



[EU
VOU]
DES
COBRIR



VALE DO
BESTANÇA





INDÍCE

01 CENTRO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL

02 VALE DO BESTANÇA
Caracterização
Formação
Origem
Clima

03 FAUNA

04 FLORA

05 PONTOS DE INTERESSE

Naturais
Património
Zonas Arqueológicas
Aldeias com motivos de interesse

06 INFORMAÇÕES ÚTEIS

Dicas para a visita
Alojamento
Restauração
Contactos úteis

PROMOTOR:



CO-FINANCIAMENTO:



01

CENTRO DE INTERPRETAÇÃO AMBIENTAL DO VALE DO BESTANÇA

APRESENTAÇÃO

O Vale do Bestança, integrado na Rede Natura 2000, caracteriza-se pela sua importância ecológica nacional e pelo exponencial valor que representa a nível internacional.

O Centro de Interpretação, perfeitamente enquadrado com a envolvência natural, funcionará como uma montra para a linha do vale e para o rio que lhe dá o nome.

Neste espaço, o visitante poderá ficar a conhecer as características biofísicas e paisagísticas do Vale do Bestança. Este centro nasce com o propósito de divulgar os valores naturais, patrimoniais e riqueza cénica, que se gera do encontro do rio Bestança com as encostas do vale, associados a uma componente didáctica e formativa.

Ao percorrem as várias salas, os visitantes terão a oportunidade de experienciar num único espaço, uma visita virtual e interativa ao vale do Bestança, conhecer a sua fauna e flora e explorar o seu território através dos percursos, possíveis de realizar a pé ou de bicicleta.

OBJECTIVOS

Apresentar ao visitante a área geográfica e paisagística do Vale do Bestança, de forma a orientar a visita no terreno;

Promover a sustentabilidade do Património Natural e destacar o concelho de Cinfães como um destino de referência para o Ecoturismo e Turismo de Natureza;

Contribuir para a sustentabilidade económica do projecto e da economia local, através da dinamização de diversas actividades e da promoção de produtos e serviços da região;

Privilegiar o desenvolvimento de ações de sensibilização e de formação destinadas a diferentes tipos de públicos;

Contribuir para o desenvolvimento e execução de projectos de investigação, cooperando com entidades ou parceiros que promovam estudos e outros projectos de pesquisa, desenvolvidos no âmbito ambiental e de salvaguarda do Vale do Bestança.

02 VALE DO BESTANÇA

CARACTERIZAÇÃO

O vale do rio Bestança nasce na Serra de Montemuro, junto às Portas de Montemuro, a uma altitude de cerca de 1.230 metros. Esta área montanhosa caracteriza-se pelo relevo acidentado, de constituição essencialmente granítica, definindo-se o vale do Bestança como profundo e encaixado. Seguindo a direção Sudeste/Noroeste (SSE/NNV) até ao Rio Douro, este vale apertado e quase rectilíneo, apresenta acentuados declives na ordem dos 300-400 metros, numa extensão total de aproximadamente 15km, sempre no concelho de Cinfães.

A foz do Bestança situa-se em Porto Antigo, a uma altitude de aproximadamente 110 metros na margem esquerda do rio Douro, sendo já visível a partir da localidade de Pias, a influência do regolfo da barragem do Carrapatelo.

O rio Bestança, aquele que deu o nome ao vale que o rodeia, está localizado na NUT III do Tâmega e Sousa, na zona norte do espaço continental português. Este afluente do rio Douro corre livremente, por um vale de fratura que atravessa agora um conjunto de povoados, que se foram desenvolvendo em redor do seu curso ao longo dos tempos.

FORMAÇÃO

Dois dos fatores que se têm vindo a apontar como fundamentais para a evolução geral do relevo na Serra de Montemuro (onde nasce o vale de fratura do rio Bestança) são por um lado, o predomínio das rochas granitóides e, por outro, a elevada fracturação em todo o maciço central (com foco na área das Portas de Montemuro).

O curso praticamente reto do Rio Bestança, desde a sua nascente até à foz, indica claras evidências de uma linha de fragilidade tectónica, a partir do qual se criaram as condições ideais para o rio se instalar no vale.

Sem certezas exatas ao nível cronológico, a cuidadosa análise da erosão ao longo do curso, a par da enormidade de vestígios arqueológicos na envolvente, indicam que o rio deve ter tido sempre a mesma orientação.

Esta área montanhosa caracteriza-se pelo seu relevo acidentado, de constituição essencialmente granítica, definindo-se o vale do Bestança como profundo e encaixado.

ORIGEM

A PASSAGEM DO HOMEM PELO VALE AO LONGO DOS TEMPOS

A ocupação humana deste Vale é milenar. Sabe-se que os primeiros povos celtas entraram pelo canal do Douro, por volta de 3.000 A.C., para aqui se fixarem pelas encostas do Bestança. Destes tempos, sobram ainda vestígios dos povoados fortificados da idade do Ferro, como é o caso do Monte das Coroas (a meia encosta) e uma série de monumentos megalíticos no topo das elevações circundantes.

Já mais tarde, vieram os romanos. Pelo meio de invasões e conquistas, tomaram os povoados e construíram vias. São também marcos desse tempo, a calçada empedrada que atravessa o vale desde Bustelo até ao Douro e as pontes: uma em Soutelo e outra inicialmente construída em Covelas, antes da sua reconstrução atual.

A reconquista cristã veio confiar as terras a Egas Moniz – o aio, senhor de Ribadouro, que a partir da antiga fortificação das Portas de Montemuro, passou a ordenar também o vale. E já mais tarde, as ordens da igreja trouxeram as primeiras divisões.

Foi no entanto com D. Manuel, que quase todos os aldeamentos foram instituídos com a carta de Foral. Transformaram-se depois em concelhos, como o de Tendais, de Bustelo e de Ferreiros.

E hoje, na área única do Município de Cinfães, o vale mantém ainda algumas das mais importantes características que os povoados adquiriram ao longo dos tempos.



A CONTRIBUIÇÃO DO HOMEM PARA A ALTERAÇÃO DA PAISAGEM

Ao nível da ocupação e uso do solo, a bacia de drenagem apresenta-se composta de pequenos aglomerados rurais circundados por terrenos agrícolas, muitas vezes marginais ao rio ou afluentes, onde se pratica uma agricultura extensiva de carácter sobretudo familiar.

Estas culturas, maioritariamente rasteiras (cereais), foram-se desenvolvendo em socalcos, construídos a partir de robustas pedras, colhidas e dolorosamente carregadas a partir da serra, e que acompanham as encostas. São estes belos socalcos que vieram ao longo dos tempos, sublinhar ainda mais a particularidade paisagística deste vale.

Relativamente à pressão antropogénica, ainda muito reduzida, está sobretudo relacionada com os efeitos da poluição difusa (indireta), que mesmo assim não revela ainda qualquer prejuízo para o rio ou ecossistemas que o habitam.

CLIMA

As condições do relevo e do clima condicionam a fauna e a flora do vale, bem como a distribuição da população, a exploração agrícola e a economia da região.

A bacia hidrográfica do Bestança é condicionada pelo clima húmido proporcionado pela barreira de condensação da serra de Montemuro, o que permite que este troço fluvial tenha água ao longo de todo o ano.

Na época das chuvas, o troço adquire o regime torrencial, conferido pelo seu acentuado desnível. Já no Verão, pela drástica minoração de águas pluviais, os caudais reduzem significativamente, mas sem nunca perderem a totalidade do caudal.



Juntamente com o característico perfil geomorfológico existe uma outra circunstância ambiental que, acaba por criar um efeito combinado entre a flora e as condições termo pluviométricas deste peculiar vale duriense: a orientação geral da bacia hidrográfica.

A orientação deste vale no sentido Sudeste-Noroeste reduz a exposição ao Sol e provoca uma maior acumulação da humidade procedente do litoral.

A disposição para Noroeste, associada ao facto de se tratar de um curso fluvial rectilíneo, constitui uma limitação ambiental notória uma vez que juntamente com os constrangimentos relativos à exposição dever-se-ia registar também um maior arrefecimento invernal contudo, este fenómeno climático está amortecido pelo efeito atlântico proporcionado pelo canhão duriense, que ajuda a diminuir esses intervalos térmicos diários. Neste sentido, essa orientação Noroeste-Sudeste acaba por facilitar o



acesso de ar quente e húmido procedente do litoral.

Este fenómeno não só permite a entrada de flora eminentemente litoral no fundo do vale como, ao mesmo tempo, acaba por criar condições ambientais genuínas e próprias. Essa característica, aliada à verticalidade do perfil ao longo do qual transita o rio Bestança, faz com que exista a humidade suficiente para elevar o Carvalho-alvarinho (*Quercus robur*) à cota dos mil metros, ao mesmo tempo que essa acentuada humidade reduz a extensão do Carvalho-negral (*Q. pyrenaica*), o que acaba por desenvolver nas cumeadas uma vegetação com uma elevada percentagem de espécies endémicas atlânticas, indicativas desta especificidade climática.



03 FAUNA

A diversidade faunística do rio e do vale do Bestança é um dos pilares mais importantes da sua composição ecológica.

Actualmente estão inventariados quatro grandes grupos de vertebrados:

HERPETOFAUNA

Anfíbios e répteis;

AVIFAUNA

Aves terrestres, rupícolas e ribeirinhas;

MAMÍFEROS TERRESTRES

Micromamíferos (roedores e insectívoros) e macromamíferos (ungulados artiodáctilos, lagomorfos e carnívoros);

QUIRÓPTEROS

Morcegos.

No âmbito da caracterização da fauna de vertebrados do vale do rio Bestança, os resultados ora apresentados decorrem dos trabalhos de investigação e monitorização científica de todos os descritores referidos, ao longo do ano de 2014.

Dado o interesse das diferentes unidades de uso do solo para explicar a distribuição da diversidade e riqueza específica dos diferentes grupos, os trabalhos de campo foram realizados tendo em conta tanto a representatividade da espécie, como a área ocupada por cada um dos habitats.





HERPETOFAUNA

Encontram-se referenciadas no Vale do Bestança 19 espécies de herpetofauna, repartidas por 9 espécies de anfíbios e 10 espécies de répteis.

De entre as espécies de herpetofauna registadas, duas espécies estão classificadas como “Vulneráveis”:

a Víbora-cornuda e a salamandra lusitânica.

As restantes 17 espécies estão classificadas como “Pouco Preocupantes”.

Destacam-se pelo seu interesse

comunitário a salamandra lusitânica, o lagarto de água, o Tritão –marmorado, o sapo-parteiro e o sapo-comum, a Rã ibérica, a lagartixa-ibérica e a truta, que muito dependem do equilíbrio ecológico do curso fluvial e da manutenção dos habitats ribeirinhos.

O registo da espécie **Víbora-cornuda**, observada no parque de lazer de Barrondes que constitui uma nova referência para esta área e um novo dado para a distribuição desta espécie em Portugal.



AVIFAUNA

A presença de habitats naturalizados, de natureza rupícola e extensas áreas de matos localizados a maior altitude nas áreas de cumeada, proporcionam condições para a observação de espécies menos comuns como Águia-real, Melro-das-rochas ou o Tartaranhão-caçador.

De entre as 87 espécies de aves registadas no Vale do Bestança, as espécies Tartaranhão-caçador e Melro-das-rochas encontram-se classificadas como Em Perigo”.

As espécies Bútio-vespeiro e Açor encontram-se classificadas com o

estatuto de “Vulnerável”.

Estas 5 espécies são consideradas de interesse comunitário: Bútio-vespeiro, Açor, Gavião, Cotovia-dos-bosques, Petinha-dos-campos e a Felosa-do-mato.

Os registos das espécies Corvo-marinho, Petinha-ribeirinha, Petinha-dos-prados, Felosa-comum, Felosinha-ibérica, Felosa-musical, Papa-moscas-cinzentos, Papa-moscas-preto, Picanço-real e o Dom-fafe constituem novas referências para esta área e novos dados para o conhecimento da sua distribuição em Portugal.



MAMÍFEROS TERRESTRES

No Vale do Bestança encontra-se referenciada em bibliografia, a potencial ocorrência de 29 espécies de mamíferos, repartidas pelos grupos dos micromamíferos (15 espécies) e dos macromamíferos (14 espécies).

De entre as 19 espécies de mamíferos terrestres confirmadas nesta área, a espécie Lobo encontra-se “Em Perigo” e a Toupeira-de-água encontra-se classificada como “Vulnerável”.

As espécies Fuinha e Gineta são espécies de interesse comunitário que exigem uma proteção rigorosa. As espécies Esquilo e Sacararabos, constituem uma nova referência a sul do rio Douro e um novo dado para a sua distribuição em

INVERTEBRADOS

Ao nível dos insectos, o Vale do Bestança reflecte uma enormidade de espécies com distinto valor, com especial abundância de borboletas comuns como a Aurinia, quadripuntaria e Cinzentinha, mas sobretudo pela aparição das mais raras como Pavão-diurno, Antiopa ou Camila. Esta última, observada no Bestança desde 2010, não era vista em Portugal há cerca de 30 anos. Portugal.

QUIRÓPTEROS (morcegos)

Os quirópteros pertencem a um grupo de mamíferos diversificado e amplamente distribuído, com uma mobilidade e dispersão global. No Vale do Bestança este grupo faunístico foi registado em diversos tipos de habitat, desde zonas florestais, galerias ripícolas, áreas abertas de herbáceas, áreas de mato, zonas agrícolas, zonas de bordadura, massas de água e até áreas humanizadas. Contudo, fatores como a disponibilidade de alimento e a heterogeneidade vertical da vegetação podem também influenciar a densidade e diversidade de morcegos bem como a disponibilidade de zonas húmidas (e.g. albufeiras, rios, tanques), usadas como bebedouro e, para algumas espécies, como áreas de captura de presas.

Entre as 12 espécies identificadas de quirópteros, 3 estão classificadas como “vulnerável”:
Morcego-de-ferradura-grande,
Morcego-de-ferradura-pequeno e
Morcego-de-peluche.
O Morcego-de-bechstein está classificado como “Em Perigo” e a espécie Morcego-de-franja do sul é uma nova referência nesta área, e constitui uma nova referência e um novo dado para a distribuição desta espécie em Portugal.
Do ponto de vista da conservação, todas as espécies de quirópteros estão abrangidas pela Diretiva Habitats, onde é exigido que se encontrem ao abrigo de uma proteção rigorosa.

04

FLORA



Uma das características ambientais mais importantes do rio Bestança reside no facto de percorrer um intervalo altitudinal superior a 1100 metros em pouco mais de 15Km. A análise e registo da flora existente no vale deste rio é uma tarefa árdua, devido à existência de uma geomorfologia extremamente abruta na qual se desenvolve um gradiente climático complexo, que origina um vasto catálogo florístico. Neste sentido, é possível encontrar mais de 800 espécies de flora vascular nesta bacia hidrográfica, distribuída ao longo de mais de trinta famílias botânicas. Esta riqueza é também acompanhada de um tapete vegetal igualmente diverso, com mais de cinco habitats de carácter geral e vários subtipos dentro de cada um destes. Por exemplo, comunidades tão abrangentes como matagais virão a estar representadas por diferentes formações: incultos, pastagens naturais de montanha, matagais higrofilos, matagais de montanha atlânticos, matagais xéricos baixos, matagais xéricos altos ou matagais esclerofilos.

Juntamente com o característico perfil geomorfológico existe uma outra circunstância ambiental que acaba por

criar um efeito combinado entre a flora e as condições termo pluviométricas deste peculiar vale duriense: a orientação geral da bacia hidrográfica.

A orientação deste vale no sentido Sudeste-Noroeste reduz a exposição ao Sol e provoca uma maior acumulação da humidade procedente do litoral. A disposição para Noroeste, associada ao facto de se tratar de um curso fluvial rectilíneo, constitui uma limitação ambiental notória uma vez que juntamente com os constrangimentos relativos à exposição dever-se-ia registar também um maior arrefecimento invernal contudo, este fenómeno climático está amortecido pelo efeito atlântico proporcionado pelo canhão duriense, que ajuda a diminuir esses intervalos térmicos diários. Neste sentido, essa orientação Noroeste-Sudeste acaba por facilitar o acesso de ar quente e húmido procedente do litoral. Este fenómeno não só permite a entrada de flora eminentemente litoral no fundo do vale como, ao mesmo tempo, acaba por criar condições ambientais genuínas e próprias. Essa característica, aliada à verticalidade do perfil ao longo do qual transita o rio Bestança, faz com que exista a humidade suficiente para

e elevar o Carvalho-alvarinho (*Quercus robur*) à cota dos mil metros, ao mesmo tempo que essa acentuada humidade reduz a extensão do Carvalho-negral (*Q. pyrenaica*), o que acaba por desenvolver nas cumeadas uma vegetação com uma elevada percentagem de espécies endémicas atlânticas, indicativas desta especificidade climática.

A envolvente do rio é por isso densamente arborizada, com a ocorrência de espécies autóctones, apresentando uma floresta mista de carvalhos, loureiros, salgueiros, amieiros, olaias e algumas árvores de fruto como as nogueiras, castanheiros, cerejeiras, amendoeiras, e até uma colónia de azevinhos. Alternando com a floresta, surgem os campos de cultivo, dispostos em socacos ou lameiros declivosos, onde se produz essencialmente milho, feijão e batata.

Ao nível da flora rasteira, mais abundante na proximidade da água, denota-se com significativa ocorrência, focos comuns de dedaleiras, sargaços, cenouras-brava, embudes e trevos-cervinos.

Com base nas informações actualmente registadas, destacam-se as classes de espécies com elevado interesse conservacionista que só constituem 7% da flora potencialmente presente no vale do rio Bestança, distribuídas ao longo de 22 famílias. Já as classes com valor conservacionista moderado ou baixo reúnem 50% do catálogo potencial total, repartidas por 66 famílias. Aqueles sem interesse conservacionista e alóctones ocupam uma posição intermédia, 22,2% da diversidade florística total distribuída por 46 famílias.

Estes resultados confirmam uma atividade antrópica elevada ao longo do vale, mais limitada nas suas cabeceiras, onde está concentrada na prática a totalidade das classes de elevado interesse conservacionista. Deste modo, a análise do catálogo florístico permite distinguir um elevado elenco de espécies com interesse conservacionista alto e muito elevado que se encontra localizado a partir dos 700 metros de altitude, representando uma concentração desta diversidade florística numa área muito restrita.

Tendo em consideração este fenómeno biológico, juntamente com a curta distância entre a foz do rio Bestança e as suas cabeceiras, o vale deste rio transforma-se num importante e verdadeiro mostruário biológico no que diz respeito à riqueza florística residente na serra de Montemuro. De facto, a linearidade mostrada pelo rio Bestança ao longo do seu percurso, bem como a circunstância de se tratar de um dos afluentes mais pequenos do rio Douro, acabam por transformar este vale num baluarte de extrema importância para ajudar a compreender a relevância daquela cadeia montanhosa na complexa dinâmica florística duriense. A organização florística ao longo do vale do Bestança assume uma perspectiva de gradiente natural, muito facilmente visível devido a essa geomorfologia tão característica. Este fenómeno faz com que numa distância muito curta, e sempre ao longo do mesmo rio Bestança, o visitante seja capaz de observar de modo extremamente fácil a continuidade florística até cotas superiores aos mil metros.



HABITATS

HABITAT é toda a área habitada por uma qualquer espécie ou organismo, que o gere e nele se desenvolve. Os mais predominantes no vale são:

TERRENOS CULTIVADOS E RUDERALIZADOS

Habitat caracterizado pela presença quase exclusiva, ou claramente dominante, do estrato herbáceo, resultante da atividade antrópica associada à presença e actividade humana. No caso dos sistemas agrícolas devem ser diferenciadas as culturas agrícolas hortícolas e de regadio, das culturas de sequeiro, das culturas perenes e das pastagens e lameiros de montanha.

As zonas ruralizadas surgem em zonas não agricultadas mas com presença e actividade humana mais ou menos permanente (zonas de passagem, áreas urbanas, ervados, etc.).

MATAGAIS

Além do estrato herbáceo, são perceptíveis um ou dois estratos arbustivos: um mais baixo e outro de maior porte. Os habitats de matagais albergam desde comunidades arbustivas sobre terrenos de cultivo abandonados (codessais, especialmente), até giestais (de giesta branca ou com giesta amarela como dominante), piornais ou urzais.

PRODUÇÃO FLORESTAL

Habitat caracteristicamente antrópico, representado pelos pinhais e eucaliptais que dominam comunidades arbustivas mais ou menos desenvolvidas.

BOSQUES

Os habitats com bosques possuem formações vegetais com um estrato arbóreo desenvolvido, sobre os estratos herbáceo e arbustivos.

Estes habitats podem ser de zonas húmidas, tais como galerias ripícolas (com amieiros, freixos e salgueiros) ou sobre terrenos encharcados (com videiros), ou de encostas de montanha, formando carvalhais mistos.

RUPÍCOLAS

Habitais dominados por afloramentos rochosos povoados por comunidades vegetais com estratos herbáceos e arbustivos limitados, surgindo especialmente nas fendas das rochas e nas superfícies com cobertura muscícola.

05

PONTOS DE INTERESSE

ENTRE A SERRA E O RIO, 15 KM PARA DESCOBRIR

Em toda a extensão do vale do Bestança, desde as portas de Montemuro até ao rio Douro, é possível conhecer vários pontos de interesse naturais, religiosos e arquitectónicos que tão bem caracterizam o vale e o concelho de Cinfães.



ALDEIAS COM MOTIVOS DE INTERESSE

Boassas

Com uma posição privilegiada, enquadrada no Vale do Bestança e debruçada sobre Rio Douro, a aldeia de Boassas integra a rede das Aldeias de Portugal desde 2005. Caracterizada pelas suas ruas estreitas e pátios típicos, rodeada de natureza e paisagens de cortar a respiração, detém um património edificado de grande valor, com vários edifícios nobres e centenários a merecerem destaque. Lar de umas das mais ilustres figuras do concelho, o explorador Alexandre Serpa Pinto, refira-se que é ainda nesta aldeia que se pode ver a única árvore de interesse público do concelho de Cinfães, um cipreste-comum com mais de 150 anos. É uma das aldeias pioneiras na rede das Aldeias de Portugal.

é também conhecida como a “Princesa da Serra”. Com uma paisagem deslumbrante, rodeada de lameiros férteis e verdejantes, propícios à criação de gado, esta é uma das atividades principais na aldeia e uma das principais fontes de riqueza das suas gentes. Esta localidade é conhecida pelos seus invernos rigorosos e pelas quedas de neve que acontecem com alguma regularidade e que oferecem panoramas magníficos a partir deste local. No centro da povoação ainda é possível vislumbrar algumas casas típicas, construídas com granito, onde algumas delas estão ainda cobertas de colmo.

Bustelo

Localizada na encosta do Rio Bestança, a aldeia de Bustelo (da Lage) caracteriza-se pelo seu aglomerado rural, com envolvente de caminhos empedrados, moinhos, palheiros e espigueiros. As tradições estão ainda muito presentes no quotidiano e a agricultura é uma parte integrante na vida desta aldeia. Sendo um reflexo da cultura popular da Serra, pode aqui perceber-se bem as disparidades geográficas, ambientais e paisagísticas, especialmente entre a Serra de Montemuro e o Vale do Bestança.

Gralheira

Em plena Serra de Montemuro, a cerca de 1.100 metros de altitude, a aldeia da Gralheira

Vale de Papas

Esta típica aldeia serrana, de raízes frias e contidas, é marcada pelo aglomerado rural de habitações graníticas, algumas ainda com telhados de colmo. É talvez a aldeia do concelho de Cinfães que melhor conserva as suas características originais. No centro da aldeia, a eira comunitária com arrecadação ainda hoje é usada nas lides agrícolas, bem como os espigueiros, onde são armazenados os cereais que aqui se produzem. A agricultura e a pastorícia são ainda hoje os principais meios de subsistência dos habitantes locais. Rodeada de verde, onde o contato com a natureza é uma constante, Vale de Papas integra também a rede das Aldeias de Portugal.



PATRIMÓNIO

CePortas de Montemuro (muralha e capela);
Calçada Romana de Montemuro;
Igreja de Alhães;
Igreja de Bustelo da Lage;
Eira da Lage;
Ponte do Soutelo;
Calçada de Quinhão;
Igreja Matriz de Tendais (Quinhão);
Calçada de Macieira;
Eira de Aveloso;
Calçada de Valverde;
Ponte de Covelas;
Ermidas de Vila de Muros;
Moinhos de Enxidrô e Açoreira.



NATURAIS

Nascente e curso fluvial do Rio Bestança;
Serra de Montemuro;
Carvalho de Alhães;
Encostas de Bustelo e Soutelo;
Fragas da Penavilheira;
Socalcos da Granja;
Vale do Prado (Prado);
Vale de Aveloso;
Cascatas de Ribeira de Enxidrô;
Ribeira de Tendais;
Ribeira de Covais.

Para além da natureza e do património existente em todo o vale, subsistem ainda zonas arqueológicas possíveis de visitar e aldeias emblemáticas, com estórias e lendas para contar:



ZONAS ARQUEOLÓGICAS

Muralha das Portas de Montemuro, Alhães;
Sepulturas de Bustelo, Bustelo;
Mamoas de S. Pedro, Tendais;
Castelô, Tendais;
Monte das Coroas, Ferreiros de Tendais.

06 INFORMAÇÕES ÚTEIS



DICAS PARA A VISITA

A visita ao Vale do Bestança é uma actividade que pode e deve ser praticada em grupo, em família e por pessoas de quase todas as idades. Para se praticar esta actividade, não é necessário equipamento técnico e especializado. Também não requer conhecimentos de cartografia ou orientação, caso se pratique em grupo acompanhado por um guia, que seja conhecedor da área onde se desenrola a actividade.

Para além de ser uma excelente forma de combater o stress, é ao mesmo tempo uma actividade que nos permite manter activos e saudáveis.

Esta visita fomentará o conhecimento e a sensibilização do meio ambiente, ao mesmo tempo que promove a protecção da Natureza. Estimula a observação por lugares de interesse natural e histórico, bem como a observação da fauna e da flora local. Incentiva ao respeito e admiração pelo património histórico, rural e natural. Promove a amizade e o conhecimento cultural, através das suas gentes, costumes e tradições.

CUIDADOS E CONCELHOS

- Nunca parta sozinho para um percurso, caminhe sempre com uma ou mais pessoas;
- Respeite as normas em vigor nas Áreas Protegidas;
- Consulte a documentação escrita e os mapas referentes ao percurso;
- Prepare o equipamento necessário e arrume a mochila;
- Informe-se acerca da previsão meteorológica;
- Verifique a hora da partida, confirmando que pode terminar o percurso antes do cair da noite;
- Siga sempre que possível pelos caminhos e trilhos sinalizados, evitando o corta-mato;
- Ao atravessar povoações e áreas cultivadas respeite os costumes, tradições e bens;
- Não danifique os afloramentos de pedras, pois podem ser testemunhos da história da terra;
- Não degrade a vegetação;
- Não abandone vidros, plásticos, latas ou quaisquer outros resíduos. Leve-os consigo e deposite-os em locais apropriados.
- Seja silencioso, não perturbe a fauna e o sossego dos locais; Evite fazer barulhos desnecessários.
- Evite caminhar com um grupo muito numeroso, pois os impactos ambientais causados não se justificam.
- Ao acampar, escolha sempre locais indicados para esse fim. Não faça fogueiras fora dos locais apropriados e autorizados para esse efeito.
- Nunca abandone um fogo sem que as brasas estejam extintas e as cinzas dispersas.
- Retroceder é uma prova de prudência e isso tornar-se-á necessário quando o estado do tempo se deteriorar ou quando surgir nevoeiro.
- No final, não deixe mais nada para além das pegadas e não tire mais que fotografias.





ALOJAMENTO

Hotel Porto Antigo | Porto Antigo - Oliveira
ARS Durium | Outeiro – Boassas (Brevemente)
Caso do Moleiro | Pelisqueira
Casa de Campo de Enxidrô | Lugar de Enxidrô
Casa de Lódão | Quinta do Outeiro - Boassas
Quinta de Ventozela | Casal, Cidadelhe
Cerrado dos Outeirinhos | Cinfães
Quinta do Casal de Vila Pouca | Pias, Cinfães
Casas de Montanha da Gralheira | Moinhos, Gralheira
Casa Altamira | Espadanedo
Douro Green | Souselo
Quinta das Regadinhas | São Cristóvão de Nogueira
Quinta do Cadafaz | Nespereira
Quinta da Vinha Velha | Finzes – Oliveira do Douro



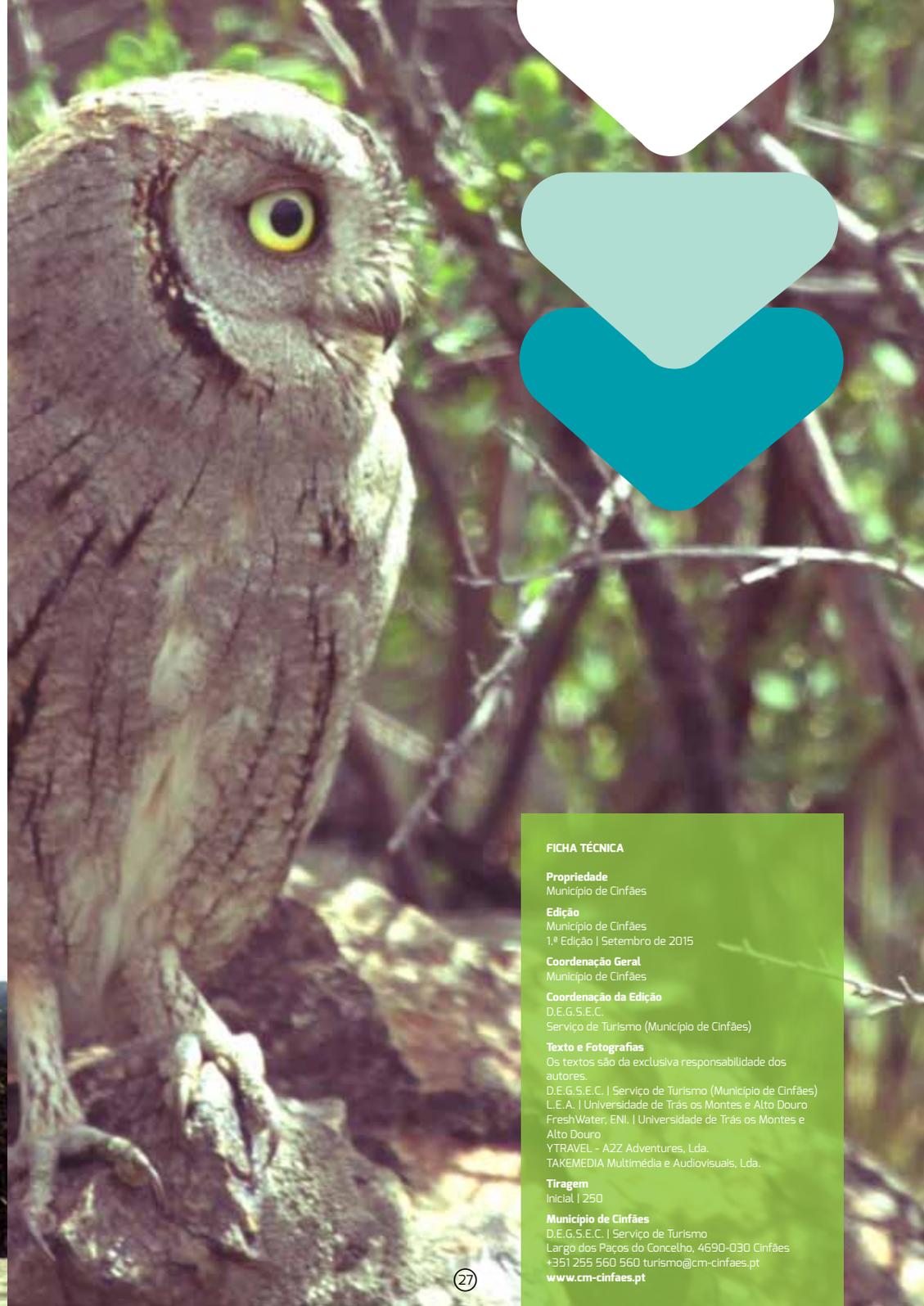
RESTAURAÇÃO

Restaurante Solar do Montemuro | Tendais
Restaurante Tendai | Tendais
Recanto dos Carvalhos | Gralheira
Restaurante Encosta do Moinho | Gralheira
Restaurante O Emigrante | Alhões
Restaurante Mira Serra | Meridãos - Tendais
Restaurante Serpa Pinto | Porto Antigo – Oliveira Douro
Cabaz do Sabor | Cinfães
Kibom | Cinfães
O meu gatinho | Cinfães
Penedo de St^a Bárbara | Cinfães
O Rabelo | Cinfães
Varanda de Cinfães | Cinfães
13 | Nespereira



CONTACTOS ÚTEIS

SOS | 112
SOS Floresta | 117
Câmara Municipal de Cinfães | 255 560 560
email: turismo@cm-cinfaes.pt
Centro de Saúde de Cinfães | 255 561 275
GNR de Cinfães | 255 560 070
Bombeiros Voluntários de Cinfães | 255 561 567
Loja Interativa de Turismo | 255 561 051



FICHA TÉCNICA

Propriedade
Município de Cinfães

Edição
Município de Cinfães
1.ª Edição | Setembro de 2015

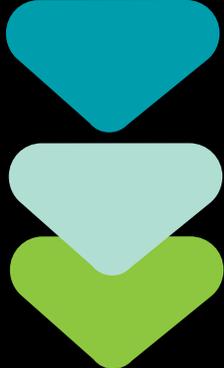
Coordenação Geral
Município de Cinfães

Coordenação da Edição
D.E.G.S.E.C.
Serviço de Turismo (Município de Cinfães)

Texto e Fotografias
Os textos são da exclusiva responsabilidade dos autores.
D.E.G.S.E.C. | Serviço de Turismo (Município de Cinfães)
L.E.A. | Universidade de Trás os Montes e Alto Douro
FreshWater, ENI. | Universidade de Trás os Montes e Alto Douro
YTRAVEL - A2Z Adventures, Lda.
TAKEMEDIA Multimédia e Audiovisuais, Lda.

Tiragem
Inicial | 250

Município de Cinfães
D.E.G.S.E.C. | Serviço de Turismo
Largo dos Paços do Concelho, 4690-030 Cinfães
+351 255 560 560 turismo@cm-cinfaes.pt
www.cm-cinfaes.pt



[EU
VOU]
DES
COBRIR



VALE do
BESTANÇA

