

CONHEÇA PORTUGAL

Um país de fortes contrastes onde a modernidade se cruza com a tradição



O norte é o berço de Portugal. Foi na região, em Guimarães, que surgimos, enquanto povo uno e enquanto Nação.

O norte é o berço de Portugal. Foi em Guimarães que surgimos enquanto povo uno e enquanto Nação. É uma região de montanhas e parques naturais, com um património que se distribui por santuários, como o Bom Jesus, o de Nossa Senhora do Sameiro ou o Mosteiro de Tibães, castelos, como o de Guimarães e o

de Bragança, e monumentos seculares. São aldeias, vilas e cidades que no verão têm mais vida, com as festas e romarias, mas também com o regresso para férias, dos seus 'filhos' que vivem emigrados um pouco por todo o mundo. Cidades que souberam preservar a sua seccularidade e as suas tradições - como Viana do Cas-

telo, Braga, Bragança, Chaves ou Vila Real, entre outras - recebem com gosto todos quantos queiram partilhar a sua mesa e as tradições. É no norte que encontra o segundo maior rio da península Ibérica: o Douro, que chega entre ravinas e montanhas do interior e percorre a paisagem Património Mundial do Alto Douro Vi-

nhateiro onde se cultivam os vinhos do Porto e do Douro. Também pelo norte passam os Caminhos de Santiago, sendo Braga, sede da mais antiga diocese do país, um destino religioso de eleição. No norte, feito de granito mas também de talha dourada, a herança de um passado distante vê-se e vive-se por todo o lado.

POR CIDADES DO NORTE...

GUIMARÃES Surgiu há mais de um milénio, altura em que era designada como 'Vimaranes'. É uma das mais importantes cidades do país, sendo o seu centro histórico considerado Património Cultural da Humanidade. Ali respira-se história e encantamento, mas Guimarães soube conciliar a história com o dinamismo e empreendedorismo que caracterizam as cidades modernas. Na 'Cidade Berço' nasceu D. Afonso Henriques e aí teve lugar a batalha de São Mamede, decisiva para o nascimento da nacionalidade do país.

BRAGA Quando Portugal foi fundado no seu território apenas existia uma cidade: Braga. Fundada no tempo dos romanos como 'Bracara Augusta', tem mais de 2000 anos de História, sendo ainda uma das cidades cristãs mais antigas. Entretanto, é tida como uma das cidades mais jovens da Europa, o que a torna dinâmica e enérgica. Nos últimos 30 anos a população cresceu mais de 25 por cento. Aqui, a história e a religião vivem lado a lado com a indústria tecnológica e a vida universitária.

VIANA DO CASTELO Situada na foz do rio Lima, entre o mar e as montanhas, está mergulhada em tradição. No sopé da colina de Santa Luzia, as estreitas ruelas calcetadas são ladeadas por belos palacetes e solares construídos ao longo de séculos. Por toda esta região decorrem ao longo do ano diversas festividades religiosas e feiras populares, acompanhadas por música e pela rica gastronomia local.



BRAGANÇA No extremo nordeste de Portugal é uma antiga cidade cujo castelo mantém ainda um núcleo urbano medieval dentro das muralhas. Na enorme Torre de Menagem, que na Idade Média vigiava as fronteiras, o museu militar conta também a história do castelo. Na cidade, são visita obrigatória a Igreja de Santa Maria e a Domus Municipalis, exemplar único de arquitetura civil românica existente em Portugal. Fora das muralhas, a cidade expandiu-se conservando casas nobres e monumentos.

CHAVES Na época romana era 'Aquae Flaviae', nome que lhe foi dado pelo imperador Flávio Vespasiano, que reconheceu a qualidade das nascentes termais aqui situadas. Situada junto ao Rio Tâmega e próximo da fronteira, teve sempre importância do ponto de vista estratégico-militar, tendo resistido à anexação à Castela no séc. XVI. Deste passado são exemplos o castelo, a torre de menagem e o bairro medieval no interior das muralhas.

VILA REAL Situada junto à confluência dos rios Corgo e Cabril, enquadrada pelas Serras do Alvão e do Marão a oeste, e pela Serra de Montemuro, a sul, conserva um casario aristocrático com varandas tradicionais em ferro forjado. A Av. Carvalho Araújo, com os seus passeios em calçada portuguesa, atravessa a cidade. Visite a Sé, gótica, a igreja da Misericórdia e a Igreja dos Clérigos. Nos seus arredores fica o Palácio de Mateus, uma das joias do barroco português.



Santander Totta PERTO DE SI

ESTABELECIMENTOS DA REDE SANTANDER TOTTA NO ESTRANGEIRO DE APOIO AOS RESIDENTES NO EXTERIOR

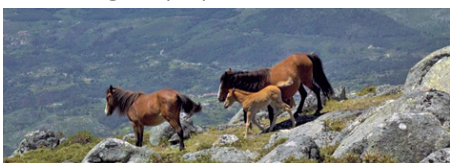
O Banco Santander Totta tem 12 estabelecimentos (11 escritórios de representação e uma sucursal) disponíveis para apoiar os portugueses nas principais comunidades no exterior

PAÍS	ESTABELECIMENTO	MORADA	INDIC.	TELEF.
ÁFRICA DO SUL	ER JOANESBURGO	BRUMA BOULEVARD, GROUND FLOOR BLOCK B, 20 ZULBERG CLOSE - BRUMA LAKE 2198 JOHANNESBURG	00 27 11 00 27 11	6 16 28 33 6 16 31 56
		FINANCE HOUSE, 25 ERNEST OPPENHEIMER AVENUE GROUND FLOOR BRUMA 2198 JOHANNESBURG	00 27 11 00 27 11 00 27 11 00 27 11	6 16 63 22 6 16 63 37 6 16 63 43 6 22 37 61
ALEMANHA	ER COLÓNIA	BAHNHOF SVORPLATZ 1 50667 KOLN	00 49 221	9 12 65 70
CANADÁ	ER MONTREAL TORONTO	4245 BOULEVARD SAINT-LAURENT MONTREAL, QUEBEC H2W 1Z4	00 15 14	2 81 07 02
		1110, DUNDAS STREET WEST TORONTO, ONT M6J 1X2 - CANADA	00 14 16	5 38 84 39
		836, DUNDAS STREET WEST TORONTO, ONT M6J 1V5 - CANADA	00 14 16	6 03 08 02
FRANÇA	ER LYON PARIS	32, AV. JEAN JAURÉS 69007 LYON	00 33 4 00 33 4	78 92 42 50 78 92 45 70
		28, RUE 4 SEPTEMBRE 75002 PARIS	00 33 1	40 06 04 88
REINO UNIDO	SUC LONDRES	50 MARK LANE LONDRES EC3R 7QR	00 44 20	72 64 13 00
SUIÇA	ER GENEVE ZURIQUE	134, RUE DE GENÈVE 1226 THONEX - GENÈVE	00 41 22	3 48 47 64
		BADENSTRASSE 382 8004 ZURICH	00 41 43	2 43 81 21
VENEZUELA	ER CARACAS	EDIFICIO BANCARACAS, PISO 9 - OFICINA 9.06 AVENIDA SAN FILIPE LA CASTELLANA CARACAS 1061 - VENEZUELA	00 58 212 00 58 212 00 58 212	2 65 06 08 2 65 31 50 2 67 08 53

É um facto: Portugal afirma-se cada vez mais como um destino turístico de excelência. À imagem de um país inovador e empreendedor, acrescem fatores como as belezas naturais, os monumentos históricos, a excelente gastronomia e a simpatia dos portugueses. Como se não bastasse, Portugal surge em quinto lugar entre os países mais pacíficos do mundo, com base no Índice Global de Paz de 2016 que avaliou 163 nações. Este paraíso turístico, que alia tradição e modernidade, está agora em destaque nestas páginas...

O PARQUE NACIONAL DA PENEDA-GERÊS

Entre o Alto Minho e Trás-os-Montes, é a única área protegida portuguesa classificada como Parque Nacional. Para além das belezas naturais preserva valores seculares, patentes nas aldeias comunitárias de Pitões das Júnias e Tourém. O Parque engloba as serras da Peneda, Soajo, Amarela e Gerês, com os seus rios e cascatas. Por vezes consegue avistar-se um corço ou um lobo ibérico. Mais comuns são os cavalos selvagens que por ali andam livremente.



Um passeio pelo Parque tem paragens 'obrigatórias': o Soajo, com o seu conjunto de espigueiros de pedra para guardar cereais; o Lindoso e o castelo debruçado sobre o vale do rio Lima; Castro Laboreiro, onde se criam os cães pastores da região. Mais a sul, as albufeiras das Barragens da Caniçada e de Vilarinho das Furnas e os Santuários de São Bento da Porta Aberta e da Senhora da Abadia. Se estiver no Campo do Gerês, deixe o carro à entrada da Mata da Albergaria e siga o rio até à Portela do Homem. No regresso, passeie nas termas de Caldas do Gerês. Mais informações em: <http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/pnpg>

PELO DOURO DE BARCO OU COMBOIO



Em 2001, parte do deslumbrante vale do rio Douro foi classificado Património Mundial da Unesco, sob o nome de Região Vinhateira do Alto Douro. Uma visita, de barco ou de comboio, é, por isso, obrigatória. A partir do cais de Vila Nova de Gaia, pode fazer um passeio de barco até Barca de Alva, ou pode começar a viagem na Régua e combinar o barco com o comboio. A CP tem a linha Comboio Histórico do Douro (www.cp.pt/passageiros/pt/como-viajar/em-lazer/cultura-natureza/comboio-historico), que funciona entre junho e outubro. Pode ainda combinar o passeio de comboio histórico com uma viagem de ida e volta a partir de qualquer ponto do país.

SABE BEM...

O que dizer dos enchidos, das Papas de sarrabulho, da Feijoada à transmontana, da Açorda de sável, do Rancho à moda do Minho, entre muitos? Na doçaria, sobressai a conventual, com as Barrigas de freira, o Pudim Abade de Priscos ou o Toucinho do céu, mas há ainda o Leite creme, a Aletria, o Arroz doce...



Toucinho do céu

E QUE TAL VIAJAR NO TEMPO?

Festa da História: De 12 a 15 de agosto, recria no Castelo e na Cidade-la, o modo de vida do burgo de **Bragança** no período medieval. Dias 12 a 14, das 23h às 1h; dia 15, das 11h às 24h

Festa dos Povos de Aquele Flávie: Até 21 de agosto, nas Alamedas do Tabulad. **Chaves** regressa ao Império Romano com um jantar galaico-romano, simulações bélicas, recriações mitológicas, circus maximus e cortejos pela cidade. Dia 19, das 19h às 24h e dias 20 e 21, das 15h às 24h

Festa da História: 18 a 21 de agosto, o centro histórico de **V. Nova de Cerveira** regressa à Idade Média. Animação de rua com teatro, música, malabaristas, demonstração de ofícios, jogos medievais e exposição de armas. Das 10h às 24h.

Feira das Cebolas e Cerâmica: 27 e 28 de agosto, no Monte de Sto Ovídio, **Maia**. O Museu de História e Etnologia da Terra da Maia recria uma feira com tradição secular. Vários espaços e vivências são retratados. Inserida nas Festas em honra de Santo Ovídio. Das 9h às 23h



Castelo de Bragança

NÃO PERCA!

Romaria da Sra da Agonia: Em Viana do Castelo, de 19 a 21 de agosto. Do programa destaca-se o Desfile da Mordomia, a Procissão Solene, o Cortejo Etnográfico, as exposições de grupos folclóricos, os tapetes floridos nas ruas. Consulte o programa em www.vianafestas.com

Concertos de verão: Em Vila Real, às 22h, até 20 de agosto. Concertos de diferentes géneros musicais, com artistas nacionais e estrangeiros. Mais informações em www.teatrodevilareal

Palcos de verão: Em Amarante, sextas e sábados, às 22h, até 27 de agosto. Música, cinema ao ar livre, dança, teatro e muita animação de rua no Largo de S. Gonçalo, no Claustro da Câmara ou no Parque do Ribeirinho. Mais informações em www.cm-amarante.pt

Agrival: De 19 a 29 de agosto, no Pavilhão de Feiras e Exposições de Penafiel. A maior feira agrícola do norte e centro do país expõe da produção agrícola à gastronomia, às maquinarias, gado, artesanato, moda, serviços e novas tecnologias. Aos fins de semana e dia 24, das 10h às 24h; 2ª a 6ª das 15h às 24h

Festa de N. Sra dos Remédios: Em Lamego, de 25 de agosto a 9 de setembro. A 'Romaria de Portugal' tem como ponto alto a Procissão do Triunfo em honra da Sra dos Remédios (8 de Setembro, 16h), com centenas de figurantes e dezenas de andores puxados por pares de bois. Mais informações em www.cm-lamego.pt

ESTOU DE VOLTA A PORTUGAL

BEM-VINDOS PORTUGUESES
RESIDENTES NO ESTRANGEIRO

NESTA ETAPA TEMOS UMA OFERTA PARA SI:

Oferta válida no incremento do seu património financeiro, em valor igual ou superior a 5.000€ e utilização do NetBanco ou app Santander Totta, entre 1 de Junho e 31 de Agosto de 2016. Oferta limitada ao stock existente. Os produtos apresentados poderão ser substituídos por outros equivalentes. A qualidade dos produtos é da exclusiva responsabilidade dos fornecedores.



Santander Totta

PATROCINADOR PRINCIPAL