

## ***Lenda de Nossa Senhora do Paraíso***

Nos primeiros tempos da nacionalidade, em terras hoje pertencentes a Vale do Paraíso, apareceu, no tronco de um velho sobreiro, a imagem de uma Santa, Nossa Senhora do Paraíso.

Reza a lenda que, inicialmente, a imagem foi levada, em procissão, para a Igreja de Nossa Senhora da Purificação, em Aveiras de Cima. No entanto, das três vezes que a tentaram levar, a imagem aparecia sempre junto à referida árvore.

Foi desta forma que os habitantes das redondezas decidiram edificar-lhe no local uma capelinha.

## ***Festividades Locais***

A religiosidade e a fé do povo da freguesia de Vale do Paraíso são manifestadas através da festa que realiza em honra da sua santa padroeira, Nossa Senhora do Paraíso. Esta festividade é celebrada em dezembro, nos dias 17, 18, 19 e 20, mas o dia 18 distingue-se como o principal, uma vez que é nessa data que se cumpre a Procissão pelas ruas da freguesia.

As danças e cantares tradicionais da freguesia de Vale do Paraíso têm sido preservados pelo Rancho Folclórico Danças e Cantares de Vale do Paraíso. Atualmente, apresentam-se em festivais de folclore e diversos certames etnográficos, onde são recriados os usos e costumes de outros tempos.

Nas suas atuações, os elementos do Rancho Folclórico Danças e Cantares de Vale do Paraíso envergam os trajes típicos oriundos desta região. São, tal como as danças e cantares, recordados em festivais de folclore e diversos certames etnográficos, constituindo recriações exatas do antigamente.

Na freguesia de Vale do Paraíso, ainda hoje, se recorda o costume de praticar jogos tradicionais, dos quais se evidencia o Jogo do Pião e o Jogo da Malha, usados para preencher os tempos de lazer.