

Arlivre Informação

Editorial

- No passado dia 30 de Abril, Dia do Associativismo, a Divisão de Educação e Sensibilização Ambiental da Câmara Municipal de Lisboa realizou, no Espaço Monsanto, uma jornada dedicada a este assunto. O CAAL, como Organização não Governamental de Ambiente que é, foi convidado a participar na organização e dinamização do evento. O seu contributo saldou-se por uma apresentação ligada ao tema Associativismo e Turismo Pedestre e pela apresentação de um painel da Assessoria do Ambiente e de um DVD com as grandes actividades do Clube, na área de exposição. Igualmente garantiu a apresentação do projecto "Um Milhão de Carvalhos para a Serra da Estrela". No dia seguinte, coube também ao nosso Clube a tarefa de guiar um percurso pedestre no Parque Florestal de Monsanto, onde estiveram cerca de 80 pessoas, entre participantes na jornada e outras pessoas que se quiseram associar.
- No dia 15 de Maio o CAAL foi uma das entidades convidadas para um encontro de trabalho que deu origem à criação do Conselho Nacional do Ambiente da Câmara Municipal de Lisboa.
- O CAAL está na organização de um Encontro Nacional de Veteranos, integrado no Calendário Anual da Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada, que se realiza no próximo dia 31 de Maio, na região da Batalha.

Resumo

31 de Maio	Sábado	Do Lapedo ao Algar das Gralhas
1 de Junho	Domingo	Vale de Todos
7 a 10 de Junho	Sábado a Terça	Serra Amarela - Gerês
14 e 15 de Junho	Sábado e Domingo	A Festa da Cereja
21 de Junho	Sábado	Rota dos Mouchões
22 de Junho	Domingo	Parque Florestal de Monsanto
28 e 29 de Junho	Sábado e Domingo	Dão - 'Meia Encosta'

ASSESSORIA DO AMBIENTE

Em 2007, na Informação 210, foi divulgado o Código de Conduta do Caminheiro do CAAL, um conjunto de regras de bom senso, destinadas a pautar a participação dos sócios do nosso Clube nas actividades, e mesmo no seu dia a dia, como cidadãos pertencentes a uma Organização Não Governamental do Ambiente.

Neste sentido, este ano e após essa divulgação, a Assessoria do Ambiente do CAAL vai, ao longo dos meses, desdobrar cada um dos pontos do Código, procurando um melhor esclarecimento dos assuntos tratados. Este mês aborda-se mais um tema, a que se atribui significativa relevância:

3. Os caminheiros e as caminheiras do CAAL valorizam e respeitam o património cultural e histórico:

- Valorizam e respeitam o património
- Apreciam os produtos culturais e artesanais tradicionais
- Agem em harmonia com as especificidades culturais e as tradições das regiões de acolhimento
- Contribuem para a divulgação e preservação do património
- Evitam as acções que conduzem à sua degradação ou destruição
- Apreciam sem causar danos os monumentos e sítios com reconhecido valor
- Evitam a degradação ou destruição de valores culturais e históricos, designadamente artísticos, arqueológicos, arquitectónicos
- Não subtraem bens dos legados culturais

Companheiro, observa e divulga as boas regras do montanhismo!

Do Lapedo ao Algar das Gralhas

31 de Maio - Sábado - 2 botas

Encontro de Caminheiros Veteranos

Autocarro 23,00 € / Men. 21 anos 10,00 €

Viatura própria 9,00 € / Men. 21 anos 5,00 €

(Os titulares de Licença Federativa válida para 2008 têm um desconto de 5,00€).

Se há passeios difíceis de anunciar pela sua beleza e diversidade, este é um deles: andar num vale em canhão e no cimo duma serrania, andar numa pérola do gótico e à roda das pias dos ursos!, andar com jovens e com os mais experientes caminheiros!...e, pasme-se, poder convidar para este passeio amigos que sejam cegos...

Foi para isso que pusemos de pé esta jornada, que pretendemos seja de alegria e convívio fraterno entre TODOS os montanheiros e caminheiros, sejam Veteranos ou não...

Tudo isto será possível nos calcários da Alta Estremadura.

Iremos até Leiria ao Vale do Lapedo para conhecer o seu Menino/a, agora exemplarmente documentado no **Centro de Interpretação do Abrigo do Lagar Velho**. Parece ser a chave para entender o povoamento milénar da Europa!

Daremos um salto até à **Batalha** para ver o calcário trabalhado e a nossa História a sedimentar-se...Aí, almoço livre, à vontade de cada um. Pelo Reguengo subiremos, de autocarro, à **Serra d'Aire** onde palmilharemos a bela **Rota dos Moinhos** de vento com exemplares raros, vista esplêndida sobre o maciço calcário e o santuário de Fátima. O percurso, altamente aromático, de 7km, terminará no lugar da Pia do Urso, freguesia de S.Mamede, uma localidade antiga de extrema beleza, agora com habitações recuperadas, mantendo a sua traça original, onde a pedra calcária assume grande relevo. Ainda antes do **Lanche de Confraternização**, que nos será proporcionado pela Câmara da Batalha, visitaremos uma iniciativa, pioneira em Portugal, semelhante à que existe em Virgen, no Tirol austríaco, e que consiste num curto percurso com estações temáticas destinado também a pessoas cegas, dado que o tacto e o olfacto são as principais referências. Este **Ecoparque da Pia do Urso** dá-nos a oportunidade de convidar amigos e familiares com cegueira!...nós às vezes também o somos um bocadinho...

O fio condutor deste dia será a... pedra, o **Caalcário**, diverso mas muito amigo! O CAAL desafia os Caminheiros a participarem nesta bela Actividade!

É tempo de nos juntarmos, de falarmos das nossas experiências, reviver belas histórias...

Venham daí, vamos dar um abraço no próximo Encontro de Caminheiros Veteranos na Batalha!

No Lapedo e na Batalha seremos acompanhados por guias e especialistas.

Características dos percursos: Caminhadas curtas, com densidade de informação e algum desnível no alto da Serra d'Aire, mas tudo facilmente superável. Esperamos que faça sol e algum calor.

Cartografia: Folhas 297 e 308 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Sábado, dia 31, às 7h00 de Algés e às 7h15 Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração no café 'Paisagem do Lapedo', sobranceiro ao vale do Lapedo, pelas 9h30m, situado na estrada N350, entre Sta Eufémia e Caranguejeira. Sair da A1 em Leiria e, antes de atingir a cidade, cortar à direita para Andrinos e Sta Eufémia, passando por debaixo da A1. O café fica a cerca de 8km da saída da A1.

Atenção: Como calculam, esta actividade tem uma logística importante. **Não se atrasem na inscrição (mesmo indo de viatura própria), que deverá ser feita até ao dia 27 de Maio. O preço inclui a visita guiada ao Centro de Interpretação do Lapedo, a visita guiada ao Mosteiro da Batalha, lembrança, mapa, lanche e seguro.**

Vale de Todos

1 de Junho - Domingo - 2 botas

Um vale só para nós

Autocarro 27,00 € / Men. 21 anos 15,00 €

Viatura própria 13,00 € / Men. 21 anos 10,00 €

Na viragem do século fizemos várias actividades na região compreendida, grosso modo, entre Pombal e Coimbra e a que chamámos Terras de Sicó. Algumas áreas houve que ficaram

por bater, possivelmente por terem menor altitude e, quiçá, menos interesse. E, assim, julgámos ser hora de se voltar ao maciço de Sicó para, durante dois ou três anos, esgotarmos o pouco que deixámos por palmilhar.

É pois o caso do planalto **Degracias-Alvorge**, no concelho de Ansião, que corresponde a uma área relativamente rebaixada e de certa forma marginal ao carso do maciço de Sicó. O **rio Nabão** nasce aí e, por isso, **Nascentes do Nabão**, seria um bom título para a nossa actividade; mas não é todos os dias que nos deparamos com um **Vale de Todos**.

Características do percurso: São 21km a fazer em cerca de 8 horas, prevendo-se que o final seja por volta das 18h30. O maior desnível não chega a 100m e o percurso é feito na totalidade por caminhos. Há momentos em que caminhamos por linhas de água, com muitas pedras e lama. Haverá **neutralização**, por volta do km13.

Cartografia: Folha 263 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: De Algés às 6h45 e às 7h00 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração às 8h45 nos arredores de Pombal, na direcção de Coimbra (EN1), no restaurante Manjar do Marquês, onde tomarão lugar no autocarro.

Serra Amarela - Gerês

7 a 10 de Junho - Sábado a Terça - 2/3 botas

'...a alta e livre terra dos pastores, dos contrabandistas e das urzes' (Torga)

Autocarro 72,00 € / Men. 21 anos 36,00 €

Viatura própria 39,00 € / Men. 21 anos 30,00 €

Sábado, dia 7

Neste primeiro dia procuraremos apreciar a **Serra Amarela que se ergue entre os vales do Lima e do Homem**. Serra de lobos, ainda, apesar da guerra constante que o homem lhes fez (faz), como atestam os seus fojos, serra abrigo e serra santuário aqui e ali pontilhada de antas, gravuras e estátuas-menir; promontório onde se instalaram postos de defesa e de vigia da região, terra de pastoreio desde há séculos. A serra veste-se de amarelo da carqueja, do tojo e da giesta, do arroxeadado e branco das urzes e de muitas outras cores, debruça-se para o espelho da albufeira de Vilarinho das Furnas e é **uma espectacular varanda aberta para o Gerês**. Sob a vigilância da serra corre o troço da Geira Romana que ligava Bracara Augusta a Astorga. Lá no alto, as antenas da Louriça espreitam a albufeira que afogou uma vida de tradições comunitárias da agora submersa aldeia de Vilarinho das Furnas. Já não está lá a ponte romana, a passagem faz-se agora por uma imponente barragem.

Domingo, dia 8

Em boa hora a C.M. de Terras de Bouro (Concelho que engloba a serra do Gerês e a serra Amarela) dinamizou a marcação de alguns interessantes percursos a que chamou **Trilhos Pedestres na senda de Miguel Torga**, escritor que muito apreciava estas andanças. O **Trilho do Castelo** tem como atractivo principal o Castelo de Bouro, ou Castelo de Covide, e desenrola-se principalmente pelas cumeadas da serra de Sta Isabel, que nos oferecem magníficos cenários graníticos e magníficas paisagens.

Segunda, dia 9

Utilizaremos parte de um percurso recentemente balizado - **Trilho das Casarotas** -, depararemos com alguma intervenção

humana atestando as várias actividades exercidas na serra, como o fojo do lobo, os abrigos, as silhas, a levada, os mariolas, as casarotas... Partiremos da barragem ganhando extraordinário alcance visual sobre toda a envolvente, acabaremos na bonita aldeia de Brufe, terra de socacos, espigueiros e também de um restaurante, obra de arquitectura distinguida com alguns prémios, discretamente implantada ante um excepcional miradouro.

Terça, dia 10

Para o último dia voltaremos à Albufeira de Vilarinho e à Geira, percorrendo um pequeno trilho também em honra de Torga, 'Águia do Sarilhão' nome herdado da fraga do Sarilhão onde, em tempos, nidificou a Águia. Percorreremos parte da Geira e visitaremos a aldeia de Campo de Gerês, terminando no Museu de Vilarinho das Furnas.

Características dos percursos: Percursos com desniveis médios. Apesar de alguns troços de bom piso, haverá trilhos particularmente duros a exigir bom calçado e, eventualmente, bastão.

Cartografia: Folha 30, 31 e 43 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Alojamento: Parque de Campismo da Cerdeira no Campo do Gerês. Como alternativa (e por conta dos interessados): Residencial Stop - tel: 253 350 040 ; Bungalows do Parque Campismo da Cerdeira - tel: 253 351 005.

Atenção: Não esquecer que os almoços são farnel, e os jantares livres. Há possibilidade de abastecimento no camping e na aldeia do Campo do Gerês (onde fica situado o camping); os restaurantes (incluindo o do camping) servem a boa comida minhota.

Partida: Sábado, dia 7, às 6h15 de Algés e às 6h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Os interessados nesta modalidade deverão informar-se directamente no CAAL.

A Festa da Cereja

14 e 15 de Junho - Sábado e Domingo - 1/3 botas

Pelos cerejais do vale do Alcambar com a Estrela e a Malcata como Fundo

Autocarro 40,00 € / Men. 21 anos 17,00 €

Viatura própria 19,00 € / Men. 21 anos 13,00 €

O auge da cereja pintando de vermelho a Serra da Gardunha será o ponto de partida para mais uma das nossas actividades. Outrora Serra de Castanheiros, que o flagelo dos incêndios destruiu, e que torna agora num dos maiores pomares de cerejas do País.

Alcongosta e a sua sua afamada Festa da Cereja. Visita à aldeia do Alcaide donde partiremos para um suave passeio por hortas e grandes cercados e pastagem no coração da Cova da Beira, ladeada pela Serra da Estrela, Malcata e Gardunha até chegarmos a uma outra antiga povoação do concelho, Valverde.

1º dia - Sábado

À saída do Fundão teremos o Dr. José Travassos para nos fazer uma breve introdução histórica sobre a cidade, assim como em determinados pontos chaves da Serra da Gardunha.

Subiremos o Vale do Alcambar no meio destes saborosos frutos e passaremos depois a ladear a Quinta da Serrana, onde ainda se encontram alguns castanheiros que nos servirão de sombra para uma breve "merenda". Nesta altura os mais cansados terão possibilidade de entrar no autocarro e neutralizar.

De seguida, a serra "despida" de arvoredo, tendo só como roupagem urzes, carqueja, rosmaninho e outras espécies de

arbustos, será um lugar aprazível de onde se visualiza a Serra do Açor, da Estrela e da Malcata, e em breve chegaremos à Casa do Guarda. Eis-nos num fantástico miradouro sobre a Aldeia de Alcongosta e a Cidade do Fundão.

Passaremos agora por uma zona de pinhal até chegarmos a Alcongosta, terra de vendedores de fruta, em especial de cereja, e também de cesteiros, que aproveitavam as pequenas varas dos castanheiros para o fabrico de cestas. Teremos oportunidade de visitar um cesteiro no seu ofício.

Culminará este dia na Festa da Cereja, habitualmente realizada nesta época do ano pela Junta de Freguesia da mesma localidade, com a mostra de produtos da região e as suas tasquinhas, onde poderemos petiscar ou mesmo jantar.

2º dia - Domingo

De novo o Dr. José Travassos connosco, para breve nota histórica.

Seguidamente partiremos da bonita aldeia do Alcaide, lugar que deu berço ao Dr. João Franco, onde visitaremos a sua Igreja datada do séc XIII e a sua torre, a mais alta da região, de onde se avista toda a Cova da Beira. Percorreremos antigos caminhos no meio das hortas, lameiros e locais de pastoreio e chegaremos à Ponte Romana. Passagem na capela de S. Domingos, de seculares tradições na zona de Valverde.

As hortas serão o painel de fundo novamente até à chegada a Valverde, onde poderemos visitar algumas fontes bem antigas e com características algo inéditas, assim como a Igreja matriz e sua torre. Por último, uma visita ao Museu Etnográfico da aldeia.

Características dos percursos: O primeiro dia - a subida da Gardunha com desniveis algo acentuados (12km-2,3 botas).

O segundo dia - um passeio em planície para relaxar (14km-1 bota).

Recomendações: Levar água e comida; saco cama, para quem ficar em camarata e, para quem ficar no salão, saco cama e colchonete.

Cartografia: Folhas 246 e 256 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Alojamento: Nas instalações do Clube 'Gardunha Viva', em camaratas ou no salão; quem pretender dormir em camarata (com lugares limitados) terá um acréscimo de 2,00€. Quem quiser acampar tem possibilidade de o fazer no Parque de Campismo Fundatur.

Como alojamento alternativo existem, entre outros: Pensão Tarouca (**) - tel.275 752 168; Hotel Samasa Fundão (***) - tel. 275 779 930; Hotel O Alambique de Ouro (***) - tel. 275 774 145.

Partida: Sábado, às 7h00 de Algés e às 7h15 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Encontro no Fundão, perto das capelas do Calvário e Espírito Santo pelas 10h45 de Sábado. (Saída - Fundão na antiga estrada que ligava a Alpedrinha).

O preço inclui alojamento nas instalações do Clube 'Gardunha Viva' ou no Parque de Campismo da Fundatur, assim como uma lembrança.

Rota dos Mouchões

21 de Junho - Sábado - 1 toalha

Um paraíso no Ribatejo

Viatura própria 20,00 € / Men. 21 anos 15,00 €

Mouchões são pequenas ilhas nos rios, ou à beira-mar, formadas pela acumulação de aluviões. Existem vários mouchões no rio Tejo, todos eles conferindo uma beleza e graça especial

ao rio. Esta nossa actividade consiste num **passeio de barco pelo Tejo**, onde teremos a oportunidade de conhecer alguns desses mouchões, bem como de observar a rica avifauna deste ecossistema, de que realçamos a águia pesqueira, o peneireiro cinzento e a garça-real, entre muitas outras.

Teremos ainda a oportunidade de tomar contacto com a flora que nos circunda - salgueiros, choupos e freixos, entre outros - o que irá certamente contribuir para o encanto deste percurso. Veremos ainda os célebres cavalos lusitanos que, não sendo selvagens, são deixados à solta nos mouchões até completarem 3 anos de vida, após o que são preparados para o toureio, exposições ou outras actividades.

Esta actividade é dedicada a toda a família - um passeio de barco, um banho numa das praias do rio num dos mouchões, a descoberta de um paraíso perto de Lisboa.

Recomendações: Não esquecer - chapéu, protector solar, toalha de praia, fato de banho, binóculos e máquina fotográfica.

Atenção: Há possibilidade de almoçar num dos mouchões, **com inscrição obrigatória no Clube.**

O restaurante "O Escaropim" oferece a seguinte ementa: - entradas: queijo alentejano, presunto, saladas diversas, chouriço de porco preto, etc.; - sopa de peixe; - carne d'alguidar; - sobremesa: mesa de doces e frutas trinchadas; - bebidas: vinho branco e tinto "Forma de Arte", sangria, cerveja, refrigerantes, águas, café e chá.

Preço do almoço 18,00€ (10,00€ - para menores de 10 anos).

Concentração: Às 9,30 horas no Cais do Palácio das Obras Novas, na Azambuja. (Vindo da EN3, chegando à rotunda de Azambuja, seguir a placa indicativa de "Palácio", encontrará outra placa com esta indicação no início de uma estrada de terra batida, por onde deverá seguir até ao fim).

A inscrição para esta actividade tem de ser feita obrigatoriamente até ao dia 5 de Junho (inscrições limitadas).

Nesta actividade está prevista apenas a participação em viatura própria.

O preço inclui o seguro.

Parque Florestal de Monsanto

22 de Junho - Domingo - 1 bota

O pulmão de Lisboa

O CAAL convida os seus sócios e a população de Lisboa a virem passear em **Monsanto!** Continuamos, como há 12 anos, a mostrar os encantos deste belo Parque Florestal da nossa cidade.

Estaremos, como sempre, na **Cruz das Oliveiras**, junto aos bombeiros, às 09h30 de Domingo.

Venham a Monsanto com o Ar Livre - é ao pé de casa, sem inscrição prévia, gratuito e termina pelas 12h45!

Dão - 'Meia Encosta'

28 e 29 de Junho - Sábado e Domingo - 2/3 botas

A região e o património

Autocarro campismo 74,00 € / Men. 21 anos 48,00 €

Autocarro cabanas 84,00 € / Men. 21 anos 58,00 €

Com esta actividade chega ao fim o projecto iniciado há três anos baseado no rio Dão e no núcleo central da região vinhateira demarcada do Dão. Das "Terras Altas" dos concelhos de Fornos, Aguiar e Penalva, às encostas das Terras de Senhorim; das nascentes a Santar. Nesta região muito povoada, logo intervenção, mas com locais muito belos e aprazíveis, iremos fazer a ligação que faltava entre **Penalva e Mangualde** e entrar nas **Terras de Senhorim até Santar**, passando pelas termas de Alcafache.

Santar, que a sociedade vitivinícola Dão Sul quer transformar na "Saint-Émilion portuguesa", investindo milhões na compra e recuperação de alguns solares e vinhas, como o Paço dos Cunhas, ligando o vinho ao património e à cultura da região apostando forte no enoturismo.

É também, no que a nós diz respeito, um até breve aos nossos amigos holandeses do **camping "Moinhos do Dão"**, pois aí ficaremos alojados mais uma vez, beneficiando da sua simpatia, hospitalidade e do "espaço natural" tão pouco habitual hoje em dia. Contamos com fogueira, música e... já que o padroeiro da noite é o S. Pedro, que ajude à festa...

Características da actividade:

Sábado - Chegamos a Santar iniciaremos a visita aos vários núcleos da "Casa", seguida de uma prova de vinhos "Dão". A seguir, iniciaremos um percurso pedestre com c. de 15km, com início em Moreira de Cima e fim no camping. Decorre por caminhos rurais, pé posto e estradão, **quase sempre ao longo do rio**. Sem grandes desniveis ou dificuldades de maior, haverá, no entanto, a possibilidade de **neutralização** em Alcafache. **(2 botas)**
Domingo - Percurso pedestre com c. de 19km, entre Pinheiro de Tavares e Boco. Decorre por caminhos rurais e estradão, sem grandes desniveis ou dificuldade de maior. Haverá possibilidade de **neutralização**. **(2/3 botas)**

Cartografia: Folhas 179, 189 e 190 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Sábado, dia 28, às 6h45 de Algés e às 7h00 de Sete Rios.

Alojamento: Camping "Moinhos do Dão" www.portugal-aktief.com. Alojamento exclusivo no camping, com **inscrição obrigatória no Clube**, podendo montar tenda ou optar por dormir numa das **cabanas** do parque (a dormida em cabana tem um preço acrescido de 10,00€).

Recomendações: Botas, (verificar a meteorologia), farnel: pode-se encomendar comida para Domingo aos holandeses, e ter em conta que há **praia fluvial** no camping.

Observações: Uma vez que as características da actividade assim o exigem, o número de participantes será limitado e **desaconselha-se o uso de viatura própria**. No entanto, em caso de interesse, contactar a secretaria do CAAL.

Como o autocarro não chega ao parque, haverá transfer de bagagens; portanto, no **Sábado, dia de partida, os companheiros levarão consigo só o necessário para a actividade** e deixarão no porão do autocarro a bagagem a transferir, a qual já estará no camping quando lá chegarmos.

O preço inclui o alojamento, jantar e pequeno-almoço e ainda a visita à Casa de Santar com prova de vinhos.

CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre
ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL DE AMBIENTE

Presidente: João Luis Mattos Coelho
Centro Associativo do Calhau - Sítio do Calhau
Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa
NIB 003507360001660883032

Conta - 0736 016608 830 - CGD S. Domingos de Benfca
Tel.: 21. 778 83 72 TM: 96 . 629 52 60 Fax: 21. 778 83 67
email: caal@mail.telepac.pt site: www.clubearlivre.org
Horário de expediente 3ª, 4ª e 5ª feira das 14h30 às 19h00