



POUSADAS DE
JUVENTUDE

Visitas de estudo

ENSINO SECUNDÁRIO · ANO LETIVO 2026/27

Onze sugestões de itinerário para turmas do secundário. A Pousada trata da estadia; a escola desenha a visita.



Nós tratamos da estadia. A escola desenha a visita.

Os programas desta brochura são sugestões de itinerário, pensadas à volta das nossas Pousadas. Pode segui-los tal como estão, adaptá-los à sua turma ou usá-los como ponto de partida para um roteiro próprio.

A POUSADA DE JUVENTUDE ASSEGURA

-  Alojamento do grupo — alunos e professores acompanhantes
-  Pequeno-almoço incluído
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Zonas comuns para o serão e a reunião do grupo

FICA A CARGO DA ESCOLA OU DO GRUPO

-  Transporte — autocarro, comboio ou outro
-  Marcação de visitas, ingressos e oficinas junto de cada entidade
-  Guias, monitores e empresas de animação turística
-  Seguro escolar ou de viagem, e acompanhamento dos alunos

Como reservar

01

ESCOLHA O DESTINO

Um dos programas sugeridos, ou outra Pousada da rede.

02

CONFIRME AS VISITAS

Horários e vagas das entidades variam ao longo do ano letivo.

03

PEÇA A PROPOSTA

Para grupos@pousadasjuventude.pt — alojamento e refeições.

04

FECHE A RESERVA

E organize transporte, guias e seguro diretamente.

Condições. Reservas de grupo a partir de 15 participantes. Alojamento e refeições sujeitos à disponibilidade da Pousada na data pretendida. Os itinerários são meramente indicativos: visitas, horários e preços são da responsabilidade de cada entidade.

Onze roteiros, quatro áreas

HISTÓRIA E PORTUGUÊS

A Era da Industrialização · Lisboa	11.º ano	2 dias · 1 noite	04
Da Cidade Comercial à Industrial · Porto ou Espinho	11.º ano	2 dias · 1 noite	05
Portugal Romano · Coimbra ou Lousã	10.º ano	2 dias · 1 noite	06
Da Cidade às Serras · Guimarães	11.º ano	2 dias · 1 noite	07

EDUCAÇÃO FÍSICA

Ser Ativo · Almogrove	10.º–12.º ano	2 dias · 1 noite	12
Ser Ativo · Gerês	10.º–12.º ano	2 dias · 1 noite	13

Organizados por área disciplinar. Cada página indica o ano de referência, a duração, a Pousada e uma sugestão de articulação curricular — que o professor pode adaptar.

CIÊNCIAS E GEOGRAFIA

Espeleólogo por um Dia · Alvados	11.º ano	2 dias · 1 noite	08
Galeria ao Ar Livre · Foz Côa	10.º–12.º ano	2 dias · 1 noite	09
Despertar da Natureza · Gerês	10.º–11.º ano	3 dias · 2 noites	10
Entre História e Natureza · Alcoutim	10.º–12.º ano	2 dias · 1 noite	11

ARTES

Vilas das Artes e Natureza · Cerveira e Gerês	10.º–12.º ano	3 dias · 2 noites	14
--	---------------	-------------------	-----------



HISTÓRIA • 11.º ANO

A Era da Industrialização

Lisboa • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO Da Revolução Agrícola à Revolução Industrial

DIA 1

Origem → Lisboa

Em Belém, paragem junto à Torre de Belém e ao Mosteiro dos Jerónimos, Património Mundial da UNESCO.

Caminhada à beira-rio até ao MAAT e à Central Tejo, exemplar único da arquitetura industrial da primeira metade do século XX, com a exposição permanente "Circuito Central Elétrica". Sugerimos ainda o Museu das Comunicações, que tem oficinas pedagógicas para grupos escolares. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Lisboa → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, saída para o centro de Lisboa. Visita à Estação do Rossio e ao património da CP — Comboios de Portugal, mais de 160 anos de história ferroviária reunidos no Centro de Documentação e no Arquivo Histórico (mediante marcação). Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Uma das Pousadas da área de Lisboa

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

História A — a civilização industrial. Física e Química A — energia elétrica.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



HISTÓRIA • 11.º ANO

Da Cidade Comercial à Industrial

Porto ou Espinho • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO A civilização industrial

DIA 1

Origem → Porto

Visita ao edifício da Alfândega Nova do Porto, construído a partir de 1859 para receber as mercadorias que entravam e saíam pelo rio Douro — uma referência da segunda fase da revolução industrial. Segue-se o Museu do Carro Elétrico, uma viagem à revolução dos transportes na cidade comercial da segunda metade do século XIX. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Porto ou Espinho → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, Planetário do Porto — Centro Ciência Viva: sessão imersiva sobre a conquista espacial e atividade prática em laboratório. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude do Porto ou de Espinho

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

História A — a civilização industrial.
Geografia A — transportes e redes.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



HISTÓRIA • 10.º ANO

Portugal Romano

Coimbra ou Lousã • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO A herança do Mediterrâneo antigo: Roma e o Império

DIA 1

Origem → Conímbriga → Coimbra ou Lousã

Chegada a Conímbriga, um dos sítios arqueológicos romanos mais ricos de Portugal. Visita às ruínas e ao Museu Monográfico, que evoca a vida quotidiana, a religião e a arquitetura da antiga cidade. À tarde, Museu PO.RO.S — Portugal Romano em Sicó, em Condeixa-a-Nova, para uma visita dinâmica à presença romana no território. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Coimbra → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, visita a Coimbra, cidade romana que cresceu com o declínio da vizinha Conímbriga, no século V. Sugerimos o roteiro "Coimbra Muralhada", pelos vestígios da estrutura defensiva romana, e uma passagem pelo Exploratório — Centro Ciência Viva de Coimbra. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude de Coimbra ou da Lousã

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

História A — Roma e o Império.
Latim A.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



PORTUGUÊS E HISTÓRIA • 11.º ANO

Da Cidade às Serras

Guimarães • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO Guimarães, Baião e Eça de Queiroz

DIA 1

Origem → Guimarães

Subida ao Monte da Penha, com vista sobre a cidade, o Santuário de Nossa Senhora da Penha e o "pulmão de Guimarães". Descida ao centro histórico da Cidade Berço, Património Mundial da UNESCO, com visita ao Paço dos Duques de Bragança e ao Castelo. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Guimarães → Santa Cruz do Douro → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, saída para Tormes, em Baião, onde a Fundação Eça de Queiroz preserva a casa, o espólio e os pertences do escritor. Visita guiada ao núcleo museológico e filme "Eça de Queiroz — Realidade e Ficção". A paisagem que inspirou Eça inspirou também Agustina Bessa-Luís, Camilo Castelo Branco e José Saramago. Almoço volante, passeio pela quinta e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude de Guimarães

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Português — Eça de Queirós e o Realismo. História A.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



BIOLOGIA E GEOLOGIA • 11.º ANO

Espeleólogo por um Dia

Alvados • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO O Maciço Calcário Estremenho

DIA 1

Origem → Alvados

No Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros, visita às Grutas da Moeda, uma das muitas cavidades das serras calcárias que formam o Maciço Calcário Estremenho, com passagem pelo centro de interpretação. A caminho de Alvados, visita temática às Grutas de Alvados com introdução à espeleologia. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Alvados → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, saída para o Carsoscópio — Centro Ciência Viva do Alviela, para visita e atividades experimentais sobre a água e o carso. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude de Alvados

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Biologia e Geologia — rochas sedimentares e modelado cársico. Geografia A.

NA MOCHILA

Roupa e calçado práticos, e um agasalho para o interior das grutas.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



ARTES, GEOGRAFIA E CIÊNCIAS • 10.º–12.º ANO

Galeria ao Ar Livre

Foz Côa • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO A arte rupestre do Vale do Côa

DIA 1

Origem → Vila Nova de Foz Côa

Chegada ao Parque Arqueológico do Vale do Côa, Património Mundial da UNESCO desde 1998, com mais de mil rochas com gravuras rupestres. Visita ao Museu do Côa, que trata os próprios sítios arqueológicos como objeto central e expõe uma seleção de peças. Passeio pela vila de Vila Nova de Foz Côa e, ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Vila Nova de Foz Côa → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, saída para Castelo Melhor e visita orientada ao núcleo de arte rupestre da Penascosa — essencial para conhecer o Homem da Pré-História e aprender a ler a arte paleolítica. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude de Foz Côa

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

História da Cultura e das Artes.
Geografia A. Biologia e Geologia.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



BIOLOGIA, GEOLOGIA E GEOGRAFIA • 10.º–11.º ANO

Despertar da Natureza

Gerês • 3 dias • 2 noites

ITINERÁRIO SUGERIDO História, natureza e ambiente

DIA 1

Origem → Campo do Gerês

Visita ao Núcleo Museológico do Campo do Gerês — Museu Etnográfico de Vilarinho da Furna, Museu da Geira Romana e Centro de Interpretação da Porta do Campo do Gerês, principal entrada do Parque Nacional da Peneda-Gerês. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão.

DIA 2

Gerês

Dia de campo no único Parque Nacional do país. Sugerimos um percurso pela Geira Romana e pela Mata da Albergaria, com observação do relevo granítico, da flora autóctone e dos ecossistemas ribeirinhos — boa matéria para um caderno de campo. Almoço volante, jantar na Pousada (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão.

DIA 3

Gerês → Regresso

Pequeno-almoço, check-out e regresso.

NA POUSADA

-  2 noites com pequeno-almoço
-  Jantares e almoços volantes, sujeitos a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude do Gerês

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Biologia e Geologia — biodiversidade e rochas magmáticas. Geografia A — recursos naturais.

NA MOCHILA

Calçado de caminhada, impermeável e caderno de campo.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



HISTÓRIA E GEOGRAFIA • 10.º–12.º ANO

Entre História e Natureza

Alcoutim • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO História, arqueologia e natureza

DIA 1

Origem → Alcoutim

Alcoutim é uma vila tranquila, marcada por várias passagens históricas, onde o rio Guadiana faz a fronteira natural com Espanha. Visita aos pontos de interesse da vila, entre o património histórico e a envolvente natural, e caminhada por um troço da Grande Rota do Guadiana. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Alcoutim → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, passeio até à vila para visitar o Castelo e o núcleo museológico de arqueologia, com o espólio recolhido em várias zonas do concelho. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude de Alcoutim

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Geografia A — fronteira e territórios de baixa densidade. História A. Biologia e Geologia.

NA MOCHILA

Roupa e calçado práticos para caminhada.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



EDUCAÇÃO FÍSICA • 10.º–12.º ANO

Ser Ativo — Almogrove

Almogrove • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO Atividade física, desporto e ar livre

DIA 1

Origem → Almogrove

Descoberta da vila e da praia de Almogrove, uma das mais procuradas da Costa Alentejana. Percurso pedestre pelas dunas, no Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina, entre espécies únicas de fauna e flora. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Almogrove → Odemira → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, saída para o Cabo Sardão, o ponto mais ocidental da costa alentejana, com escarpas imponentes, o farol de 1915 e um local de referência para a observação de aves. Passagem pelo Parque das Águas, em Boavista dos Pinheiros, dedicado à água como recurso essencial à vida. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude de Almogrove

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Educação Física — atividades de exploração da natureza. Biologia e Geologia.

NA MOCHILA

Roupa e calçado de caminhada, protetor solar e água.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.



EDUCAÇÃO FÍSICA • 10.º–12.º ANO

Ser Ativo — Gerês

Gerês • 2 dias • 1 noite

ITINERÁRIO SUGERIDO **Atividade física, montanha e água**

DIA 1

Origem → Gerês

Chegada ao Parque Nacional da Peneda-Gerês, a única área protegida do país com estatuto de parque nacional. Sugerimos um percurso pedestre num dos trilhos sinalizados do parque, ajustado à condição física da turma, com paragem junto às cascatas e lagoas da serra. Ao final da tarde, check-in na Pousada, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão nas zonas comuns.

DIA 2

Gerês → Regresso

Após o pequeno-almoço e o check-out, manhã de atividades ao ar livre com uma empresa de animação turística da região — canoagem numa das albufeiras, orientação ou BTT são algumas das possibilidades. Almoço volante e regresso.

NA POUSADA

-  1 noite com pequeno-almoço
-  Jantar e almoço volante, sujeito a confirmação do fornecedor
-  Pousada de Juventude do Gerês

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, contratação das atividades, guias e monitores, e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Educação Física — atividades de exploração da natureza. Cursos profissionais da área do desporto.

NA MOCHILA

Calçado de caminhada, equipamento desportivo, fato de banho e muda de roupa.

Itinerário indicativo. Atividades, horários e preços a confirmar pela escola junto de cada empresa ou entidade.



ARTES VISUAIS • 10.º–12.º ANO

Vilas das Artes e Natureza

Cerveira e Gerês • 3 dias • 2 noites

ITINERÁRIO SUGERIDO Artes, natureza e ambiente

DIA 1

Origem → Vila Nova de Cerveira

Subida ao Miradouro do Cervo, sobre a vila e o rio Minho, onde está o "Cervo Rei" do escultor José Rodrigues. Visita ao Convento de San Payo, que o próprio escultor recuperou como oficina e museu, e, à tarde, ao Museu da Fundação Bienal de Arte de Cerveira. Check-in na Pousada de Cerveira, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão.

DIA 2

Cerveira → Gerês

Após o pequeno-almoço e o check-out, saída para a Porta do Campo do Gerês, em Terras de Bouro, e visita ao espaço museológico. Almoço volante e caminhada pela paisagem do Parque Nacional – um bom momento para desenho de observação. Check-in na Pousada do Gerês, jantar (sujeito a confirmação do fornecedor) e serão.

DIA 3

Gerês → Regresso

Pequeno-almoço, check-out e regresso.

NA POUSADA

-  2 noites com pequeno-almoço
-  Jantares e almoços volantes, sujeitos a confirmação do fornecedor
-  Pousadas de Vila Nova de Cerveira e do Gerês

A CARGO DA ESCOLA

Transporte, marcação de visitas e ingressos, guias e seguro.

ARTICULAÇÃO CURRICULAR

Desenho A. História da Cultura e das Artes. Oficina de Artes.

NA MOCHILA

Caderno e material de desenho, calçado de caminhada.

Itinerário indicativo. Visitas, horários e ingressos a confirmar pela escola junto de cada entidade.

ANO LETIVO 2026/27 · RESERVAS ABERTAS

Vamos planear a visita da sua turma?

Escolha um destino — destes ou de qualquer outra Pousada da rede — e envie-nos o pedido. Respondemos com a disponibilidade e a proposta de alojamento e refeições.

Pedir proposta de grupo →

✉ grupos@pousadasjuventude.pt

🌐 pousadasjuventude.pt



Digitalize e faça o pedido online

Formulário de reserva de grupos, em pousadasjuventude.pt



NO SEU PEDIDO, INDIQUE

- Programa ou Pousada pretendida
- Datas, e uma alternativa
- Número de alunos (raparigas e rapazes) e de professores
- Refeições pretendidas
- Restrições alimentares ou necessidades de acessibilidade