

TRIMESTRAL N.º 21 | 2023

MONTANHAS

MÁGICAS[®]

magazine

Montemuro, Arada e Gralheira

AROUCA | CASTELO DE PAIVA | CASTRO DAIRE | CINFÃES | SÃO PEDRO DO SUL | SEVER DO VOUGA | VALE DE CAMBRA



Artes & Ofícios

Visita a Aveiro e Casa do Tear
As mãos que transformam
"O artesão José Humberto Pereira da Silva"

Evasão

Itinerários Arouca Agrícola
Acampamento na Natureza

Natureza

Um dia inesquecível na Serra da Freita
"O meio ambiente precisa de todos nós"
Saída Micológica

em Destaque

30 anos de ADRIMAG

Cultura

Desfolhada
Caminhada Associativa
Arte Urbana

Arte de Viver

Há cinema na(s) aldeia(s)!
Concertinas

Prazeres à Mesa

Sopa da pedra com castanha
O livro de receitas

Montanhas Mágicas

CLDS 4G - Contratos Locais de Desenvolvimento Social Coordenados pela ADRIMAG

Contactos

AROUCA

CLDS4G Arouca Inclui
Zona Industrial de S. Domingos 2
lote 3, 4 - 4540-177 Arouca

+351 256 940 350 / 913 878 525
aroucainclui@adrimag.com.pt
www.facebook.com/aroucainclui



CASTRO DAIRE

CLDS4G Criar Desafiar
Edifício Conde Ferreira - Largo de S. Pedro
3600 Castro Daire

+351 910 621 651
criardesafiar@adrimag.com.pt
www.facebook.com/clds.criardesafiar



SEVER DO VOUGA

CLDS4G Proxim'Idade
Gabinetes Técnicos
Largo do Município, N.º1
3740 - 262 Sever do Vouga

proximidade@adrimag.com.pt
facebook.com/CLDS.Proximidade
@proximidade_clds



CASTELO DE PAIVA

CLDS4G Projeto VIDA
Biblioteca Municipal de Castelo de Paiva
2º andar - Rua Emídio Navarro
Sobrado
4550-126 Castelo de Paiva

+351 913 994 674
projetovida@adrimag.com.pt
www.facebook.com/projetovida.clds



SÃO PEDRO DO SUL

CLDS4G São Pedro do Sul
Avenida António Correia de Oliveira, n.º 69
3660-426 São Pedro do Sul

+351 910 843 494
clds-spsul@adrimag.com.pt
www.facebook.com/cldspsul



VALE DE CAMBRA

CLDS4G Vale+Social
Edifício Paços do Concelho
Av. Camilo Tavares de Matos
3730-240 Vale de Cambra

valemaissocial@adrimag.com.pt
+351 913 266 703
Facebook.com/ValeMaisSocial



MAGAZINE MONTANHAS MÁGICAS®

FICHA TÉCNICA

Propriedade: ADRIMAG - Praça Brandão Vasconcelos, 10, 4540-110 AROUCA . Telef.: +351 256 940 350 . E-mail: adrimag@adrimag.com.pt
Direção Editorial: João Carlos Pinho. **Coordenação:** Carminda Gonçalves.
Redação: Equipas dos Contratos Locais de Desenvolvimento Social de 4ª Geração de Arouca, Castelo de Paiva, Castro Daire, São Pedro do Sul, Sever do Vouga, Vale de Cambra e Cinfães.
Colaboração especial nesta edição: Beneficiários dos Contratos Locais de Desenvolvimento Social de 4ª Geração.
Fotografia: Pedro Sá, José Luís, Juliana Sousa, António Pereira, Hugo Silva.
Revisão ortográfica: Marisa Araújo. **Pré-paginação:** Daniela Tavares.
Design Gráfico e Paginação: M. Vide & Irmão, Lda.
Impressão: M. Vide & Irmão, Lda. **Periodicidade:** trimestral. **Distribuição:** Gratuita.
Tiragem: 2000 exemplares. **Depósito legal:** 326348/11



3ª Edição do Concurso "Olhar! Castelo de Paiva" | Encantos e Recantos de Castelo de Paiva

"Verde Encanto—Ilha dos Amores", Castelo de Paiva

© Pedro Sá

Editorial

Dois factos marcam esta edição da Magazine Montanhas Mágicas: os 30 anos da ADRIMAG e a conclusão do ciclo do programa CLDS4G nos 6 municípios da zona de intervenção da associação.

Foi a 27 de agosto de 1991 que foi criada a Associação de Desenvolvimento Rural Integrado das serras de Montemuro, Arada e Galheira, por um grupo de 11 associados privados, aos quais três anos mais tarde se associariam os Municípios. Agregava então 7 concelhos que tinham como matriz fundamental a ruralidade e visando o desenvolvimento integrado e harmonioso deste território das montanhas mágicas do Montemuro, Arada e Galheira. Iniciava-se um projeto absolutamente estruturante nesta região.

Motor impulsionador de todo o território, com uma estratégia assente no trabalho em parceria, e fazendo o melhor uso dos fundos provenientes da então Comunidade Económica Europeia, agora União Europeia, a ADRIMAG foi responsável por projetos e dinâmicas que mudaram esta região, atraindo novas pessoas e negócios e melhorando as condições para os que cá residem, intervindo em áreas tão diversas como a gestão de fundos comunitários e nacionais, o turismo sustentável ou a educação e formação de adultos.

Figura absolutamente basilar nestes 30 anos de atividade tem sido o seu coordenador quase desde o início, João Carlos Pinho, a quem deixo em meu nome e em nome de todos os autarcas e demais parceiros antigos e atuais ligados à ADRIMAG um vivo e sentido

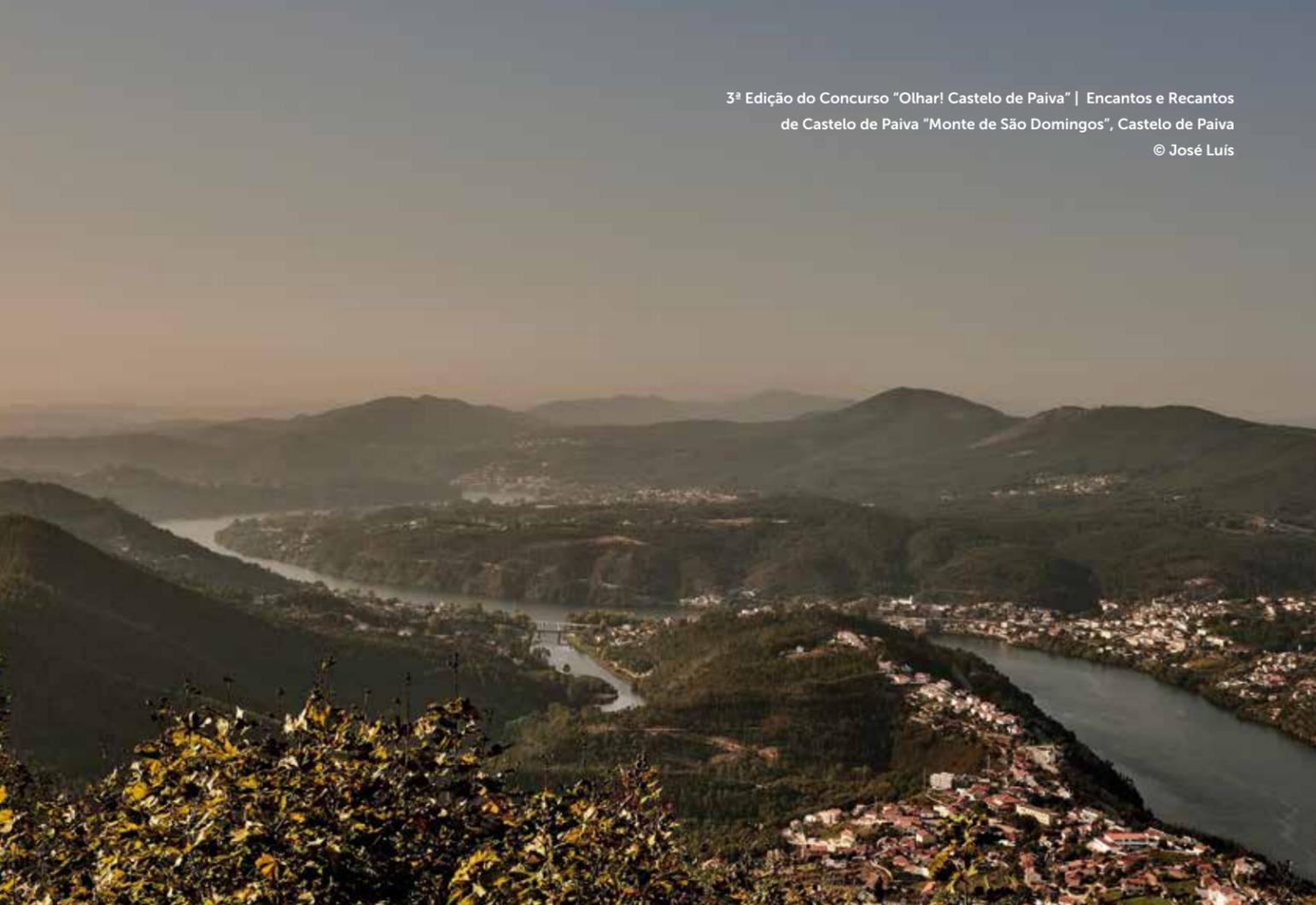
agradecimento, agradecimento este que é extensível a toda à equipa que coordena. O valor e mérito da sua liderança estão patentes nos resultados alcançados pela associação ao longo destas 3 décadas.

Tendo passado de 1 funcionária para os atuais 46 colaboradores, a ADRIMAG teve, nas palavras do seu coordenador, um crescimento exponencial, "com a introdução de novas valências, nomeadamente na área social", área esta em que se destaca o programa CLDS4G, que agora chega ao fim, e cujo trabalho e impacto também se encontra em destaque nas páginas subsequentes.

Visando promover a inclusão social de grupos populacionais que revelem maiores níveis de fragilidade social, como é o caso da população idosa, nomeadamente a residente nas aldeias serranas, mobilizando a ação integrada de diversos agentes e recursos locais, tendo-se constituído como um importante instrumento de combate à exclusão social como dão conta disso os diversos testemunhos que são dados a conhecer nesta revista.

O programa CLDS4G teve também um papel crucial na emergência de dinâmicas territoriais que permitiram a valorização da nossa identidade, dos nossos saberes e tradições, trabalhando para termos comunidades mais capacitadas, revitalizadas e resilientes. É urgente assim proceder-se ao lançamento do próximo ciclo do programa. Interromper o trabalho efetuado, o que estamos certos não irá acontecer, seria votar uma vez mais ao esquecimento estes territórios e as suas gentes que continuam a resistir e a mostrar que interior também rima com inclusão.

Margarida Belém
Presidente da Direção da ADRIMAG



3ª Edição do Concurso "Olhar! Castelo de Paiva" | Encantos e Recantos de Castelo de Paiva "Parque das Tílias", Castelo de Paiva
© Juliana Sousa

Índice

6
MM em foco

18
Info MM

22
Cultura
Desfolhada
Caminhada Associativa
Arte Urbana

28
Arte de Viver
Há cinema na(s) aldeia(s)!
Concertinas

32
Evasão
Itinerários Arouca Agrícola
Acampamento na natureza

38
Natureza
Um dia inesquecível na Serra da Freita
"O meio ambiente precisa de todos nós!"
Saída Micológica

43
em Destaque
Entrevista

50
Prazeres à Mesa
Sopa da pedra com castanha
O livro de receitas

54
Artes & Ofícios
Visita a Aveiro e Casa do Tear
As mãos que transformam...



3ª Edição do Concurso "Olhar! Castelo de Paiva" | Encantos e Recantos de Castelo de Paiva "Antigo escritório das Minas do Pejão", Castelo de Paiva
© António Pereira

OS CLDS NA PRIMEIRA PESSOA

CLDS 4G AroucaInclui

“Serões Culturais e Sons da Terra”



“Foi muito importante a realização das atividades na aldeia, principalmente para as pessoas mais velhas. Viu-se pela adesão, foi lá parar tudo... Aqui, as pessoas gostam mesmo é das concertinas, antigamente faziam-se bailes na aldeia e esta memória ainda se mantém viva. Como há muitos anos não se faziam bailes, foi um reviver das tradições”

Sandra Duarte

“Sonho da aldeia”



“Entrar para a Oficina dos Bordados foi a coisa mais linda que me aconteceu, depois do falecimento do meu marido. É muito bom aprender mais e ocupar os nossos tempos livres. Saímos sorridentes da aula (...) e isso melhora a sociedade e levanta o astral seja de quem for. Tudo o que é feito com amor, é lindo!”

Conceição Oliveira



“A união faz a força!... E tem feito com a parceria que temos desenvolvido com o projeto CLDS4G AroucaInclui, promovido pela ADRIMAG. Nestes dois últimos anos letivos, temos contado com o seu apoio nas atividades da nossa Associação de Pais e Encarregados de Educação de Canelas e esta colaboração tem feito a diferença junto das nossas crianças, mas também, junto de toda a comunidade. As atividades planeadas em conjunto, de forma atenta e dedicada que a equipa demonstra sempre, têm vindo a aproximar os mais pequenos e o resto de toda a nossa comunidade num esforço de união e de partilha de saberes. Esperamos continuar com o mesmo empenho, dedicação, simpatia e profissionalismo, este trabalho para o bem dos nossos filhos e de todos os que queiram partilhar connosco das atividades propostas. Um muito obrigada a toda a equipa sem a qual já não passamos..!”

Cristina Moreira

“Aldeias criativas”



“Estas sessões são boas para o convívio, para o combate à solidão... Uma pessoa, sozinha, parece que o tempo não passa. Nós divertimo-nos e damos boas risadas! Lembramos os velhos tempos, os serões na aldeia. Era importante continuar.”

Clarinda Tavares



“Cantinho Digital e Festa da Castanha”



“ Este ano tive o privilégio de, juntamente com um grupo de outras pessoas, fazer parte de um plano de atividades promovido pelo CLDS 4G Projeto VIDA, tendo como formadoras a Dr.ª Juliana e a Dr.ª Carina que, com toda a paciência e muita simpatia nos têm proporcionado bons momentos de saudável e enriquecedor convívio e aprendizagem. Assim, no plano digital vamos aprendendo como manusear um computador pois para mim e quase todos os outros participantes, até o simples facto de ligar e desligar o computador era só por si uma aventura. Mas, com a preciosa ajuda das nossas formadoras tudo se vai tornando possível e até já conseguimos fazer uma apresentação de trabalhos individuais que no seu conjunto resultou muito agradável. No plano social e de lazer tivemos já no dia 27 de novembro um dia cheio e muito agradável. Começou pelas 10 horas com uma caminhada pelos arredores da aldeia, seguida de um

almoço comunitário. À tarde, um farto magusto à volta da tradicional fogueira e grande animação a cargo da “Festa Total” e, nem a chuva persistente arrefeceu a alegria de todos os participantes, provando assim o quão importantes estas iniciativas nestas pequenas aldeias, com populações já muito envelhecidas, que de outro modo não teriam acesso a estas experiências que nos ajudam a integrar na sociedade “das tecnologias” em que vivemos. Estou muito feliz por fazer parte deste projeto, não só pelo prazer do convívio, mas também pela alegria das novas descobertas e espero que no futuro sejamos contemplados com outras iniciativas que nos ajudem a sair do esquecimento em que nos encontramos. Em nome de todos, o nosso muito obrigada.”

Otilia Fidalgo

“Ateliês Tradicionais”



“ Os Ateliês Tradicionais são uma coisa muito boa, fazem-nos muito bem à memória, à imaginação e aprendemos muitas coisas novas. É um momento de companhia e é uma boa forma de a gente conseguir conviver mais diretamente com quem gostamos, porque apesar de sermos todas aqui da aldeia, cada uma tem a sua vida e nem sempre temos oportunidade de estar juntas. Nos ateliês temos feito vários trabalhos manuais que nos engrandecem, gosto muito de tudo.”

Isabel Almeida

“Programa Ambienta-te”



“ No âmbito do Projeto VIDA CLDS – 4G coordenado pela ADRIMAG foram dinamizadas atividades no JI de Oliveira do Arda. O “Programa Ambienta-te” despertou a curiosidade e interesse das crianças sobre a preservação do ambiente; comportamentos corretos nas rotinas diárias com o objetivo de melhorar o meio ambiente. Foram trabalhados os 3Rs, com atividades de expressão plástica e motora muito motivadoras para as crianças. A atividade “A música que vinha de dentro da mina” explorou de uma forma lúdica vários conteúdos nos domínios de expressão musical e no domínio da discriminação auditiva, aprimorando a sensibilidade

aos diversos tipos de sons. Proporciona gosto artístico desenvolvendo competências vocais e instrumentais, tendo em conta a faixa etária das crianças. É de salientar o excelente trabalho desenvolvido pelo professor. Na minha opinião são atividades pertinentes que deveriam ter continuidade, sendo uma mais valia nas atividades letivas desenvolvidas pela educadora titular do grupo.

Isabel do Jardim de Infância de Oliveira do Arda

“Bootcamp Empreendedorismo”

“ Sou uma das alunas da URBE estou a fazer o curso de informação e animação turística, participei na atividade promovida pelo CLDS4G| Projeto VIDA coordenado pela ADRIMAG no BootCamp de Empreendedorismo. Foi uma atividade que me permitiu desenvolver e aprender a importância de várias características como, o respeito, a partilha, a comunicação, o empreendedorismo, a relação interpessoal, o trabalho em equipa, a colaboração e a liderança. Também aprendi a ter empatia, ou seja, colocar-me no lugar dos outros. Bom, foi uma boa atividade, gostei muito de participar e vai-me ajudar no futuro a desenvolver várias características importantes e a ser uma pessoa melhor.”

Erika Ceita



“Manta no Vale – Espetáculo De Cantigas e saudades, vive esta linda Junqueira”



“ O facto de sair de casa, mudar de ambiente é uma mais valia, sair da rotina, conviver. A importância da participação nas atividades foi sair do meu quotidiano, do meu habitat. Por exemplo, uma pessoa ao sair de casa vai cuidar de si (tomar banho, vestir roupa lavada) e está a cuidar duas vezes: do corpo e da mente (por participar nas atividades).

O trabalho que o CLDS tem desenvolvido é rico, contudo é pena que ainda haja pessoas que não aproveitem e participem naquilo que se faz na comunidade.”

Nazaré Bastos

“Ateliê Saber & arte”

“ Sim, foi desafiante para mim. Teve muita importância porque estava a tomar conta da minha falecida mãe que tinha demência e o telefonema das meninas era muito reconfortante. Por isso, agradeço do fundo do coração. Quanto às atividades foi muito bom. Passámos tardes maravilhosas, foi numa fase difícil da minha vida e o bocadinho que ia lá fez-me muito bem, aprendemos muito. E só tenho pena que tenha acabado. Agradeço muito pelo tempo que passámos juntas. Foi muito bom! Obrigada!”

Elisa Vinha



“ Do meu ponto de vista, o “Projetar Futuro” torna-se essencial para todos os estudantes que ainda não têm a certeza do que seguir e pretendem conhecer a realidade dos profissionais de diferentes áreas. Acredito que este projeto é uma experiência extremamente enriquecedora na medida em que proporciona um primeiro contacto empresarial, permitindo abrir os horizontes, alargar a network e ter uma maior confiabilidade na decisão sobre o futuro académico/profissional. Além disso, considero que ultrapassar a barreira de se ser “apenas” estudante e interagir com o mundo empresarial, permita um crescimento exponencial, não só a nível de conhecimento mais técnico, como também, e acima de tudo, a nível de crescimento pessoal. No meu caso, percebi que a área em que realizei o meu estágio era exatamente o que queria seguir e, desde aí, que me foquei nos meus objetivos profissionais. Gostei tanto do estágio que, neste momento, estou a escrever a tese do Mestrado em Engenharia e Gestão Industrial, em Frankfurt, na empresa fundadora do tema do estágio que realizei com a Arsopi-Thermal através do “Projetar Futuro”! Tive ainda a sorte de ter dois mentores fenomenais da Arsopi-Thermal, Sr. Eng. Fernando Mendonça e Sr. Eng. Sérgio Alves, pela qual sinto uma grande ligação e confiança! Na verdade, o “Projetar Futuro” não é apenas um estágio. Acredito que pode abrir as portas de uma forma fenomenal e ser o primeiro passo profissional. Fico muito feliz por saber que o “Projetar Futuro” continua a tornar melhor o futuro dos estudantes e agradeço a todos os envolvidos que permitem que isto aconteça!”

Regina Paiva

“Pés na Serra”

“ Ao longo dos tempos e com as mudanças nas rotinas e vida das pessoas, foram-se perdendo contactos e tradições no interior das comunidades, principalmente nas gerações mais novas. Os mais idosos deixaram de sair e conviver, o que leva à solidão e ao isolamento destes. Com o projeto CLDS4G Vale + Social, nomeadamente o Festival “Pés na Serra”, foi possível perceber a vontade das várias associações cepeleses em participar e promover atividades que reavivassem tradições antigas, que trouxessem as pessoas para a rua para se divertirem. Este tipo de atividades, desperta o interesse de todas as faixas etárias das aldeias, desde os mais idosos que recordam com grande emoção os tempos antigos aos mais jovens que aprendem e experienciam momentos únicos. Esta dinamização é muito importante para a população e para as associações, pois a reaproximação entre as mesmas culmina num trabalho conjunto, com o objetivo que é o convívio geral das pessoas e a manutenção das tradições. Há sempre necessidade de um impulsionador, para dar início a grandes projetos, e sem dúvida que o CLDS através do “Pés na Serra” foi o primeiro passo para que na nossa freguesia, as associações e os cepeleses tenham vontade de dar continuidade a este trabalho.

Margarida Tavares



Emprego, Formação e Qualificação



nossa atividade, que é integrar os desempregados profissional, social e pessoalmente. A divulgação das ofertas de emprego, das medidas de emprego e de formação profissional, junto daqueles que são os mais vulneráveis tem ajudado de sobremaneira a que o flagelo do desemprego se mantenha baixo no concelho de São Pedro do Sul. Para além do trabalho realizado junto dos jovens no que concerne ao estímulo ao seu empreendedorismo, reforçando competências cruciais como a criatividade, a inovação e o gosto pelo risco, o Projeto do CLDS4G de São Pedro do Sul acrescentou valor ao território com a organização da "Conferência Capital Social: as empresas e as pessoas." Com um painel de conferencistas de elevada qualidade, de diferentes quadrantes da sociedade por-

tuguesa, com diferentes temáticas em que a tónica da interioridade não deve ser um fator que retire valor, mas antes pelo contrário que seja diferenciador, motivador e agregador da vontade de um povo que ama viver no Interior. Quase a findar esta edição renovo o desejo da continuidade deste projeto em São Pedro do Sul, que se tem revelado claramente uma mais-valia para o território e sobretudo para as pessoas."

Gonçalo Ginestal, Diretor do Centro de Emprego Dão Lafões



“O CLDS 4G de São Pedro do Sul tem sido um parceiro essencial no cumprimento da missão do Instituto do Emprego e Formação Profissional. O trabalho desenvolvido por toda a equipa tem superado largamente as expectativas geradas inicialmente, pois têm contribuído efetivamente para aquilo que é mais importante na

Atividades de Intervenção Familiar e Parental, Preventiva da Pobreza Infantil



“A parceria com o CLDS 4G de São Pedro do Sul tem permitido ao AESCT proporcionar à sua comunidade educativa (pais, alunos e professores) oportunidades que de outra forma não eram possíveis de alcançar. Este projeto tem realizado um trabalho muito próximo junto da nossa escola, promovendo diversas iniciativas de capacitação e aprendizagem amplamente significativas para todos os participantes, tendo um enfoque ímpar na intervenção comunitária do território onde nos inserimos.”

Dário Gomes, Educador Social/Mestre em Intervenção Psicossocial com Crianças e Jovens em Risco do Agrupamento de Escolas de Santa Cruz da Trapa



Atividades de Promoção do Envelhecimento Ativo e Apoio à População Idosa



“Não aprendi a ler quando era pequena. As meninas ou não iam à escola ou só faziam até à 2ª classe. Eu nunca fui à escola. Por isso não sabia ler. E os anos foram passando. Mas depois comecei a cismar que queria aprender a ler para poder tirar a carta de condução. E foi aí que conheci o CLDS. Fui lá um dia e depois passei a ir todas as quintas-feiras para as “professoras” me ensinarem a ler. Aprendi muita coisa e já consigo abrir os livros e ler.

Agora estou no Centro Qualifica, para poder avançar mais. E também ando na Universidade Sénior de São Pedro do Sul. Foi muito importante para mim o projeto. Por tudo o que aprendi. Trabalhei muito para conseguir atingir os meus objetivos. Sou muito agradecida. O que teria sido de mim sem o CLDS?”

Lucília

Atividades Auxílio e Intervenção Emergencial Às Populações Inseridas Em Territórios Afetados por Calamidades e/ou Capacitação e Desenvolvimento Comunitários



“O CLDS São Pedro do Sul teve/tem um papel fulcral na ALUCA. Ao longo dos últimos anos trabalhámos de uma forma estratégica, numa cooperação mútua, a fim de alcançar o foco comum destas instituições, o “dar”, “querer”, “proporcionar” mais à nossa comunidade, desde o mais pequenino ao mais

idoso. O ponto alto desta parceria foi o planeamento da candidatura “TeTo Maior” ao programa Bairros Saudáveis, em que conseguimos ser um dos projetos contemplados. No nosso caso, com o montante máximo de financiamento que o programa previa. O CLDS teve um papel enriquecedor e preponderante na constituição deste objetivo. Como dirigente associativo, reconheço no CLDS várias vertentes que permitem complementar o nosso trabalho associativo de uma forma diferente e sempre com um toque especial, permitindo assim “tirar sumo” de várias temáticas inerentes e vitais na sociedade. O CLDS 4G de São Pedro do Sul é um projeto jovem, dinâmico, especial, multidisciplinar e multifacetado. Sem dúvida uma mais-valia, para continuar!”

Bruno Metelo, Presidente da (ALUCA - Associação Ladreda, Ucha e Cigana)



“Aconselho-te a Mexer”



“A mim tirou-me a solidão e o stress e trouxe-me companheirismo, diversão e muita amizade.”

“Só o facto de sair de casa já tem contribuído muito na minha vida, pôr as pessoas a mexer! Já vale a pena existir, é muito bom pelo convívio também, as risadas que há entre todos e aconselho todas as pessoas a sair de casa e a participar nestas atividades.”

“Vale a pena sair de casa e conviver com as pessoas e é sempre uma animação muito grande esta atividade.”

“Sem dúvida que recomendaria esta atividade, pois seria uma forma de as pessoas se poderem expressar mais e acredito que seria uma mais-valia quer a nível psicológico como motor.”

Grupo de exercício físico de Rocas do Vouga

“Voluntariado”

“Desde que o projeto Proxim'Idade apareceu na minha vida sinto-me mais feliz e menos só. Sei que alguns dias vou ter companhia e alguém com conversar e assim o tempo até passa mais rápido!”

Camila Dias



“Os meninos do Proxim'Idade são um espetáculo, tenho muito gosto de os receber na minha casa e de ter um bocadinho de companhia. Para mim, são pessoas estimadas e aconselho toda a gente a participar nas atividades e convívios, somos sempre muito bem recebidos e podemos reencontrar antigos colegas e companheiros que já não vemos há muitos anos!”

Valentim Raimundo



“Miniestágios”



“O mini estágio permitiu-nos ter um contacto rápido e fácil com as profissões que queremos seguir, neste caso a Fisioterapia e a Engenharia Física. Como estes mini estágios são de muito curta duração, ajudou-nos a entender melhor questões práticas do mundo do trabalho, a profissão em si, as saídas, os tipos de local de trabalho, etc... Acima de tudo foi uma experiência, e as experiências enriquecem-nos sempre. De um modo geral, achamos que quem tiver disponibilidade devia aproveitar estes miniestágios organizados pelo projeto Proxim'Idade, para esclarecer as suas dúvidas ou ficar com mais certezas.”

Camila Pereira e Beatriz Machado



“Oficinas Lúdico Recreativas”

“Com o CLDS, projeto Proxim'Idade explorámos novos sítios que não conhecíamos, tanto perto como mais longe de casa e que nunca íamos ter a possibilidade de conhecer. Aqui conseguimos ajudar pessoas mais velhas e aprender com elas a valorizar a vida e ainda aprendemos a trabalhar

em equipa e a ajudar o planeta com a SeVerde. Todos os dias que passamos convosco são únicos e especiais e vocês contribuíram para a nossa felicidade e dos outros.”

Luna Fernandes e Maia Fernandes



“Ateliê de Férias DivertidaMente”



“Decorridas mais umas férias grandes, é tempo de fazer um balanço, de reter na memória o que melhor aconteceu. Desporto, aventura, convívio, contacto com a natureza, amizades, crescimento com gerações mais velhas ... são os aspetos que destaco da minha participação nas atividades promovidas pelo CLDS 4G Criar Desafiar, no verão de 2022. A visita ao SeaLife, no Porto, foi do que eu mais gostei. Nunca tinha visitado esse espaço tão rico em experiências ma-

ritimas. Fazer canoagem, que aventura! Ainda hesitei, mas, depois de ouvir atentamente os monitores, foi fantástico! O contacto com a natureza, com o ar livre, após um confinamento, foi de ouro. Que bom poder correr, saltar, soltar gargalhadas, conhecer novos amigos, fazer crochê com os mais idosos foi muito enriquecedor! Foram muitos e vários os desafios propostos. Tive momentos em que me esqueci por completo do meu telemóvel. Penso que este projeto deveria ter uma duração muito superior, pois as férias são muito grandes e a

riqueza das experiências propostas permitem-nos adquirir muitos conhecimentos, alguns utilizados na sala de aula. Gostaria de agradecer ao CLDS 4G Criar Desafiar de Castro Daire, pelas atividades que me proporcionou, consciente que fiz determinadas aprendizagens graças à sua existência.”

Francisca Lucena

“Espírito de Natal em Almofala”



“É uma excelente equipa, com grande capacidade de organização, dinamismo, elevado espírito de entreajuda e com grande envolvimento na comunidade. Considero que são uma mais valia para a envolvimento da comunidade local e para a promoção e desenvolvimento territorial. De todas as atividades desenvolvidas junto da minha freguesia, as quais considero terem sido de cariz de excelência, destaco o “Espírito de Natal em Almofala” sendo o impulsionador e uma marca futura e permanente junto dos habitantes locais.”

José Magalhães



“Descobrir Interesses”



“O meu nome é Inês Gonçalves e participei numa das atividades dinamizadas pelo CLDS 4G Criar Desafiar, com o nome Férias Empreendedoras de Verão – “Descobrir Interesses”. Esta atividade foi o meu primeiro contacto com o mercado de trabalho dentro da área que pretendo seguir, na qual escolhi Medicina Veterinária para esta experiência. Passei três dias com uma equipa que me acolheu com muito carinho, principalmente na clínica de internamentos onde consegui interagir com os animais tanto em consultório, como em bloco operatório. No meu ponto de vista, esta experiência foi muito enriquecedora para entender

como é realmente o dia a dia enquanto médica ou enfermeira veterinária. Pude tirar todas as dúvidas que tinha e apercebi-me de que há pontos positivos, mas também negativos (como em todos os trabalhos). Para mim, o CLDS 4G Criar Desafiar, teve grande importância ao desenvolver esta atividade, pois deu-me a conhecer a realidade do que é o trabalho. Sem este incentivo poderia escolher um curso e ter uma ideia completamente diferente do que ele é na verdade. Da minha parte, só tenho de agradecer a oportunidade enriquecedora que me proporcionaram.”

Inês Gonçalves



“Mercadinho de Natal” e “Rotas de São Pedro”



“Foi, para mim, muito gratificante participar nas atividades dinamizadas pelo CLDS 4G Criar Desafiar de Castro Daire. Atividades desenvolvidas com uma organização impecável, fruto de um trabalho bem estruturado. De salientar o profissionalismo, dinamismo e união das pessoas envolvidas.”

Maria de Lurdes Guerra



Arouca

FÓRUNS SOCIAIS DE FREGUESIA

O CLDS 4G Arouca inclui, em parceria com a Rede Social de Arouca, está a implementar Fóruns Sociais de Freguesia (FSF) em cinco freguesias do concelho. Os FSF são fóruns participativos onde estão representadas todas as forças vivas da freguesia (instituições, associações, grupos organizados de moradores e empresas, por exemplo) e que procuram, em conjunto, identificar e dar resposta a problemas da comunidade. Assim, constituem uma forma inovadora de estimular a participação da comunidade na resolução de problemas sociais. Os Fóruns têm como principais

objetivos estimular processos participativos e de auto-organização das comunidades, dar voz a todos os residentes, particularmente àqueles que, normalmente, não se encontram representados, fomentar o desenvolvimento social e comunitário, bem como dar resposta a problemas sociais concretos. Após a apresentação desta atividade aos autarcas, foram cinco as freguesias que decidiram aderir ao projeto-piloto de implementação dos FSF: Canelas e Espiunca, Escariz, Mansores, Moldes e Tropeçou.



Castelo de Paiva

CANTINHO DIGITAL

O CLDS 4G – Projeto Vida tem vindo a dinamizar o “Cantinho Digital” em várias aldeias do município, nomeadamente na aldeia de Guirela, Gaído e Midões, contando já com a participação de aproximadamente 20 residentes. Esta atividade surge com a premissa de que a tecnologia tem o “poder” de contribuir na redução do isolamento, ajudando no estímulo mental e aumentando o bem-estar da comunidade em situação de isolamento. Desta forma, o “Cantinho Digital” pretende dotar os residentes das aldeias mais isoladas, de conhecimentos na área da informática para que

facilite a comunicação entre familiares e amigos que se encontrem geograficamente afastados. Contudo, no decorrer das sessões foi notória a necessidade e o interesse por parte dos residentes em adquirirem mais conhecimentos neste âmbito. Pelo que a atividade tem também permitido aos participantes obterem conhecimentos mais aprofundados na área da informática, como conhecer e manusear programas (paint, word, powerpoint) e navegar em vários motores de busca na Internet. Estas sessões têm acontecido semanal e/ou quinzenalmente de acordo com a disponibilidade de cada grupo.



Castro Daire

A DECO “IN”FORMA



No dia 7 de dezembro de 2022, no Auditório do Palacete das Carrancas em Castro Daire, decorreram duas sessões de promoção de competências sociais, pessoais e familiares, com enfoque na temática da gestão e economia doméstica, dinamizadas pelo CLDS 4G Criar Desafiar de Castro Daire, em parceria com a DECO (Associação Portuguesa para a Defesa do Consumidor). Com o tema “Consumidores Conscientes Compras Inteligentes”, a técnica da Deco, abordou um conjunto de conteúdos com o objetivo de ajudar os participantes a adotarem comportamentos de consumo mais conscientes e a realizarem escolhas de produtos e serviços mais criteriosos no seu quotidiano. Relativamente ao tema, “Finanças Pessoais em Tempo de Crise”, a

técnica pretendeu contribuir para a melhoria das competências de literacia financeira aumentando os conhecimentos deste público-alvo sobre a gestão do orçamento familiar, a redução de despesas domésticas, a importância de aumentar os seus níveis de poupança, a utilização produtos e serviços financeiros, o uso responsável do crédito, os cuidados para evitar o endividamento excessivo e o sobre endividamento e os cuidados a ter com as fraudes. Paralelamente, foi dada a possibilidade aos participantes de esclarecerem eventuais dúvidas sobre as temáticas apresentadas ou ainda sobre situações pessoais que quisessem expor. Foram sessões muito pertinentes para o público alvo, que naquela tarde ficaram mais elucidados sobre temáticas tão importantes no nosso dia a dia.



Vale de Cambra

VISITA DE BOAS PRÁTICAS A GÓIS



A visita de boas práticas que se realizou a 15 de outubro de 2022, dinamizada pela ADRIMAG, através do CLDS4G Vale + Social no âmbito do projeto “Saberes do Vale”, teve como intuito levar algumas associações do município a conhecer e ouvir experiências sobre revitalizar o associativismo local, turismo comunitário e empreendedorismo de aldeias das freguesias rurais e mais isoladas. Na manhã de sábado, os representantes de algumas associações locais das freguesias de Junqueira e Cepelos tiveram oportunidade de aliar o conhecimento ao lazer e abrir novos horizontes. O simpático e acolhedor anfitrião da Lousitânea – Liga de Amigos da Serra da Lousã recebeu as associações do município de Vale de Cambra, onde iniciou a experiência através de uma

partilha de saberes, ao mesmo tempo que foi possível usufruir das paisagens preservadas e encantadoras da aldeia do xisto de Aigra Nova. A partilha cheia de conhecimento levou todos os participantes a explorar e reviver memórias e tradições dos passados e presentes habitantes dessa aldeia intemporalizadas e contempladas num espaço riquíssimo de saberes do EcoMuseu. Nesta visita de boas práticas, os representantes mostraram-se bastante participativos e envolvidos na partilha de experiências, aproveitando da melhor forma para se inteirar de todo o funcionamento das atividades e da associação para transformar e aplicar com modelo positivo nas suas práticas diárias, tornando estas visitas importantes para aumentar o potencial das associações.



São Pedro do Sul Sever do Vouga

VISITA AO ESTÁDIO DA LUZ

Os sonhos podem assumir formas e dimensões muito diferentes. Mudam com o tempo. E, a verdade é que parece que, com o passar do tempo, a nossa capacidade de sonhar vai perdendo aquela luz inicial e limpa. Por isso é que é mesmo muito importante fazermos tudo o que pudermos para que as nossas crianças sonhem e, mais do que tudo, concretizem os seus sonhos. Conjugou-se isso tudo, mais a alegria e a energia de um grupo de crianças e fomos todos juntos ao Estádio da Luz, para uma visita

inesquecível. Depois de um dia cheio de boas memórias, com gelados e pizza à mistura, o regresso a São Pedro do Sul, com vontade de sonhar muito e alto. A nossa gratidão ao Município de São Pedro do Sul, pelo apoio de sempre e à Fundação Benfica. Os sonhos são menos impossíveis quando as boas vontades se conjugam. Eis uma lição que se aprende de pequenino.



SEMANA DO IDOSO

A Semana do Idoso, promovida pela Câmara Municipal, em parceria com o CLDS-4G de Sever do Vouga, projeto Proxim'ldade, ocorreu entre os dias 26 de setembro e 1 de outubro e proporcionou aos idosos do município uma semana recheada de atividades artísticas, desportivas, culturais e gastronómicas. Foi a pensar na necessidade de momentos lúdicos e de convívio que convidamos o grupo Amigos de SeVer, a Associação de Cantadores ao Desafio e Tocadores de Concertinas da Beira Alta e o grupo Menta Freska para animarem estes dias. O desporto ficou assinalado com uma aula de Yoga e uma mega-aula do "A(conce)lho-te) a Mexer!". Os idosos foram desafiados a pôr à prova os

seus dotes para a culinária, com a confeção, nas típicas panelas de ferro, de uma sopa tradicional por cada freguesia, sendo ainda desafiadas as suas capacidades artísticas, com a atividade Ar(ter)apia)te, dinamizada pelo artista severense Leandro Machado.



Cinfães

ATIVIDADE "MEGA AQUÁTICA"

O Contrato Local de Desenvolvimento Social 4ª Geração, denominado Projeto EIRA 4G promoveu no dia 4 de agosto, em parceria com a Freguesia de Nespereira, uma atividade intitulada "Mega Aquática", para as crianças da freguesia. Durante todo o dia as crianças tiveram acesso a insufláveis, insufláveis aquáticos, jatos de espuma e diversos jogos. A atividade teve a participação de 20 crianças, com idades

compreendidas entre os 3 e 10 anos, visando sempre os interesses e o bem-estar das mesmas. Esta iniciativa teve como propósito salientar a importância do brincar para o desenvolvimento infantil. É por isso que é tão importante promovê-lo nos menores, em vez de impor restrições. Brincar é precisamente o trabalho das crianças. Como diz Piaget "A brincadeira é o trabalho da infância".



montanhas mágicas®

cultura



Desfolhada

Vale de Cambra

Texto e Fotos: CLDS 4G Vale + Social



Nos dias de hoje, o mundo vive cada vez mais em função do multitask e de um consumo de massa, que algumas tradições e saberes acabam por cair no esquecimento, principalmente em territórios mais afetados por calamidades ou isolados. O turismo social e comunitário começa a ser cada vez mais emergente e necessário, tornando-se assim importante, mobilizar, sensibilizar e capacitar associações locais, municípios e agentes vivos para a intervenção nos locais rurais para a valorização do seu património material e imaterial.

O projeto "Saberes do Vale" dinamizado pela equipa da ADRIMAG, através do Contrato Local de Desenvolvimento Social de 4ª Geração Vale + Social, no dia 08 de outubro de 2022, em parceria com a Junta de Freguesia de Junqueira, recriaram uma desfolhada à moda antiga. Por volta das 20h, no Largo Padre Abel em Junqueira de Baixo, na Eira, recriou-se um cenário acolhedor em volta das espigas, que convidou as pessoas dentro e fora do lugar, a participar numa desfolhada, uma tradição que foi em tempos, uma realidade bastante presente na vida da população Valecambrense.

Com um luar agradável a acompanhar, reviveu-se outra época com muita animação, onde as cantigas preencheram o silêncio do cair da noite, dando alento à destreza das mãos na retirada do folhelho. Este convívio prolongou-se noite fora entre petiscos, cantares acompanhados de música tradicional e danças de grupo até os pés não terem mais força. O cheiro do apetitoso pernil assado pairava no ar, o vinho doce e os biscoitos de limão traziam memórias de outros tempos, abrindo sorrisos largos que saltavam à vista de todos e aqueciam os corações e as almas dos que estiveram presentes.



Caminhada Associativa

Arouca

Texto e Fotos: CLDS 4G AroucaInclui



No âmbito da atividade "Impulso ao Associativismo" do CLDS 4G AroucaInclui, coordenado pela ADRIMAG, realizou-se a Caminhada Associativa.

Esta atividade contou com a participação de 24 elementos representantes de 17 associações do concelho de Arouca (culturais, recreativas e desportivas), nomeadamente: Agrupamento de Escuteiros 1302 – Rossas, Academia Sénior de Arouca (ASARC), Associação Cultural e Recreativa "Unidos da Regada", Associação dos Amigos da Cultura e do Desporto de Ponte de Telhe, Associação de Melhoramentos do Monte da Senhora da Mó, Associação Orfeão de Arouca, Associação Terceira Ideia, Banda Musical de Arouca, Centro Cultural e Recreativo (CRC) de Santa Eulália, CRC de Santa Maria do Monte, Centro Desportivo e Recreativo S. Pedro de Nabais, Comissão de Melhoramentos de Souto Redondo, Grupo Coral de Urrô, Movimento Fotográfico de Arouca, Rancho Folclórico Casa do Povo Santa Cruz de Alvarenga, Teatro Experimental de Arouca (TEA) e Sociedade Filarmónica Santa Cruz de Alvarenga. Em conjunto, estas associações percorreram trilhos num percurso circular de cerca de 7Kms. A Caminhada Associativa contou

ainda com o apoio do Município de Arouca, que assegurou meios técnicos da área do desporto para acompanhamento e orientação dos participantes no percurso definido, bem como com a participação da Vice-presidente Dra. Cláudia Oliveira. Deste modo, o percurso teve início na aldeia de Cabreiros, tendo incluído a passagem pela pitoresca aldeia de Tebilhão, integrando parte do PR6 (Caminho do Carteiro) e parte da GR28 (Grande Rota por Montes e Vales de Arouca). Ao longo desta Caminhada Associativa foi possível contemplar o património edificado das aldeias de Cabreiros e de Tebilhão, bem como apreciar

as belas paisagens naturais, incluindo a fauna e flora locais, próprias destas aldeias, bem como nas áreas circundantes das mesmas. No final da caminhada houve lugar para um almoço informal na Casa Paroquial de Cabreiros, gentilmente cedida para esse propósito. Foi neste contexto de união e camaradagem que os representantes das diferentes associações locais acolheram a realização de uma dinâmica de grupo, dando-se a conhecer melhor entre si, tendo partilhado ideias acerca dos atuais desafios ligados ao associativismo e lançado contributos para futuras parcerias e iniciativas associativas.



Arte Urbana

São Pedro do Sul

Texto e Fotos: CLDS 4G São Pedro do Sul

Do diálogo entre o material e o imaterial, nasceu este projeto de arte urbana, preparado e pensado ao longo de meses. E aconteceu. É real. Um rosto feminino. Claramente rural. A olhar-nos, cheio da dignidade e da força que as mulheres do meio rural trazem em si. Seis metros de arte. Numa das paredes mais emblemáticas e mais simbólicas de São Pedro do Sul. A antiga Escola Primária foi o local escolhido, feitas as auscultações necessárias nestes

processos. O resultado de todo esse trabalho está à vista. Marca desta geração de CLDS para sempre.

Uma homenagem às mulheres do meio rural, concebida e executada pela artista Margarida Fleming, uma jovem de São Pedro do Sul que assina projetos deste género um pouco por todo o mundo. E um pouco por todo o mundo vai seguindo este rosto, dadas as inúmeras referências que lhe têm sido feitas em páginas de arte urbana de âmbito global. Mas mais do que tudo o que é externo, o

impacto desta obra na comunidade, no concelho. No património de memórias que estava adormecido. No orgulho de cada uma das partilhas que vimos ser feita nas redes sociais. A arte não é (nem deve ser) consensual, mas neste particular, uma união muito bonita a acontecer. Imaterial, etérea. Lá está: imaterial e material. Numa harmonia que permanece. Nem nos nossos melhores sonhos antecipámos tanto.





montanhas mágicas®

arte de viver

Saber reinventar o “Viver”

Há cinema na(s) aldeia(s)!

Vale de Cambra, Castelo de Paiva, São Pedro do Sul e Castro Daire

Texto: CLDS 4G São Pedro do Sul

Uma das atividades comuns a todos os CLDS coordenados pela ADRIMAG foi esta: sessões de cinema nas aldeias. Uma ideia surgida da nossa vontade de adaptação ao contexto pandémico que atravessou dois anos da execução deste programa, acabou por se transformar numa das atividades mais queridas e mais pedidas pelas nossas comunidades, especialmente as mais remotas.

E então, nas noites quentes de Verão, houve cinema nas Montanhas Mágicas. Luzes pequeninas, pipocas e aquele brilho nos olhos das

nossas pessoas.

Fica o registo de algumas dessas sessões. E todas as memórias boas que estas imagens nos trazem. A juntar à lembrança de que mesmo num período tão escuro como foi o da pandemia, foi possível fazer acontecer coisas boas. Estas sessões foram exemplo disso.





© CLDS 4G Projeto Vida



© CLDS 4G Projeto Vida



© CLDS 4G Criar e Desafiar



© CLDS 4G Criar e Desafiar

Concertinas

Sever do Vouga

Texto e Fotos: CLDS 4G Proxim'Idade



Promover a cultura do território, valorizando os saberes e as suas gentes foi o mote para o projeto Proxim'Idade juntar sinergias com um grupo de concertinas bem severense e lançar o convite a um grupo típico pertencente às Montanhas Mágicas, para terem o seu espaço de brilhar na Semana do Idoso do Município de Sever do Vouga.

Foi assim que o grupo Amigos de SeVer e a Associação de Cantadores ao Desafio e Tocadores de Concertinas da Beira Alta se juntaram a nós e nos brindaram com belos espetáculos numa semana de muitas

emoções.

Aliando a animação tão típica dos Cantadores ao Desafio e os ritmos agitados das concertinas incentivámos os idosos a dançar tanto quanto as pernas podiam, a cantar e a rimar o que as cabeças cheias de alegria queriam transmitir.

Foram as gargalhadas e risos envergonhados que ficaram gravados na memória e no coração dos participantes, onde relembrou os tempos de folia à moda antiga levando-nos a viajar até a sua juventude.



montanhas mágicas®

evasão



Itinerários Arouca Agrícola

Arouca

Texto: Equipa Nutrition for Happiness | Fotos: CLDS 4G AroucaInclui

Os itinerários Arouca Agrícola são percursos interpretados que dão a conhecer os saberes e sabores das terras de Arouca. Realizados a pé, convidam todos os participantes a identificar e conhecer os elementos alimentares da paisagem, descobrindo em cada recanto uma maravilha, a conhecer diretamente a vida de um agricultor, os seus espaços e produções, bem como usufruir de um momento de degustação envolvido por uma natureza com identidade alimentar local. Esta iniciativa, que surge de uma parceria entre a AGA – Associação Geoparque Arouca, no âmbito do projeto Arouca Agrícola, a ADRIMAG, através do projeto AroucaInclui e a Câmara Municipal de Arouca pretende ser uma experiência que permita aproximar e vincular o público aos produtores, aos produtos de variedades regionais, às práticas de cultivo, às tradições e cultura alimentar

de Arouca. Convida os participantes a refletir sobre quanto a gastronomia e a cultura surgem das adaptações da comunidade às características do território, interligando todas as componentes naturais e culturais e, possibilitando desta forma, viver e saborear aquilo que a aldeia, nas suas interconexões nos tem a inspirar. A par da promoção de estilos de vida saudáveis com a prática de atividade física, uma boa alimentação, o convívio e a aproximação à natureza, pretende-se que os Itinerários Arouca Agrícola sejam uma experiência pedagógica, de vinculação, (re)aproximação e reflexão sobre a influência das nossas ações e da nossa alimentação no presente e futuro que queremos, para um mundo melhor nas suas mais diversas vertentes. “Frutas em Bustelo” foi a primeira edição deste ciclo de Itinerários de 2022. Iniciou na Ermida da Senhora do Monte e por percursos florestais

até Bustelo os participantes identificaram os elementos alimentares do percurso e da paisagem, conhecendo as terras e os produtos da D. Joaquina, a proprietária da produção. A manhã terminou com uma degustação dos seus produtos.

O 2º Itinerário deste ciclo de 2022 foi na comunidade viva que convive com a Semente de Futuro, uma IPSS terapêutica



onde a natureza inspira e se cultiva. Este foi um percurso que seguiu o ciclo do pão e da água, visitando vizinhos e as suas produções e nutrido pelos sabores da vida da aldeia.

No 3º Itinerário, caminhou-se rumo a uma eco-aldeia em construção, um refúgio de diversidade, refletindo a mudança dos tempos na paisagem e na vida rural, identificando, experimentando e saboreando produtos locais.

Esta edição dos Itinerários Arouca Agrícola terminou com chave de ouro, na Boroas & Companhia, onde após o fabuloso percurso, os participantes tiveram a oportunidade de conhecer a história de resiliência dos seus proprietários e visitar a horta. Conhecer as etapas do fabrico da famosa broa de abóbora e participar numa das suas etapas de produção, finalizando com a degustação das variedades de produtos desta unidade de fabrico artesanal.



Acampamento na natureza

Sever do Vouga

Texto e Fotos: CLDS 4G Proxim'Idade



urso?", foram detalhes e memórias que criámos e deixámos com carinho em cada um dos participantes. Com o nascer do sol deu-se a alvorada, acompanhada de um pequeno almoço e da chegada dos encarregados de educação, que estavam mais ansiosos e felizes do que os pequenos!

Numa combinação de férias, diversão, convívio, amizade e natureza, o CLDS-4G, projeto Proxim'Idade, escolheu a quinta Encosta dos Túneis, em Paradelas do Vouga, para dinamizar um acampamento com crianças de várias idades do concelho. Proporcionar uma atividade diferenciadora é o mote desta iniciativa, que para a maioria dos participantes foi a primeira experiência de acampamento. O objetivo principal foi proporcionar uma nova experiência, valorizando o meio ambiente e desenvolvendo a autoconfiança e a capacidade de socialização. O sentimento e o "sabor" da liberdade, após dois anos de pandemia, foi a mensagem mais partilhada entre todos! Um jantar de "pizza", a experiência de assar marshmallows, uma "noite de discoteca ao ar livre", a primeira dormida fora de casa e numa tenda, questões como "e se aparecer um





montanhas mágicas®
natureza

Um dia inesquecível na Serra da Freita

Arouca, Castelo de Paiva, São Pedro do Sul, Castro Daire

Texto e Fotos: CLDS 4G dos municípios envolvidos

Para que as nossas crianças nunca se esqueçam que vivem num território abençoado e de todas as possibilidades que as nossas Montanhas Mágicas encerram, estes dias dedicados a respirar o ar puro no alto da Serra da Freita.

Num dia concebido para a aventura, as crianças tiveram a oportunidade de fazer canoagem, stand up paddle, tiro ao alvo, arborismo ou tão-só viver a beleza daquele entorno.

Por isso, a zona de Albergaria da Serra encheu-se dos risos e da alegria de crianças felizes. Fica este registo cheio dessa alegria e de água e de verde-esperança.





“O meio ambiente precisa de todos nós!”

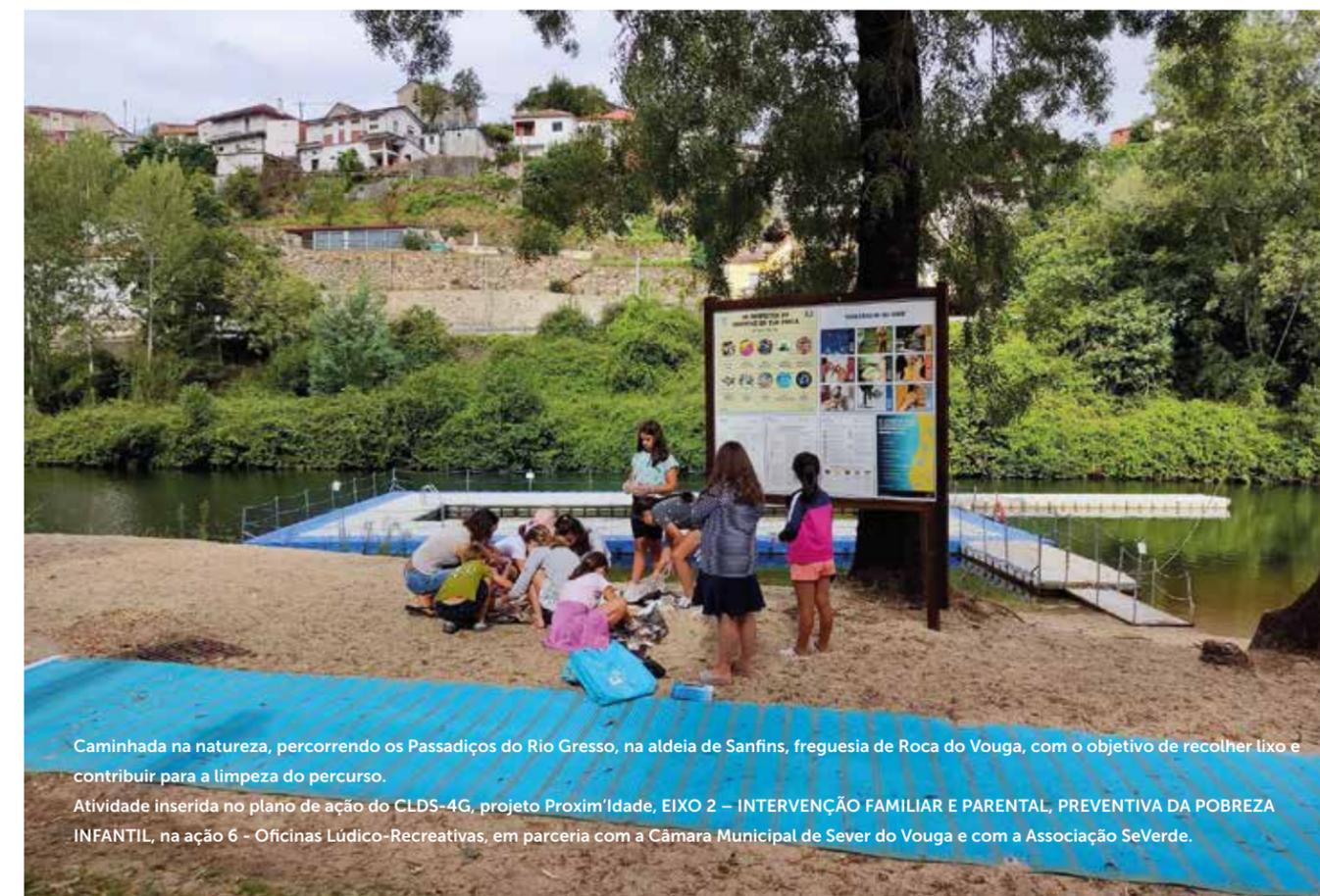
Sever do Vouga

Texto e fotos: CLDS 4G Proxim'Idade

O meio ambiente precisa de todos nós!”, foi este o mote que o projeto Proxim'Idade lançou à Associação SeVerde, associação ambientalista local de Sever do Vouga, para em conjunto delinear e idealizarem atividades destinadas às crianças durante as férias de verão.

Numa junção de forças e esforços, as mangas foram arregaçadas e recolhemos o lixo espalhado pelos passadiços do Rio Gresso, em Sanfins – Rocas do Vouga, pela praia fluvial da Quinta do Barco, em Paradela do Vouga, no parque de lazer do Areeiro – Dornelas do Vouga, no parque da Cabreia – Silva Escura, entre outros locais por onde passámos, espalhando a informação sobre a importância da preservação da natureza.

Foi durante este período, mais precisamente no lanche de encerramento do Campo de Férias, que surgiu o desafio para as famílias e para as crianças de trazerem a comida em embalagens que causassem o menor impacto ambiental possível, e assim aconteceu o nosso primeiro “Lanche Lixo Zero”.



Caminhada na natureza, percorrendo os Passadiços do Rio Gresso, na aldeia de Sanfins, freguesia de Roca do Vouga, com o objetivo de recolher lixo e contribuir para a limpeza do percurso.

Atividade inserida no plano de ação do CLDS-4G, projeto Proxim'Idade, EIXO 2 – INTERVENÇÃO FAMILIAR E PARENTAL, PREVENTIVA DA POBREZA INFANTIL, na ação 6 - Oficinas Lúdico-Recreativas, em parceria com a Câmara Municipal de Sever do Vouga e com a Associação SeVerde.

Saída Micológica

Vale de Cambra

Texto e fotos: CLDS 4G Vale + Social

O turismo comunitário deve ser um investimento contínuo e emergente em todos os concelhos, especialmente naqueles que apresentam territórios florestais que necessitam de ser cuidados e apreciados. Tendo isso presente, a equipa da ADRIMAG, através do CLDS 4G Vale + Social, numa das suas ações de sensibilização para o voluntariado voltado para a defesa e do meio ambiente, dinamizou uma iniciativa inovadora, uma saída micológica e recolha de plantas silvestres, integrada no programa da Feira da Castanha de São Pedro de Castelões.

No dia 06 de novembro, realizou-se a Saída Micológica, acompanhada e guiada pelo Professor José Pais, especialista em cogumelos e plantas silvestres. Por volta das 9:30h da manhã na Praça de S. Pedro de Castelões, juntou-se um grupo entusiasta equipado a rigor com impermeáveis, botas, galochas e cestas, onde foram acolhidos com uma palavra de boas vindas por parte do Presidente Sérgio Soares, da Junta de Freguesia de Castelões.

Apesar do tempo mais cinzento, o grupo dirigiu-se rumo à descoberta, com as mágicas orientações do Professor, em que assumiram o papel de "exploradores" autónomos. Procuraram e colheram cogumelos e plantas silvestres escondidas nos recantos da freguesia. Ao longo desta saída foi possível aliar o lazer ao conhecimento de uma atividade, no âmbito do turismo de inverno, que aguçou a curiosidade sobre esta temática. No final, no meio dos sorrisos de satisfação das colheitas e dos "prémios" achados e colhidos, foram ainda partilhadas dicas gastronómicas para apreciar estas iguarias.



montanhas mágicas®

em destaque

30 anos de ADRIMAG

Entrevista:

João Carlos Pinho | Coordenador executivo da ADRIMAG



João Carlos Pinho
Coordenador executivo da
ADRIMAG

AD: É coordenador executivo da ADRIMAG há 27 anos. O que é que o motivou quando aceitou este desafio? Tantos anos depois o que é que o move?

JC: Antes de trabalhar na ADRIMAG trabalhei em Aveiro numa fundação ligada à universidade. Vim para a ADRIMAG, à época, com o objetivo de fazer uma candidatura no valor de 5 milhões de euros ao programa de Iniciativa Comunitária Leader 2. O meu propósito era elaborar a candidatura e depois alguém daria execução à mesma. No entanto, a ADRIMAG tinha sido a única entidade que não tinha executado a totalidade do programa de Iniciativa Comunitária Leader 1. Desenvolvemos a estratégia, submetemos a candidatura e passados 4 meses a Autoridade de Gestão aprovou. Nesse espaço temporal, propus à direção que se fizessem novas candidaturas a outros programas (Centro Rural e na área da formação profissional).

Quando cheguei, a única colaboradora era a Carminda, depois o Eng. Paulo e mais tarde começámos a estruturar a equipa técnica da ADRIMAG.

Foi feita uma aposta no sentido de alargar o âmbito da Associação para além do programa Leader.

Eu considerava e continuo a considerar que devemos estar na linha da frente para trazer dinheiro para este território. Foi esse

desafio de poder trazer financiamento europeu e nacional para o território das Montanhas Mágicas que me motivou a aceitar o desafio na altura lançado pelas autarquias.

Neste momento, move-me o mesmo que me motivava na altura, com um entusiasmo diferente pelo crescimento que a ADRIMAG tem alcançado. Se na altura a ADRIMAG tinha apenas uma funcionária, hoje tem 46. Isso, obviamente, faz com que o volume e as áreas de trabalho sejam muito maiores. Mas o foco é sempre o mesmo: fazer por este território tudo o que puder e souber para colocar a ADRIMAG na vanguarda da captação de fundos. Eu dizia uma vez a um Secretário de Estado do Desenvolvimento Rural que neste território temos tudo com exceção de uma coisa: dinheiro. Se tivermos dinheiro para investir, o resto já temos: recursos naturais, paisagens fantásticas e um povo hospitaleiro. Com dinheiro podemos potenciar todos esses recursos e dar um impulso importante ao território, captar novas pessoas e dar melhores condições às que cá estão. Ele respondeu que eu tinha uma perspetiva muito materialista. Hoje certamente me dará razão porque com o investimento que temos vindo a fazer temos conseguido criar melhores condições na área de abrangência da ADRIMAG. Mas o que foi feito ainda não é o suficiente, precisamos de mais e se a Administração Central estiver na disposição de abrir programas e projetos



que canalizem verbas para esta região, nós diremos presente. Se a União Europeia continuar a abrir linhas de financiamento para este território, nós diremos presente porque este território precisa.

AD: Pode traçar-nos uma espécie de linha de tempo da ADRIMAG: como tudo começou, os momentos chave, os obstáculos, as mudanças de ciclo, os desafios principais.

JC: A ADRIMAG foi fundada em 1991 por um grupo de associados privados (11) a quem temos que dar esse mérito, esse reconhecimento. Mais tarde, cerca de três anos depois, entraram também os Municípios.

Os principais obstáculos? O facto de seis em seis ou sete em sete anos, sempre que existe uma mudança de quadro comunitário, alguém no nosso país tenta inventar a roda, que já foi inventada há milhares de anos. Estamos constantemente a mudar de estratégia, a

alterar o foco, os objetivos. Estamos a pensar fazer coisas novas, coisas diferentes quando na realidade não conseguimos cumprir as anteriores. Tudo isto associado às mudanças de ciclo eleitorais, que possa acontecer novamente nesta transição. Por exemplo, no âmbito dos CLDS vamos ter uma fase de transição onde temos projetos a encerrar e não sabemos ainda como será a continuidade dos mesmos. Se me perguntam: é necessária a continuidade? Sem dúvida. Se a ADRIMAG está preparada para essa continuidade? Sem dúvida nenhuma. Se a ADRIMAG vai conseguir esperar o tempo que a Administração Central vai demorar a lançar o novo programa? Eu não sei. Porquê? Porque o atraso, a inércia da Administração Central é muito grande e até conseguirem pôr as coisas a fluir e a funcionar, demora tempo. Isso é que é muito difícil. Não conseguimos prever. Não temos datas fixas, não sabemos quando arranca, estamos sempre no limbo sem saber a data exata onde algo vai ser feito.

AD: A ADRIMAG é entidade coordenadora de 6 CLDS. Que avaliação faz do enorme desafio que é coordenar 6 projetos?

JC: Efetivamente é um desafio muito grande mas a ADRIMAG já tinha experiência. Antes de ter os 6 CLDS teve um, depois passou a ter três e no CLDS 4G entraram mais três:





Castro Daire, Sever do Vouga e São Pedro do Sul. O desafio foi enorme, mas há algo que eu valorizo imenso que é o trabalho da equipa. Eu apenas tenho a missão de coordenar, o trabalho mais árduo, mais complicado, mais difícil é o de toda a equipa destes seis CLDS.

Aquando da entrada dos novos CLDS decidi que os CLDS já existentes iam ser os mentores dos que iam iniciar. Isso facilitou. Compete-me dizer que a confiança das câmaras municipais neste processo foi de muita importância e de muita relevância porque confiaram à equipa já existente na ADRIMAG a possibilidade de prepararem os planos de ação nos novos projetos integrando imediatamente os técnicos e assim, fizeram com que fosse mais fácil, pois toda a aprendizagem não teve que ser feita em contexto de trabalho. Por exemplo, em São Pedro do Sul, Sever do Vouga e Castro Daire integraram alguns técnicos sem experiência nos CLDS mas tinham sempre uma base de apoio muito sólida dos outros três CLDS que já existiam. Desta forma, tornou-se muito mais fácil para estas equipas. Algo que eu defendo sempre nos novos projetos que vão sendo candidatados é que se integrem técnicos que já possuem experiência interna

da ADRIMAG, do funcionamento da casa, mesmo que tenham que se contratar novos elementos para esses programas.

O desafio de coordenar seis projetos localmente os projetos que têm conhecimento da matéria, que se empenham, que se dedicam e que incorporam a filosofia da ADRIMAG de trabalhar para o território e pelo território. Assim, fazer a coordenação

geral da ADRIMAG torna-se mais fácil, mais simples. É apenas uma questão de articulação e entendimento. Costumo dizer que estou à distância de um telefone.

AD: Estamos neste momento a lidar com um mundo em convulsão, com inúmeras frentes. A par disso, a transição para o novo quadro comunitário e todos os desafios que se avizinham. Que papel podem ou devem



ter as Associações de Desenvolvimento Local (ADL) no desenhar do futuro?

JC: Eu sempre disse e defendi, nomeadamente quando presidi à Federação das Associações de Desenvolvimento Local, que as associações podem ter um papel extremamente preponderante no futuro dos territórios e do nosso país, nomeadamente nos territórios de interior mais desfavorecidos, chamemos-lhe as zonas mais cinzentas do interior do país. As ADL têm cada uma a sua filosofia interna e a sua forma de trabalhar, muitas delas centraram-se apenas e só na iniciativa comunitária LEADER e depois nos programas que lhe deram sequência. Eu respeito, mas, não concordo com a metodologia. Eu preferi, na ADRIMAG, com a concordância e a confiança da direção, implementar sempre mais e novos projetos e programas. No caso das associações que se concentraram apenas num programa, podem ter agora uma dificuldade: se o programa for extinto ou se for esvaziado em termos financeiros, correm o risco de desaparecer.

Considero que a ADRIMAG com maior ou menor equipa técnica poderá ter continuidade até porque, neste momento, muitas entidades/instituições veem na ADRIMAG uma âncora do território, fruto do trabalho desenvolvido por toda a equipa técnica tornou-se imprescindível ao território.

Fomos ganhando a confiança das entidades locais, regionais, nacionais e europeias. Isto faz com que no futuro a ADRIMAG possa ter continuidade e dar execução a novos programas e novos projetos.

Na minha opinião, as ADL têm um papel extremamente importante nos territórios onde atuam. Todos sabemos que o interior do país tem cada vez menos população. Se não tivessem existido as ADL, que canalizaram dinheiro, programas e projetos para esses territórios, o que teríamos hoje? Que artesanato? Que gastronomia? Que alojamento? O que existiria hoje, se não fossem as ADL? Tenho a certeza que a situação seria muito mais negra, não cinzenta como disse no início. Há trabalho que não é possível fazer por decreto, não se faz por decisão superior, faz-se pela abordagem que defendo desde que aqui estou, a abordagem bottom-up, de baixo para cima. Se vivemos cá, se trabalhamos aqui, podemos ser nós a ter uma voz ativa e mais audível junto de quem decide. Nós sabemos o que é melhor para o território. A partir daí é definirmos uma estratégia e implementá-la. Nós continuamos alinhados com a estratégia das Montanhas Mágicas. Os vários projetos impulsionados pela ADRIMAG têm trazido pessoas para o território, têm gerado valor, também financeiro. Tem criado um fluxo de visitantes por todo o território Montanhas Mágicas porque temos uma oferta

diversificada. Há 15 anos, ninguém diria que teríamos cá o que temos hoje.

AD: Sabemos que não pode desvendar tudo, mas seria possível um vislumbre da perspetiva para o futuro da ADRIMAG?

JC: Como disse, a ADRIMAG tornou-se uma entidade imprescindível para o território, por isso vai continuar no futuro, com maior ou menor impacto, mediante as verbas que consiga cativar para o território. Vamos continuar a ter quadros comunitários no futuro, poderão é não ser quadros comunitários de apoio com taxas de financiamento tão elevadas, admito isso. Se vamos passar fases difíceis? Sem dúvida. Sempre as tivemos e sempre as vamos ter. Não podemos deixar-nos ir abaixo. O que temos de fazer sempre é se não podemos ter projetos numa determinada área, temos que nos reinventar noutras. Temos excelentes técnicos.

AD: Se um visitante do território lhe pedisse um programa para visitar as nossas Montanhas Mágicas que sugestões lhe daria?

JC: A revista inteira das Montanhas Mágicas não seria suficiente para lhe dar todas as sugestões.



Desafiava a pessoa a passar uma semana no nosso território. Aconselhava-a a fazer uma componente de pedestrianismo, que escolhesse um dos fantásticos percursos que temos, depois que experimentasse uma ou mais etapas na nossa GR de cycling. Para retemperar forças, poderia aproveitar as nossas termas. Depois de uma sessão de bem-estar, diria para percorrer um pouco (ou muito) da Ecopista do Vouga. Em seguida, que fizesse uma visita aos nossos museus, únicos no mundo, por exemplo o das pedras parideiras ou o das trilobites gigantes de Canelas. Não poderiam partir sem usufruir dos nossos rios, do nosso património construído e da gastronomia.

O melhor seria repetir essa semana ao longo do ano porque já me parece que uma semana não seria suficiente. É possível fazer férias nas Montanhas Mágicas em todas as estações do ano, até a neve nos visita de vez em quando. Só usufruindo, despertando os sentidos é que poderão perceber porque lhes chamamos de Montanhas Mágicas.



montanhas mágicas®

prazeres à mesa

Receitas que atravessam gerações

Sopa da pedra com castanha

Vale de Cambra

Texto e fotos: Vale + Social

Receita

Ingredientes:

Castanha
Feijão encarnado
Orelha de porco
Toucinho fumado
Chouriço de carne
Morcela
Entrecosto
Farinheira
Azeite
Cebola
Couve lombarda
Massa cotovelo
Tomate
Batatas
Cenoura

Modo de confeção:

A sopa da pedra com castanha começa com o demolhar do feijão encarnado, que depois é cozido juntamente com as carnes e os enchidos e reserva-se a calda do feijão. A farinheira deverá ser cozida à parte. As carnes deverão ser retiradas conforme vão ficando cozidas. Posto isto, passamos ao refogado, coloca-se o azeite numa panela e a cebola picada, deixa-se apurar um pouco para adicionar o tomate até ferver. Adiciona-se ao preparado um pouco de calda de cozer o feijão, as carnes cortadas aos pedaços, os enchidos em rodelas e os legumes cortados em camponesa até ferver. As massas e o feijão encarnado são os últimos e entram na panela. Este prato deve ser servido bem quente e acompanhar com fatias de pão caseiro.

Conta-se que um frade, preocupado com o facto de ainda ninguém o ter convidado para comer, chegou junto de uma casa brasonada e pediu à cozinheira para o deixar fazer uma sopa de pedra. Os ingredientes eram fáceis de obter: um tacho com água, sal e uma pedra do rio. Mas em pouco tempo o frade foi pedindo vegetais, carnes, enchidos, azeite; pouco tempo depois tinha uma abastada e rica sopa. A tradição da pedra ainda se mantém, sendo servida dentro da terrina da sopa.

Receita de Clara Almeida



O livro de receitas

São Pedro do Sul

Texto e fotos: CLDS 4G São Pedro do Sul

É um projeto em curso, este livro. Um levantamento muito bonito, feito ao longo de meses. Trabalho contínuo, silencioso. Disseminado por todas as freguesias do concelho de São Pedro do Sul. Catorze freguesias, catorze mulheres, catorze receitas, catorze histórias de vida.

Mais do que um receituário, a nossa homenagem às mães, às avós. A emancipação das gerações de mulheres e de homens que lhes sucederam deve-se a elas. Ao seu trabalho. À sua abnegação. À sua força interior. E sim, à sua comida-colo. À mesa a que todos os dias filhos e maridos regressavam. Elas, as que ficavam em casa. Muitas vezes sozinhas. Com maridos emigrados. E tudo concentrado nelas. As casas. Os filhos. Os avós. As terras e as suas cadências sem dia de folga. Os animais que todos os dias precisam de alimento e de cuidado.

A história de cada uma destas mulheres é feita de muito muito trabalho. De muita força. E sim, de perdas. Mas sempre este dado em cada uma das histórias a escrever: a mesa enquanto ponto de encontro. Lugar a que todos regressam. Filhos e agora os netos. Os olhos delas a brilhar, a cada lembrança desses regressos. Muitas vezes pelos dias de festa, no verão, no natal, nas estações de todas as alegrias.

Neste momento, concluídas as sessões fotográficas e encerrada a primeira parte deste trabalho tão bonito, esperamos estar à altura de escrever bem a vida de cada uma destas mulheres. Para já, a nossa gratidão a cada uma delas, que nos abriram as portas das suas casas e os seus corações.



montanhas mágicas®

artes & ofícios

Saberes e Artes

Visita a Aveiro e Casa do Tear

Arouca

Texto e fotos: CLDS 4G AroucaInclui

No âmbito da atividade "Sonho da Aldeia" do Contrato Local de Desenvolvimento Social de 4ª Geração (CLDS 4G) AroucaInclui, coordenado pela ADRIMAG, tem vindo a ser apoiada a implementação do projeto "Tecer Tradições – Oficinas Criativas".

Nesse sentido, um grupo de senhoras residentes em Santa Eulália e no lugar de Santa Maria do Monte, rumaram a Aveiro para visitar o centro da cidade e apreciar os passeios e as belas vistas desta que é considerada a "Veneza Portuguesa". Algumas horas depois, o grupo foi conhecer a Casa do Tear localizada em Pardilhó, freguesia do concelho de Estarreja.

Neste espaço tradicionalmente diferenciador, o grupo de senhoras da freguesia de Santa Eulália e do lugar de Santa Maria do Monte visitou o Museu, percorrendo as divisões da velha casa que mantém muitas das peças originais bem como algumas curiosidades, conhecendo as técnicas e os utensílios utilizados na arte da tecelagem. Paralelamente, o grupo teve oportunidade de contactar com as diferentes etapas da arte da tecelagem e experimentar "ao vivo e a cores" um tear. Mais tarde, houve oportunidade de saborear um belo lanche num espaço da casa denominado de Tear Café, onde se podem degustar alguns doces caseiros e petiscos da região. No final da visita, todas as participantes revelaram grande satisfação pelas experiências proporcionadas nesta atividade e alegria contagiante pelo espírito de camaradagem e convívio que as envolveu.

A visita à Casa do Tear foi bastante relevante, servindo de inspiração para a realização de futuras Oficinas de Tecelagem por parte destas senhoras. Esta Casa define-se como um espaço renovado e adaptado, com origem numa história de família, mais concretamente, na antiga casa da família de Manuel Condessa, que se dedicava à agricultura e à criação de gado, embora com uma forte ligação à arte da tecelagem. Desde 2012, data do seu surgimento, que a Casa do Tear tem vindo a conferir um novo impulso à tecelagem manual de tapetes, antigamente muito frequentes em lojas e feiras um pouco por todo o território nacional, mas que com o surgimento de outros produtos alternativos foi perdendo destaque. A segunda geração da família tendo como inspiração a arte da tecelagem, lançou a Casa do Tear, assumindo um carácter inovador deste espaço, que se direciona para a área cultural e recreativa, tendo como arte central, a tecelagem de tapetes (passadeiras e mantas).



As mãos que transformam...

Castro Daire

Texto e fotos: CLDS 4G Criar Desafiar



“Quando fazemos algo com o coração, o trabalho deixa de ser doloroso e torna-se arte!”

O nosso artesão, Alberto Pinto, de 49 anos, natural da Quinta do Vale da Teiga – Folgosa, possui na sua arte uma enorme união entre o seu território e o que dele recolhe para criar a sua obra. Das pedras e paus, às raízes das árvores predominantes no concelho, consegue materializar as mocas dos pastores, os espigueiros, as colheres, as bengalas, os carros de bois, os santos e as esculturas características do concelho de Castro Daire. Cada peça é

única e genuína, conta uma história desta terra que é a nossa, que vale a pena conhecer e levar para casa. Alberto Pinto, desde tenra idade que começou por se entreter a fazer alguns trabalhos em ramos que encontrava pelo caminho enquanto ia com o gado para o monte. Os piões, as gamelas para a ração dos animais e as pás para enfiar o pão foram os seus primeiros trabalhos. Passados alguns anos e já a trabalhar em França, por brincadeira e espicaçado por alguns colegas de trabalho,

volta a pegar na arte de moldar a madeira à mão e com um canivete, começando assim a fazer alguns trabalhos nas suas horas vagas e ganhando alguns trocados. De regresso a Portugal, continua a fazer trabalhos nos seus tempos livres, mas há 6 anos atrás, decidiu mostrar pela primeira vez a sua arte em público, na Feira das Colheitas em Castro Daire, com alguns dos trabalhos que tinha em casa. A experiência foi tão boa que desde então, foi aperfeiçoando a sua técnica e passou a ser

presença assídua em diversas feiras e certames. Grande parte dos seus trabalhos continua a ser feito em casa nos seus tempos livres, pois este ofício não lhe permite ter um ordenado no final do mês, no entanto prefere estar a trabalhar em contacto com o público, à frente das pessoas, pois vai trabalhando e falando com elas, cativando assim os curiosos, pois convida-os a experienciar aquela arte ou até os possíveis clientes que ficam admirados com o gosto e forma como ele trabalha. Nenhuma das suas peças é igual, sai tudo espontaneamente e na hora, é tudo genuíno, nada é programado ou pensado, é um dom, algo que nasceu com ele, usa a imaginação e cria, considera-se um autodidata. Nas feiras e certames onde costuma estar presente leva a história, a cultura e a tradição do seu concelho, Castro Daire. A divulgação do seu trabalho é feita por ele mesmo nas diversas feiras e certames que acontecem ao longo do ano pelo país, pela participação em programas de televisão, através da página do Youtube do seu amigo Prof. Abílio de Carvalho, nas suas redes sociais, nas rádios locais e na Cearte.

O nosso artesão gostava que esta arte perdurasse no tempo, pois vê que ainda há muitos “curiosos” que gostavam de a aprender e que ele faz questão de partilhar.



Email: albertocondecopinto@gmail.com

Facebook: [FolgosaFaz](#)

Contacto: 917 812 810



“O artesão José Humberto Pereira da Silva”

Sever do Vouga

Texto e fotos: CLDS 4G Proxim'idade

O artesão, de seu nome José Humberto Pereira da Silva, com 70 anos de idade, é um dos muitos artesãos do Município de Sever do Vouga. Nascido e criado em terras severenses, mais propriamente na freguesia de Pessegueiro do Vouga, onde residiu até ingressar na Tropa (Lourenço Marques – Maputo), de onde regressou em 1974.

Em 1975 entrou para a Guarda Nacional Republicana, profissão exercida até à data da sua reforma, no ano de 2000. Ano esse que assinala o ponto de partida nesta aventura/entretém que é o artesanato!

Esta faceta nada teve a ver com a sua infância, descobriu o gosto pelo artesanato em madeira através de uma brincadeira, quando construiu uma miniatura do quartel da GNR de Sever do Vouga com colagem de fósforos. Iniciou esta aventura num canto da sua garagem e como deixou de ser apenas uma “brincadeira”, teve necessidade de criar o seu espaço e, recentemente, construiu um pequeno alpendre, o seu ateliê, onde exerce a sua arte.

“Divulgo o meu trabalho na casa do artesão e em feiras, como a Feira das Colheitas em Arouca, as feiras pelo nosso concelho, como por exemplo a Feira dos Canastos em Cedrim do Vouga, e até já cheguei a fazer feiras no distrito do Porto.”, conta-nos o Sr. José.

Usa a sua imaginação para produzir o que os clientes lhe pedem, “É tudo da minha cabeça, eu tento imaginar aquilo que as pessoas querem que eu faça”.

Partilhou connosco que “vou a feiras e vou ver o artesanato em madeira, aprendo e depois tento replicar à minha maneira, como por exemplo, quando fui à República Checa com o rancho, trouxe de lá muitas ideias”.

Para além de artesão, o Sr. José é um colecionador nato, tem uma coleção de jornais do “Beira Vouga” desde 2006, uma coleção de carros de bombeiros e INEM, coleções de veículos em miniaturas, coleções de calendários de bombeiros, entre outras! E ainda é um homem muito ativo na comunidade, durante muitos anos fez parte dos Bombeiros Voluntários de Sever do Vouga (neste momento pertence ao quadro de honra), faz parte do Rancho Folclórico de Rocas do Vouga, onde já tocou a pandeireta e neste momento toca acordeão, pertence à Universidade Sénior, ao grupo das IPSS's do Município e ainda ao Grupo Típico Baile na Eira.

E fez questão de partilhar connosco que “é para não parar”!



Centros de Informação Turística nas Montanhas Mágicas

LOJAS INTERATIVAS DE TURISMO

AROUCA

Rua Abel Botelho, nº 4, Arouca
• (+351) 256 940 258
• turismo@aroucageopark.pt
• www.aroucageopark.pt

Horário:

Segunda a sexta-feira:

9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

Sábado e domingo:

9h30 às 13h00 e das 14h00 às 17h30

CASTELO DE PAIVA

Largo do Conde, Sobrado
• (+351) 255 689 500
• turismo@cm-castelo-paiva.pt

Horário de verão (01/04 a 31/10):

Segunda a sábado:

9h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00

Domingos e feriados:

10h00 às 12h00 e das 15h00 às 18h00

Horário de inverno (01/11 a 31/03):

Segunda a sábado:

9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

Domingos e feriados:

10h00 às 12h00 e das 14h30 às 17h30

CINFÃES

Rua Capitão Salgueiro Maia, Cinfães
• (+351) 255 561 051
• www.redescobrircinfaes.pt
• turismo@cm-cinfaes.pt

Horário:

Segunda-feira a sábado:

10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00

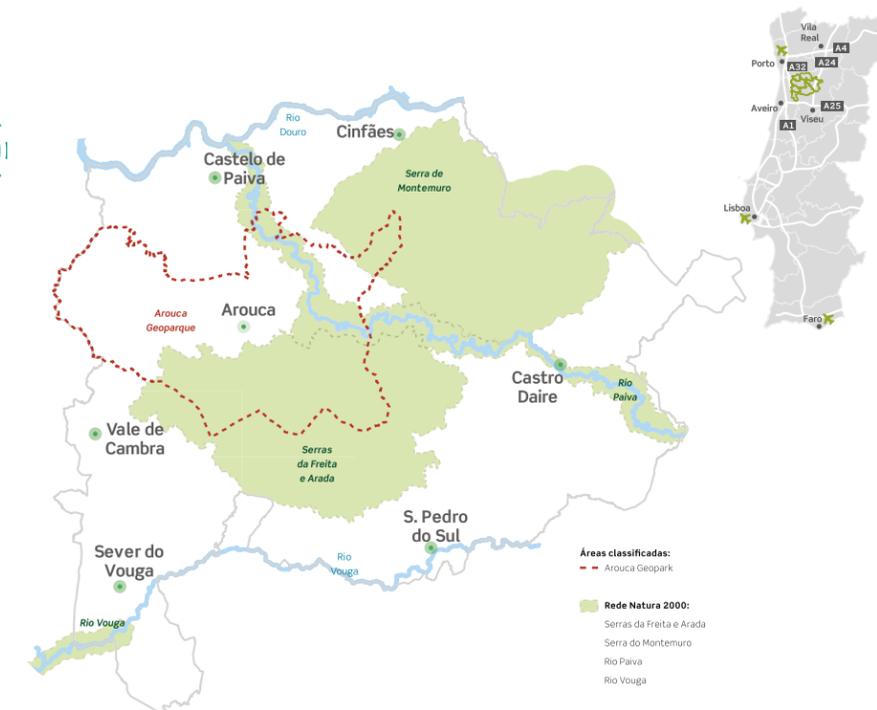
VALE DE CAMBRA

Edifício dos Paços do Concelho
• (+351) 256 420 510
• turismo@cm-valedecambra.pt

Horário:

Segunda a sexta-feira:

9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30



POSTOS DE TURISMO

CASTRO DAIRE

Centro de Interpretação e Informação do Montemuro e Paiva
Rua Dr. Pio Figueiredo, nº 31, Castro Daire
• (+351) 232 319 154
• ciimp@cm-castrodaire.pt

Horário:

Segunda a sexta-feira: 9h00 às 17h00

Fim de semana e feriados:

marcação prévia

SÃO PEDRO DO SUL

Termas de S. Pedro do Sul
Rua da Barroca, nº 3, Várzea
• (+351) 232 711 320

• postodeturismo@cm-spsul.pt

Horário de verão (15/05 a 14/09):

Dias úteis:

9h00 às 13h00 e das 14h00 às 19h00

Fim de semana e feriados:

10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00

Horário de inverno (15/09 a 14/05):

Dias úteis e sábados:

10h00 às 12h30 e das 14h30 às 17h30

Domingos e feriados: 14h00 às 17h30

SEVER DO VOUGA

Rua do Jardim, nº 92
• (+351) 234 555 566 (Ext. 356)

Horário:

Verão - 01 de junho a 14 de setembro

Quarta-Feira a domingo:

09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00

Folga: segunda e terça-feira

Encerra: 1º domingo de cada mês

(nesta situação, o descanso é domingo e segunda-feira).

Inverno - 15 de setembro a 14 de Maio:

Terça-Feira a domingo:

09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00

Folga: domingo e segunda-feira



Foto: CLDS 4G São Pedro do Sul

Propriedade:

ADRMAG

ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO RURAL INTEGRADO DAS SERRAS DO MONTEMURO, ARADA E GRALHEIRA



montanhas mágicas

Contratos Locais de Desenvolvimento Social de 4.ª Geração:



Cofinanciamento:

