



FICA NO CORAÇÃO



Bandeira Azul

# PRAIA DE AMOROSA

## AMOROSA BEACH

praias.cm-viana-castelo.pt



WWW.CM-VIANA-CASTELO.PT



WWW.ABAE.PT



## SEGURANÇA BALNEAR



### SWIMMING SAFETY

ATENÇÃO: Os banhistas que não respeitarem a sinalização podem ser multados  
ATTENTION: Swimmers who do not respect the safety signals may be fined



VERMELHO / RED

### PERIGO DANGER

Proibição de tomar banho  
No bathing



AMARELO / YELLOW

### CUIDADO MEDIUM HAZARD

Proibição de nadar  
Do not swim



VERDE / GREEN

### NADAR SWIMMING ALLOWED

Tomar banho respeitando as regras de segurança  
You are allowed to swim but always respect safety rules



VERMELHO / RED

AMARELO / YELLOW

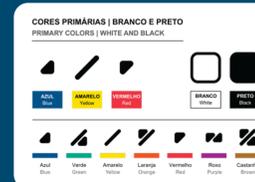
### ZONA DE BANHOS BATHING AREA

Delimitação da zona mais segura para banhos  
Delimitation of the safest area for bathing



### SEM VIGILÂNCIA UNPATROLLED

Praia temporariamente sem vigilância  
Beach temporarily without lifeguard



**Programa | ColorADD Praia Inclusiva**  
A integração do código ColorADD nas bandeiras de praia, nos contentores de recolha seletiva e outros suportes de comunicação balnear para com pretende tornar as praias em locais mais seguros e inclusivos para os daltónicos.  
A Cor é para Todos!  
Existem no Mundo aproximadamente 350 Milhões de Daltónicos!

**Program | ColorADD Inclusive Beach**  
Integrating the ColorADD Code in beach warning flags, waste collection containers and other beach communication supports based on color differentiation intends to turn beaches into a more accessible and inclusive place for colorblind people.  
Color is for All!  
There are about 350 Million Colorblind people worldwide!  
ColorADD\* Sistema de Identificação das Cores  
Color Identification System | www.coloradd.net



## REGRAS DE SEGURANÇA

### SAFETY RULES



• Parque  
• Parking



• Proibido Animais  
• No Animals



• Proibido Fazer Fogueiras  
• No Fires



• Proibido acampar  
• No Camping



• Não fazer ruído  
• No noise



• Deixe a praia limpa. Coloque as Beatas e o LIXO nos contentores apropriados, as máscaras e as luvas nos contentores de lixos indiferenciados  
• Leave the beach clean. Place cigarette butts and trash in the appropriate garbage containers, masks and gloves in the undifferentiated garbage containers.



• Classificação da qualidade da água Excelente para banhos  
• Classification of the water quality is Excellent for swimming



• Frequente as praias vigiadas por Nadadores Salvadores (27 de Junho a 30 de Agosto, das 09:30 - 19:30)  
• Go to supervised beaches (June 27 - 30 August, 09:30 - 19:30)  
• Em caso de perigo peça imediatamente ajuda  
• In case of danger call for help immediately



• Respeite os sinais das bandeiras e as instruções dos Nadadores Salvadores  
• Respect the colours of the flags and the lifeguards' instructions



• Deve nadar sempre paralelamente à costa e nunca contra a corrente  
• Never swim against the current and always in parallel to the coast



• Proteja as dunas, plantas e animais. Não circule com viaturas, não ande a cavalo e não colha vegetação  
• Protect the dunes, plants and animals. Do not travel with vehicles, ride horses and pick vegetation



• Utilize passadiços e calçado adequado  
• Use walkways and appropriate footwear



• Tome banho com a digestão feita (cerca de 3h após a ingestão de alimentos)  
• Do not swim after eating (3 hours after a meal)



• Beba água com frequência, evite bebidas gaseificadas  
• Drink water frequently and avoid carbonated beverages



• Entre lentamente na água do mar porque está fria  
• Enter the water slowly because it's very cold



• Evite a exposição ao sol entre as 12:00 - 16:30  
• Avoid being exposed to the sun from 12:00 to 16:30



• Proteja-se do sol, utilize roupa adequada, creme protector e chapéu de abas largas  
• Protect yourself from the sun by wearing appropriate clothing, a wide hat, and by using sunscreen.



• Não se afaste do guarda-sol  
• Stay close to your beach umbrella



Praia Bandeira Azul  
Blue Flag Beach



Você está aqui  
You are here



Áreas Sensíveis  
Protected areas



Informação e Bandeira Azul  
Information and Blue Flag



Recolha Seletiva  
Recycling facilities



Acessibilidade  
Accessibility



Primeiros socorros  
First aid point



Restaurante/Café  
Coffee shop



Sanitários públicos  
Sanitary facilities



Posto nadador-salvador  
Lifesaving equipment



Parque automóvel  
Parking



Ponto recolha amostra água balnear  
Water sampling point



Área vigiada  
Supervised area

## CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

### EMERGENCY CONTACTS

NÚMERO NACIONAL DE EMERGÊNCIA  
NATIONAL EMERGENCY NUMBER  
**112**

BOMBEIROS MUNICIPAIS DE VIANA DO CASTELO  
MUNICIPAL FIRE DEPARTMENT  
OF VIANA DO CASTELO  
**+ 00 351 258 840 400**

POLÍCIA MARÍTIMA  
MARITIME POLICE  
**+00 351 258 070 571**  
**+00 351 916 352 353**

POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA (PSP)  
PUBLIC SECURITY POLICE (PSP)  
**+ 00 351 258 809 880**

VIATURA SOS  
CAR HELP  
**+ 00 351 917 761 367**

GUARDA NACIONAL REPUBLICANA (GNR)  
REPUBLICAN NATIONAL GUARD  
**+ 00 351 258 840 470**





FICA NO CORAÇÃO



Bandeira Azul

# PRAIA DE AMOROSA

## AMOROSA BEACH

[praias.cm-viana-castelo.pt](http://praias.cm-viana-castelo.pt)



[WWW.CM-VIANA-CASTELO.PT](http://WWW.CM-VIANA-CASTELO.PT)



[WWW.ABAE.PT](http://WWW.ABAE.PT)

VIANA DO CASTELO

ÍNSUA

AFIFE

GPS W 8° 52' 9,70" N 41° 46' 44,79"

ARDA

GPS W 8° 52' 17,30" N 41° 46' 5,50"

PACO

GPS W 8° 52' 30,10" N 41° 45' 32,90"

CARREÇO

GPS W 8° 52' 28,01" N 41° 44' 23,37"

CANTO MARINHO



GPS W 8° 52' 21,85" N 41° 44' 4,02"

PRAIA NORTE

GPS W 8° 50' 56,08" N 41° 41' 31,91"

CABEDELLO

GPS W 8° 49' 58,32" N 41° 40' 45,26"

RODANHO

GPS W 8° 49' 31,09" N 41° 38' 40,76"

AMOROSA

GPS W 8° 49' 31,09" N 41° 38' 40,76"

CASTELO DO NEIVA

GPS W 8° 81' 74,03" N 41° 62' 54,52"

Praia Bandeira Azul  
Blue Flag Beach

Praia Dourada  
Golden Beach

AFIFE

CARREÇO

AREOSA

S.TA MARIA MAIOR

MONSERRATE

RIO LIMA

DARQUE

ANHA

CHAFÉ

CASTELO DO NEIVA

## BANDEIRA AZUL

### BLUE FLAG

A Bandeira Azul é um símbolo de qualidade, um galardão que é atribuído anualmente às praias e marinas que se candidatam e que cumpram um conjunto de critérios de natureza ambiental, de segurança e conforto dos utilizadores da praia e de informação e sensibilização ambiental.

Uma praia com bandeira azul significa, entre outras coisas, que é uma praia com uma boa qualidade da água, limpa e equipada com recipientes para o lixo, com instalações sanitárias em boas condições de higiene, com boas acessibilidades, que é vigiada por nadadores-salvadores, de 15 de Junho a 15 de Setembro, das 09:30 às 19:30 horas, com equipamento para prestar os primeiros socorros e com informação e actividades de educação ambiental. Ao todo são necessários 32 requisitos para que uma praia possa hastejar a Bandeira Azul.

Em Viana do Castelo são oito as praias que mereceram a Bandeira Azul: Afife, Arda/Bico, Paço, Carreço, Norte, Cabedelo, Amorosa e Castelo de Neiva.

Para saber mais sobre este assunto consulte as páginas na Internet da Associação Bandeira Azul ([www.abae.pt](http://www.abae.pt) ou [www.blueflag.org](http://www.blueflag.org)) e do Município de Viana do Castelo ([www.cm-viana-castelo.pt](http://www.cm-viana-castelo.pt)).

## PRAIAS DE VIANA

### VIANA BEACHES

As praias do concelho de Viana do Castelo distinguem-se pela sua qualidade, pela conservação do meio ambiente pelo património edificado envolvente. A qualidade do nosso litoral tem permitido, uma atribuição de galardões "Dourada", "Bandeira Azul", "Acessível" e nos últimos anos "Qualidade de Ouro" às praias vianenses.

The Blue Flag is a symbol of quality and an award granted every year to the beaches and marinas that apply for it. The applicants must comply with a series of criteria concerning the environment, safety and comfort of those who go to the beach, and provide environmental information and awareness.

A beach with the Blue Flag means, among other things, that it has good water quality, that it is clean and equipped with rubbish bins and toilets in good hygienic conditions, that has good accessibility and where there are lifeguards (from June 15 to September 15, 9.30-19.30), emergency equipment and information and activities on environmental education. A beach has to meet a total of 32 different requirements before it is allowed to hoist the Blue Flag.

In Viana do Castelo, there are eight beaches awarded with the Blue Flag: Afife, Arda/Bico, Paço, Carreço, Norte, Cabedelo, Amorosa and Castelo de Neiva.

To learn more about this check the Blue Flag Association website ([www.abae.pt](http://www.abae.pt)) and the Viana do Castelo City Hall website ([www.cm-viana-castelo.pt](http://www.cm-viana-castelo.pt) or [www.arh-norte.pt](http://www.arh-norte.pt)).

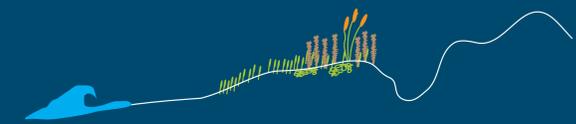
The Viana do Castelo Country beaches are distinguished by their quality, environmental preservation and the heritage buildings around it. The environmental quality of our coastline has contributed the granting of awards to the Viana beaches especially the "Praia Dourada", the "Blue Flag", the "Accessibility Beach" and in the last year the "Qualidade de Ouro" awards.

## COMO SE FORMAM AS DUNAS

### HOW IT FORMS THE DUNES

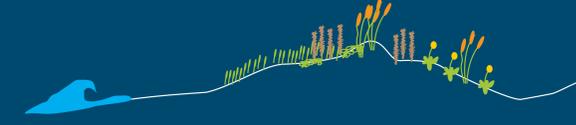
Num cenário de abundância de sedimentos, o vento arrasta para o interior os sedimentos deixados na praia pelo mar. Fora do alcance das ondas, surgem os primeiros exemplares de **feno-das-areias** (*Elymus farctus*); com o tempo forma-se a duna embrionária ou degrau de praia, que surge como uma pequena elevação coberta com vegetação contínua mas esparsa ao longo da praia.

In accreting situations, small mounds of vegetation or tide-washed debris brought inland by the sea form and tend to enlarge with the help of the wind. The first pioneer plants to emerge, out of reach of the waves is the **sand couch-grass** (*Elymus farctus*). With time several shadow dunes are formed as wind-blown sand is gathered and trapped on the shadow side of the vegetation. Many of these may be scattered along the beach.



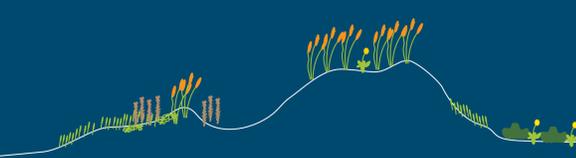
Ao feno-areias junta-se a **couve-das-areias** (*Calystegia soldanella*) e os **cordeiros-da-praia** (*Othanthus maritimus*). Em conjunto, estas plantas constituem um obstáculo ao trânsito sedimentar para o interior, fazendo com que a duna embrionária aumente em altura. Eventualmente surgem alguns pés de **estorno** (*Ammophila arenaria*) no topo da pequena duna que começa a elevar-se.

The sand couch-grass together with the **beach morning glory** (*Calystegia soldanella*) and **cottonweed** (*Othanthus maritimus*) make up a barrier that prevent moving sand grains from travelling inland, making the shadow dune grow in height. Eventually marram grass grows on the top of these shadow dunes helping to bind the sand down with their roots.



Por trás da duna embrionária observa-se uma duna frontal ou cordão frontal de dunas, que se pode estender por vários quilómetros da faixa costeira. Ao abrigo dessa duna, que continua a crescer em altura, surgem novas plantas (para além da presença do estorno) tais como **Silene littorea**, a **mama-leite** (*Euphorbia portlandica*), o **cardo-marítimo** (*Eryngium maritimum*) e o **lírio-das-areias** (*Pancreatum maritimum*), entre outras.

Behind the shadow dunes are the foredunes or incipient foredunes which may run for kilometers along the shoreline. In addition to the marram grass, highly specialized plants such as the **shore campion** (*Silene littorea*), the **Portland spurge** (*Euphorbia portlandica*), **sea-holly** (*Eryngium maritimum*) and the **sea daffodil** (*Pancreatum maritimum*) among others are sheltered by these dunes, which continue to grow in height.



Este processo dá origem a uma nova frente dunar, que vai isolar a duna frontal anteriormente existente, criando-se condições para o desenvolvimento, entre as duas cristas, da vegetação típica das dunas interiores, em que as espécies lenhosas dominantes são a **madorneira** (*Artemisia crithmifolia*) e a **perpétua das areias** (*Helichrysum picardii*), acompanhadas pela **vúlpia** (*Vulpia alopecurus*), pela erva-pichoneira (*Corynephorus canescens*), *Medicago marina*, **goivinho-da-praia** (*Malcomia litorea*), a **ansarina** (*Linaria polygalifolia*) e o **morrião-azul** (*Anagallis monelli*), referindo apenas as plantas mais evidentes.

This process gives rise to a new primary sand dune which protects an existing secondary dune, creating a valley or slack between the two which provides a niche for the development of a range of interesting characteristic plants that typically grow in sand dunes. The **dune wormwood** (*Artemisia crithmifolia*) and the **immortelle** or **everlasting** (*Helichrysum picardii*) are the dominating woody plants. Other species include **vulpia grass** (*Vulpia alopecurus*), **grey hair-grass** (*Corynephorus canescens*), **coastal medick** (*Medicago marina*), **sand stock** (*Malcomia litorea*), **toadflax** (*Linaria polygalifolia*) and the **blue pimpernel** (*Anagallis monelli*) to name but a few.



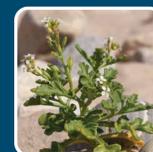
Nebka com estorno (*Ammophila arenaria*)



Feno-das-areias (*Elymus farctus*)



Cordeiro-das-dunas (*Othanthus maritimus*)



Carqueja-mansa (*Cakile maritima*)



Vúlpia (*Vulpia alopecurus*)



Silene littorea



Saganho-mouro (*Cistus salvifolius*)



Lírio-das-areias (*Pancreatum maritimum*)



Ansarina (*Linaria polygalifolia*)



Perpétua-das-areias (*Helichrysum picardii*)



Morrião-azul (*Anagallis monelli*)



Goivinho-da-praia (*Malcomia litorea*)