

Eulália)

Arroso
(Santa Maria)

Jesufrêl

Lemerhe

Vale do
São Coanhe

Telhado

Air
João

Louro
Mouquim

Cruz

Gavião

Vale (São
Martinho)

Pousada de
Saramagos

Vermoim

Brufe

Vila Nova de
Famalicão

Requião

NINÃES

CAMINHOS DE SANTIAGO

VILA NOVA DE FAMALICÃO

Calendário

Antas

Novais

Esmeriz

Avidos

Landim

Carreira

Cabocudos

Bairro

Lousado

Areias

Sequeiró

PORTO



Rebordões
Famalicão
O SEU LUGAR. YOUR PLACE

Burgães

CAMINHOS DE SANTIAGO EM VILA NOVA DE FAMALICÃO

Descrever os Caminhos de Santiago em Vila Nova de Famalicão é referir um percurso calcorreado desde tempos imemoráveis, e que teve no tempo dos romanos, honras de itinerário principal. Tal equivale a dizer que esta via (XVI) fazia parte da principal rede viária do império romano e que, quem de Lisboa ou Porto se dirigia a Braga teria certamente que a percorrer.

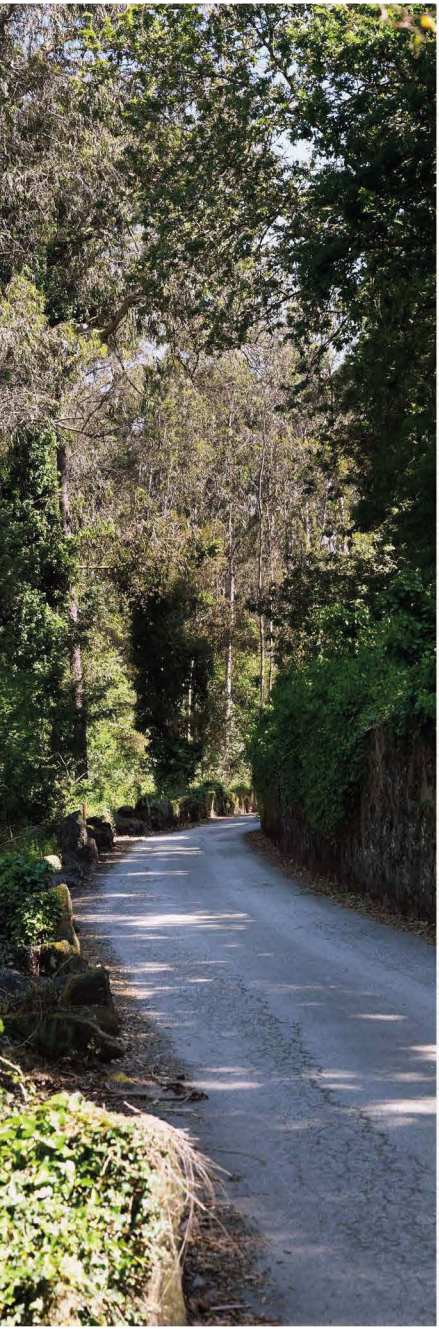
Não será, pois, de estranhar que quando surgiu o culto a São Tiago e as peregrinações a Compostela este tenha sido, o percurso, seguido por muitos peregrinos. A atesta-lo está um conjunto de pequenos templos e topónimos intrinsecamente associados aos primórdios do cristianismo, à busca de purificação e salvação, tão típica desse tempo.

Atualmente não será um dos percursos favoritos, porque a via desapareceu, dando lugar à modernidade, mas nestes 20 quilómetros que ligam Lousado à Portela não faltam cantos e recantos dignos de interesse e fruição que irão naturalmente cativar.

Vinda da Trofa, a via entra no concelho pela imponente Ponte da Lagoncinha e a pequena Capela de S. Lourenço, dois testemunhos vivos do peso devoto do Caminho.

Rumando a norte, segue-se pela Rua das Diligências, depois pela Rua Pé de Prata para, junto à urbanização, tomar a direita alcançando, à esquerda, um caminho carreteiro sulcado no solo xistoso do pequeno bosque. No final, sobe-se à esquerda, cruzando a rua principal acede-se à Travessa de Santa Catarina. Toma-se, então, a rua da santa atingindo o parque e a pequena ermida, erigida em honra dessa mártir. Perseguindo rua a baixo, percorrem-se memórias dos tempos romanos, podendo mesmo, já no final, visitar um marco miliário do séc. III. Chegados ao Parque do Souto prossegue-se pela Avenida de São Cristóvão, ladeada de campos de cultivo e casas de gentes ilustres, que nos encaminha à Igreja matriz de Cabeçudos, cujo orago, S. Cristóvão é protetor dos viajantes. A avenida, que vira a Rua da Indústria e a do Sr. dos Aparecidos, segue por zona industrial, interrompida por algumas bouças, até à rotunda que nos transporta a Santiago de Antas.

A transposição do próximo troço exige algum cuidado e atenção redobrada, para atingir a N204 (direção Famalicão), posteriormente a Rua de Real que se segue. Deambulando por

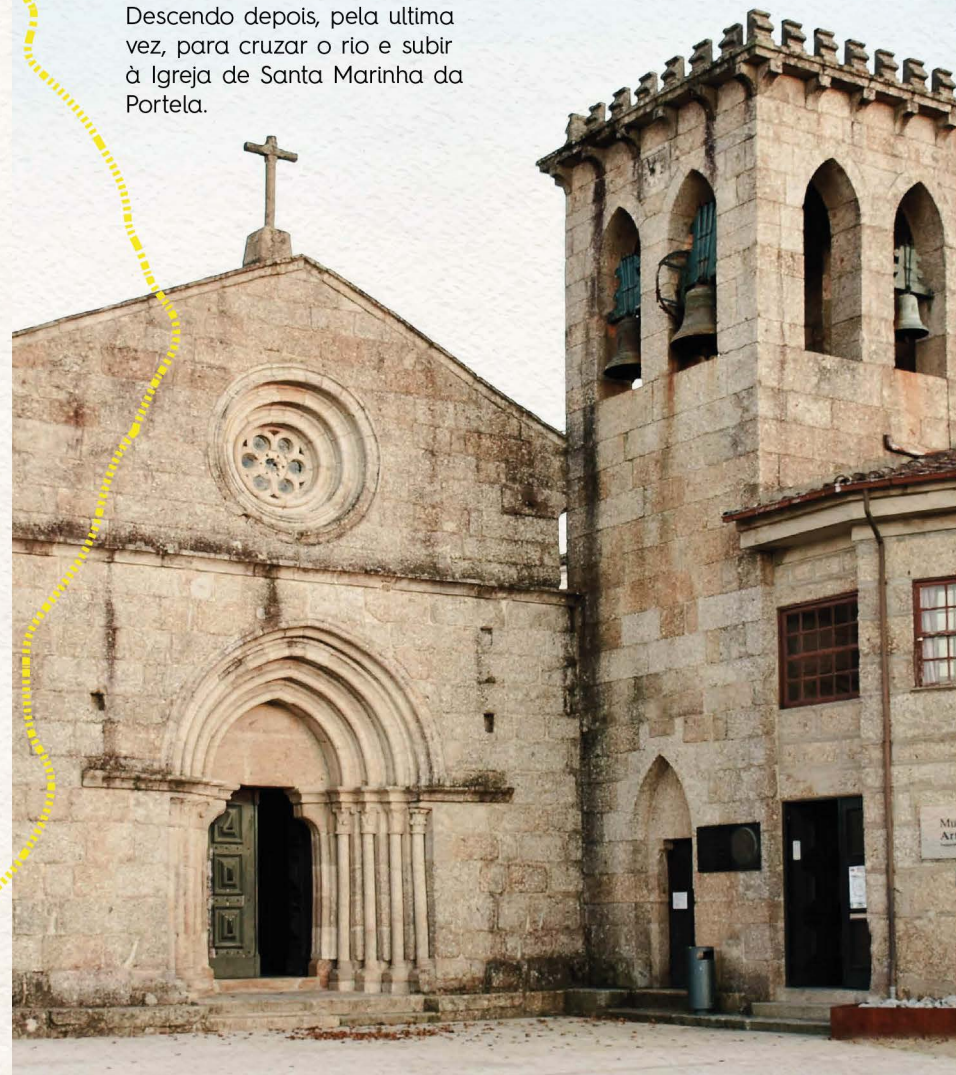


entre o casario e perseguindo as marcas do Caminho atinge-se o Adro da Igreja de S. Tiago de Antas, marca de passagem e de adoração a este apóstolo. Daqui o caminho segue para norte, pela Rua Frei Bartolomeu dos Mártires virando seguidamente, à esquerda para a Rua de S. Tiago, após a passagem inferior, volta-se à direita, para a Rua das Lagoas. Transposta a ponte, sobre a auto estrada, o caminho assume o seu verdadeiro significado, passeando pelos campos e bouças, de marca amarela, expiam-se as penas, revigora-se o corpo e a alma! De volta à civilização, junto às Alminhas do Sr. da Boa Fortuna, cruza-se a EN seguindo à esquerda para a Rua do Montinho que nos orienta, por entre o casario, até ao Vale do rio Pele, com os seus campos verdejantes e as suas vinhas de enforcado, entrecortadas por um florescente povoamento,



de matriz antiga. E assim, calcorreando ora a margem esquerda, ora a direita, se transpõe o vale cruzando S. Martinho, Cruz, Telhado e, já a meia encosta, S. Cosme. Descendo depois, pela ultima vez, para cruzar o rio e subir à Igreja de Santa Marinha da Portela.

O ultimo troço do Caminho, por Famalicão, faz-se em encosta, aplanada, bordejada de eucaliptos indo entroncar na via XVI, já no concelho de Braga. Bom Caminho!



Alimentação

- Beber muita água.
- Fazer várias refeições ligeiras ao longo do dia, privilegiando alimentos energéticos – cereais, doces e fruta.

Cuidados

- Para evitar bolhas nos pés, usar óleo de romeiro ou vaselina.
- Para evitar inflamações e sobrecargas musculares, pode fazer massagens e alongamentos antes e depois das etapas.
- No caso de entorse, aplicar panos frios e ligas elásticas se forem ligeiras.
- É recomendável levar papel higiénico e uma pequena toalha.
- Para aliviar as dores nos pés, mergulhe-os em água morna com sal e de seguida repouse-os com as pernas ligeiramente levantadas.

No Caminho

- Descansar, pelo menos, dez minutos por cada hora de trajeto percorrido.
- Na estrada, circule pela esquerda e utilize material refletor nas suas roupas.
- Aproveite para descansar os ombros, apertando um pouco mais a mochila à cintura.

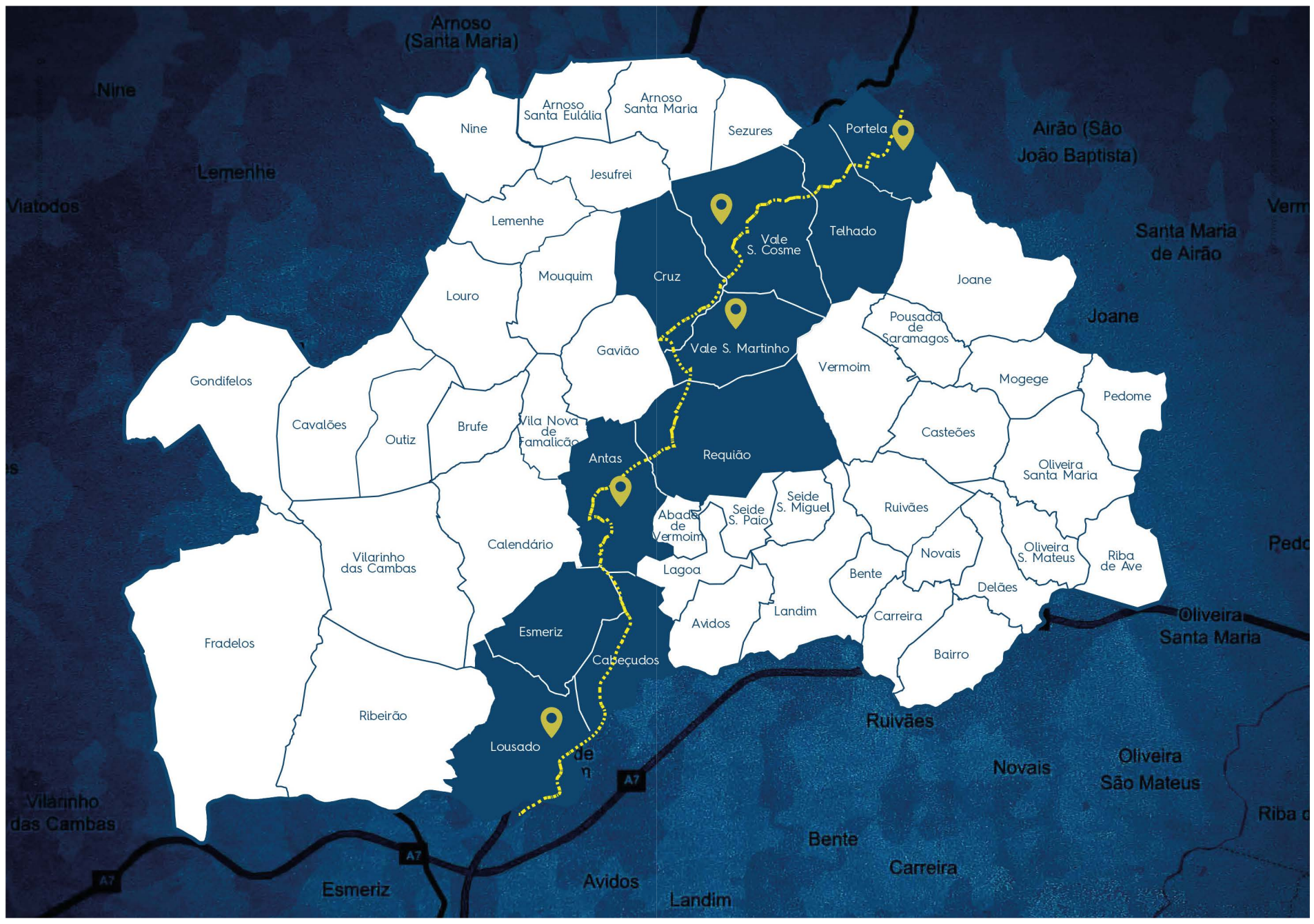
DICAS DE VIAGEM

- O cajado, se tiver mais de 20 centímetros de altura, pode ser de grande ajuda a caminhar, especialmente, nas subidas e descidas.
- Tenha sempre em conta a hora da saída e do pôr do sol. Para evitar o calor, saia antes do amanhecer.
- Para proteger-se do sol, use um chapéu de pala ampla, óculos de sol e um lenço para proteger o pescoço.

Primeiros Socorros

- Óleo de romeiro ou peregrino (ervanária) ou vaselina (farmácia);
- Gaze;
- Produtos com iodo;
- Pensos para bolhas (farmácia) ou agulha e fio esterilizados para secá-las;
- Analgésicos;
- Aspirina;
- Antidiarreico;
- Pomadas anti-inflamatórias;
- Creme de proteção solar.







RESTAURANTES

Lousado

Tasquinha da Lagoncinha
Petisqueira Costa Sol

Esmeriz

Casa do Lavrador

Cabeçudos

Antas

Restaurante Três Irmãos
A Portuguesa
Rocha's Restaurante,
Com Requite

Vale S. Martinho

Da Fabrizio

Cruz

Solar da Agra

Vale S. Cosme

El Vagabundo

Telhado

Churrascaria Carvalho

Portela

Restaurante Ferrugem

ALOJAMENTO

Lousado

Casa do Sardoa

Antas

Quinta das Cortinhas
Pensão Santo António
Naturconvívio
Fascinante Orbita

Requião

Quinta Bem-fica
Vivenda Mendes

Cruz

Casa do Pastor

Telhado

Casa do Laranjal
Casa do Tanque
Quinta das Pirâmides

Portela

Casa Ana Monteiro





Bombeiros Famalicão

252 330 201

Bombeiros Famalicenses

252 301 112

Hospital S. João Deus

252 311 611

PSP Famalicão

252 375 375

GNR Famalicão

252 501 360

Polícia Municipal

252 319 016

Junta de Freguesia Lousado

252 493 106

Junta de Freguesia Cabeçudos

935 845 599

Junta de Freguesia Esmeriz

252 331 105

Junta de Freguesia Antas

252 311 307

Junta de Freguesia Requião

252 311 434

Junta de Freguesia Vale

S. Martinho

252 312 912

Junta de Freguesia Cruz

252 911 729

União de Freguesias de Vale

S. Cosme, Telhado e Portela

252 912 936

Posto de Turismo

252 3174 474

Divisão do Desporto

252 320 954



**CONTACTOS
ÚTEIS**





BOM CAMINHO!