

> informações úteis

> PATRIMÓNIO

_Midões:

Capela de São Miguel; Capela de São Sebastião; Pelourinho do Coito; Pelourinho de Midões; Ponte Romana de Sumes; Igreja Paroquial de Midões; Palácio do I Visconde de Midões; Capela de Nossa Senhora das Dores; Casa de João Brandão; Moinhos de Água; Casa do Esporão; Casal Solarengas.

_Vila Nova de Oliveirinha:

Igreja Paroquial; Solar e Fontanário; Lagar ou prensa de vinho e azeite; Edifício da Antiga Escola Comercial; Coreto.

_Covas:

Igreja Paroquial; Parque de merendas; Capela de Vila Chã; Pelourinho de Percelada; Sepulturas escavadas no granito.

> ONDE COMER

_Midões:

Café Restaurante Midogrelha

Estrada de São Miguel, nº 26 / Tlm: 913 685 053

Restaurante Bu.dega – Casa das Tapas

Rua das Moitas, nº 7 / Tlm: 963 221 614

Café Restaurante Midobar / Estrada de São Miguel, nº 26

Tlf: 235 465 151 | 964 649 035

_Coito:

Restaurante Faisão

Rua Mártir S. Sebastião, nº13 / Tlf: 235 465 106

> ONDE FICAR

Quinta Moinhos da Ponte / Tlm: 963 715 695

Valegria - Quinta da Alegria – Lugar da Regada

Tlm: 964 598 087 / Email: vanneste.liesbet@gmail.com

Casa da Elvira – Quinta de Santo António / Estrada São Miguel, nº32

Tlm: 934 538 533 / Email: malvelos@gmail.com

_Vale de Gaios

O Refúgio / Email: claudia.c22@hotmail.com

_Vila do Mato

Quinta da Roda-Pé dos Ratos

Tlm: 919 670 785 / Email: jancel.stevens@gmail.com

Quinta Coração D'Ouro / Rua Escola, nº62

Tlm: 961 358 262 / Email: engeliena@outlook.com

_Touriz

Jorge Abrantes / Rua da Calçada, 17 / Email: jorgesilvaabrantres@gmail.com

> GASTRONOMIA

Queijo Serra da Estrela, Broa, Mel
Bucho à moda de Tábua, Cabrito Assado e Chanfana
Bacalhau Assado com Batatas a Murro, Tibornada
Tigelada, Carolos
Vinhos do Dão, Aguardente e Licores de Medronho

> ARTESANATO

Trabalhos em Madeira
Trabalhos em bordados
Rendas

> sinalética



caminho certo



caminho errado



virar à esquerda



virar à direita

> normas de conduta

Seguir apenas pelo trilho sinalizado; Evitar fazer ruídos desnecessários;
Observar a fauna sem perturbar; Não danificar a flora;
Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem; Não fazer lume;
Não recolher amostras de plantas ou rochas;
Ser afável com as pessoas que encontre no local.

> contactos úteis

SOS Emergência: 112

Informação Anti-Venenos: 808 250 143

GNR de Tábua: 235 410 430

Bombeiros Voluntários de Vila Nova de Oliveirinha: 238 604 887

Extensão do Centro de Saúde de Midões: 235 465 229

Promotor do Percurso _ Câmara Municipal de Tábua: 235 464 341

Junta de Freguesia de Midões: 235 464 341

ADXTUR - Rede das Aldeias do Xisto: 275 037 393 | 960 101 873

www.aldeiasdoxisto.pt

www.bookinxisto.com



www.myxistotrails.pt

_promotores



_cofinanciado por:

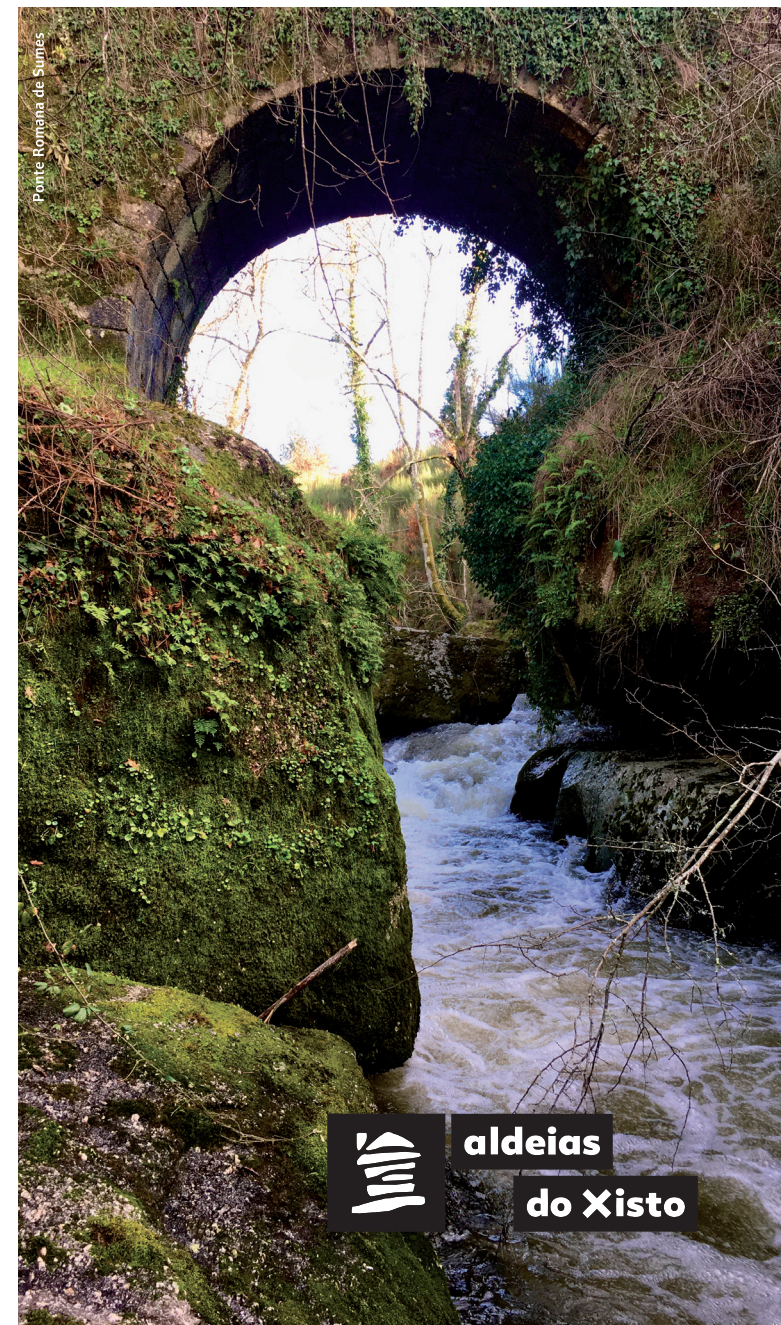


_percurso pedestre em fase de registo e homologação por:



Caminho do Xisto de Midões

Na peugada de João Brandão

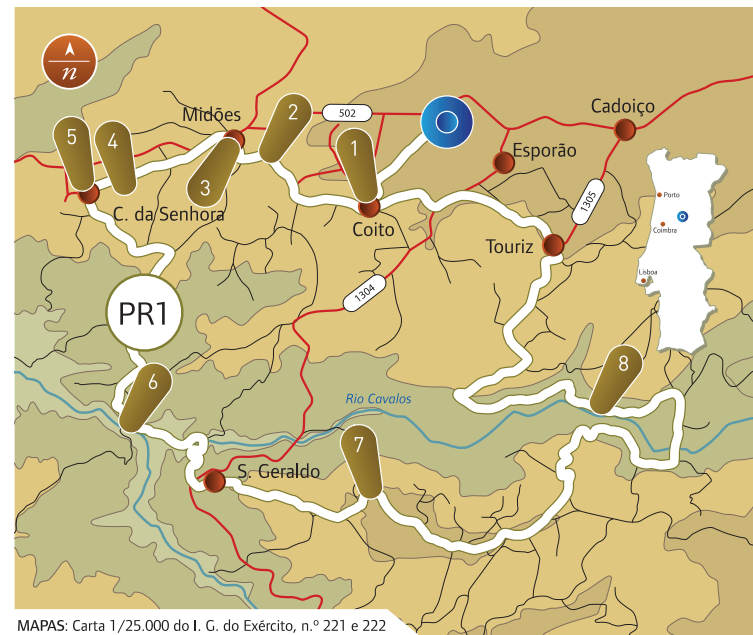


**PR 1
TBU**

distância	duração	tipo de percurso	desnível acumulado	altitude máx./min
13 Km	3h 50min	circular	290 m subida	375m 242 m

Caminho do Xisto de Midões

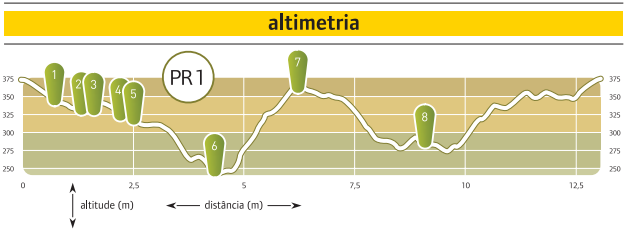
_Sentido aconselhado: contrário ao dos ponteiros do relógio
O percurso tem início no Outeiro de São Miguel, na povoação do Coito, onde poderá visitar a Capela de S. Sebastião e o pelourinho. Continue em direcção à vila de Midões, visitando a fonte da Caricha e outro pelourinho, assim como um conjunto notável de casas solarengas. Desça pela Rua do Passadiço, indo ao encontro da Igreja Paroquial e do Palácio do I Visconde de Midões. Prossiga em direcção à antiga escola Primária, seguindo pelo carreiro estreito que nos leva ao Casal da Senhora, fazendo um pequeno desvio para visitar as sepulturas antropomórficas escavadas no granito. Já no Casal da Senhora, pode ver a casa onde nasceu e viveu João Brandão. Prossiga em direcção ao Rio Cavalos, onde pode fazer um pequeno desvio para visitar a Ponte Romana dos Sumes. Seguindo pela margem do rio, encontra a bica de águas sulfurosas. Um pouco mais à frente deixe as margens do rio e suba em direcção à aldeia de São Geraldo e, continuando por caminhos florestais, alcançará a Pedra do Rei, miradouro privilegiado sobre o vale e outros pontos de passagem do percurso. O caminho segue agora no planalto, sendo possível observar a flora local e encontrar rebanhos a pastar. Já no planalto, seguindo para a Ribeira, onde se podem encontrar Moinhos de Água (um ainda em funcionamento e com a possibilidade de ser visitado mediante marcação). Voltando a subir em direcção a Touriz, passe pelo antigo casario e pelo lugar do Esporão, onde se encontra uma antiga fonte de água sempre fresca. O círculo fecha-se de novo na povoação do Coito para terminar novamente no Outeiro de São Miguel. Estes caminhos eram usados noutros tempos por João Brandão, figura incontornável das Beiras, que por defesa à causa liberal, muitas vezes andou fugido a monte por várias localidades.



MAPAS: Carta 1/25.000 do I. G. do Exército, n.º 221 e 222



- Pontos de interesse e distância ao ponto de partida:**
- 1 _ Pelourinho do Coito _700m
 - 2 _ Pelourinho de Midões _ 400m
 - 3 _ Igreja Paroquial de Midões e Palácio do I Visconde de Midões _1600m
 - 4 _ Sepulturas Antropomórficas (Casal da Senhora) _2200m
 - 5 _ Casa de João Brandão _2500m
 - 6 _ Ponte Romana de Sumes _4200m
 - 7 _ Pedra do Rei (miradouro) _6300m
 - 8 _ Moinhos de água _9100m
- Ponto de partida e chegada:**
_Sala Municipal de Desporto - Outeiro de São Miguel
(GPS: N 40°23'10.75"W 7°56'16.58")



legenda

- caminho do xisto
- estrada alcatroada
- estrada de terra
- curso de água

grau de dificuldade - IV Difícil

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil)

advertência do meio **1** orientação **1** tipo de piso **2** esforço físico **3**

época aconselhada

Todo a ano.
Atenção ao calor no verão e ao piso escorregadio no inverno.

Midões

Midões faz parte do concelho de Tábua e é uma região plena de História e antiguidade, que deixou vestígios desde a pré-história até à ocupação Romana, bem como de períodos mais recentes que acompanharam a evolução do País, como os pelourinhos e os solares. A Vila tem mantido vivas as suas tradições e o seu aspecto graciosamente rural, onde a herança agrícola é ainda de grande importância, marcando o estilo de vida das populações. A freguesia de Midões tem ainda a seu favor o facto de pertencer à Região Demarcada do Queijo Serra da Estrela e à Região Demarcada do Vinho do Dão, à qual pertence todo o concelho de Tábua. Midões orgulha-se também do seu património, no qual se destaca a Igreja Matriz, datada de 1882, em homenagem a Nossa Senhora das Neves, a Capela de Nossa Senhora das Dores do Séc. XXVIII, o pelourinho Manuelino, a ponte romana e muitos outros legados arquitectónicos e etnográficos.



> património natural

Durante todo o percurso temos a possibilidade de observar as magníficas paisagens com a Serra da Estrela em pano de fundo, e, como estamos no planalto beirão e no coração das beiras, também as serras do Caramulo e da Lousã estão quase sempre ao alcance do olhar. Por outro lado, o pequeno rio Cavalos, com o seu leito invulgar, constitui um enorme atractivo no percurso, na zona dos Sumes. Também aqui a fauna e a flora salpizam a paisagem com cores majestosas, onde o pinheiro e o sobreiro predominam na paisagem e raposas e javalis fazem deste local o seu habitat.