

# Ambitur

Diretor: Pedro Chenrim | [www.ambitur.pt](http://www.ambitur.pt)

JUNHO 2020 | Nº 329

## CONVERSAS TROCADAS

Inovação no Eádo e na Renova. Experiências de Cuca Roseta e de Paulo Pereira da Silva inspiram o Turismo.

## ENTREVISTA

Eduardo Jesus,  
Secretário Regional de  
Turismo e Cultura  
da Madeira

Publicação mensal - Ano XXIX - Preço: 10 Euros (Iva Incluído)

Family Golf Park<sup>®</sup>  
viamoura

MINIGOLF

Discount  
**15%**

Compre já online  
[www.familygolfpark.pt](http://www.familygolfpark.pt)



Av. N. Sra. Do Amparo  
5370 - 210 Mirandela  
T: +351 969 773 924  
[reservas@hoteldomdinis.pt](mailto:reservas@hoteldomdinis.pt)

GRANDE  
HOTEL  
D. DINIS

[www.hoteldomdinis.pt](http://www.hoteldomdinis.pt)

No coração de Mirandela com vista para o Rio Tua...



# MANTEIGAS, VALE POR NATUREZA

*O Concelho de Manteigas insere-se totalmente na área do Parque Natural da Serra da Estrela, com paisagens deslumbrantes e recantos por descobrir. Um local aprazível seja qual for a estação do ano: no inverno o branco da neve e as imensas linhas de água que correm entre as montanhas e vales; na primavera a cor e o perfume das plantas que matizam as encostas; no verão o ar fresco e as águas límpidas dos rios e lagoas; no outono as cores douradas que dão outro colorido a uma paisagem avassaladora.*

## APAIXONEI-ME... TODOS OS DIAS!

### 3 DIAS E 2 NOITES

#### DIA 1 :: MANTEIGAS, PELO ZÊZERE MANHÃ

Visite as fábricas do Burel

Unidades fabris de vestuário, acessórios de moda e de decoração produzidos em Burel - tecido feito em 100% lã, tradicionalmente usado pelos pastores do alto da montanha.

#### ALMOÇO

##### Almoce «Feijocas de Manteigas»

A feijoca de Manteigas é uma variedade de feijão graúdo que, ao ser cultivada em altitude e regada pelas águas cristalinas da bacia do Zêzere, adquire um sabor único, de textura aveludada. A feijoca é guisada com carnes de porco, e assume nesta mesa uma relevância especial, uma vez que se trata de um produto enraizado na agricultura e cultura local.

#### TARDE

##### Conheça o Centro Interpretativo do Vale Glaciar do Zêzere - CIVGLAZ

O Centro Interpretativo do Vale Glaciar do Zêzere tem como objetivo dar a conhecer outras perspetivas e visões do Vale Glaciar do Zêzere e as potencialidades turísticas do Concelho de Manteigas.

##### Surpreenda-se no Viveiro das Trutas

Um posto de visita e venda ao público das trutas produzidas na truticultura da Fonte Santa, que se instalou naquele espaço, aproveitado as águas cristalinas e bravas do Zêzere que irrompem da serra.



Vila de Manteigas ▲

Refresque-se na Fonte Paulo Luís Martins Fontanário em cascata permanente, com água a uma temperatura constante ao longo do ano de cerca de 6.ºC. É um dos mais caudalosos cursos de água que afluem no Zêzere.

##### Assombre-se no Covão d'Ametade

Antiga lagoa de origem glaciar, o Covão d'Ametade a 1.420 metros de altitude, situa-se no sopé do maciço do Cântaro Magro, onde nasce o Rio Zêzere. O local é todo ele revestido por relvados naturais (cervunais). Daqui se pode contemplar toda a imponência e grandiosidade do afloramento granito, conhecido pelo Cântaro Magro.

##### Contemple o Vale Glaciário do Zêzere/Miradouro

Vale Glaciário do Zêzere, com 13km de extensão, maravilhosa dádiva da Natureza

e, ao mesmo tempo, uma lição a céu aberto sobre os vestígios da última época de glaciação.

##### Arrepie-se no Poço do Inferno

A 1.080 metros de altitude situa-se a cascata do Poço do Inferno. Garganta aberta por um afluente do Rio Zêzere, a Ribeira de Leandres, que desce das alturas do curral na linha de contactos do xisto com o granito. Local de muita afluência turística, pela rara beleza e efeito espetacular da queda de água cristalina e gélida, que rasga por força da natureza o rochoso granito e xisto.

#### JANTAR

##### Jante «Trutas do Alto Zêzere»

Prato confeccionado de diferentes maneiras, dependendo do gosto e da ousadia do paladar, com trutas criadas nas águas frias do Alto Zêzere.

#### NOITE

##### Passeie pelo Ribeiro da Vila de Manteigas

Caminhe ao longo do Ribeiro da Vila e vagueie pelas ruas do Centro Histórico.

## DIA 2 :: MANTEIGAS, PELA SAÚDE & BEM-ESTAR

#### MANHÃ

##### Caminhe na Natureza:

##### Rota do Poço do Inferno (PR1)

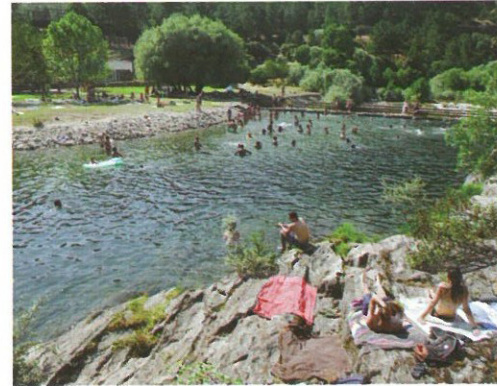
Ao percorrer a Rota do Poço do Inferno verifica-se um dualismo de paisagem, natural e humanizada, marcada pelo diferente tipo de vegetação, com florestas de folhosas e resinosas, onde os sentidos despertam diferentes emoções ao longo do trilho.



Covão d'Ametade/por Ricardo Costa ▲



Trilhos Verdes em Manteigas ▲



Praia Fluvial Relva da Reboleira ▲

### **Caminhe na Natureza: Rota das Faias (PR13)**

A Rota das Faias possibilita a descoberta de algo novo e surpreendente a cada instante, desde a vegetação esplendorosa a paisagens fulgurantes, que juntamente com a agricultura e a pastorícia proporcionam um passeio perfeito para quem deseja conhecer a serra, as suas gentes e costumes.

#### **ALMOÇO**

#### **Almoce «Enchidos e produtos regionais»**

Deguste os enchidos regionais, como a morcela, o farinheiro, a chouriça, o presunto e o queijo Serra da Estrela, acompanhado de um vinho da Beira Interior. Adoce o paladar com um pastel de feijoca – pastel feito artesanalmente somente com ovos, feijoca de Manteigas, farinha e açúcar.

#### **TARDE**

#### **Revigore-se na Fonte Santa e nas suas águas termais**

Esta fonte termal contém águas sulfurosas indicadas no tratamento de várias doenças, tais como o reumatismo, dermatoses, vias respiratórias e doenças músculo-esqueléticas.

#### **Relaxe nas Termas de Manteigas**

Inseridas na Região Hidrotermal de Montanha, a água mineral das Termas de Manteigas é captada a cerca de 100 metros de profundidade, o que lhe garante pureza bacteriológica e estabilidade físico-química. Estas águas, que brotam de três nascentes distintas, atingem temperaturas elevadas (48.ºC), o que as torna excelentes para curar doenças do aparelho respiratório, reumáticas e músculo-esqueléticas.

#### **Mergulhe na Praia Fluvial da Relva da Reboleira**

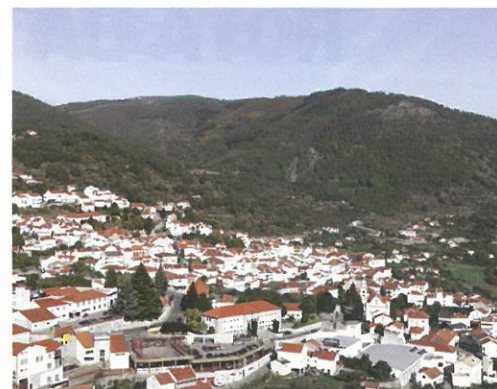
O complexo da Relva da Reboleira, localizado na Freguesia de Sameiro, a 8 km da sede de Concelho, inclui um conjunto de infraestruturas de apoio aos visitantes. Na época do Verão, a praia fluvial e o parque de campismo fazem as delícias dos turistas que aproveitam as águas límpidas do Rio Zêzere e a sombra refrescante das árvores autóctones do local. Um espaço ideal para um contacto pleno com a natureza, de fácil acesso e com estacionamento gratuito próximo da zona balnear.



**Covão d'Ametade ▲**



**Covão da Ponte ▲**



**Vila de Manteigas ▲**



**Vale Glaciário do Zêzere/Por Miguel Serra ▲**

#### **JANTAR**

#### **Jante «Cabrito Serrano»**

Prato confeccionado com carne tenra de cabrito de leite.

#### **NOITE**

#### **Desfrute da animação noturna**

Na primavera/verão a fruição das esplanadas e jardins é uma excelente opção. Delicie-se com a brisa refrescante da noite e descanse o corpo e relaxe a mente.

### **DIA 3 :: MANTEIGAS, PELA VISTA**

#### **MANHÃ**

#### **Suba à Aldeia de**

#### **Montanha das Penhas Douradas**

Local situado a 1.475 metros de altitude, que noutros tempos era escolhido para tratamentos, de doenças pulmonares, e é ainda hoje, lugar privilegiado e predileto dos que pretendem gozar momentos de tranquilidade.



**Lagoa do Peixão ▲**



**Trilhos Verdes em Manteigas ▲**

#### **Apaixone-se no Miradouro do Fragão do Corvo**

Do Miradouro do Fragão do Corvo alcançam-se belíssimas e raras vistas. Localizado no alto da montanha, consegue-se avistar o casario da Vila de Manteigas, a magnitude do Vale Glaciário do Zêzere e a imponência da Fraga da Cruz.

Detenha-se no Covão da Ponte Antes da chegada ao Covão da Ponte deslumbre-se com a vista do Vale da Castanheira, onde a agricultura e o pastoreio ainda persistem.

Situado a 950 metros de altitude, o Covão da Ponte possui características naturais ótimas para a prática de atividades ao ar livre. Local onde é possível encontrar uma sintonia perfeita entre a natureza e a preservação deste espaço natural, ladeado pelo Rio Mondego, que ainda no seu início de percurso corre calmamente até à foz.

#### **ALMOÇO**

#### **Almoce «Chanfana Beirã»**

Prato tradicional confeccionado com carne de cabra da Serra da Estrela.

#### **TARDE**

#### **Visite as Aldeias de Sameiro e Vale de Amoreira**

Encontro privilegiado com as aldeias de montanha e com as populações serranas, que mantêm ainda hoje as tradições de sempre.

**Esperamos por si!**

<https://cm-manteigas.pt/>  
<http://civglaz-manteigas.pt/>  
<http://manteigastrilhosverdes.com/>