

9-Trilho das Belas Vistas

Locais	Fornelos
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	12,6km 4h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Santa Marta de Penaguião
Contacto	Posto de Turismo 254 828 125 turismo@cm-smpenaguiao.pt

10-Trilho das Escarpas do Corgo

Locais Vila Real
 Tipo Percurso Pedestre com Guia
 Dificuldade Baixa
 Distância 4km | 3h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Montes de Encanto
 Contacto 259 433 146 | info@montes-de-encanto.pt

11-Trilhos de Canelas

Locais Canelas
 Tipo Percurso Pedestre com Guia
 Dificuldade Média / Alta
 Distância 12km | 3h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Naturimont
 Contacto 969 081 507 | info.naturimont@mail.telepac.pt

12-Trilho de Constantim

Locais Constantim
 Tipo Percurso Pedestre Sinalizado
 Dificuldade Baixa
 Distância 3km | 1h30m
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Município de Vila Real
 Contacto Posto de Turismo | 259 322 819 | info@visit-douro.com

13-Trilho de Favaios

Locais Favaios
 Tipo Percurso BTT com Guia
 Dificuldade Média / Baixa
 Distância 15km | 4h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Naturimont
 Contacto 969 081 507 | info.naturimont@mail.telepac.pt

14-Trilhos de São Leonardo de Galafura

Locais São Leonardo de Galafura - Covelinhas
 Tipo Percurso Pedestre com Guia
 Dificuldade Média
 Distância 12km | 3h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Naturimont
 Contacto 969 081 507 | info.naturimont@mail.telepac.pt

15-Trilho de São Martinho de Anta

Locais São Martinho de Anta
 Tipo Percurso Pedestre Sinalizado
 Dificuldade Baixa
 Distância 10km | 3h30m
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Município de Sabrosa
 Contacto Posto de Turismo | 259 939 575 | turismo@cm-sabrosa.pt

16-Trilho do Aguilhão

Locais Louredo
 Tipo Percurso Pedestre Sinalizado
 Dificuldade Média
 Distância 11,4km | 4h30m
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Município de Santa Marta de Penaguião
 Contacto Posto de Turismo | 254 828 125 | turismo@cm-smpenaguiao.pt

17-Trilho do Céu e da Terra

Locais Cumieira
 Tipo Percurso Pedestre Sinalizado
 Dificuldade Média
 Distância 6,6km | 3h30m
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Município de Santa Marta de Penaguião
 Contacto Posto de Turismo | 254 828 125 | turismo@cm-smpenaguiao.pt

18-Trilho do Corgo

Locais Alvações do Corgo e Lobrigos
 Tipo Percurso Pedestre com Guia
 Dificuldade Média
 Distância 11km | 4h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Montes de Encanto
 Contacto 259 433 146 | info@montes-de-encanto.pt

19-Trilho do Guarda Rios

Locais Santa Marta de Penaguião e Peso da Régua
 Tipo Percurso Pedestre com Guia
 Dificuldade Baixa
 Distância 3,5km | 3h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Montes de Encanto
 Contacto 259 433 146 | info@montes-de-encanto.pt

20-Trilho do Lobo

Locais Samardã
 Tipo Percurso Pedestre Sinalizado
 Dificuldade Baixa
 Distância 6km | 2h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Município de Vila Real
 Contacto Posto de Turismo | 259 322 819 | info@visit-douro.com

21-Trilho do Pastor

Locais Serra do Alvão
 Tipo Percurso Pedestre com Guia
 Dificuldade Média
 Distância 8km | 5h
 Época do ano Todo o ano
 Promotor Montes de Encanto
 Contacto 259 433 146 | info@montes-de-encanto.pt

Empresas de Animação, Aventura e Lazer

Cenários D'Ouro / Lov'inDouro

Avenida da Europa | Edifício Encosta do Rio, nº1 | 5000 - 557 Vila Real
Tel. 259 338135/6 | cenarios@cenarios.pt
Serviços: Passeios e trilhos pedestres, passeios todo o terreno, passeios de autocarro e barco.

Douro Wonderful Events

Rua Custódio José Vieira | 5050-255 Peso da Régua
Tel. 254 322 808 | Telm. 918 466 215 | info@douroevents.pt
Serviços: Passeios a cavalo, passeios pedestres, passeios todo o terreno.

Grupo de Montanhismo de Vila Real

Apartado 169 | 5000 Vila Real
Telm. 936 626 048 - 934 015 622 | info@grupomontanhismovr.com
Serviços: Montanhismo e Escalada.

Montes de Encanto

Apartado 17 | 5451-908 Pedras Salgadas
Tel. 259 433 146 | Telm. 933 237 709 | info@montes-de-encanto.pt
Serviços: Trilhos e percursos pedestres de interpretação de natureza, comércio de produtos naturais.

Naturimont

Rua Nova, nº26 | 5100-154 Lamego
Telm. 969 081 507 | info.naturimont@mail.telepac.pt
Serviços: BTT, Montanhismo, Canorafting, Cannyoning, Canoagem, Passeios de Barco, Todo o Terreno, entre outros.

Quinta da Gregoça

Paços | 5060-208 Sabrosa
Telm. 919 499 850 | geral@quintadagregoca.net
Serviços: Passeios a cavalo pelo campo, passeios a cavalo em Picadeiro, passeios em charrete, aulas de Equitação.

Quinta Equestre da Sardoeira

Lugar do Bouço | 5060-473 São Martinho de Anta
Telm. 964080735 | teresamar2005@sapo.pt
Serviços: Passeios a cavalo pelo campo, passeios a cavalo em Picadeiro, aulas de Equitação.

Espaços de Interpretação de Natureza

Sede do Parque Natural do Alvão

Largo dos Freitas | 5000-528 Vila Real | 41°17'38 N 07°44'46 W
Tel. 259 302 830 | pnal@icnb.pt

Jardim Botânico da UTAD

Apartado 1013 | 5001-911 Vila Real | 41°17'14 N, 07°44'29 W
Telefone Herbário - 259 350 223 | jbutad@utad.pt

Praias Fluviais

As praias fluviais do Douro têm por norma magníficos cenários onde estão inseridas e constituem uma excelente oferta de usufruto, de bem-estar e de diversão.

Maravilhe-se com elas!

Praia Fluvial da Rede

Serviços de apoio: wc, bar
Localização: Rede, Mesão Frio [41°09'33 N, 07°51'53 W]

Praia Fluvial de Mesão Frio

Serviços de apoio: wc, bar
Localização: Mesão Frio [41°09'45 N, 07°53'25 W]

Praia Fluvial de Fornelos

Serviços de apoio: wc, bar
Localização: Fornelos, Santa Marta de Penaguião [41°14'58 N, 07°48'43 W]

Praia Fluvial do Rio Corgo

Serviços de apoio: wc, bar
Localização: Vila Real [41°18'14 N, 07°44'07 W]



Utilidades Turísticas

O acesso a esta unidade de território pode-se efetuar através do sistema rodoviário, ferroviário, fluvial e aéreo. Existe uma rede de carreiras regulares que asseguram a deslocação entre as várias localidades, dentro da unidade de território.

Acesso Ferroviário

Comboios de Portugal | Tel. 808 208 208 | www.cp.pt

Acesso Rodoviário

Auto Viação do Tâmega | Tel. 259 322 928 | www.avtamega.pt
 Rede Nacional de Expressos | Tel. 707 223 344 | www.rede-expressos.pt
 Rodonorte | Tel. 259 340 710 | www.rodonorte.pt
 Santos | Tel. 279 652 188 | www.santosviagensturismo.pt

Acesso Aéreo

AERO VIP | Tel. 707 500 886 | www.aerovip.pt

Acesso Viário

A Partir do Porto

Porto - Sabrosa: 120km | 1h40m (A4|IP4|A24|N322)
 Porto - Vila Real: 95km | 1h20m (A4|IP4)
 Porto - St^a Marta de Penaguião: 110km | 1h35m (A4|IP4|N2)
 Porto - Peso da Régua: 125km | 1h40m (A4|IP4|A24|N2)
 Porto - Mesão Frio: 80km | 1h15m (A4|IP4|N101)

A Partir de Viseu

Viseu - Sabrosa: 95km | 1h15m (A24|N322)
 Viseu - Vila Real: 100km | 1h15m (A24|IP4)
 Viseu - St^a Marta de Penaguião: 75km | 1h05m (A24|N2)
 Viseu - Peso da Régua: 70km | 0h55m (A24|N2)
 Viseu - Mesão Frio: 80km | 1h15m (A24|N2|N101)

A Partir de Bragança

Bragança - Sabrosa: 130km | 1h55m (IP4|A24|N322)
 Bragança - Vila Real: 120km | 1h50m (IP4)
 Bragança - St^a Marta de Penaguião: 140km | 2h10m (IP4|A24|N2)
 Bragança - Peso da Régua: 135km | 2h (IP4|A24|N2)
 Bragança - Mesão Frio: 150km | 2h20m (IP4|A24|N2|N101)

A Partir de Chaves

Chaves - Sabrosa: 80km | 1h (A24|N322)
 Chaves - Vila Real: 70km | 0h50m (A24|IP4)
 Chaves - St^a Marta de Penaguião: 90km | 1h05m (A24|N2)
 Chaves - Peso da Régua: 85km | 1h (A24|N2)
 Chaves - Mesão Frio: 100km | 1h20m (A24|N2|N101)

Acesso Fluvial

Consultar Logística Fluvial | Pág. 160

Saúde e Segurança

Número Nacional de Emergência: 112

Bombeiros - Linha Verde: 800 202 425

Hospital de S. Pedro

Avenida da Noruega | Lordelo | Vila Real
Tel. 259 300 500

Hospital de Dom Luiz

Praceta Delfim Ferreira | Peso da Régua
Tel. 254 320 430

Centro de Saúde de Mesão Frio

Lugar da Quintã | Vila Jusã | Mesão Frio
Tel. 254 890 200

Centro de Saúde de Sabrosa

Rua de Cadaujac | Sabrosa
Tel. 259 939 209

Centro de Saúde de Santa Marta de Penaguião

Rua Cidade do Porto | Santa Marta de Penaguião
Tel. 254 820 030

Polícia de Segurança Pública de Vila Real

Largo Conde de Amarante | Vila Real
Tel. 259 330 240

Guarda Nacional Republicana de Mesão Frio

Av. José Maria Alpoim, n.º 490 | Mesão Frio
Tel. 254 892 210

Guarda Nacional Republicana de Peso da Régua

Avenida Tondela | Godim
Tel. 254 313 614

Guarda Nacional Republicana de Sabrosa

Cruzamento E.N. 323/322 | Fontainhas | Sabrosa
Tel. 259 930 733

Guarda Nacional Republicana de Santa Marta de Penaguião

Alameda 13 de Janeiro | Santa Marta de Penaguião
Tel. 254 810 420

Guarda Nacional Republicana de Vila Real

Avenida 1.º de Maio | Vila Real
Tel. 259 303 290

Postos de Informação Turística

Posto de Turismo de Sabrosa

Rua do Loreto | Sabrosa
Tel. 259 939 575 | turismo@cm-sabrosa.pt

Posto de Turismo de Vila Real

Avenida Carvalho Araújo, n.º94 | Vila Real
Tel. 259 322 819 | info@visit-douro.com

Posto de Turismo de Santa Marta de Penaguião

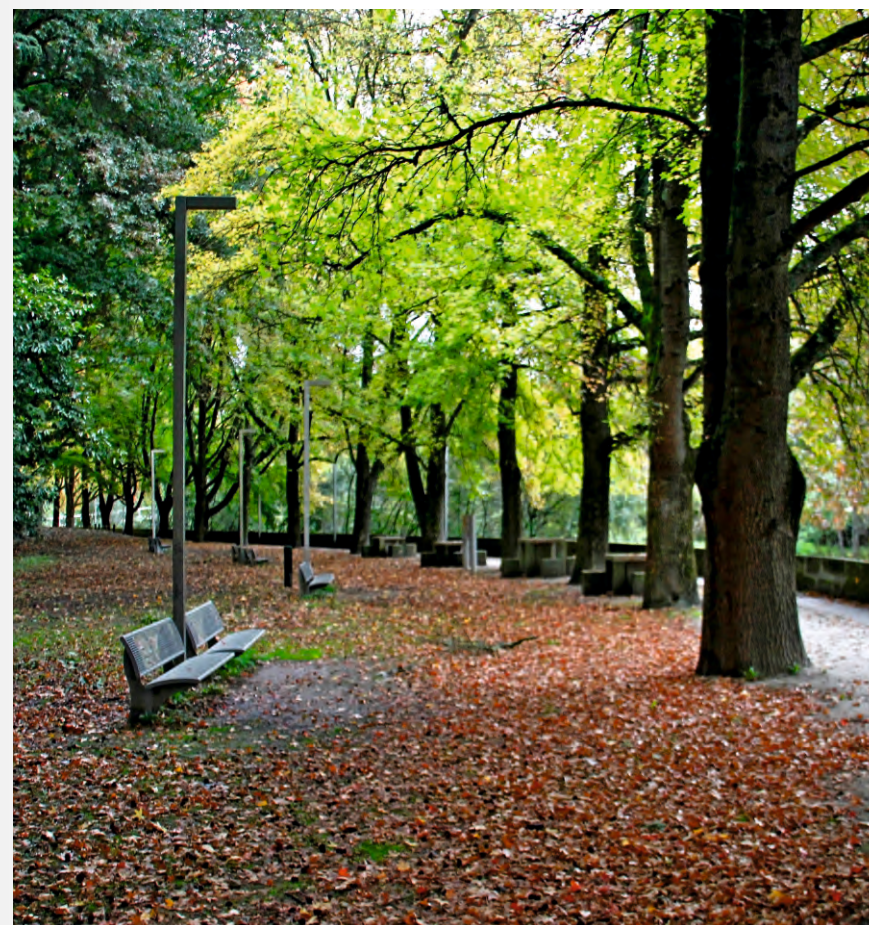
Rua 1.º de Maio | Santa Marta de Penaguião
Tel. 254 828 125 | turismo@cm-smpenaguiao.pt

Posto de Turismo do Peso da Régua

Rua da Ferreirinha | Peso da Régua
Tel. 254 312 846 | info@visit-douro.com

Posto de Turismo de Mesão Frio

Av. José Maria Alpoim | Mesão Frio
Tel. 933 911 043 | geral@cm-mesaofrio.pt





Vale do Tua

Deixando para trás a cordilheira montanhosa do Alvão/Marão, abrem-se as portas de um outro território, onde a suave paisagem acalma os sentidos e nos remete à contemplação. Emerge assim um novo território, que se estende desde o Vale do rio Pinhão até ao limite oriental de Carrazeda de Ansiães que, com Alijó e Murça, corporizam uma paisagem identitária de amplos planaltos luminosos, de rios e ribeiras profundamente vincados na paisagem e cuja centralidade se inscreve no Vale do Tua.

Como principais relevâncias naturais e espaços de contemplação e de observação da natureza, destacam-se os corredores e ecossistemas ribeirinhos, o castro de Palheiros em Murça, que se afirma como a sentinela dos vales da Terra Quente ou a barragem de Vila Chã em Alijó, tão importante para a observação de aves e de noturnas observações siderais. São muito valiosos os habitats do vale do Rio Tua, bem como as renomadas emergências termais de Caldas de Carlão ou de Santa Maria Madalena e as Caldas de S. Lourenço no mesmo vale, onde ganha também notoriedade a ribeira de Linhares e, sobretudo, os mantos graníticos que estrangulam o Douro em frente a S. Salvador do Mundo.

Este mosaico múltiplo e natural, com o surgimento de amendoal, de olival, de figueiras e de ancestrais fornos de secagem, deslumbra os sentidos e inscreve-se numa longa plataforma planáltica que, de repente, se lança a pique nos precipícios que se projetam no vale do Douro profundo.

É importante que a variedade de espécies consideradas relevantes para a conservação, ou com estatuto de proteção, sejam rupícolas ou inseridas em leitos de cheia dos rios Douro, Tua e Tinhela ou as aves que povoam os céus da região, com especial relevância para as águias de Bonelli e Real (“espécies em perigo”) e o Chasco-preto (espécie “criticamente em perigo”).

Os rios, de características mediterrânicas, apresentam elevado valor de conservação, compreendendo grande variedade de espécies, de relevância nacional e internacional, sobretudo no canhão final do Tua. A flora natural compreende florestas, prados naturais, charnecas e matos rasteiros e submediterrânicos como refúgio de populações finícolas.

Sabia que...

Que o Vale do Tua inclui 549 espécies de borboletas de rara beleza e elevado valor natural?

Observação e Atividades de Natureza

Observação
de Aves



01



Observação
de Anfíbios e Répteis



02



Observação
de insectos



03



Observação
de Mamíferos



04



Observação
de Flora



05



Asnela
Zona agrícola de montanha, importante espaço de refúgio de variadas espécies naturais.

Barragem de Vila Chã
Espelho de água envolto de vegetação arbustiva e arbórea.

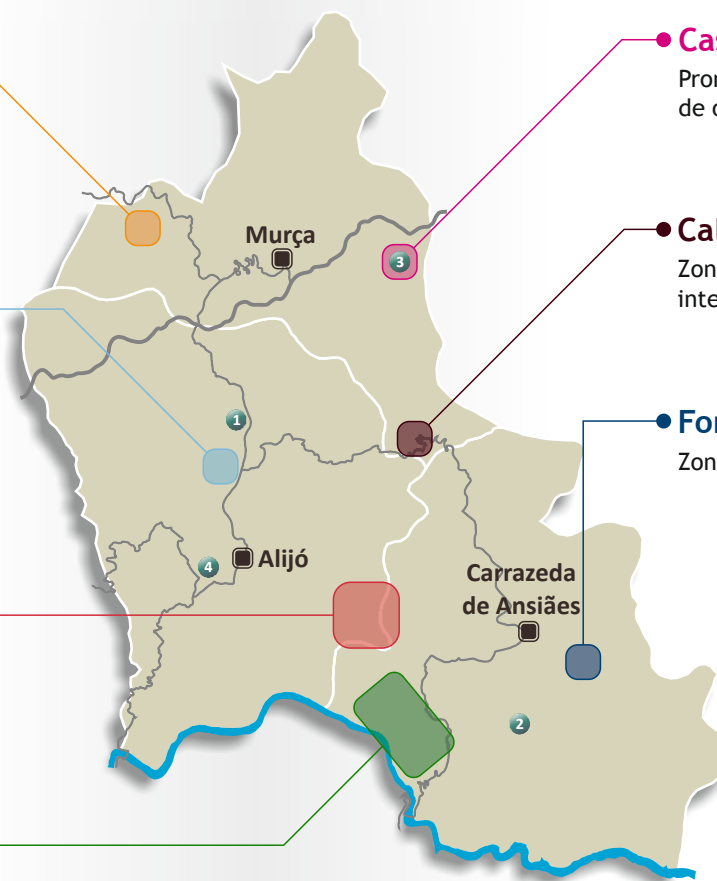
Tua
Importante bacia hidrográfica de montanha, com importantes ecossistemas mediterrânicos na última parte do seu canhão fluvial.

Linhares
Zona ribeirinha, pedregosa com arribas rochosas e interessantes galerias ripícolas.

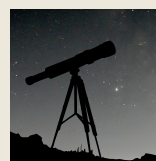
Castro de Palheiros
Promontório quartzítico com excelentes pontos de observação de natureza.

Caldas de Carlão ou St.M.Madalena
Zona ribeirinha enquadrada no rio Tinhela, com interessantes galerias ripícolas.

Fonte Longa
Zona agrícola associada a espelho de água.



0 5km



Observação Astronómica

- 1 [41°20'05N, 07°28'17W] Anta da Fonte Coberta
- 2 [41°12'09N, 07°18'20W] Castelo de Ansiães
- 3 [41°24'13N, 07°22'54W] Castro de Palheiros
- 4 [41°16'10N, 07°29'44W] Miradouro de Santa Bárbara

01

Observação de Aves



Informação

O período mais favorável para a observação de aves é o início da manhã para pequenas aves ou passeriformes; ao meio da manhã o tempo é mais favorável à observação de grandes rapinas e à noite é o período favorável à observação das aves noturnas.

Geografia

Vale do Tua, ribeira de Linhares, Castro de Palheiros, planaltos, escarpas fluviais, campos agrícolas e matas.

Espécies

Abelharuco, Águia-cobreira, Águia-d'asa-redonda, Águia-de-Bonelli, Águia-real, Andorinha-das-rochas, Andorinha-aurica, Andorinha-dos-beirais, Andorinhão-preto, Bico-de-lacre, Carriça, Cartaxo-comum, Chamariz, Chapim-de-poupa, Chapim-rabilongo, Chapim-real, Chasco-preto, Codorniz, Coruja-das-torres, Coruja-do-mato, Corvo, Corvo-marinho-de-faces-brancas, Cotovia-de-poupa, Cotovia-dos-bosques, Cotovia-escura, Cuco, Estrelinha-real, Falcão-peregrino, Felosa-do-mato, Gaio, Galinha-d'água, Galinhola, Garça-real, Gavião, Gralha, Guarda-rios, Laverca, Maçarico-das-rochas, Melro-azul, Melro-de-água, Mergulhão-de-crista, Milhafre-preto, Mocho-de-orelhas, Mocho-galego, Papa-amoras, Papa-figos, Pardal, Pardal-francês, Pardal-montês, Pato-real, Pega, Penereiro-vulgar, Perdiz-vermelha, Peto-verde, Picanço-barreteiro, Picanço-real, Pintarroxo, Pintassilgo, Pombo-das-rochas, Pombo-torcaz, Poupa, Rabirruivo-comum, Rola-brava, Rouxinol-bravo, Rouxinol-comum, Sombria, Tartaranhão-caçador, Tentilhão, Tordeia, Tordo-músico, Tordo-ruivo, Tordo-zornal, Toutinegra-de-barrete-preto, Toutinegra-de-cabeça-preta, Trepadeira-azul, Trepadeira-comum, Verdilhão.

Locais de Observação

[41°25'12N, 07°32'03W] Asnela	[41°13'57N, 07°16'26W] Fonte Longa
[41°18'45N, 07°29'10W] Barragem de Vila Chã	[41°12'17N, 07°22'24W] Linhares
[41°19'48N, 07°22'17W] Caldas de Carlão	[41°14'31N, 07°23'30W] Tua
[41°24'13N, 07°22'54W] Castro de Palheiros	

Centros de Interpretação

Centro de Interpretação Biológico do Douro | Linhares de Ansiães | Carrapatosa
254 481 363 | 917 212 004 | douroselvagem@gmail.com | [41°10'43N, 07°21'32W]

02

Observação de Anfíbios e Répteis



Informação

Os répteis são mais fáceis de observar nas horas de maior insolação, enquanto os anfíbios podem ser observados a qualquer hora do dia.

Geografia

Vale do Tua, ribeira de Linhares, Castro de Palheiros, planaltos, escarpas fluviais, campos agrícolas e matas.

Espécies

Lagartixa-de-dentes-dentados, Cágado-comum, Cobra-de-água-viperina, Cobra-lisa-meridional, Cobra-rateira, Lagartixa-do-mato-comum, Lagartixa-ibérica, Licranço, Osga-comum, Rã-verde, Salamandra-de-pintas-amarelas, Sapo comum, Sapo-corredor, Sapo-parteiro-comum, Sapo-parteiro-ibérico, Sardanisca, Sardão, Tritão-de-ventre-laranja, Tritão-marmorado, Víbora-cornuda.

Locais de Observação

[41°25'12N, 07°32'03W] Asnela [41°12'17N, 07°22'24W] Linhares
 [41°18'45N, 07°29'10W] Barragem de Vila Chã [41°14'31N, 07°23'30W] Tua
 [41°19'48N, 07°22'17W] Caldas de Carlão
 [41°24'13N, 07°22'54W] Castro de Palheiros

Centros de Interpretação

Centro de Interpretação Biológico do Douro | Linhares de Ansiães | Carrapatosa
 254 481 363 | 917 212 004 | douroselvagem@gmail.com | [41°10'43N, 07°21'32W]

03

Observação de Insectos



Informação

Os insectos são mais fáceis de observar, durante o dia nos períodos de maior calor, principalmente na primavera e verão.

Geografia

Vale do Tua, ribeira de Linhares, escarpas fluviais, campos agrícolas.

Espécies

Alocerus moesiacus, *Altenia scriptella*, *Brachyglossina hispanaria*, *Caloptilia cuculipennella*, *Caloptilia friburgensis*, *Caryocolum jaspidella*, *Catocala mariana*, *Cedestis gysseleniella*, *Cerambyx cerdo*, *Coleophora lusciniapennella*, *Coleophora saponariella*, *Coleophora vibicella*, *Crambus perlilla*, *Cryptocephalus sulphureus*, *Cyclophora lennigiara*, *Depressaria depressana*, *Eana canescana*, *Endothenia nigricostana*, *Epischmia asteris*, *Eucosma albidulana*, *Euplagia quadripunctaria*, *Euserica mulsanti*, *Evergestis frumentalis*, *Gegenes nostradamus*, *Gelechia sabinellus*, *Gomphus graslinii*, *Hellinsia osteodactylus*, *Horisme scorteata*, *Hypochalcia ahenella*, *Idaea blaesii*, *Idaea nigrolineata*, *Leucoptera aceris*, *Macromia splendens*, *Metzneria intestinella*, *Mogoplistes brunneus*, *Monochroa hornigi*, *Neofriseria baungardiella*, *Pachypasa limosa*, *Parectopa ononidis*, *Parornix betulae*, *Perlamantis alliberti*, *Phyllocnistis unipunctella*, *Phyllonorycter estrela*, *Phyllonorycter helianthemella*, *Phyllonorycter monspessulanella*, *Pleuroptya crocealis*, *Psorosa mediterranea*, *Puerphorus olbiadactylus*, *Scrobipalpa hyoscyamella*, *Scythris parafuscoana*, *Sideridis túrbida*, *Sorhagenia janiszewskae*, *Stemmatophora combustalis*, *Stenoptilia gratiolae*, *Sterrhopterix fusca*, *Stigmella paradoxa*, *Stigmella speciosa*, *Stomopteryx basalis*, *Symmoca revoluta*, *Syncopacma polychromella*, *Tinagma ocnestomella*, *Tinea flavofimbriella*.

Locais de Observação

[41°19'48N, 07°22'17W] Caldas de Carlão ou Santa Maria Madalena
 [41°12'17N, 07°22'24W] Linhares
 [41°14'31N, 07°23'30W] Tua

Centros de Interpretação

Centro de Interpretação Biológico do Douro | Linhares de Ansiães | Carrapatosa
 254 481 363 | 917 212 004 | drouselvagem@gmail.com | [41°10'43N, 07°21'32W]

04

Observação de Mamíferos



Informação

Regra geral, os mamíferos são mais ativos durante a noite e nas horas que antecedem o amanhecer ou anoitecer.

Geografia

Vale do Tua, ribeira de Linhares, planaltos, escarpas fluviais, campos agrícolas e matas.

Espécies

Coelho, Corço, Doninha, Esquilo-vermelho, Fuinha, Gato-bravo, Geneta, Javali, Lebre, Lobo, Lontra, Morcego anão, Morcego-arborícola-pequeno, Morcego-de-água, Morcego-de-bigodes, Morcego-de-Savi, Morcego-hortelão, Morcego-rabudo, Musaranho-de-dentes-brancos-grandes, Ouriço-cacheiro, Raposa, Ratinho-ruivo, Rato do campo, Rato-caseiro, Rato-de-água, Texugo, Toupeira, Toupeira-de-água.

Locais de Observação

[41°18'45N, 07°29'10W] Barragem de Vila Chã
 [41°12'17N, 07°22'24W] Linhares
 [41°14'31N, 07°23'30W] Tua

Centros de Interpretação

Centro de Interpretação Biológico do Douro | Linhares de Ansiães | Carrapotosa
 254 481 363 | 917 212 004 | douroselvagem@gmail.com | [41°10'43N, 07°21'32W]

05

Observação de Flora



Informação

O período preferencial para a observação da flora, decorre entre março e outubro.

Geografia

Vale do Tua, ribeira de Linhares e zonas ribeirinhas.

Espécies

Abrótea-da-Primavera, Abrunheiro, Azinheira, Bufonia macropetala, Buxo, Carvalho-cerquinho, Carvalho-negral, Cornalheira, Craveiro-de-Maio, Dedaleira-amarela, Epipactis lusitanica, Erva-peixeira, Esteva, Festuca duriotagana, Genciana-de-turfeiras, Giesta-branca, Giesta-pioneira, Holcus duriensis, Lentisco-bastardo, Lodão, Medronheiro, Piorno, Rosmaninho, Samacalo-peludo, Sargaço, Sobreiro, Tamujo, Tojo-molar, Tomilho, Zêlha, Zimbro.

Locais de Observação

[41°19'48N, 07°22'17W] Caldas de Carlão ou Santa Maria Madalena
 [41°12'17N, 07°22'24W] Linhares
 [41°14'31N, 07°23'30W] Tua

Centros de Interpretação

Centro de Interpretação Biológico do Douro | Linhares de Ansiães | Carrapotosa
 254 481 363 | 917 212 004 | douroselvagem@gmail.com | [41°10'43N, 07°21'32W]

Atividades de Ar Livre

O Douro pelas suas belezas paisagísticas e pela amplitude dos seus horizontes, favorece o desenvolvimento de um conjunto de atividades de contacto com a natureza. Existem um conjunto alargado de caminhos e percursos direcionados para essas atividades.

Caminhos durienses

Estes caminhos são preferencialmente vocacionados para atividades não motorizadas e inserem-se em cenários de valor paisagístico natural, histórico e cultural.

Atividades a desenvolver

Atividades pedestres e de lazer, interpretação da natureza (observação de relevâncias naturais), contacto com atividades artesanais, prática de BTT, montanhismo, escalada, passeios a cavalo entre outras.



Trilhos e Percursos Organizados

1-Canoagem no Douro

Locais	Pinhão
Tipo	Percurso Aquático
Dificuldade	Média / Alta
Distância	12km 4h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Naturimont
Contacto	969 081 507 info.naturimont@mail.telepac.pt

2-Circuito das Paisagens Rurais

Locais	Carlão Alijó
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	15km --h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Ecoevasão - Desporto e Aventura na Natureza
Contacto	259 658 051 geral@ecoevasão.pt

3-Circuito de Vale do Tua

Locais	Carlão Alijó
Tipo	Percurso Motorizado com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	50km --h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Ecoevasão - Desporto e Aventura na Natureza
Contacto	259 658 051 geral@ecoevasão.pt

4-Percurso das Cascatas

Locais	Linhares de Ansiães
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Alta
Distância	12km 6h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Park Douro Selvagem
Contacto	Tel. 254 481 363 Telm. 969 991 727 douroselvagem@gmail.com

5-Percurso Lagoa das Tartarugas

Locais	Ferradosa Valeira
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	--km 1h
Época do ano	abril a outubro
Promotor	Park Douro Selvagem
Contacto	Tel. 254 481 363 Telm. 969 991 727 douroselvagem@gmail.com

6-Trilho da Águia-caçadeira

Locais	Vila Chã Alijó
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	5,5km 3h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

7-Trilho da Foz do Tua

Locais	Castanheiro Carrazeda de Ansiães
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	9,8km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Carrazeda de Ansiães
Contacto	278 610 200 cmcrz.cultura@mail.telepac.pt

8-Trilho da Fraga das Ferraduras

Locais	Carrazeda e Bolver Carrazeda de Ansiães
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	12,7km 4h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Carrazeda de Ansiães
Contacto	278 610 200 cmcrz.cultura@mail.telepac.pt

9-Trilho da Pala da Moura

Locais	Vilarinho da Castanheira Carrazeda de Ansiães
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	10,3km 4h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Carrazeda de Ansiães
Contacto	278 610 200 cmcrz.cultura@mail.telepac.pt

10-Trilho da Pala Pinta

Locais	Carlão Alijó
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	7km 3h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Ecoevasão - Desportos e Aventura na Natureza
Contacto	Tel. 259 658 051 geral@ecoevasao.pt

11-Trilho de Linhares

Locais	Linhares Carrazeda de Ansiães
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	4,9km 2h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Carrazeda de Ansiães
Contacto	278 610 200 cmcrz.cultura@mail.telepac.pt

12-Trilho do Castelo

Locais	Lavandeira e Selores Carrazeda de Ansiães
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	5,5km 2h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Carrazeda de Ansiães
Contacto	278 610 200 cmcrz.cultura@mail.telepac.pt

Empresas de Animação, Aventura e Lazer**Ecoevasão**

Lugar das Canadas | 5070-201 Carlão
Tel. 259 658 051 | geral@ecoevasao.pt
Serviços: Montanhismo, escalada, passeios pedestres, rafting, canoagem, paintball, todo-terreno, rappel, slide, BTT, entre outros.

Montes de Encanto

Apartado 17 | 5451-908 Pedras Salgadas
Tel. 259 433 146 | Telm. 933 237 709 | info@montes-de-encanto.pt
Serviços: Trilhos e percursos pedestres de interpretação de natureza, comércio de produtos naturais.

Naturimont

Rua Nova, nº 26 | 5100-154 Lamego
Telm. 969 081 507 | info.naturimont@mail.telepac.pt
Serviços: BTT, Montanhismo, Canorafting, Cannyoning, Canoagem, Passeios de Barco, Todo o Terreno, entre outros.

Park Douro Selvagem

Centro de Interpretação Biológico do Douro
Rua da Alegria, nº1 | Carrapatoza | 5140 Linhares de Ansiães
Tel. 254 481 363 | Telm. 969 991 727 | douroselvagem@gmail.com
Serviços: Trilhos e percursos pedestres de interpretação de natureza, preservação da natureza e biodiversidade.

Espaços de Interpretação de Natureza**Park Douro Selvagem**

Centro de Interpretação Biológico do Douro
Linhares de Ansiães | Carrapatoza | 41°10'43N, 07°21'32W
Tel. 254 481 363 | Telm. 917 212 004 | douroselvagem@gmail.com

Praias Fluviais

As praias fluviais do Douro têm por norma magníficos cenários onde estão inseridas e constituem uma excelente oferta de usufruto, de bem-estar e de diversão.

Maravilhe-se com elas!

Praia Fluvial de Vale Mendiz

Serviços de apoio: wc, Parque de Merendas
Localização: Passadouro | Alijó [41°13'29N, 07°32'12W]

Praia Fluvial do Rio Tinhela

Localização: Murça [41°23'26N, 07°26'60W]

Praia Fluvial de Martim

Serviços de apoio: Parque de Merendas, Parque infantil
Localização: Murça [41°21'31N, 07°24'10W]

Praia: Praia Fluvial de Penabeice

Localização: Murça [41°29'12N, 07°27'45W]



Utilidades Turísticas

O acesso a esta unidade de território pode-se efetuar através do sistema rodoviário, ferroviário e fluvial. Existe uma rede de carreiras regulares que asseguram a deslocação entre as várias localidades, dentro da unidade de território.

Acesso Ferroviário

Comboios de Portugal | Tel. 808 208 208 | www.cp.pt

Acesso Rodoviário

Rodonorte | Tel. 259 340 710 | www.rondonorte.pt
Auto Viação do Tâmega | Tel. 276 322 351 | www.avtamega.pt

Acesso Viário

A Partir do Porto

Porto - Alijó: 130km | 1h55m (A4|IP4|N212)
Porto - Carrazeda de Ansiães: 160km | 2h30m (A4|IP4|CM1185|N314)
Porto - Murça: 130km | 1h45m (A4|IP4)

A Partir de Viseu

Viseu - Alijó: 125km | 1h45m (A24|IP4|N212)
Viseu - Carrazeda de Ansiães: 150km | 2h20m (A24|IP4|CM1185|N314)
Viseu - Murça: 120km | 1h35m (A24|IP4)

A Partir de Bragança

Bragança - Alijó: (IP4|N212) 105km | 1h40m
Bragança - Carrazeda de Ansiães: 95km | 1h40m (IP4|IP2|N102|N214)
Bragança - Murça: 85km | 1h20m (IP4)

A Partir de Chaves

Chaves - Alijó: 100km | 1h20m (A24|IP4|N212)
Chaves - Carrazeda de Ansiães: 120km | 1h50m (A24|IP4|CM1185|N314)
Chaves - Murça: 90km | 1h10m (A24|IP4)

Acesso Fluvial

Consultar Logística Fluvial | Pág. 160

Saúde e Segurança

Número Nacional de Emergência: 112

Bombeiros - Linha Verde: 800 202 425

Centro de Saúde de Alijó

Largo do Tapado | Alijó
Tel. 259 959 210

Centro de Saúde Carrazeda de Ansiães

Av. Eng. Camilo de Mendonça | Carrazeda de Ansiães
Tel. 278 610 050

Centro de Saúde de Murça

Rua Comendador Américo Breia | Murça
Tel. 259 510 400

Guarda Nacional Republicana de Alijó

Bairro do Pombal | Alijó
Tel. 259 950 543

Guarda Nacional Republicana de Carrazeda de Ansiães

Rua Eng. Camilo Mendonça | Carrazeda de Ansiães
Tel. 278 610 020

Guarda Nacional Republicana de Murça

Bairro da Cortina Nova | Murça
Tel. 259 511 563

Postos de Informação Turística

Posto de Turismo de Alijó

Avenida 25 de Abril | Alijó
Tel. 259 950 095 | turismo@cm-alijo.pt

Município de Carrazeda de Ansiães

Praça do Município | Carrazeda de Ansiães
Tel. 278 610 200 | cmcrz.cultura@mail.telepac.pt

Posto de Turismo de Murça

Alameda 8 de Maio | Murça
Tel. 259 510 120 | geral@cm-murca.pt





Socalcos na Paisagem

Margem Sul

Razões de geografia, de história e de perfil sedimentado, permitem a agregação desta Unidade de Território que compreende os Municípios de Lamego, Tarouca, Armamar, Tabuaço e S. João da Pesqueira.

Em todos eles estão corporizadas duas realidades distintas e o conceito de transição que liga as cotas ribeirinhas mais baixas e profundamente encaixadas, onde se exprimem os contextos mediterrânicos e os territórios mais a sul e mais elevados, onde a continentalidade se evidencia.

Estas variações de tipos de relevo (xisto duriense/granito de montanha), diferença de amplitudes térmicas e oscilações de pluviosidade proporcionam a diversidade de culturas, de habitats, do coberto vegetal e até da ocupação humana. Tudo isto pode ser verificado em pequenas distâncias e dentro de um mesmo Município.

Os desníveis são acompanhados pelos traçados dos rios e ribeiras, desde o seu nascimento, nas zonas de altiplano montanhoso, até ao seu lançamento em desfiladeiros, quando fazem a transição do xisto para o granito e respondem ao apelo dos espelhos de água do Douro. No seu percurso convivem com diferentes contextos geológicos, de fauna, de flora e até de lendas e tradições. Este caleidoscópio de realidades sobrepõem-se como diferentes livros deitados, simbolizando as diferentes tipologias de habitats.

Os cerejais da Penajóia, o inesperado bosque de Vale Abraão, as albufeiras de Petrarouca, do Varosa e de Bagaúste e a sequência de mortórios e miradouros transmitem ao visitante uma magia muito especial. Uma imensa varanda natural espelha-se, assim, na quietude das águas.

S. Salvador do Mundo

TOP
TEN

Lugar de "*silvestres árvores e medicinais ervas*"

S. Salvador do Mundo é um sítio inscrito na margem esquerda do rio Douro em S. João da Pesqueira, sendo constituído por um imponente cone granítico, configurando-se como uma forte marca geológica na paisagem Duriense. É uma anormalidade granítica em terras de xisto, e uma extensão das impressionantes penedias de Carrazeda da outra margem.

O acesso ao local faz-se pela N222-3 e tem as coordenadas: 41°09'04N, 7°21'57W. Antigamente o acesso desde a Pesqueira, apenas era feito a pé ou por almocreves que ligavam ao Ermo (designação do sítio), bem como às várias barcas de passagem em funcionamento nas mediações, em especial a da Valeira, na zona do famoso Cachão que aí existia e que figura nas imagens mais antigas do local. O desnível medonho do Cachão funcionou até 1792, como barreira à navegação e à expansão do Douro Vinhateiro para o interior. Nele se deu o famoso naufrágio de D. Antónia e a tragédia do Barão de Forrester.

As encostas do cabeço tiveram modelos de ocupação diferentes e apresentam também cobertos vegetais diferenciados, como cereais, oliveiras e amendoeiras.

Na sua envolvente existiu exploração mineira, socalcos cultivados, intensa exploração de cortiça e outras árvores madeireiras e vários moinhos, na vertente sul, de que ainda sobram ruínas evidentes e finalmente uma pedreira. A Pesca era intensa e rica, fazendo jus ao antiquíssimo nome da Vila (São João da Pesqueira).

O Ermo sempre marcou nos habitantes locais e nos passantes que se deixaram impressionar pela conjugação granítica dos penedos, das fragas (negras e avermelhadas que pasmavam e alimentavam especulações) e do fantástico declive que mergulha no Cachão associando-se ainda ao cabeço atividades de culto religioso, romaria anual, espaço de superstições, de encantamento, de contemplação, de lazer e de turismo espontâneo.

Referem as antigas memórias Paroquiais a existência no local de "silvestres árvores e medicinais ervas" ou de reconhecida "abundância de carvalhos, de matos, de sobreiros e carrascos, estevais e torgas" e ainda a grande produção de cortiça que com ela compunham almadias que assim se transportavam até à cidade do Porto.

Aliás, a proteção dos ecossistemas do Ermo remonta a posturas municipais de finais do Séc. XIX, pois, permitindo e regulamentando as pastagens, proibiam que se danificassem as árvores existentes. Em 1907 referem-se os seus líquenes, gramíneas, giestas e sobreiros, além de "mirradas e esporádicas plantas" e, em 1911, referia-se que, além dos "sobros", sobrevivia "a vegetação rude, bravia e saxatil".

Também se referia então, a existência de uma horta de inverno e de plantas com propriedades curativas como: o cardo-santo, a aristóquia grande, a centaurea menor, a língua de vaca, a losna, a agrimónia, a escabióra, o alecrim, a gilbardeira, o funcho, a bolsa de pastor e muitas outras.

Apesar de algumas espécies exóticas e infestantes terem vindo a acentuar a sua presença, a singular flora mediterrânica do lugar mantém-se dando-nos a idéia do que seriam os cobertos vegetais de todo o Douro. O ermo de S. Salvador do Mundo é uma relíquia do paraíso perdido e da mediterraneidade sobrevivente da "Arca de Noé" do Douro.

Já não existem, no seu termo, veados e ursos como atestam os longínquos forais medievais da Pesqueira, mas no Ermo (onde a caça é proibida) funciona o refúgio de muitas espécies como o coelho, a lebre, o javali, a geneta, o esquilo, e o morcego de ferradura grande e, no reino dos céus, muitas aves, úteis à agricultura (como já se dizia em 1807) e que ainda hoje fazem parte dos ecossistemas naturais do Douro, onde se inclui uma grande variedade de belas borboletas.

Sabia que...

Quando se sobe ao cabeço e se olham as giestas, nota-se que todas têm atados vários nós. Eles estão ligados a rituais de casamento e de fertilidade, muito generalizados noutros miradouros durienses.



Observação e Atividades de Natureza

Observação de Aves



01



Observação de Anfíbios e Répteis



02



Observação de insetos



03



Observação de Mamíferos



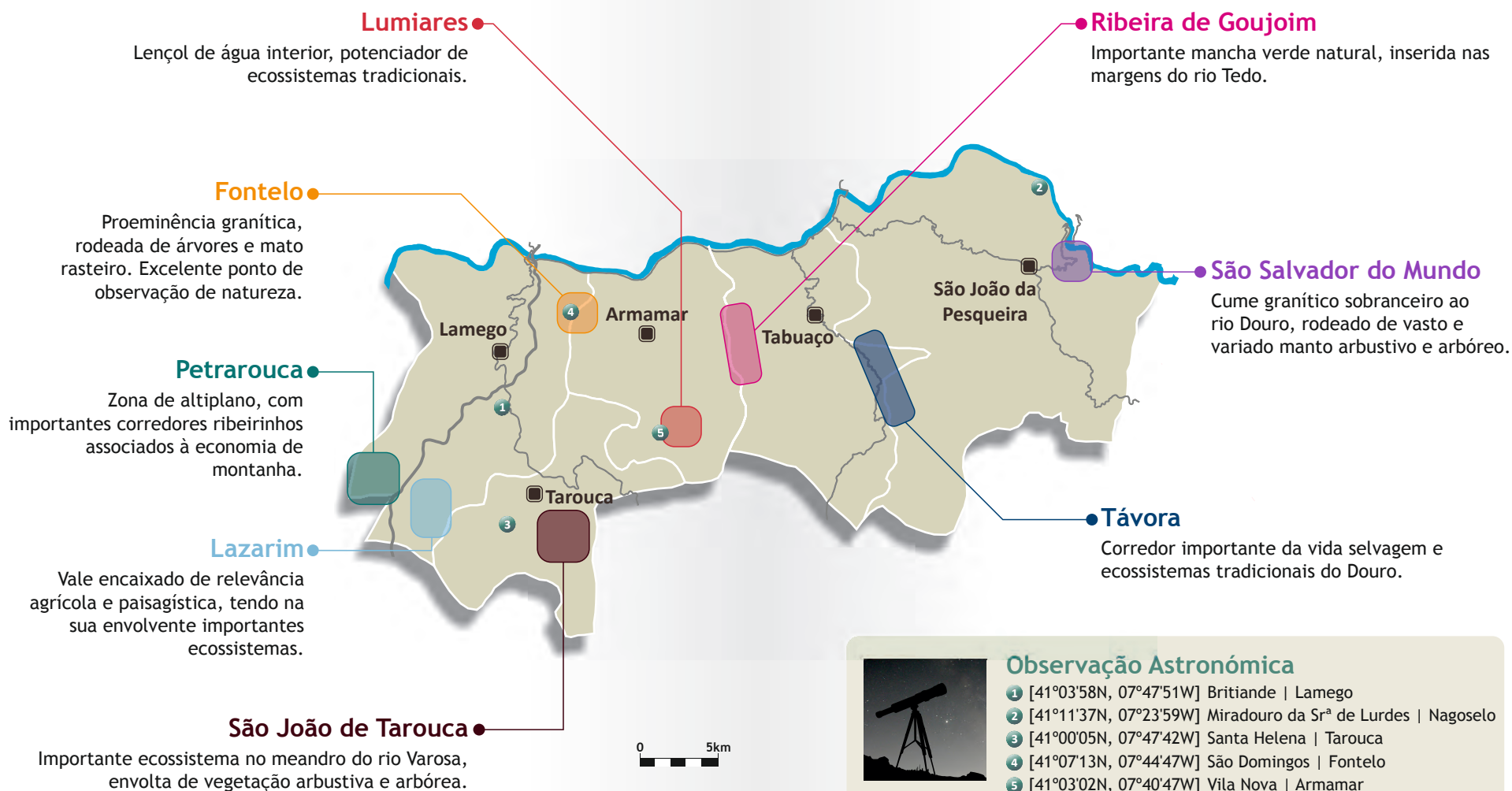
04



Observação de Flora



05



01

Observação de Aves



Informação

O período mais favorável para a observação de aves é o início da manhã para pequenas aves ou passeriformes; ao meio da manhã o tempo é mais favorável à observação de grandes rapinas e à noite é o período favorável à observação das aves noturnas.

Geografia

Serra das Meadas, Rios Balsemão, Távora, Varosa, Tedo, afloramentos rochosos, florestas, bosques, zonas ribeirinhas.

Espécies

Abelharuco, Abutre-do-Egito, Águia-cobreira, Águia-d'asa-redonda, Águia-de-Bonelli, Andorinha-das-barreiras, Andorinha-das-rochas, Andorinha-aurica, Andorinha-dos-beirais, Andorinhão-preto, Bico-de-lacre, Carriça, Cartaxo-comum, Chamariz, Chapim-de-poupa, Chapim-rabilongo, Chapim-real, Codorniz, Coruja-das-torres, Coruja-do-mato, Corvo, Corvo-marinho-de-faces-brancas, Cotovia-de-poupa, Cotovia-dos-bosques, Cotovia-escura, Cuco, Estrelinha-real, Falcão-peregrino, Felosa-do-mato, Gaio, Galinha-d'água, Galinhola, Garça-real, Gavião, Gralha, Gralha-de-nuca-cinzenta, Guarda-rios, Laverca, Maçarico-das-rochas, Melro-azul, Melro-das-rochas, Melro-de-água, Milhafre-preto, Milhafre-real, Mocho-de-orelhas, Mocho-galego, Papa-amoras, Papa-figos, Pardal, Pardal-francês, Pardal-montês, Pato-real, Pega, Penereiro-vulgar, Perdiz-vermelha, Peto-verde, Picanço-barreteiro, Picanço-real, Pintarroxo, Pintassilgo, Pombo-das-rochas, Pombo-torcaz, Poupa, Rabirruivo-comum, Rola-brava, Rouxinol-bravo, Rouxinol-comum, Sombria, Tartaranhão-caçador, Tentilhão, Tordeia, Tordo-ruivo, Tordo-zornal, Toutinegra-de-barrete-preto, Toutinegra-de-cabeça-preta, Trepadeira-azul, Trepadeira-comum, Verdilhão.

Locais de Observação

[41°07'13N, 07°44'47W] Fontelo	[41°05'23N, 07°37'22W] Ribeira de Goujoim
[41°00'55N, 07°51'16W] Lazarim	[40°59'33N, 07°44'59W] S. João de Tarouca
[41°03'29N, 07°40'03W] Lumiares	[41°09'08N, 07°21'59W] S. Salvador do Mundo
[41°01'35N, 07°54'10W] Petrarouca	[41°05'51N, 07°31'47W] Távora

Centros de Interpretação

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego - 254 656 185 [41°06'25N, 07°50'21W]

02

Observação de Anfíbios
e Répteis

Informação

Os répteis são mais fáceis de observar nas horas de maior insolação, enquanto os anfíbios podem ser observados a qualquer hora do dia.

Geografia

Afloramentos rochosos, florestas, bosques, zonas ribeirinhas.

Espécies

Cágado-comum, Cobra-de-água-viperina, Cobra-de-ferradura, Rã-ibérica, Rã-verde, Salamandra-de-pintas-amarelas, Salamandra-lusitânica, Sapo comum, Sapo-parteiro-comum, Tritão-de-ventre-laranja, Tritão-marmorado.

Locais de Observação

[41°00'55N, 07°51'16W] Lazarim
 [41°05'23N, 07°37'22W] Ribeira de Goujoim
 [41°09'08N, 07°21'59W] S.Salvador do Mundo
 [41°05'51N, 07°31'47W] Távora

Centros de Interpretação

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego - 254 656 185 [41°06'25N, 07°50'21W]

03

Observação de Insectos



Informação

Os insectos são mais fáceis de observar, durante o dia nos períodos de maior calor, principalmente na primavera e verão.

Geografia

Afloramentos rochosos, florestas, bosques, zonas ribeirinhas.

Espécies

Anthocharis cardamines, *Anthocharis euphenoides*, *Aricia cramera*, *Callophrys avis*, *Callophrys rubi*, *Carcharodus alceae*, *Celastrina argiolus*, *Charaxes jasius*, *Elanargia lachesis*, *Glaucopsyche melanops*, *Hesperia comma*, *Inachis io*, *Iphiclides feisthamelii*, *Laeosopsis roboris*, *Lampides boeticus*, *Leptidea sinapis*, *Libythea celtis*, *Lycaena alciphron*, *Lycaena phlaeas*, *Lycaena tityrus*, *Maniola jurtina*, *Melanargia ines*, *Melitaea didyma*, *Melitaea phoebe*, *Oclodes sylvanus*, *Papilio machaon*, *Pieris brassicae*, *Pieris rapae*, *Plebejus argus*, *Polymmatius Icarus*, *Pseudophiltes baton*, *Pseudophiltes panoptes*, *Pyrgus onopordi*, *Spialia sertorius*, *Thymelicus acteon*, *Thymelicus lineola*, *Thymelicus sylvestris*, *Zerynthia rumina*.

Locais de Observação

[41°00'55N, 07°51'16W] Lazarim

[41°01'35N, 07°54'10W] Petrarouca

[41°05'51N, 07°31'47W] Távora

[41°05'23N, 07°37'22W] Ribeira de Goujoim

[40°59'33N, 07°44'59W] S. João de Tarouca

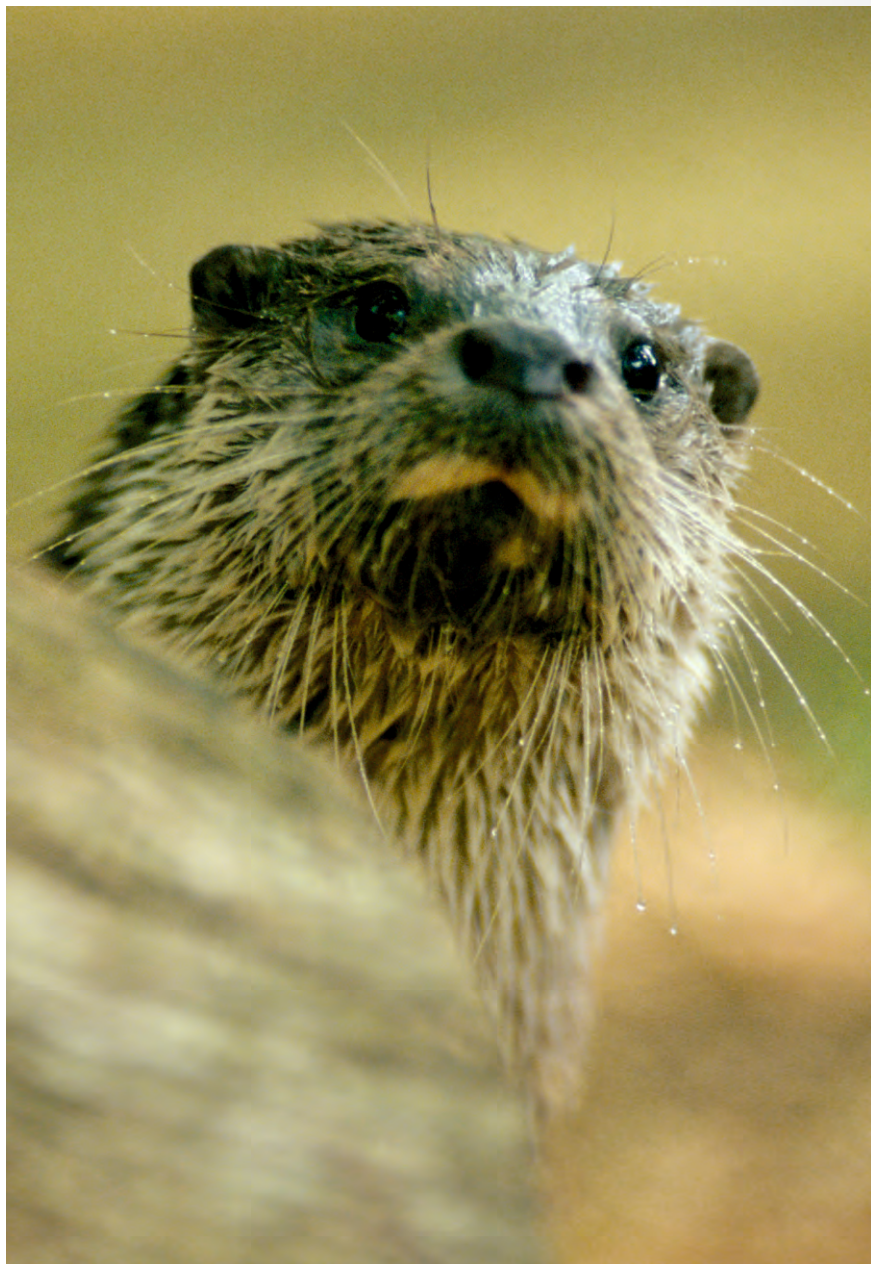
[41°09'08N, 07°21'59W] S. Salvador do Mundo

Centros de Interpretação

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego - 254 656 185 [41°06'25N, 07°50'21W]

04

Observação de Mamíferos



Informação

Regra geral, os mamíferos são mais ativos durante a noite e nas horas que antecedem o amanhecer ou anoitecer.

Geografia

Afloramentos rochosos, florestas, bosques, zonas ribeirinhas.

Espécies

Coelho, Corço, Doninha, Esquilo-vermelho, Fuinha, Gato-bravo, Geneta, Javali, Lebre, Leirão, Lobo, Lontra, Morcego anão, Morcego-arborícola-pequeno, Morcego-de-água, Morcego-de-bigodes, Morcego-de-Savi, Morcego-hortelão, Morcego-rabudo, Musaranho-de-dentes-brancos-grande, Ouriço-cacheiro, Raposa, Ratinho-ruivo, Rato do campo, Rato-caseiro, Rato-de-água, Texugo, Toupeira, Toupeira-de-água.

Locais de Observação

[41°00'55N, 07°51'16W] Lazarim
 [41°05'23N, 07°37'22W] Ribeira de Goujoim
 [41°05'51N, 07°31'47W] Távora

Centros de Interpretação

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego - 254 656 185 [41°06'25N, 07°50'21W]

05

Observação de Flora



Informação

O período preferencial para a observação da flora, decorre entre março e outubro.

Geografia

Afloramentos rochosos, florestas, bosques, zonas ribeirinhas.

Espécies

Abrótea-da-Primavera, Abrunheiro, Açucena-brava, *Arenaria querioides*, Azevinho, Azinheira, Buxo, Carvalho Cerquinho, Carvalho Negral, Cornalheira, Craveiro-de-Maio, Dedaleira-preta, *Dianthus laricifolius*, *Epipactis lusitanica*, Erva-peixeira, Erva-ursa, Esteva, *Festuca duriotagana*, Folhado, Giesta Branca, Giesta-pioneira, *Holcus duriensis*, Lentisco-bastardo, Lodão, Medronheiro, Piorno-amarelo, Pólio, *Quercus x coutinhoi*, Rosmaninho, Samacalo-peludo, Sargaço, *Silene acutifolia*, Sobreiro, Tojo-molar, Zêlha, Zimbro.

Locais de Observação

[41°00'55N, 07°51'16W] Lazarim

[41°01'35N, 07°54'10W] Petrarouca

[41°05'51N, 07°31'47W] Távora

[41°05'23N, 07°37'22W] Ribeira de Goujoim

[41°09'08N, 07°21'59W] S.Salvador do Mundo

Centros de Interpretação

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego - 254 656 185 [41°06'25N, 07°50'21W]

Atividades de Ar Livre

O Douro pelas suas belezas paisagísticas e pela amplitude dos seus horizontes, favorece o desenvolvimento de um conjunto de atividades de contacto com a natureza. Existem um conjunto alargado de caminhos e percursos direcionados para essas atividades.

Caminhos durienses

Estes caminhos são preferencialmente vocacionados para atividades não motorizadas e inserem-se em cenários de valor paisagístico natural, histórico e cultural.

Atividades a desenvolver

Atividades pedestres e de lazer, interpretação da natureza (observação de relevâncias naturais), contacto com atividades artesanais, prática de BTT, montanhismo, escalada, passeios a cavalo entre outras.

Trilhos e Percursos Organizados

1-Percurso da Anta de Mazes

Locais	Mazes Lamego
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	6,1km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Lamego
Contacto	Posto de Turismo 254 612 005 info@douro-turismo.pt

2-Percurso da Serra das Meadas

Locais	Lamego
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	11,4km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Lamego
Contacto	Posto de Turismo 254 612 005 info@douro-turismo.pt

3-Percurso das Máscaras de Lazarim

Locais	Lazarim Lamego
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	8,4km 3h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Lamego
Contacto	Posto de Turismo 254 612 005 info@douro-turismo.pt



4-Percurso das Terras de D. Pedro Afonso

Locais	Lalim Lamego
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	6,9km 3h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Lamego
Contacto	Posto de Turismo 254 612 005 info@douro-turismo.pt

5-Percurso do Balsemão

Locais	Sande Valdigem Lamego
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	2,8km 1h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Lamego
Contacto	Posto de Turismo 254 612 005 info@douro-turismo.pt

6-Rota das Aldeias Abandonadas

Locais	Mazes Lamego
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	6,1km 3h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

7-Rotas das Amendoeiras

Locais	Vilarouco Valongo dos Azeites Pereiros S. João da Pesqueira
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média / Baixa
Distância	17,6km 7h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de São João da Pesqueira
Contacto	Posto de Turismo 254 489 985 turismo@sjpesqueira.pt

8-Rota do Vale do Tedo

Locais	Granja do Tedo Rib. Goujoim Pinheiros V. Figueira Tabuaço
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	13,8km 4h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Tabuaço
Contacto	Posto de Turismo 254 789 049 turismo@cm-tabuaco.pt

9-Trilho do Chasco Preto

Locais	Ervedosa do Douro São João da Pesqueira
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Média / Alta
Distância	18km 5h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

Empresas de Animação, Aventura e Lazer**Montes de Encanto**

Apartado 17 | 5451-908 Pedras Salgadas
Tel. 259 433 146 | Telm. 933 237 709 | info@montes-de-encanto.pt
Serviços: Trilhos e percursos pedestres de interpretação de natureza, comércio de produtos naturais.

Naturimont

Rua Nova, n°26 | 5100-154 Lamego
Telm. 969 081 507 | info.naturimont@mail.telepac.pt
Serviços: BTT, Montanhismo, Canorafting, Cannyoning, Canoagem, Passeios de Barco, Todo o Terreno, entre outros.

Tarouca Equestre

Campo de S. Miguel | 3610 Tarouca
Telm. 968 390 824 | geral@taroucaequestre.com
Serviços: Passeios a cavalo pelo campo, passeios a cavalo em Picadeiro, aulas de Equitação.

Espaços de Interpretação de Natureza**Parque Biológico da Serra das Meadas**

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego | 41°06'25 N 07°50'21 W
Tel. 254 656 185 | parquebio@cm-lamego.pt

Praias Fluviais

As praias fluviais do Douro têm por norma magníficos cenários onde estão inseridas e constituem uma excelente oferta de usufruto, de bem-estar e de diversão.

Maravilhe-se com elas!

Praia Fluvial da Granja do Tedo

Serviços de apoio: wc, bar, parque de merendas
Localização: Granja do Tedo, Tabuaço [41°03'52 N, 07°36'52 W]

Praia Fluvial de Mondim da Beira

Serviços de apoio: wc, bar, parque de merendas
Localização: Tarouca [41°06'52 N, 07°45'51 W]

Praia Fluvial de Várzea da Serra

Serviços de apoio: parque de merendas
Localização: Várzea da Serra [40°59'32 N, 07°49'25 W]

Praia Fluvial do Rio Varosa

Localização: Ucanha [41°02'49 N, 07°44'55 W]



Utilidades Turísticas

O acesso a esta unidade de território pode-se efetuar através do sistema rodoviário e fluvial. Existe uma rede de carreiras regulares que asseguram a deslocação entre as várias localidades, dentro da unidade de território.

Acesso Ferroviário

Comboios de Portugal | Tel. 808 208 208 | www.cp.pt

Acesso Rodoviário

Rede Nacional de Expressos | Tel. 707 223 344 | www.rede-expressos.pt

Rodonorte | Tel. 259 340 710 | www.rodonorte.pt

Transdev | Tel. 222 006 954 | www.citiexpress.eu

Acesso Viário

A Partir do Porto

Porto - Armamar: 140km | 1h50m (A4|IP4|A24|N222|N313)

Porto - Lamego: 135km | 1h45m (A4|IP4|A24)

Porto - São João da Pesqueira: 170km | 2h30m (A4|IP4|A24|N222)

Porto - Tabuaço: 155km | 2h10m (A4|IP4|A24|N323)

Porto - Tarouca: 145km | 1h55m (A4|IP4|A24|N226)

A Partir de Viseu

Viseu - Armamar: 75km | 1h05m (A24|N222|N313)

Viseu - Lamego: 60km | 0h50m (A24)

Viseu - São João da Pesqueira: 110km | 1h45m (A24|N222)

Viseu - Tabuaço: 95km | 1h30m (A24|N222|N323)

Viseu - Tarouca: 70km | 1h (A24|N226)

A Partir de Bragança

Bragança - Armamar: 150km | 2h15m (IP4|A24|N222|N313)

Bragança - Lamego: 150km | 2h10m (IP4|A24)

Bragança - São João da Pesqueira: 150km | 2h30m (IP4|IP2|N102|N222)

Bragança - Tabuaço: 140km | 2h25m (IP4|N15|N212|N322|N222|N323)

Bragança - Tarouca: 155km | 2h20m (IP4|A24|N226)

A Partir de Chaves

Chaves - Armamar: 100km | 1h15m (A24|N222|N313)

Chaves - Lamego: 100km | 1h10m (A24)

Chaves - São João da Pesqueira: 130km | 1h50m (A24|N222)

Chaves - Tabuaço: 115km | 1h30m (A24|N323)

Chaves - Tarouca: 105km | 1h15m (A24|N226)

Acesso Fluvial

Consultar Logística Fluvial | Pág. 160

Saúde e Segurança

Número Nacional de Emergência: 112

Bombeiros - Linha Verde: 800 202 425

Hospital de Lamego

Lugar da Franzia | Lamego
Tel. 254 609 980

Centro de Saúde de Armamar

Av. Dr. António Oliveira Salazar | Armamar
Tel. 254 855 260

Centro de Saúde de São João da Pesqueira

Avenida Marques de Soveral, nº2 | São João da Pesqueira
Tel. 254 489 400

Centro de Saúde de Tabuaço

Rua de São Vicente | Tabuaço
Tel. 254 780 130

Centro de Saúde de Tarouca

Rua Alberto Pereira Martins | Tarouca
Tel. 254 679 200

Polícia de Segurança Pública de Lamego

Avenida Dr. António Osório da Mota | Lamego
Tel. 254 656 739

Guarda Nacional Republicana de Armamar

Praça da República nº28 | Armamar
Tel. 254 855 259

Guarda Nacional Republicana de Lamego

Rua Regimento de Infantaria nº9 | Lamego
Tel. 254 612 123

Guarda Nacional Republicana de São João da Pesqueira

Rua Oliveira dos Amores nº17 | São João da Pesqueira
Tel. 254 484 244

Guarda Nacional Republicana de Tarouca

Avenida Padre Duarte | Tarouca
Tel. 254 679 253

Guarda Nacional Republicana de Tabuaço

Rua Abel Barradas | Tabuaço
Tel. 254 789 214

Postos de Informação Turística

Posto de Turismo de Armamar

Avenida Dr. Oliveira Salazar | Armamar
Tel. 254 855 929 | turismo@cm-armamar.pt

Posto de Turismo de Lamego

Avenida Visconde Guedes Teixeira | Lamego
Tel. 254 612 005 | info@douro-turismo.com

Posto de Turismo de São João da Pesqueira

Praça da República | São João da Pesqueira
Tel. 254 489 985 | turismo@sjpesqueira.pt

Posto de Turismo de Tabuaço

Jardim Conde Ferreira | Tabuaço
Tel. 254 789 049 | turismo@cm-tabuaco.pt

Município de Tarouca

Av. Dr. Alexandre Taveira Cardoso | Tarouca
Tel. 254 677 420 | comunicacao@cm-tarouca.pt





Onde os Lobos Uivam

Terras da Nave e Leomil

Os Municípios de Moimenta da Beira, de Sernancelhe e de Penedono integram-se num ambiente de transição, mais continental, por se encontrarem inseridos nos planaltos mais interiores, onde já se evidenciam características do Maciço Central. O seu enquadramento geográfico tem como pontos de referência encostas, verdes colinas, veigas e os vales dos rios Varosa, Paiva, Távora e Torto bem como as serras de Leomil e da Nave. Nestas últimas perdura o Lobo, o histórico “Príncipe das Penedias”, que integra o núcleo populacional do sul do Douro e sobre o qual se construiu o imaginário e a cultura tradicional dos povos de montanha.

É um território ecológico e límpido, um hino à Natureza afagado pelo murmúrio dos ventos varredores que afeiçoam silenciosas ermidas, morros graníticos, soutos e os gestos dos homens. Assenta em pilares ancestrais de um território austero, a que Aquilino chamou “Terras do Demo”, não por serem malditas, mas por serem duras e indomáveis, característica que transmitiram às suas gentes, aos seus mundos interiores, às suas vivências e às suas tradições e tragédias.

Barragem do Vilar

TOP TEN

Um Santuário Interior!

Esta Barragem está enquadrada nos municípios de Moimenta da Beira e Sernancelhe. A orografia envolvente assenta nas serras da Nave e Leomil. A Paisagem envolvente integra um heterogéneo conjunto de habitats, compreendidos por bosques, matagais, veigas, galerias ribeirinhas e demais comunidades rurais e de pastagens.

Este enquadramento vem favorecer o contexto de um território ecológico e límpido, que muito se valoriza com o lençol de água e os ecossistemas que a barragem propicia.

A sua construção visou suprir necessidades de abastecimento de água às populações, às culturas e a contextos de lazer muito apreciados. Esta reserva veio albergar um número significativo de espécies de aves, sobretudo aquáticas, apresentando relevantes argumentos para a atração de observadores de espécies.

De entre um vasto leque destacam-se: o Mergulhão-de-Crista com a sua vistosa plumagem, o Mergulhão-pequeno e as suas incessantes correrias aquáticas, o Pato-real, o Galeirão, a Garça-real e a Galinha-de-água, entre outras.

Nos céus são frequentes o Milhafre-negro e o seu voo solitário e, descrevendo círculos, surge a altiva Águia-de-asa-redonda.

Sabia que...

Lobo (*Canis lupus*)

Em Portugal o lobo tem um estatuto de conservação elevado, com uma lei específica que o protege (Lei 90/88 e Decreto-Lei 139/90).

Com uma atividade essencialmente noturna, alimenta-se principalmente de ungulados selvagens, como o corço, veado e javali, e domésticos como a cabra e a ovelha.

É uma espécie altamente cooperativa com uma organização social complexa, para além de caçarem em alcateia, cuidam das crias em conjunto.

Muitas vezes os danos causados pelo lobo são altamente exagerados, pois são frequentes os ataques a gado feitos por cães assilvestrados.

Observação e Atividades de Natureza

Observação
de Aves



01



Observação
de Anfíbios e Répteis



02



Observação
de insectos



03



Observação
de Mamíferos



04



Observação
de Flora



05



Ourozinho

Zona ribeirinha com presença de galerias ripícolas e zonas agrícolas.

Albufeira de Vilar

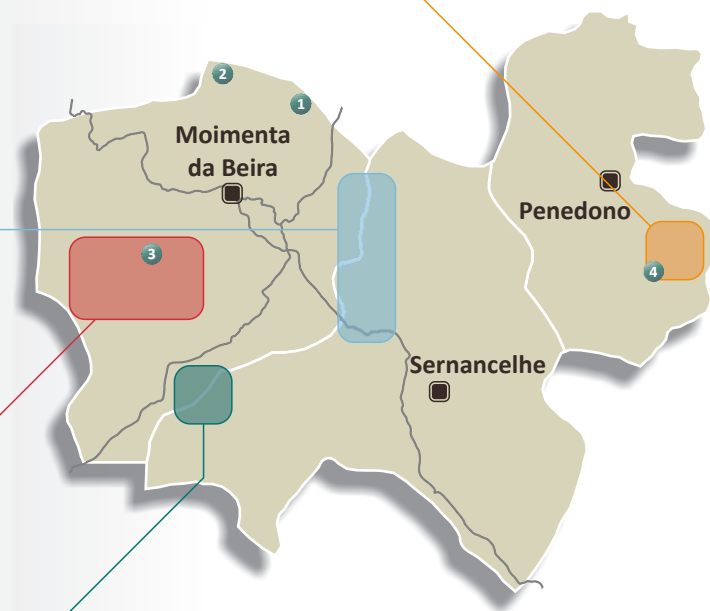
Espelho de água relevante em território de interior, sendo importante reserva de avifauna.

Serra de Leomil e Nave

Zonas de Altiplano com excelentes locais de observação de natureza, preponderantes na sobrevivência do Lobo Ibérico.

Lamosa

Importante zona agrícola com relevantes recursos hídricos e ecossistemas.



Observação Astronómica

- 1 [41°01'34N, 07°34'21W] Santuário de São Torcato | Cabaços
- 2 [41°02'17N, 07°37'13W] Castelo | Moimenta da Beira
- 3 [40°57'20N, 07°39'22W] Serra de Leomil
- 4 [40°56'57N, 07°22'01W] Barragem Ponte Pedrinha | Ourozinho

01

Observação de Aves



Informação

O período mais favorável para a observação de aves é o início da manhã para pequenas aves ou passeriformes; ao meio da manhã o tempo é mais favorável à observação de grandes rapinas e à noite é o período favorável à observação das aves noturnas.

Geografia

Serra de Leomil e Nave, Albufeira de Vilar, afloramentos rochosos, lameiros, escarpas fluviais, matas ribeirinhas, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Abelharuco, Águia-cobreira, Águia-d'asa-redonda, Águia-de-Bonelli, Andorinha-das-barreiras, Andorinha-das-rochas, Andorinha-daurica, Andorinha-dos-beirais, Andorinhão-preto, Bico-de-lacre, Carriça, Cartaxo-comum, Chamariz, Chapim-de-poupa, Chapim-rabilongo, Chapim-real, Codorniz, Coruja-das-torres, Coruja-do-mato, Corvo, Cotovia-de-poupa, Cotovia-dos-bosques, Cotovia-escura, Cuco, Estrelinha-real, Falcão-peregrino, Felosa-do-mato, Gaio, Galinha-d'água, Galinhola, Garça-real, Gavião, Gralha, Gralha-de-nuca-cinzenta, Guarda-rios, Laverca, Maçarico-das-rochas, Melro-azul, Melro-das-rochas, Melro-de-água, Mergulhão-de-crista, Milhafre-preto, Milhafre-real, Mocho-de-orelhas, Mocho-galego, Papa-amoras, Papa-figos, Pardal, Pardal-francês, Pardal-montês, Pato-real, Pega, Pega-azul, Penereiro-vulgar, Perdiz-vermelha, Peto-verde, Picanço-barreteiro, Picanço-real, Pintaroxo, Pintassilgo, Pombo-das-rochas, Pombo-torcaz, Poupa, Rabirruivo-comum, Rola-brava, Rouxinol-bravo, Rouxinol-comum, Sombria, Tartaranhão-caçador, Tentilhão, Tordeia, Tordo-músico, Tordo-ruivo, Tordo-zornal, Toutinegra-de-barrete-preto, Toutinegra-de-cabeça-preta, Trepadeira-azul, Trepadeira-comum, Verdilhão.

Locais de Observação

[40°59'13N, 07°32'13W] Albufeira de Vilar
 [40°53'22N, 07°37'27W] Lamosa
 [40°56'57N, 07°22'01W] Ourozinho
 [40°56'27N, 07°40'05W] Serra de Leomil e Nave

Centros de Interpretação

Contactar Postos de Turismo Municipais

02

Observação de Anfíbios
e Répteis**Informação**

Os répteis são mais fáceis de observar nas horas de maior insolação, enquanto os anfíbios podem ser observados a qualquer hora do dia.

Geografia

Albufeira de Vilar e Ponte Pedrinha, lameiros, matas ribeirinhas, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Cágado-comum, Cobra-de-água-viperina, Cobra-de-ferradura, Cobra-rateira, Lagartixa-do-mato-comum, Lagartixa-ibérica, Lagarto-d'água, Rã-ibérica, Rã-verde, Relã, Salamandra-de-pintas-amarelas, Salamandra-lusitânica, Sapo comum, Sapo-corredor, Sapo-parteiro-comum, Sardanisca, Sardão, Tritão-de-ventre-laranja, Tritão-marmorado.

Locais de Observação

[40°59'13N, 07°32'13W] Albufeira de Vilar
[40°53'22N, 07°37'27W] Lamosa
[40°56'57N, 07°22'01W] Ourozinho

Centros de Interpretação

Contactar Postos de Turismo Municipais

03

Observação de Insectos



Informação

Os insectos são mais fáceis de observar, durante o dia nos períodos de maior calor, principalmente na primavera e verão.

Geografia

Albufeira de Vilar e Ponte Pedrinha, lameiros, matas ribeirinhas, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Aglais urticae, *Anthocharis cardamines*, *Anthocharis euphenoides*, *Aporia crataegi*, *Argynnis adippe*, *Argynnis niobe*, *Argynnis pandora*, *Argynnis paphia*, *Aricia cramera*, *Boloria selene*, *Brintesia circe*, *Callophrys avis*, *Callophrys rubi*, *Carcharodus alceae*, *Celastrina argiolus*, *Charaxes jasius*, *Coenonympha arcania*, *Coenonympha dorus*, *Coenonympha pamphilus*, *Colias croceus*, *Euchloe belemia*, *Euchloe crameri*, *Euphydryas aurinia*, *Glaucopsyche melanops*, *Gonepteryx rhamni*, *Gonepteryx cleopatra*, *Hesperia comma*, *Hippachia alcyone*, *Hippachia fidia*, *Hipparchia semele*, *Hipparchia statilinus*, *Hyponphele lycaon*, *Inachis io*, *Iphiclides fessithameli*, *Issoria lathonia*, *Laeosopis roboris*, *Lampides boeticus*, *Lasiommata maera*, *Lasiommata megera*, *Leptidea sinapis*, *Leptotes pirithous*, *Libythea celtis*, *Limentis reducta*, *Lycaena alciphron*, *Lycaena phlaeas*, *Lycaena tityrus*, *Maniola jurtina*, *Melanargia lachesis*, *Melanargia occitanica*, *Melanargia russiae*, *Melitaea athalia*, *Melitaea cinxia*, *Melitaea deione*, *Melitaea didyma*, *Melitaea phoebe*, *Melitaea trivia*, *Nymphalis antiopa*, *Nymphalis polychloros*, *Ochlodes sylvanus*, *Papilio machaon*, *Pararge aegeria*, *Pieris brassicae*, *Pieris napi*, *Pieris rapae*, *Plebejus argus*, *Polygonia c-album*, *Polyommatus bellargus*, *Polyommatus icarus*, *Pontia daplidice*, *Pseudophilotes baton*, *Pyrgus malvoides*, *Pyrgus onopodi*, *Pyronia bathseba*, *Pyronia cecilia*, *Pyronia tithonus*, *Satyrion esculi*, *Satyrion spini*, *Satyrum ilicis*, *Spialia sertorius*, *Thymelicus acteon*, *Thymelicus lineola*, *Thymelicus sylvestris*, *Tomares ballus*, *Vanessa atalanta*, *Vanessa cardui*, *Zerynthia rumina*.

Locais de Observação

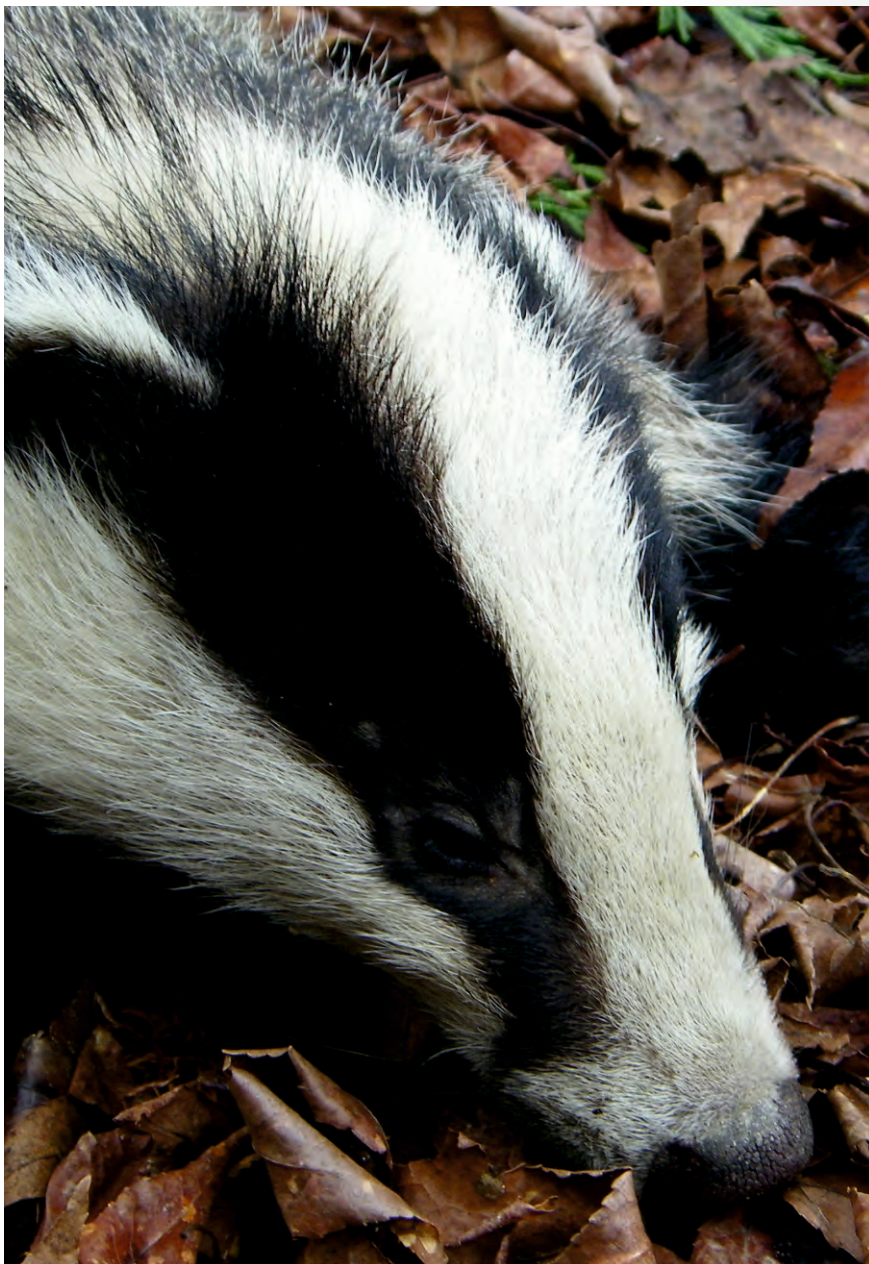
[40°59'13N, 07°32'13W] Albufeira de Vilar
 [40°53'22N, 07°37'27W] Lamosa
 [40°56'57N, 07°22'01W] Ourozinho

Centros de Interpretação

Contactar Postos de Turismo Municipais

04

Observação de Mamíferos

**Informação**

Regra geral, os mamíferos são mais ativos durante a noite e nas horas que antecedem o amanhecer ou anoitecer.

Geografia

Serra de Leomil e Nave, Albufeira de Vilar, afloramentos rochosos, lameiros, escarpas fluviais, matas ribeirinhas, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Arminho, Coelho, Corço, Doninha, Esquilo-vermelho, Fuinha, Gato-bravo, Geneta, Javali, Leirão, Lobo, Lontra, Morcego anão, Morcego de Savi, Morcego-arborícola-pequeno, Morcego-de-água, Morcego-de-bigodes, Morcego-de-franja, Morcego-hortelão, Morcego-rabudo, Musaranho-de-dentes-brancos-grande, Ouriço-cacheiro, Raposa, Ratinho do campo, Ratinho-caseiro, Ratinho-ruivo, Rato-de-água, Texugo, Toirão, Toupeira-de-água.

Locais de Observação

[40°59'13N, 07°32'13W] Albufeira de Vilar

[40°53'22N, 07°37'27W] Lamosa

[40°56'27N, 07°40'05W] Serra de Leomil e Nave

Centros de Interpretação

Contactar Postos de Turismo Municipais

05

Observação de Flora

**Informação**

O período preferencial para a observação da flora, decorre entre março e outubro.

Geografia

Serra de Leomil e Nave, Albufeira de Vilar, afloramentos rochosos, lameiros, escarpas fluviais, matas ribeirinhas, campos agrícolas, florestas e matas.

Espécies

Abrótea-da-Primavera, Abrunheiro, Açucena-brava, Carvalho-negral, Craveiro-de-Maio, Giesta-branca, Giesta-pioneira, Medronheiro, Rosmaninho, Sargaço, Sobreiro, Tojo-molar.

Locais de Observação

[40°59'13N, 07°32'13W] Albufeira de Vilar
 [40°53'22N, 07°37'27W] Lamosa
 [40°56'27N, 07°40'05W] Serra de Leomil e Nave

Centros de Interpretação

Contactar Postos de Turismo Municipais

Atividades de Ar Livre

O Douro pelas suas belezas paisagísticas e pela amplitude dos seus horizontes, favorece o desenvolvimento de um conjunto de atividades de contacto com a natureza. Existem um conjunto alargado de caminhos e percursos direcionados para essas atividades.

Caminhos durienses

Estes caminhos são preferencialmente vocacionados para atividades não motorizadas e inserem-se em cenários de valor paisagístico natural, histórico e cultural.

Atividades a desenvolver

Atividades pedestres e de lazer, interpretação da natureza (observação de relevâncias naturais), contacto com atividades artesanais, prática de BTT, montanhismo, escalada, passeios a cavalo entre outras.

Trilhos e Percursos Organizados

1-Rota da Castanha e do Castanheiro

Locais	Sernancelhe
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Baixa
Distância	9.6km 3h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Sernancelhe
Contacto	Posto de Turismo 254 550 030 geral@cm-sernancelhe.pt



2-Rota da Serra

Locais	Pêra Velha Leomil Semitela Carapito Moimenta da Beira
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	26,5km 8h
Época do ano	primavera
Promotor	Município de Moimenta da Beira
Contacto	Posto de Turismo 254 520 103 posto-turismo@cm-moimenta.pt

3-Rota das "Orcas"

Locais	Serra de Leomil Planalto da Nave Moimenta da Beira
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Média
Distância	17,2km 5h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

4-Rota do Paiva

Locais	Segões Soutosa Ariz Moimenta da Beira
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	21km 6h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Moimenta da Beira
Contacto	Posto de Turismo 254 520 103 posto-turismo@cm-moimenta.pt

5-Rota do Sirigo

Locais	Antas Penedono
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	17km 6h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Penedono
Contacto	Posto de Turismo 254 509 030 cm.penedono@mail.telepac.pt

6-Rota do Távora

Locais	Vilar Rua Faia Moimenta da Beira
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média / Baixa
Distância	17km 8h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Município de Moimenta da Beira
Contacto	Posto de Turismo 254 520 103 posto-turismo@cm-moimenta.pt

7-Trilho da Trepadeira-azul

Locais	Lamosa Sernancelhe
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	6,8km 3h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Montes de Encanto
Contacto	259 433 146 info@montes-de-encanto.pt

Empresas de Animação, Aventura e Lazer

Montes de Encanto

Apartado 17 | 5451-908 Pedras Salgadas
 Tel. 259 433 146 | Telm. 933 237 709 | info@montes-de-encanto.pt
 Serviços: Trilhos e percursos pedestres de interpretação de natureza, comércio de produtos naturais.

Espaços de Interpretação de Natureza

Parque Biológico da Serra das Meadas

Sede do Parque Biológico das Meadas | Lamego | 41°06'25 N 07°50'21 W
 Tel. 254 656 185 | parquebio@cm-lamego.pt

Praias Fluviais

As praias fluviais do Douro têm por norma magníficos cenários onde estão inseridas e constituem uma excelente oferta de usufruto, de bem-estar e de diversão.

Maravilhe-se com elas!

Praia Fluvial da Faia

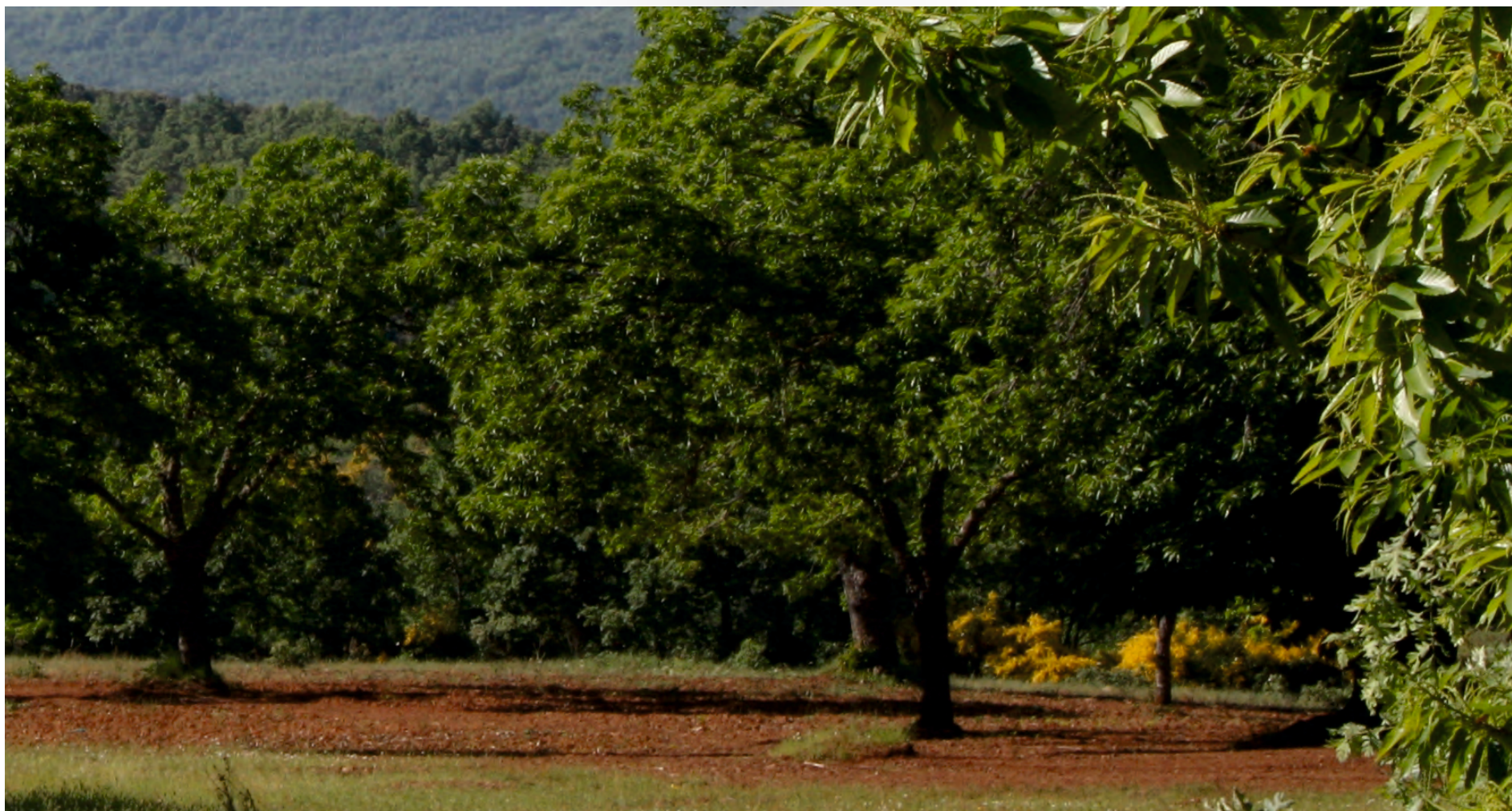
Serviços de apoio: wc, bar
 Localização: Faia | Sernancelhe [40°56'57 N, 07°32'30 W]

Praia Fluvial de Segões

Serviços de apoio: wc, parque de merendas
 Localização: Segões | Moimenta da Beira [40°51'45 N, 07°40'52 W]

Praia Fluvial de Vilar

Serviços de apoio: wc, bar
 Localização: Vilar | Moimenta da Beira [40°57'50 N, 07°32'42W]





Utilidades Turísticas

O acesso a esta unidade de território pode-se efetuar através do sistema rodoviário. Existe uma rede de carreiras regulares que asseguram a deslocação entre as várias localidades, dentro da unidade de território.

Acesso Rodoviário

Rede Nacional de Expressos | Tel. 707 223 344 | www.rede-expressos.pt
Transdev | Tel. 222 006 954 | www.citiexpress.eu

Acesso Viário

A Partir do Porto

Porto - Moimenta da Beira: 160km|2h20m (A4|IP4|A24|N226)

Porto - Penedono: 225km|2h50m (A1|A25|IP2|N226|N229)

Porto - Sernancelhe: 180km|2h40m (A4|IP4|A24|N226)

A Partir de Viseu

Viseu - Moimenta da Beira: 55km|1h15m (N229|N329|N323)

Viseu - Penedono: 105km|1h30m (A25|IP2|N226|N229)

Viseu - Sernancelhe: 50km|1h (N229)

A Partir de Bragança

Bragança - Moimenta da Beira: 175km|2h40m (IP4|A24|N226)

Bragança - Penedono: 140km|2h20m (IP4|IP2|N222|N331)

Bragança - Sernancelhe: 180km|2h50m (IP4|IP2|N102|N226)

A Partir de Chaves

Chaves - Moimenta da Beira: 120km|1h40m (A24|N226)

Chaves - Penedono: 150km|2h20m (A24|N226|EM506)

Chaves - Sernancelhe: 140km|2h05m (A24|N226)

Acesso Fluvial

Consultar Logística Fluvial | Pág. 160

Saúde e Segurança

Número Nacional de Emergência: 112

Bombeiros - Linha Verde: 800 202 425

Centro de Saúde de Moimenta da Beira
Av. da República | Moimenta da Beira
Tel. 254 520 250

Centro de Saúde de Penedono
Rua Dr. Vasco Tito Cunha | Penedono
Tel. 254 549 302

Centro de Saúde de Sernancelhe:
Tapada da Calçada | Sernancelhe
Tel. 254 550 000

Guarda Nacional Republicana de Moimenta da Beira
Avenida Eng. Amaro da Costa, nº 176 | Moimenta da Beira
Tel. 254 582 102

Guarda Nacional Republicana de Penedono
Avenida Adriano de Almeida, Penedono
Tel. 254 504 151

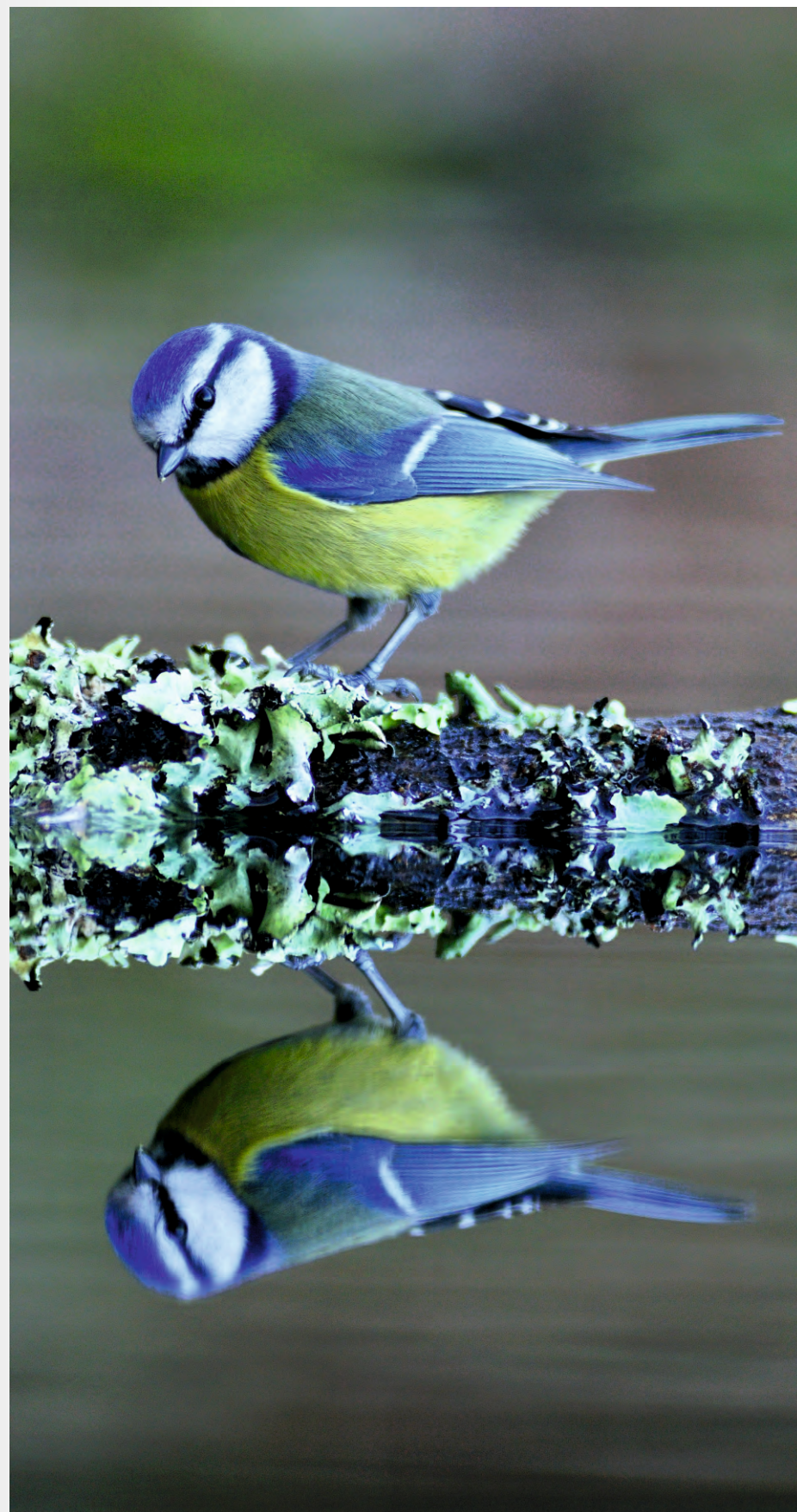
Guarda Nacional Republicana de Sernancelhe
Largo do Município, nº40 Sernancelhe
Tel. 254 595 200

Postos de Informação Turística

Posto de Turismo de Moimenta da Beira
Largo do Tabolado | Moimenta da Beira
Tel. 254 520 103 | posto-turismo@cm-moimenta.pt

Posto de Turismo de Penedono
Largo do Pelourinho | Penedono
Tel. 254 508 174 | penedono@cm-penedono.pt

Município de Sernancelhe
Edifício dos Paços do Concelho | Sernancelhe
Tel. 254 598 300 | geral@cm-sernancelhe.pt





Trovões de Pedra

Arribas e Arqueologia

Nesta Unidade de Território estão englobados os Municípios de Moncorvo, de Freixo de Espada à Cinta e de Vila Nova de Foz Côa que, no seu conjunto, compreendem vastas áreas geográficas de invulgares características naturais, onde se inscrevem as Arribas do Douro, a que Guerra Junqueiro chamou “Trovões de Pedra”.

Mas os valores geológicos e da avifauna expressam-se, ainda, na Ribeira do Mosteiro, nos miradouros emblemáticos, no Vale da Vilarça, na serra do Reboredo e no Vale do Côa. Em todos estes espaços se sente o melhor do Douro e as suas maiores riquezas.

Venham ver!

Com efeito, o Parque Natural do Douro Internacional confere a esta estrema ancestral de Portugal uma noção de centralidade natural e de santuário. Por sua vez, o pedregoso Vale do Côa é um santuário da arte rupestre de ar livre e Património da Humanidade, que tão bem se prolonga, para as suas arribas interiores, onde se refugia a intemporalidade. Até ao “calcanhar do Mundo” como dizia Saramago.

Na margem norte do Douro, acentua-se a cicatriz da Vilarça e as suas “rebofas” que a transformaram num “Nilo pequeno”, num Douro grande. Cenário de culturas de cânhamo, de linho, de hortas e de riqueza piscícola.

A serra de Reboredo alberga muitas e ricas espécies, percursos, prática de parapente e um riquíssimo património de arqueologia industrial e de mineração. Mas os miradouros desta Unidade de Território são indispensáveis à compreensão cénica dos largos horizontes e da sua interpretação. A sua gastronomia tem muita qualidade e respeita as receitas e condimentos naturais, de base mediterrânica, que aí se desenvolvem.

Esta área geográfica tem níveis baixos de pluviosidade e temperaturas elevadas que se aproximam das desérticas, em especial nos meses de verão.

Parque Natural do Douro Internacional

TOP
TEN

Paisagens fortes na fronteira do desconhecido

A característica mais notável do espaço natural, a que damos o nome de Douro Internacional, é sem dúvida a espetacularidade paisagística do seu vale escarpado. Um grandioso cenário natural, marcado pelo Rio Douro, hoje em dia transformado num enorme e tranquilo espelho de água, em resultado da construção de 6 barragens de produção hidroelétrica.

As vertentes de acentuado pendente - as denominadas “arribas” do Douro e do seu afluente Rio Águeda assumem-se como o elemento fundamental, mas onde também se encontram outros ambientes dignos de menção: o planalto agrícola das Terras de Miranda, os cerros florestados próximos de Mogadouro, a intrincada bacia da Ribeira do Mosteiro em Freixo de Espada à Cinta e a albufeira de Santa Maria de Aguiar no concelho de Figueira de Castelo Rodrigo.



A riqueza paisagística e natural que marca os mais de 120 quilómetros deste profundo acidente orográfico entre a meseta castelhana e as terras de Trás-os-Montes, cedo suscitaram, em ambos os países, a vontade de assegurar a sua proteção. Em Portugal, essa motivação foi concretizada em maio de 1998, com a publicação do Decreto Regulamentar 8/98, que instituiu formalmente o Parque Natural do Douro Internacional. Trata-se da segunda maior Área Protegida do país (cerca de 85000 hectares), que, somando a área do vizinho (e gémeo) Parque Natural de Arribes del Duero (criado em 2001), estamos a falar de uma das maiores manchas protegidas de toda a Europa.

Desde o seu nascimento nas altas montanhas de Soria até à sua foz na cidade do Porto, o Douro é um dos maiores rios da Península Ibérica. A partir da passagem na cidade de Zamora o seu vale vai ficando cada vez mais encaixado com o surgimento de numerosos afloramentos rochosos escarpados, ao longo das margens que o delimitam. O troço internacional do rio Douro faz uma brusca transição - o desnível é de cerca de 400m, entre a Meseta Ibérica e os vales da bacia inferior, já em território português. A maior altitude - 895m - regista-se a norte, em Nossa Senhora da Luz, junto à fronteira espanhola e a menor - 125m - em Barca d'Alva. O PNDI ocupa duas zonas planálticas, de natureza essencialmente granítica: uma mais elevada, o Planalto Mirandês, a norte, outra, no seu extremo sul, o de Ribacoa que acompanha o vale do Águeda. Entre as duas zonas citadas situa-se uma área xistosa - Freixo de Espada à Cinta - em que o vale se apresenta mais aberto. Talvez por esse motivo, este rio constitui uma marcada fronteira natural entre Espanha e Portugal mais concretamente, entre a região de Trás-os-Montes e a Comunidade de Castilla y León. Este enclave orográfico, o "Grand Canyon" da Península Ibérica, concentra uma grande riqueza ecológica partilhada pelas duas nações.

O substrato geológico é constituído por uma grande variedade de rochas, com destaque para granitos e rochas metamórficas (filitos, metagrauvaques, quartzitos e gnaisses), localmente cobertas por rochas sedimentares mais recentes (conglomerados, areias e argilas). Climaticamente, há invernos frios e chuvosos e estios quentes e secos, se bem que exista um contraste entre a metade norte do Parque Natural, inserida na Terra Fria Trasmontana, e a metade sul, de escassa precipitação e amena temperatura invernal, incluída na Terra Quente Trasmontana.

Na área do PNDI estão assinalados 20 Habitats Naturais de interesse comunitário,

cuja descrição assenta na composição botânica. Merecem referência os bosques endémicos de Zimbro (*Juniperus oxycedrus*), as manchas mais extensas e melhor conservadas do país, sendo esta a planta mais emblemática deste Parque. A azinheira, localmente designada por Carrasco, o Sobreiro, os Carvalhos, o Lodão, o Freixo formam, em conjunto com uma profusão de espécies de arbustos "mediterrânicos" (Cornalheiras, Zambujeiros, Somagres, Zelhas, Medronheiros, Estevas, Giestas, Piornos), matas densas e impenetráveis, plasmadas como tapetes entre fragedos e as margens do Douro. Esta composição diversificada, em termos de vegetação, acentua a singularidade paisagística deste espaço. Nas margens dos rios e ribeiros dominam comunidades onde pontificam o Amieiro (*Alnus glutinosa*), o Salgueiro (*Salix salvifolia*), o Freixo (*Fraxinus angustifolia*) e também o Lodão (*Celtis australis*). O Salgueiro está normalmente localizado nos rios e ribeiros de caudal variável, nas linhas de água que secam no verão ou a substituir o Amieiro. Outros elementos florísticos relevantes são os endemismos lusitano-durienses (dos quais se destacam *Antirrhinum lopesianum*, *Holcus setiglumis subsp. duriensis*, *Linaria coutinhoi*) entre outros, que aparecem nos leitos de cheia do Rio Douro, outrora contínuos nas margens, hoje em dia apenas em praias relicticas, a montante dos grandes reservatórios hidroelétricos.

O Parque Natural do Douro Internacional constitui, em termos faunísticos, uma das zonas mais importantes no contexto nacional, e mesmo ibérico. A sua riqueza e diversidade de espécies deriva das condições orográficas, climáticas e de ocupação humana, que apresentam uma marcada variação ao longo da vasta superfície desta área protegida. Podem considerar-se duas realidades ecológicas fundamentais, que definem a ocupação faunística deste espaço: os vales declivosos, por vezes escarpados, designados vulgarmente por arribas, e os planaltos, terrenos de relevo suave acima dos 500 m, onde também surgem escassos relevos quartzíticos residuais. A fauna de vertebrados silvestres do PNDI reúne 238 espécies, dos quais 28 de mamíferos, 168 de aves, 17 de répteis, 11 de anfíbios e 14 de peixes. Dentro dessa larga diversidade considera-se que o grupo faunístico de maior representatividade é o das aves. Essa relevância manifesta-se pela elevada diversidade de espécies e pela ocorrência de várias espécies ameaçadas, que guardam, nesta área, uma importante parcela das suas populações nidificantes a nível nacional e ibérico. Das 169 espécies de aves registadas na zona, 110 nidificam. As aves rupícolas que ocupam as abundantes escarpas rochosas do Douro Internacional, são as espécies mais emblemáticas desta região com 16 espécies (Cegonha-preta, Britango, Grifo, Águia-real, Águia





de Bonelli), Falcão-peregrino, Bufo-real, Andorinhão-real, Gralha-de-bico-vermelho, Chasco-preto). Merecem destaque diversas outras espécies com elevado estatuto de conservação e/ou com uma distribuição restrita em Portugal ou na região Norte, tais como o Milhafre-real, o Tartaranhão-caçador, o Alcaravão, a Rola, o Sisão, a Toutinegra-tomilheira, a Toutinegra-real, a Pega-azul e o Pardal-espanhol. Estas espécies distribuem-se na faixa planáltica, que inclui uma grande diversidade de habitats (lameiros, terrenos de cereal, vinhedos, floresta de produção e matos).

A interpretação da paisagem e da biodiversidade do Douro internacional nunca estaria completa sem a descrição dos aspetos associados à presença e atividade humana. Ao longo de milhares de anos o Homem explorou os recursos

existentes neste território, nuns casos extraindo-os, noutros favorecendo a sua expansão, sendo que as vontades das civilizações e povos, que passaram por aqui, constituíram a força de modulação da paisagem mais forte depois da génese geomorfológica.

O património arqueológico existente na zona é vasto: desde vestígios pré-históricos - gravura do cavalo de Mazouco, ruínas de fortificações castrejas, berrões - aos testemunhos da ocupação romana - povoados, necrópoles, pontes - passando pelos castelos e atalaias medievais, até aos exemplares de arquitetura do ferro de finais do século passado (linhas ferroviárias do Douro e do Sabor).

A área do Douro Internacional é muito rica em tradições etnológicas, artesanato e gastronomia. Do diversificado artesanato, assinalam-se os trabalhos em madeira, a tecelagem em lã e linho, a produção de seda, a cutelaria e a cestaria. Acrescenta-se a arcaica língua mirandesa que ainda se pode ouvir nas ruas de muitas aldeias dessa região; as festas, feiras e romarias, que ocorrem um pouco por toda a área e ao longo de quase todo o ano, continuam vivas e constituem fortes manifestações culturais. Quanto à gastronomia, destacam-se a “posta” mirandesa, o cabrito e o cordeiro assados, como também os vinhos (do Porto e do Planalto), o azeite, o queijo de ovelha e de cabra, o mel, os frutos secos. E há que não esquecer os afamados enchidos.

Apesar da sua dimensão, do vasto património que encerra, e da relativa raridade deste tipo de cenários monumentais e dramáticos em Portugal, o Douro Internacional é desconhecido da maioria da população nacional. É ainda uma fronteira desconhecida no mapa dos santuários ecoturísticos da Península Ibérica.

A não perder:

A praia da Congida, em Freixo de Espada-à-Cinta, é um local a não perder. Além de um amplo complexo de piscinas, é proporcionado alojamento e diversas atividades de usufruto do rio, exemplarmente enquadrada no deslumbrante cenário das Arribas.

Nessa oferta de serviços é possível usufruir de um cruzeiro ambiental, que nos transporta para cenários incríveis de contacto com a natureza do Douro Internacional.

Parque Natural do Douro Internacional
Tel. 279 340 030 | e-mail: pndi@icnb.pt



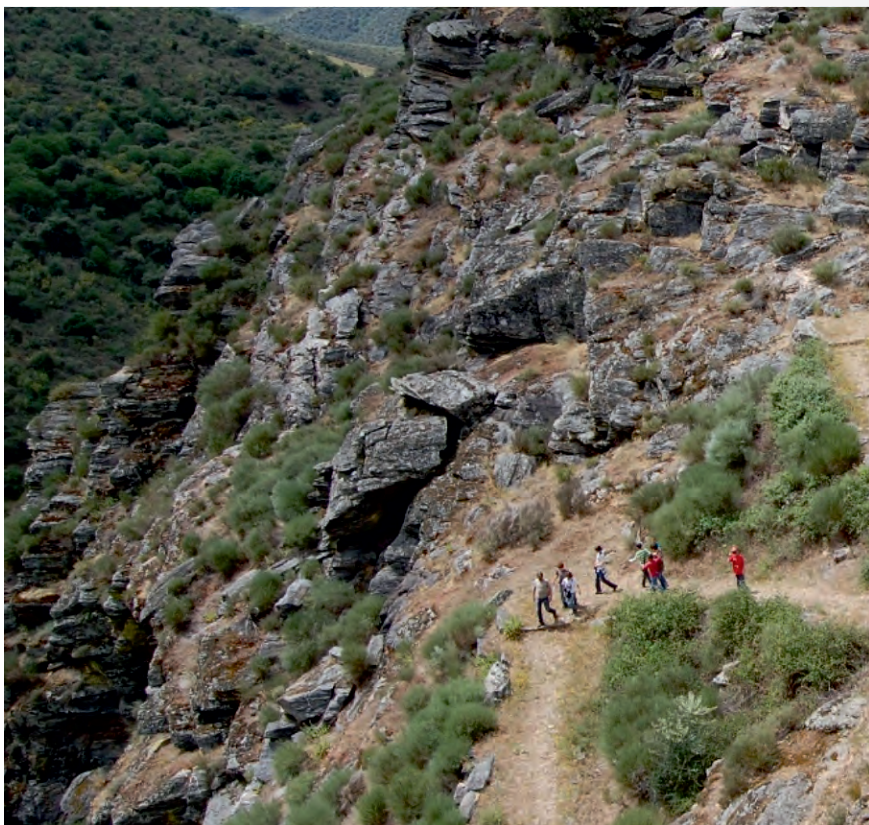
Ribeira do Mosteiro

TOP
TEN

Quem deixar a Vila de Freixo ou o majestoso Miradouro do Penedo Durão e se dirigir à Ribeira do Mosteiro está longe de imaginar o cenário mágico e lunar que o aguarda. Os elementos de atração aí existentes são uma verdadeira dádiva inesperada e variada.

Aspetos a observar:

- Sequência estratigráfica, constituída por rochas quartzíticas alternadas com rochas xistosas e a existência de icnofósseis, que deixaram as suas marcas nos sedimentos e que são um fabuloso elemento de estudo e compreensão daquele tempo longínquo. Nas rochas é possível verificar-se pistas de trilobites, associadas ao período em que aquelas rochas ainda eram segmentos argilosos e movediços.
- O Muro da Abalona consiste num proeminente quartzítico verticalizado, que testemunha as longas idades da terra e os seus movimentos, que aqui reproduzem essa longa aventura geológica. Este cenário, e toda a sua envolvência, remete-nos, quando surge um pouco de neblina, para os mitos de Avalon e para os espaços mágicos paralelos, onde os predestinados podem entrar. Sinta este lugar.
- Fraga do Gato é uma pintura rupestre inserida na calçada de Alpajares, provavelmente representando uma lontra, que se insere numa lógica de afirmação de arte paleolítica numa arte territorial alargada, que inclui o lado espanhol (Siega Verde), o Cavalo de Mazouco, a bacia do Sabor, do Côa e até das penedias durienses da Fraga da Rapa em Carrazeda de Ansiães, mais a Ocidente.



- Castro de S. Paulo/Castelo dos Mouros.

No cimo de um afloramento quartzítico, situa-se este antigo povoado, dentro do qual se cultivam cereais e florescem amendoeiras. É um caso singular.

À entrada, e antes das muralhas, surgem sepulturas antropomórficas, escavadas diretamente na rocha xistosa e que poderão identificar a necrópole do povoado. Na paisagem castreja figura ainda um pombal característico de um tempo em que a cultura cerealífera era assinalável. Ele lá está como uma sentinela deste lugar tão especial.

No Castro começa, talvez, o mais mágico e tocante dos percursos durienses, rodeado de uma aura lendária, pelo nome, pela riqueza geológica, faunística e florística, pelo cenário grandioso e pela beleza da calçada imemorial - A Calçada de Alpajares.

Com efeito, trata-se de uma antiga e sinuosa estrada (romano/medieval), com cerca de 800m que desce o monte até à Ribeira do Mosteiro. Em todas as curvas, num total de 28, é limitada por fiadas de pedras postas de través, travando o patamar antecedente e subsequente. Uma maravilha construtiva.

O percurso continua a sua descida junto à Ribeira, a terrenos cultivados, a laranjais, olivais e intensa vida natural. Como pano de fundo, está a albufeira do rio Douro próxima de Barca d'Alva, o que confere ao caminhante uma paz interior e uma transcendência muito própria.

Lenda da Calçada de Alpajares

E como uma coisa grandiosa que é, a sua origem assenta numa Lenda.

Diz-se que, em tempos longínquos, tudo nesta zona eram ermos, barrancos e precipícios medonhos, sem haver um caminho, um atalho, ou um sombrio carreiro. Sobre a ribeira, nada existia que permitisse a passagem, condenando os passantes ao isolamento e à perdição. Uma noite passou por ali um viajante a cavalo e, no desespero de quem tem que forçosamente continuar a viagem e isso lhe estava vedada, pediu em desespero a Deus ou ao diabo que lhe valessem em hora tão desesperada e tão apertada conjuntura. Foi o diabo quem primeiro apareceu e lhe propôs um acordo dizendo: “se me deres a tua alma, antes de cantar o galo preto, te darei uma estrada e uma ponte para seguires a tua viagem sem o mínimo de perigo”.

O cavaleiro aceitou e o diabo pôs logo mãos à obra, mas quando o infernal pedreiro conduzia as duas últimas pedras para a ponte, canta o galo e o viajante com um salto da sua montada, passou para o outro lado e pôde seguir o seu caminho sem comprometer a sua alma, enquanto praguejando, o diabo fugia.

E ainda hoje, qualquer pessoa que visite a Calçada do diabo, pode ver na ponte o lugar onde faltou colocar as duas pedras finais, se o galo não tivesse cantado antes.

Observação e Atividades de Natureza

Observação
de Aves



01



Observação
de Anfíbios e Répteis



02



Observação
de insectos



03



Observação
de Mamíferos



04



Observação
de Flora



05



Serra do Reboredo

Imponente montanha de ferro, com importantes ecossistemas e uma das maiores manchas de Carvalho Negro da Europa.

Foz do Sabor

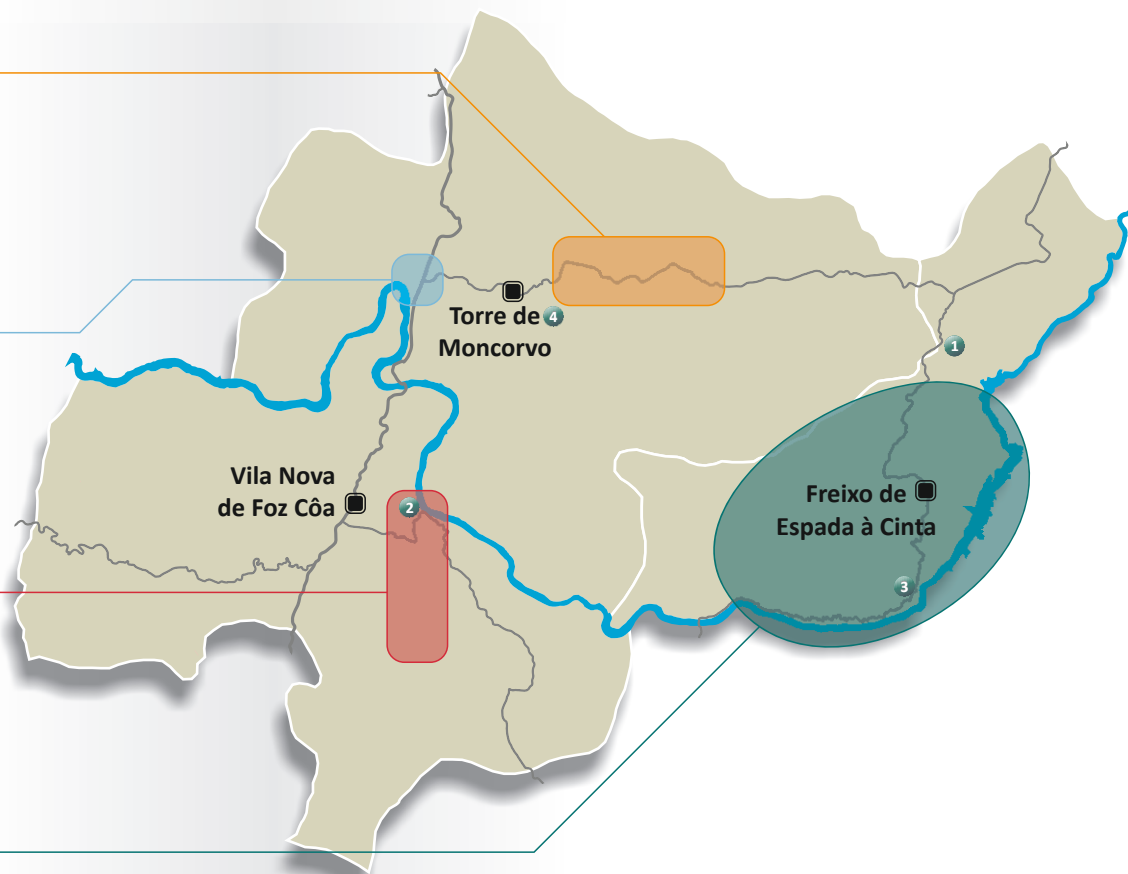
Local de encontro do rio Sabor com o rio Douro, enquadrado pelo fértil vale da Vilariaça.

Rio Côa

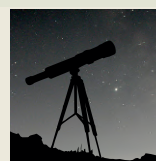
Rio de montanha, com extensas galerias ripícolas, santuário de intensa vida selvagem.

Parque Natural do Douro Internacional

Território onde o planalto da Meseta se fende, abrindo espaço a um dos mais relevantes Parques Naturais da Europa



0 5km



Observação Astronómica

- 1 [41°09'08N, 06°47'27W] Miradouro do Colado
- 2 [41°04'51N, 07°06'35W] Museu do Côa
- 3 [41°02'49N, 06°49'08W] Penedo Durão
- 4 [41°09'53N, 07°02'17W] Serra do Reboredo

01

Observação de Aves



Informação

O período mais favorável para a observação de aves é o início da manhã para pequenas aves ou passeriformes; ao meio da manhã o tempo é mais favorável à observação de grandes rapinas e à noite é o período favorável à observação das aves noturnas.

Geografia

PNDI, Rio Côa e Sabor, afloramentos rochosos, escarpas fluviais, e matas ribeirinhas.

Espécies

Abelharuco, Abutre-do-Egito, Açor, Águia-cobreira, Águia-d'asa-redonda, Águia-de-Bonelli, Águia-real, Alcaravão, Andorinha-das-barreiras, Andorinha-das-rochas, Andorinha-aurica, Andorinha-dos-beirais, Andorinhão-preto, Andorinhão-real, Bico-de-lacre, Britango, Bufo-real, Calhandra, Carriça, Cartaxo-comum, Cegonha-preta, Chamariz, Chapim-de-poupa, Chapim-rabilongo, Chapim-real, Chasco-preto, Codorniz, Coruja-das-torres, Coruja-do-mato, Corvo, Corvo-marinho-de-faces-brancas, Cotovia-de-poupa, Cotovia-dos-bosques, Cotovia-escura, Cuco, Estrelinha-real, Falcão-peregrino, Felosa de Bonelli, Felosa-do-mato, Gaio, Galinha-d'água, Galinhola, Garça-real, Gavião, Gralha, Gralha-de-bico-vermelho, Gralha-de-nuca-cinzenta, Grifo, Guarda-rios, Laverca, Maçarico-das-rochas, Melro-azul, Melro-de-água, Mergulhão-de-crista, Milhafre-preto, Milhafre-real, Mocho-de-orelhas, Mocho-galego, Papa-amoras, Papa-figos, Pardal, Pardal-espanhol, Pardal-francês, Pardal-montês, Pato-real, Pega, Pega-azul, Penereiro-vulgar, Perdiz-vermelha, Petinha-dos-campos, Peto-verde, Picanço-barreteiro, Picanço-real, Pintaroxo, Pintassilgo, Pombo-das-rochas, Pombo-torcaz, Poupa, Rabirruivo-comum, Rola-brava, Rouxinol-bravo, Rouxinol-comum, Sisão, Sombria, Tartaranhão-caçador, Tentilhão, Tordeia, Tordo-músico, Tordoruivo, Tordo-zornal, Toutinegra-de-barrete-preto, Toutinegra-de-cabeça-preta, Toutinegra-real, Toutinegra-tomilheira, Trepadeira-azul, Trepadeira-comum, Verdilhão.

Locais de Observação

[41°10'32N, 07°06'37W] Foz do Sabor

[41°02'49N, 06°49'08W] Parque Natural do Douro Internacional

[41°01'24N, 07°06'27W] Rio Côa

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Douro Internacional | Mogadouro | 273 432 833

[41°29'33N, 06°16'26W]

Associação Transumância e Natureza | Figueira de Castelo Rodrigo | 271 311 202

[40°53'40N, 06°57'51W]

02

Observação de Anfíbios e Répteis

**Informação**

Os répteis são mais fáceis de observar nas horas de maior insolação, enquanto os anfíbios podem ser observados a qualquer hora do dia.

Geografia

PNDI, Rio Côa, afloramentos rochosos, escarpas fluviais, e matas ribeirinhas.

Espécies

Cágado-comum, Cágado-de-carapaça-estriada, Cobra-de-água-viperina, Cobra-de-escada, Cobra-de-ferradura, Cobra-lisa-meridional, Cobra-rateira, Lagartixa-de-dentes-denteados, Lagartixa-do-mato-comum, Lagartixa-ibérica, Lagarto-comum, Licranço, Osga-comum, Rã-ibérica, Rã-verde, Relá, Salamandra-de-costas-salientes, Salamandra-de-pintas-amarelas, Sapo comum, Sapo-corredor, Sapo-de-unha-negra, Sapo-parteiro-ibérico, Sardanisca, Sardão, Tritão-de-ventre-laranja, Tritão-marmorado, Víbora-cornuda.

Locais de Observação

[41°02'49N, 06°49'08W] Parque Natural do Douro Internacional
[41°01'24N, 07°06'27W] Rio Côa

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Douro Internacional | Mogadouro | 273 432 833
[41°29'33N, 06°16'26W]

Associação Transumância e Natureza | Figueira de Castelo Rodrigo | 271 311 202
[40°53'40N, 06°57'51W]

03

Observação de Insectos



Informação

Os insectos são mais fáceis de observar, durante o dia nos períodos de maior calor, principalmente na primavera e verão.

Geografia

PNDI, Rio Côa e Sabor, matas ribeirinhas.

Espécies

Acrobasis obliqua, *Acronicta euphorbiae*, *Acronicta psi*, *Adactylotis gesticularia*, *Adscita jordani*, *Aeshna cyanea*, *Aethes bilbaensis*, *Aglais urticae*, *Agonopterix heracliana*, *Agriphila geniculea*, *Agrotis ipsilon*, *Agrotis puta*, *Amephana annarhini*, *Anacampsis scintillella*, *Anax imperator*, *Ancylosis cinnamomella*, *Anthocharis cardamines*, *Anthocharis euphenoides*, *Apamea anceps*, *Aphantopus hyperantus*, *Aporia crataegi*, *Aporophyla lueneburgensis*, *Archips rosana*, *Archips xylostearia*, *Arctia villica*, *Argynnis adippe*, *Argynnis aglaja*, *Argynnis niobe*, *Argynnis pandora*, *Argynnis paphia*, *Aricia cramera*, *Artimelia latreillei*, *Atlantarctia tigrina*, *Autographa gamma*, *Autophila cataphanes*, *Bactra lancealana*, *Boloria dia*, *Boyeria irene*, *Brintesia circe*, *Bryotropha desertella*, *Bryotropha gallurella*, *Bryotropha plebejella*, *Callophrys rubi*, *Calophasia platyptera*, *Calopteryx haemorrhoidalis*, *Calopteryx xanthostoma*, *Camptogramma bilineata*, *Carcharodus alceae*, *Catasphalma kautziella*, *Catocala nymphagoga*, *Catoptria pinella*, *Celastrina argiolus*, *Cerura iberica*, *Chazaria incarnata*, *Chloantha hyperici*, *Cleonymia baetica*, *Cleonymia diffluens*, *Cleonymia yvanii*, *Clepsis consimilana*, *Cnephasia communana*, *Cochylis pallidana*, *Coenagrion mercuriale*, *Coenagrion puella*, *Coenonympha dorus*, *Coenonympha pamphilus*, *Coleophora dianthi*, *Coleophora hieronella*, *Coleophora lassella*, *Coleophora pennella*, *Coleophora semicinerea*, *Colias croceus*, *Compsoptera opacaria*, *Craniophora pontica*, *Crocothemis erythraea*, *Cryphia muralis*, *Cydia strigulatana*, *Cymbalophora pudica*, *Deilephila porcellus*, *Denisia augustella*, *Dicranura ulmi*, *Drymonia ruficornis*, *Dyspessa ulula*, *Ectoedemia ilicis*, *Egira conspicillaris*, *Eilema caniola*, *Elachista gormella*, *Enallagma cyathigerum*, *Endothenia marginana*, *Enolmis acanthella*, *Epermenia aequidentella*, *Epilecta linogrisea*, *Epirrhoe alternata*, *Erythromma lindenii*, *Ethmia bipunctella*, *Ethmia terminella*, *Euchloe belemia*, *Euchloe crameri*, *Euchrognophos mucidaria*, *Eudonia angustea*, *Eugnorisma arenoflavida*, *Eulamprotes helotella*, *Euphydrias aurinia*, *Eupithecia gratiosata*, *Eupithecia irriguata*, *Eupithecia massiliata*, *Eupithecia oxycedrata*, *Eupithecia pantellata*, *Eupithecia pulchellata*, *Eurodachtha canigella*, *Eutelina adulatrix*, *Evergestis frumentalis*, *Evergestis politalis*, *Glaucopsyche alexis*, *Gomphus pulchellus*, *Gonepteryx rhamni*, *Hadena confusa*, *Hadena magnolii*, *Hadena perplexa*, *Hadena sancta*, *Harpyia milhauseri*, *Hecatera weissii*, *Heliothis viriplaca*, *Heterogynis penella*, *Hipparchia alcyone*, *Hipparchia fidia*, *Hipparchia semele*, *Hipparchia* (continua...)

Espécies (continuação)

statilinus, Homoeosoma sinuella, Hypena obsitalis, Hyponephele lupinus, Idae bigladiata, Idae calunetaria, Idae degeneraria, Idae longaria, Idae ostrinaria, Idae subsericeata, Inachis io, Iphiclides feisthamelii, Ischnura graellsii, Isophrictis anthemidella, Isophrictis constantina, Isophrictis lineatellus, Issoria lathonia, Isturgia famula, Kemtrognophos predotae, Laeosopis roboris, Lampides boeticus, Lasiommata megera, Leptidea sinapis, Leptotes pirthous, Lestes barbarus, Lestes dryas, Lestes virens, Lestes viridis, Libellula depressa, Libellula quadrimaculata, Lithophane leautieri, Lophoterges millierei, Lycaena phlaeas, Lymantria dispar, Macdunnoughia confusa, Malacosoma alpicola, Maniola jurtina, Melanargia lachesis, Melitaea athalia, Melitaea deione, Melitaea parthenoides, Melitaea phoebe, Menophra nyctemeraria, Merrifieldia tridactyla, Methorasa latreillei, Metopoceras felicina, Metzneria santolinella, Minucia lunaris, Mirificarma interrupta, Moitrelia hispanella, Mythimna albipuncta, Mythimna l-album, Mythimna sicula, Mythimna unipuncta, Mythimna vitellina, Neozephyrus quercus, Noctua comes, Noctua janthe, Noctua orbona, Noctua pronuba, Nola subchlamydula, Nothris verbascella, Nycteola columbana, Nycteola siculana, Nymphalis antiopa, Nymphalis polychloros, Ochropleura plecta, Ocnogyna zoraida, Oligia strigilis, Onychogomphus forcipatus, Onychogomphus uncatus, Opostega salaciella, Orthetrum chrysostigma, Orthetrum coerulescens, Oxyptilus laetus, Papilio machaon, Paradrina flavirena, Pararge aegeria, Pempelia palumbella, Peribatodes ilicaria, Peribatodes rhomboidaria, Peribatodes umbraria, Peridea anceps, Petrophora chlorosata, Phlogophora meticulosa, Phyllodesma kermesifolia, Phyllodesma suberifolia, Pieris brassicae, Pieris napi, Pieris rapae, Platycnemis acutipennis, Platycnemis latipes, Pleurota bicostella, Plutella xylostella, Polygonia c-album, Polyommatus icarus, Pontia daplidice, Proserpinus proserpina, Pseudophilotes baton, Pseudotelphusa occidentella, Pseudoterpna coronillaria, Psilogaster loti, Pyrausta despicata, Pyroderces argyrogrammos, Pyronia bathseba, Pyronia cecilia, Pyrrhosoma nymphula, Recoropha canteneri, Saturnia pyri, Satyrium esculi, Satyrium ilicis, Satyrium spini, Scopula imitaria, Scopula marginepunctata, Scythris cistorum, Selenia lunularia, Semiaspilates ochrearia, Shargacucullia caninae, Sitochroa verticalis, Smerinthus ocellata, Spialia sertorius, Stigmella suberivora, Symmoca serrata, Synanthedon codeti, Synaphe punctalis, Tebenna micalis, Teleiopsis diffinis, Thalophila matura, Thaumetopoea pityocampa, Thymelicus acteon, Thymelicus sylvestris, Tomares ballus, Trichophaga bipartitella, Trithemis annulata, Tyta luctuosa, Udea ferrugalis, Vanessa atalanta, Vanessa cardui, Watsonalla uncinula, Xanthorhoe fluctuata, Xestia kermesina, Xestia xanthographa, Yigoga fidelis, Ypsolopha ustella, Zerynthia rumina.

Locais de Observação

[41°10'32N, 07°06'37W] Foz do Sabor

[41°02'49N, 06°49'08W] Parque Natural do Douro Internacional

[41°01'24N, 07°06'27W] Rio Côa

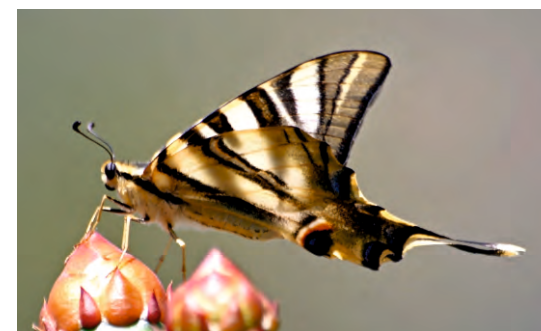
Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Douro Internacional | Mogadouro | 273 432 833

[41°29'33N, 06°16'26W]

Associação Transumância e Natureza | Figueira de Castelo Rodrigo | 271 311 202

[40°53'40N, 06°57'51W]



04

Observação de Mamíferos

**Informação**

Regra geral, os mamíferos são mais ativos durante a noite e nas horas que antecedem o amanhecer ou anoitecer.

Geografia

PNDI, Serra do Reboredo, afloramentos rochosos, escarpas fluviais, e matas ribeirinhas.

Espécies

Coelho-bravo, Corço, Doninha, Esquilo, Fuíinha, Gato-bravo, Geneta, Javali, Lebre, Leirão-dos-pomares, Lobo, Lontra, Morcego-anão, Morcego-arborícola-gigante, Morcego-arborícola-pequeno, Morcego-de-água, Morcego-de-ferradura, Morcego-de-franja, Morcego-de-Kuhl, Morcego-hortelão, Morcego-lanudo, Morcego-negro, Morcego-orelhudo-castanho, Morcego-orelhudo-cinzentos, Morcego-rabudo, Morcego-rato-grande, Morcego-rato-pequeno, Morcego-soprano, Musaranho-de-dentes-brancos-grande, Musaranho-de-dentes-vermelhos, Ouriço-cacheiro, Raposa, Ratinho-ruivo, Rato-caseiro, Rato-das-hortas, Rato-de-água, Rato-de-Cabrera, Rato-do-campo, Rato-do-campo-de-rabocurto, Texugo, Toirão, Toupeira.

Locais de Observação

[41°02'49N, 06°49'08W] Parque Natural do Douro Internacional

[41°01'24N, 07°06'27W] Rio Côa

[41°09'53N, 07°02'17W] Serra do Reboredo

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Douro Internacional | Mogadouro | 273 432 833

[41°29'33N, 06°16'26W]

Associação Transumância e Natureza | Figueira de Castelo Rodrigo | 271 311 202

[40°53'40N, 06°57'51W]

05

Observação de Flora



Informação

O período preferencial para a observação da flora, decorre entre março e outubro.

Geografia

PNDI, Rio, afloramentos rochosos, escarpas fluviais, matas ribeirinhas florestas e matas.

Espécies

Abrótea-da-Primavera, Abrunheiro, Amieiro, Antirrhinum lopesianum, Azinheira, Buxo, Carvalho-cerquinho, Cornalheira, Craveiro-de-Maio, Dianthus laricifolius, Epipactis duriensis, Epipactis lusitanica, Erva-Peixeira, Esteva, Estrepe, Festuca duriotagana, Freixo, Giesta-branca, Holcus duriensis, Lentisco-bastardo, Linaria coutinhoi, Lodão-bastardo, Medronheiro, Piorno, Rosmaninho, Salgueiro, Samacalo-peludo, Sargaço, Sobreiro, Sumagre, Tamujo, Tomilho, Zambujeiro, Zimbro, Zêlha.

Locais de Observação

[41°02'49N, 06°49'08W] Parque Natural do Douro Internacional

[41°01'24N, 07°06'27W] Rio Côa

[41°09'53N, 07°02'17W] Serra do Reboredo

Centros de Interpretação

Sede do Parque Natural do Douro Internacional | Mogadouro | 273 432 833

[41°29'33N, 06°16'26W]

Associação Transumância e Natureza | Figueira de Castelo Rodrigo | 271 311 202

[40°53'40N, 06°57'51W]

Atividades de Ar Livre

O Douro pelas suas belezas paisagísticas e pela amplitude dos seus horizontes, favorece o desenvolvimento de um conjunto de atividades de contacto com a natureza. Existem um conjunto alargado de caminhos e percursos direcionados para essas atividades.

Caminhos durienses

Estes caminhos são preferencialmente vocacionados para atividades não motorizadas e inserem-se em cenários de valor paisagístico natural, histórico e cultural.

Atividades a desenvolver

Atividades pedestres e de lazer, interpretação da natureza (observação de relevâncias naturais), contacto com atividades artesanais, prática de BTT, montanhismo, escalada, passeios a cavalo entre outras.



Trilhos e Percursos Organizados

1-Canoagem Entre o Douro e o Côa

Locais	Vila Nova de Foz Côa
Tipo	Percurso Aquático
Dificuldade	Média
Distância	--km 2h30m
Época do ano	primavera e verão
Promotor	Ravinas do Côa
Contacto	967 098 167 ravinasdocoa@gmail.com



2-Canoagem no Douro Internacional

Locais	PNDI - Parque Natural do Douro Internacional
Tipo	Percurso Aquático
Dificuldade	Média / Baixa
Distância	8,5km --h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Sabor, Douro e Aventura
Contacto	279 258 270 info@sabordouro.com

3-Canoagem no Rio Sabor

Locais	Torre de Moncorvo
Tipo	Percurso Aquático
Dificuldade	Baixa
Distância	4km --h
Época do ano	primavera / verão
Promotor	Sabor, Douro e Aventura
Contacto	279 258 270 info@sabordouro.com

4-Grande Rota do Vale do Côa

Locais	Vila Nova de Foz Côa
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Média / Baixa
Distância	26km 48h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	ATN - Associação Transumância e Natureza
Contacto	271 311 202 geral@atnatureza.org

5-Percurso da Rib. de Mosteiro - Calçada de Alpajares

Locais	Ribeira do Mosteiro Freixo de Espada-à-Cinta
Tipo	Percurso Pedestre Sinalizado
Dificuldade	Média
Distância	8,7km 2h30m
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Parque Natural do Douro Internacional
Contacto	279 340 030 pndi@icnb.pt

6-Percurso de *Birdwaching*

Locais	Faia Brava
Tipo	Percurso Pedestre com Guia
Dificuldade	Baixa
Distância	5km --h
Época do ano	março a junho
Promotor	ATN - Associação Transumância e Natureza
Contacto	271 311 202 geral@atnatureza.org

7-Rota do Ferro

Locais	Serra do Reboredo Torre de Moncorvo
Tipo	Percurso BTT com Guia
Dificuldade	Média / Baixa
Distância	26km 48h
Época do ano	Todo o ano
Promotor	Sabor, Douro e Aventura
Contacto	279 258 270 info@sabordouro.com

Empresas de Animação, Aventura e Lazer**ATN - Associação Transumância e Natureza**

Travessa Serpa Pinto, 3 | 6440-118 Figueira de Castelo Rodrigo
Tel. 271 311 202 | geral@atnatureza.org

Serviços: Montanhismo, passeios pedestres, fotografia de natureza.

Ravinas do Côa

Vila Nova de Foz Côa | 5150-633 Foz Côa
Telm. 967 098 167 | ravinasdocoa@gmail.com

Serviços: Montanhismo, passeios pedestres, rafting, todo-terreno, canoagem, BTT, entre outros.

Sabor, Douro e Aventura

Rua Abade Tavares, Cave 2 | 5160-247 Torre de Moncorvo
Tel. 279 258 270 | info@sabordouro.com

Serviços: Montanhismo, passeios pedestres, rafting, todo-terreno, canoagem, BTT, entre outros.

Espaços de Interpretação de Natureza**Parque Natural do Douro Internacional**

Sede do Parque Natural do Douro Internacional | Mogadouro | 41°29'33N, 06°16'26W
Tel. 273 432 833 | pndi@icnb.pt

Associação Transumância e Natureza

Travessa Sera Pinto, 3 | Figueira de Castelo Rodrigo | 40°53'40N, 06°57'51W
Tel. 271 311 202 | geral@atnatureza.org

Praias Fluviais

As praias fluviais do Douro têm por norma magníficos cenários onde estão inseridas e constituem uma excelente oferta de usufruto, de bem-estar e de diversão.

Maravilhe-se com elas!

Praia Fluvial da Congida | Bandeira Azul

Serviços de apoio: wc, bar, cafetaria, duche, apoio náutico, piscina, vigia e restaurante

Localização: Freixo de Espada à cinta [41°04'37N, 06°46'48W]

Praia Fluvial da Foz do Sabor

Serviços de apoio: wc, parque de merendas, duche

Localização: Foz do Sabor, Torre de Moncorvo [41°10'39N, 07°06'43W]

Praia Fluvial do Pocinho

Serviços de apoio: wc, bar, parque de merendas

Localização: Pocinho [41°08'02N, 07°07'40W]



Utilidades Turísticas

O acesso a esta unidade de território pode-se efetuar através do sistema rodoviário, ferroviário e fluvial. Existe uma rede de carreiras regulares que asseguram a deslocação entre as várias localidades, dentro da unidade de território.

Acesso Ferroviário

Comboios de Portugal | Tel. 808 208 208 | www.cp.pt

Acesso Rodoviário

Rede Nacional de Expressos | Tel. 707 223 344 | www.rede-expressos.pt

Rodonorte | Tel. 259 340 710 | www.rodonorte.pt

Santos | Tel. 279 652 188 | www.santosviagensturismo.pt

Acesso Viário

A Partir do Porto

Porto - Freixo de Espada à Cinta: 295km|3h50m (A1|A25|IP2|N220|N221)

Porto - Torre de Moncorvo: 255km|3h10m (A1|A25|IP2)

Porto - Vila Nova de Foz Côa: 240km|2h50m (A1|A25|IP2)

A Partir de Viseu

Viseu - Freixo de Espada à Cinta: 175km|2h40m (A25|IP2|N220|N221)

Viseu - Torre de Moncorvo: 135km|1h55m (A25|IP2)

Viseu - Vila Nova de Foz Côa: 120km|1h40m (A25|IP2)

A Partir de Bragança

Bragança - Freixo de Espada à Cinta: 125km|2h15m (IP4|IP2|N102|N220|N221)

Bragança - Torre de Moncorvo: 100km|1h35m (IP4|IP2|N102|N220)

Bragança - Vila Nova de Foz Côa: 105km|1h40m (IP4|IP2|N102)

A Partir de Chaves

Chaves - Freixo de Espada à Cinta: 235km|3h25m (A24|IP4|IP2|N102|N220|N221)

Chaves - Torre de Moncorvo: 195km|2h40m (A24|IP4|N102|N220)

Chaves - Vila Nova de Foz Côa: 200km|2h50m (A24|IP4|IP2|N102)

Acesso Fluvial

Consultar Logística Fluvial | Pág. 160

Saúde e Segurança

Número Nacional de Emergência: 112

Bombeiros - Linha Verde: 800 202 425

Centro de Saúde de Freixo de Espada à Cinta

Largo Sarmiento Rodrigues | Freixo de Espada à Cinta
Tel. 279 658 240

Centro de Saúde de Torre de Moncorvo

Avenida das Amendoeiras | Torre de Moncorvo
Tel. 279 200 770

Centro de Saúde de Vila Nova de Foz Côa

Avenida da Misericórdia, nº5 | Vila Nova de Foz Côa
Tel. 279 760 050

Guarda Nacional Republicana de Freixo de Espada à Cinta

Largo do Vale nº12 | Freixo de Espada à Cinta
Tel. 279 653 323

Guarda Nacional Republicana de Torre de Moncorvo

Avenida Jorge Luís Borges nº34, Torre de Moncorvo
Tel. 279 254 115

Guarda Nacional Republicana de Vila Nova de Foz Côa

Rua Conde Ferreira nº1, Vila Nova de Foz Côa
Tel. 279 760 500

Postos de Informação Turística

Posto de Turismo de Freixo de Espada à Cinta

Avenida do Emigrante | Freixo de Espada à Cinta
Tel. 279 653 480 | postoturismo@cm-freixoespadacinta.pt

Posto de Turismo de Torre de Moncorvo

Travessa Dr. Campos Monteiro, nº21 | Torre de Moncorvo
Tel. 279 252 289 | turismo@torredemoncorvo.pt

Posto de Turismo de Vila Nova de Foz Côa

Avenida Cidade Nova - Centro Cultural | Vila Nova de Foz Côa
Tel. 279 760 329 | turismo@cm-fozcoa.pt





Pilares da Terra

O Douro afirma-se pela sua grandiosidade natural e evidencia-se por aspetos icónicos da sua construção identitária. São os seus pilares ou marcas profundamente inscritas, resultantes de vínculos estabelecidos com os homens construtores, que ao longo do tempo se harmonizaram com o território. Evidenciam o contacto entre a humanização, que historicamente se inscreveu na natureza do Douro, à qual acrescentaram notoriedade.

Neles se expressa o Douro Natural.

Maravilhe-se com eles!

Barcas de Passagem

Os relatos, as tradições e a toponímia evidenciam a existência de barcas de passagem em todo o troço do Douro. Com efeito, o seu carácter intempestivo inviabilizou, até ao séc. XIX, a construção de pontes, o que fazia deste rio uma verdadeira fronteira. Porém, a existência de propriedades nas duas margens, a existência de povoados e o cruzamento de ancestrais vias terrestres levaram à fixação de pontos de passagem, mais ou menos regulares.

Das centenas de barcas de outrora, ressaltam como curiosidades que, no Douro Internacional, ainda chegaram a transportar os emigrantes que faziam a passagem “a salto”, uma outra que ligava o Vale Meão (Vila Nova de Foz Côa) a Moncorvo (no Rego da Barca) e que gerou acesa disputa entre as duas comunidades, para saber quem tutelava a propriedade e sobretudo quem recolhia os lucros. Esta contenda foi tão intensa que foi necessária a intervenção real para dirimir a divergência.

Contudo, a mais curiosa das barcas ligava o lugar da Rede (Mesão Frio) a Moledo da Penajóia (Lamego), e estando inserida na antiga via romana que, provindo da Beira Alta, atravessava o Douro neste ponto e subindo ao Alto de Quintela (Baião), dobrava a falha Marão/Aboboreira, penetrando através de Amarante no Entre-Douro-e-Minho.



Esta barca gratuita, chamada “De Por Deos”, foi regulamentada desde D. Afonso Henriques, a pedido de D. Mafalda, e o barqueiro (pago pela Coroa) era obrigado a garantir a travessia a qualquer hora e em qualquer circunstância, desde que lho solicitassem.

Mas esta Barca é apenas um elemento de uma oferta estruturada que implicou a existência de via calçetada, capela e estalagem no Moledo de Penajóia e na subida para Mesão Frio foi instalada uma “Gafaria”!

Sabia que...

D. Afonso Henriques tentou construir em Barqueiros (Mesão Frio), uma ponte e que para a sua construção deixou em testamento 5.000 maravedis em ouro? A esse lugar ciclópico, chama o povo a “Ponte Piar”.

Sinta este lugar!

A Cabra Bravia

Seja Pastor por um dia!

Nas zonas montanhosas das Serras do Marão-Alvão, é frequente encontrar-se uma raça de caprinos com características únicas. A Cabra Bravia destaca-se das outras raças autóctones portuguesas de caprinos pelas suas características rústicas e pelo facto de ser a única de aptidão exclusiva de carne.

A Cabra Bravia que, apesar de ser um animal doméstico, apresenta uma atitude quase selvagem, deve o seu nome ao comportamento assertivo que manifesta, condição essencial para que este se comporte de forma determinada em explorar locais de difícil acesso, como desfiladeiros, ladeiras e penedos alcantilados característicos do domínio onde é criada. A notável coragem deste animal é, muitas vezes, evidente na observação do seu comportamento enquanto pastoreiam e os machos, também chamados de chibos ou reixelos, apresentam comportamentos de dominância impressionantes, evidenciados nos seus cornos que chegam a ter mais de 1 metro de envergadura.



A raça caprina bravia é, sem qualquer dúvida, uma das mais icónicas raças de montanha do Norte de Portugal. A beleza destes animais é indissociável da paisagem de montanha que deles colhe a cor, a vida e a singularidade.

É frequente encontrar na mesa das famílias trasmontanas, especialmente em dias de festa, pratos com este cabrito, tal como o cabrito assado no forno com castanha e batata assada, acompanhados com grelos que pode ser degustado na boa restauração regional, sobretudo aos Domingos.

As Caldas de Moledo

Estas emergências termais de grande valia minero-medicinal, brotam a 47º centígrados e estão enquadradas numa belíssima varanda sobre a albufeira do Douro, que integra centenários plátanos e poderosos portões, obra da incontornável Ferreirinha.

O surgimento de moedas romanas, aquando da reconstrução de um balneário submerso pela barragem de Carrapatelo, bem como alguns vestígios de elementos construtivos, nomeadamente uma conduta e a base de uma coluna de balneário, atestam a sua antiguidade.

O Parque Termal estende-se, curiosamente, em franjas extremas do território de Mesão Frio e de Peso da Régua e estão inseridas na grande falha geológica Régua/Verin de enorme riqueza mineral, em toda a sua extensão.



Sabia que...

O lançamento de moedas a poços e nascentes é uma prática antiga e que mais não é do que invocar a proteção da divindade das águas? Essa prática ainda hoje se mantém.

A Faia Brava

A Reserva da Faia Brava, no vale do Côa, é a primeira área protegida privada do país. Um projeto pioneiro e inovador, que tem como missão a conservação e divulgação da biodiversidade característica da bacia do Douro, através de ações de restauro ecológico, promoção de práticas agrícolas, florestais e turísticas sustentáveis.

A Reserva da Faia Brava é um espaço privado, gerido por uma associação sem fins lucrativos, e que se pretende de todos e para todos, estando pronto a ser descoberto por si. Numa visita à Faia Brava terá a possibilidade de observar paisagens únicas do vale escarpado do Côa, e as aves que aí habitam, incluindo as raras e emblemáticas Águia de Bonelli ou a Cegonha-preta e também o Abutre do Egito ou o Grifo.

Deixe-se surpreender por uma manada de cavalos garranos semisselvagens que galopam livres pelas encostas e entre na magia da maior mancha de sobreiro do distrito da Guarda. Neste bosque mediterrânico típico existe um sobreiro com mais de 500 anos, classificado como árvore de interesse público e poderá deixar um contributo para a sua conservação plantando árvores numa das ações de voluntariado que a ATN organiza. Outros pontos de interesse deste espaço, onde a natureza é a protagonista, são os elementos do património arquitetónico local que pontuam a paisagem - os pombais tradicionais, casebres tradicionais e caminhos estreitos ladeados por muros de pedra.

A ATN e operadores turísticos parceiros disponibilizam serviços de visita guiada à Reserva da Faia Brava, onde também existem equipamentos especialmente preparados para caminhadas, sessões fotográficas de aves necrófagas, birdwatching, entre outras atividades.

Para os amantes das caminhadas a ATN propõe duas atividades. Ao longo da Grande Rota do Vale do Côa, os visitantes podem também caminhar de forma independente através de mais de 30 km de trilhos ancestrais, entre Castelo Melhor e Cidadelhe.



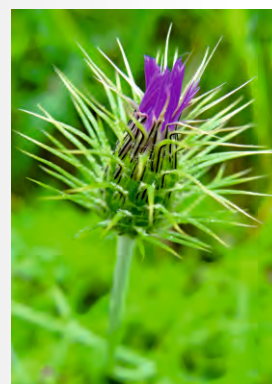
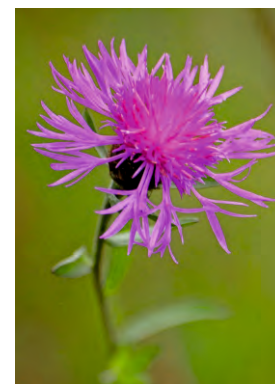
www.atnatureza.org
e-mail: geral@atnatureza.org

Jardim Botânico da UTAD

A Recreação do Paraíso Duriense!

O Jardim Botânico da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro regista, atualmente, cerca de 900 espécies vivas, constituindo uma das coleções vivas mais importantes de Portugal. Este recente jardim botânico, alberga um variado conjunto arquitetónico e paisagístico no interior do campus universitário e sustenta-se sobre a integração permanente do visitante com o ambiente, ao longo de aproximadamente 80ha de superfície ocupados. Com esta finalidade o espaço contempla atualmente 17 coleções temáticas: Plantas arcaicas, Aromáticas e Medicinais, Fruteiras silvestres, Plantas de cobertura, Coleções de Relvas, Resinosas ornamentais, Mediterrânicas Calcícolas, Mediterrânicas Silicícolas, Mortórios do Douro, Arboreto Florestal, Flora tropical, Ericáceas, Cistáceas, Leguminosas, Rosáceas, Mirtáceas e Fagáceas.

Juntamente com este museu vivo, um outro banco germoplasmático acompanha este vasto e variadíssimo centro de informação vegetal. O Herbário do Jardim Botânico da UTAD foi criado com anterioridade ao próprio Jardim Botânico. Inicialmente especializado na flora duriense, na atualidade, esta coleção contém mais de 25.000 exemplares procedentes de toda a bacia mediterrânica.



Contactos:

Jardim Botânico - Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro | Vila Real
Herbário - Tel. 259 350 223 | e-mail: jbutad@utad.pt

A Linha do Douro

Deslizar sobre as águas!

TOP
TEN

A Linha do Douro começou a ser construída em 1873 e atingiu a fronteira em Barca d'Alva em 1887. Esta magnífica obra de engenharia em terrenos de montanha obrigou à construção de quilómetros de muros de suporte sobre o rio e extensas perfurações em rocha viva. A abertura de 23 túneis e a construção de 35 pontes e viadutos dão uma ideia do grande feito de engenharia e do impacto que a obra teve na paisagem e na economia.



www.cp.pt
www.cenarios.pt

A viagem de comboio é uma experiência fabulosa, pois permite o contacto permanente com os lençóis de água da albufeira e deixar extasiar os sentidos, no contacto com a esmagadora paisagem envolvente: quintas, mortórios, miradouros, rios e ribeiras, montanhas, ermos, formas ciclópicas e aves planadoras. Depois há os cheiros da paisagem que vai mudando no percurso e sobretudo a imensa luminosidade que rio e montanhas tão bem irradiam.

A magia do Vale do Douro e o usufruto dos muitos programas propostos para o território têm um encanto acrescido, quando a viagem é feita de comboio.

Viaje pelo Douro e usufrua dos diversos circuitos turísticos propostos.

A Micologia do Douro

A Micologia é uma atividade bem enraizada nas comunidades locais, por fazer parte da sua tradição alimentar, expressa nos excelentes pratos conhecidos e como pretexto de contacto com os bosques e o ambiente natural. Aliás, um dos aspetos que muito valorizam este recurso, é no presente, a sua incorporação nos aspetos de diversificação e de inovação da oferta gastronómica dos restaurantes da região. Na perspetiva científica, a observação, análise e recolha das espécies, possibilitou a divulgação da micologia e ajudou a compreender a relevância, impacto e riqueza que estes fungos representam para a região e para o país. A pretexto deste potencial e do seu valor emergente, foram sendo estruturadas diversas ofertas

temáticas tais como encontros micológicos, saídas de campo, palestras e conferências, workshops, piqueniques e ceias micológicas, bem como concursos de fotografia e exposições micológicas que contribuíram para inserir a temática no campo das artes, da cultura e da sociedade.

A Pantorra é uma associação sem fins lucrativos, e dedica a sua atividade à valorização deste património Natural.

Outras empresas espalhadas pela região desenvolvem também outras iniciativas, muitas vezes em complemento de mostras da atividade económica, de atividades cinegéticas e outras.



Assoc. Micológica A Pantorra
apantorra@gmail.com

Sabia que...

Estima-se que na região de Trás-os-Montes e Alto Douro possam existir cerca de 500 variedades diferentes de cogumelos, o que vem atestar a sua grande diversidade.

Circuito Turístico em Barco Rabelo

TOP
TEN

Ao sabor do Silêncio!

A embarcação turístico-fluvial Senhora da Veiga dispõe de uma excelente proposta de circuito, com partida e chegada no cais fluvial do Pocinho. Este passeio pode incluir almoço a bordo e dura duas horas, que garantem a viagem até Barca d'Alva e respetivo retorno.

Os cenários são de beleza múltipla, compreendendo vastas zonas selvagens e íngremes nas margens do Município de Moncorvo, a embocadura do Côa e os ecos da monumentalidade artística dos homens, que desenharam os mais extensos "outdoors" pré-históricos. A paisagem mais rude e as escarpas vão-se alargando no leito xistoso, onde o Rio descansou a sua fúria, depois de cavar o seu ancestral leito de pedra das Arribas do Douro. E, como testemunho desse feito, surge nas bandas

de Freixo a imensa calote quartzítica que há de deslumbrar o visitante no miradouro do Penedo Durão. Do lado oposto surgem amendoais e olivais de Barca d'Alva. Depois, laranjais e encostas espelhadas nas águas mansas. Luz e silêncio!



Fozcôactiva, E.E.M.
emb.sveiga@fozcoainvest.pt

O serviço a bordo é aprimorado e a ementa é superior, incluindo migas de peixe, peixes do rio fritos em escabeche, omeletas de acelgas e javali estufado. Vinhos finos, de mesa e frutos secos como só o Douro propicia. Coisas da terra!

Peixinhos do Rio

Uma Viagem aos Sabores Ribeirinhos



No Dicionário Geográfico contém um documento de 1758 que refere que o Douro *“cria peixes de várias qualidades, em maior abundância barbas, e bogas, escalos, eirós e muges; tão bem morrem sáveis e lampreyas. Há pescaria todo o ano. As pescarias são livres, mas em todo o rio há pesqueiros particulares”*.

Os Peixinhos do Rio são um antigo e enraizado petisco da bacia do Douro. Um produto de excelência, embora pouco divulgado na restauração regional convencional.

Embora outrora a variedade fosse maior, dado que a regularização do rio eliminou as espécies migratórias como o sável, a savelha, a truta marisca e a lampreia, hoje sobram os tradicionais, barbos, achigãs, escalos e bogas (espécie endémica do Douro). Além destes, outros foram acrescentados com impactos negativos nos ancestrais equilíbrios.

Só eles e os ambientes aquáticos em que estão inseridos, justificam um verdadeiro roteiro, variando de lugar, de restaurante e de taberna o toque aromático de quem os confeciona, a qualidade do pão, das sopas, das açordas, das ovas, do vinho e das azeitonas. E os cenários!

Locais tradicionais de degustação:

- [41°09'11N, 07°49'51W] Caldas do Moledo
- [41°09'27N, 07°36'25W] Estrada Nacional 222
- [41°11'25N, 07°32'41W] Pinhão
- [41°08'34N, 07°20'34W] Ferradosa
- [41°12'26N, 07°25'09W] Tua
- [41°10'44N, 07°06'41W] Foz do Sabor
- [41°07'50N, 07°07'17W] Pocinho
- [41°05'23N, 06°48'29W] Freixo de Espada à Cinta

Pombais

Atalaias do Território

Estão associados à antiga produção cerealífera, pois geravam fertilizante natural para hortas, vinhas, olivais e em simultâneo uma reserva importante de proteínas, complementando a dieta regular e a atividade agropecuária.

Apresentam-se com formas quadradas, retangulares, em ferradura e, sobretudo, redondas. São elementos arquitectónicos claramente associados às regiões mais interiores do Douro. Contribuíram pela sua função para assegurar os ecossistemas de aves de rapina, tão emblemáticos do território, como a Águia de Bonelli e o Falcão Peregrino.

O uso indevido de algumas práticas agrícolas, a caça indiscriminada e o abandono crescente do mundo rural ancestral, têm contribuído para algum desaparecimento de uma das mais belas formas de arquitetura tradicional. Contudo, a sua crescente revitalização tem sido fundamental para a harmonia das paisagens durienses. Elas são as quietas atalaias dum território imaculado.

Raças Autóctones

A “Maronesa” é uma raça autóctone portuguesa, cuja ancestralidade de formação está bem evidenciada pelos caracteres morfofuncionais que herdou do tipo primitivo que lhe deu origem, o Auroque, *Bos primigenius*, que povoou a Península Ibérica, quando do primeiro movimento dos bovinos em estado selvagem.

A base geográfica da exploração da raça bovina Maronesa engloba, fundamentalmente, duas regiões naturais - a do Alvão-Marão e a da Padrela - a primeira das quais abrangendo o maciço granítico do Alvão, a serra xisto-grauváquica do Marão, o vale da Campeã e a veiga de Vila Pouca de Aguiar, e a segunda coincidindo com o maciço montanhoso e a extensa plataforma planáltica da Padrela.

Por sua vez, a raça Arouquesa distribui-se por vastas áreas territoriais de montanha a sul do Douro.

A Carne Maronesa, Arouquesa e a raça ovina “Churra da Terra Quente” geram produtos gastronómicos que muito valorizam a restauração duriense, por levar aos paladares mais exigentes produtos distintivos, assentes na identidade da sua origem de montanha e dos amplos espaços de liberdade em que se desenvolvem.

Prove e delície-se!



Rio Douro

Por este Rio acima...



Um dos aspetos mais visíveis do rio Douro é o conjunto de barragens existentes em todo o seu traçado e os espelhos de água que propicia. Onde outrora se evidenciavam os leitos pedregosos, os alcantilados e os desniveis assombrosos, hoje é-nos proporcionado um imenso cenário aquático e uma enorme sensação de calma, de contemplação e de bem-estar.

O Douro é navegável do litoral até Barca d'Alva, graças ao sistema de eclusas que integram as 5 barragens exclusivamente nacionais, desenvolvendo-se, em todo o corredor fluvial, uma intensa oferta de cruzeiros fluviais. Estes programas, com início em Porto/Gaia ou noutros locais na região do Douro, asseguram uma grande variedade de ofertas de usufruto do rio e das suas imensas belezas naturais bem interligadas com as propostas de visitas que a rede rodoviária e ferroviária disponibilizam, valorizando a mobilidade regional.

Outra vertente de uso do canal fluvial e dos seus lagos interiores prende-se com a chamada “navigation de plaisance” que assenta nas muitas pequenas navegações de lazer privadas, nos desportos náuticos ou simplesmente no usufruto dos seus recantos, das suas praias fluviais e dos seus cenários de contemplação.



“Soutos da Lapa”

A Árvore do Pão

Enquadrados pela beleza austera beirã, compreende vilas e cidades históricas com exuberantes exemplares arquitectónicos, reflexos de um território identitário, dez Municípios beirões uniram-se e criaram uma denominação de Origem Protegida “Soutos da Lapa”.

Geograficamente corresponde a uma vasta zona planáltica, de carvalhais e soutos, onde o granito emerge no matizado de serranias verdejantes, com rios e ribeiras sinuosas, que descem as gigantescas escadarias naturais, na busca do Douro “que todas as águas bebe”.

Os povos desta região identificam-se nos seus valores e símbolos ancestrais, no seu espírito independente, no seu artesanato e na devoção a Nossa Senhora da Lapa.

A castanha reveste-se de importante contributo na economia e a sua designação permite assegurar a elevada qualidade do produto, ao dispor dos consumidores.

Debaixo desta denominação funcionam 3.600 explorações agrícolas, atingindo quase 6.000 toneladas, ou seja 44% da produção nacional. Esta presença tem levado à incorporação deste produto nas ementas da restauração, em pudim, gelado, mousse, caldo e em muitas outras aplicações.

Em nenhum outro lugar faz tanto sentido chamar-lhe a “Árvore do Pão” e, de tão enraizada esta presença nas comunidades, na sua toponímia e nas suas festividades, olham os seus soutos como se fossem divindades e, por isso, se sacraliza o castanheiro e o seu espírito ancestral.



Últimos Pastores

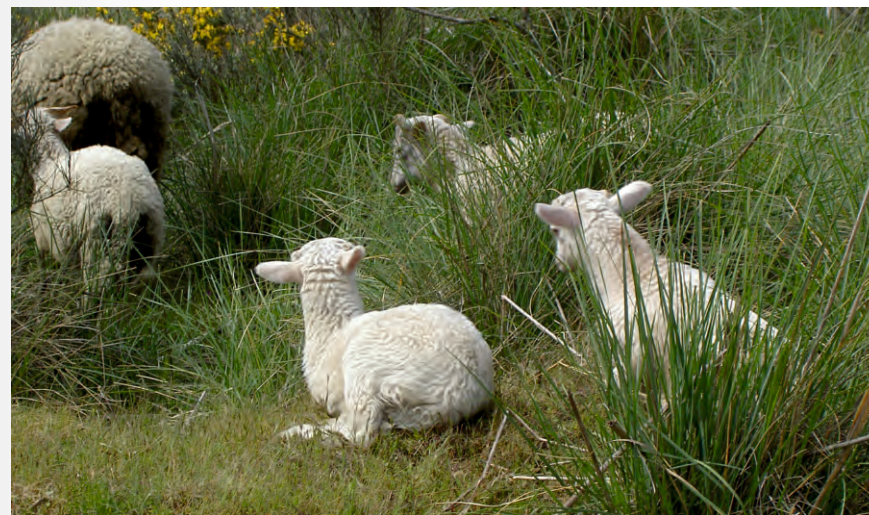
Ecoss da Transumância

O aro montanhoso da Região contava com uma forte economia pastoril e era visitado pelos ciclos anuais da transumância, como referem as pessoas mais idosas e o geógrafo Jorge Dias, dizendo que: “... São as invernadas (...), para o Vale do Douro, indo alguns até às encostas do Marão, ao Pinhão e ao Tua, onde encontram a folha da vinha como alimento, além de ervas dos caminhos e dos terrenos maninhos ou terras de pousio, pertencentes a quintas ...”

Estas antigas práticas davam ao Douro uma animação invulgar depois da partida das rogas para os seus locais de origem. Para recriar esta tradição, todos os anos em outubro, a ATN organiza a Rota da Transumância, na qual os participantes acompanham, a pé, um pastor da região, o seu rebanho e cães. O percurso é feito em dois dias com dormida em acampamento.

É uma experiência avassaladora!

Também é possível, no complexo montanhoso de Alvão/Marão, acompanhar um rebanho na sua deslocação e permanência nos locais de pasto. Estas participações permitem o profundo contacto com a natureza e com os largos horizontes serranos, vivenciando uma prática que vem do fundo dos tempos.



Museu do Côa

TOP
TEN

A Arte da Luz no Douro Superior

A revelação do Cavalo de Mazouco (Freixo de Espada à Cinta), em finais dos anos 70 do século passado, foi o primeiro episódio de uma das mais fascinantes descobertas arqueológicas em Portugal, que são os ciclos rupestres de arte pré e proto-histórica, distribuídos pela bacia do Douro superior português.

Mazouco é o primeiro conjunto de ar livre com gravuras atribuíveis ao Paleolítico superior, e o sítio revelar-se-ia uma descoberta seminal, já que era um dos raríssimos exemplos de gravuras da Idade do Gelo que eram descobertas fora do habitual ambiente de gruta em que, até então, se confinavam todas as descobertas gráficas da arte dos caçadores-recoletores do Paleolítico superior europeu.

Estávamos, afinal, a destapar a ponta do véu de uma autêntica Arte da Luz, assim chamada por oposição a uma Arte das Trevas, a habitual situação de jazida típica dos ambientes subterrâneos das cavernas. O Douro e, em particular, os seus afluentes Côa e Águeda (Siega Verde), viriam a revelar, nos anos seguintes, o mais importante, denso e significativo grupo mundial de arte paleolítica ao ar livre.

Hoje, mais de 30 anos após a revelação do painel decorado de Mazouco, são conhecidas muitas centenas de rochas com gravuras e algumas raras pinturas, com milhares de motivos figurados, estando a maior destas concentrações nos últimos quilómetros do Baixo Vale do Côa, até à sua foz. Sítios como a Canada do Inferno, a Penascosa, a Ribeira de Piscos ou a Foz do Côa são hoje lugares incontornáveis no mundo da arqueologia rupestre pré-histórica e o Vale do Côa tornou-se um nome tão sonante na procura da arte das origens quanto o são Altamira, Lascaux ou Chauvet.

O estudo intenso e continuado de todas estas manifestações rupestres e o seu contexto arqueológico já, relativamente melhor conhecido, permite-nos hoje afirmar que a sua cronologia se alonga entre cerca de 30.000 e 12.000 anos antes do presente. O primeiro período é o Gravettense e é, desde logo, um dos mais interessantes, pois é caracterizado por uma maior abundância de gravuras obtidas por picotagens profundas, ainda hoje bem visualizadas por um qualquer observador. É a este período que pertencem também a quase totalidade dos outros sítios entretanto descobertos fora da área do Côa e de Siega Verde e que são: no Vale do Sabor os sítios do Pousadouro (Grijó de Parada, Bragança), Sampaio (Milhão, Bragança), Ribeira da Sardinha (Felgar, Torre de Moncorvo) e Fraga Escrevida (Paradinha Nova, Bragança); a que se devem acrescentar as pinturas da Fraga do Gato no Parque Natural do Douro Internacional (Poiares, Freixo de Espada à Cinta), as notáveis gravuras descobertas em 2010 da margem direita da foz do Tua e o auroque da rocha Mário Reis, do sítio de Redor do Porco, no Parque Natural do Douro Internacional (Escalhão, Figueira de Castelo Rodrigo), identificado já em 2011, na margem esquerda do Águeda, a que se seguirão seguramente novas descobertas. Muita desta arte rupestre estará há muito submersa pelas barragens da bacia do Douro, já que a sua situação preferencial de jazida são os vales fluviais e ribeirinhos.

O segundo período da arte glacial, que tem o seu epicentro no Vale do Côa, pertence ao Magdalenense e distribui-se pelos últimos milénios do Paleolítico até há cerca de 12.000 anos antes do presente. É caracterizado por um tipo de representações mais finas, incisadas, com as figuras muitas vezes obtidas por traços múltiplos e densos, mas atualmente, de muito mais difícil visualização. Tem na

foz do Côa a sua maior área de expansão, mas conhecem-se exemplos deste tipo de gravuras um pouco por toda a região.

Entretanto, a descoberta do sítio do Vale da Casa, em 1982, num antigo terraço do Douro, que ficaria integralmente submerso pela albufeira da barragem do Pocinho, seria o segundo episódio da descoberta dos ciclos rupestres desta região, já que foi o primeiro conjunto de achados com gravuras da IIª Idade do Ferro (IIª metade do 1º milénio aC), que constituem o segundo e mais importante ciclo rupestre em toda esta região. Descobertas posteriores viriam, igualmente, a ampliar o conjunto de achados deste período, contando-se hoje também por mais de cinco centenas as rochas conhecidas com arte rupestre da IIª Idade do Ferro. Estas representações figuram normalmente guerreiros armados, montados em cavalos ou apeados e vários tipos de animais, de que os mais significativos são os cavalos, os cães e os cervídeos. São as evidências de uma espécie de Idade Heroica nos últimos séculos imediatamente anteriores à conquista romana da região, demonstrando a existência, aqui, de uma sociedade estratificada e dominada por elites guerreiras, que conheciam já bem a tecnologia do ferro, mas quase desconhecedoras ainda da escrita, da qual só se conhece um único exemplo rupestre em toda a região. Deixaram-nos um preciosíssimo legado artístico riscado nos inúmeros paredões dos xistos rasgados pelos vales fluviais, em particular na zona da foz do Côa.

Sobrepondo-se muitas vezes às mais antigas figurações paleolíticas, grande parte destes testemunhos estão hoje englobados no Parque Arqueológico do Vale do Côa, criado expressamente para a sua proteção, em agosto de 1996, sendo o conjunto de sítios rupestres classificado como Património da Humanidade, em dezembro de 1998.

Uma síntese de todo este legado rupestre pode, atualmente, ser apreciada no Museu do Côa e nas propostas de circuitos que estão disponibilizadas.



Museu do Côa
Tel. 279 768 260
museu@arte-coa.pt

Miradouros



A configuração orográfica e a natureza da bacia hidrográfica do Douro proporcionam excelentes pontos de observação da região.

Fruto de canhões profundos, largos horizontes, falésias e penedias, os miradouros são lugares “onde até o mais empedernido dos seres se comove”!

Eles configuram-se como excelentes contextos de observação para turistas espontâneos, romeiros, passantes, geólogos, poetas e seres em meditação. São lugares de riqueza múltipla onde o carácter religioso, ancestral e lendário está também muito presente.

Historicamente estão ligados, como os rios, as montanhas, as fontes e os bosques a espaços de adoração de divindades naturalistas, a rituais de sacrifícios e de fecundidade, à observação de astros, à “leitura” do voo das aves, à trajetória das nuvens e à influência de raios e trovoadas. Neles evocam-se as raízes dos povos de raiz indo-europeia.

O Cristianismo, durante dois milénios, na tentativa de eliminar estes cultos, atribuiu-lhe nomes de santos e neles mandou edificar capelas e outra simbologia religiosa. Contudo é a densidade mais antiga que emerge nestes lugares. Toda uma paisagem sacralizada e naturalmente divina. Por fim, ligam-se estes a espaços lendas e tradições e reminiscências de cultos de fertilidade (São Salvador do Mundo e São Domingos da Queimada) ou até a coabitação de divindades como em Santa Bárbara, São Pedro e na Senhora da Serra (Santa Marta de Penaguião).

Diz-se que a beleza de um lugar tem muito a ver com os olhos que o observam. Mas nos arrebatadores miradouros do Douro, é a emoção e o sentir cósmico que comandam os sentidos.

Sinta e Maravilhe-se com eles!

Miradouros Durienses:

Aspetos Naturais mais relevantes

	Geologia	Fauna	Flora	Paisagem	Astronomia
Boa Vista Lamego	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
N. Sr^a Serra Santa Marta de Penaguião	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rota do Douro - Bela Vista Carrazeda de Ansiães	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	
Arnozelo Foz Côa	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Casal de Loivos Alijó	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
N^a Sr^a das Neves São João da Pesqueira	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	
Nossa Sr^a da Piedade Alijó	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
S. António Peso da Régua		<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	
S. Gabriel Foz Côa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S. Gregório Torre de Moncorvo				<input type="checkbox"/>	
S. Leonardo de Galafura Peso da Régua	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S. Salvador do Mundo São João da Pesqueira	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S. Silvestre Mesão Frio	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
S. Domingos Armamar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Santa Bárbara Foz Côa	<input type="checkbox"/>			<input type="checkbox"/>	
Carrascalinho Freixo de Espada-à-Cinta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Colado Freixo de Espada-à-Cinta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cristo Rei Tarouca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penedo Durão Freixo de Espada-à-Cinta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Ficha Técnica

Propriedade

Turismo do Douro

Produção

Longomai - Consultadoria e Serviços
www.longomai.pt

Coordenação

Samuel Tapada

Textos

Alberto Tapada

Análise de Informação

Rosa Maria Osório | Manuel Tapada

Design Gráfico

Filipe Alves

Colaboração Científica

A. Gonçalves Guimarães | Alcino Oliveira | Alexandra Cerveira Pinto | Alice Gama
António Crespi | António Martinho Baptista | António Monteiro | Aurora Monzon
Elisa Preto | Hugo Costa | João Carlos Baptista | José Martinho Lourenço
José Ribeiro | Rui Cortes
Associação de Criadores do Maronês | Associação Campo Aberto | AETUR
UTAD | ICNB | Pantorra

Fotografia

Alberto Tapada | António Martinho Baptista | Aurora Monzon | Erik (ATN)
Fernando Peneiras | João Cosme | José Braga Amaral | Marco Aurélio Peixoto
Paulo Santos | Samuel Tapada
Municípios | Turismo do Douro

Contributos Literários

Alice Gama | António Martinho Batista | António Monteiro | Hugo Costa
João Carlos Baptista | José Ribeiro
IPTM | Pantorra

Impressão

Greca - Artes Gráficas

Tiragem

1.200 Exemplares

Depósito Legal

338740/12

A wide-angle photograph of a vast, hazy landscape. The foreground shows dark, silhouetted hills and mountains. The middle ground is filled with layers of rolling hills and mountains, each progressively lighter and more hazy than the one in front of it, creating a sense of depth and distance. The sky is a clear, pale blue, with a thin, horizontal band of light yellow and orange near the horizon, suggesting a sunrise or sunset. The overall atmosphere is serene and expansive.

“A vista alarga-se de ânsia e de assombro”

Miguel Torga



Eu vim de longe...

Quais viajantes longínquos, as dinâmicas geológicas, faunísticas e florísticas convergiram, de forma incessante, para o Canhão Duriense durante centenas de milhões de anos, transformando o território numa gigantesca montra natural, gerando uma das mais mágicas combinações da natureza, onde todas as idades da terra se expressam.

No seu processo de construção e de moldagem do grande canhão geológico, esses ancestrais caminheiros estabeleceram uma impressionante e intrincada malha viária natural, onde se instalaram corredores de espécies e configurações muito próprias, gerando o milagre da mediterraneidade, que se configura como um dos mais belos segredos da Terra.

Venham Ver!

Co-Financiamento

