

TERMAS NORTE DE PORTUGAL

www.portoenorte.pt



TURISMO DO PORTO E NORTE DE PORTUGAL

portoenorte™

TERMAS NORTE DE PORTUGAL



coordenação geral

Sofia Ferreira (TPNP)
Teresa Vieira (ATP)

coordenação técnica

Mafalda Pizarro (TPNP)

equipa técnica

Isabel Regadas (TPNP)

textos e fotografias

Balneário Pedagógico de Vidago
Caldas de S. Lourenço
Chaves Termas & Spa
Centro Tesal – Termas de Monção
Empresa Termal de Caldas de Carlão, Lda.
Taipas Termal/José Maia Freitas
Termas das Caldas da Saúde
Spa Termal de Pedras Salgadas
Termas das Caldas de Aregos
Termas de Caldelas

Termas de Carvalhelhos

Termas de Melgaço

Termas da Moimenta

Termas de S. Jorge

Termas de S. Vicente

Termas de Vimioso

Termas de Vizela - Spa Termal

Termas do Gerês

Termas INATEL de Entre-os-Rios

Vidago Palace Thermal Spa

design

Cristina Lamego

execução gráfica

Rainho & Neves, Lda.

edição

tpnp@2016

- 
- 4 **Apresentação TPNP**
6 **Apresentação ATP**
8 **Mapa**

- 10 **Amares**
Termas de Caldelas

- 14 **Boticas**
Termas de Carvalhelhos

- 18 **Carrazeda de Ansiães**
Caldas de S. Lourenço

- 22 **Chaves**
Chaves – Termas & Spa
26 Balneário Pedagógico de Vidago
30 Vidago Palace Thermal Spa

- 34 **Guimarães**
Taipas Termal

- 38 **Melgaço**
Termas de Melgaço, Medical Spa

- 42 **Monção**
Centro Tesal – Termas de Monção

- 46 **Murça**
Empresa Termal de Caldas de Carlão, Lda.

- Penafiel**
50 Termas INATEL de Entre-os-Rios
54 Termas de S. Vicente

- Resende**
58 Termas das Caldas de Aregos

- Santa Maria da Feira**
62 Termas de S. Jorge

- Santo Tirso**
66 Termas das Caldas da Saúde

- Terras de Bouro**
70 Termas da Moimenta
74 Termas do Gerês

- Vila Pouca de Aguiar**
78 Spa Termal de Pedras Salgadas

- Vimioso**
82 Termas de Vimioso

- Vizela**
86 Termas de Vizela - Centro Tesal

- 90 **Informação turística**

A modernização de alguns spas termais no Porto e Norte de Portugal tem procurado adicionar mais serviços e oportunidades de lazer para ir ao encontro do seu bem-estar e satisfação. O alojamento, o golfe e a gastronomia constituem algumas dessas propostas.

Não há melhor maneira de relaxar em férias do que mergulhar numa piscina termal aquecida naturalmente ou desfrutar de um tratamento terapêutico relaxante.

Portugal possui 52 nascentes termais de baixa entalpia (20° C-150° C) com aplicação no termalismo, e é precisamente no Norte de Portugal onde estas estão concentradas em maior número.

O destino dispõe de 21 balneários termais o que representa cerca de 40% da oferta total nacional. As unidades termais estão dispersas por toda a região em enquadramentos paisagísticos muito distintos que em altitude poderão variar cerca de 756 metros. A unidade termal que se encontra à cota mais baixa está situada a 12 metros de altitude. A temperatura da água pode variar entre os 16° C nas Termas de Vidago e os 76° C nas Caldas de Chaves.

O termalismo no destino Porto e Norte de Portugal apresenta hoje ofertas de spa termal com tratamentos em salas de luz direta num enquadramento arquitetónico misto de tipo clássico-contemporâneo como o Vidago Palace e as Pedras Salgadas. O bem-estar encontra hoje novas linguagens e propostas. O conceito de ecoturismo e *nature park* é uma delas, procurando estabelecer uma ligação entre o recurso termal, a saúde, o bem-estar e a natureza.

Portugal possui 52 nascentes termais de baixa entalpia (20° C-150° C) com aplicação no termalismo, e é precisamente no Norte de Portugal onde estas estão concentradas em maior número.

O destino dispõe de 21 balneários termais o que representa cerca de 40% da oferta total nacional. As unidades termais estão dispersas por toda a região em enquadramentos paisagísticos muito distintos que em altitude poderão variar cerca de 756 metros. A unidade termal que se encontra à cota mais baixa está situada a 12 metros de altitude. A temperatura da água pode variar entre os 16° C nas Termas de Vidago e os 76° C nas Caldas de Chaves.

A modernização de alguns spas termais no Porto e Norte de Portugal tem procurado adicionar mais serviços e oportunidades de lazer para ir ao encontro do seu bem-estar e satisfação. O alojamento, o golfe e a gastronomia constituem algumas dessas propostas.

Entregue a sua saúde e o seu bem-estar ao cuidado das nossas águas!

TERMAS – UMA DESCOBERTA SAUDÁVEL

Apetece-lhe fugir de tudo e regressar ao melhor que a vida tem? Sentir bem de perto a Natureza e saborear o Tempo... deixar cair o manto reconfortante das noites calmas sobre o sentido das coisas...

Parta para as Termas e reencontre o equilíbrio com que sempre sonhou! Entre nesta viagem e descubra águas e tratamentos exclusivos e saiba que não é o único a precisar de um salto qualitativo ao encontro do mais puro bem-estar. Recorrendo às virtudes excepcionais das águas minerais naturais, é cada vez maior o número de Termas que oferecem programas de bem-estar e de promoção de saúde complementares aos tratamentos clássicos. Este segmento da oferta dirige-se a quem procura usufruir simultaneamente dos aspetos lúdicos, turísticos e terapêuticos

que só as Termas podem proporcionar. Também nesta oferta, a vertente terapêutica é importante, proporcionando ao cliente a reposição do equilíbrio orgânico, funcional e mental através de duchas, banhos, massagens, saunas, tratamentos de dermocosmética e tantos outros. São programas de melhoria da qualidade de vida que, com objetivo de promover estilos de vida saudáveis.

ÁGUA MINERAL NATURAL

É uma água considerada bacteriologicamente própria, de circulação profunda, com particularidades físico-químicas estáveis na origem dentro da gama de flutuações naturais, de que resultam propriedades terapêuticas ou simplesmente efeitos favoráveis à saúde.



TERMALISMO

É o uso da água mineral natural e outros meios complementares para fins de prevenção, terapêutica, reabilitação ou bem-estar.

TRATAMENTO TERMAL

É o conjunto de ações terapêuticas indicadas e praticadas a um termalista, sempre sujeitas à compatibilidade com as indicações terapêuticas que foram atribuídas ou reconhecidas à água mineral natural utilizada para esse efeito.

COMO ACEDER A UM PROGRAMA DE TRATAMENTOS TERMAIS

Por recomendação ou prescrição do seu médico de família, ou por sua própria iniciativa, poderá dirigir-se a umas Termas onde terá uma consulta com um médico

hidrologista que lhe prescreverá o programa de tratamentos mais adequado, bem como a respetiva duração.

Os tratamentos termais constituem uma importante ferramenta terapêutica, alicerçada em séculos de experiência de utilização e em estudos de investigação científica que demonstram a sua eficácia. Está plenamente comprovada a eficácia da medicina hidrológica (especialidade reconhecida pela Organização Mundial de Saúde) relativamente ao combate às doenças da civilização, a diversas doenças crónicas e inúmeras perturbações funcionais.

NATUREZA E PATRIMÓNIO

Termas são sinónimo de encontro com a paz interior que no bulício da cidade não encontramos. Falta-nos o tempo e o engenho. E nas Termas, terá todo o tempo para se mimar e sobrarão as formas de o fazer. Uma estada em qualquer uma das excelentes Termas que aqui lhe propomos, permitirá explorar a beleza da região circundante – maravilhas naturais de enorme valor, monumentos históricos, museus, uma rica e vasta gastronomia local, bem como outros polos de lazer e animação – piscinas, campos de ténis, jardins e parques – entre outras atividades lúdicas e culturais.



Trás-os-Montes

Douro

BENAVENTE
VALLADOLID
MADRID →

ZAMORA
VALLADOLID
MADRID →

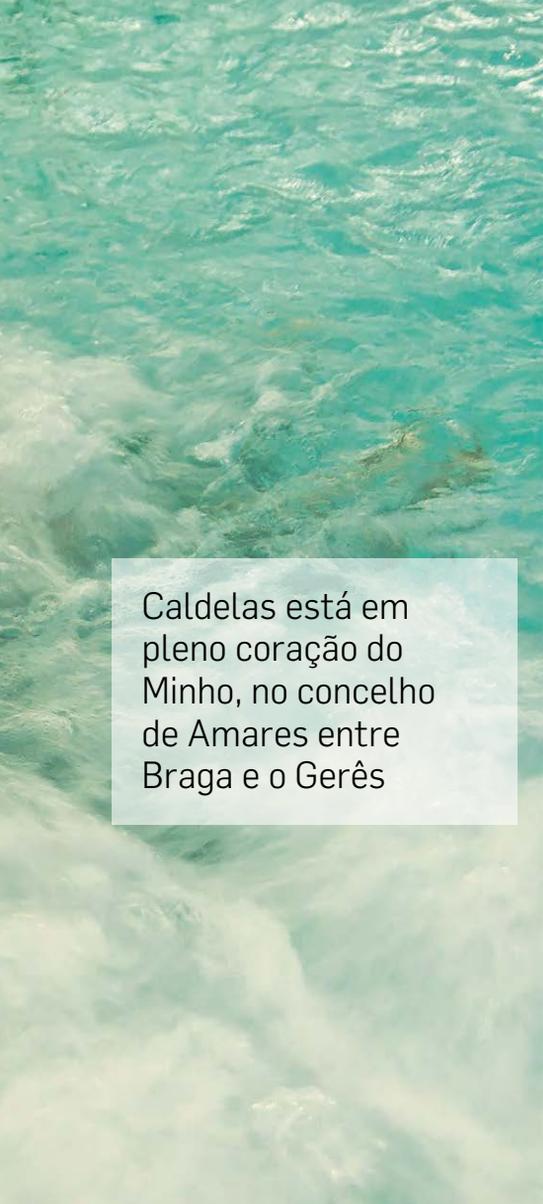
ZAMORA
VALLADOLID
MADRID →

SALAMANCA →

- Auto-estradas**
- Portagem Manual
 - Portagem Eletrónica
 - Easy Toll
 - Via Férrea

- Legenda**
- Termas
 - Património da Humanidade
 - Terminal de Cruzeiros
 - Aeroporto





AMARES TERMAS DE CALDELAS

Caldelas está em pleno coração do Minho, no concelho de Amares entre Braga e o Gerês

Envolvida por uma paisagem verde, é um ótimo destino para fugir ao stress do dia-a-dia, recarregando energias através do bem-estar que um programa termal pode oferecer.

O complexo termal é constituído pelas bicas de água, balneário e centro de medicina física e reabilitação, tendo como principais vocações, para além do bem-estar e combate ao *stress*, o tratamento de perturbações do aparelho digestivo, pele e reumatismo. Na estância termal existem várias opções de alojamento de onde destacamos o Grande Hotel da Bela Vista, construído em finais do século XIX mantém o charme da traça original a par do conforto da hotelaria moderna.

época termal

6 de março a 8 dezembro

horário do Balneário e SPA

segunda a sábado: 8h00-13h00/
/15h00-19h00

domingo: 8h00-13h00

temperatura da água e pH

temperatura: 33° C

pH: 8,05

indicações terapêuticas

A frequência de uma estância termal, independentemente das suas indicações terapêuticas específicas, traz sempre benefícios gerais pelo gozo de um período de repouso-ativo, alimentação saudável, balneoterapia relaxante, alteração climática, etc., que melhoram situações de stresse e fadiga, anorexias, excesso de peso, sedentarismo, tendência para a depressão, etc...

vocações terapêuticas específicas das Termas de Caldelas

Doenças do aparelho digestivo: alterações do trânsito intestinal (diarreia e obstipação), patologias crónicas do intestino (síndrome do cólon irritável, doença de Crohn, colite ulcerosa), dispepsia (dores abdominais, azia, enfartamento, flatulência), discinesia (doenças da vesícula e das vias biliares)

Doenças do aparelho músculo-esquelético: patologia dolorosa (cervicalgias, dorsalgias, lombalgias e ombro doloroso), patologias reumáticas (artrite reumatoide, espondilite, conetivites), patologia



degenerativa (artroses, coluna, ancas, joelhos, mãos e pés.

Doenças das vias respiratórias: rinite, sinusite, bronquite, asma, amigdalites, otites e alergias

técnicas termais

Piscina ativa, duche de jato, duche circular, banho de imersão com duche, subaquático, hidromassagem, banho turco, lamas, vapor coluna ou membros, inalação oral ou nasal, irrigação nasal, nebulizações, pulverização nasal, enteroclises, duche massagem *Vichy*, massagens e ingestão de água



técnicas complementares

Drenagem linfática, massagem facial, massagem corporal com pindas aquecidas, reflexologia, exfoliação com sal marinho, envoltimentos.

programas médicos e programas de bem-estar

Programa de "Relax Termal":

1 a 7 dias

Programa "Anti-Stress": 1 a 7 dias

Programas emagrecimento: 6 a 14 dias

Programas terapêuticos: 7 a 21 dias

todos os programas termais podem ser adquiridos isoladamente ou em pacote

com alojamento no Grande Hotel da Bela Vista

termalismo pediátrico
Programas respiratórios

alojamento (integrado no complexo termal)
Grande Hotel da Bela Vista***

pontos de interesse turístico
Monte de São Pedro (passeios com vistas e natureza deslumbrante)
Rio Homem (moinhos e praias fluviais)
Quintas de vinho verde (visitas e provas)
Gastronomia da região (inúmeros restaurantes de cozinha regional)

endereço e contacto

Termas de Caldelas
Caldelas – Amares
GPS: N 41.667446 O -8.369125

tel.: 253 360 106
e-mail: mail@termasdecaldelas.pt
site: www.termasdecaldelas.pt





BOTICAS **TERMAS DE CARVALHELHOS**

As termas estão situadas a 775 m de altitude, rodeada pelo parque das Serras do Barroso

A 8 km para poente da Vila de Boticas, num dos contrafortes da Serra das Alturas, brotam as águas de Carvalhelhos no sítio denominado Caldas Santas, aprazível lugar que convida à quietude meditativa pela doçura meso-hermínia do seu clima.





indicações terapêuticas

Aparelho digestivo,
metabolismo, pele e aparelho
circulatório

técnicas termais

Banhos de imersão e
hidromassagens

pontos de interesse turístico

Castro pré-romano
Fonte dos amores
Barragem dos Pisões
Boticas Parque – Natureza e
Biodiversidade
Ponte romana

endereço e contacto

Termas de Carvalhos
Rua das Caldas Santas, nº9
Carvalhos – Boticas
GPS: 41°41'43,07"N 7°43'45.63"W

tel.: 276 410 300
e-mail: geral@carvalhos.pt
site: www.carvalhos.pt

época termal

15 de julho a 15 de setembro

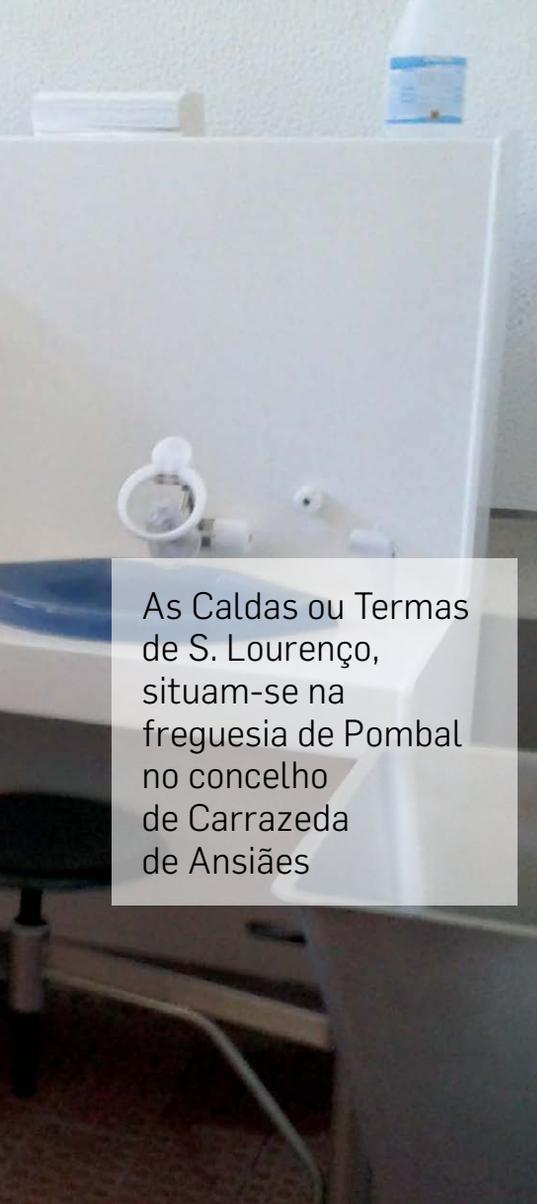
horário do Balneário e SPA

segunda a sábado: 8h00-12h00/
/15h30-18h00

temperatura da água e pH

temperatura: 20° C
pH: 8





CARRAZEDA DE ANSIÃES **CALDAS DE S. LOURENÇO**

As Caldas ou Termas de S. Lourenço, situam-se na freguesia de Pombal no concelho de Carrazeda de Ansiães

Estão encaixadas a meia vertente na margem esquerda do vale do rio Tua. As Caldas de São Lourenço devido ao seu enquadramento paisagístico são admiráveis e em Portugal talvez nenhuma outra se lhe comparem neste aspeto. Mas é o relevo do local que o torna único, a encosta íngreme sobre o rio Tua, as montanhas que se deslumbram, por cima do horizonte da outra margem, o silêncio, o tempo que parece parado, tornam São Lourenço num local mágico.





indicações terapêuticas

Doenças reumáticas,
músculo-esqueléticas e
doenças das vias respiratórias

técnicas termais

Banhos de imersão simples,
banhos com bolha de ar, banho
com duche subaquático, banho
de hidromassagem simples,
duche escocês (jato ou crivo),
duche circular, duche-
massagem (tipo "Vichy") vapor
parcial (membros), vapor
parcial (coluna); irrigação
nasal, pulverização
orofaríngea, nebulização
orofaríngea; aerossol simples

programas médicos e programas de bem-estar

Programas de curta duração
(com consulta médica prévia)

pontos de interesse turístico

Calçada de Pombal
Castelo de Carrazeda de
Ansiães (Lavandeira)
Biblioteca Municipal de
Carrazeda de Ansiães
Fonte das Sereias
Museu da Memória Rural
(Vilarinho da Castanheira)
Centro Interpretativo do
Castelo de Ansiães (CICA)
Núcleo Museológico do Lagar
de Azeite de Lavandeira
Miradouro da Rota do Douro

época termal

1 de junho a 30 de setembro

horário do Balneário e SPA

segunda a sexta: 9h00-12h00/
/15h00-19h00

temperatura da água e pH

temperatura: 34,4° C
pH: 8,2



endereço e contacto

Caldas de S. Lourenço
EM 629 – São Lourenço
GPS: 41°17'29.56"N 7°22'24.75"W

tel.: 278 669 041

e-mail: geral@cmca.pt

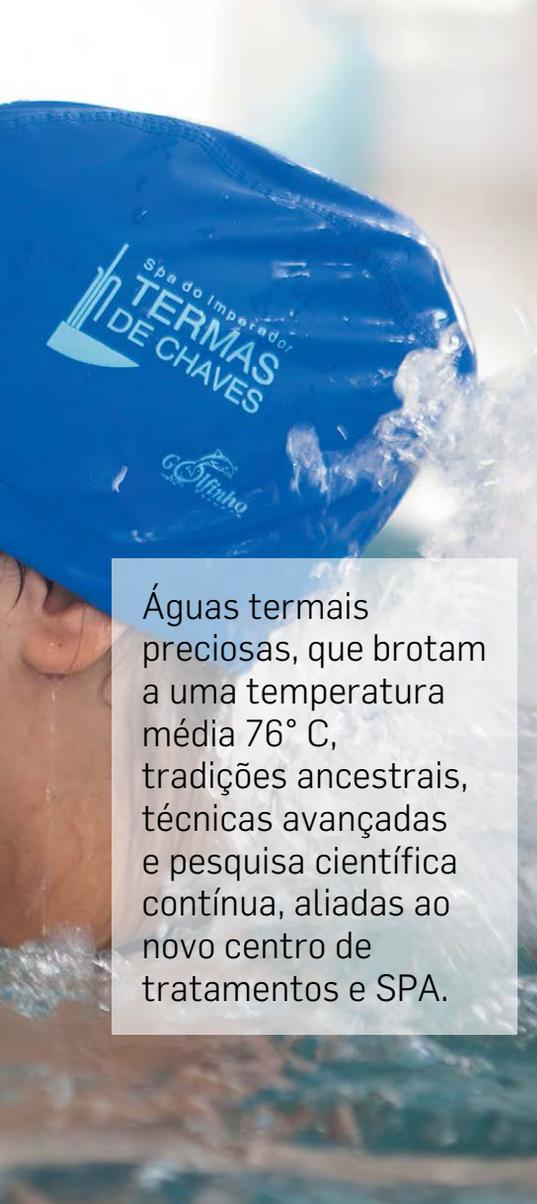
site: www.cm-carrazedadeansiaes.pt

facebook: <https://www.facebook.com/carrazedadeansiaes.pt>



CHAVES

CHAVES – TERMAS & SPA



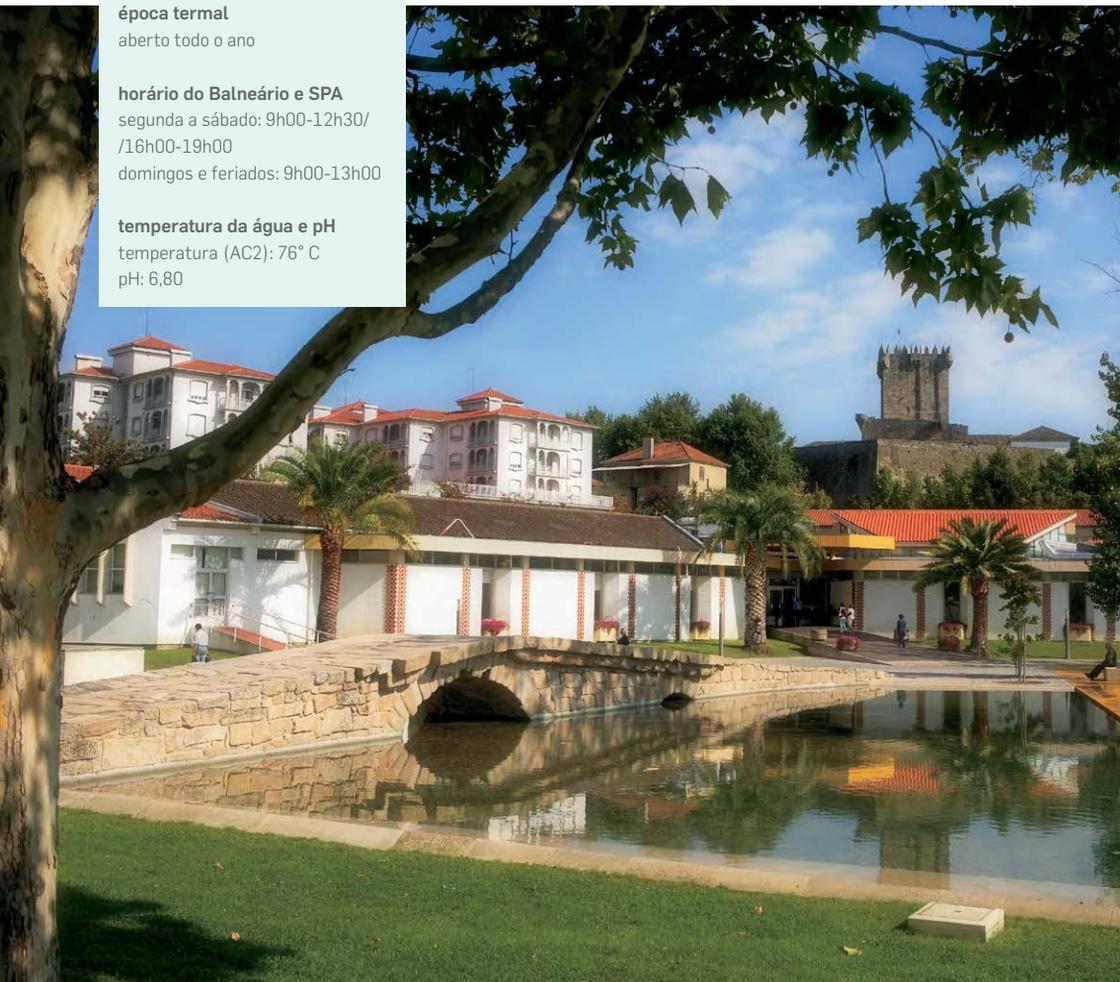
Águas termais preciosas, que brotam a uma temperatura média 76° C, tradições ancestrais, técnicas avançadas e pesquisa científica contínua, aliadas ao novo centro de tratamentos e SPA.

Paixão pela água. As Termas de Chaves oferecem programas completos e exclusivos integrando saúde, bem-estar e relaxamento, em harmonia com a natureza para todos os clientes que buscam bem-estar físico e psíquico. Nas Termas de Chaves correm águas benéficas para o tratamento de doenças reumáticas e músculo-esqueléticas, dos aparelhos respiratório superior e digestivo, e prevenção de problemas cardiovasculares. As férias nas Termas de Chaves são relaxantes e agradáveis para toda a família, oferecendo tratamentos personalizados para melhorar a saúde e recuperar o bem-estar, dispondo, agora, de um novo centro de medicina física e de reabilitação.

época termal
aberto todo o ano

horário do Balneário e SPA
segunda a sábado: 9h00-12h30/
/16h00-19h00
domingos e feriados: 9h00-13h00

temperatura da água e pH
temperatura (AC2): 76° C
pH: 6,80





indicações terapêuticas

Doenças reumáticas e músculo-esqueléticas, doenças do aparelho respiratório e doenças do aparelho digestivo

técnicas termais

Imersão em banheira e piscina; técnicas de vapor: *Bertholet* à coluna, *Bertholaix*, banho turco, sauna, manilúvio/ /pedilúvio, *pedidaix*; técnicas de duche: duche tipo *Vichy*, agulheta, circular, subaquático, hidropressoterapia, câmara de vapor; inaloterapia: nebulização, pulverização, irrigação nasal aerossol sónico, inalação completa, cinesiterapia respiratória.

técnicas complementares

Tratamentos eletroterapia/ /fisioterapia: hidrocolater, crioterapia, infravermelhos, ionização, massagem parcial e geral, mobilização, ondas curtas, parafina, ultrassons e ultravioletas
Tratamento complementar de mecanoterapia: reeducação motora individual, reeducação mecânica, reeducação corretiva postural, tapete, mobilização passiva/ /ativa/resistida

programas médicos e programas de bem-estar

Programas médicos: metabolismo/obesidade, antitabágico, relaxante, vascular, digestivo, respiratório, osteoarticular, hidratação corporal
Programas bem-estar: *Aquae Energy*, *Aquae Relax*, *Aquae Purify*, *Aquae Balance*, *Aquae Detox*

termalismo pediátrico

Programas adaptados às diferentes patologias e idades

pontos de interesse turístico

Museu Nadir Afonso
Museu das Termas Romanas
Ponte Romana
Torre de Menagem
Igreja Matriz

endereço e contacto

Chaves – Termas & SPA
Largo das Caldas
Chaves
GPS: 41° 44' 16.53" N 7° 28' 20.86" W

tel.: 276 332 445
e-mail: geral.termas@chaves.pt
site: www.termasdechaves.com
facebook: <https://www.facebook.com/termasdechaves>



CHAVES BALNEÁRIO PEDAGÓGICO DE VIDAGO

A vila termal de Vidago teve um período de esplendor entre 1875-1877 quando o rei Luís I, visitou consecutivamente este edílico destino termal.

A fama dos poderes curativos das águas espalhou-se tão longe que em 1876-1889 foram premiadas em Madrid, Paris, Viena e Rio de Janeiro.

No reinado de D. Carlos I, a família real e os seus convidados fizeram de Vidago um dos seus destinos privilegiados, no qual encontravam qualidades e benefícios terapêuticos únicos nas suas águas minerais. A inauguração do troço da linha férrea de Vila Real às Pedras Salgadas por sua majestade El-rei D. Carlos I, em 1907, que chegou a Vidago dois anos mais tarde, em 1909, colocou estas termas numa popularidade renovada.

Nas décadas de 50 e 60 a vila termal de Vidago volta a ser procurada pela alta sociedade que encontra no magnífico Vidago Palace Hotel estadas perfeitas com passeios



horário do Balneário e SPA

segunda a sábado: 9h00-12h30/
/16h00-19h00
domingo: encerrado

temperatura da água e pH

temperatura: 19° C
pH: 7,74

pelelo esplendoroso bosque, jogos de golf e cura de algumas doenças com recurso às suas afamadas águas termais, distribuídas pelas 3 fontes de estilo *belle époque*.

Certos de que a história se repete, acreditamos que surge agora um novo tempo para Vidago com a criação desta nova estrutura termal. O balneário pedagógico de investigação e desenvolvimento de práticas termais de Vidago enquadra-se na remodelação dos edifícios da antiga estação de caminho-de-ferro de

Vidago e propicia aos termalistas tratamentos que permitem a recuperação e manutenção da condição física, para alcançar um estado pleno de satisfação. Dispõe ainda de um centro de nutrição, com alternativas que permitem tirar partido das características únicas das águas termais de Vidago em programas cuidadosamente delineados para a promoção da saúde.



indicações terapêuticas

Patologias do sistema nervoso, aparelho circulatório, aparelho respiratório, aparelho digestivo, pele, doenças reumáticas e músculo-esqueléticas

técnicas termais

Hidropinia (ingestão água), técnicas de imersão em banheira, técnicas de imersão parcial, técnicas de hidrocinesiterapia, técnicas de duche, técnicas de vapor, técnicas especiais, técnicas para as vias respiratórias

técnicas complementares

Massagem

programas médicos e programas de bem-estar

Programas definidos individualmente

termalismo pediátrico

Programas adaptados às diferentes patologias e idades

pontos de interesse turístico

Museu Nadir Afonso
Museu das Termas Romanas
Ponte Romana
Torre de Menagem
Igreja Matriz
Vidago Palace Hotel

endereço e contacto

Balneário Pedagógico de Vidago
Rua João de Oliveira, s/n
5425-352 Vidago
GPS: 41°38'00.82"N 7°34'13.51"W

tel.: 276 301 515

e-mail: geral@balneariopedagogico.vidago.com

site: www.balneariopedagogico.vidago.com

facebook: www.facebook.com/balneariovidago





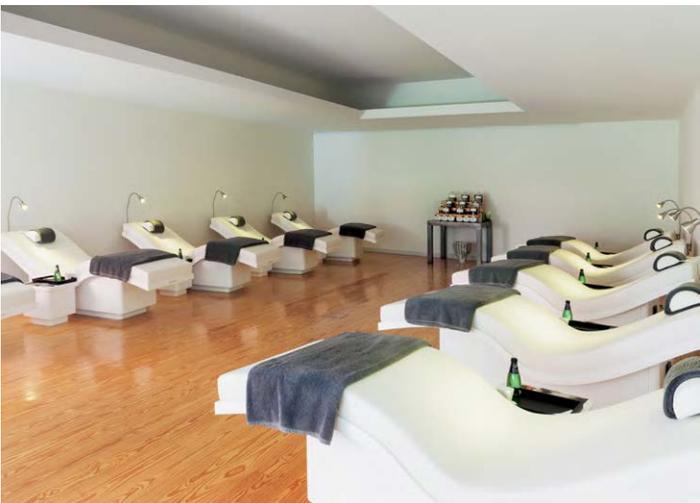
CHAVES

VIDAGO PALACE THERMAL SPA

O Vidago Palace Spa é um lugar de sofisticada elegância e requinte entre 100 hectares de pinho e cedro perfumado, misturado com alecrim e lavanda através de todo o parque.

O Vidago Palace Spa é um lugar de sofisticada elegância e requinte entre 100 hectares de pinho e cedro perfumado, misturado com alecrim e lavanda através de todo o parque. A história das águas de Vidago começou no século XVII, época em que se confirmou que a mesma tem propriedades terapêuticas e curativas exclusivas. Estas águas são recolhidas diretamente de captações profundas em terrenos de pura rocha granítica, sendo atualmente utilizadas em diversos tratamentos do Spa do hotel. A elegância arquitetónica do Vidago Palace e do seu contemporâneo Spa – fresco e de linhas limpas – vem trazer uma nova dimensão para o famoso parque e hotel de Vidago. No Vidago Palace Spa as experiências são únicas e memoráveis, com a cura através das águas minerais terapêuticas. Aproveite o

nosso duche refrescante, a fonte de gelo revigorante e energize o seu corpo na luxuosa piscina de vitalidade, localizada numa maravilhosa atmosfera exterior. Entre num novo mundo de emoções e de descoberta, com a dedicação dos nossos terapeutas, treinados pelos *standards* internacionais, enriquecendo a sua experiência com a água de Vidago, o "tratamento perfeito" para a mente, corpo e alma. Encontre a memória perfeita da sua visita na nossa área exclusiva de loja com um aconselhamento personalizado para todas as suas necessidades.





indicações terapêuticas

Doenças da pele, aparelho digestivo, sistema nervoso e músculo-esquelético

técnicas termais

Hidropinia, duche de jato, banho de imersão simples, banho de hidromassagem, banho de hidromassagem com jato subaquático e duche de massagem geral ou parcial

técnicas complementares

Tratamentos de mesoterapia transdérmica e drenagem linfática eletrónica; tratamentos de aromaterapia; tratamentos de beleza faciais e corporais; massagens tradicionais – *shiatsu*, reflexologia, drenagem linfática manual, *indian head massage*; terapias complementares – acupuntura tradicional; pacotes “*Day Spa*”; nutrição

programas médicos e programas de bem-estar

Programas de Bem-Estar para estadias de 7 noites, em regime de pensão completa com menu personalizado; tratamentos termais diários e distintos tratamentos complementares *BodyShapping, Purifying, De-Stress, Keep Moving*

época termal

aberto todo o ano

horário do Balneário e SPA

segunda a domingo: 9h00-21h00

temperatura da água e pH

temperatura: 10° C
pH: 6,2

alojamento (integrado no complexo termal)
Vidago Palace Hotel*****

pontos de interesse turístico

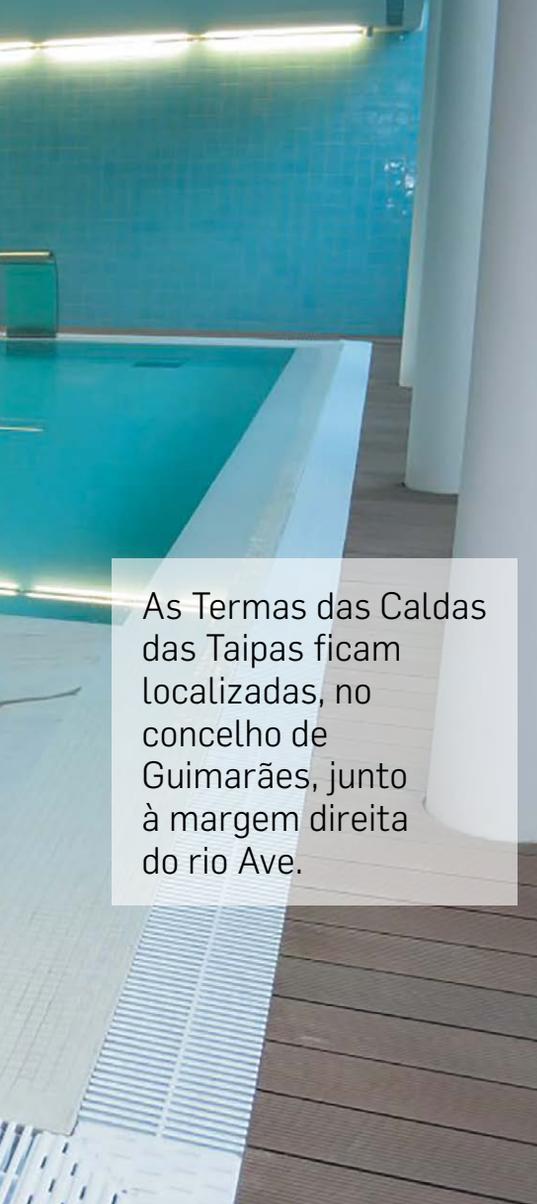
Castelo de Chaves
Palácio de Mateus (Vila Real)
Minas Romanas de Tresminas (Vila Pouca de Aguiar)
Pena Aventura Park (Ribeira de Pena)

endereço e contacto

Vidago Palace Thermal Spa
Parque de Vidago
Vidago – Chaves
GPS: 41°38'24"N 7°34'22.8"W

tel.: 276 990 970
e-mail: spa@vidagopalace.com
site: www.vidagopalace.com
facebook: www.facebook.com/
Vidago.Palace.hotel.Spa





GUIMARÃES TAIPAS TERMAL

As Termas das Caldas das Taipas ficam localizadas, no concelho de Guimarães, junto à margem direita do rio Ave.

As suas águas termais foram primeiro descobertas no primeiro século da nossa era durante a passagem pelos romanos na região, são disso testemunho os vestígios de um balneário termal, localizados no mesmo local onde funcionaram os primeiros balneários termais – os Banhos Velhos. Estes foram posteriormente substituídos por novas instalações no início do século XX. Recentemente, foi criada a marca Taipas Termal e novos produtos foram criados, na área do SPA termal e da cosmética. Em Setembro de 2015 foi inaugurado o requalificado balneário termal das Caldas das Taipas, que agora inclui também uma moderna Clínica de Saúde. A excelência e as qualidades diferenciadoras refletidas nos tratamentos termais, cuidados de saúde e medicina desportiva, têm como suporte vital

o aproveitamento e a valorização do recurso endógeno – a água termal, conjugado com a defesa e valorização do património e qualidade dos serviços prestados. Com estas obras de requalificação, o balneário centenário foi dotado de novas condições de prestação de serviços, de acordo com os mais modernos padrões de qualidade, tanto na valência do termalismo clássico, como nas valências de SPA e Bem-Estar.



época termal

Termalismo clássico: todo o ano
SPA e Bem-Estar: todo o ano

horário do Balneário e SPA

Thermas

segunda a sexta: 8h30-12h30/
/15h00-21h00

sábado: 8h30-13h00

domingo: sujeito a marcação
prévia

SPA

segunda a sábado: 8h30-21h00

domingo: sujeito a marcação
prévia

temperatura da água e pH

temperatura: 30° C

pH: 8,22

indicações terapêuticas

As águas sulfúricas das Caldas das Taipas são indicadas para o tratamento de patologias associadas ao aparelho respiratório, assim como outras do foro dermatológico e osteoarticular

técnicas termais

Banhos de imersão e hidromassagem, duche *Vichy*, duche de agulheta, lamas, *bertholaix*, estufa de vapor pés e mãos, nebulizações, irrigações, aerossóis, circuito termal que inclui acesso à piscina termal, sauna e banho turco.

técnicas complementares

Cataplasma de lamas
Massagem (15, 30 e 60 min.)
Massagem geotermal (30 min.)
Esfoliação corporal (20 min.)
Chocoterapia (30 min.)
Candle massage (30 min.)
Massagem de drenagem linfática (30 min.)
Massagem dupla (30 min.)

programas médicos e programas de bem-estar

Programa *Aqua Relax* Normal: duche *Vichy* (15 minutos), circuito termal e banho de imersão com hidromassagem ou bolha de ar

Programa *Aqua Relax Plus*:
duche *Vichy* (15 minutos),
duche de agulheta, circuito
termal e banho de imersão
com hidromassagem ou bolha
de ar

Programa *Aqua Relax Deluxe*:
banho de imersão com
hidromassagem ou bolha de ar,
duche de agulheta, duche *Vichy*
(30 minutos) e circuito termal

Programa *Relax Normal*:
massagem geral de relaxa-
mento (15 minutos), aplicação
com lamas e circuito termal

Programa *Relax Plus*:
massagem geral de
relaxamento (30 minutos),
aplicação com lamas, banho de
imersão com hidromassagem
ou bolha de ar e circuito termal

Programa *Relax Deluxe*:
massagem geral de
relaxamento (30 minutos),
máscara de algas, banho de
imersão com hidromassagem
ou bolha de ar, circuito termal
e duche de agulheta

Programa *Day Spa*: duche
Vichy (15 minutos), circuito
termal, banho de imersão com
hidromassagem ou bolha de ar,
massagem geral (15 minutos)
e aplicação com lamas

Programa *Two Days Spa*:
1.º Dia – circuito termal,
aplicação com lamas e
massagem geral de
relaxamento (15 minutos).

2.º Dia – banho de imersão
com hidromassagem ou bolha
de ar, duche agulheta e duche
Vichy (30 minutos)

Programa *Holiday Spa*:

1.º Dia – aplicação com lamas,
massagem de relaxamento
geral (30 minutos) e circuito
termal.

2.º Dia – banho de imersão com
hidromassagem ou bolha de ar,
duche *Vichy* (30 minutos) e
duche agulheta

Programa *Momentos*

*Chocolate (Chocolat
Moments)*: envolvimento em
chocolate, massagem com
chocolate, banho de imersão
com hidromassagem ou bolha
de ar, duche agulheta e circuito
termal.

A Taipas Termal dispõe de
outros programas de bem-
estar que poderão ser
consultados no site
www.taipastermal.com

alojamento

A Taipas Termal dispõe de
protocolos de cooperação com
algumas unidades hoteleiras.

pontos de interesse turístico

Edifício dos Banhos Velhos
(balneário construído em
meados do século XIX, com
vestígios do primeiro balneário,
de construção romana)

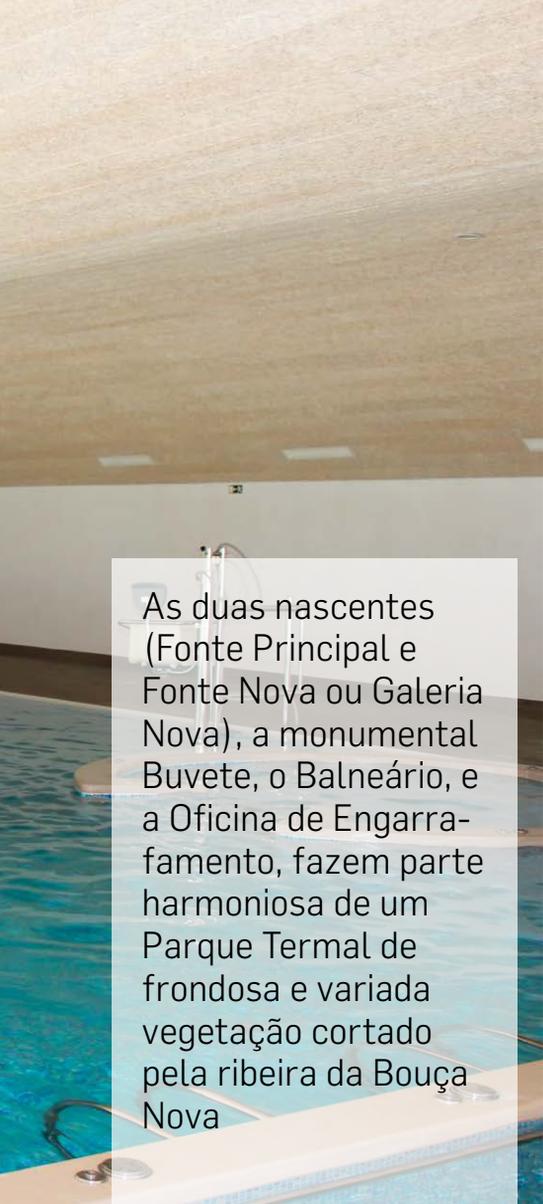
Ara de Trajano (Monumento
Nacional) com inscrição
honorífica gravada num
penedo faceado, dedicada ao
imperador Trajano Augusto
Citânia de Briteiros –
emblemático conjunto
arqueológico da cultura
castreja do Norte Peninsular
e o mais extensamente
escavado em Portugal
Centro Histórico de Guimarães
– Património da Humanidade
(7 km da estância termal)
Braga – capital de distrito e
importante centro de arte
sacra, de onde se destaca a Sé
de Braga (14 km da estância
termal)

contacto

Taipas Turitermas C.I.P.R.L.
Largo das Termas
Caldas das Taipas – Guimarães
GPS: N 41.487801 O -8.342652

tel.: 253 577 845
e-mail: info@taipastermal.com
site: www.taipastermal.com
facebook: [www.facebook.com/
taipastermal](http://www.facebook.com/taipastermal)





MELGAÇO TERMAS DE MELGAÇO, MEDICAL SPA

As duas nascentes (Fonte Principal e Fonte Nova ou Galeria Nova), a monumental Buvete, o Balneário, e a Oficina de Engarrafamento, fazem parte harmoniosa de um Parque Termal de frondosa e variada vegetação cortado pela ribeira da Bouça Nova

É sem dúvida a Buvete da Fonte Principal o *ex-libris* das Termas de Melgaço, obra desenhada pelo Engenheiro Luís Couto dos Santos, terminada em 1915. Trata-se de um pavilhão monumental da arquitetura do ferro, construído sobre a captação. De planta quadrada a nível mais baixo do que o solo, para o qual se desce por 3 largas escadarias para o centro, no qual se encontra a nascente. O Balneário ficou concluído em 1924, mas já no ano anterior funcionara metade dele, como se depreende do relatório de 1923 citado por Acciaiuoli (1944,IV,10). Pertence à mesma escola arquitetónica embora sem a monumentalidade da Buvete, é uma espaçosa construção em 2 corpos laterais a um central de entrada, que correspondia, aquando da construção à divisão por sexos dos tratamentos balneoterápicos.

época termal

meados de junho a meados de setembro

horário do Balneário e SPA

quarta a sábado: 9h30-12h30/
/14h30-19h30

domingo: 9h30-12h30

terça: 14h30-19h30

encerrado à segunda

temperatura da água e pH

temperatura: entre 15° C e 18° C
pH: 5,8/5,9

indicações terapêuticas

Diabetes tipo 1, diabetes tipo 2, dislipidemias
Aparelho digestivo: dispepsia, duodenites, colecistites crónicas, disquinésia biliar, obstipação, cólon irritável ou colite funcional;
Osteoarticular: lombalgia, artralgia, incapacidade funcional; respiratórias: rinite alérgica, sinusite, faringite crónica, bronquite crónica

técnicas termais

Irrigações nasais e inalações, banhos de vapor (*Bertolaix*; vapor à coluna e banho turco); banhos de jato, banhos de imersão (hidromassagens com e sem massagem subaquática), duche circular; duche *Vichy*, percurso Celta, contra Corrente e jacuzzis diversos

técnicas complementares

Técnicas corporais:
Peeling+hidratação; técnica redutora; envolvimentos

programas médicos e programas de bem-estar

Programas médicos:
tratamento à diabetes
Programas de Bem-Estar:
circuito termal, massagens relaxantes





termalismo pediátrico

Prescrito caso a caso

alojamento

Monte Prado Hotel & Spa****
(2 km)

pontos de interesse turístico

Núcleo Museológico de
Melgaço e Casco Velho da Vila
Porta de Lamas de Mouro
– Parque Nacional da Peneda
Gerês
Património cultural/religioso
(N. Sra. da Peneda, Mosteiro
de Fiães)
Castro Laboreiro (Castelo,
cão raça Castro Laboreiro)
Solar do Alvarinho e Palácio
da Brejoira

endereço e contacto

Termas de Melgaço, medical SPA
Parque Termal do Peso – Melgaço
GPS: 42°6'23"N 8°16'57"W

tel.: 251 404 404

e-mail: geral@termasdemelgaco.pt

site: www.termasdemelgaco.pt

facebook: <https://pt-pt.facebook.com/TermasdeMelgaco>





MONÇÃO CENTRO TESAL – TERMAS DE MONÇÃO

As qualidades das nossas águas estão associadas a um espaço de belíssimos recantos de onde brotam, uma paisagem agradável junto ao rio, ambiente relaxante, proporcionando ótimas condições para a prática do termalismo.

O Centro Tesal – Termas de Monção, é um centro termal do século XXI, dotado da mais moderna tecnologia hidroterapêutica para o ótimo aproveitamento das suas águas mineromedicinais, e com supervisão médica especializada.

As nossas águas possuem uma excecional composição: são hipertermiais (brotam a 49,5°C), hipossalinas, sulfúricas, sódicas, litinadas, fluoretadas e com um ph de 7,4. Estas qualidades das nossas águas estão associadas a um espaço de belíssimos recantos de onde brotam, uma paisagem agradável junto ao rio, ambiente relaxante, proporcionando ótimas condições para a prática do termalismo.

época termal

aberto todo o ano

horário do Balneário e SPA

verão (1 de junho a 31 de outubro)

Tratamentos termais:

segunda a sábado: 8h30-20h30

domingo: 8h30-18h00

Clube Termal:

segunda a sábado: 10h00-20h30

domingo: 10h00-18h00

inverno (1 de novembro a 31 de maio)

Tratamentos termais:

segunda a sexta: 8h30-14h00/
/16h00-20h30

sábado: 8h30-20h30

domingo: 8h30-18h00

Clube Termal

segunda a sexta: 10h00-14h00/
/16h00-20h30

sábado: 10h00-20h30

domingo: 10h00-18h00

temperatura da água e pH

temperatura: 49° C

pH: 7,4

indicações terapêuticas

Doenças reumáticas:

reumatismos osteoarticulares crónicos (artrose do joelho, da anca e da coluna), reumatismos e dores neuromusculares (lombalgias, ciáticas e fibromialgias) reumatismos inflamatórios (artrite reumatoide, artrite psoriásica e espondilites anquilopoiéticas), reumatismos metabólicos (condrocalcinosis, gota e sequelas pós-traumáticas de fraturas)

Doenças respiratórias: rinite, sinusite, otite, rinofaringite, asma, bronquite crónica, enfisemas e bronquiectasias
Doenças dermatológicas: psoríase, dermatites atópica, eczemas, urticárias e dermatites de contacto

Doenças da vida moderna: As águas de Monção não estão apenas indicadas nas doenças físicas. Graças à sua ação tonificante, regeneradora e anti-inflamatória natural, também produzem melhorias no tratamento de doenças modernas como o stress, a depressão e o esgotamento intelectual

técnicas termais

Banho de imersão simples/
/mineromedicinal; banho de



hidromassagem; banho de hidromassagem com jatos subaquáticos; banho de borbulhas; eletroterapia; duche *Vichy*; ultrassom; tratamentos ORL (irrigação, nebulização e inalação); duche escocês

técnicas complementares

Aplicação local de parafangos, pressoterapia, envolvimento em óleos, envolvimento em algas/algas drenantes, envolvimento em chocolate, massagem local, massagem geral de relaxamento, massagem craniofacial, massagem de relaxamento geral extra, massagem geral

de relaxamento a 4 mãos,
drenagem linfática pernas/
/completa, massagem linfática
facial, massagem debaixo de
água, massagem redutora e
anti-celulítica

programas médicos e programas de bem-estar

Liberte-se do *stress* (banho
anti-*stress*, envolvimento e
massagem geral de
relaxamento);
Exfoliante e mineralizante
(exfoliação corporal,
envolvimento hidratante em
algas, massagem geral de
relaxamento);
Reafirmante e anti-celulítico
(exfoliação corporal,
envolvimento em algas
drenantes, pressoterapia,
massagem anti-celulítica);
"Doces Sensações"
(envolvimento em chocolate,
banho antioxidante com óleo
de cacau, massagem geral
de relaxamento)

termalismo pediátrico

Consulta médica, inscrição,
acesso à piscina termal
especial para crianças com
acompanhamento e
tratamentos especializados
das vias respiratórias – preço
especial de acesso ao circuito
termal para os pais



alojamento (integrado no
complexo termal)
Hotel Bienestar Termas de
Monção****

pontos de interesse turístico

Palácio da Brejoeira
Quinta da Pedra
Jardim "A Canuda" em
Salvaterra
Santuário N. Senhora da Penada
Parque Nacional da Penada
Gerês

endereço e contacto

Centro Tesal – Termas de Monção
Avenida das Caldas – Monção
GPS: N 42.07843 O -8.47529

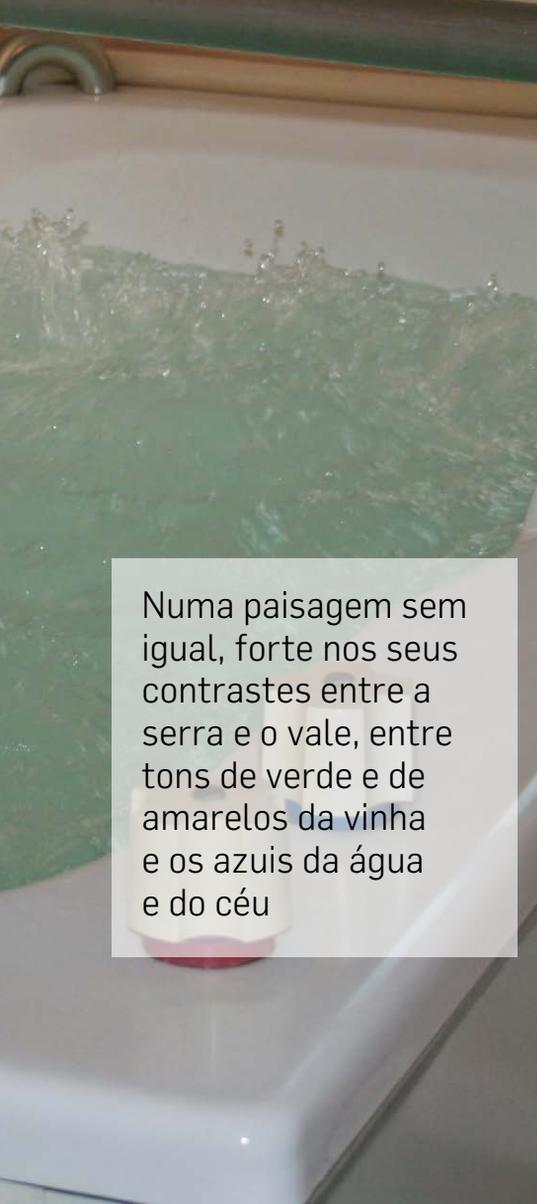
tel.: 251 648 367

e-mail: tesalmoncao@tesal.com

site: www.tesal.com/pt/moncao/







MURÇA **EMPRESA TERMAL DE CALDAS DE CARLÃO, LDA.**

Numa paisagem sem igual, forte nos seus contrastes entre a serra e o vale, entre tons de verde e de amarelos da vinha e os azuis da água e do céu

A sensação de qualquer visitante é de completo e justificado deslumbramento pela obra da natureza, onde se desconhece a palavra poluição.

O sossego e o ar puro fazem deste lugar, o local ideal para umas férias de sonho ou fim-de-semana recatado.

Desde a sua génese as Caldas de Carlão têm sido objeto de tratamento por parte de ilustres especialistas de águas medicinais.

época termal

15 de maio a 15 de outubro

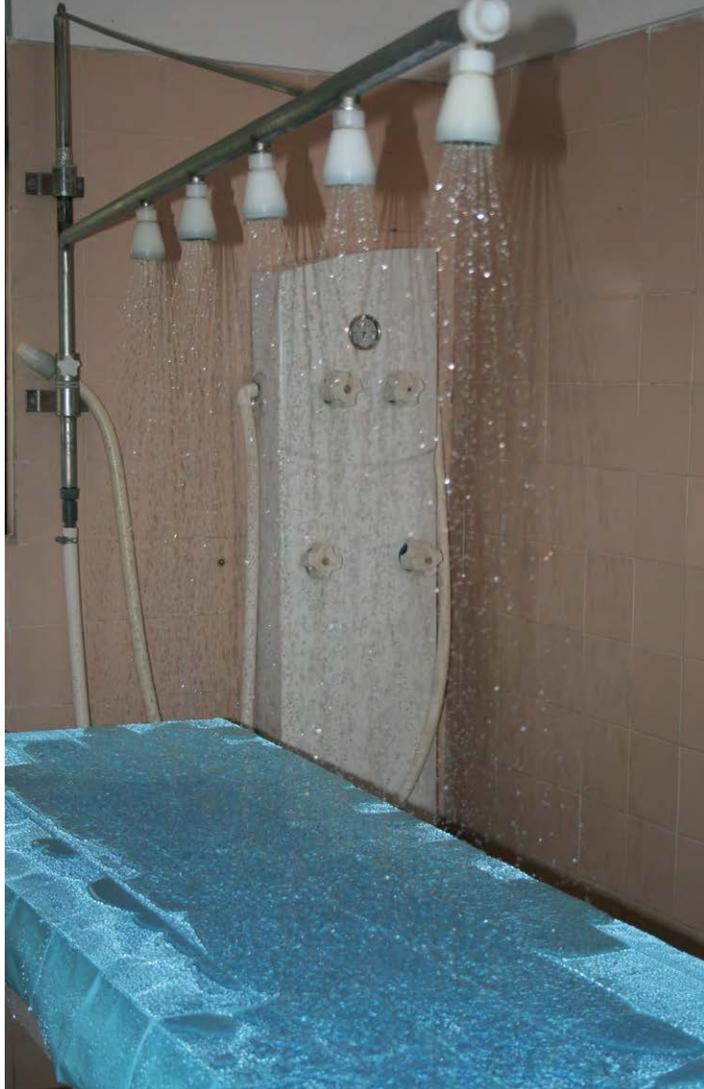
horário do Balneário e SPA

segunda a domingo: 8h00-12h00/
/16h00-19h00

temperatura da água e pH

Temperatura: 29° C

pH: 8,2





indicações terapêuticas

Patologias dermatológicas, afeições reumáticas e músculo-esqueléticas, afeições do aparelho respiratório e afeições do aparelho digestivo

técnicas termais

Banho de imersão, *Bertholet* (vapor à coluna), banho de hidromassagem computadorizada, banho de hidromassagem com aerobanho, duche massagem *Vichy*, duche circular, duche subaquático, duche leque, duche agulheta e inalações

técnicas complementares

Drenagem linfática, bambu terapia e reflexologia

programas médicos e programas de bem-estar

Massagem terapêutica
Massagem de relaxamento com óleo de extrato de uva
Massagem geotermal (30 min e 60 min)
Massagem localizada
Massagem anti-celulítica
Massagem *ayurvédica*

termalismo pediátrico

Sim

pontos de interesse turístico

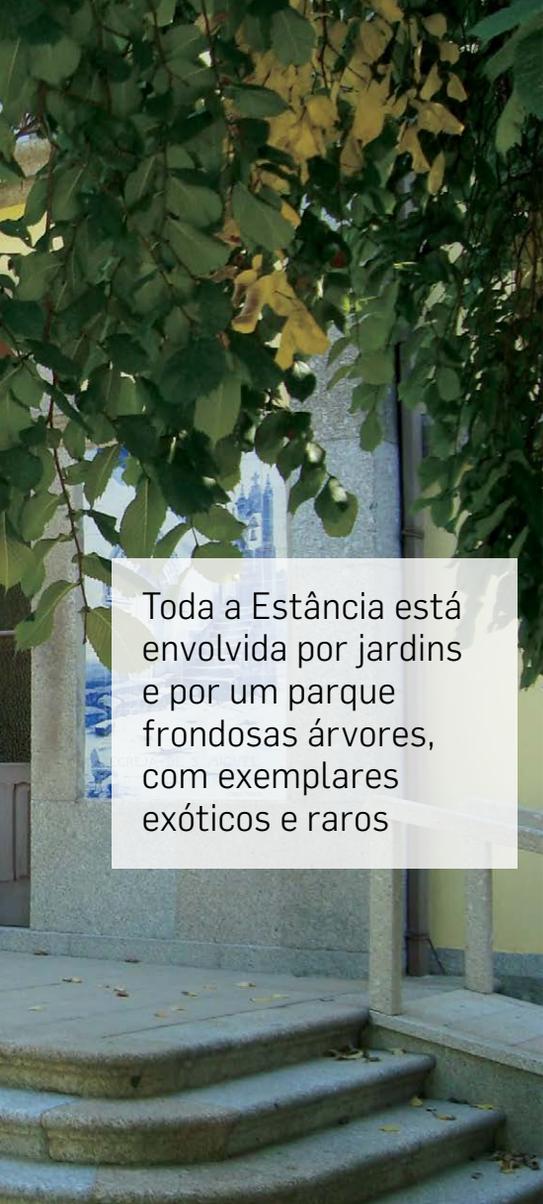
Pala Pinta – Carlão
Pesca no Rio Tinhela
Moscatel de Favaio

endereço e contacto

Caldas de Carlão – Murça
GPS: N 41.330206 O -7.371687

tel.: 259 549 147/259 548 013
e-mail: mail@caldasdecarlao.com
site: www.caldasdecarlao.com





PENAFIEL TERMAS INATEL DE ENTRE-OS-RIOS

Toda a Estância está envolvida por jardins e por um parque frondosas árvores, com exemplares exóticos e raros

A famosa Estância Termal de Entre-os-Rios, também conhecida pela designação de Termas da Torre, por estar localizada numa área que corresponde aproximadamente à famosa Quinta da Torre senhorial referenciada desde o século XII, que pertenceu a uma tia paterna de Egas Moniz, aio do primeiro rei de Portugal, foi concedido o primeiro alvará para exploração das suas extraordinárias águas medicinais em 13 de Setembro de 1894.

época termal

2 de maio a 31 de outubro

horário do Balneário e SPA

segunda a sábado: 8h00-12h00/

/15h30-18h00

domingo: 8h00-12h00

temperatura da água e pH

temperatura: 18° C

pH: 8,7



indicações terapêuticas

Aparelho respiratório, doenças reumáticas e músculo esquelética

técnicas termais

Banho de imersão, banho de hidromassagem, duche *Vichy*, duche agulheta, banho de vapor à coluna, *Bertholet* aos membros, inalação, irrigação, pulverização, aerossol, gargarejo

técnicas complementares

Massagem geral, massagem parcial e calor húmido



programas médicos e programas de bem-estar

Massagem geral, massagem parcial, duche *Vichy*, duche de agulheta; banho de hidromassagem

termalismo pediátrico

Inalação, irrigação, pulverização, aerossol

alojamento (integrado no complexo termal)

Hotel INATEL Entre-os-Rios ***

pontos de interesse turístico

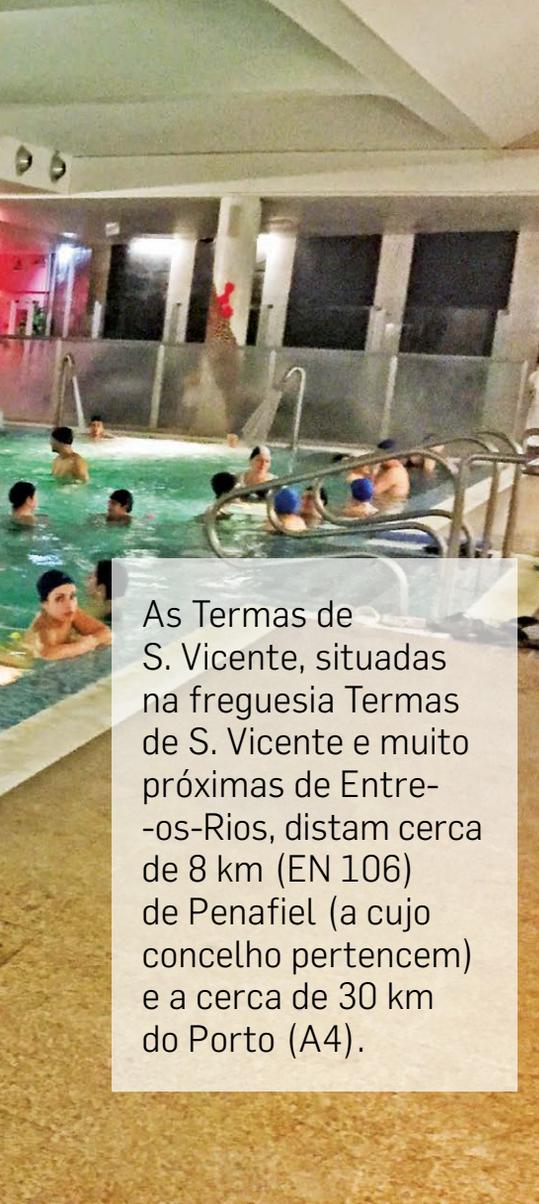
Entre-os-Rios
Mosteiro Paços de Sousa
Quinta da Aveleda
Cidade Morta do Mozinho
Igreja Românica de Eja

endereço e contacto

Inatel Entre-os-Rios
Torre, Portela – Penafiel
GPS: 41°05'58"N 8°17'31"W

tel.: 255 616 05
e-mail: inatel.erios@inatel.pt
site: www.inatel.pt





As Termas de S. Vicente, situadas na freguesia Termas de S. Vicente e muito próximas de Entre-os-Rios, distam cerca de 8 km (EN 106) de Penafiel (a cujo concelho pertencem) e a cerca de 30 km do Porto (A4).

PENAFIEL TERMAS DE S. VICENTE

As Termas de S. Vicente são as únicas termas da Região Norte de Portugal cujo Balneário tem acesso ao exterior e acesso interior direto ao Hotel, o moderno Palace Hotel & Spa Termas de S. Vicente, dentro do novo conceito de “termalismo de saúde e bem-estar” (receberam o Primeiro Prémio do Programa “Turismo Sénior 2009/2010 – Saúde e Termalismo”, dado pela Fundação Inatel).

Por outro lado, este complexo de Hotel e Balneário situa-se num frondoso e grande parque natural, com passeios de marcha, campo de ténis, capela, etc.. Mesmo ao lado das Termas e em frente ao Hotel, está o *Balinium Luso-Romano de S. Vicente* (descoberto em 1901 e que, em 1930, A. Narciso considerou como um importante achado arqueológico pelo seu estado de conservação e pela harmonia do seu conjunto, característico da arquitetura termal romana).

época termal

abertas todo o ano

horário do Balneário e SPA

segunda a domingo: 8h00-20h00

temperatura da água e pH

temperatura: 19° C

pH: 8,6

indicações terapêuticas

Com base na composição físico-química da sua água, bem assim como na moderna tecnologia termal com que estão equipadas e na excelente preparação do seu pessoal técnico, as Termas de S. Vicente têm, como indicações terapêuticas:

Oficialmente reconhecidas pelo Ministério da Saúde:

Afecções do Aparelho Respiratório: Sinusite, Rinite alérgica, Rinosinusite; Bronquite crónica; Asma brônquica. Afecções Reumáticas e Músculo-Esqueléticas: Espondilartrose (coluna), Gonartrose (joelho), Coxartrose (artrose coxofemoral); Artrite Reumatóide; Tendinites e Peritendinites; Fibromialgia.

Em processo de oficialização pelo Ministério da Saúde:

Doenças da Pele: Psoríase, Eczemas crónicos, Eczema atópico, Acne.

Além disso, e como proposto pelo Decreto-Lei nº 142/2004, de 11 de Junho:

Serviços de Bem-Estar: Associados a técnicas termais (e prescritos por médico qualificado)

e/ou de relaxamento e de estética.

técnicas termais e complementares

Piscina dinâmica (com duches subaquáticos automáticos, duche de agulheta, duche de leque, duche-cascata, macas de bolha-de-ar, jacúzi, corredor de marcha); Sauna; Banho turco.

Banhos de Imersão (simples, com bolha-de-ar, com hidromassagem);

Duches (de agulheta, circular, de cachão); Duche-massagem de tipo *Vichy* (local/geral);

Vapor à coluna e aos membros; Irrigação nasal, inalação nasal, inalação bucal, pulverização, nebulização, aerossóis monossónico e ultrassónico).

Massagem (parcial, geral, linfática manual)

termalismo pediátrico

Programa para tratamento de vias respiratórias quer rino-sinusite (com ou sem rinite alérgica) quer asma brônquica: englobando por prescrição médica seletiva, irrigação nasal, inalação nasal e oral, nebulização e aerossol (mono ou ultrassónico).



alojamento (integrado no complexo termal)
Palace Hotel Termas de S. Vicente****

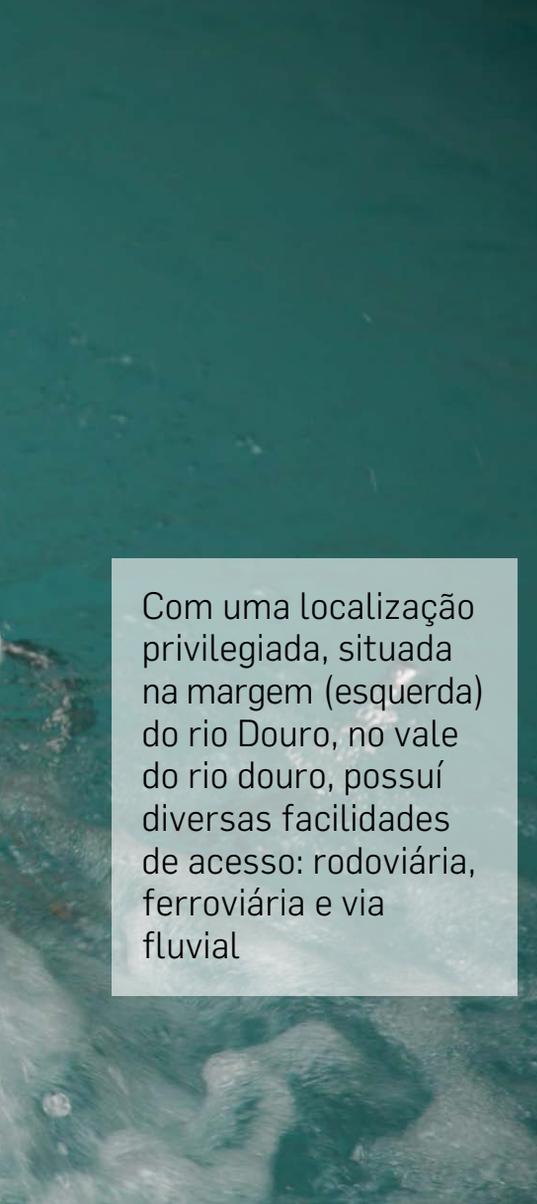
pontos de interesse turístico
Rota do Românico do Vale do Sousa
Foz do Rio Sousa no Rio Douro
Penafiel – Igreja matriz
Guimarães – Cidade-berço da nacionalidade, castelo de Guimarães
Braga – Cidade (*Bracara Augusta*) e santuários do Bom Jesus do Monte e do Sameiro

endereço e contacto

Termas de S. Vicente e Palace Hotel
Termas de S. Vicente
4575-373 Pinheiro – Penafiel
GPS: 41°05'58"N 8°17'31"W

tel.: 255 617 080/255 617 081
e-mail: geral@termasdesaovicente.pt
termas@termas-svicente.pt
site: www.termasdesaovicente.pt



An aerial photograph of a river with white water rapids, showing turbulent water and rocky banks. The image is used as a background for the left side of the page.

RESENDE TERMAS DAS CALDAS DE AREGOS

Com uma localização privilegiada, situada na margem (esquerda) do rio Douro, no vale do rio douro, possui diversas facilidades de acesso: rodoviária, ferroviária e via fluvial

Com uma localização privilegiada, situada na margem (esquerda) do rio Douro, no vale do rio douro, possui diversas facilidades de acesso: rodoviária, ferroviária e via fluvial.

As Termas das Caldas de Aregos são reconhecidas pelas suas águas de valor terapêutico, desde o século XVII.

O visitante, quase sempre turista com estadia prolongada em tratamentos termais, encontra aqui o ponto de partida ideal para ficar e conhecer a famosa Região do Douro.



FOT. ENGENHO

indicações terapêuticas

Problemas do sistema músculo-esquelético, problemas das vias respiratórias, problemas reumatológicos

técnicas termais

Pelóides / lamas, duche *Vichy* com massagem, duches, jato escocês, contraste e parcial; Imersões em piscina termal ou banheira, vapores, parciais, banho turco, ORL, pulverização, inalação, irrigação, banheira de hidromassagem e aerobanho





técnicas complementares

Massagens/técnicas de fisioterapia, ginásio e hidroterapia

programas médicos e programas de bem-estar

Reabilitação física
Packs 1 dia – visitante
Programa bem-estar 3 e 5 dias

termalismo pediátrico

ORL (vias respiratórias),
músculo-esquelético e
sessões de reabilitação em
meio aquático

alojamento

Parcerias com unidades
de alojamento na localidade

pontos de interesse turístico

S. Martinho de Mouros
Mosteiro de Cárquere
Ponte da Lagariça
Penedo de S. João
Porto de Rei
Serras de Montemuro
e S. Cristóvão

endereço e contacto

Termas Caldas de Aregos
Miomães – Resende
GPS: N 41.101208 O -8.011039

tel.: 254 875 259/925 293 713
e-mail: geral@termas-caldasde
aregos.com
site: www.termas-caldasdearegos.com

época termal

aberto todo o ano

horário do balneário e SPA

maio a outubro: 8h00-12h00/
/15h00-19h00
novembro e dezembro: 8h30-
-12h30
janeiro a abril: 15h30-19h30

temperatura da água e pH

temperatura: 62° C
pH: 9,2





SANTA MARIA DA FEIRA **TERMAS DE S. JORGE**

Venha descobrir um refúgio para cuidar da sua saúde!

Nas Termas de S. Jorge encontra um ambiente de tranquilidade e harmonia, onde pode retemperar energias, recuperando o seu equilíbrio físico e psíquico. Neste moderno espaço conjuga saúde, descanso e lazer! As Termas de S. Jorge vocacionam-se para terapêuticas reumáticas, músculo-esqueléticas, vias respiratórias e pele! Os programas são desenhados à medida, numa ótica de prevenção, promoção ou reabilitação da saúde. As inovadoras técnicas, aliadas ao acompanhamento médico especializado e à vasta equipa de profissionais habilitados, garantem os melhores resultados na sua saúde.

época termal

fevereiro a novembro

horário do Balneário e SPA

segunda a sexta: 8h30-12h00/
/16h00-20h00

sábados e feriados: 8h30-12h00

temperatura da água e pH

temperatura: 23° C

pH: 8,55

indicações terapêuticas

Patologias músculo-esqueléticas;
Patologias crónicas ou alérgicas da pele;
Patologias crónicas ou alérgicas das vias respiratórias

técnicas termais

Hidropinia: ingestão oral;
Técnicas ORL/vias respiratórias: irrigação nasal, inalação (nasal/oral), nebulização, pulverização faríngea; aerossol (nasal/oral/facial);
Técnicas de duche: duche de agulheta, circular, regional, subaquático, pulverizado, duche massagem tipo *Vichy*, duche massagem tipo *aix*;
Técnicas de vapor: *Bertholaix* (coluna, ombros, cervical, ancas), vapor de coluna, vapor de mãos e pés, estufa de vapor integral;
Técnicas de medicina física e reabilitação: massagem manual seca, termoterapia (parafangos)
Técnicas de imersão: imersão simples, imersão corrente, hidromassagem simples, aerobanho, manilúvios, pedilúvios, hidromassagem computadorizada e hidropressoterapia

técnicas complementares

Reeducação em ginásio,
hidrocinesioterapia,

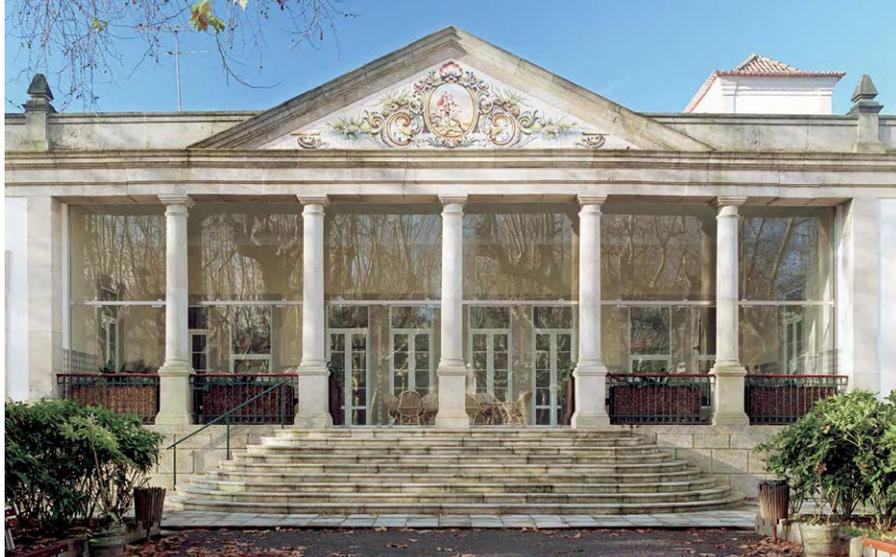
hidroterapia em piscina termal, corredor de marcha e drenagem linfática

programas médicos e programas de bem-estar

Programas “Cura Termal” (programas personalizados mediante avaliação e prescrição médica de acordo com indicações terapêuticas da água mineral natural);
Programas “Saúde Termal” (programas personalizados mediante avaliação e prescrição, de promoção e prevenção, tendo como objetivo a adoção de hábitos de vida saudável como a prática de exercício físico e a reeducação alimentar, aliado a um programa de técnicas termais e complementares):
Termalfit, *Termalform*, *Termalshortfit*, *Termalfitform*
Programas de “bem-estar termal” (programas de curta duração para uma experiência termal individual ou a dois):
Termalbreak, *Termallove*

termalismo pediátrico

As Termas de S. Jorge dispõem de programas de termalismo pediátrico, nomeadamente para terapêuticas respiratórias (rinites, sinusites, faringites, laringites, traqueobronquites,



asma brônquica); de pele (eczemas, dermatites urticariformes) e osteo-articulares (alguns reumatismos infantis, sequelas de traumatismos). Em S. Jorge, os mais jovens encontram a junção da componente terapêutica com a do bem-estar, a da diversão e a importantíssima dimensão da pedagogia para a saúde, corporizada na simpática mascote "Gotinhas".

alojamento

Hotel Nova Cruz, Hotel dos Lóios, Hotel Feira Pedra Bela, Pensão S. Jorge

As Termas de S. Jorge dispõem de protocolos, com estas unidades hoteleiras de Santa Maria da Feira, proporcionando aos termalistas preços convidativos e um serviço diário de transfer, entre as unidades hoteleiras e o balneário

Pontos de interesse turístico

Castelo da Feira
Museu Convento dos Lóios
Museu do Papel Terras de Santa Maria
Museu de Santa Maria de Lamas
Visionarium – Centro de Ciência
Zoo de Lourosa – Parque Ornitológico

endereço e contacto

Termas de S. Jorge
Praça S. Jorge – Caldas de S. Jorge
Santa Maria da Feira
GPS: 40°58'06.60"N 8°30'02.32"W

tel.: 256 910 360

e-mail: info@termas-sjorge.com

site: www.termas-sjorge.com

facebook: <http://www.facebook.com/termassjorge>

youtube: <http://www.youtube.com/user/termassjorge>





SANTO TIRSO TERMAS DAS CALDAS DA SAÚDE

Localizadas nas proximidades do cruzamento da A3 e da A7, de fácil acesso para quem vem do Porto, Braga, litoral e interior norte

A água mineral natural das Termas das Caldas da Saúde tem sido utilizada desde os tempos mais remotos, comprovado pelos artefactos romanos encontrados em diferentes fases de obras. Apesar do primeiro balneário datar do século XIX, em 1994 reabriu completamente remodelado, sendo o primeiro a funcionar durante todo o ano com serviços de termalismo clássico e manutenção física. Desde então, de acordo com as necessidades dos termalistas, têm vindo a ser desenvolvidos produtos e serviços inovadores em todas as áreas.

O funcionamento durante todo o ano, o regime de horários alargados e a própria atenção dada à formação e fixação dos colaboradores são características que definem as Termas das Caldas da Saúde na atualidade. No que respeita ao termalismo,



as Termas das Caldas da Saúde oferecem um conjunto de tratamentos vocacionados em conformidade com as suas indicações terapêuticas: doenças respiratórias, de pele e músculo-esqueléticas.

Para além dos tratamentos termais, as Termas apostam na manutenção física, com o seu Clube de Saúde. A aquisição mais recente é o Spa Termal, no qual constam serviços de bem-estar associados à água termal, tais como tratamentos de rosto e de corpo, bem tratamentos de relaxamento. Localizadas nas proximidades do cruzamento da A3 e da A7, de fácil acesso para quem vem do Porto, Braga, litoral e interior norte, as Termas das Caldas da Saúde oferecem um conjunto de programas de tratamento e bem-estar que merecem uma visita.



indicações terapêuticas

Doenças do aparelho respiratório, pele e doenças músculo-esqueléticas

técnicas termais

Duches faríngeos, drenagens de Pröetz, insuflações, gargarejos, duches nasais, pulverizações, nebulizações, aerossóis, duche *Vichy*, duche de jato, vapor à coluna e aos membros, aerobanho, hidromassagem em piscina/banheira, aplicação de lamas, hidroginástica, massagem geral, regional ou local

técnicas complementares

Tratamento de rosto à base de aromaterapia, massagem de relaxamento, adelgaçante, refirmante, ventre plano, pernas cansadas, esfoliação e hidratação corporal, aromaterapia e banho Cleópatra

programas médicos e programas de bem-estar

Programa de tratamento termal das vias respiratórias: 14 dias
Programa de tratamento músculo-esquelético e de pele: 6, 7, 12 e 14 dias
Programas de relaxamento
Programa de hidratação corporal Relax Total

termalismo pediátrico

Tratamento das vias respiratórias

pontos de interesse turístico

Mosteiro de São Bento
Museu Municipal Abade Pedrosa
Mosteiro de Singeverga
Castro do Monte Padrão
Parque da Rabada
Museu Internacional de Escultura Contemporânea

época termal

3 de janeiro a 23 de dezembro

horário do Balneário e SPA

segunda a sexta: 8h00-14h00/
/15h00-21h30
(tratamentos: 16h00-20h00)
sábado: 8h00-14h00/16h00-
-20h00 (os tratamentos realizam-se somente da parte da manhã)

temperatura da água e pH

temperatura: 36° C
pH: 8,74

endereço e contacto

Termas das Caldas da Saúde
Rua das Termas, n.º 754
Arelas – Santo Tirso
GPS: N 41.36914 O -8.47797

tel.: 252 860 860

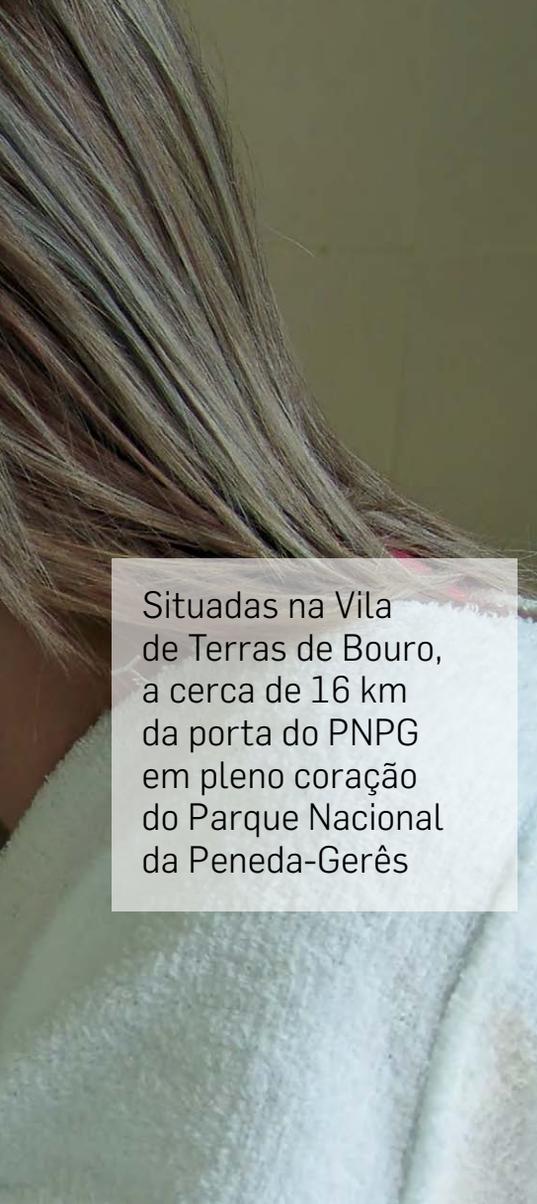
e-mail: termas@caldasdasaude.pt

site: www.caldasdasaude.pt

facebook: [www.facebook.com/
TermasCaldasDaSaude](http://www.facebook.com/TermasCaldasDaSaude)







TERRAS DE BOURO TERMAS DA MOIMENTA

Situadas na Vila de Terras de Bouro, a cerca de 16 km da porta do PNPG em pleno coração do Parque Nacional da Peneda-Gerês

Envoltas em tranquilidade e bem-estar, as Termas da Moimenta são uma nova realidade no sector do Termalismo Nacional, equipadas com modernos equipamentos, a fim de garantir e proporcionar os melhores resultados nos tratamentos.

Inseridas num território de montanha, que representa um local por excelência para a promoção de novos destinos turísticos, que aliados à riqueza do património natural e cultural, propiciam a prática e a fruição de atividades de recreio, lazer, em contacto permanente com o meio ambiente.

"(...) Salienta-se a singularidade desta água conter, Cério na sua componente vestigiária que juntamente com sílica e prata permite uma rápida regeneração das afecções da pele e das mucosas do aparelho respiratório."





indicações terapêuticas

tratamento das vias respiratórias e músculo-esqueléticas/reumatismo

técnicas termais

Inaloterapia: nebulização, irrigação nasal, pulverização faríngea

Balneoterapia:

hidromassagem computadorizada, hidromassagem subaquática localizada, duche *Vichy*, duche de *Aix*, estufa de vapor à coluna, estufa de vapor aos membros

programas médicos e programas de bem-estar

Cura termal de 1 dia, fim-de-semana, 6 dias, 12 dias, 14 dias, 18 dias

Cura termal de 21 dias para tratamentos da pele

termalismo pediátrico

Cura termal das vias respiratórias de 12 ou 18 dias
Cura termal da pele de 21 dias

pontos de interesse turístico

Parque Nacional da Peneda

Gerês

Geira Romana com os seus trilhos pedestres

Museu de Vilarinho das Furnas

S. Bento da Porta Aberta

Centro Náutico

época termal

1 de maio a 31 de outubro

horário do Balneário e SPA

segunda a sábado: 9h00-13h00/
/15h00-19h00

temperatura da água e pH

temperatura: 21° C

pH: 9,04

endereço e contacto

Complexo Termal da Moimenta, Lda.
Av. D. Manuel I, n.º 18
Moimenta – Terras de Bouro
GPS: N 41.7147 O -8.3146

tel.: 253 353 217/968 268 724

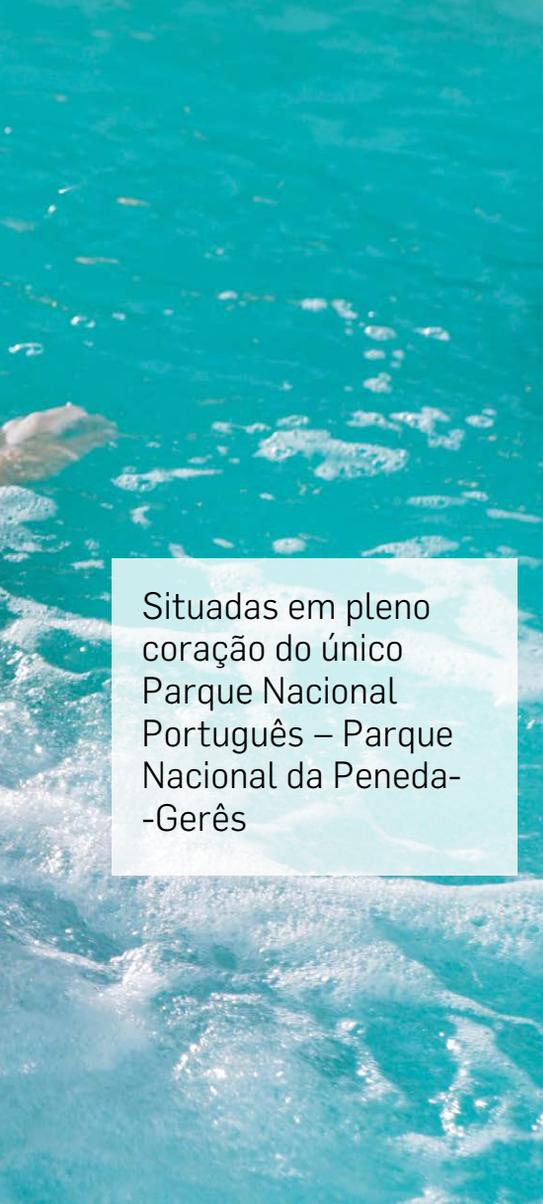
e-mail: geral@termasdamoimenta.com

termasdamoimenta@gmail.com

site: www.termasdamoimenta.com

facebook: www.facebook.com/termasdamoimenta





TERRAS DE BOURO **TERMAS DO GERÊS**

Situadas em pleno
coração do único
Parque Nacional
Português – Parque
Nacional da Peneda-
-Gerês

As Termas do Gerês agregam elementos essenciais como: a envolvente paisagística, a riqueza cultural e gastronómica, o conforto e elegância do Hotel Águas do Gerês, o Parque das Termas e as Piscinas e o novo espaço Termal e de Spa.

Verdadeiro local de Cura e Repouso, no Gerês poderá usufruir de um conjunto diversificado de Experiências e Sensações.

Para além da Cura Termal Tradicional e dos Programas Terapêuticos e de Promoção da Saúde, também dispomos de um Menu de Spa com serviços e produtos especialmente concebidos de forma a satisfazer as expectativas dos que nos procuram em busca de Lazer, Paz e Bem-estar.

época termal

1 de maio a 31 de outubro

Spa: aberto todo o ano

horário do Balneário e SPA

segunda a sexta: 8h00-13h00/
/15h30-19h00

sábado: 8h00-13h00/15h30-
-20h00

domingo: 8h00-14h00

temperatura da água e pH

temperatura: 48° C

pH: 9,18

indicações terapêuticas

Doenças do fígado, vesícula-biliar, diabetes, controlo da hipertensão, dos triglicéridos e do colesterol, reumatismos e emagrecimento (doenças do metabolismo)

Para além das indicações terapêuticas específicas, as Termas do Gerês melhoram situações de stress e fadiga, sedentarismo e tendência para a depressão

técnicas termais

As Termas do Gerês disponibilizam os seguintes

Tratamentos e Técnicas:

Ingestão de água

Banhos de imersão e Banhos bolha de Ar

Hidromassagens (drenante, relaxamento, reumatismo, etc.)

Duches de Agulheta, Escocês, Circular, Duche subaquático e

Duche Massagem *Vichy*

Sauna e Banho Turco

técnicas complementares

Ginásio Cardio/*Fitness*

Piscina dinâmica

Duches bitérmico de 3 essências, de Cuba e Blue

de pulverização

Massagens terapêuticas (gerais e localizadas)

Drenagem linfática

Massagens de pedras quentes

vulcânicas



Massagens anti-celulíticas, reductoras e tonificantes

Shiatsu

Indian Head Massage e *Quick Massage*

Aromaterapia

Tratamentos de estética e beleza

Esfoliações corporais

Envolvimentos de algas

Tratamentos faciais

Massagem de jatos quentes em colchão de água

Pressoterapia

Vacuoterapia (tratamento anti-celulite e de cicatrizes)



programas terapêuticos e programas de bem-estar

Programas terapêuticos
(7 e 14 dias – Programa Emagrecimento, Programa Sempre em Forma, entre outros)

Programas de Bem-Estar Termal (1 a 6 dias)

Programa *Zen* (2 a 5 dias)
Programa *Aqua Spa Vitality* (2 a 5 dias)

Programa “Aromas da Serra” (2 a 5 dias)

Programa *Beauty & Care* (2 a 5 dias)

alojamento (integrado no complexo termal)
Águas do Gerês – Hotel, Termas & Spa ***

pontos de interesse turístico
Descubra as belezas únicas do Parque Nacional da Peneda-Gerês

Turismo de natureza: trilhos, caminhadas guiadas, passeios a pé, a cavalo, em charrete ou em jipe
Turismo ativo
Desportos náuticos
Desportos radicais

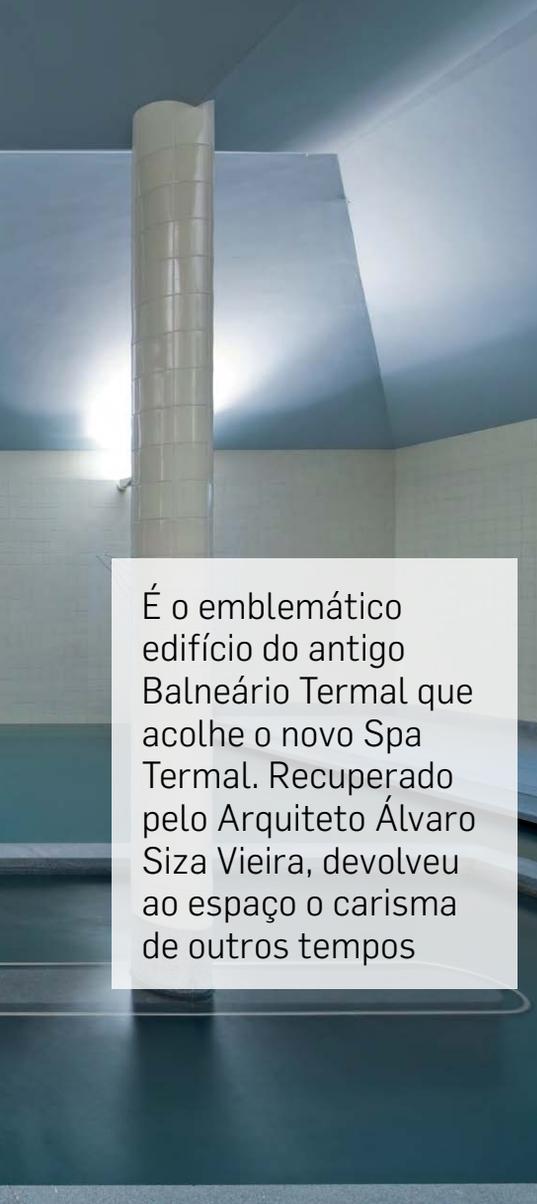
Passeios em busca das tradições e costumes
Roteiros gastronómicos

endereço e contacto

Águas do Gerês – Hotel, Termas & Spa
Av. Manuel Francisco da Costa, n.º 136
Gerês – Terras de Bouro
GPS: 41°43'43.68"N 8°09'43.31"W

tel.: 253 390 190
e-mail: hotel@aguasdogeres.pt
site: www.aguasdogeres.pt





VILA POUCA DE AGUIAR SPA TERMAL DE PEDRAS SALGADAS

É o emblemático edifício do antigo Balneário Termal que acolhe o novo Spa Termal. Recuperado pelo Arquiteto Álvaro Siza Vieira, devolveu ao espaço o carisma de outros tempos

Uma estética depurada, o aproveitamento da luz natural e as amplas janelas destacam-se na traça moderna que os interiores do edifício *art nouveau* ganharam. A natureza está também na essência do SPA TERMAL. O poder terapêutico da água natural gasocarbónica de Pedras Salgadas, reconhecido há muito por entre a comunidade científica nacional e internacional, é utilizado no vasto leque de tratamentos de saúde e bem-estar. Através de novos conceitos, métodos e equipamentos, as terapias disponíveis pretendem renovar o espírito do turismo termal. O SPA Termal contempla uma zona húmida, destinada aos tratamentos com água mineral – benéfica para problemas do foro digestivo, respiratório e muscular, e outra seca, para tratamentos de beleza e bem-estar. Ao todo, o spa disponibiliza

época termal

aberto todo o ano

horário de Balneário e SPA

segunda a domingo: 10h00-19h00

temperatura da água e pH

Temperatura: 15° C

pH: 6,3

14 salas de tratamentos (que incluem cinco hidroterapias e duas salas duplas). As instalações contemplam ainda uma piscina interior aquecida com corredor de marcha, sauna, *Hammam* (banho turco), hidromassagem, duche de agulheta, duche *Vichy* e duas salas de relaxamento. O SPA Termal de Pedras Salgadas tem diversos programas termais e de bem-estar e está aberto aos hóspedes, bem como a clientes externos, durante todo o ano.

indicações terapêuticas

Doenças reumáticas, músculo-esqueléticas, aparelho respiratório, aparelho digestivo e metabólico-endócrinas

técnicas termais

Duche de *Vichy*, hidromassagens, duche de jato, ORL (aerossóis)

técnicas complementares

Massagens de relaxamento; tratamentos de corpo e rosto; drenagem linfática; *manicure* e *pedicure*

programas médicos e programas de bem-estar

Programas médicos para as várias valências: reumáticas, músculo-esqueléticas, aparelho respiratório, aparelho digestivo, metabólico-endócrinas, pacotes de Bem-estar e *Day Spa*

termalismo pediátrico

Programa médico para as vias respiratórias

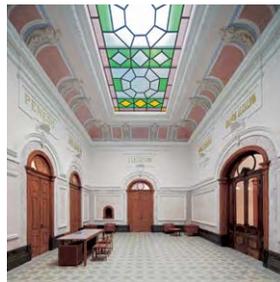
alojamento (integrado no complexo termal)

Pedras Salgadas Spa & Nature Park

pontos de interesse turístico

Parque Termal de Pedras Salgadas





Vidago Palace Hotel
Minas Romanas de Tresminas
Castelo de Vila Pouca de Aguiar
Cidade de Chaves

endereço e contacto

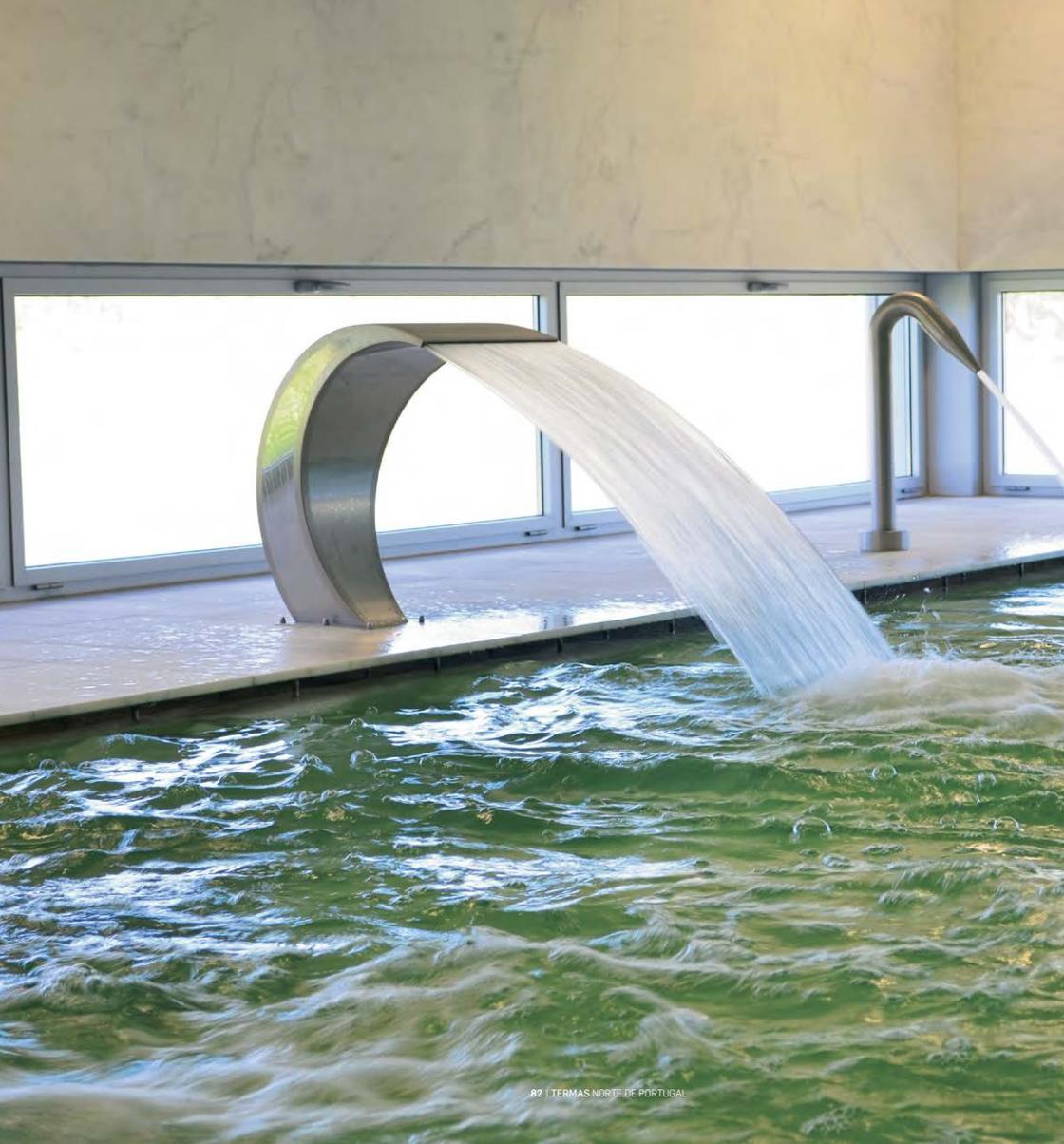
Pedras Salgadas Spa & Nature Park
Spa Termal de Pedras Salgadas
Parque de Pedras Salgadas, Bornes
de Aguiar
Vila Pouca de Aguiar
GPS: 41°32'37,45"N 7°36'13,18"W

tel.: 259 437 140

e-mail: reservations@pedras-salgadaspark.com

site: www.pedrassalgadaspark.com

facebook: [www.facebook.com/
PedrasSalgadasSpaNaturePark](https://www.facebook.com/PedrasSalgadasSpaNaturePark)





VIMIOSO TERMAS DE VIMIOSO

As Termas de Vimioso estão localizadas no lugar de Maceira, freguesia e concelho de Vimioso e Distrito de Bragança

Em 2013 foi construído um balneário moderno, arquitetura diferenciadora, dotado de equipamentos inovadores, permitem através das melhores práticas, o pleno benefícios da utilização desta água mineral (termal) Sulfúrea.

época termal

1 de maio a 30 de novembro

horário do Balneário e SPA

segunda a sábado: 9h00-13h00/
/14h00-19h00

temperatura da água e pH

temperatura: 17,6° C
pH: 8,7

indicações terapêuticas

Doenças do aparelho respiratório, doenças reumáticas e músculo-esqueléticas

técnicas termais

Técnicas de imersão, técnicas de duche, técnicas de vapor, ORL, piscina dinâmica e reabilitação

técnicas complementares

Tratamentos de fisioterapia

programas médicos e programas de bem-estar

Programa de vias respiratórias
Programa de reumatologia
Programa osteoarticular

termalismo pediátrico

Tratamento das vias respiratórias

pontos de interesse turístico

Castelo de Algoso
Igreja Matriz de Vimioso
Atalaia de Vimioso
Pontes românicas de Santulhão, S. Joanico, Algoso, Pinelo e Carção
Cabanais e Cruzeiro de Caçarelhos
Pombais de Uva
Parque de Merendas de Angueira
Museu Marrano de Carção
Centro Interpretativo das Minas de Argozelo

Ponte dos Mineiros em Argozelo
Parque Ibérico de Natureza, Turismo e Aventura de Vimioso

endereço e contacto

Termas da Terronha
EN218-2 ao km 58
(junto à ponte velha do rio Angueira)
Vimioso
GPS: N 41.341550 O -6.300327

tel.: 273 511 381

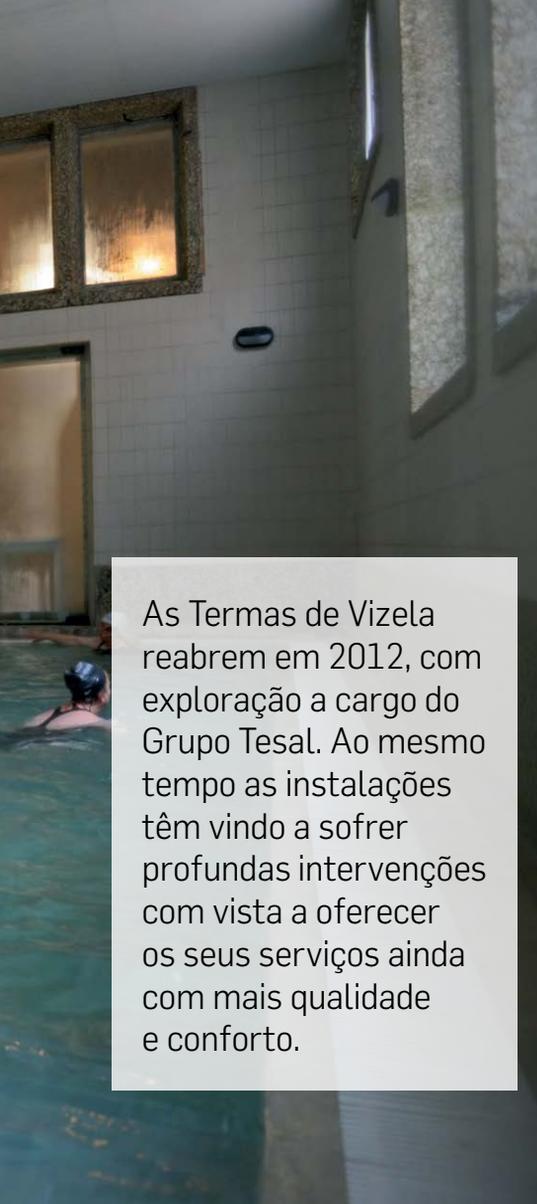
e-mail: termasdevimioso@cm-vimioso.pt

site: www.cm-vimioso.pt/pages/147









VIZELA TERMAS DE VIZELA – CENTRO TESAL

As Termas de Vizela reabrem em 2012, com exploração a cargo do Grupo Tesal. Ao mesmo tempo as instalações têm vindo a sofrer profundas intervenções com vista a oferecer os seus serviços ainda com mais qualidade e conforto.

O aumento da procura pelas águas termais levou à constituição de uma sociedade comercial destinada à sua exploração e organização. Assim, em 1873 foi criada a Companhia de Banhos de Vizela e dado início à construção do edifício principal das Termas. No ano de 1881, o balneário já funcionava, embora as obras ainda não estivessem concluídas. Durante muitos anos, as Termas foram um impulso ao desenvolvimento de Vizela, nomeadamente ao nível do turismo, hotelaria, comércio local, entre outros. Depois de alguns contratemplos e períodos de encerramento, as Termas de Vizela reabrem em 2012, com exploração a cargo do Grupo Tesal. Desde então, as Termas encontram-se

época termal

aberto todo o ano

horário do Balneário e SPA

segunda a sexta: 9h00-13h00/

/15h00-18h00

sábado: 8h00-13h00

(o horário pode sofrer alterações ao longo do ano)

temperatura da água e pH

temperatura: 66° C

pH: básico (acima dos 7 valores)

em funcionamento recebendo, anualmente, centenas de utentes. Ao mesmo tempo, as instalações têm vindo a sofrer profundas intervenções com vista a oferecer os seus serviços ainda com mais qualidade e conforto.

indicações terapêuticas

Reumatológicas: artrose, artrite, lombalgia, entre outros;

Respiratórias: sinusite crónica, laringite crónica, asma, otite crónica, entre outros;

Dermatológicas: dermatites atópicas, eczemas, psoríase, entre outros;

Patologias da vida atual: stress, ansiedade, fatores de risco cardiovascular, etc...

técnicas termais

Irrigação nasal, pulverização, inalação, jato/duche escocês, banho mineromedicinal, banho de borbulhas, banho com hidromassagem, *Vichy* (local e geral), aplicação local de parafangos, balneocinesioterapia, vapor à coluna

técnicas complementares

Massagem terapêutica, drenagem linfática, massagem redutora e anticelulítica, fisioterapia reumatológica, hidroterapia, entre outras.

programas médicos e programas de bem-estar

Programa reumatológico
Programa respiratório
Programa dermatológico
Programa anti-stress

termalismo pediátrico

Programa respiratório

alojamento (integrado no complexo termal)

Hotel Bienestar – Termas de Vizela****

pontos de interesse turístico

Parque Termal
Ponte Romana
Campo de Mini-golfe
Santuário de São Bento das Pêras
Doce típico: Bolinhol

endereço e contacto

Rua das Termas, n.º 37 – Vizela

GPS: N 41.374271 O -8.308968

tel.: 253 565 117/912 108 532

e-mail: tesalvizela@tesal.com

site:www.hotelbienestarvizela.com



AMARES

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Av. Afonso Manuel Pereira de
Azevedo, n.º 211
tel.: 253 368 540
e-mail: geral@municipioamares.pt
site: www.cm-amares.pt

BOTICAS

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Rua Gomes Monteiro, n.º 3
tel.: 276 410 200
e-mail: turismo@cm-boticas.pt
site: www.cm-boticas.pt

CARRAZEDA DE ANSIÃES

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Praça do CÍTICA
tel.: 278 098 507
e-mail: lit@cmca.pt
site: www.cmca.pt

CHAVES

POSTO DE TURISMO

Terreiro de Cavalaria
tel.: 276 348 180
e-mail: municipio@chaves.pt
site: www.chaves.pt

GUIMARÃES

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Praça de S. Tiago
tel.: 253 421 221
e-mail: info@guimaraesturismo.com
site: www.guimaraesturismo.com

MELGAÇO

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Praça da República, n.º 133
tel.: 251 402 440
e-mail: turismo@cm-melgaco.pt
site: www.cm-melgaco.pt

MONÇÃO

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Praça Deu-la-Deu Martins
tel.: 251 649 013
e-mail: turismo@cm-moncao.pt
site: www.cm-moncao.pt

MURÇA

POSTO DE TURISMO

Alameda 8 de Maio
tel.: 259 510 120
e-mail: geral@cm-murca.pt
site: www.cm-murca.pt

PENAFIEL

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Largo Padre Américo
tel.: 255 710 702
e-mail: turismo.penafiel@
cm-penafiel.pt
site: www.cm-penafiel.pt

RESENDE

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Rua José Pereira Monteiro
tel.: 254 871 031
e-mail: geral@cm-resende.pt
site: www.cm-resende.pt

SANTA MARIA DA FEIRA

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Rua Dr. Roberto Alves n.º 52

tel.: 256 370 802

e-mail: gab.turismo@cm-feira.pt

site: www.cm-feira.pt

SANTO TIRSO

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Praça 25 de Abril

tel.: 252 830 411

e-mail: turismo@cm-stirso.pt

site: www.cm-stirso.pt

TERRAS DE BOURO

POSTO DE TURISMO

Av. Dr. Paulo Marcelino, n.º 33

tel.: 253 351 404

e-mail: turismo@cm-terrasdebouro.pt

site: www.cm-terrasdebouro.pt

VILA POUCA DE AGUIAR

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Av. Lopes Oliveira

Pedras Salgadas – Bornes de Aguiar

tel.: 259 439 000

e-mail: turismo@cm-vpaguiar.pt

site: www.cm-vpaguiar.pt

VIMIOSO

POSTO DE TURISMO

Largo Mendo Rufino

tel.: 273 518 120

e-mail: gi.cmv@cm-vimioso.pt

site: www.cm-vimioso.pt

VIZELA

LOJA INTERATIVA DE TURISMO

Rua Dr. Alfredo Pinto, n.º 42

tel.: 253 489 644

e-mail: turismo@cm-vizela.pt

site: www.cm-vizela.pt

PORTO WELCOME CENTRE

Praça Almeida Garrett, n.º 27

tel.: 258 820 270

e-mail: loja.pwc@portoente.pt

site: www.portoente.pt

LOJA INTERATIVA DE TURISMO DO AEROPORTO SÁ CARNEIRO

Aeroporto do Porto, Apartado n.º 12

tel.: 229 420 496

e-mail: loja.aeroporto@portoente.pt

site: www.portoente.pt



ASSOCIAÇÃO DAS
TERMAS
DE PORTUGAL

Associação das Termas de Portugal
geral@termasdeportugal.pt
[facebook.com/termasdeportugal](https://www.facebook.com/termasdeportugal)
twitter.com/termaspt

portoenorte™



Turismo do Porto e Norte
de Portugal, E.R.
Castelo de Santiago da Barra
4900-360 Viana do Castelo
Portugal



www.portoenorte.pt
turismo@portoenorte.pt
tel.: +351 258 820 270
edicao@tpnp'16

