


Descrição do Percurso

 Pelas calçadas que lhe propomos percorrer passaram, ao longo dos séculos, vários ritmos de vida e de festividades religiosas, resultantes do sincretismo entre as divindades e a luta pela sobrevivência (pão).

O ciclo do pão acompanha, de geração em geração, o ciclo da vida.

Mas, a importância do pão, nesta comunidade, reflecte-se nas calçadas, na paisagem e numa diversidade de ecossistemas que se complementam, nomeadamente a cultura do milho e a criação de gado.

Testemunho disso é a extensa levada que iremos procurar, sem chegar à sua origem (Teixo), e que noutros tempos regava os imensos campos de milho de Soajo. São os moinhos que, como cogumelos, se atravessam na levada para aproveitar a força



imensa da água e transformarem o grão em farinha.

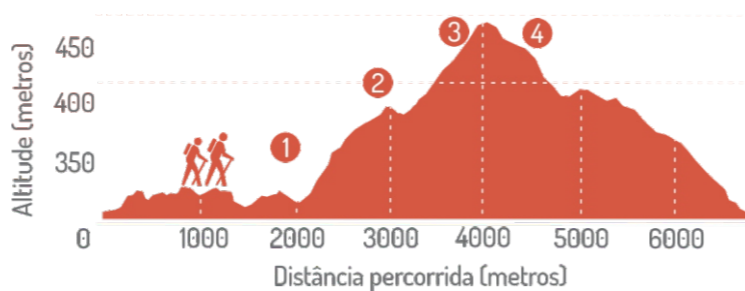
As calçadas que vamos percorrer são caminhos da fé que, desde sempre, levam os romeiros ao Senhor da Paz, à Senhora da Peneda, ao S. Bento do Cando e, até, a Santiago de Compostela.

Era, também, por estas calçadas (calçada do Portinho, calçada de Pena Curveira, calçada de Lages, calçada dos Estrevelhadoiros) que as manadas de gado bovino se deslocavam, em Maio, época da transumância ascendente, para Cova, Chã da Cabeça, Pedrada e, mais tarde, 10 de Julho, para os montes da Peneda,


de onde regressavam a 8 de Setembro, depois da Romaria da Senhora da Peneda.

Enfim, por estes caminhos, centenários, passaram romeiros com fé infinita e promessas para cumprir; passaram namorados, feitos romeiros, com juras de amor eterno; passaram milhares de carros de tojo, para as camas dos animais e, em Abril e Maio, adubo orgânico para os campos que iriam receber as sementes que mais tarde, em Setembro, enchem os caniços (espigueiros) de espigas de milho, que mais tarde subiriam esta calçada para, nos moinhos, os grãos serem transformados em farinha.

Perfil do Percurso/Trail Profile



Description

 Along the granite pavements that we suggest you follow have passed, throughout the centuries, many life cycles and religious festivities, resulting from the fusion between divinity and the struggle for survival, the very bread of life.

The cycle of bread accompanies the cycle of life, from generation to generation.

But the importance of bread in this community is also shown through these pavements, in the landscape and in a diversity of ecosystems that complement one another such as cultivating corn and breeding cattle.



One example of this is the long "levada" that we will be following, although not getting as far as its source (Teixo). This "levada" used to irrigate the cornfields in Soajo. Another evidence of the importance of bread is to be found in the watermills that appear like mushrooms near the "levada", which, through taking advantage of waterpower, transformed grain into flour.

The pavements we are going to walk along are paths of faith, that since time began have led pilgrims to Senhor da Paz, Senhora da Peneda, S.



Bento do Cando and even to Santiago de Compostela.

It was also along these pavements and paths (Portinho, Pena Curveira, Lages, Estrevelhadoiros) that the herds of cattle moved in May, the season of transhumance, up the mountain to Cova, Chã da Cabeça, Pedrada and, later, by the 10th of July, even higher, up to the mountains of Peneda, from where they returned on the 8th of September.

after the pilgrimage of Senhora da Peneda.

On these centuries-old paths have walked pilgrims with endless

faith and with their promises to fulfil, have also walked lovers,

converted into pilgrims, swearing their eternal love, have passed by thousands of wagons laden with gorse and broom used for cattle bedding. These same carts would then transport, in April and May, the same material converted into a natural compost for the fields, that would then encourage the

growth of maize from seeds that would, in September, fill the granaries (espigueiros) with corn-cobs. This corn in turn



Ficha Técnica

Nome do Percurso/Name
Trilho dos Caminhos do Pão e da Fé

Localização / Location
Soajo - Arcos de Valdevez

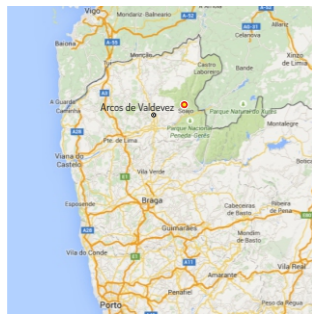
Tipo /Classification
Pequena Rota/Small Route

Âmbito do Percurso/Type
Paisagístico - Etnográfico / Landscape
- Local History

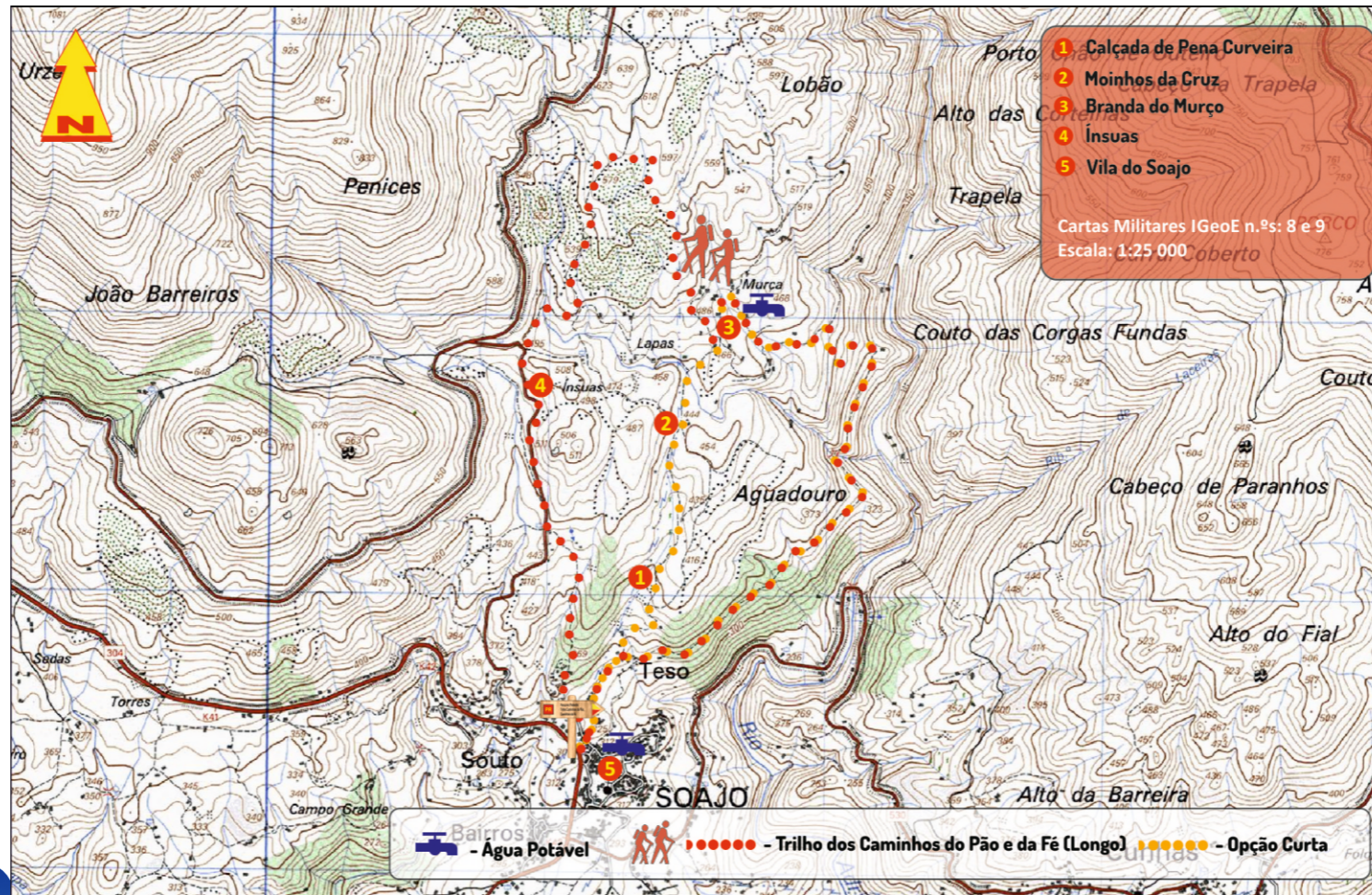
Ponto de Partida/Start Point
Vila do Soajo

**Cota Máxima Atingida/
Maximum Height attained:**
596 metros

**Entidade Promotora/
Promoter**
Associação Regional de
Desenvolvimento do Alto Lima



● Ponto de Início/Start Point
GPS: 41°52'32.39"N; 8°15'54.66"W



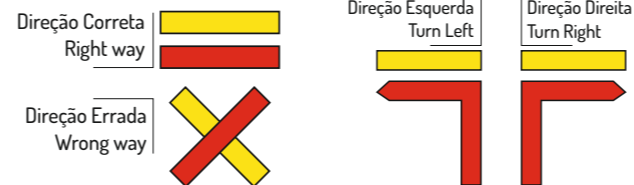
ALTO MINHO
A MENOS DE 60 MINUTOS... TUDO!
LESS THAN 60 MINUTES AWAY FROM... EVERYTHING!



guia Alto Minho

Duração/ Duration	Desnível subida/ Drop ascent	Desnível Descida/ Drop descent	Distância Horizontal/ Horizontal Distance	Tipo Itinerário/ Type	Severidade Meio/ Severity Environment	Orientação/ Orientation	Dificuldade Progressão/ Difficulty Progression	Esforço Físico/ Effort Physical
3h00m	421m	421m	6,8 km	Circular	2	1	2	2

Marcação do Percurso Pedestre/Sign-posting



CIM Alto Minho
258 800 200
Câmara Municipal
258 520 500
Posto de Turismo
258 510 260
SOS
112



Regulamento/ Regulations

- *Não saia do percurso marcado e sinalizado. Preste atenção às marcações./Do not stray from the marked and sign-posted trail. Pay attention to trail markers.
- *Evite fazer ruídos e barulhos./Do not make loud noises.
- *Respeite a propriedade privada. Feche portões e cancelas./Respect private property. Close all gates behind you.
- *Não abandone o lixo, leve-o até ao respectivo local de recolha./Do not leave litter, deposit it in the respective refuse collections points.
- *Deixe a Natureza intacta. Não recolha plantas, animais ou rochas./Leave nature intact. Do not remove plants, animals or rocks.
- *Faça fogo apenas nos locais destinados para o efeito./Only light fires in locations specifically designated for this purpose.
- *Evite andar sozinho na montanha. Leve água consigo./Avoid walking alone in the mountains. Take water with you.
- *Guarde o máximo cuidado nos dias de nevoeiro e de neve./Take special care in fog and snow.