PUB

Viagem às MONTANHAS MÁGICAS®

MAIS DE 80.000 HECTARES DE NATUREZA PROTEGIDA E CLASSIFICADA AO ABRIGO DE QUATRO SÍTIOS DE INTERESSE COMUNITÁRIO DA REDE NATURA 2000 – SERRAS DA FREITA E ARADA, SERRA DO MONTEMURO, RIO PAIVA E RIO VOUGA - E DE UM GEOPARQUE DA UNESCO – O AROUCA GEOPARK, SÃO O MOTE PARA UMA VIAGEM INESQUECÍVEL, À DESCOBERTA DE UM DOS TERRITÓRIOS MAIS GENUÍNOS DE PORTUGAL, AS SERRAS DA FREITA, ARADA E MONTEMURO – MONTANHAS MÁGICAS®

A poucos quilómetros do oceano Atlântico, encaixado entre os rios Douro e Vouga, estende-se um vasto território montanhoso onde abundam espécies de fauna e flora raras e protegidas, fenómenos geológicos singulares, rios de águas límpidas e selvagens, monumentos que testemunham milénios de história e paisagens de uma beleza e imensidão admiráveis, pontuadas por aldeias que assistiram à "febre" do volfrâmio, no período da II Guerra Mundial.
Nestas serras persiste uma cultura fiel a si própria onde a gastronomia, o artesanato e os produtos locais de qualidade, como os vinhos e a doçaria conventual e regional, são expoentes máximos dos saberes, tradições, usos e costumes transmitidos ao longo de muitas gerações.
Reconhecido em 2013, pela Europarc Federation, como destino de turismo sustentável, ao abrigo da Carta Europeia de Turismo Sustentável, em áreas protegidas e classificadas, o território das Montanhas Mágicas® é composto por sete municípios - Arouca, Castelo de Paiva, Castro Daire, Cinfães, São Pedro do sul, Sever do Vouga e Vale de Cambra - que partilham valores naturais e culturais únicos e um projeto de desenvolvimento turístico comum, associado à marca Montanhas Mágicas®.

AQUI FICAM ALGUMAS SUGESTÕES PARA DESCOBRIR O ESSENCIAL DESTE TERRITÓRIO:

PRATIQUE ATIVIDADES DE ECOTURISMO

O rio Paiva é já uma referência incontornável no panorama dos ***desportos de aventura e águas bravas*** em Portugal. Um dos aspetos mais diferenciadores deste rio é o facto de, em poucos quilómetros, oferecer troços com diferentes níveis de dificuldade, que poderão ir do nível II até ao nível V+, numa escala mundial que vai do nível I ao nível VI (entenda-se o nível I - baixa dificuldade e o nível VI – dificuldade extrema), tornando-se um verdadeiro paraíso para os profissionais e amantes das modalidades de ***rafting, kayaking, canoagem de águas bravas e canoa-raft.***
No que se refere ao ***canyoning***, o território afirma-se como um dos principais destinos para a prática da modalidade em Portugal continental, em virtude da existência de um número considerável de rios de montanha com grande apetência para a sua realização. São exemplos maiores o rio Teixeira, o rio de Frades, o rio Caima, o rio Pombeiro e os rios Ardena e Cabrum.
A ***canoagem*** e, mais recentemente, o ***stand up paddle*** são especialmente praticados nos troços mais calmos do rio Vouga. Outras atividades de animação turística como ***a escalada, o rappel, o slide e o arvorismo*** podem ser realizadas, nomeadamente, no Bioparque de Carvalhais e no ecoparque Quinta do Engenho.
Para aqueles que elegem as caminhadas como meio privilegiado de visita, ***os mais de 500 km de percursos pedestres*** sinalizados e homologados, em todo o território, são um convite irrecusável à descoberta das suas maiores riquezas naturais e culturais, algumas delas inacessíveis por qualquer outra via.

Foto: João Cosme

Observar e interpretar a fauna e a flora é um das atividades mais apreciadas.

O rio Paiva é uma referência incontornável no panorama dos desportos de aventura e águas bravas em Portugal.

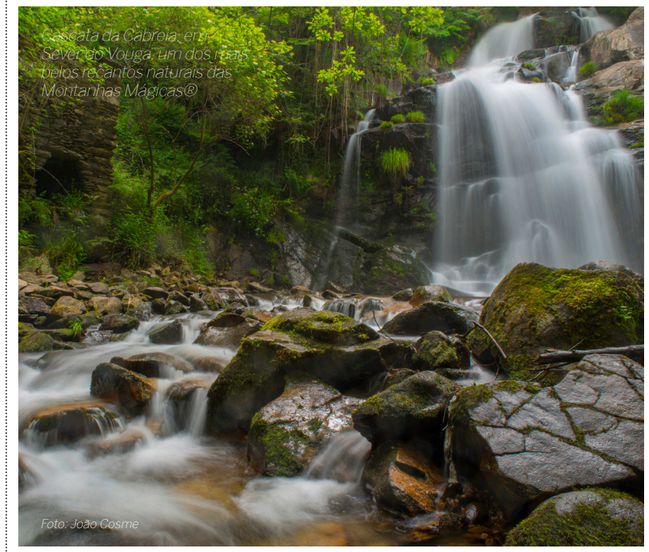
De ***bicicleta*** (ciclismo ou BTT), descubra os planaltos das serras da Freita, Arada e Montemuro, o vale do rio Bestança e a Ecopista de Sever do Vouga, espaços de eleição para a prática deste desporto saudável e amigo do ambiente.
Observar e interpretar a fauna e a flora é uma das atividades mais apreciadas pelos visitantes. No domínio do ***birdwatching*** descubra interessantes espécies como a águia-de-asa-redonda, o bufo-real, o falcão-peregrino, o melro-azul, o melro-das-rochas, o melro-de-água, o guarda-rios, a poupa e o pica-pau-malhado-grande. O gado arouquês e grandes rebanhos de cabras são uma constante nos planaltos e encostas serranos. A lontra é uma espécie muito querida e presente nos nossos rios, apesar de bastante esquiva. Além destas, descubra dezenas de outras espécies que têm neste território o seu habitat preferencial.
No que se refere à ***flora*** merecem destaque as turfeiras da Fraguinha e da serra da Freita, o azevinho, o feto-vaqueiro, o medronheiro, os bosques de bétulas, amieiros, salgueiros, freixos, carvalho-roble e carvalho negral, e algumas zonas de adernal com aderno.
Faça uma visita às ***Estações da Biodiversidade*** da serra do Montemuro, na aldeia de Campo Benfeito, do Vale do Bestança em Vila de Muros, e da serra da Freita, na aldeia do Merujal.

EXPLORE A NOTÁVEL GEODIVERSIDADE DAS MONTANHAS MÁGICAS®

A singularidade e a relevância científica dos fenómenos geológicos presentes no território, especialmente na área do Arouca Geopark, integrado desde 2009, nas redes europeia e global de geoparques sob os auspícios da UNESCO, têm vindo a merecer a atenção, não só das comunidades educativa e científica, mas também dos muitos visitantes que se deslocam ao território, interessados em descobrir as mais remotas histórias da Terra, reveladas através desses fenómenos geológicos.
Dos cerca de 80 geossítios identificados nas Montanhas Mágicas® destacam-se pela sua relevância científica, educativa e turística, as Pedras Parideiras e respetivo Centro de Interpretação – Casa das Pedras Parideiras, a coleção de Trilobites Gigantes de Canelas, patente no Centro de Interpretação Geológica de Canelas, os Icnofósseis de Cabanas Longas, os Fósseis Vegetais da Floresta Tropical do Carbónico, as Fragas da Penavilheira, as Geoformas Graníticas de S. Pedro do Campo, o Domo Rochoso do Montemuro, o Penedo Pudim, as Portas do Montemuro, o Taffoni da Faifa, as Termas de S. Pedro do Sul, as Termas do Carvalhal, a Livraria da Pena, as cascatas da Cabreia e da Fílveda, e a Lomba de Arões.
Este importante conjunto de geossítios, associado a todo o património natural e cultural existente no território, está na base de um potencial alargamento do atual geoparque.

DESVENDE UMA HISTÓRIA E CULTURA MILENARES

As Montanhas Mágicas® são um território milenar, repleto de segredos por desvendar...
As ***gravuras rupestres*** de Arte Atlântica Peninsular e ***o megalitismo*** têm aqui forte representatividade, com alguns sítios e monumentos a merecerem especial destaque: o Outeiro dos Riscos em Vale de Cambra, o Forno dos Mouros e a Anta da Cerqueira em Sever do Vouga, a Pedra Escrita de Serrazes em S. Pedro do Sul, ▶



Cascata da Cabreia, em Sever do Vouga, um dos reais belos recantos naturais das Montanhas Mágicas®

Foto: João Cosme

As Montanhas Mágicas® são um território milenar, repleto de segredos por desvendar...

Mosteiro de Arouca.

- a Mamoa da Portela da Anta em Arouca, a Pedra dos Pratos em Castro Daire e o Parque Megalítico do Montemuro em Cinfães.

Avançando no tempo, até à Idade Média, impõe-se uma visita aos ***mosteiros cistercienses de Arouca e de S. Cristovão de Lafões.*** No Mosteiro de Arouca merecem atenção especial a igreja, o cadeiral de arte barroca, os claustros, a cozinha conventual, e o museu da Real Irmandade da Rainha Santa Mafalda, que alberga a maior coleção privada de arte sacra do país. O Mosteiro de S. Cristovão de Lafões, cuidadosamente restaurado a partir de 1984, alia o conforto moderno de uma hotelaria de nível ao escrupuloso respeito pela tradição. A igreja paroquial, cujas armas reais e as de Claraval ornam a frontaria, abre por ocasião dos cultos.

Ainda em plena época medieval, contemple a majestosa sobriedade dos ***monumentos do românico***, através de uma visita, entre outros, à Igreja Românica de S. Cristovão de Nogueira, em Cinfães, ao Marmoiral de Sobrado, em Castelo de Paiva, ao Memorial de Santo António, em Arouca, e à Ermida do Paiva ou Templo das Siglas, em Castro Daire.

Já num período mais recente da história, descubra as particularidades arquitetónicas de ancestrais ***aldeias de xisto ou granito*** que conferem à paisagem, características singulares. Uma rede de 10 aldeias classificadas com a marca ***Aldeias de Portugal®*** põe em evidência os traços mais marcantes da arquitetura típica local e os usos, costumes e tradições de antigamente.

Locais eternos, de relaxamento e diversão em família.

Uma rede de 10 aldeias classificadas com a marca Aldeias de Portugal® põe em evidência os traços mais marcantes da arquitetura típica local e os usos, costumes e tradições de antigamente.

Visite, entre outras, as aldeias da Pena em S. Pedro do Sul; Meitriz e Paradinha em Arouca; Campo Benfeito e Mezio em Castro Daire; Vale de Papas e Boassas em Cinfães, Trebilhadouro e Felgueira em Vale de Cambra; e Amiais, em Sever do Vouga.

APRECIE O SABOR GENUÍNO DA GASTRONOMIA SERRANA

Descobrir os inimitáveis sabores da gastronomia serrana é um ótimo pretexto para realizar uma incursão pelas Montanhas Mágicas®. Estamos em terras de ***Carne Arouquesa (DOP), Cabrito da Gralheira (IGP) e Vitela de Lafões (IGP)***, raças que garantem o sabor e a qualidade dos principais pratos típicos locais: a vitela arouquesa assada no forno, a posta arouquesa grelhada, os bifes de Alvarenga, a vitela e o cabrito à Lafões, o Cabritinho do Montemuro e o Cabrito à Manhouce. Também o peixe dos nossos rios, como a truta, a lampreia, a enguia e o sável, enriquece, nas devidas épocas, o cardápio das receitas locais.

Vitela arouquesa assada no forno – uma das especialidades locais

Para acompanhar estas irresistíveis receitas é fundamental selecionar um bom vinho, produzido localmente, seja ***Vinho Verde (DOC) ou Vinho de Lafões (IPR)***. À sobremesa não podem faltar as maravilhosas iguarias da ***doçaria conventual*** de Arouca – castanhas e morcelas doces, barriga de freira e roscas de amêndoa - ou da ***doçaria regional*** – Calambrias, Doces de Serradelo, Bolo Podre, Matulos, Vouguinhas, Queijadinhas de Mirtilo, Pão-de-Ló de Arouca, entre muitos outros. Termine com um virtuoso licor produzido artesanalmente.

RELAXE EM ESTÂNCIAS TERMAIS DE MONTANHA

A qualidade das águas que brotam do interior das serras da Arada e Montemuro é reconhecida pelos milhares de aquistas que, anualmente, elegem as Termas de S. Pedro do Sul e as Termas do Carvalhal (em Castro Daire), para

O destino ideal para usufruir da calma e da tranquilidade do campo e da montanha

usufruírem dos inúmeros e diversificados programas de saúde e bem-estar que ambas as estâncias oferecem. Localizadas nas margens do rio Vouga, as ***Termas S. Pedro do Sul,*** onde se curou o primeiro Rei e a última Rainha de Portugal, são das maiores e mais antigas do país, dispondo de dois balneários. O Balneário D. Afonso Henriques, amplo, moderno e com novos equipamentos de última geração, eleva o nível da oferta termal de saúde em Portugal para os patamares de excelência do século XXI. O Balneário Rainha D. Amélia apresenta-se, cada vez mais, como a alternativa clássica de requinte e charme das Termas de S. Pedro do Sul, oferecendo um ambiente de bem-estar termal. As águas termais de S. Pedro do Sul estão indicadas no tratamento de problemas de reumatologia e das vias respiratórias.

Em Castro Daire, as ***Termas do Carvalhal*** apresentam um leque variado de ofertas tanto no termalismo clássico

A qualidade das águas que brotam do interior das serras da Arada e Montemuro é reconhecida pelos milhares de aquistas que anualmente regressam.

PUB

como no bem-estar. No primeiro, uma gama variada de tratamentos vão ao encontro das diversas doenças para as quais as águas termais estão indicadas: reumatológicas e músculo-esqueléticas, bem como doenças de pele e do aparelho digestivo. Na área do bem-estar oferecem programas que podem ter a duração de um, dois ou três dias e que são compostos por tratamentos que apelam ao relaxamento, à descontração e à sintonia perfeita entre o corpo e a mente.

DESFRUTE DA HOSPITALIDADE LOCAL E REPONHA ENERGIAS

As Montanhas Mágicas® são o destino ideal para usufruir da calma e tranquilidade do campo e da montanha, mas são, também, um excelente destino para viver aventuras radicais e experiências inesquecíveis. Seja qual for o motivo da sua visita, o território dispõe de uma oferta diversificada de unidades de alojamento, que irá, com certeza, ao encontro das suas expectativas.

Nas zonas rurais e de montanha existe uma oferta qualificada e diferenciadora de unidades de Turismo no Espaço Rural.

Nas vilas e cidades e na sua envolvente, ou nos complexos termais de S. Pedro do Sul e do Carvalhal, encontrará hotéis até 4 estrelas.

Nas zonas rurais e de montanha existe uma oferta qualificada e diferenciadora de unidades de Turismo no Espaço Rural, na grande maioria Casas de Campo, mas também algumas unidades de Agroturismo e Hotéis Rurais. Para quem aprecia um ambiente mais aristocrático e sofisticado, o território oferece diversas unidades de Turismo de Habitação, e para os que andam de mochila às costas e procuram um ambiente mais descontraído, existem quatro parques de campismo e caravanismo, inseridos em plena natureza.

ADRIMAG. +351 256 940 350
www.montanhasmagicas.pt
facebook.com/MontanhasMagicas

ADRIMAG
ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO RURAL INTEGRADO DAS SERRAS DO MONTEMURO, ARADA E GRALHEIRA
MONTANHASMÁGICAS
EUROPARC FEDERATION
EUROPEAN CHARTER FOR SUSTAINABLE TOURISM IN PROTECTED AREAS
PROVERE
Programa de Valorização Económica de Recursos Endógenos
ON.2 O NOVO NORTE
UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional
QREN QUADRO DE REFERÊNCIA ESTRATÉGICO NACIONAL