



MONTESINHO A PÉ
TURISMO DE NATUREZA, UNIPESSOAL LDA.

REGULAMENTO DE PARTICIPAÇÃO

Semana do Eclipse Solar

Rio de Onor | 10, 11 e 13 a 16 de agosto de 2026

Artigo 1.º

Objeto

O presente regulamento estabelece as condições de participação nas atividades da **Semana do Eclipse Solar**, promovida pela **Montesinho a Pé - Turismo de Natureza**, que decorrerá em Rio de Onor, entre os dias **10, 11 e 13 a 16 de agosto de 2026**.

As atividades têm como objetivo proporcionar experiências de natureza, património, gastronomia, bem-estar e contacto com a comunidade local, promovendo simultaneamente os princípios do turismo sustentável no Parque Natural de Montesinho.

Todas as atividades decorrerão exclusivamente em contexto urbano e comunitário na aldeia de Rio de Onor e respetivas áreas autorizadas, não estando previstas caminhadas pedestres nem percursos em áreas florestais durante esta edição da Semana do Eclipse Solar.

Artigo 2.º

Inscrição

1. A participação depende de inscrição prévia através do formulário disponibilizado pela organização.
2. Cada inscrição corresponde a um participante.
3. A inscrição apenas será considerada válida após confirmação do pagamento.
4. As vagas são limitadas e serão preenchidas por ordem de confirmação.
5. A organização reserva-se o direito de encerrar inscrições quando for atingido o número máximo de participantes.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Artigo 3.º

Participação

- 1.Cada participante deverá comparecer no local indicado com a antecedência comunicada pela organização.
- 2.Os menores de idade apenas poderão participar quando acompanhados por um adulto responsável.
- 3.Os participantes comprometem-se a cumprir os horários previstos, de forma a não comprometer o normal funcionamento das atividades.
- 4.A organização poderá recusar a participação de pessoas que não reúnam as condições físicas adequadas para determinada atividade.

Artigo 4.º

Material recomendado

Para garantir uma experiência confortável e segura, recomenda-se que cada participante traga:

- roupa leve e confortável;
- calçado fechado e adequado para visitas guiadas na aldeia;
- chapéu ou boné;
- protetor solar;
- repelente de insetos;
- garrafa reutilizável com água;
- óculos de sol;
- muda de roupa.
- toalha para os momentos de banho no rio;
- fato de banho (quando aplicável);
- **tapete de yoga** para as sessões de bem-estar e relaxamento;
- agasalho leve para o final da tarde ou início da manhã.

A organização não disponibiliza tapetes de yoga.

Artigo 5.º

Segurança

- 1.Todos os participantes devem cumprir as orientações transmitidas pelos guias da Montesinho a Pé.
- 2.As atividades poderão sofrer alterações por motivos de segurança, condições meteorológicas, risco de incêndio rural ou outras circunstâncias imprevistas.
- 3.Sempre que necessário, a organização poderá alterar horários, ou cancelar atividades.
- 4.Os participantes deverão informar previamente a organização sobre quaisquer limitações físicas ou problemas de saúde relevantes.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Artigo 6.º

Proteção da Natureza

Os participantes comprometem-se a:

- respeitar a fauna e a flora;
- não abandonar resíduos;
- permanecer apenas nos locais definidos pela organização;
- não recolher plantas, cogumelos ou outros elementos naturais sem autorização;
- não fazer lume;
- não fumar em locais onde tal seja proibido;
- respeitar a tranquilidade das comunidades locais.

O incumprimento destas regras poderá determinar a exclusão imediata da atividade. Estas normas seguem as recomendações de proteção ambiental previstas para as atividades no Parque Natural de Montesinho.

Artigo 7.º

Equipamento e bens pessoais

Cada participante é responsável pelos seus bens pessoais.

A organização não se responsabiliza por perdas, furtos ou danos ocorridos durante as atividades.

Artigo 8.º

Captação de imagem

Durante as atividades poderão ser recolhidas fotografias e vídeos para divulgação da Semana do Eclipse Solar e da atividade da Montesinho a Pé.

Ao efetuar a inscrição, o participante autoriza a utilização dessas imagens para fins promocionais, salvo indicação expressa em contrário.

Artigo 9.º

Cancelamentos

1. Caso o participante desista, deverá comunicar a decisão com a maior antecedência possível.
2. Em caso de cancelamento por motivos de força maior, nomeadamente condições meteorológicas adversas, risco de incêndio ou determinações das autoridades competentes, a organização informará os participantes sobre eventual reagendamento ou outras soluções.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Artigo 10.º

Identificação da Organização

A organização da Semana do Eclipse Solar é da responsabilidade da: Montesinho a Pé – Turismo de Natureza, Unipessoal Lda.

A empresa encontra-se legalmente registada para o exercício da atividade de animação turística, dispondo das licenças e seguros obrigatórios, nomeadamente:

- Registo Nacional dos Agentes de Animação Turística (RNAAT): n.º 816/2026;
- Seguro de Responsabilidade Civil – Apólice n.º 208280518;
- Seguro de Acidentes Pessoais – Apólice n.º 208280629.

Todos os participantes nas atividades promovidas pela Montesinho a Pé encontram-se abrangidos pelos seguros legalmente exigidos para a atividade de animação turística, nos termos da legislação em vigor.

Artigo 11.º

Disposições Finais

1. A inscrição implica a aceitação integral do presente regulamento.
2. A organização reserva-se o direito de introduzir alterações ao presente regulamento sempre que tal se revele necessário para garantir a segurança dos participantes ou o bom funcionamento das atividades.
3. Qualquer situação omissa será apreciada e decidida pela organização.

Nota importante

Por determinação das entidades competentes, **não se realizarão atividades no dia 12 de agosto de 2026**, devido ao elevado risco de incêndio rural e à necessidade de garantir condições de segurança aos milhares de visitantes que se deslocarão ao Aeródromo Municipal de Bragança para observar o Eclipse Total do Sol.

As atividades da **Semana do Eclipse Solar** decorrerão normalmente nos dias **10, 11 e de 13 a 16 de agosto de 2026**, de acordo com o programa disponibilizado.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Artigo 12.º
Anexo - Programa das atividades

Segunda-feira | 10 de agosto de 2026
Rio de Onor e as suas Tradições

Hora	Atividade	Observações
08h00	Receção dos participantes	Boas-vindas, entrega do kit do participante e briefing de segurança.
08h30	Oficina de pão tradicional	Preparação da massa e explicação do forno tradicional. O pão ficará a levedar durante a manhã.
10h00	Visita guiada a aldeia	História, património e modo de vida comunitário.
11h30	Banho no rio	Banho, relaxamento e hidratação.
13h00	Almoço tradicional	Gastronomia típica transmontana.
15h30	Tempo livre	Descanso ou visita livre à aldeia.
16h00	Yoga ao som da água	Sessão junto ao rio.
17h00	Momento livre junto ao rio	Relaxamento após a sessão de yoga.
17h30	Lanche regional	Degustação do pão preparado pelos participantes e produtos da época.
18h00	Encerramento	Fim da experiência.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Terça-feira | 11 de agosto de 2026
Sabores de Montesinho

Hora	Atividade	Observações
08h00	Receção dos participantes	Apresentação do programa do dia.
08h30	Workshop Apicultura	Visita a um produtor e explicação sobre a apicultura.
10h00	Visita guiada a aldeia	História, património e modo de vida comunitário.
11h30	Banho no rio	Banho, relaxamento e hidratação.
13h00	Almoço tradicional	Gastronomia típica transmontana.
15h30	Tempo livre	Descanso ou visita livre à aldeia.
16h00	Yoga ao som da água	Sessão junto ao rio.
17h00	Momento livre junto ao rio	Relaxamento após a sessão de yoga.
17h30	Lanche	Fruta da época e produtos locais.
18h00	Encerramento	Fim da experiência.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Quinta-feira | 13 de agosto de 2026

Dia do Pastor – Experiência Rural

Hora	Atividade	Observações
08h00	Receção dos participantes	Apresentação da missão do dia.
08h30	Visita guiada a aldeia	História, património e modo de vida comunitário.
10h00	Visita a exploração do pastor	Os participantes descobrem os modos de vida rurais, o papel da pastorícia na construção da paisagem e a importância das comunidades locais na preservação do território.
11h30	Banho no rio	Banho, relaxamento e hidratação.
13h00	Almoço tradicional	Gastronomia típica transmontana.
15h30	Tempo livre	Descanso ou visita livre à aldeia.
16h00	Yoga ao som da água	Sessão junto ao rio.
17h00	Momento livre junto ao rio	Relaxamento após a sessão de yoga.
17h30	Lanche	Produtos regionais.
18h00	Encerramento	Fim da experiência.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169

● NIPC: 519 510 160

● RNAAT: 816/2026

● SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518

● SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Sexta-feira | 14 de agosto de 2026
Construtores da Floresta

Hora	Atividade	Observações
08h00	Receção dos participantes	Introdução ao tema da conservação.
08h30	Oficina de pão tradicional	Preparação da massa e explicação do forno tradicional. O pão ficará a levedar durante a manhã.
10h00	Visita guiada a aldeia & Workshop ambiental	História, património e modo de vida comunitário. & Construção de hotéis para insetos ou caixas-ninho.
11h30	Banho no rio	Banho, relaxamento e hidratação.
13h00	Almoço tradicional	Gastronomia local.
15h30	Ação simbólica de conservação	Pequenas ações de valorização do território.
16h00	Yoga ao som da água	Sessão junto ao rio.
17h00	Momento livre junto ao rio	Relaxamento após a sessão de yoga.
17h30	Lanche	Produtos locais.
18h00	Encerramento	Fim da experiência.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169

● NIPC: 519 510 160

● RNAAT: 816/2026

● SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518

● SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Sábado | 15 de agosto de 2026

Criar com a Natureza

Hora	Atividade	Observações
08h00	Receção dos	Apresentação da oficina criativa.
08h30	Visita guiada a aldeia	História, património e modo de vida comunitário.
10h00	Workshop de cerâmica	Criação de uma peça inspirada na natureza.
11h30	Banho no rio	Banho, relaxamento e hidratação.
13h00	Almoço tradicional	Gastronomia local.
15h30	Finalização das peças	Acabamentos e preparação para levar como recordação.
16h00	Yoga ao som da	Sessão junto ao rio.
17h00	Momento livre junto ao rio	Relaxamento após a sessão de yoga.
17h30	Lanche	Produtos locais.
18h00	Entrega das peças	Encerramento.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629

Domingo | 16 de agosto de 2026
Detetives dos Animais

Hora	Atividade	Observações
08h00	Receção dos participantes	Boas-vindas.
08h30	Visita guiada a aldeia	História, património e modo de vida comunitário.
10h00	Workshop Apicultura	Visita a um produtor e explicação sobre a apicultura. & uma aventura de investigação da fauna selvagem no parque.
11h30	Banho no rio	Banho, relaxamento e hidratação.
13h00	Almoço tradicional	Gastronomia local.
15h30	Jogo tradicional	surpresa!
16h00	Yoga ao som da água	Sessão junto ao rio.
17h00	Momento livre junto ao rio	Relaxamento após a sessão de yoga.
17h30	Lanche de despedida	Convívio final e produtos regionais.
18h00	Encerramento	Fim da experiência.



MONTESINHOAPE@GMAIL.COM



+351 920 121 169



NIPC: 519 510 160



RNAAT: 816/2026



SEGURO DE RESPONSABILIDADE CIVIL: APÓLICE N.º 208280518



SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS: APÓLICE N.º 208280629