

## Itinerários e rotas

Categoria: Itinerários e rotas

---

O objetivo desta edição é incentivar a população para a prática de atividade física regular, promovendo estilos de vida mais saudáveis, e o bem-estar dos munícipes. Com a ajuda destas rotas temáticas da cidade de Torres Novas, poderá descobrir locais onde fazer caminhadas, e assim tornar-se mais activo.



## Itinerários e rotas

Categoria: Itinerários e rotas

---



Inaugurado oficialmente em 1 de Outubro de 2000, o hospital Rainha Santa Isabel é um dos três que integram o Centro Hospitalar do Médio Tejo, juntamente com os de Abrantes e Tomar. O hospital terá recebido este nome para prestar homenagem à Rainha Santa Isabel, mulher do rei D. Dinis, que foi donatária da vila de Torres Novas, ou seja, esta foi uma das localidades que recebeu como dote.

Esta soberana ficou conhecida, essencialmente, pela lenda do “Milagre das Rosas” e pelo seu carácter humanitário e solidário, ajudando os mais desfavorecidos. Já no séc. XVII, Isabel de Aragão foi canonizada pelo Papa Urbano VIII.

**Distância:** 3500 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 58 minutos | [Download](#)





### **Açude Real**

Um açude é uma construção feita em rio ou levada para represar a água destinada a moinhos ou regas. E terá sido com esta intenção que, no século XV, D. Isabel de Lencastre o terá mandado construir, pois desta forma as águas do rio Almonda seriam desviadas e iriam servir para regar as hortas próximas e accionar os moinhos e lagares que existiam nas redondezas. Mais tarde, assegurou também o funcionamento de algumas empresas existentes na área.

### **Ponte Pedrinha**

A ponte Pedrinha foi construída em tempos remotos. Em 1400 um terramoto destruiu-a, mas D. Filipa de Lencastre mandou que a mesma fosse reconstruída, com os impostos retirados dos testamentos da Vila e do seu termo. Mais tarde, esta ponte recebeu o nome de Levada.

### **Empresa Industrial de Electricidade do Almonda, Lda.**

Construída em 1923, esta foi a primeira empresa de abastecimento de energia de Torres Novas, instalando-se na zona do Caldeirão com equipamento necessário à produção, transformação e distribuição de energia eléctrica.

### **Fábrica das Chitas**

Esta fábrica instalou-se na zona do Caldeirão em meados do séc. XVIII, mas teve, no entanto, uma curta duração, devido às invasões francesas, encerrando as suas portas em 1810.

### **Moinhos do Caldeirão**

## Itinerários e rotas

Categoria: Itinerários e rotas

---

Os moinhos do Caldeirão situavam-se perto da antiga central eléctrica e eram também conhecidos por moinhos do Duque, por terem sido propriedade dos antigos senhores da vila, os Duques de Aveiro.

**Distância:** 3400 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 57 minutos | [Download](#)





### **Fábrica da Companhia Nacional de Fiação e Tecidos de Torres Novas**

Foi fundada em 1845, no sítio de Santa Bárbara, à beira do Rio Almonda, a Fábrica da Companhia Nacional de Fiação e Tecidos de Torres Novas, mais conhecida por Fábrica Grande, vocacionada para a indústria de têxteis. Esta fábrica foi, durante muito tempo, uma das mais importantes unidades industriais da região, importância que se manifestou não só ao nível económico como social.

### **Casa Nery**

Embora a atividade principal do concelho fosse a agricultura, a vila de Torres Novas era já no final do séc. XIX um importante centro industrial. A indústria ocupava cerca de 2300 pessoas, distribuídas por diversos sectores: têxtil, papel, metalúrgico, curtumes e destilação. A Fábrica de Fundição e Serralharia Mecânica de José da Costa Nery foi fundada em 1855. Atualmente a empresa chama-se Ipiac Nery e está integrada no grupo italo-espanhol A. Putin. Como consequência desta fusão a Ipiac Nery estabeleceu contactos com novos clientes não só em Portugal, onde é líder, mas em todo o mundo.

### **José da Costa Nery**

José da Costa Nery nasceu em Torres Novas a 7 de Março de 1868. Filho de José da Costa Nery (fundador da Metalúrgica Costa Nery), fez a instrução primária em Torres Novas e seguiu para o Colégio de S. Fiel no distrito de Castelo Branco. Concluiu depois o curso de Teologia no seminário de Santarém e dedicou-se, depois, ao ensino da Matemática. Anos depois veio a concluir o curso de Medicina, em Lisboa. Exerceu a sua profissão de médico em Lisboa, tendo tido um importante papel nas áreas de tratamento da sífilis e tuberculose. Morreu no dia 12 de Novembro de 1960.

**Distância:** 3500 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 58 minutos | [Download](#)

## Itinerários e rotas

Categoria: Itinerários e rotas

---





A realização de cortes era um ato frequente na Idade Média. Tratava-se de uma reunião dos três estados (Nobreza, Clero e Povo), que tinha como objetivo arranjar soluções para qualquer tipo de problema, a nível jurídico, que pudesse pôr em causa os destinos do reino.

### **Cortes na igreja de Santiago**

Foi no adro fronteiro à igreja de Santiago que, em 1438, se reuniram em Torres Novas as cortes, com vista a decidir quanto à regência do Reino de Portugal durante a menoridade de D. Afonso V. As cortes iniciaram-se a 10 de Novembro e prolongaram-se por mais de quinze dias.

### **Cortes na igreja de S. Pedro**

Das três cortes realizadas em Torres Novas, duas delas (1380 e 1525) celebraram-se na igreja de S. Pedro.

As primeiras tiveram como objetivo o juramento do contrato de casamento entre D. Beatriz, filha do rei D. Fernando, e D. Henrique, filho de D. João de Castela, união que acabou por não se concretizar.

Mais tarde, em 1525, reuniram-se as cortes para decidir qual o dote à infanta D. Isabel para o seu casamento com Carlos V, de Espanha.

**Distância:** 3500 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 58 minutos | [Download](#)

## Itinerários e rotas

Categoria: Itinerários e rotas

---







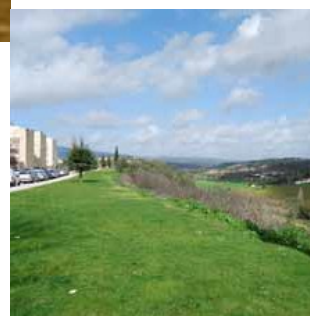
### Capela do Vale

Embora não haja certezas, admite-se que a Capela do Vale tenha sido construída no séc. VII, tornando-se por isso no mais antigo templo de Torres Novas, mas diversas remodelações, ao longo dos tempos, acabaram por lhe alterar o aspecto inicial.

### Feira de S. Gregório

A feira de S. Gregório, mais conhecida por Feira de Março, foi instituída em Torres Novas em 1559, um ano após a fundação do Convento de S. Gregório Magno. Foi devido à existência deste convento que ela começou a realizar-se, anualmente e durante uma semana, no Rossio do Carrascal (actual Largo das Forças Armadas). Como no dia de S. Gregório, 12 de Março, muitas pessoas afluíam para prestar veneração ao santo, passou a justificar-se a realização de uma feira perto do convento.

**Distância:** 3800 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 63 minutos | [Download](#)



Diversos foram os organismos que passaram pelas atuais instalações da Escola Prática de Polícia.

Entre 1902 e 1957, o edifício albergou a Escola Prática de Cavalaria, que veio para Torres Novas transferida de Vila Viçosa. A presença dos militares foi, na altura, fator importante na vila, dinamizando-a, tanto do ponto de vista social como económico.

Mais tarde, após a saída da EPC, o quartel foi ocupado pelo Grupo de Artilharia contra

Aeronaves n.º2, que se manteve até 1975. Posteriormente, na década de 80, aí passou a funcionar a Escola Prática de Polícia, que se mantém até aos nossos dias.

### Comandante Ilharco

Alberto Mimoso da Costa Ilharco nasceu a 3 de Setembro de 1854 e veio a atingir o posto de general em 14 de Fevereiro de 1914. Republicano convicto, foi incumbido pelo Governo da república de dirigir as operações militares que puseram fim à insurreição monárquica do Norte (1919). Foi o primeiro comandante da Escola Prática de Cavalaria, vinda para Torres Novas em 1902, e no comando se manteve até 1910. Faleceu em Lisboa no dia 11 de Janeiro de 1927.

**Distância:** 4000 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 67 minutos | [Download](#)



Maria Lamas era o pseudónimo de Maria da Conceição Vassalo e Silva que nasceu em Torres Novas em 16.10.1893. Escritora, jornalista e conferencista, distinguiu-se essencialmente como acérrima defensora dos Direitos da Mulher, tendo chegado a ser presidente do Conselho Nacional das Mulheres Portuguesas. Além disso Maria Lamas foi eleita membro do Conselho

Mundial da Paz. Devido à sua luta contra o regime ditatorial vigente na altura em Portugal, teve de exilar-se em Paris entre 1962 e 1969. Faleceu em 1983.

### **Casa Maria Lamas**

Para além de ter sido a casa onde nasceu a escritora Maria Lamas, neste edifício esteve instalado nas décadas de 20 e 30, do século XX, o Colégio Feminino João de Deus.

### **Escola Secundária Maria Lamas**

É inaugurado a 17 de Junho de 1961 o novo edifício da então Escola Industrial e Comercial de Torres Novas, que até esta altura funcionava no largo do Salvador, nas anteriores instalações da Biblioteca Municipal. Esta escola era uma mais-valia para a região e dela saía grande parte da mão-de-obra especializada, que ia integrar as indústrias das redondezas. Mais tarde, passou a secundária e recebeu o nome de Maria Lamas em homenagem a esta escritora torrejana.

### **Jardim Maria Lamas**

Este jardim público foi inaugurado em 1994 quando foi feita uma homenagem a Maria Lamas. Nele foi colocado um monumento com a figura de uma mulher simbolizando “ a sua pureza e fertilidade”.

**Distância:** 4100 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 68 minutos | [Download](#)





### **Enfermaria Militar da EPC**

Ainda antes de ter sido a Enfermaria Militar da Escola Prática de Cavalaria, nome pelo qual é mais vulgarmente conhecido, este edifício já tinha servido outras instituições. Aliás, a sua construção remonta ao século XVII, e tinha como objectivo albergar a Enfermaria de Nossa Senhora da Assunção que pertencia aos frades do Convento de Santo António. Mais tarde, aí estiveram instalados a Escola Primária de Ensino Misto, o colégio da Enfermaria e o Colégio de Valverde e também a Escola de Ensino Livre.

### **Mestre António**

Mestre António, cirurgião e físico-mor de D. João II, nasceu numa casa da Judiaria Velha, situada na atual Rua Actriz Virgínia. Embora de origem judaica, mestre António era muito estimado pelo monarca, a quem terá acompanhado na deslocação das cortes. Tinha bons conhecimentos de filosofia, matemática e história, mas também se distinguiu como cronista, tendo sido autor de várias crónicas.

### **Humberto Delgado**

Humberto da Silva Delgado nasceu no Boquilobo (Brogueira, Torres Novas), no dia 15 de Maio de 1906. Foi militar da Força Aérea mas celebrizou-se pelo seu empenho no movimento contra o regime salazarista nas eleições de presidenciais de 1958, contra o almirante Américo Tomás (apoiado por Salazar). Em torno da sua candidatura reuniu toda a oposição ao regime. Em entrevista realizada pelo jornalista Mário Neves, quando lhe foi perguntado que postura tomaria face ao Presidente do Conselho, António de Oliveira Salazar, respondeu com a célebre frase “obviamente, demito-o”. Devido à sua coragem foi apelidado de “General sem Medo”. Morreu no dia 13 de Fevereiro de 1965 em Villanueva del Fresno, vítima de uma emboscada da PIDE.

**Distância:** 3400 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 57 minutos | [Download](#)

## Itinerários e rotas

Categoria: Itinerários e rotas

---





Em Janeiro de 1834, travou-se em Torres Novas uma sangrenta luta entre as tropas liberais (do lado de D. Pedro) e absolutistas (defensores de D. Miguel), inserida no clima de instabilidade político vivido em Portugal.

Graças à acção do marechal Saldanha e do torrejano José Vasconcelos Correia, como comandante da guarda avançada liberal, os liberais saem vitoriosos deste combate.

Para comemorar o V centenário da Morte do Infante D. Henrique (em 1960), símbolo da portugalidade que o Estado novo desejava veicular, criou-se, em 1958, um concurso para escolher um padrão comemorativo a erigir nas diversas províncias ultramarinas. Torres Novas foi a única cidade da metrópole a adoptar este modelo, associando-lhe a homenagem aos torrejanos imortalizados nos cercos de Diu, no século XVI (1538-1546): Daniel e Miguel de Arnide, D. Pedro de Almeida, Francisco de Gouveia. O Padrão Henriquino, da autoria de Severo Portela Júnior, foi inaugurado em 19 de Novembro de 1960, no Largo das duas igrejas (junto ao castelo, no actual Largo dos Heróis de Diu) e foi-lhe acrescentada uma pedra da lendária fortaleza de Diu.

**Distância:** 4200 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 70 minutos | [Download](#)



Durante o século XVI, foram fundados em Torres Novas três conventos, que se situavam em diferentes zonas da então vila. O Convento de Santo António foi construído no local da Berlé (atual Arrábida), o Convento do Espírito Santo foi fundado naquela que era, na altura, a principal artéria da vila, a Rua Direita (atual rua Almirante Reis), e o Convento de S. Gregório Magno foi mandado erguer no Rossio do Carrascal (hoje Largo das Forças Armadas), local onde, também no decorrer do século XVI, se passou a realizar a Feira Franca, uma feira anual que se iniciava no dia 12 de Março, dia de S. Gregório.

### **Convento do Espírito Santo**

Convento fundado em 1536, considerado o mais antigo de Torres Novas, e que pertencia às freiras da ordem de S. Francisco. Antes terá servido, a mando da Rainha Santa Isabel, como casa de recolhimento para mulheres convertidas, que foi transferida de Coimbra. Anexa a esta casa estava uma ermida sob a invocação do Divino Espírito Santo. O Convento foi extinto no final do século XVIII.

### **Convento de Santo António**

Este convento, construído em 1593 foi propriedade dos padres franciscanos da Província da Arrábida. Quando foram extintas as ordens religiosas, em 1834, e os padres foram expulsos, o



convento foi comprado por particulares, e mais tarde, por testamento, passou para a posse da Santa Casa da Misericórdia de Torres Novas. Actualmente, só a igreja e o respectivo adro pertencem à irmandade.

### Convento de S. Gregório Magno

No século XVI, D. Jaime de Lencastre, neto bastardo de D. João II e importante mecenas da época, doou à ordem dos Carmelitas Calçados uma pequena ermida dedicada a S. Gregório Magno, para que em seu lugar construíssem um convento e também uma igreja, esta sob a invocação de Nossa Senhora do Carmo ou de Monte Carmelo. Mais tarde, o antigo convento passa para a posse da Santa Casa da Misericórdia de Torres Novas, instalando aí o novo hospital, que ficou neste edifício até final do séc. XX.

**Distância:** 4700 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 78 minutos | [Download](#)



### Colégio de Santa Maria

Durante muitos anos, o Colégio de Santa Maria, a funcionar desde 1936 na Quinta de S. José, foi um dos estabelecimentos de ensino que mais notoriedade teve em Torres Novas. Destinado à educação de raparigas e sob a orientação das Irmãs da Congregação de S. José de Cluny, o colégio ministrou o ensino primário e secundário. Em 1997, o Colégio de Santa Maria encerrou definitivamente as suas portas.

### Colégio Andrade Corvo I

Embora tenha funcionado anteriormente num edifício no Largo dos Combatentes da Grande Guerra, o Colégio Andrade Corvo instalou-se em 1934 em edifício próprio, situado na então Avenida Gago Coutinho-Sacadura Cabral, atual Avenida João Martins de Azevedo, onde se manteve até 1961. Este estabelecimento de ensino acolhia alunos vindos de todo o país e também das antigas colónias portuguesas.

### Colégio Andrade Corvo II

Foi a partir de Outubro de 1961 que a Quinta de Santo António passou a acolher o Colégio de Andrade Corvo, transferido da Avenida Marginal. Com esta transferência, o Colégio entra numa nova fase, sob a direcção de Adelino José Narciso Gomes.

### Quem foi Andrade Corvo

João de Andrade Corvo nasceu em Torres Novas em 1834. Detentor de um vasto currículo distinguiu-se, essencialmente, como agrónomo, político, professor e escritor. Entre outras funções, assegurou a pasta dos Negócios Estrangeiros no ministério de Fontes Pereira de Melo, que mais tarde acumula com as pastas da Marinha e do Ultramar. Andrade Corvo foi, por isso, uma figura influente em vários ramos da sociedade do século XIX.

**Distância:** 5700 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 95 minutos | [Download](#)





A data da fundação de Torres Novas mantém-se incerta até aos nossos dias. Segundo a História lendária, e sem factos documentais que o provem, alguns autores dão-na como fundada pelos gregos, que a terão apelidado de Nova Torre (Neupergama). Mais tarde, Torres Novas terá sido conquistada pelos Romanos, que por sua vez, a chamaram de Nova Augusta, por lhe encontrarem algumas semelhanças com Bracara Augusta (Braga). Existem ainda outros autores que atribuem a fundação da vila aos celtas, no ano de 308 a.C.. Seguro é, no entanto, a presença romana na região, comprovada pelas ruínas romanas de vila Cardílio. Cerca de 715 a.C., Torres Novas passou a estar sob o domínio dos árabes, que aqui se mantiveram durante séculos. Já na época da Reconquista Cristã, muitas foram as dificuldades encontradas pelos Cristãos para vencerem os Mouros e só depois de diversos avanços e recuos a antiga vila foi conquistada, em 1148, por D. Afonso Henriques. Após várias tomadas e perdas, o castelo foi definitivamente conquistado em 1190 por D. Sancho I que lhe atribui, em 1 de Outubro desse ano, o primeiro foral e manda reconstruir o castelo, que havia ficado extremamente devastado.

### **Castelo**

Com uma construção que remonta a épocas distantes, o castelo de Torres Novas foi uma fortaleza árabe antes do início da reconquista cristã. Só em 1190 é definitivamente conquistada pelos cristãos, altura em que D. Sancho I concede à vila o seu primeiro foral. Alvo de diversas reconstruções, no castelo já esteve instalado o cemitério municipal e na alcaidaria funcionou a cadeia comarcã. Classificado desde 1910 como Monumento Nacional, este é um dos mais bem preservados castelos do nosso país.

### **D. Sancho I**

D. Sancho I foi o segundo rei de Portugal, filho de D. Afonso Henriques. Em termos de

administração, D. Sancho I, durante o seu reinado, teve como grande preocupação o povoamento de terras, tendo criado diversos concelhos e concedido cartas de foral, entre elas, a de Torres Novas, datada de 1190.

### Avenida 8 de Julho

Foi no dia 8 de Julho de 1985 que a vila de Torres Novas foi elevada a cidade. O jornal O Almonda noticiava o facto na sua edição de 12 de Julho de 1985.

Nas propostas dos grupos parlamentares dos partidos, alegava-se a situação geográfica, privilegiada, as importantes indústrias de metalurgia, têxtil, de transformação do papel e do álcool e a riqueza agrícola.

Localizada nas margens do rio Almonda, Torres Novas desenvolveu-se primeiro dentro das muralhas do castelo para se expandir até aos cerca de 12 km<sup>2</sup> que hoje constituem a sua área urbana. Hoje vivem na cidade cerca de 14000 pessoas, contra as 10000 que a habitavam em 1985. Detentora de um património histórico e arquitectónico considerável, oferece, atualmente, um conjunto de recursos culturais e desportivos sediados em modernos edifícios. Os espaços e os lugares produzem novos hábitos, renovadas paisagens onde o castelo e os velhos templos convivem com novas construções e vias de comunicação mais adequadas ao tempo presente. Todos os anos, o município torrejano celebra a data promovendo as Festas da Cidade, atualmente designadas Festas do Almonda, com um programa extenso e de grande qualidade. O público das festas já excede em larga escala a população da cidade e do concelho, sendo um motivo de atratividade para os de fora e um sinal do florescente dinamismo cultural da cidade, visível também pela regular programação do Teatro Virgínia.

**Distância:** 10500 metros **Velocidade média** 1 m/s **Tempo do percurso** 180 minutos | [Download](#)

## Experimente este programa para fazer das caminhadas um hábito:

### Início

- 1.<sup>a</sup> semana - dois passeios de dez minutos, três dias por semana.
- 2.<sup>a</sup> e 3.<sup>a</sup> semanas - dois passeios de doze minutos, três dias por semana.
- 4.<sup>a</sup> semana - dois passeios de quinze minutos, quatro dias por semana.
- 5.<sup>a</sup> à 9.<sup>a</sup> semana - dois passeios de quinze minutos por dia, durante quatro dias por semana. Tente aumentar ligeiramente o passo ou incluir um percurso com inclinações ou declives suaves.
- **Defina como objectivo caminhar 5 dias por semana.**

### Manutenção

10.<sup>a</sup> semana - daqui em diante, acelere o passo e tente percorrer caminhos com inclinações e encostas. Segundo os especialistas, uma caminhada a passo rápido significa percorrer pouco menos de 2km em 15/17 minutos. Menos que isso não passará de um simples passeio.

### Está a custar-lhe seguir o programa de treino?

- Caminhe com um amigo.
- Junte-se a um grupo de entusiastas dos passeios a pé.
- Experimente fazer as caminhadas num local diferente.
- Deixe os seus sapatos de treino junto à porta para que não se esqueça.
- Veja o nível de forma física que atingiu – é mais fácil agora subir escadas?
- Marque com um círculo no calendário os dias em que caminha, e veja como se sente bem.
- Faça um diário onde anote o que faz e os caminhos que percorre.
- Tente fazer das caminhadas uma rotina diária: por exemplo, ir comprar o jornal, ir buscar as crianças à escola.
- Estabeleça uma rotina – dê um passeio calmo e tranquilo com a família ou amigos depois do jantar.