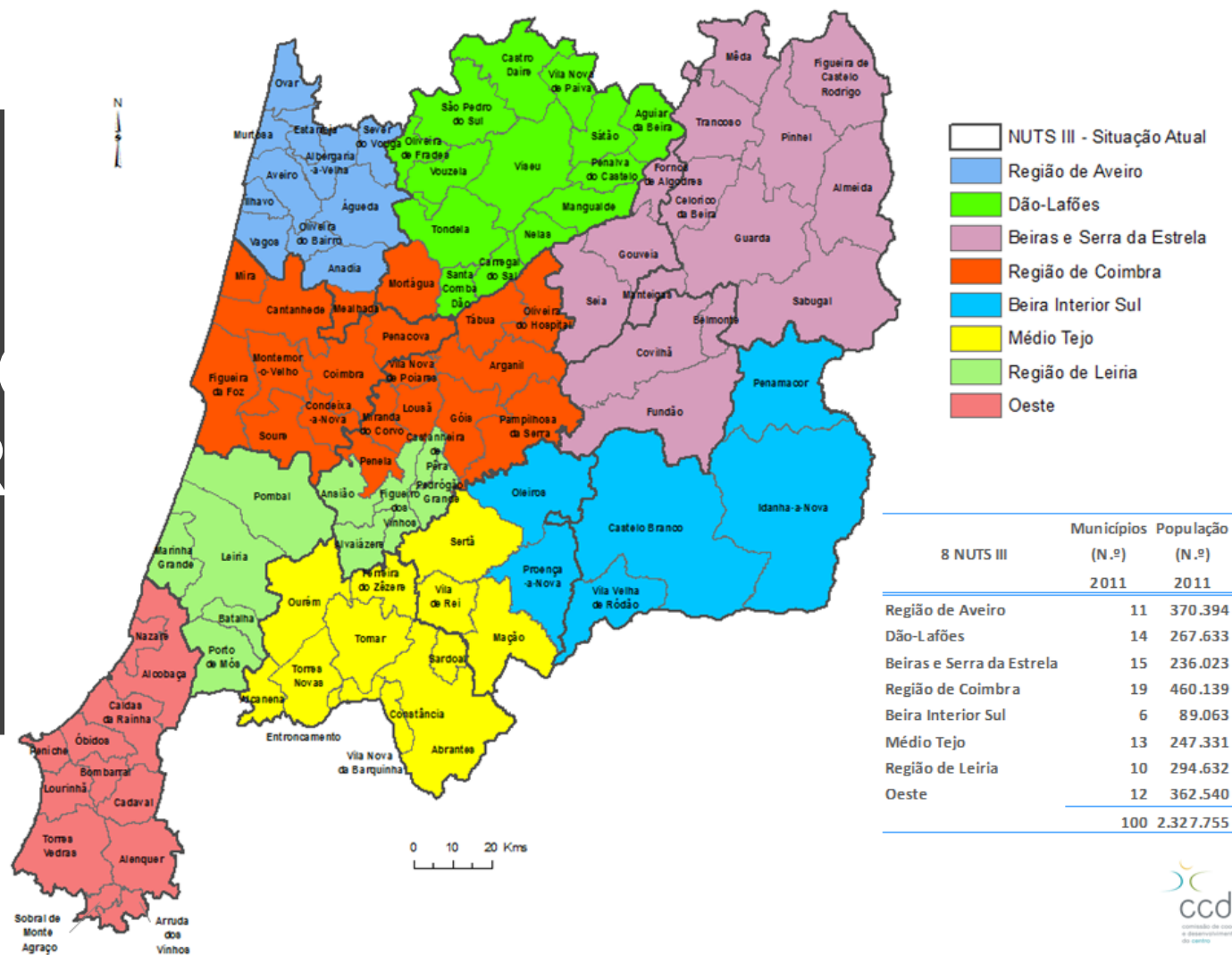
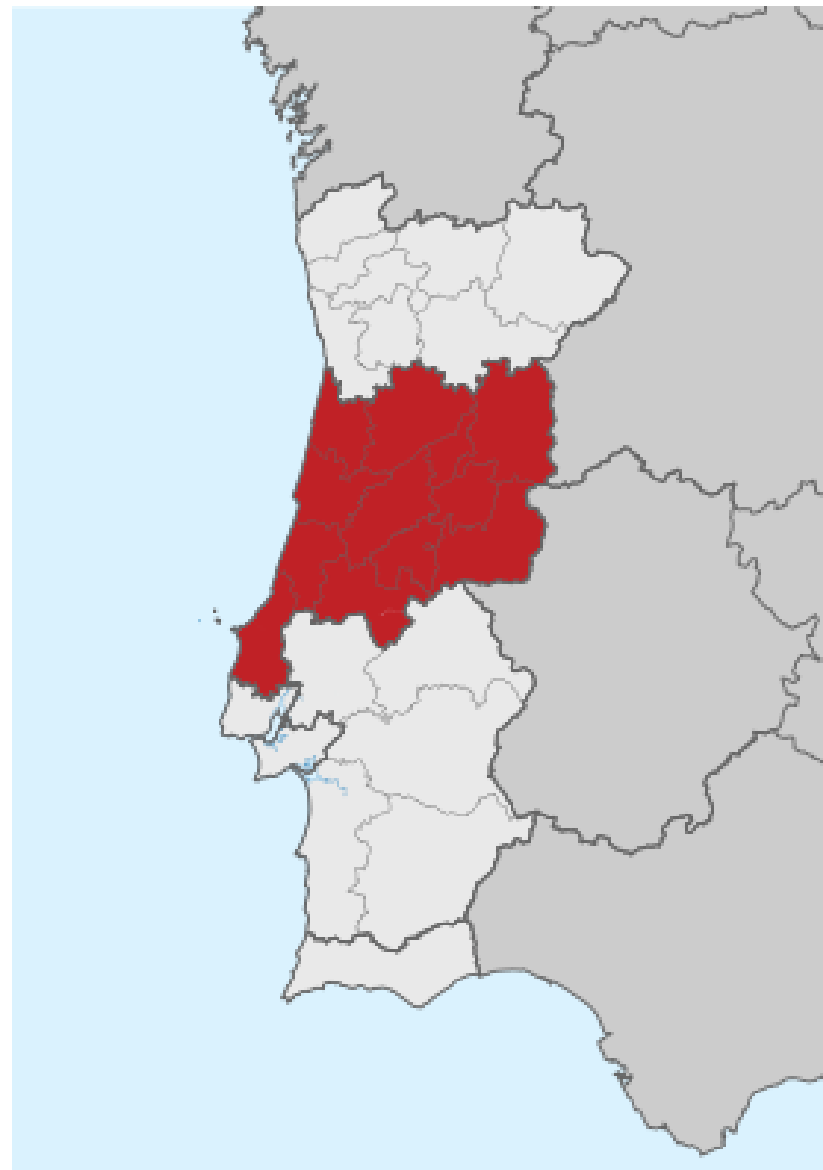


# REGIÃO CENTRAL



# Região Centro

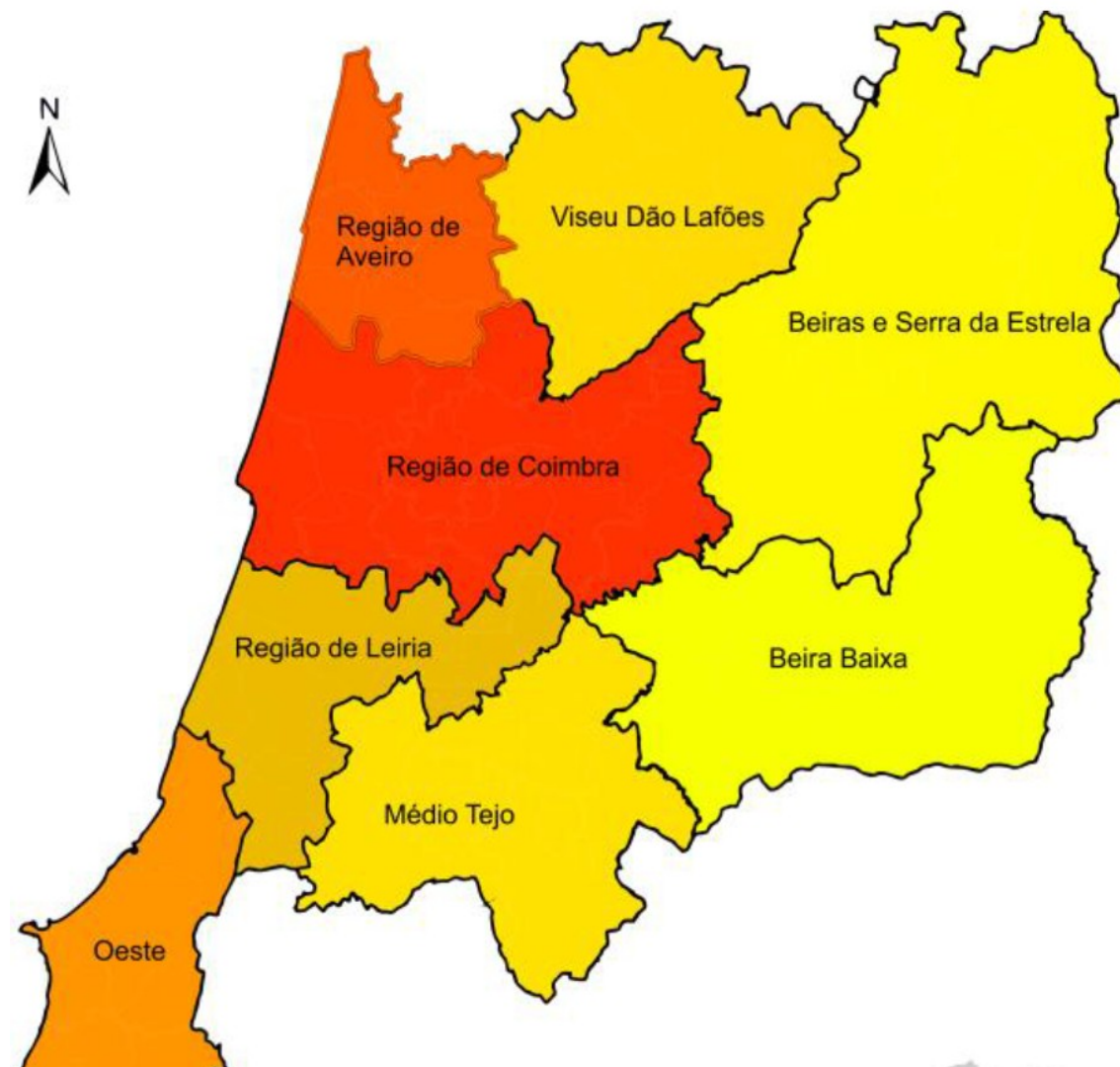
- <https://turismodocentro.pt/regioes/>



# População Residente

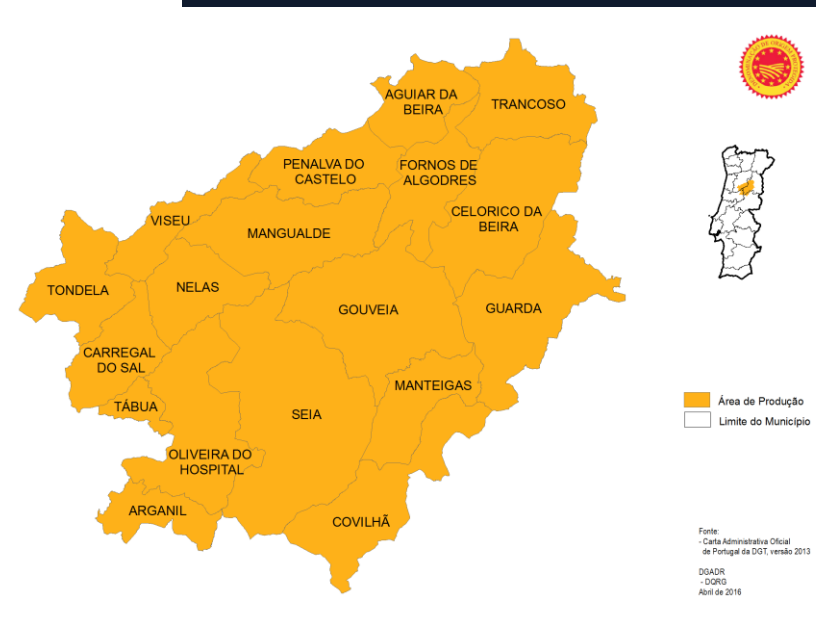
- (ANO DE REFERÊNCIA: 2013)
- **Portugal – 10.427.301**
- **Centro – 2.281.164**
- populacao\_page\_2\_mapaNUTIII
- Beiras e Serra da Estrela – 226.747
- Beira Baixa – 85.656
- **Região de Coimbra – 447.936**
- Médio Tejo – 241.445
- Viseu Dão Lafões – 262.125
- Região de Leiria – 291.079
- Oeste – 360.090
- **Região de Aveiro – 366.086**
- 

• Fonte: INE – Anuário Estatístico da Região Centro 2013



# Serra da Estrela

- A Torre
- Guarda /sec. XII/ – Manteigas – Seia ...
- Loriga – Suíça Portuguesa –
- Covão da Ametade : no início do Vale Glaciário do Zêzere
- Linhares da Beira: Aldeia medieval do séc. XII, Linhares da Beira recebe o primeiro floral em 1169.
- Alcovo da Serra  
<http://www.myownportugal.com/videoteca/>
- Cabeça:pitoresca aldeia onde predomina o casario em xisto -cultivo dos campos em socalco e à pastorícia.





Algumas cidades da Região Centro  
<https://turismodocentro.pt/regioes/>

<https://www.youtube.com/watch?v=-gBqFWAjMJ0>

- Coimbra



# traje; as festas académicas - a Festa da Latas e a Queima das Fitas e o Fado de Coimbra)

---

- <https://www.cm-coimbra.pt/areas/visitar/planear-a-visita/roteiros/o-fado-e-as-tradicoes-academicas>
- <https://www.youtube.com/watch?v=f3WGttZdksg>
- [https://www.rtp.pt/noticias/pais/hoje-ha-serenata-em-coimbra\\_a1323295](https://www.rtp.pt/noticias/pais/hoje-ha-serenata-em-coimbra_a1323295)



Seia– Manteigas -  
Covilhã



Descubra ainda outros lugares nesta região da Serra da Estrela

- <https://espreitaromundo.com/serra-da-estrela-6-lugares-a-nao-perder/>





# FESTA da transumância



- Transumância
- 1. ato ou efeito de transumar; mudança periódica de lugar
- 2. deslocação periódica de rebanhos (sobretudo ovinos), acompanhado pelos pastores, no verão, dos vales e planícies (onde os pastos desapareceram) para as altas pastagens das montanhas (transumância ascendente), e, no começo do inverno, destas para as zonas baixas (transumância descendente), onde os pastos reapareceram
- 3. prática apícola de deslocação de colmeias para zonas de floração abundante, efetuada sobretudo para maximizar a produção e/ou garantir a polinização de determinada área
- <https://etcetaljornal.pt/j/2019/08/a-ultima-rota-da-transumancia/>
- <https://www.youtube.com/watch?v=20em6OLXHG0>



## Judiarias da Guarda – Trancoso – Castelo Branco - Belmonte

- <https://www.redejudiariasportugal.com/index.php/pt/comunidade-judaica-de-belmonte>
- <https://www.redejudiariasportugal.com/index.php/pt/cidades/guarda>
- <https://www.centerofportugal.com/pt/article/judiaria-da-guarda#article-content>

# Monsanto:

<https://www.youtube.com/watch?v=L3UodEhk7Fw>





# AVEIRO



# AVEIRO - moliceiro

<https://arquivos.rtp.pt/conteudos/fainas-da-terra-e-do-rio/>



# AVEIRO

- **Moliceiro:**

1. que ou aquele que se ocupa na recolha do *sargaço* ou *moliço*, *sargaceiro*

2. NÁUTICA designativo do barco ou barco que transporta o moliço

<http://ww3.aeje.pt/avcultur/avcultur/DiamDias/moliceiros30.htm>

- **Salinas**

- 1. área onde se produz sal marinho através da evaporação da água do mar ou de lago de água salgada

- 2. monte de sal XXXXXXXXXXXX

- *Marnoto* é o trabalhador das salinas; marnoteiro, salineiro

- *Salinar*

- 1. cristalizar (o sal)

- 2. provocar a salinação, concentrando água salgada até ao ponto necessário para que o sal se deposite



# AVEIRO: SALINAS

<https://www.youtube.com/watch?v=Ni4d82wlpCU>

<https://www.youtube.com/watch?v=Fui6oiAkh0g>

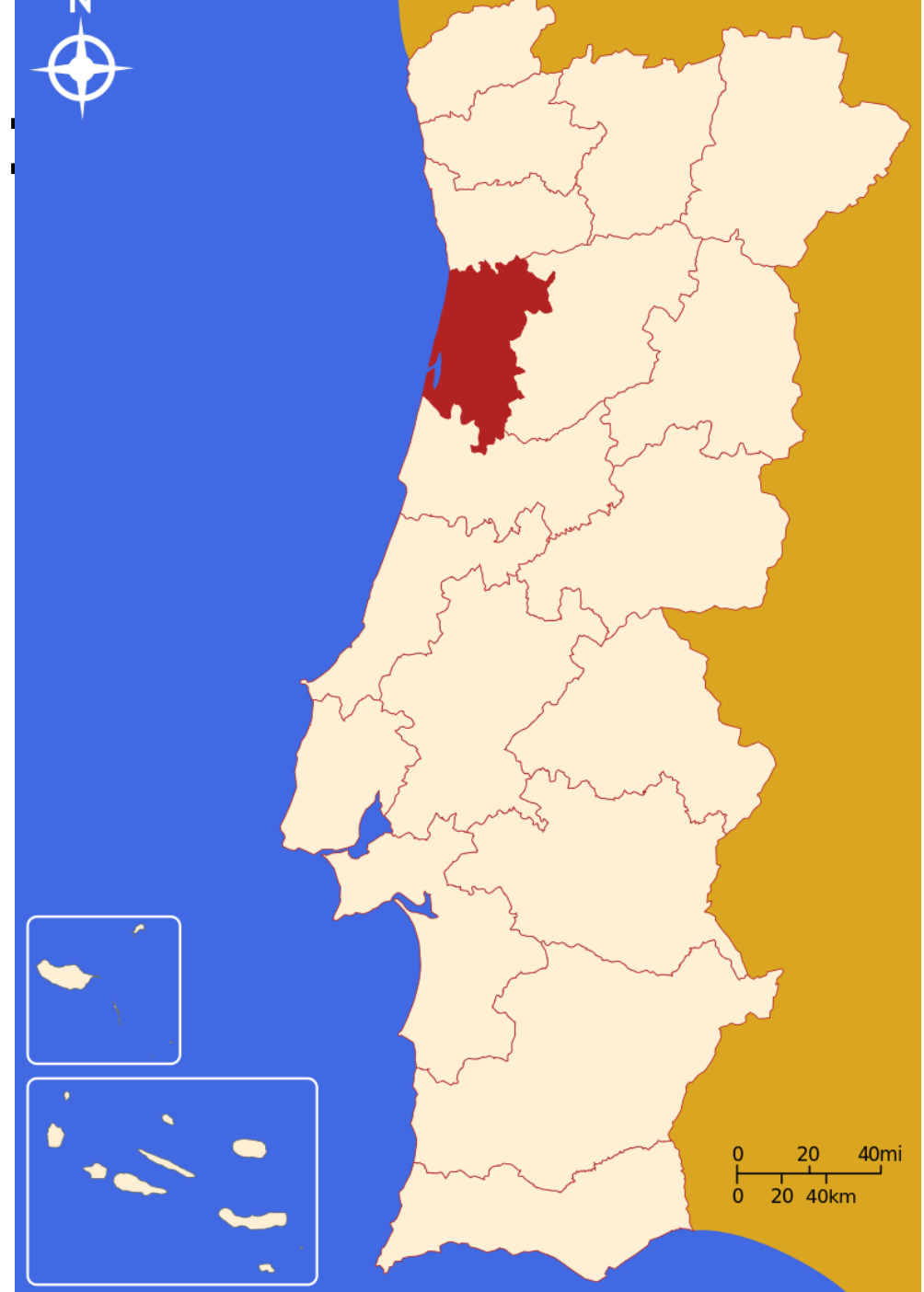


shutterstock.com • 1250441938





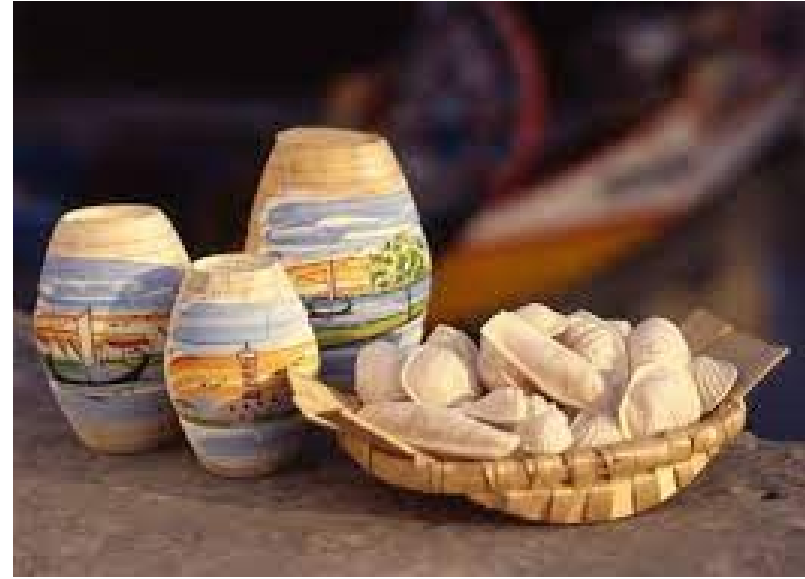
# Localização de Aveiro





**Passadiços da região Centro por entre a paisagem: entre campo, montanha, rio e mar**

# Gastronomia Aveiro



# Alguns sabores do Centro

- Chanfana: prato ligado às práticas pastoris
- Queijo da Serra
- Requeijão
- Leitão da Bairrada
- A tradição da doçaria conventual

