

# BEM-VINDO AO ESPÍRITO SANTO

Os cenários naturais do interior do estado somam-se às praias mais conhecidas na região sul e a praias quase inexploradas do norte. Há roteiros para quem curte a prática de esportes radicais e a possibilidade de vivenciar o cotidiano rural, curtindo a riqueza da economia capixaba nas fazendas de café, em um estilo de vida bem peculiar.

Dos destinos de peregrinação religiosa à produção das panelas de barro, responsáveis por uma das iguarias mais tradicionais do estado, aqui você encontra muitas opções em um território geográfico dominado por um clima tropical quente e úmido no litoral e temperado na região serrana. Das montanhas às praias, mangues, restingas, falésias, ilhas e lagoas que fazem parte dos corredores ecológicos e embelezam as paisagens capixabas.



## GASTRONOMIA

Um estado de muitos sabores, o Espírito Santo tem na gastronomia um dos traços culturais mais relevantes e atrativos. Da torta capixaba à moqueca, de influência indígena, a gastronomia é recheada de outros pratos que comunicam o modo de vida e a história do capixaba com a sua mistura de etnias. Dos biscoitos artesanais, acompanhados pelos nossos premiados cafés, aos frutos do mar do nosso litoral e a comida do fogão à lenha com

ingredientes da roça nos restaurantes dos principais destinos das montanhas. As tradicionais receitas inspiradas na culinária europeia, trazidas pelos imigrantes que escolheram o Espírito Santo para morar e que dão sabor e cheiro à gastronomia nas regiões de montanhas, experimente toda a diversidade da comida capixaba!



## CULTURA & ARTESANATO

O artesanato variado inclui a produção da panela de barro, patrimônio imaterial, os trabalhos em conchas, cestarias e boneças de palha trançadas em corda, vime e sisal; as cerâmicas; os trabalhos em couro e as madeiras talhadas; os artefatos indígenas; os bordados; crochês, tricôs e a famosa renda de bilros. Toda essa mistura fazem do Espírito Santo um celeiro cultural e étnico. Os atrativos culturais arquitetônicos guardam influência da miscigenação e dos períodos

de desenvolvimento do estado, com as fortificações, igrejas e casarões administrativos. Do período do café, casas sedes de fazendas e casarões que fervilham história e atrativos para um turismo de experiência acolhedor, aconchegante e imersivo. Com o assentamento dos imigrantes, as comunidades do interior apresentam uma composição que mistura técnicas indígenas, material local e estilo europeu que vão encantar os visitantes.



## AVENTURA & EXPERIÊNCIA

Algumas cidades são símbolos da trajetória de um Estado repleto de episódios marcantes, como as expedições jesuítas ao ciclo do café. A riqueza dessas cidades aflora nas festas populares e religiosas, que seguem tradições e rituais, mas também oferecem oportunidades de lazer, para o turismo de aventura e o agroturismo. A Região das Montanhas Capixabas é referência nacional no desenvolvimento do agroturismo, oferecendo infraestrutura com casas de chá e café

colonial, trilhas ecológicas e passeios a cavalo. Além do contato com o campo e o acesso a produtos caseiros, o visitante pode participar de muitas experiências sensoriais, revivendo a tradição dos imigrantes. Tudo isso aliado às belezas naturais, à preservação do meio ambiente, aos costumes e à cultura que mantêm a tradição herdada dos antepassados. De norte a sul, o Espírito Santo é um estado com muitos destinos e múltiplas riquezas naturais e culturais!

# Descubra O ESPÍRITO SANTO

- Instagram: @descubraoespiritosanto
- Facebook: turismoespiritosanto
- Twitter: descubraoes
- LinkedIn: turismoespiritosanto
- Website: descubraoespiritosanto.es.gov.br



GOVERNO DO ESTADO  
DO ESPÍRITO SANTO  
Secretaria de Turismo



## PRAIAS

O destino sol e praia é um convite que não vai faltar ao visitante em terras capixabas! O calor constante, as areias com propriedades terapêuticas e a proximidade geográfica entre as diferentes praias no estado tornam o Espírito Santo um lugar perfeito para curtir a natureza, o nascer e o pôr do sol e a brisa do mar.



## LITORAL NORTE

A visita à região é um programa que pode revelar muitos estados em um só. Em praias pouco conhecidas e exploradas, é possível fazer caminhadas e andar de bicicleta, desfrutando de paisagens calmas e muito tranquilas, distantes dos badalados centros comerciais.

Há praias de diferentes estilos, próprias para o surf a outras com belezas naturais ideais para passeios em família ou crianças, além de lagoas muito famosas propícias para a prática de esportes náuticos.



## LITORAL SUL

Mais urbanizadas, as praias do litoral sul são as mais procuradas, seja pela variedade de paisagens, seja pela possibilidade de passeios diferentes que oferecem ou pelo agito noturno. São muito indicadas também para mergulho e opções de turismo náutico.



## CULTURA & RELIGIOSIDADE

As feições do tempo estão esculpidas na nossa cultura e religiosidade. O artesanato e os atrativos culturais arquitetônicos também guardam influência da miscigenação étnica do povo capixaba. Do ciclo da colonização, da época das ordens e congregações religiosas, do período do café à vinda de diferentes imigrantes, nossa cultura se mistura à religiosidade e apresenta uma composição que faz do ES um lugar diferenciado!

O Convento da Penha em Vila Velha, o Mosteiro Budista em Ibraçu e o Santuário de Anchieta, no município de mesmo nome, são exemplares do sincretismo religioso que perpassa gerações, encanta visitantes e valoriza a identidade capixaba.



## NEGÓCIOS & EVENTOS

O Espírito Santo é um lugar para realização de negócios e investimentos, graças ao ambiente econômico favorável e de governança pública transparente que se construiu. São investimentos nos grandes empreendimentos, que expandem as suas cadeias produtivas em novos negócios como o do gás e

petróleo, agonegócios e fruticultura, mármore e granito, confecções e o moveleiro, com espaços para grandes eventos, como o Pavilhão de Carapina (Arena Multiuso), na Região Metropolitana.



## SAÚDE & BEM-ESTAR

A localização privilegiada do Espírito Santo oferece aos visitantes destinos de sol e praia e de montanhas em um só lugar. O melhor dos dois mundos com poucos quilômetros de distância geográfica, proporcionando atividades lúdicas e de relaxamento, em contato com a natureza ou com a modernidade dos grandes centros urbanos.



## ESPORTES

As características do nosso litoral e a disponibilização de infraestrutura adequada são capazes de atrair eventos ligados ao esporte e lazer, incluindo-se o esporte náutico, o esporte de praia, além do turismo de aventura. Seja no interior, seja no litoral, o Espírito Santo tem clima diferenciado e paisagens de tirar o fôlego de qualquer apaixonado por esporte ao ar livre.

É TEMPO DE  
capixabear



Não jogue este impresso em via pública.

# O ESPÍRITO SANTO É O LUGAR!

RODOVIAS ESTADUAIS



RODOVIAS FEDERAIS



LIMITE ENTRE MUNICÍPIOS



SEDE DOS MUNICÍPIOS



BAHIA

MINAS GERAIS

RIO DE JANEIRO



- Instagram: [descubraoespiritosanto](#)
- Facebook: [turismoespiritosanto](#)
- Twitter: [descubraoes](#)
- YouTube: [turismoespiritosanto](#)
- Website: [descubraoespiritosanto.es.gov.br](#)

Descubra  
O ESPÍRITO SANTO



GOVERNO DO ESTADO DO ESPÍRITO SANTO  
Secretaria de Turismo

Não jogue este impresso em via pública.