



Ilha do Mel

LITORAL DO PARANÁ

Sua próxima parada

Coast of Paraná. Your next stop.



Cidades

Cities



Praias

Beaches



Ilhas

Islands



Cultura

Culture



Gatronomia

Gastronomy



**PORTOS
DO PARANÁ**
PORT AUTHORITY

WELCOME TO THE
PORT OF PARANAGUA.

THE MAIN MARITIME
ENTRANCE OF
PARANA STATE, IN BRAZIL.

Programe a diversão e relaxamento. As opções são muitas!



Conheça as cidades históricas de Paranaguá, Antonina ou Morretes, que apresentam seus casarões de épocas, igrejas centenárias e imensa riqueza cultural.

Embarcado, navegue pelas baías de Antonina e Paranaguá, que a cada curva escondem ilhas paradisíacas, onde moram comunidades acolhedoras, que preservam suas tradições.

Vá até a Ilha do Mel, destino conhecido internacionalmente, que atrai milhares de turistas todos os anos. É aventura que procura? Tem também!

Programe com antecedência e suba o Pico Paraná, a montanha mais alta da região Sul do país, com 1.877 metros. Escolha a distância e pedale entre praias ou pratique remo e rafting nos diversos rios que banham os municípios e Mata Atlântica do litoral paranaense, a maior do país.

E onde quer que esteja, não deixe de desfrutar a gastronomia da região, rica em sabor. Nos diversos pratos elaborados, de ponta a ponta do Litoral, surpreenda-se.

Tudo registrado neste guia, elaborado especialmente para quem desembarca no Porto de Paranaguá, o mais eficiente do Brasil, localizado no Paraná, o maior Estado produtor de alimentos do mundo.



Now that you are here, just arrange the fun and enjoy! The region offers many options for tours and rides.

Take your time to get to visit the historical cities of Paranagua, Antonina or Morretes. They present their big colonial houses, centuries-old churches and a huge cultural wealth.

On board, sail through the Antonina and Paranagua bays, where each curve hides the most beautiful islands, and where there are the most welcoming communities, that keep their traditions.

Go to the Ilha do Mel, a worldwide known destination that attracts thousands of tourists every year.

If it is adventure that you are looking for, you can also find it in here!
Arrange previously and climb the Pico of Parana, the highest mountain of the South of Brazil, 1.877 meters high.

Choose the distance and ride a bike between the beaches or go rowing or rafting at the most diverse rivers that water the cities and the Atlantic Forest at the coast of Parana, the biggest Atlantic Forest at the country.

Wherever you are, in here, don't forget to try the local gastronomy, rich in flavor. From side to side, at the coast, the regional prepared dishes surprise!

You will find all these options registered at the guide that you are receiving now. It was specially prepared for those who land at the Port of Paranagua, the most efficient port in Brazil.



PARANAGUÁ



Cidade Histórica.

Na língua tupi-guarani, Paranaguá significa “O Grande Mar Redondo”. Foi por causa do mar que a pequena vila cresceu e se tornou berço da civilização paranaense. Palco de acontecimentos históricos, a cidade mais antiga do Paraná ainda guarda ruas estreitas de pedras, palacetes de época e um rico acervo arquitetônico dos séculos XVIII, XIX e XX.

São cerca de 400 prédios inspirados nas construções luso-brasileiras, além de um museu de arqueologia que apresenta a cultura de povos indígenas habitantes do Litoral, cuja história se encontra nos sambaquis.

O Porto de Paranaguá é o terceiro maior do Brasil em volume de exportações e o segundo da América Latina em movimentação de grãos.

DIVIRTA-SE

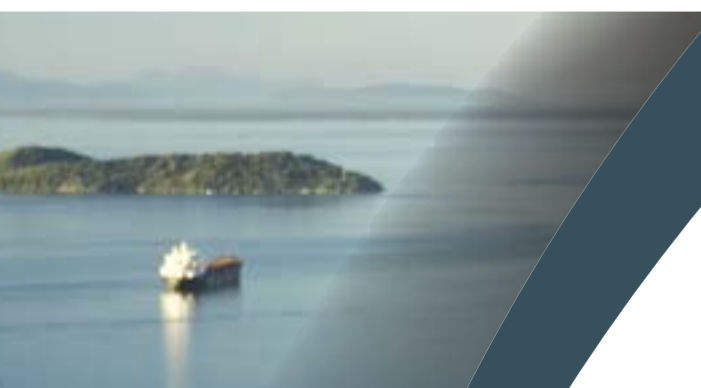
- Caminhe pelo Centro Histórico, localizado às margens do Rio Itiberê.
- Visite o Aquário Marinho.
- Prove a culinária local no Mercado do Café.
- Vá até o Santuário Nossa Senhora do Rocio, padroeira do Paraná.
- Conheça a Catedral de Nossa Senhora do Santíssimo Rosário, a mais antiga igreja da cidade.
- Faça compras no Mercado Municipal de Artesanato.
- Assista a um show de Fandango na Ilha dos Valadares.



Na Estação Ferroviária fica o Marco Zero da Estrada de Ferro Paranaguá-Curitiba, que hoje abriga um espaço cultural.

O Museu de Arqueologia e Etnologia fica no prédio que abrigou o antigo Colégio dos Jesuítas, fundado em 1755, e possui mais de 70 mil peças no acervo.





PARANAGUA

A Historical City.

According to the indigenous language “Tupi-guarani”, Paranaguá means “The Big Round Sea”. It was thanks to the ocean that the little village grew and became the berth of the State of Parana and its civilization. A stage for many historic events, Paranaguá is the Parana’s oldest city and it still keeps the narrow streets made of stone, the classic small palaces and a rich architectural collection from the 18th, 19th and 20th centuries.

There are around 400 buildings inspired on the portuguese-brazilian constructions, and also an archaeological museum that presents the culture of the indigenous people inhabitants of the coast - archeological finds discovered in the “Sambaquis” (some hills made of organic materials accumulated through the years).

The Port of Paranaguá is the third port in Brazil in the export total tonnage and the second port in the Latin America in grains handling.

HAVE FUN

- Walk through the Historical Center, located by the Itibere River.
- Visit the Marine Aquatic.
- Taste the local food in the “Mercado do Cafe” (the Old Market).
- Go to the Sanctuary of Nossa Senhora do Rocio, Parana State’s patroness.
- Drop by the Cathedral of Nossa Senhora do Santíssimo Rosário, the oldest church in town.
- Go shopping at the Municipal Craft Market.
- Watch a “Fandango” presentation at the Valadares Island.

At the Train Station you will find the exact beginning (the initial milestone) of the Railway Paranaguá-Curitiba, where today there is a cultural space.

The Museum of Archaeology and Ethnology is located at the building of the old Jesuit Scholl, from 1755, and it has more than 70 thousand pieces on its collection.



ANTONINA



53 km de Paranaguá, via BR-277 e Rodovia Deputado Miguel Bufara.

Uma das mais antigas povoações do Paraná, habitada a partir do século XVII. Por isso, a cidade tem seu conjunto histórico e paisagístico tombado como Patrimônio da União.

Possui uma paisagem privilegiada, emoldurada pelos morros circundantes e pelas escarpas da Serra do Mar, com vegetação exuberante. É banhada pelas águas tranquilas da Baía de Antonina, onde o Atlântico avança com mais profundidade em toda a costa brasileira.

DIVIRTA-SE

- Conheça a Igreja Nossa Senhora do Pilar, tombada pelo Patrimônio Histórico do Paraná.
- Tenha uma vista da Baía de Antonina, a partir do píer do centro da cidade.
- Observe os casarios antigos e suas formas arquitetônicas.
- Descanse ao redor do coreto e chafariz da Praça Coronel Macedo.
- Conheça a Estação Ferroviária da cidade, construída em 1916 e restaurada recentemente.
- Visite o Teatro Municipal, fundado em 1875.

Não deixe de provar a tradicional bala de Antonina, feita com banana e açúcar!



Antonina é o cenário perfeito para esportes radicais. Dá para pedalar numa rota que passa pela Cachoeira do Cedro, fazer rafting no Rio Cachoeira e praticar montanhismo no Vale do Gigante, localizado aos pés do Pico Paraná, a montanha mais alta do Sul do país, com 1.877 metros de altura.





ANTONINA

53 km away from Paranagua, using BR-277 and Dep. Miguel Bufara road.

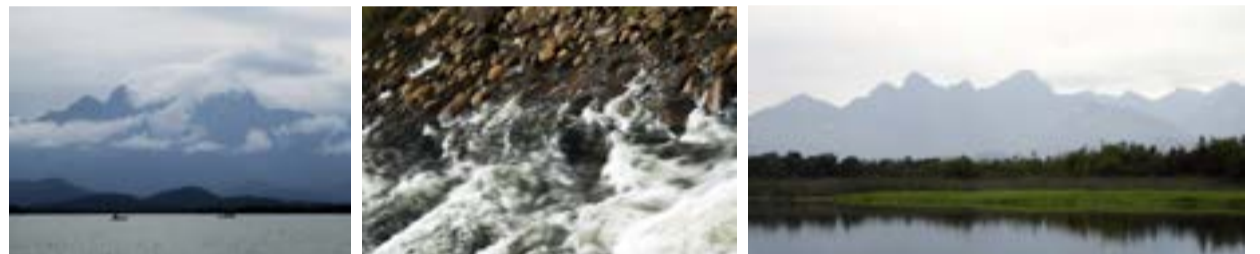
One of the oldest village of the Parana State, it has been inhabited from the 17th century. As a result, this city has its historical and landscape collection officially registered as Brazilian Cultural Heritage.

It has a privileged landscape, surrounded by the hills and the scarps of the Sea Mountain (Serra do Mar), with a stunning vegetation. It is bathed by the calm water of the Antonina's Bay, where the Atlantic reaches more depth along the Brazilian coast.

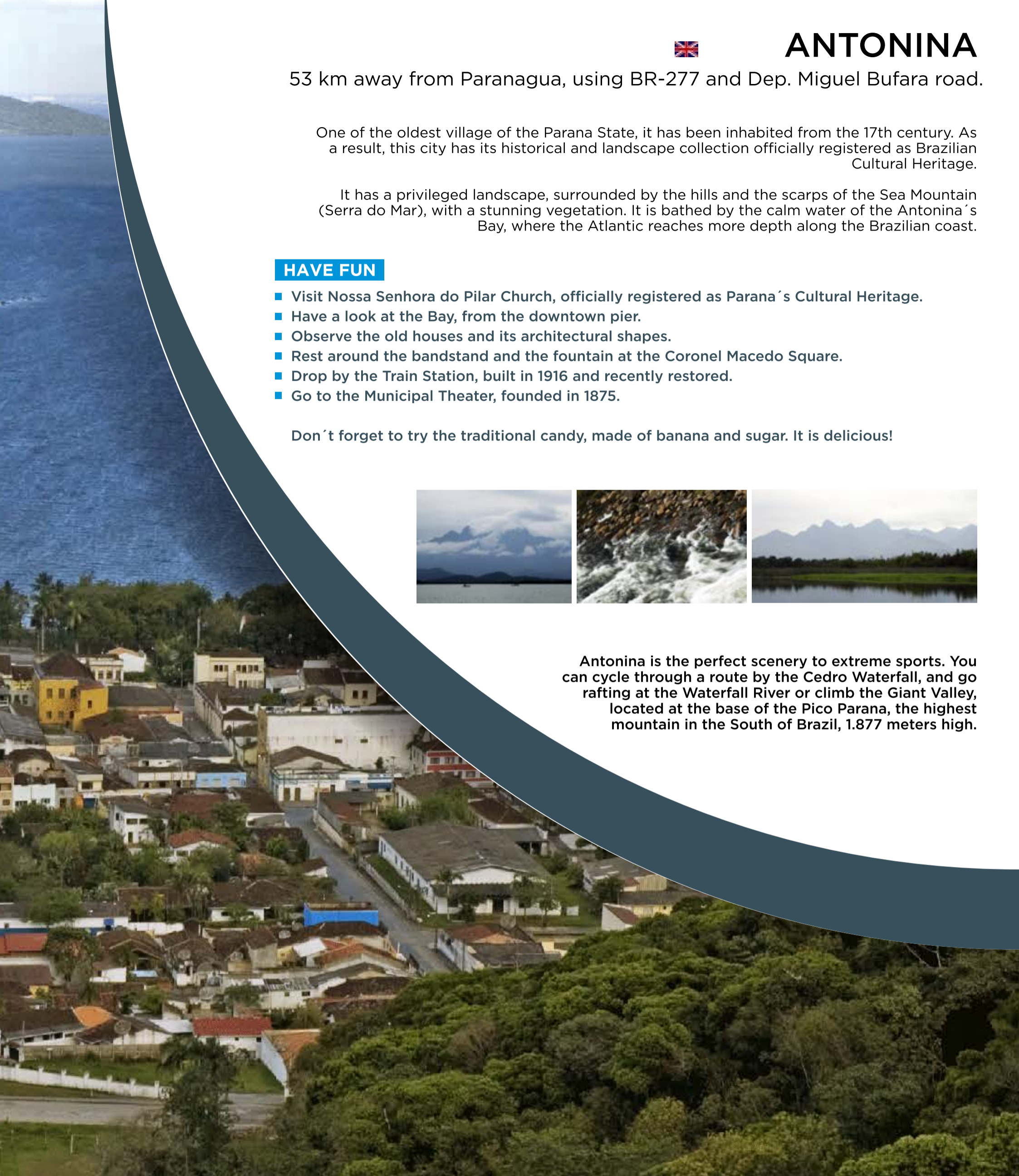
HAVE FUN

- Visit Nossa Senhora do Pilar Church, officially registered as Parana's Cultural Heritage.
- Have a look at the Bay, from the downtown pier.
- Observe the old houses and its architectural shapes.
- Rest around the bandstand and the fountain at the Coronel Macedo Square.
- Drop by the Train Station, built in 1916 and recently restored.
- Go to the Municipal Theater, founded in 1875.

Don't forget to try the traditional candy, made of banana and sugar. It is delicious!



Antonina is the perfect scenery to extreme sports. You can cycle through a route by the Cedro Waterfall, and go rafting at the Waterfall River or climb the Giant Valley, located at the base of the Pico Parana, the highest mountain in the South of Brazil, 1.877 meters high.





MORRETES



38 km de Paranaguá, via BR-277.

A partir de um povoado fundado em 1721, a cidade cresceu com a indústria de beneficiamento de erva-mate. Repleta de casarões preservados, o município tem centenas de restaurantes que oferecem o Barreado como prato típico.

Localizada entre a Serra do Mar e o Litoral, tem natureza privilegiada, desde o imponente Pico Marumbi até as águas refrescantes do Rio Nhundiaquara.

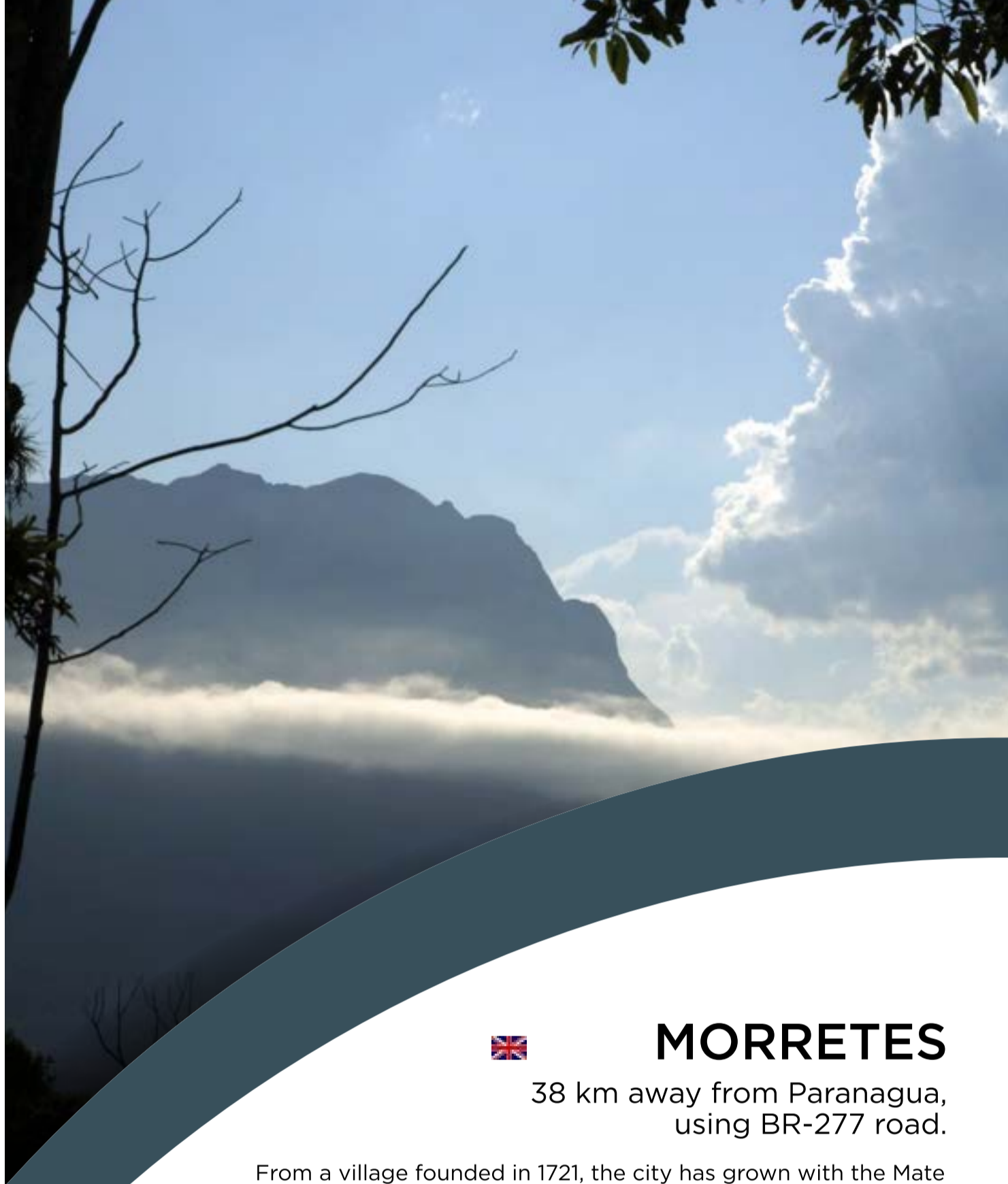
DIVIRTA-SE

- Faça um passeio de trem, indo de Maria Fumaça até Antonina.
- Pratique bóia-cross e canoagem no Rio Nhundiaquara.
- Descubra as trilhas para cachoeiras.
- Conheça o Parque Estadual do Marumbi e o Caminho do Itupava.
- Deguste da gastronomia local e experimente o Barreado, uma receita que chegou com os portugueses há mais de 300 anos.
- Na Estrada da Graciosa, encante-se com a natureza e o Rio Mãe Catira.



Em Morretes, o visitante pode explorar o Parque Estadual do Marumbi, o Caminho do Itupava, o povoado de Porto de Cima e percorrer o trajeto da bela Estrada da Graciosa.

Experimente a cachaça artesanal, um dos principais produtos da cidade!



MORRETES

38 km away from Paranagua, using BR-277 road.

From a village founded in 1721, the city has grown with the Mate industry. It is full of preserved old colonial style houses and it has hundreds of restaurants that serve “Barreado” as the typical dish.

Located between the Sea Mountain (Serra do Mar) and the Coast, Morretes has privileged nature, from the imposing Pico Marumbi to the fresh water from the Nhundiaquara River

HAVE FUN

- Take a trip in a steam train to Antonina.
- Go canoeing and “float-crossing” at the Nhundiaquara River.
- Discover the trails to the waterfall.
- Visit the State Park of Marumbi and the “Caminho do Itupava” a beautiful path through the Atlantic Forest.
- Try the local food and taste Barreado, a recipe that came with the Portuguese people over 300 years ago.
- At the Graciosa road, be enchanted by the nature and the Mãe Catira River.

In Morretes, the visitors can explore the State Park of Marumbi, the Caminho do Itupava and the Porto de Cima village and they can walk the path of the beautiful Graciosa Road.

Try the traditional handmade cachaça (a sugarcane liquor), one of the main products of the city!



GUARAQUEÇABA

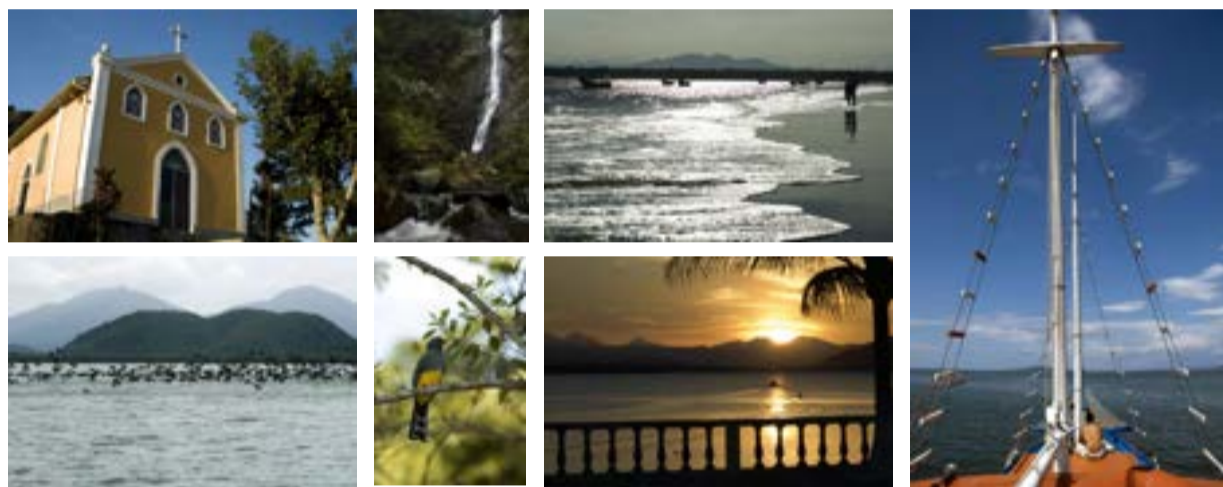
140 km de Paranaguá, via Rodovia Dep. Miguel Bufara, parte em estrada de chão. Também é possível chegar de barco.

Em tupi-guarani, Guaraqueçaba significa "Lugar do Guará", uma ave de cor bem avermelhada que era abundante na região e, aos poucos, volta a aparecer no Paraná.

A cidade fica dentro da maior reserva de Mata Atlântica do país, cercada por ilhas, praias desertas, animais em extinção, cachoeiras e história.

DIVIRTA-SE

- Conheça a Reserva Natural Salto Morato, que abriga uma cachoeira de 130 metros de queda.
- Enfrente a Trilha do Quitumbê, de 800 metros que termina em um mirante com vista panorâmica da cidade e da baía.
- Assista a uma apresentação de Fandango, dança típica do município.
- Visite o Parque Nacional do Superagui e a Reserva Ecológica de Sebuí.



A Igreja do Nosso Senhor Bom Jesus dos Perdões, tem altar em forma de um barco, com a base em formato de peixe. A construção é toda de pedra e data de 1838.





GUARAQUEÇABA

140 km away from Paranagua, using Dep. Miguel Bufara road, passing through a dirt road. It is also possible to take the boat.

In tupi-guarani language, Guaraqueçaba means "The place of the Guara". Guara is a red bird that used to be abundant in the region. Day by day, the bird is reappearing.

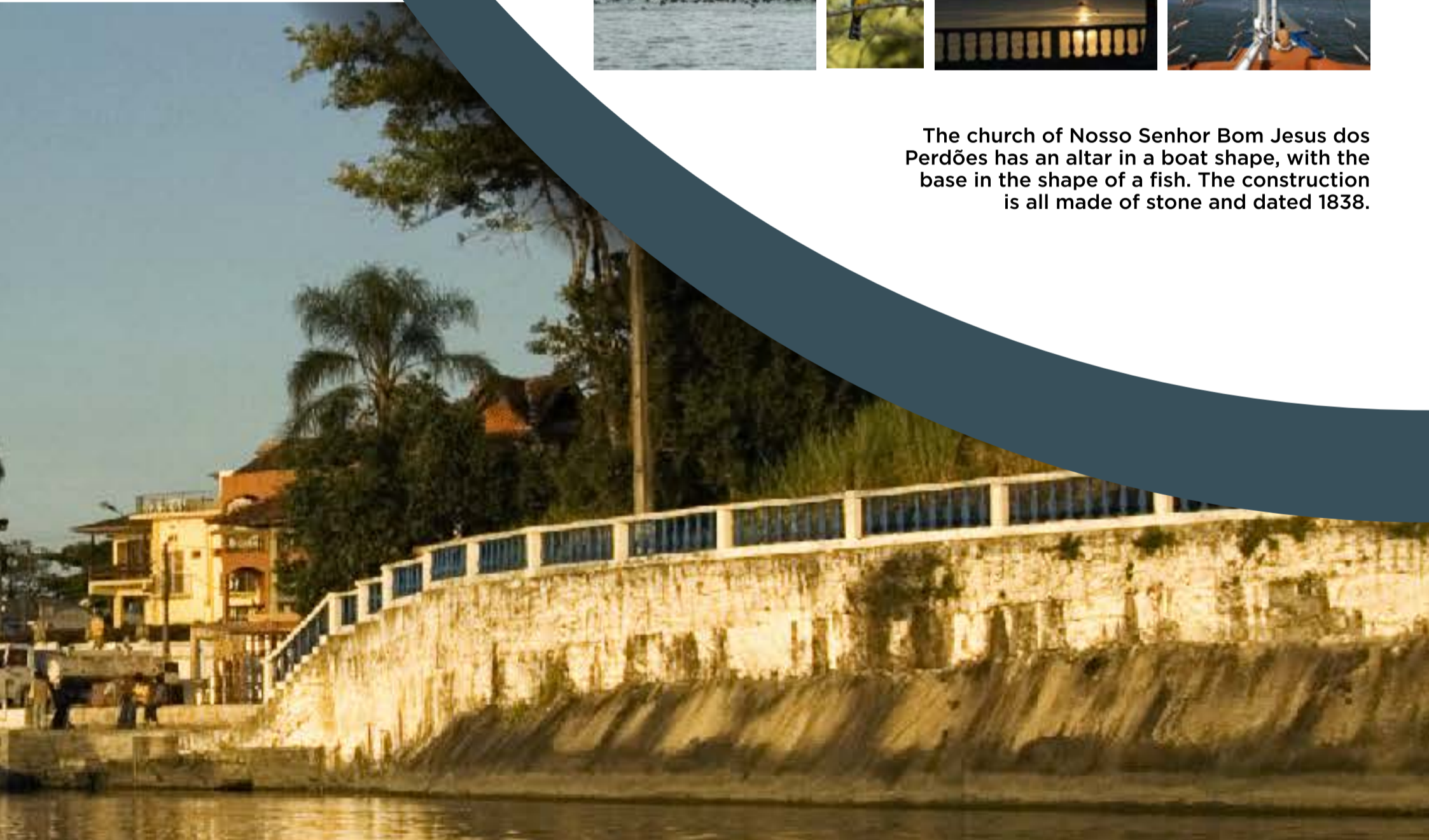
The city is located inside the biggest reserve of Atlantic Forest in the country, surrounded by islands, deserted beaches, species of flora and fauna into extinction, waterfalls and history.

HAVE FUN

- Visit the Natural Reserve of Salto Morato that houses a waterfall with 130 meters of freefall.
- Face the trail of Quitumbê, 800 meters long, that ends in a deck with a panoramic view of the town and the bay.
- Watch a Fandango presentation, which is a typical dance of the city.
- Visit the National Park of Superagui and the ecological reserve of Sebuí.



The church of Nosso Senhor Bom Jesus dos Perdões has an altar in a boat shape, with the base in the shape of a fish. The construction is all made of stone and dated 1838.





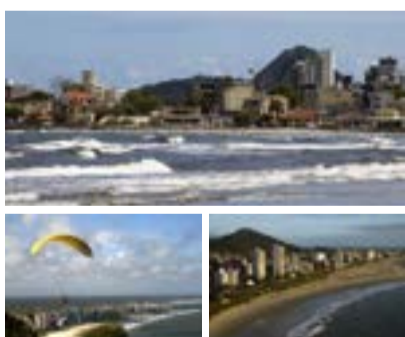
NOSSAS PRAIAS 🇧🇷

As praias paranaenses são calmas e com ótima balneabilidade. A qualidade da água é reconhecida nacionalmente.



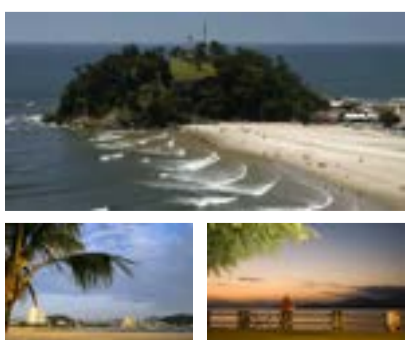
Pontal do Paraná - 30 km de Paranaguá

- Embarque para Ilha do Mel;
- Visite o Parque Nacional Marinho das Ilhas dos Currais, um dos principais berçários de aves no Brasil e no Atlântico Sul.
- Conheça o Sítio Arqueológico da comunidade do Guaraguaçu, com mais de 20 metros de altura.



Matinhos - 45 km de Paranaguá

- O Morro do Escalvado e o Morro do Boi possuem trilhas ecológicas que proporcionam vistas panorâmicas das praias da região.
- Conheça a Ilha das Tartarugas, em um passeio que só é possível com maré baixa.
- Visite o Parque Estadual Rio da Onça e o Parque Nacional de Saint-Hilaire/Lange.



Guaratuba - 56 km de Paranaguá, com travessia de ferry-boat

- Nade na Praia Caieiras, de águas calmas e de onde saem os barcos de pescadores.
- Suba o Morro do Cristo, onde fica uma estátua do Cristo Redentor, com 8,30 metros de altura.
- Faça uma trilha no Morro do Cabaraquara, com 455 metros de altura, concluídos em aproximadamente 2 horas de caminhada.





OUR BEACHES

The beaches of Parana State are calm and they are nationally recognized by the quality of their water.

Pontal do Paraná - 30 km away from Paranagua

- Board to the Ilha do Mel;
- Visit the National Marine Park of the Currais Islands, one of the main birds' natural nurseries in Brazil and the South Atlantic.
- Drop by the archaeological site of the Community of Guaraguaçu, it is over 20 meters high.



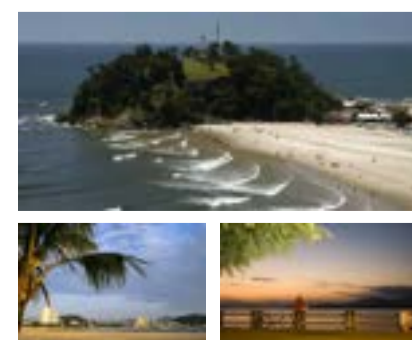
Matinhos - 45 km away from Paranagua

- There are ecological tracks at the Escalvado and Boi hills. They give you panoramic views of the beaches.
- Visit the Tartarugas Island, in a trip that is only possible when the tide is low.
- Drop by the State Park of Rio da Onça and the Saint-Hilaire/Lange National Park.



Guaratuba - 56 km away from Paranagua, through the coast road and a ferry crossing

- Swim at the Caieiras beach, the water is calm and it is from where the fishermen's boats departure.
- Climb the Cristo hill, where you will find a Christ Statue, 8.30 meters high.
- Walk the track to the Cabaraquara hill; it is 455 meters high, a two hours walk.





NOSSAS ILHAS

ILHA DO MEL – 19 km de Paranaguá, de barco.

Um dos principais destinos de ecoturismo do Brasil. A Ilha tem 25 quilômetros de belas praias, desertas ou com pouca urbanização. Não são permitidos veículos automotores e de tração animal, e o número de visitantes é limitado a 5.000 pessoas por dia.

A natureza é super preservada e as pousadas e restaurantes se dividem nas praias de Encantadas, Nova Brasília, Farol, Praia Grande e Fortaleza. A locomoção é feita por trilhas de terra, que permitem caminhar pela restinga e floresta Atlântica.

DIVIRTA-SE

- Visite a Gruta das Encantadas.
- Suba os 150 degraus do Farol das Conchas, construído em 1872.
- Conheça a Fortaleza Nossa Senhora dos Prazeres, edificada entre 1767 e 1769, tombada pelo Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional.
- Caminhe ou pedale pelas praias.



Os restaurantes e pousadas são extremamente charmosos. A culinária local prioriza os peixes frescos e frutos do mar. Para beber, experimente uma caipirinha de frutas da estação.





OUR ISLANDS

ILHA DO MEL - 19 km away from Paranagua, by boat.

One of the main destinations of the Brazil's ecotourism. The Island has 25 kilometers of beautiful and deserted beaches. It is not allowed car nor animal-dragged vehicle. The number of visitors is limited to 5 thousand people a day.

The nature is highly preserved and the inns and the restaurants spread out on the beaches of Encantadas, Nova Brasília, Farol, Praia Grande and Fortaleza. The trails allow you to walk through the sandbank and the Atlantic Forest.

HAVE FUN

- Visit the cave of Encantadas beach.
- Go up the 150 steps of the Farol das Conchas (Seashell Lighthouse), built in 1872.
- Take a Look at the Fort of Nossa Senhora dos Prazeres, built between 1767 and 1769, officially registered by the National Institute of Historical and Artistic Heritage.
- Walk or go cycling at the beaches.



The restaurants and inns are extremely charming. The local cooking prioritize fresh fish and seafood. To drink, try a "caipirinha" made of fruits of the period.





ILHA DOS VALADARES – Paranaguá.

A ilha está ligada ao centro de Paranaguá por uma ponte, que dá acesso preferencial a pedestres.

À margem direita do Rio Itiberê, é habitada por praieiros e pescadores que se dedicam à pesca artesanal e cultuam tradições como o Fandango paranaense, dança típica litorânea.

A beleza cênica é marcada pelos manguezais e praias estuarinas como o belíssimo e calmo “Mar de Lá”.



No Valadares ainda se concentram os mestres do Fandango Chimarrita (música e dança típica dos caiçaras) que completam as manifestações culturais do litoral do Paraná.



EUFRASINA - 12,6km de Paranaguá, de barco.

Localizada na porção mais oeste da Baía de Paranaguá, Eufрасina tem uma riqueza natural única. A orla é majoritariamente composta por rochas, entretanto, praias de areia entre as formações rochosas chamam os visitantes para um bom banho.

A população é de cerca de 100 moradores que se distribuem em 30 residências. Eufрасina também possui aproximadamente 100 casas de veranistas, quatro igrejas, cinco comércios e duas escolas.



Vá a pé ou de canoa caiçara até a Ilha do Lamim, para tomar banho em um rio de água doce.



PIAÇAGUERA – 5,6km de Paranaguá, de barco.

Entre suas riquezas estão a natureza exuberante da baía de Paranaguá que contrasta com os navios e canoas que navegam em suas águas, a igreja antiga, o sambaqui, as frutas típicas, as lendas locais com jacaré e outras histórias intrigantes.

A população da vila é de aproximadamente 210 moradores. Há no local duas igrejas, dois comércios e uma escola. A comunidade possui associação de moradores e tem como atividade econômica principal a pesca.



Diz a lenda que uma igreja católica construída sobre um sambaqui é assombrada até hoje, todas as noites, por uma noiva furiosa.





VALADARES ISLAND - Paranaguá.

The island is connected to the downtown Paranagua by a bridge that gives access to pedestrian.

Located at the right margin of the Itibere River, the Island is inhabited by people dedicated to the artisanal fishing that keeps tradition such as the Fandango, a typical dance of the coast area.

The mangroves and estuarine areas like the beautiful and calm “Mar de Lá” compose the beauty of its landscape.



At Valadares there are also the masters of the Fandango Chimarrita (a typical music and dance), a group of professionals that complete the cultural scene at the coast of Parana State.



EUFRASINA - 12,6km away from Paranagua, by boat.

Located at the west portion of Paranagua Bay, Eufрасina has a unique natural wealth. Its edge is, in its major part, composed by rocks, but the sandy beaches among the rocky formations call the visitors to a nice bath.

The population is of around 100 residents distributed in 30 homes. Eufрасina has also around 100 summerhouses, 4 churches, 5 stores and 2 schools.



Go on foot or by “caiçara” canoe to the Lamim Island, to bathe in a river of freshwater.



PIAÇAGUERA - 5,6km away from Paranagua, by boat.

Among its wealth, there is the exuberant nature of Paranagua Bay that contrasts with the vessels and canoes that sail in its water, the old church, the “sambaqui”, the typical fruits, the local legends about the alligators and other intriguing stories.

The people of the village is around 210 residents. There are two churches, two stores and one school. The community has an association and the main economic activity is the fishing.



The legend says that, every night, a furious bride haunts a catholic church built over a sambaqui there at the island.





PONTA DO UBÁ - 15km de Paranaguá, de barco.

Comunidade predominantemente formada por famílias de pescadores, que retiram das águas da baía de Paranaguá seu sustento. É habitada por aproximadamente 40 famílias e localiza-se em frente à Ilha da Banana.



A arte da cestaria é um traço deixado pela cultura indígena nas comunidades caiçaras. O visitante, além de aprender e praticar todo o processo de criação das cestas, pode tecer teias com as mulheres.



SÃO MIGUEL - 12km de Paranaguá, de barco.

A comunidade guarda tradições Caiçaras como a Folia do Divino, a casa de farinha e as canoas de um tronco só. Atualmente, a população da ilha, que vive essencialmente da pesca do siri, é de aproximadamente 400 moradores, distribuídos em 85 residências.



É possível no local participar da captura e do descasque do siri, para depois prová-lo fresquinho, elaborado do modo caiçara.



ILHA DO TEIXEIRA - 20km de Paranaguá, de barco.

A Ilha do Teixeira é um pequeno paraíso entre Antonina e Paranaguá. A população da ilha é de cerca de 130 moradores, que se distribuem em 40 residências.



Aproveite o passeio para avistar botos-cinza.





PONTA DO UBÁ - 15km away from Paranagua, by boat.

It is a community predominantly composed by families of fishermen who get their living from the water of the bay. It is inhabited by approximately 40 families and it is located in front of the Banana Island.



The art of basketry is a legacy of the indigenous culture for the local communities. The visitor, besides learning and practicing the whole process of creation of the baskets, can help the women of the island to produce nets.



SÃO MIGUEL - 12km from Paranagua, by boat.

This community keeps "Caiçaras" traditions like the "Folia do Divino" (party of the Divine), the house of the flour and the production of the canoes made of only one tree trunk. Nowadays, the population of the island, that make the living mostly from the crab fishing, is of around 400 residents. There are 85 houses.



It is possible to participate in the capture and preparation of the crab, after that the visitor can taste it fresh, made in the local way.



TEIXEIRA ISLAND - 20km from Paranagua, by boat.

The Teixeira Island is a little paradise located between Antonina and Paranagua. The population of the island is around 130 residents. There are 40 residencies.



Take the chance of a boat trip to watch the dolphins.



EUROPINHA - 16km de Paranaguá, de barco.

A vila pesqueira possui aproximadamente 75 casas.



Há na vila a presença de sambaquis e restos de louças e cerâmicas espalhados por mais de um local na comunidade, o que denota indícios de potencialidade arqueológica.



MACIEL - 8km de Pontal do Sul, de barco.

A população da vila é de aproximadamente 100 moradores. Apesar da principal forma de acesso ser via marítima, também é possível acessar a comunidade por via terrestre.



Os 30 primeiros quilômetros do Rio Guaraguaçu são de água doce, vão até o Poço do Maciel, onde suas águas se encontram com as do Rio Maciel. A partir deste ponto, o Guaraguaçu começa a receber a influência do mar, que salitra a água e faz o rio correr conforme as marés.



AMPARO - 5km de Paranaguá, de barco.

A população da vila é de aproximadamente 230 moradores. A principal atividade econômica é a pesca, principalmente de camarão-branco.



Deguste um almoço tipicamente caiçara, com camarão, pescado pelos moradores.



ILHA DAS PEÇAS - 20,6km de Paranaguá, de barco.

A região é considerada um berçário dos botos-cinza. É possível avistá-los praticamente durante todo o dia, nadando e brincando às margens da ilha. Restaurantes bem estruturados atendem os turistas. A gastronomia é baseada em frutos do mar, tudo elaborado do modo caiçara, com muito sabor.



Existe na Ilha das Peças o “Clube das Mães, Amigas e Colaboradoras”, uma organização criada para auxiliar as mulheres, geralmente esposas de pescadores, que realizam atividades beneficentes, além de manterem restaurantes, panificadora e mercearia.





EUROPINHA – 16km from Paranaguá, by boat.

The fishing village has approximately 75 houses.



At the village, there are the “sambaquis” and the rest of dishes and ceramic spread over more than one place at the community. This shows the high potential of the archaeological evidences.



MACIEL – 8km from Pontal do Sul, by boat.

The population of the village is around 100 residents. Even though the main way to access it is by boat, there is also a road and track from Pontal.



The first 30 kilometers of the Guaraguaçu River are of freshwater and go until the well of Maciel, where its water find the water of the Maciel River. From this point on, the Guaraguaçu River begins to receive the sea that makes the water salty and makes the river run according to the tide.



AMPARO – 5km from Paranagua, by boat.

The population of the village is around 230 residents. The main economic activity is fishing, especially of white shrimp.



Try a typical “caçara” lunch, with shrimp, captured by the locals.



ILHA DAS PEÇAS (Pieces Island) – 20,6km from Paranagua, by boat.

The region is considered a natural nursery for the grey nose dolphins. It is possible to watch them almost all day long; they swim and play by the margin of the island. There are many well-structured restaurants to serve the visitors. The The gastronomy uses seafood, all made in caçara way, with a lot of taste.



In the island there are “The Club of moms, girlfriends and workers”, an organization created to help women, mostly wives of the fishermen, that organize charity activities, besides keeping restaurants, bakeries and grocery store.





NOSSA CULTURA



Fandango Caiçara

O Fandango é um conjunto de danças populares que compõem o folclore da região Sul do Brasil. Conta a história, que foram portugueses, dos Açores, que trouxeram essa expressão cultural para o Litoral do Paraná, em meados do século XVIII. A tradição assumida pelos caboclos da região, aqui, segue preservada!

Pode ser dançado ou batido no sapateado. O que muda são as músicas e as letras. São ferramentas fundamentais ao Fandango a poesia, as violas típicas, o acordeão, a rabeca e o pandeiro rural.

Para dançar, homens usam tamancos de madeira, calça e camisa colorida. As mulheres usam sandálias, batas brancas e saias, bem rodadas e também cheias de cor. Segundo o Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (Iphan), "essa forma de expressão é um dos bens imateriais que compõe o Patrimônio Cultural do Brasil".





OUR CULTURE

Fandango Caiçara

Fandango is a group of popular dance that composes the folklore from the South of Brazil. As the history tells, the Portuguese people from Azores has taken this cultural expression to the coast of Parana State in the middle of the 18th century. This tradition remains!

It can be danced or tapped, according to the music and the songs. They are key tools to the Fandango the poetry, the typical guitar, the accordion, the “rabeca” (fiddle) and the tambourine (pandeiro rural).

To dance Fandango, men wear wooden clogs, pants and colorful shirt. The women wear sandals, white shirt (smock) and skirt, round and full of colors. According to the National Historical and Artistic Heritage Institute (Iphan), “this cultural expression is one of the immaterial goods that are part of the Cultural Heritage of Brazil”.



NOSSA GASTRONOMIA

A culinária no Litoral paranaense é tão rica quanto a sua história; e cheia de sabores. Em geral, os chefs da região usam muito frutos do mar, aqui destacamos alguns pratos típicos que merecem ser provados.

Tem peixe de tudo quanto é modo de preparo, mas o especial é a Tainha. Também tem o Barreado; ostras paranaenses - que há quem diga que são as melhores do mundo; o arroz Lambe-Lambe; o Caranguejo; e a Cambira.

Para coroar, a sobremesa: desfrute da tradicional bala de banana de Antonina, 100% natural!

BARREADO

Esse é o prato típico do Litoral do Paraná. Aliás, dos mais famosos da região. Segundo os registros, o Barreado teria aparecido ainda enquanto Brasil era colônia de Portugal. Dizem que era a refeição dos tropeiros.

É preparado com carne de segunda - como são chamados aqueles cortes de carne bovina que não são tão macios. Para temperar, usa-se, além do sal, cebola, pimenta-do-reino e cominho. Para dar ainda mais sabor ao prato, no cozimento há quem use toucinho de porco ou bacon.

A carne deve ser cozida até desfiar; leva muitas horas de fogo em panela de barro. Na hora de servir, acompanham a farinha de mandioca, arroz e banana-da-terra fatiada.

Venha provar, que os nossos chefs te ensinam direitinho como montar o prato!





OUR GASTRONOMY

The cooking in the Coast of Parana is as rich as its history; full of flavors. In general, the chefs in this region use a lot of seafood, but here we highlight some of the typical dishes you need to taste!

There is fish with different ways of preparation, but the specialty is "Tainha" (mullet). There is the "Barreado"; oysters - they say it is the best prepared in the world; the rice known as "Lambe-Lambe"; the crab; and "Cambira".

To crown, as dessert, enjoy the traditional banana candy from Antonina, 100% natural!

BARREADO

This is the typical dish from the Coast of Parana State. By the way, it is one of the most famous in this region. According to the records, Barreado has shown while Brazil was still a Portuguese colony. They say it was the food of the troopers from that time.

It is prepared with meat (pieces that are not so soft). To season, it is used, besides salt, onion, black pepper and "cominho" (cumin). To give even more flavor to this dish, bacon or pork is used.

The meat must be cooked until shred; it takes many hours at the stove in clay pot. It is served with flour, rice and banana.

Come to taste it! Our chefs are going to teach you how to put it all in the plate.





TAINHA

Diversos municípios e ilhas da região litorânea do Paraná têm até uma festa tradicional: a Festa da Tainha! Durante o evento, as comunidades apresentam o modo tradicional de preparar e servir o peixe, bem comum na região. A tainha pode ser assada aberta ou recheada; também pode ser frita ou defumada. Cada uma tem seu sabor.



CARANGUEJO

Esse é um dos frutos do mar mais saboreados, no litoral do Paraná. Tem até um festival que acontece todo mês de janeiro, desde 2003, na cidade de Pontal do Paraná para apresentar aos turistas o Caranguejo servido das mais diversas formas.



OSTRAS

Outro fruto do mar muito apreciado no Litoral paranaense são as ostras. As mais famosas são as do Cabaraquara, em Guaratuba. Aliás, essas foram avaliadas por especialistas e eleitas uma das três melhores do mundo. Assada ou crua, vale prová-las e aproveitar para apreciar o local, que é belíssimo!



ARROZ LAMBE-LAMBE

Esse também é um prato típico da cultura caiçara, servido nas praias do Paraná. É um arroz que mistura marisco e muito tempero!

Achou engraçado o nome, “Lambe-lambe”? Tem uma explicação. Contam que o arroz foi batizado assim porque para comer, usam a casca do marisco ao invés de talheres e, sem pratos, direto da panela.



CAMBIRA

Cambira leva esse nome, devido ao cipó, comum no litoral, onde antigamente o peixe era pendurado para secar, antes de ser preparado. Pode ser elaborado com tainha mesmo ou até cação. O peixe é cozido em panela de barro, com banana e muito tempero verde. Simples, mas gostoso!



BALA DE BANANA

A famosa bala de banana é tradicional de Antonina. Na receita, banana madura cozida até virar um “melado” que é despejado, fica aberto até secar para, no dia seguinte, ser cortado. Os quadradinhos são passados no açúcar e depois embalados. As balas além de gostosas são um souvenir perfeito da região!



CACHAÇAS DE MORRETES

Cachaça é uma bebida alcoólica feita da cana de açúcar. Morretes, município do Litoral do Paraná, é um importante e reconhecido produtor não só da bebida, mas também de outros produtos da cana como melado, rapadura e açúcar. Na produção local, a variedade da cana usada é a “havaianinha” e o envelhecimento da cachaça é feito em barril de carvalho europeu. Dizem que os morretianos são referência na produção da bebida.



CATAIA

Essa bebida é conhecida como o “whisky caiçara”. Cataia é uma planta, cujo nome significa “folha que queima” em tupi-guarani. A folha é curtida na cachaça, que, de transparente, ganha a cor do uísque. Não é vendida em grande escala, mas a bebida coleciona apreciadores. Quem visita Guaraqueçaba, no Litoral do Estado, ou a Vila de Superagui, não pode deixar de provar a bebida que é inesquecível!



TAINHA (mullet)

A lot of cities and islands at the Coast of Parana have a traditional festival to show this dish! During the event, the different communities show the traditional way to prepare and serve the fish, common in this region. The “tainha” can be roasted open or filled; it also can be fried or smoked. Each one has its flavor.



CRAB

This is the most tasted seafood in the Coast of Paraná. There is even a festival that happens each month of January, since 2003, in the city of Pontal do Paraná. In this festival, the communities show the tourists how the crab is prepared.



OYSTERS

Oysters are another popular seafood on the coast of Paraná. The most famous are those of Cabaraquara, in Guaratuba. In fact, these were evaluated by experts and voted one of the best three in the world. Roasted or raw, it is worth tasting and enjoying the place, which is beautiful!



“LAMBE-LAMBE” RICE

This is also a typical dish from the local culture, served at the beaches of Parana. It is a rice that mixture shellfish and a lot of spices! In Portuguese the name of this rice is considered funny: translating it means “Lick-lick” rice. But there is an explanation for this name. They tell this rice was named like that because to eat it they use the shell instead of forks and knife and, they need no plate; they eat directly from the pot.



CAMBIRA

Cambira is the name of a plant, common at the Coast, where in the past people used to hang the fish to dry before being prepared. This dish can be made using tainha or cação (dogfish). The fish is cooked in clay pot with banana and a lot of green season. It is simple but really tasty!



BANANA CANDY

The famous banana candy is traditional from Antonina. In the recipe, ripe bananas are cooked until they melt. This melted banana is poured and stays open until dry to, in the next day, be cut in pieces. The square pieces are passed in the sugar and them wrapped. This candy is not only tasty but also a perfect souvenir from Antonina!



CACHAÇAS FROM MORRETES

“Cachaça” is an alcoholic drink made of sugar cane. Morretes, a city at the Coast of Parana, is an important and recognized producer not only of this drink, but also another products of sugar cane such as molasses (liquid), rapadura (dry molasses) and sugar. In the local production, the variety of the cane used is the “havaianinha” and the ageing of the cachaça is done in a oak European barrel. They say that the people from Morretes are reference in the production of cachaça.



CATAIA

This drink is known as the “caičara whisky”. Cataia is a plant, whose name means “leaf that burns” in tupi-guarani (language). The leaf is put into cachaça that, from transparent, receive the color of whisky. It is not sold in big scale, but this drink has many lovers. Who visits Guaraqueçaba, in the Coast of Parana, or the Superagui Village, must taste this drink. It is unforgettable!



Guaraqueçaba



LITORAL DO PARANÁ

Sua próxima parada

Coast of Paraná. Your next stop.



CARLOS MASSA RATINHO JUNIOR
Governador do Estado do Paraná

SANDRO ALEX CRUZ DE OLIVEIRA
Secretário de Infraestrutura e Logística

MÁRCIO NUNES
Secretário do Desenvolvimento Sustentável e do Turismo

LUIZ FERNANDO GARCIA DA SILVA
Diretor-Presidente da Portos do Paraná

ANDRÉ PIOLI
Diretor Empresarial da Portos do Paraná

NÚRIA FERNANDA TRIBULATO BIANCO
Edição

PIERPAOLO NOTA
Redação

CESAR ALBERTO TEIXEIRA DE OLIVEIRA
Projeto gráfico

NAJIA ZERBETO FURLAN
Tradução

RODRIGO COELHO SELL
Revisão

FOTOS: Claudio Neves, acervo Portos do Paraná, Paraná Turismo, Prefeitura de Paranaguá, AEN, Rede Caiçara, Associação Mandicuera, Gestour, Mapió, Folha do Litoral, Facebook Ilha das Peças.

Esta é uma publicação da Gerência de Comunicação da Portos do Paraná com supervisão da Diretoria de Desenvolvimento Empresarial e colaboração da Paraná Turismo.

This publication was developed by the Communication Management of Portos do Paraná the supervision of the Business Development Director and collaboration from Parana Turismo.