

# Caminhadas no Alto Minho

*Setembro a Novembro de 2012*

A singularidade das paisagens e a genuinidade da cultura do Alto Minho associadas ao seu vasto e rico património ambiental constituem valores que viabilizaram a classificação de uma extensa área de Rede Fundamental de Conservação da Natureza, integrada pelo Parque Nacional da Peneda-Gerês, pela Paisagem Protegida das Lagoas de Bertandos e S. Pedro d'Arcos, pela Paisagem Protegida do Corno de Bico e pelos sítios de importância comunitária e zonas de protecção especial dos rios Minho e Lima, Litoral Norte e Serra d'Arga.

Este conjunto de valores ambientais, associados ao nosso clima temperado, constitui o principal atrativo para o turismo pedestre e cicloturismo que a CIM e os dez municípios do Alto Minho pretendem promover, encarando esta oportunidade como uma nova forma de olhar e explorar os territórios numa lógica de valorização económica sustentável dos recursos ambientais dos seus territórios de baixa densidade.

Neste contexto, com o objetivo de promover esta singular rede de percursos verdes do território do Alto Minho, surge a ação promocional **"Alto Minho Greenways"**. Esta iniciativa conjunta da CIM Alto Minho e dos municípios de Arcos de Valdevez, Caminha, Melgaço, Monção, Paredes de Coura, Ponte da Barca, Ponte de Lima, Valença, Viana do Castelo e Vila Nova de Cerveira, visa promover o turismo pedestre no Alto Minho, contribuindo para a prática regular de atividade física em espaços naturais, difundindo um maior contato das populações com a natureza e, naturalmente, aumentando a consciencialização e educação ambiental.



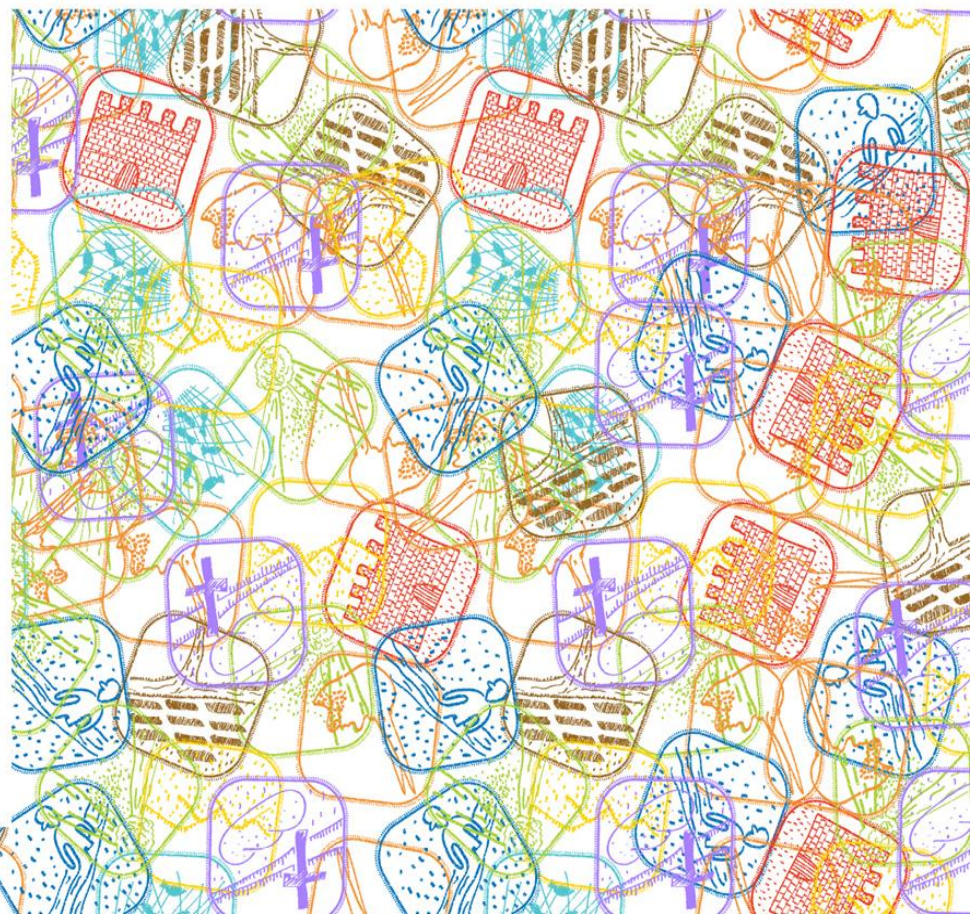
**cim alto minho**  
comunidade intermunicipal do minho-lima

**ON.2** O NOVO NORTE  
OPORTUNIDADES

**QR** QUADRO  
DE REFERÊNCIA  
ESTRATÉGICO  
NACIONAL

**UNIÃO EUROPEIA**  
Fundo Europeu de  
Desenvolvimento Regional

Rua Bernardo Abrunhosa, 105 · 4900 - 309 Viana do Castelo  
T +351 258 800 200 · F +351 258 800 220  
geral@cim-altominho.pt · [www.cim-altominho.pt](http://www.cim-altominho.pt)





## Trilho de Entre Ambos os Rios

( 41°49'9.70"N/8°18'37.40"W)

O Trilho de Entre Ambos os Rios é um percurso circular de pequena rota com uma extensão de cerca de 7 km. Este percurso pedestre, situado no Concelho de Ponte da Barca, inicia-se junto da Igreja Paroquial S. Miguel de Entre Ambos os Rios, percorrendo alguns aglomerados rurais, tais como Froufe e Lourido.

No início da caminhada, desde logo se destacam o cruzeiro e as alminhas, junto ao largo da igreja, verdadeiros testemunhos da arquitectura tradicional religiosa.

Deixando a aldeia para trás, entramos por caminhos carreteiros que nos conduzem até à ponte sobre o Rio Froufe; aqui, podemos observar a vegetação ribeirinha e, com sorte, a fauna associada a este tipo de ecossistema. Depois desta paragem, preparámo-nos para entrar numa zona rodeada de carvalhos e de pequenos campos de pastoreio.

Após contemplar esta paisagem que a todos atrai, a passos lentos chegamos ao ribeiro, o qual, temos de atravessar! Aqui as “empondras”, constituídas por pedras graníticas semi- circulares ou de estrutura geométrica bastante tosca, colocadas estrategicamente no leito do rio permitem-nos atravessar para a outra margem e dar continuidade ao nosso percurso.



Já na outra margem, damos seguimento ao percurso que nos encaminha para o lugar de Lourido, tendo como pano de fundo, as belíssimas, Serras do Soajo e Peneda. A próxima paragem recomendada é na antiga casa florestal que hoje acolhe o Núcleo Museológico da freguesia.

Após a visita, continuamos, por caminhos de calçada à portuguesa até ao interior do aglomerado rural e, já no final, encontramos um peculiar cruzeiro que nos indica que chegamos ao final desta caminhada.



### Legenda

- 1 Igreja Matriz
- 2 Núcleo Museológico
- 3 Lugar de Lourido
- 4 Empondras
- 5 Carvalhal
- 6 Lugar e rio Froufe