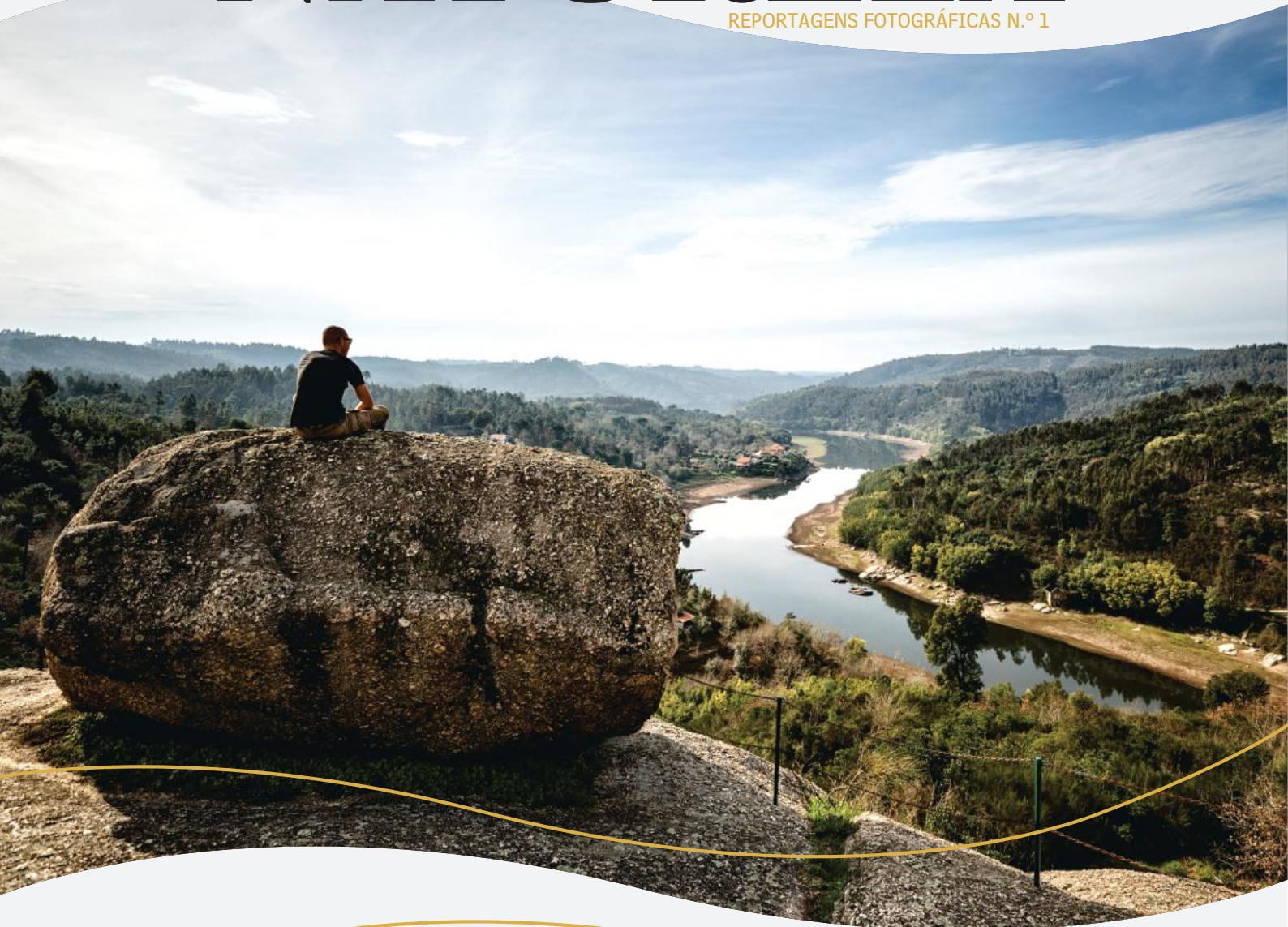


PASSEIOS PELA NATUREZA

REPORTAGENS FOTOGRÁFICAS N.º 1



VISIT INTERIOR

editorial

VISITOINTERIOR: percorrer o tempo e a paisagem

VISITOINTERIOR nasceu do desejo de dar visibilidade ao interior de Portugal, esses lugares onde cada pedra, cada ribeira e cada árvore guardam histórias. Alguns são conhecidos, outros permanecem discretos, quase secretos, à espera de quem se detenha e lhes dê atenção.

Ao folhear estas páginas, o leitor encontra mais do que imagens: encontra instantes que convidam à contemplação. No Açude da Ribeira, as águas quietas reflectem o céu e pedem uma pausa; na Bobadela, as ruínas romanas recordam quem por ali caminhou; em Côja, a Princesa do Alva desliza sob o sol ou entre a bruma do Inverno, mostrando como a natureza se transforma a cada estação. Em cada recanto há segredos a descobrir, o murmúrio das águas ou o sussurro do vento, e o tempo deixa-se sentir nas pedras e nas árvores.

Pelas serras, rios e vales, entre aldeias, dólmenes e moinhos, cada espaço revela a memória viva das gentes e do território. O Covão da Ponte, os Passadiços do Mondego, as faias douradas da Serra da Estrela, o Trilho dos Gaios, e miradouros que oferecem experiências únicas: a frescura do bosque, o cheiro da terra molhada, o canto dos pássaros, a luz que dança sobre a água. O interior não se limita à serra ou ao campo; estende-se até ao mar e à Raia, portuguesa ou espanhola, sempre com coordenadas precisas, para que o leitor possa percorrer e viver cada paisagem.

A capa desta primeira edição transmite-nos a tranquilidade do Penedo C'Abana, na Póvoa de Midões de onde se pode avistar o rio Mondego.

Novas histórias chegarão semestralmente, novos caminhos se abrirão, mas a essência permanece: não basta olhar, é preciso caminhar, tocar, respirar e escutar. Disfrutem destas imagens, mas deixem sobretudo que os locais vos encontrem. É nesse contacto directo, entre memória, paisagem e vida, que o interior de Portugal se revela na sua plenitude, convidando o visitante a mergulhar na beleza simples, profunda e inesquecível de cada instante.

índice

- 2 Editorial
- 3 Mapa zona centro
- 4 **Açude da Ribeira**
- 6 Bobadela
- 8 Côja
- 12 Covão da Ponte
- 14 **Dolmen da Orca**
- 16 Eiras do Dão
- 18 Faias
- 20 Faias da Beira
- 24 Folgosinho
- 26 Góis
- 28 **Moinhos de Penacova**
- 30 Moreira de Rei
- 32 N° Sr. do Desterro
- 36 **Passadiços do Mondego**
- 38 Penedo C'Abana
- 40 Sandomil
- 42 São Gens
- 44 Serra da Estrela
- 46 **Trilho dos Gaios**





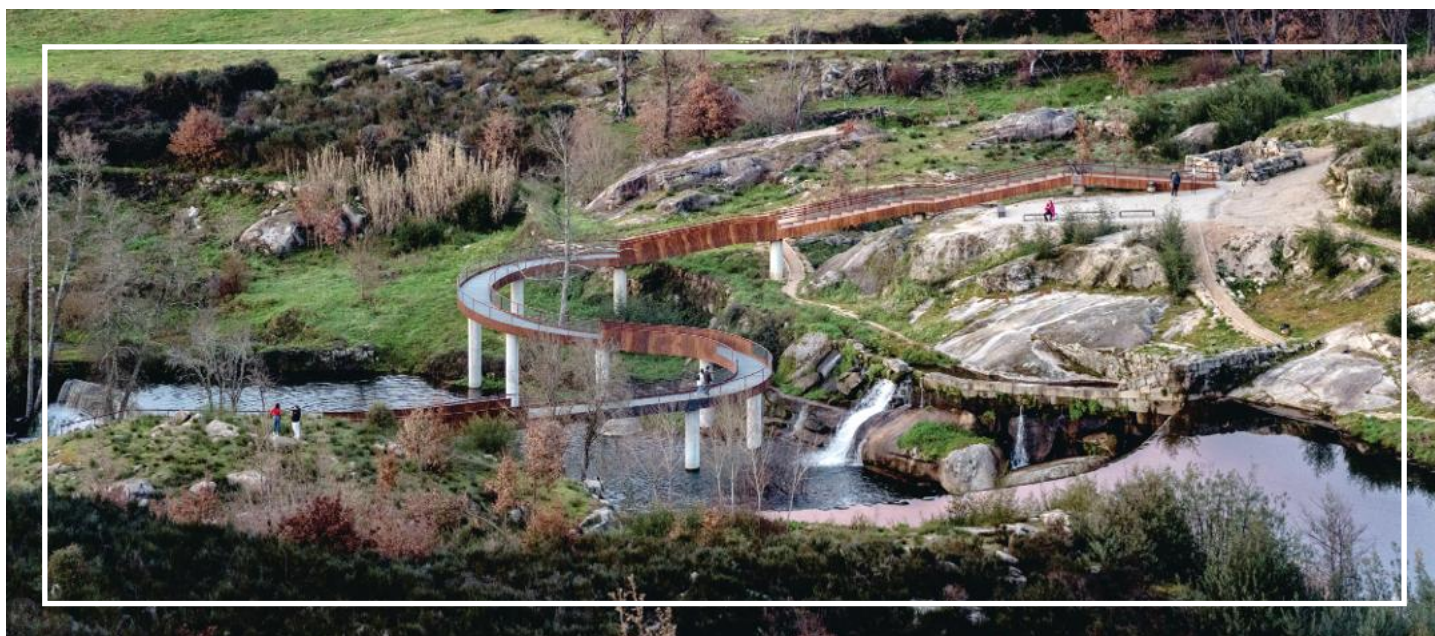
VISITointerior



40°24'28.4"N 7°53'16.4"W

Açude da Ribeira: um refúgio à beira da água

Em Ervedal da Beira, concelho de Oliveira do Hospital, o Açude da Ribeira é um espaço que convida a momentos de descanso e lazer junto ao rio. O açude mantém as águas calmas, enquanto as margens permitem relaxar ou desfrutar de um passeio à beira-rio. O passadiço moderno oferece uma forma cómoda de percorrer a ribeira, aproximando-se da água e permitindo apreciar a paisagem de diferentes perspectivas. O Açude da Ribeira é um ponto de encontro com a calma, perfeito para descobrir a beleza do local e aproveitar o tempo em contacto com o rio e o seu ambiente.







40°21'37.0"N 7°53'33.4"W

Bobadela: um segredo romano à vista de todos

No concelho de Oliveira do Hospital, as Ruínas Romanas de Bobadela escondem um passado que continua a fascinar. Bem conservadas e carregadas de mistério, estas ruínas revelam sinais de uma cidade antiga, onde colunas, pedras lavradas e artefactos espalhados contam histórias de um tempo que ainda caminha à superfície. O arco de pedra que sobreviveu no centro da vila sugere a presença de muralhas, lembrando a importância do povoado, embora ninguém saiba ao certo o seu nome antigo. A igreja matriz, com três naves, e a capela do Santo Cristo – cujos arcos antigos se mantêm parcialmente visíveis – conservam a memória arquitectónica dessa era. Ao lado, o adro amplo, salpicado de sepulturas e pedras lavradas, reforça a sensação de antiguidade viva. Visitar Bobadela é mergulhar numa história palpável, onde cada pedra convida à contemplação e à imaginação, e onde o mistério se transforma em encanto.





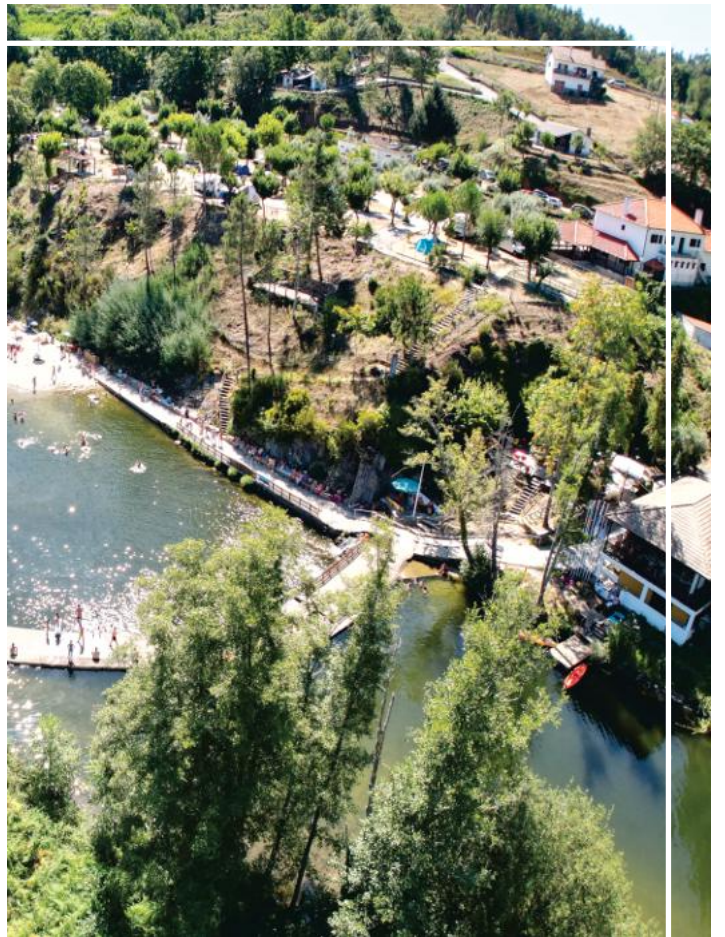


40°16'03.8"N 7°59'42.0"W

Côja: mergulhos na Princesa do Alva

Chamam-lhe a “Princesa do Alva” — e quem já a visitou percebe porquê. A praia fluvial de Côja, no concelho de Arganil, é um lugar que se deixa descobrir em qualquer estação do ano. No Verão, oferece refúgio para mergulhos prolongados e descanso à beira-rio. O açude mantém as águas calmas, e as margens de areal convidam a estender a toalha e desfrutar do momento, entre passeios de gaivota e remadas de canoa. No Inverno, a paisagem muda, mas o encanto permanece. Os choupos e amieiros conferem frescura e sombra, mesmo nos dias mais luminosos. Para quem procura sossego, ali encontra a natureza em estado puro, sem pressas, sem ruído, apenas o murmúrio do rio e a sensação de um tempo que parece suspenso.





DÃO



tavfer

Vinhos

Sociedade Agricola do Castro de Pena Alba, SA

Quinta do Serrado | 3550-163 - Penalva do Castelo | PORTUGAL

T. +351 232 642 428 | F. +351 232 641 023

"Chamada para a rede fixa nacional"

40°39'30.16"N | 7°43'17.91"W

vinhos@tavfer.com

www.tavfervinhos.com



PICOS do COUTO



DUVALLEY

*Quinta do
Serrado*

**VALE
DO VISO**

DOURO

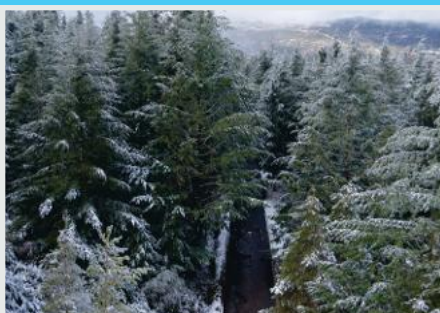


HOTEL SENHORA DO ESPINHEIRO

★ ★ ★



HOTEL
Senhora do Espinheiro
★ ★ ★



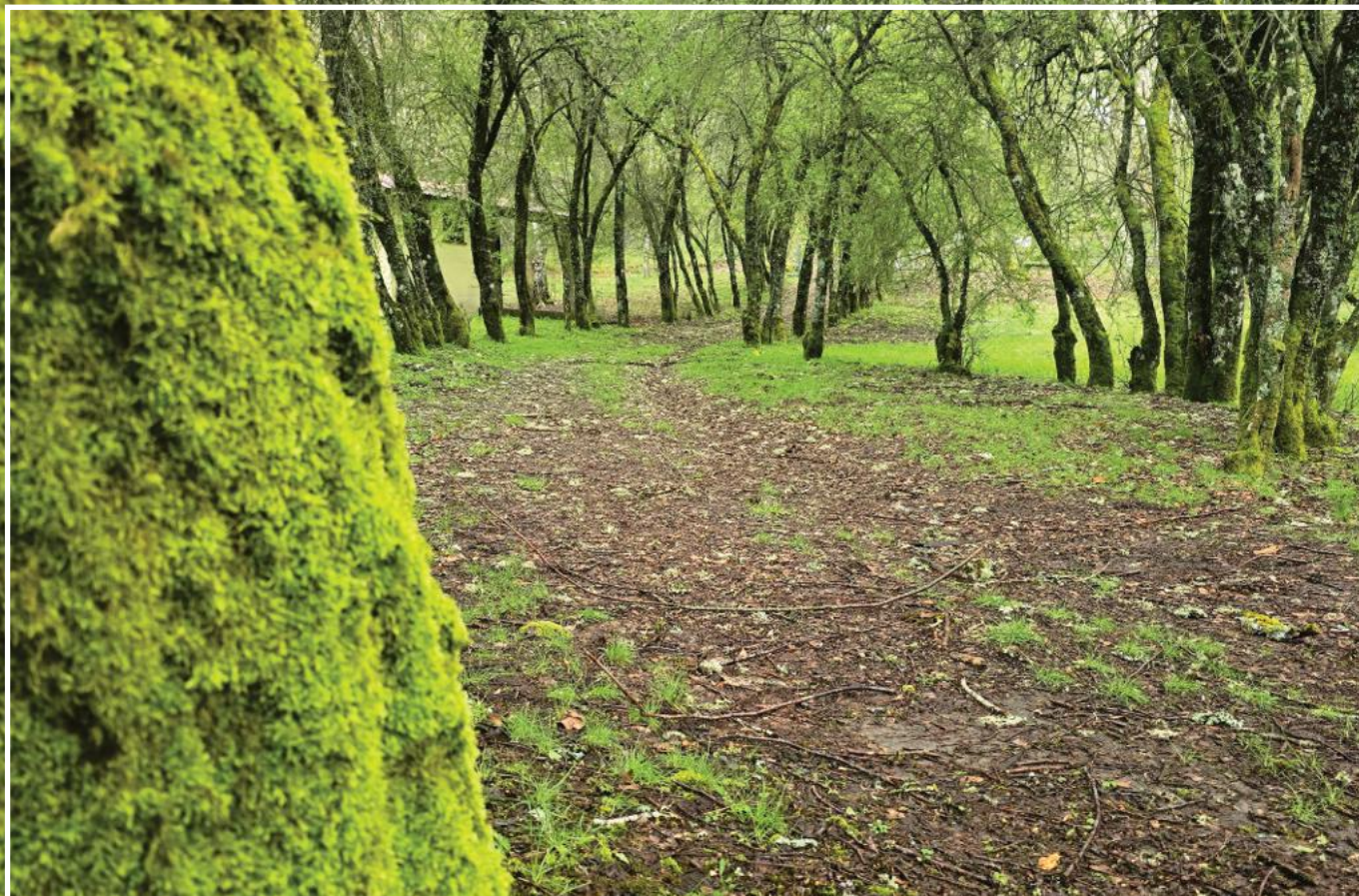
 tavferhoteis.com

 [tavferhoteis](https://www.facebook.com/tavferhoteis)

 [tavferhoteis](https://www.instagram.com/tavferhoteis)

 (+351) 238 312 073

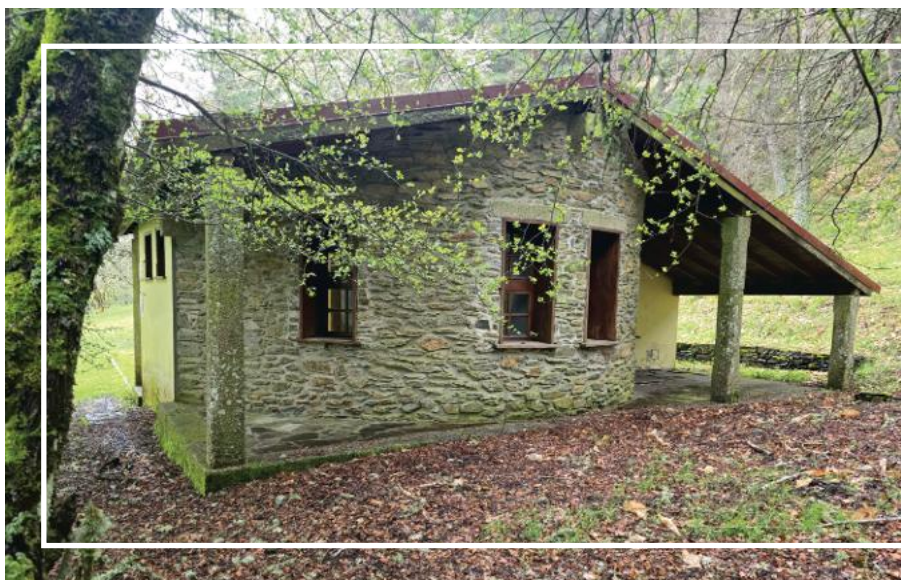
 serradaestrela@tavfer.com

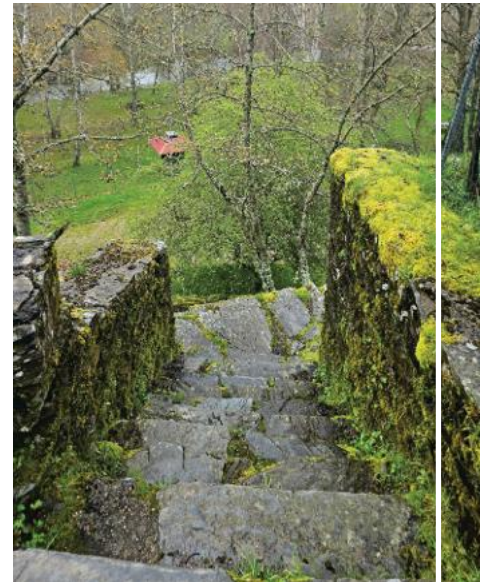


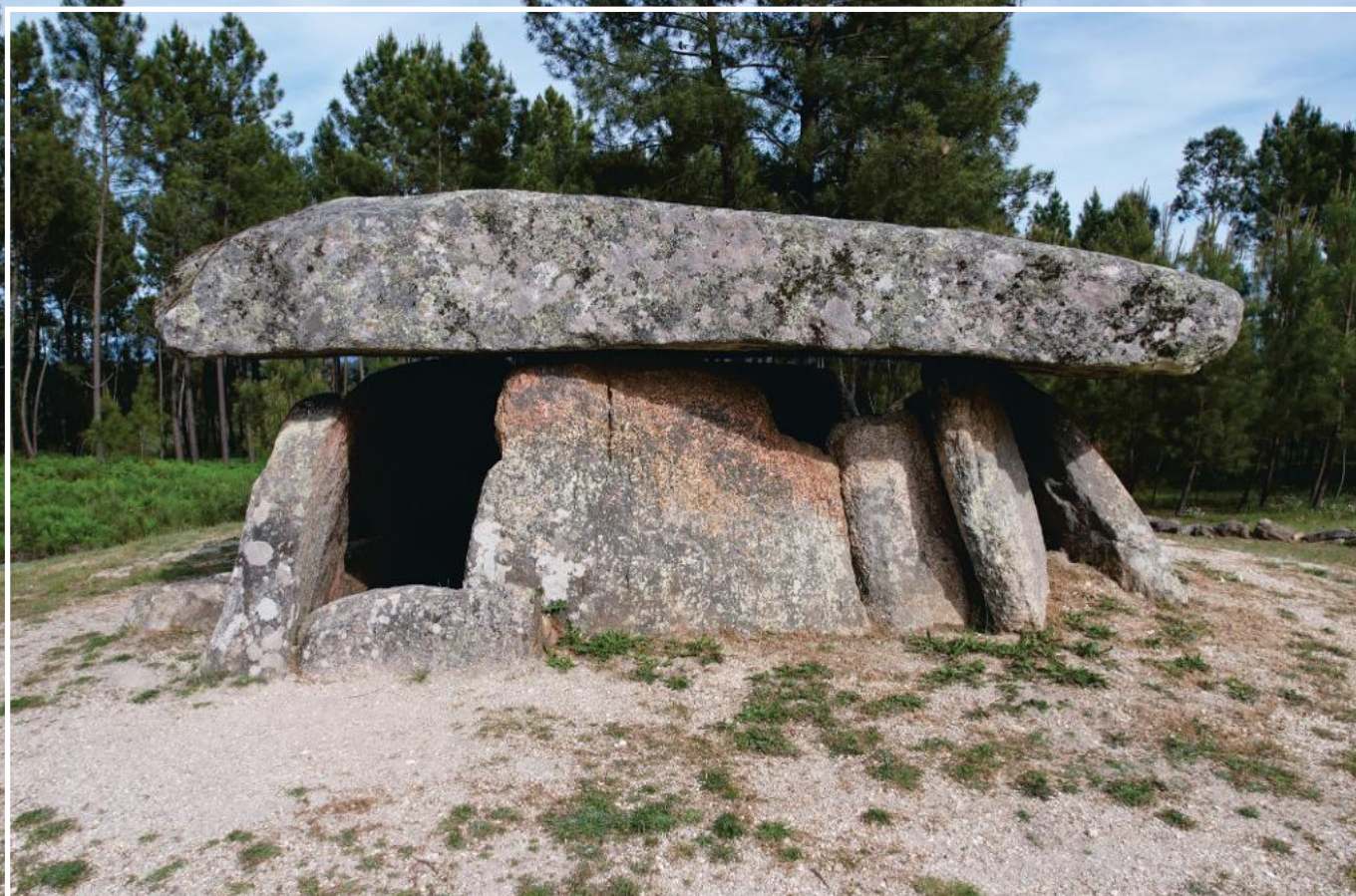
40°26'33.0"N 7°30'54.1"W

Covão da Ponte: onde o Mondego ainda é menino

A 950 metros de altitude, na Serra da Estrela, há um lugar onde o tempo corre devagar, e o Mondego também. No Covão da Ponte, ainda no início do seu percurso, o rio desliza entre árvores em harmonia perfeita, como se a paisagem tivesse sido composta a régua e esquadro pela própria natureza. O cenário é ideal para actividades ao ar livre, com pastores e rebanhos a lembrar que a ruralidade ainda manda por estas bandas. E quando o corpo pede pausa, há mesas à espera, perfeitas para um lanche com sabores da vila de Manteigas, ali mesmo ao lado, onde a gastronomia é coisa séria. Aqui, tudo convida a ficar mais um pouco. Nem que seja só para ouvir o rio e ver as sombras das árvores a dançar sobre a água.







40°26'38.0"N 7°56'17.1"W

Dólmen da Orca: um tesouro à vista de todos

Em Fiais da Telha, pequena aldeia da freguesia de Oliveira do Conde, no concelho de Carregal do Sal, ergue-se o Dólmen da Orca, uma anta que impressiona pela história que guarda e pela presença silenciosa no meio da paisagem. Conhecido também como Lapa da Orca ou Orca de Fiais da Telha, o monumento combina a simplicidade da pedra com a imponência de séculos de memória. Esta câmara poligonal em pedra, classificada como monumento nacional, é um convite a explorar, a sentir a história e a descobrir um tesouro que está ali, tão perto, pronto para encantar quem se aproxima.



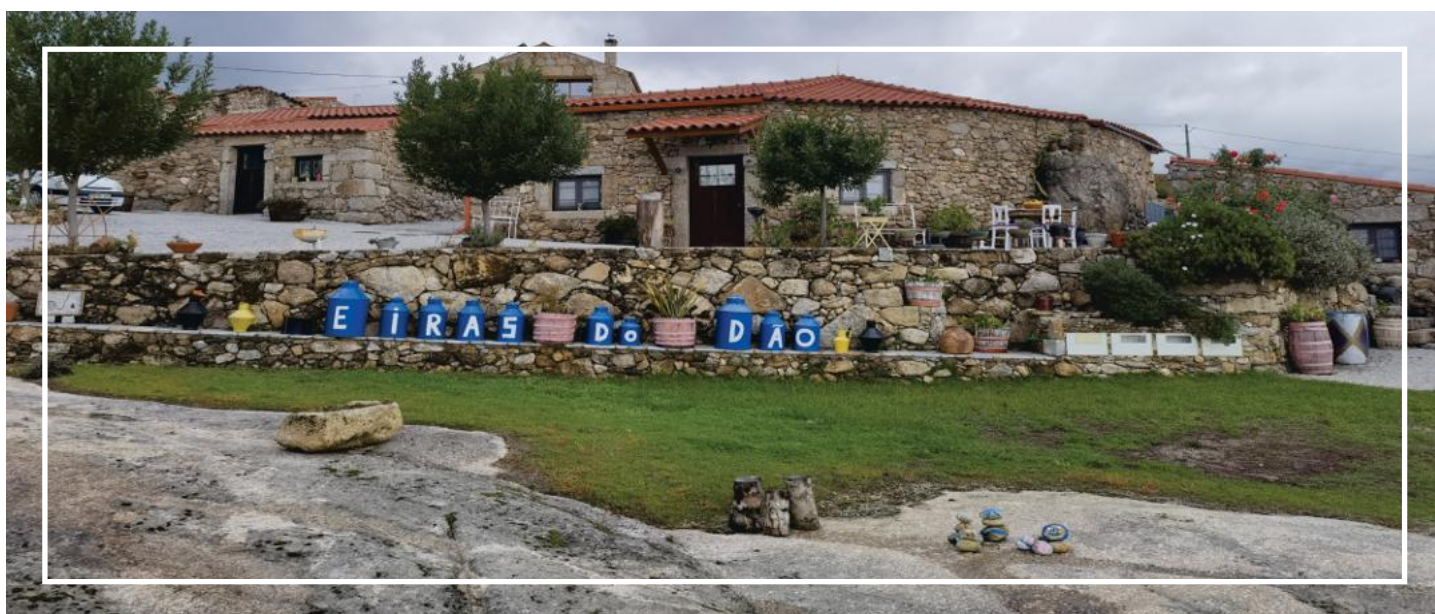




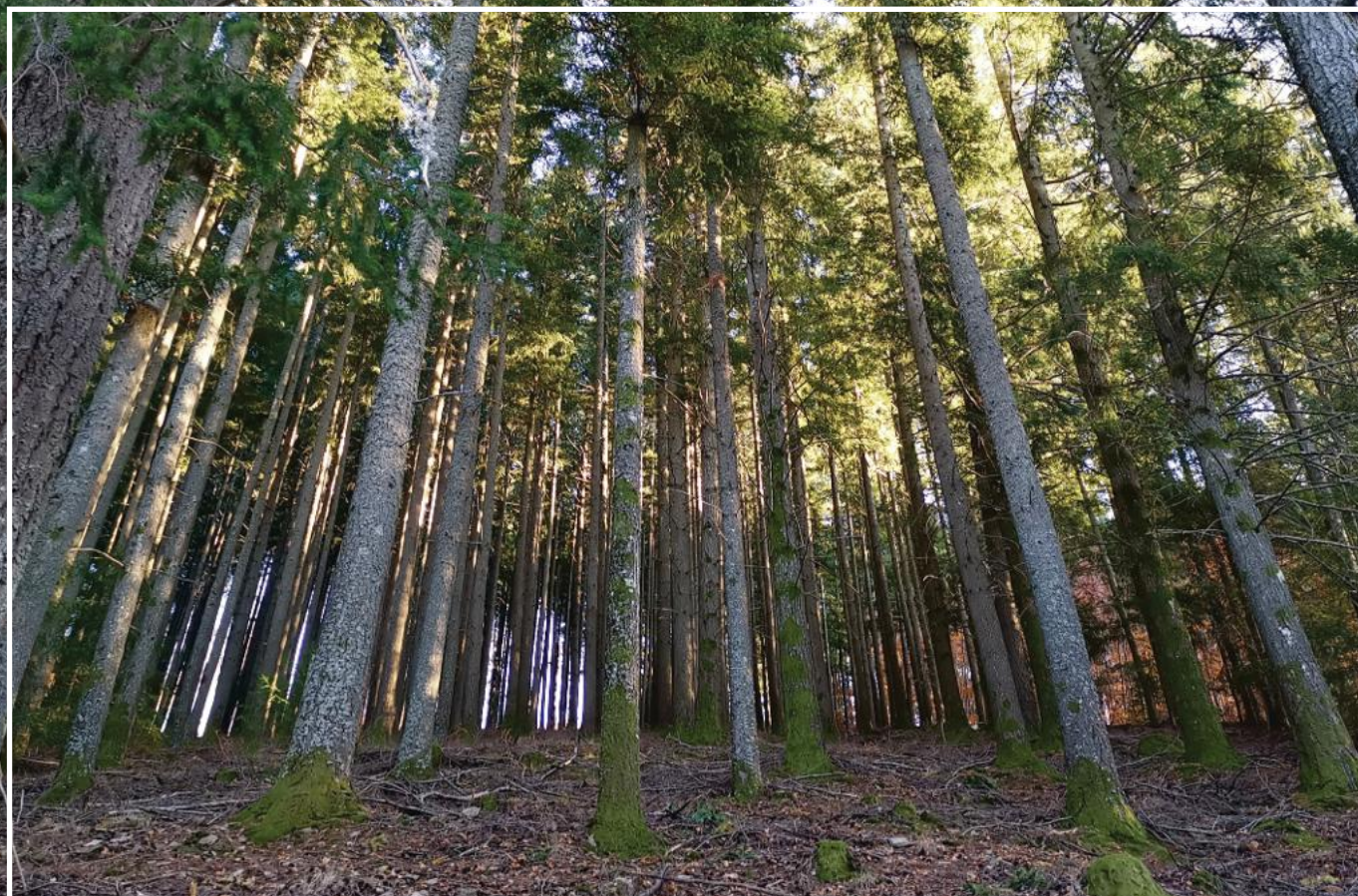
40°40'00.8"N 7°42'36.8"W

Penalva do Castelo: memórias de pedra e novas possibilidades

O nome ficou, mas o castelo desapareceu no tempo. Penalva do Castelo, situada junto ao Rio Dão, deve a sua designação a uma antiga fortaleza que ali existia — hoje sem vestígios, apenas na memória e na lenda. Até 1957, a vila chamava-se Castendo. Nas redondezas, um sinal de futuro ergue-se a partir do passado: Eiras do Dão, conjunto de casas recuperadas por iniciativa privada com apoio da autarquia, mostra como é possível dar nova vida às aldeias abandonadas da região. Aqui, como noutras terras esquecidas, cada pedra pode contar uma nova história. Basta que alguém se detenha e a escute, transformando memórias antigas em possibilidades para o presente e para o futuro.







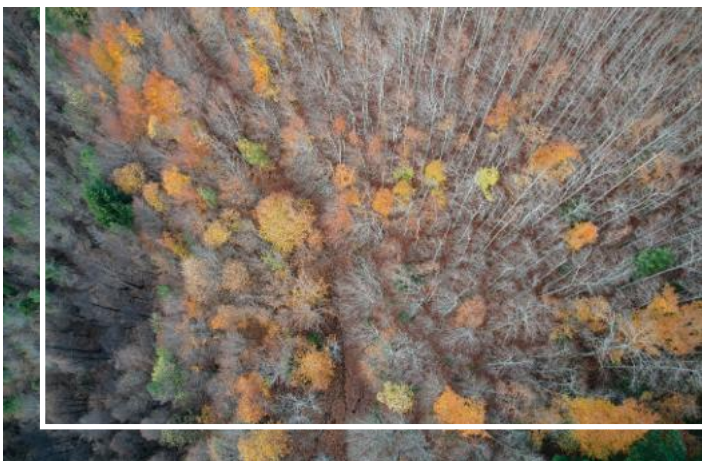
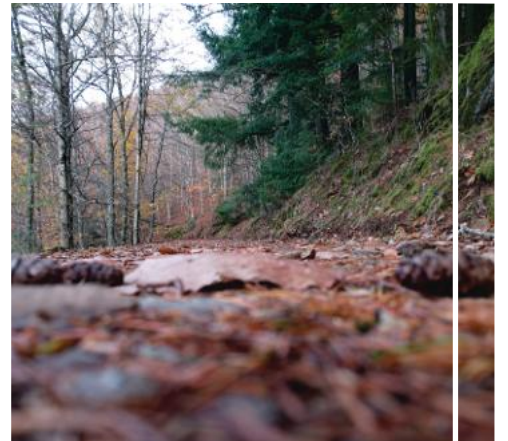
40°24'53.3"N 7°30'34.1"W

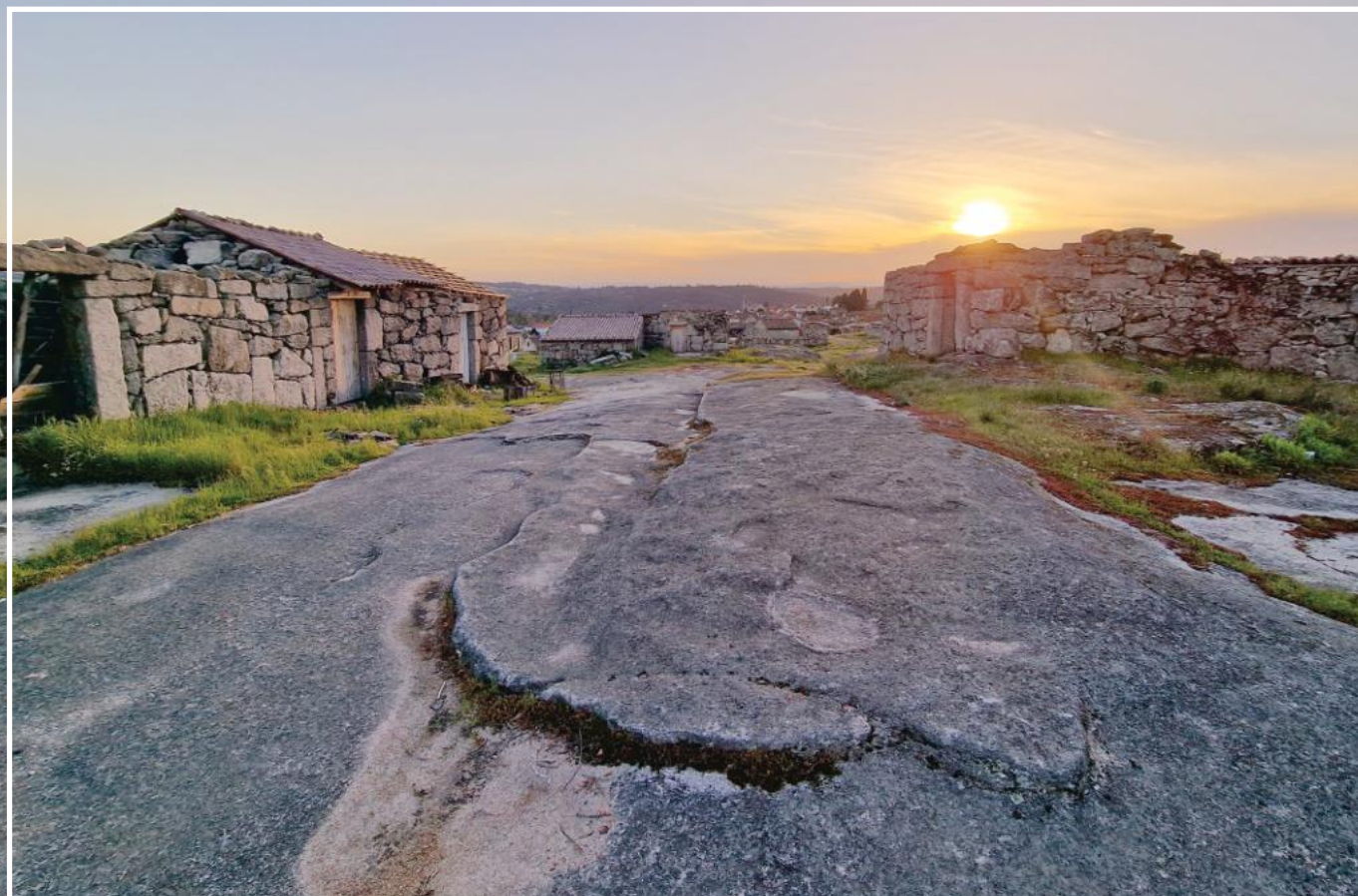
São Lourenço e a Rota das Faias: cores e histórias da montanha

A capela de São Lourenço vigia esta montanha há mais de meio século, guardando histórias e lendas que os pastores da Serra da Estrela e as gentes de Manteigas conhecem bem, parte da vida diária que se desenrola neste território. Na encosta, encontra-se provavelmente a maior mancha de faias da Península Ibérica. Um encanto que muda com as estações, mas é no Outono que ganha uma magia especial: as folhas das faias, carvalhos e castanheiros tingem a floresta de dourado, criando um cenário único. Na Primavera e no Verão, o verde domina, oferecendo outra beleza, igualmente esplendorosa.

Para quem quiser descobrir este tesouro, o trilho da Rota das Faias é ideal em Novembro, quando as cores estão no auge. São cerca de 5,5 km de percurso que começam junto à Cruz das Jugadas. Basta seguir da vila de Manteigas para as Penhas Douradas pela EN 232, sair no cruzamento para o Covão da Ponte e continuar até à placa "PR13 – Rota das Faias". A cada passo, a rota revela novas surpresas, entre a vegetação abundante e paisagens que tiram o fôlego, tornando a experiência inesquecível.







40°25'20.7"N 7°55'19.0"W

Palheiras de Fiais da Beira, pedra e tradição no coração da Beira

Entre os penedos graníticos de Fiais da Beira, as palheiras surgem como pequenas sentinelas da paisagem. Discretas, quase confundidas com a própria rocha, parecem ter nascido do granito que domina estas Lages abertas ao céu da Beira. Durante gerações, estes abrigos de pedra guardaram palha, feno e cereais. Eram o prolongamento natural da vida agrícola, lugares de trabalho silencioso onde o ritmo do campo se media pelo vento, pelo sol e pela colheita. À sua volta, o granito servia de eira e de praça, palco de tarefas repetidas ano após ano. Hoje, as palheiras continuam ali, imóveis e resistentes, testemunhas de um tempo em que a terra ditava as regras e as comunidades se organizavam em torno do trabalho comum. Quem percorre este recanto de Oliveira do Hospital encontra mais do que um conjunto de construções rurais. Encontra uma paisagem que conta histórias, onde cada pedra parece guardar a memória de quem por ali viveu e trabalhou.





LUSOBERRY

www.lusoberry.pt



Tel.: +351 238 605 810 | Fax: +351 232 240 908
email: lusoberrycom@gmail.com

PALACE HOTEL DE MIDÕES



(+351) 235 464 092



palacehoteldemidoes@gmail.com

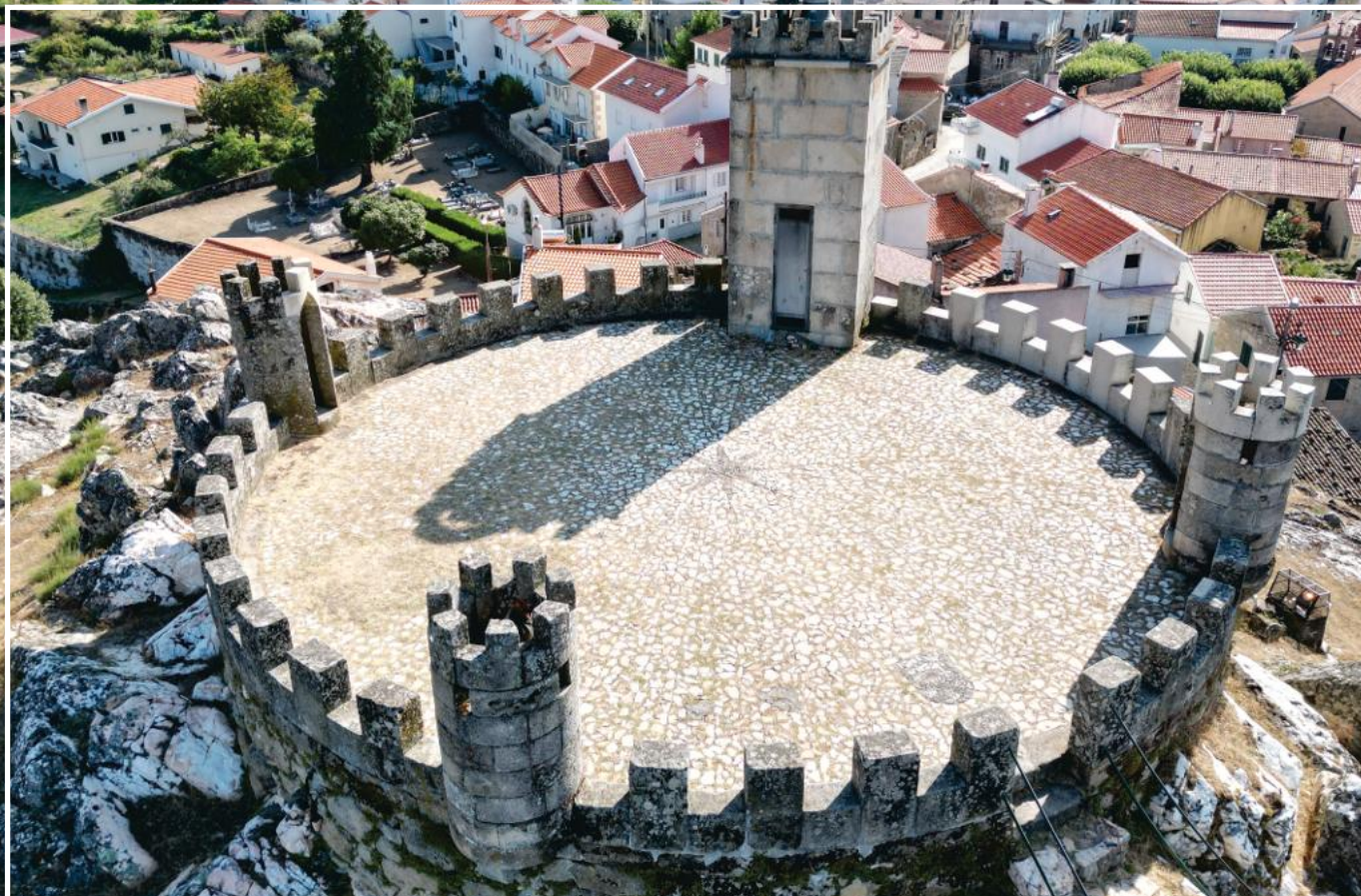


palacehoteldemidoes.com



Estrada de São Miguel
Nº 2 | 3420-136 Midões

“VIVA, VIAJE E SINTA A SUA LIBERDADE...”
AVENTURA . NATUREZA . SENSAÇÕES

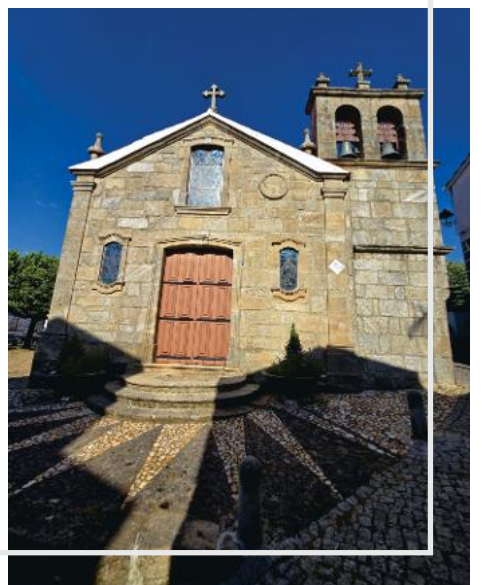
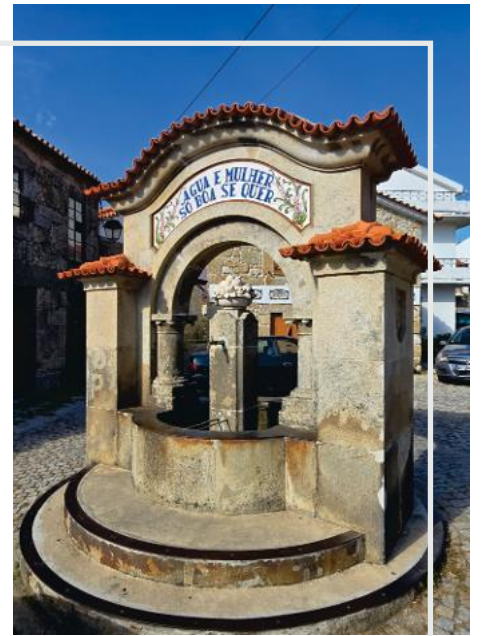


40°30'39.7"N 7°30'43.7"W

Folgosinho: história, lendas e vida na Serra

Folgosinho, no concelho de Gouveia, é uma das aldeias mais bonitas da Serra da Estrela. O seu património e as lendas que guarda vão de Viriato a D. Afonso Henriques, num passado que ainda se sente nas pedras e nos caminhos. Aqui ainda se vêem os rebanhos a ir para o pasto e as mulheres a ir buscar água às fontes, feitas em pedra e decoradas com azulejos que trazem versos sobre a água da aldeia, uma das atracções locais. O pelourinho, a Igreja Matriz e o castelo, reconstruído no século XX sobre vestígios medievais, completam o cenário. Por baixo do castelo, vestígios de um castro lusitano recordam que Folgosinho está profundamente ligada à história dos lusitanos e a Viriato. Entre as várias povoações que disputam ser o local de nascimento do herói, Folgosinho mantém viva a tradição, com uma casa na entrada da aldeia que se diz ter sido seu lar.





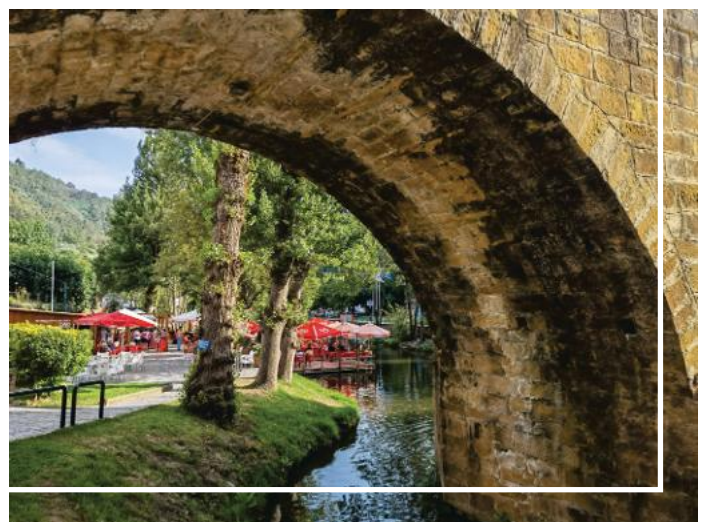
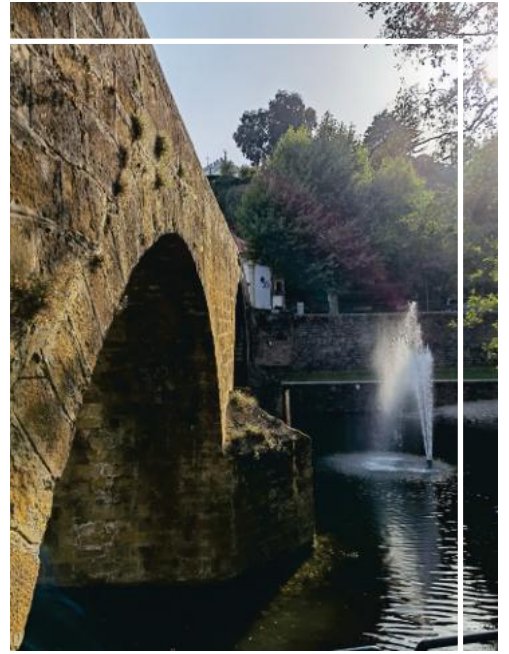


40°09'15.6"N 8°06'43.2"W

Peneda, um recanto de areia no coração de Góis

Entre a Serra do Açor e a Serra da Lousã, em plena vila de Góis, encontra-se a praia fluvial da Peneda. O rio Ceira passa devagar, contornando uma pequena ilha de areia que lhe dá fama. Um açude ajuda a reter a água, criando um espelho límpido nos dias de Verão. É um espaço procurado por quem quer fugir ao calor, mas também por quem aprecia a tranquilidade das margens largas e sombreadas, em perfeita harmonia com a paisagem envolvente. Para muitos, a praia da Peneda é um recanto onde o tempo abranda, oferecendo descanso e contacto directo com a natureza.





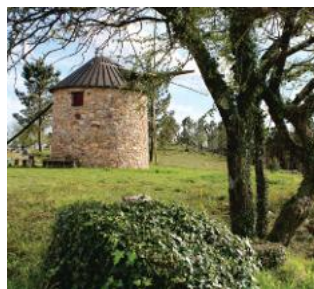


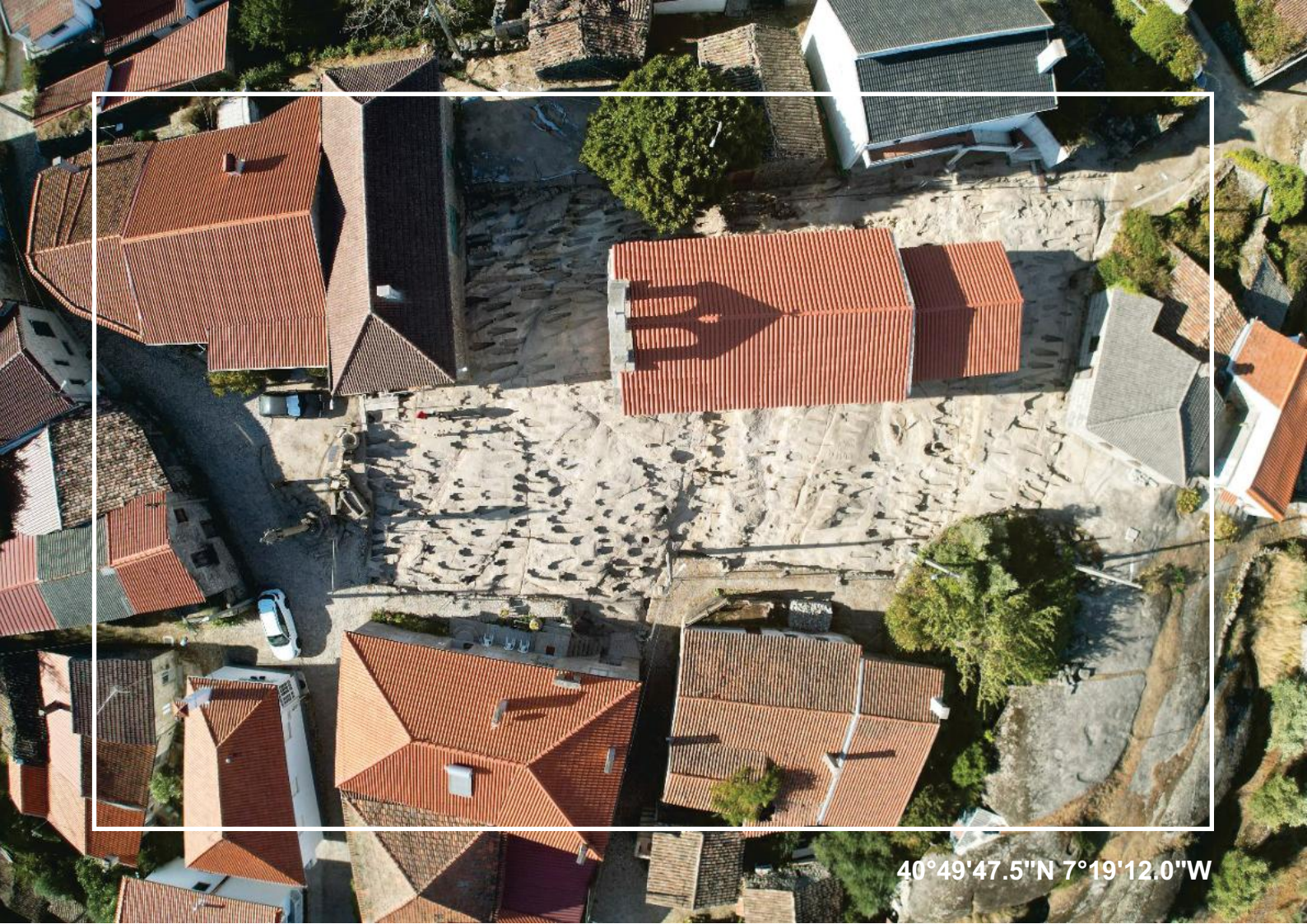
40°18'11.2"N 8°18'21.9"W

Penacova e o seu ímpar parque de moinhos de vento e azenhas...

Entre vales e colinas, o concelho de Penacova guarda um dos maiores conjuntos de moinhos tradicionais do país. São 19 moinhos de vento e 18 azenhas que ainda resistem, alguns em actividade, outros prontos a funcionar. Espalham-se pelos lugares da Atalhada, Aveleira e Roxo, Gavinhos, Paradela de Lorvão e Portela da Oliveira. No Mondego, no Alva e nas muitas ribeiras que atravessam o território, estas estruturas recordam o engenho com que, outrora, se domava a força da natureza. Vento e água transformavam o grão em farinha, e Penacova ainda mantém viva essa memória.





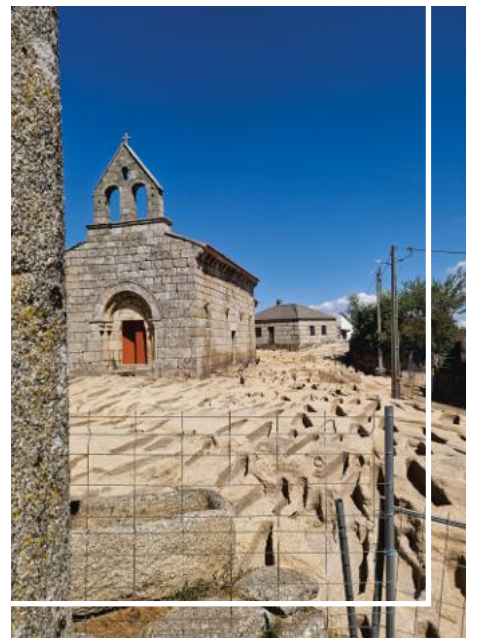
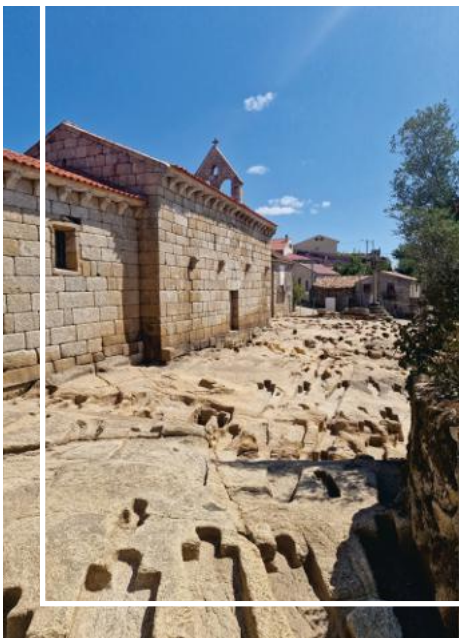
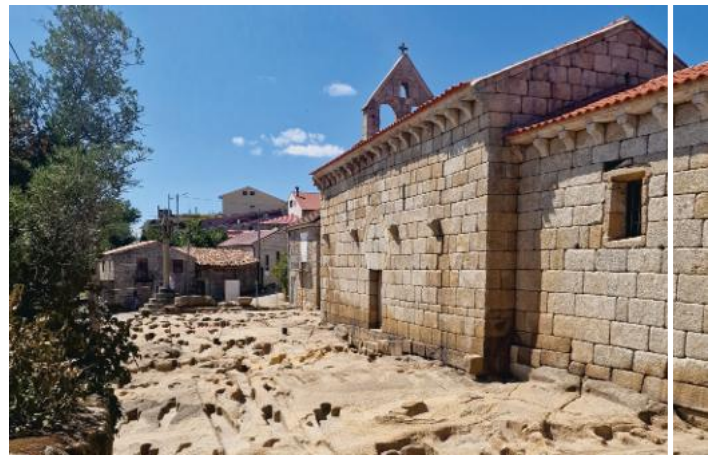
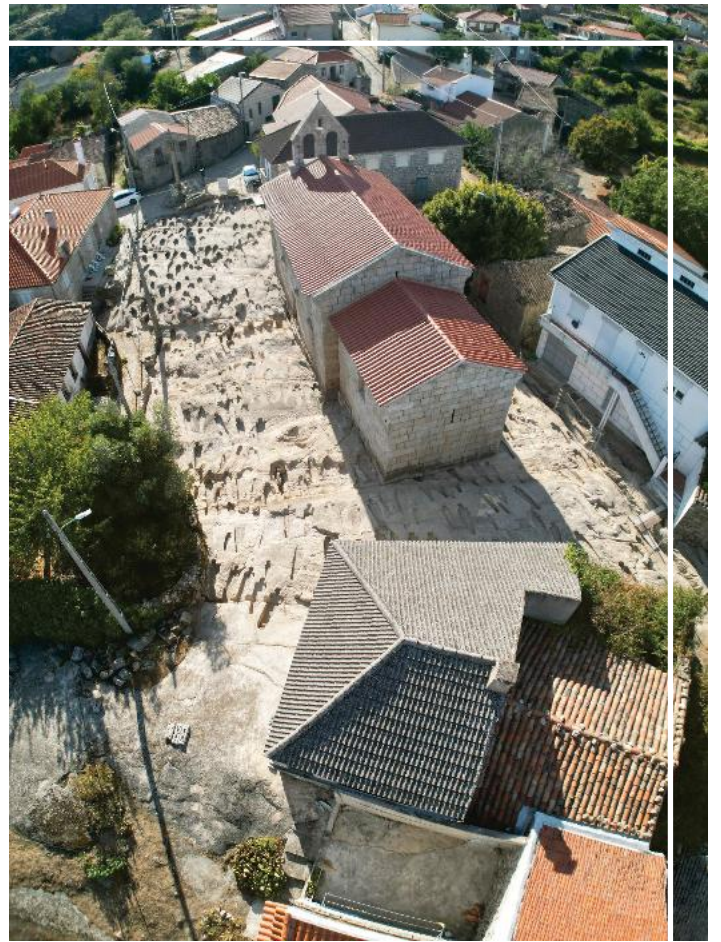


40°49'47.5"N 7°19'12.0"W

Moreira de Rei, memória de um exílio

Moreira de Rei, freguesia do concelho de Trancoso, guarda a memória de D. Sancho II, que ali passou a caminho do exílio em Toledo. Entre os séculos XII e XIX, foi vila e sede de concelho, deixando marcas profundas na história de Portugal. No seu solo repousa uma das maiores necrópoles medievais da Beira Interior, com dezenas de sepulturas escavadas na rocha, recentemente recuperadas, revelando um passado que resiste ao silêncio. A igreja local, testemunha silenciosa de gerações, acrescenta à freguesia um património que reforça a ligação ao seu tempo e às suas gentes. Hoje, Moreira de Rei é a maior freguesia do município em área, mas a sua verdadeira grandeza reside na memória das pedras e no sussurro antigo dos caminhos, onde ainda se adivinha a sombra de um tempo que não se perdeu.





Santuário de Nossa Senhora do Desterro



- | | | |
|---|---|--|
| 1 - Capela de Nossa Senhora da Piedade | 5 - Capela de Nossa Senhora do Desterro | 9 - Capela de Nosso Senhor do Calvário |
| 2 - Capela da Apresentação | 6 - Capela dos Doutores | 10 - Capela de Nossa Senhora da Anunciação |
| 3 - Capela do Senhor no Horto | 7 - Capela do Encontro | |
| 4 - Capela de Nossa Senhora da Boa Viagem | 8 - Nicho da Verônica | |

40°23'41.6"N 7°41'41.5"W

Santuário de Nossa Senhora do Desterro, memória viva da Serra

No coração do Parque Natural da Serra da Estrela, junto à cidade de Seia, ergue-se o Santuário de Nossa Senhora do Desterro. Mais do que um edifício, é um conjunto de dez capelas, construídas ao longo de dois séculos, entre 1650 e 1892, nas margens do rio Alva. Dispersas, mas complementares, estas capelas testemunham a devoção e a história que moldaram o território, mantendo viva a ligação entre as gentes e a serra. Entre a natureza e a fé, o santuário permanece um ponto de encontro onde passado e presente se entrelaçam, oferecendo aos visitantes uma experiência única de memória e contemplação.



1 - Capela de Nossa Senhora da Piedade



2 - Capela da Apresentação



3 - Capela do Senhor no Horto



4 - Capela de Nossa Senhora da Boa Viagem



5 - Capela de Nossa Senhora do Desterro



6 - Capela dos Doutores



7 - Capelo do Encontro



8 - Nicho da Verónica



9 - Capela de Nosso Senhor do Calvário



10 - Capela de Nossa Senhora da Anunciação

tavfer
Agro-Florestal

Azeite Picos do Couto



238 488 181 | 939 804 527



H O T E L

Quinta dos Cedros



Venha descobrir a Serra da Estrela

O momento perfeito é agora...

Fique hospedado nos nossos hotéis
e desfrute de tudo o que temos para
lhe oferecer

Contactos:

Hotel Quinta dos Cedros (Celorico da Beira)
271 749 000 / qtacedros@tavfer.com



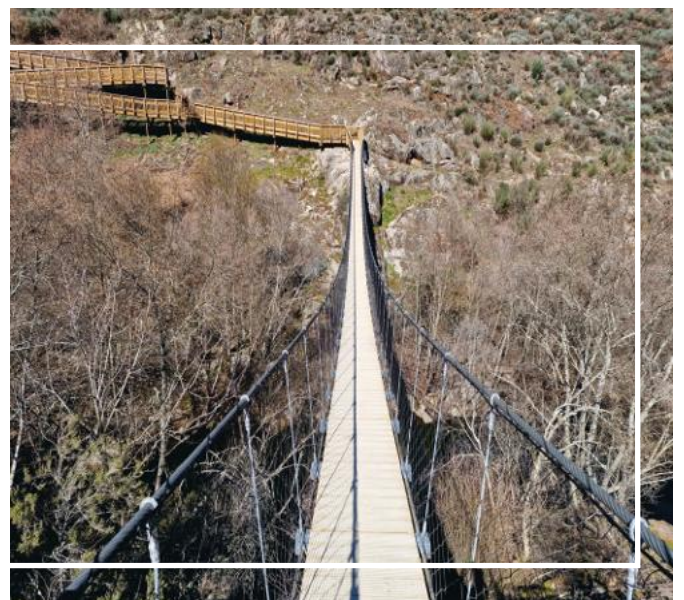
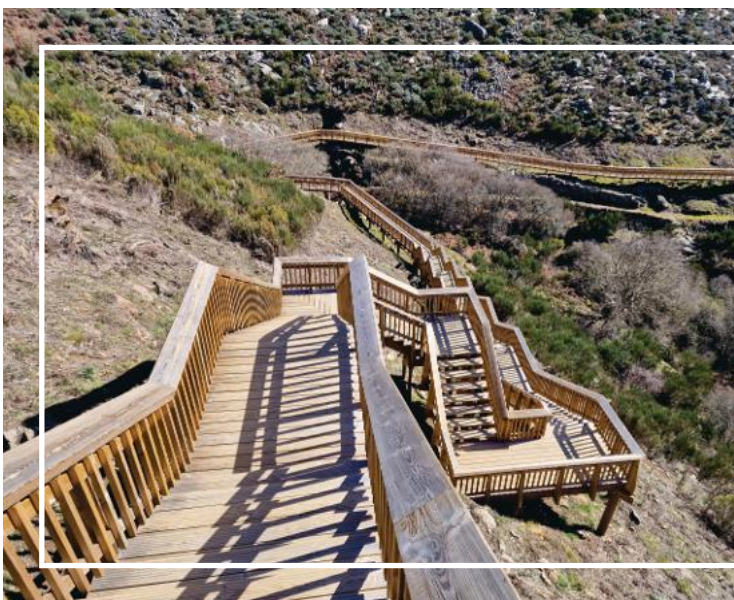
tavferhoteis.com

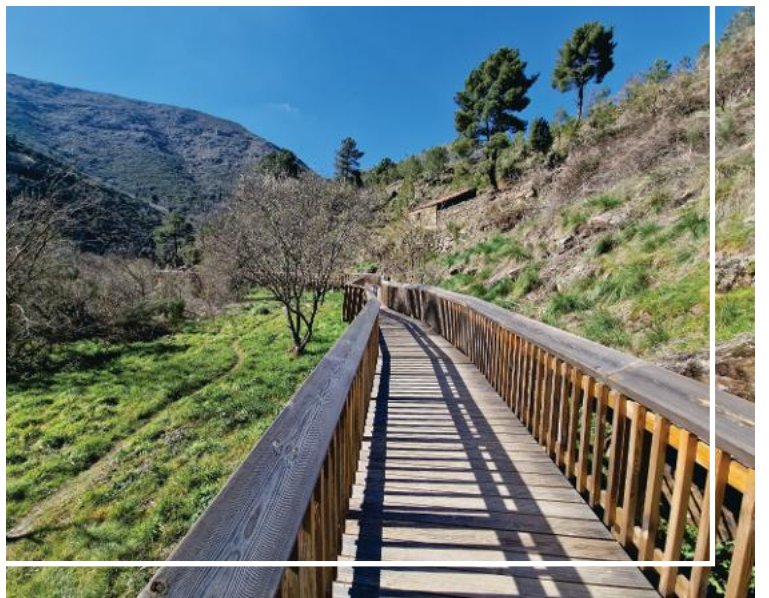
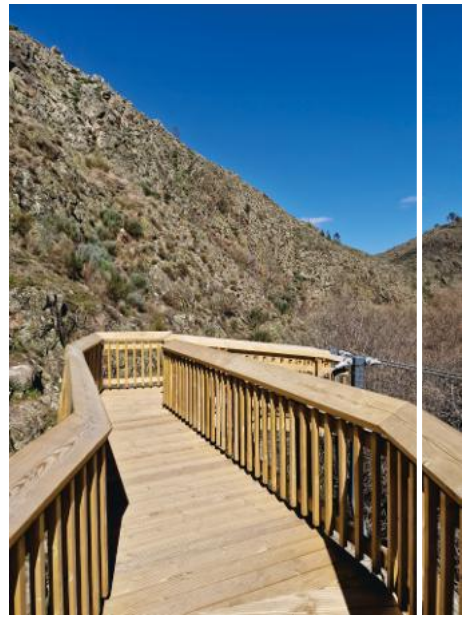


40°30'52.3"N 7°23'33.6"W

Passadiços do Mondego, o pulsar da natureza entre a Guarda e Celorico da Beira

Ar puro e o murmurar sereno dos riachos e do Rio Mondego acompanham o caminhar ao longo do percurso. Os Passadiços do Mondego oferecem vistas de cortar a respiração e uma experiência que merece ser vivida. Com cerca de 12 quilómetros, situam-se no concelho da Guarda, inseridos no Geopark Estrela, território reconhecido pela UNESCO. Este trilha atravessa localidades, pontes suspensas e zonas de travessia, revelando o potencial para impulsionar o turismo regional. O acesso pode ser feito por Celorico da Beira, via Videmonte, passando por Linhares ou Prados, ou ainda pela Guarda, através de Aldeia Viçosa e Famalicão da Serra. Um percurso único que convida à descoberta, à contemplação e ao contacto directo com a natureza.



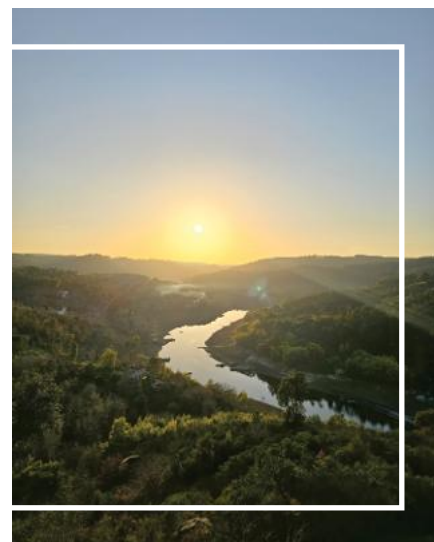


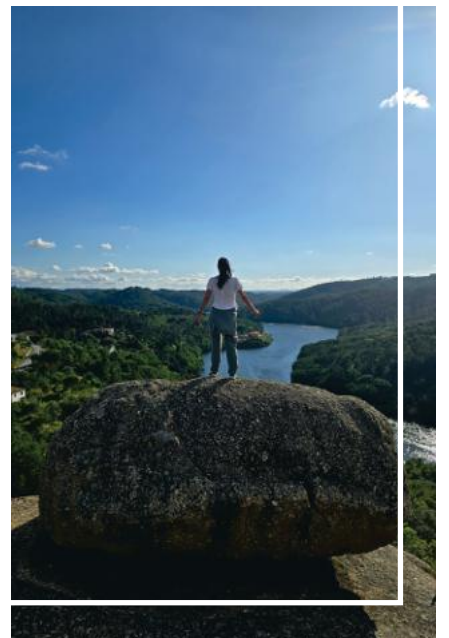
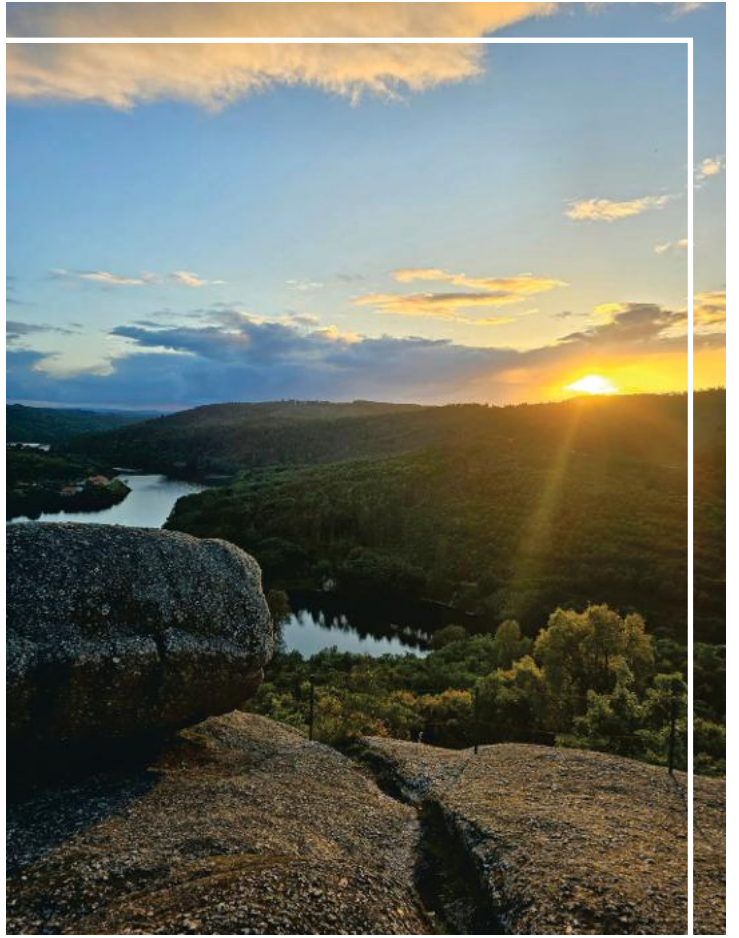
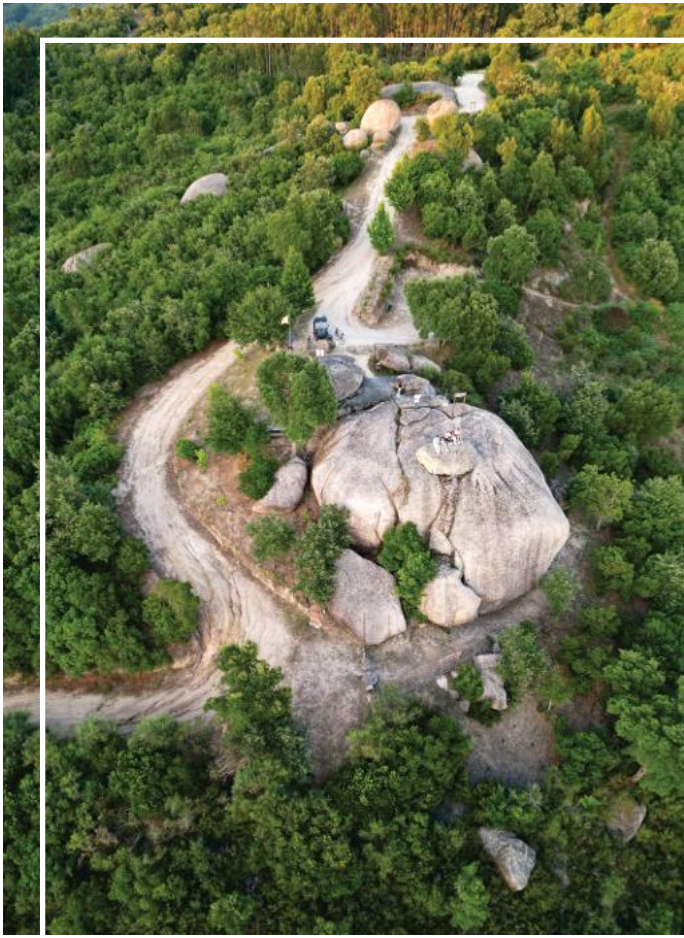


40°23'56.9"N 7°59'17.5"W

Miradouro do Penedo C'Abana: ponto estratégico sobre o Mondego

Situado na freguesia de Póvoa de Midões, no concelho de Tábua, o Miradouro do Penedo C'Abana destaca-se como ponto de observação privilegiado sobre o rio Mondego e parte da Serra da Estrela. Localizado junto à estrada municipal EM635, o espaço é procurado por visitantes que buscam vistas amplas e contacto directo com a paisagem natural. No local, encontram-se áreas preparadas para pequenas caminhadas, zonas de descanso e uma envolvente marcada por pinhais. Sem estruturas comerciais associadas, o miradouro mantém uma configuração simples, apostando na valorização do património natural. O espaço atrai entusiastas da fotografia de paisagem, assim como residentes que procuram percursos tranquilos em contexto de natureza. Segundo fontes do município de Tábua, o miradouro é uma das referências turísticas locais, complementando outros pontos de interesse da freguesia de Póvoa de Midões.





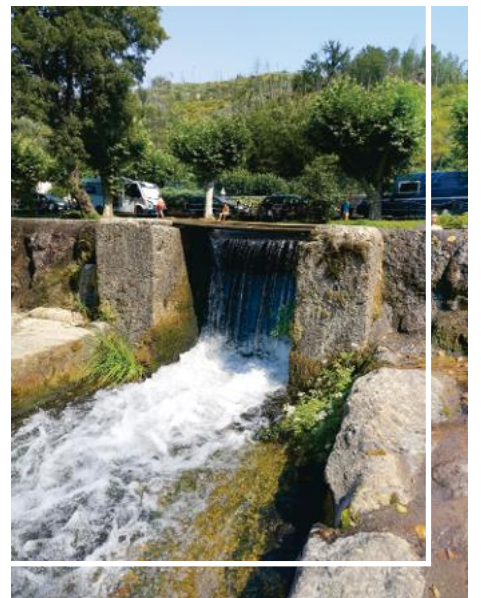
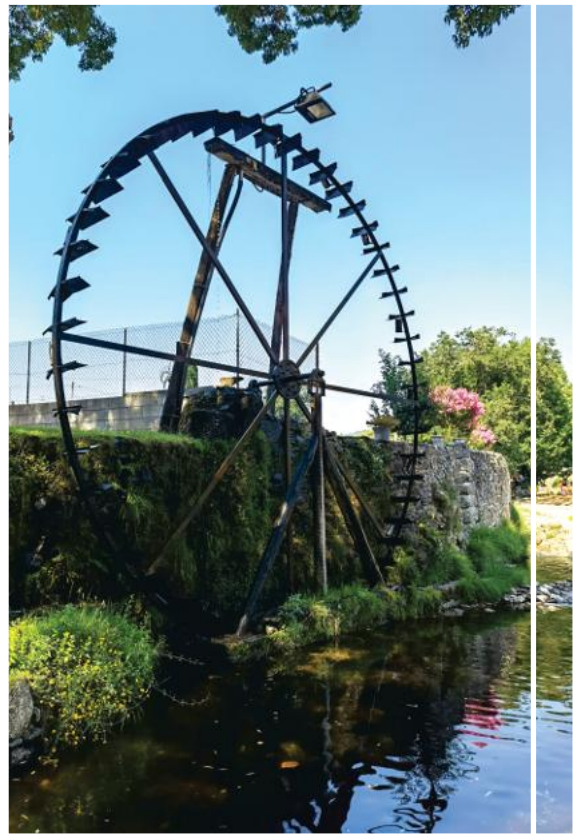


40°21'23.8"N 7°46'51.4"W

Sandomil, onde a beleza e a tranquilidade se encontram

Sandomil, aldeia do concelho de Seia, recuperou a Bandeira Azul e vê no turismo e na fixação da população uma prioridade. O presidente da junta, André Martins, destaca a tranquilidade e a beleza natural como principais argumentos para alcançar esses objectivos. Conhecida como a “princesa do Alva”, a freguesia mantém a pequena agricultura familiar graças às várzeas férteis e ao aproveitamento das águas do rio Alva, que continuam a sustentar a economia local, preservando tradições e a ligação das gentes à terra.





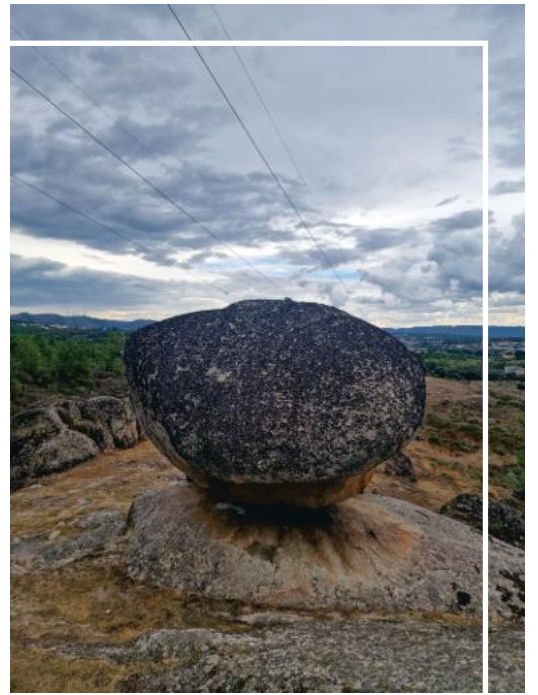


40°39'23.6"N 7°23'50.1"W

São Gens, aldeia milenar e sítio arqueológico do Fornotelheiro

Há cerca de mil anos, uma pequena comunidade aldeã vivia e explorava um território numa curva do Mondego, na freguesia de Fornotelheiro, concelho de Celorico da Beira, a dois passos do Parque Natural da Serra da Estrela. A arqueologia revelou que, além de actividades agrícolas, estes camponeses eram especializados na caça de veados e no tratamento das suas peles. Os restos faunísticos encontrados nas escavações de São Gens evidenciam uma técnica de caça que permitia capturar os veados sem danificar a pele, preservando assim o seu valor. O sítio arqueológico medieval inclui o povoado e a necrópole rupestre, organizada em torno da chamada "Pedra do Sino", oferecendo hoje uma janela fascinante para a vida e os saberes das comunidades antigas da região.





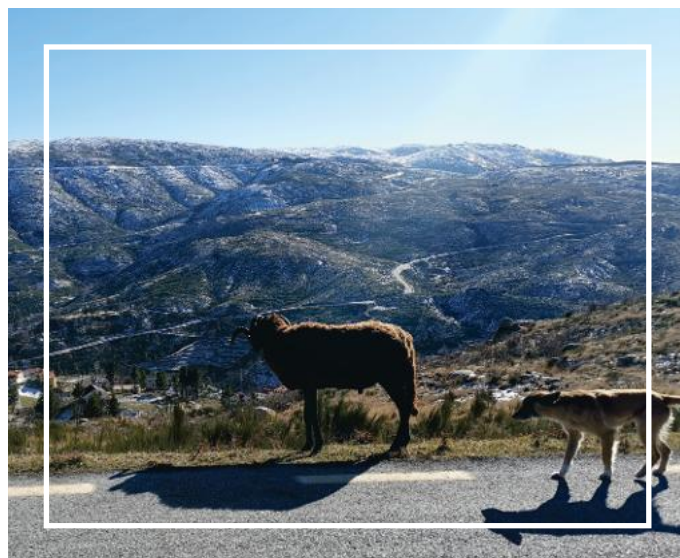


40°19'18.8"N 7°36'46.7"W

Serra da Estrela: a natureza em comunhão com a montanha

A Serra da Estrela, com uma altitude máxima de 1993 metros na Torre, é uma zona de rara beleza paisagística, marcada por desníveis montanhosos impressionantes. É o local onde se podem aproveitar momentos de comunhão com a natureza, reparando na variedade da vegetação, nas aves e nos rebanhos de ovelhas guiados por cães da raça que a Serra deu nome.

A neve chega todos os anos à Serra da Estrela, cobrindo as cicatrizes deixadas pelos incêndios, em particular pelos que varreram aquele local em 2022, transformando o arvoredo de bétulas num panorama único. No Vale do Rossim, situado a cerca de 1.300 metros de altitude, a paisagem pinta-se de branco imaculado, incluindo o bosque formado por pinheiro-silvestre e pseudotsugas. Um espectáculo natural que atrai visitantes durante os dias de sol frio para subir à montanha.





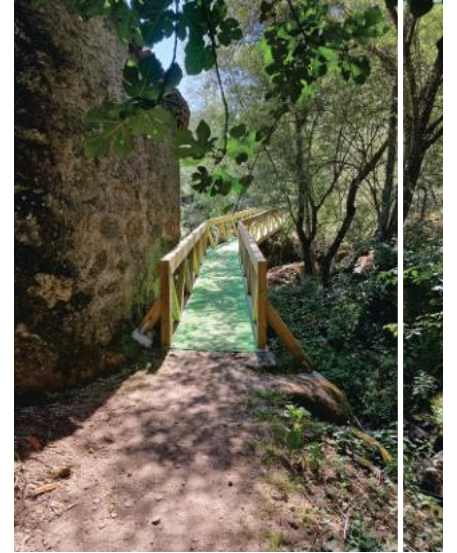


40°22'31.2"N 7°58'34.9"W

Trilho dos Gaios: natureza e tradição no concelho de Tábua

O Trilho dos Gaios, situado na freguesia de Midões, é uma das principais atracções turísticas do concelho de Tábua. A maior parte do percurso desenrola-se paralelamente a um curso de água, afluente do rio Mondego, oferecendo um contacto directo com a natureza. As caminhadas e os passeios de BTT são as actividades mais comuns neste trilho, que se distingue pelos vários moinhos de água e azenhas ao longo do caminho, vestígios da vivência rural da região. Com o seu epicentro na localidade de Vale de Gaios, o percurso principal estende-se por cerca de 10 quilómetros, junto ao rio de Cavalos, desde as Cascatas de Sevilha até à povoação da Ribeira. Pelo caminho, existem ainda outros trajectos para quem deseja explorar e desfrutar da paisagem natural. Este percurso pode ser realizado durante a maior parte do ano, revelando-se um convite para conhecer a riqueza natural e patrimonial do concelho de Tábua.







#WineTourism

*www.tavferhoteis.com
www.tavfervinhos.com*



visitointerior.pt



visitointerior



visitointerior