

Arlivre Informação



Editorial

O ano de 2013 não terminou sem trazer aos montanheiros portugueses um forte motivo de satisfação, com a **atribuição oficial do Estatuto de Utilidade Pública à Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada**.

Estão assim de parabéns os companheiros que nos últimos anos, à frente da FPME, bem como nos Clubes e Associações nela filiados, dinamizaram esta luta, em prol das aspirações de todos – **Escaladores, Caminheiros, Alpinistas, Montanheiros ou Corredores de montanha** – os que pugnam, de forma desinteressada, pela defesa dos espaços naturais e pela promoção de uma actividade sã, livre de qualquer instrumentalização promovida pelos que apenas são motivados por potenciais ganhos monetários ou por vaidades pessoais.

Para a FPME – e por extensão para todos nós, que nela nos reconhecemos – este não é ainda o final de uma trajectória, mas é sem dúvida uma etapa fulcral na busca do pleno reconhecimento do **bom serviço prestado ao País pela nossa Federação**.

Esforcemo-nos então para que já em 2014 a FPME possa alcançar o Estatuto de Utilidade Pública Desportiva.

Resumo

| | | |
|------------------|------------------|--|
| 8 de fevereiro | sábado | P'lo Cano Abaixo |
| 9 de fevereiro | domingo | Parque Florestal de Monsanto |
| 16 de fevereiro | domingo | Oeiras I |
| 22 de fevereiro | sábado | Lousal Geomegalítico |
| 9 de março | domingo | Ambiente e Biodiversidade em Monsanto |
| 15 e 16 de março | sábado e domingo | Rotas terrestres e aquáticas no concelho de Góis |

P'lo Cano Abaixo 8 de fevereiro - sábado

Por entre fornos e azenhas, rumo à Torre de Camões

Cano (Sousel), local escolhido para este **passeio pedestre**, embora tenha como primeiro atractivo patrimonial a descoberta da **Torre do Álamo ou de Camões**, é pródiga em centros de interesse para aqueles que buscam no campo a compreensão de antigos saberes.

Zona abundante em água, característica que estará na origem do seu nome – Cano do latim *cannum*, local de águas abundantes – é percorrida pela memória de **sistemas de levadas que ligavam azenhas e pisões**, numa zona de intensa implementação da olivicultura e produção de azeite; passando a ribeira das Barrocas deparamos com o **magnífico aqueduto** que serve o complexo de azenhas ditas da Violante, do Ferrador e do Zambujeiro.

Aqui e além ainda fumegam velhos **fornos de carvão vegetal** que, a par do descortçar dos sobreiros no Verão, revelam alguns dos usos do montado. No início da Primavera, é comum encontrar as pessoas da vila a apanhar **espargos selvagens** nas suas 'pedaleiras'. Bom, é bem mais fácil saboreá-los no prato... Ainda em Fevereiro se poderá assistir ao final do período da apanha da azeitona.

Pastos viçosos alimentam o gado vacum da Herdade do Álamo, onde a produção tem denominação de origem. É nesta propriedade que se situa a **Torre do Álamo**, edifício enigmático, de finais do 'quattrocento', e com influências renascentistas na sua arqui-

tectura. A sua localização estratégica entre Avis, Estremoz e Evoramonte faz pensar num edifício com funções militares. A ligação à herdade é feita através de um curioso muro em arcadas, e está muito bem implantada na paisagem. A torre é popularmente designada por **Torre de Camões**, uma vez que algumas fontes dão como certa a propriedade da torre, e da herdade onde se insere, à família do poeta.

Características do percurso: Circular com cerca de 11km, caracterizado por um relevo suavemente ondulado, com um paisagem onde predomina o olival, o montado de azinho e as pastagens, e que decorre por caminhos rurais, sem cercas e porteiras, mas com algum gado. A acompanhar-nos, a serra de São Bartolomeu e a sua chaga, originada pela exploração do célebre mármore da região de Estremoz.

Nesta actividade vamos também ter a oportunidade de apreciar alguns produtos de excelência, produzidos nesta vila alentejana. Para esse efeito, **teremos visitas à Salsicharia Canense, à Queijaria Saianda, e ao 'Templo do Azeite'**, conjunto comercial-museológico, instalado num antigo lagar de azeite, desactivado nos anos cinquenta, e convertido em espaço museológico. A par da loja, aqui se expõem as alfaias, os equipamentos e os utensílios outrora usados nos lagares de azeite.

Recomendações: Levar botas, água e farnel.

Cartografia: Folhas 397 e 411 da Carta Militar de Portugal, na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Às 6h45 de Algés e às 07h00 de Sete Rios.

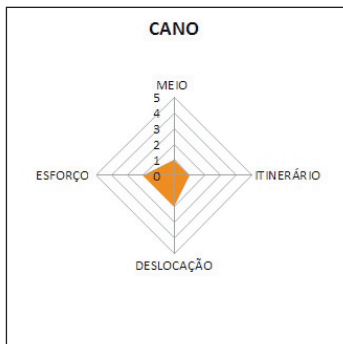
Participação em viatura própria: Local de encontro, às 09h30

frente ao 'Templo do Azeite', Cano (Sousel): saída 4 da A6 e seguir a nacional 4 até ao Cano; o 'templo' situa-se à esquerda, cerca de 300 metros após a entrada na vila.

Autocarro 24,00€ / Menores de 21 anos 12,00€

Viatura própria 8,00€ / Menores de 21 anos 6,00€

O preço inclui o transporte, o seguro e a informação.



Parque Florestal de Monsanto

9 de fevereiro – domingo

O pulmão de Lisboa

O CAAL convida os seus sócios e a população de Lisboa a virem passear em Monsanto! Continuamos, como há 19 anos, a mostrar os encantos deste belo Parque Florestal da nossa cidade, ideal para a iniciação ao pedestrianismo, para os amantes da Natureza e do Ambiente, para todas as idades e para juntos passarmos uma bela manhã.

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 no local onde começou pelas 12h45!

Conhecer Monsanto para melhor o mantermos limpo e defender de todos os ataques!

Oeiras 1

16 de fevereiro - domingo

Os Parques Tecnológicos, a Fábrica da Pólvora e o Parque dos Poetas

Com esta actividade inicia-se um ciclo dedicado ao concelho de Oeiras, para conhecer melhor este município vizinho de Lisboa.

Começaremos por um percurso maioritariamente urbano, com duas pequenas incursões 'fora de estrada' e com uma passagem por um marco geodésico, do qual se poderá apreciar uma vista excelente.

De manhã faremos um percurso circular com quase 12 km, primeiro no Taguspark e depois na Fábrica da Pólvora, onde teremos cerca de uma hora para visitar o Museu da Pólvora Negra e as suas estruturas anexas (a visita será livre, apoiada por uma brochura explicativa e pela visualização de um vídeo; por ser feita ao domingo, a visita será gratuita).

O almoço será no Centro Comercial Oeiras Parque, com farnel ou adquirindo a refeição no local.

O percurso da tarde também será circular e terá quase 9 km, visitando-se a Quinta da Fonte, o Lagoas Park e as 1ª e 3ª fases

do interessante jardim Parque dos Poetas (a 2ª fase está em fase de conclusão e merecerá uma visita futura).

Para os percursos, basta levar uma pequena merenda e alguma água. Existem várias possibilidades de neutralização ao longo do dia.

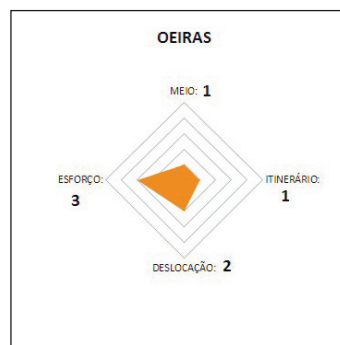
Recomendações:

1 – As botas de montanha são opcionais, mas aconselhadas, sobretudo se estiver tempo de chuva, porque os troços 'fora de estrada' são lamacentos e têm 2 subidas inclinadas com piso escorregadio.
2 – Consultar a informação meteorológica de véspera para decidir sobre o vestuário.

Ponto de encontro: Núcleo Central do Taguspark, junto à dependência da CGD. O acesso faz-se pela Variante da EN 249-3 (a meio caminho entre Oeiras e o Cacém, com acessos directos a partir da A5 e do IC19). Existe estacionamento fácil e gratuito no local, junto ao novo edifício da Novartis.

Hora de início: 08h30 para as inscrições e 09h00 para o início da marcha.

Inscrição no local (preço – 5€).



Lousal Geomegalítico

22 de fevereiro - sábado

Voltar ao Centro Ciência Viva do Lousal

A região do Lousal possui uma das maiores concentrações de monumentos megalíticos do Sul de Portugal.

É nesse sentido que vos propomos o percurso pedestre 'Lousal Geomegalítico', um percurso com uma forte componente científica e patrimonial, realizado numa paisagem dominada pelo sobeiro e pela azinheira, que passa em 5 dos monumentos megalíticos da região, datados do Neolítico/Calcolítico (4000 a 2000 a.C.), e em que serão prestadas diversas informações de cariz arqueológico e geológico. O percurso será guiado por técnicos do Centro Ciência Viva do Lousal, (info@lousal.cienciaviva.pt) e por um arqueólogo que presta assessoria a este Centro.

O almoço será servido no Restaurante 'Armazém Central', onde se saboreia comida típica, ao som do cante alentejano por um coro de antigos mineiros.

No fim do almoço visitar-se-á o Museu Mineiro do Lousal, localizado no edifício correspondente à antiga Central Eléctrica. O museu contém os geradores de electricidade e de ar comprimido que estiveram em funcionamento durante o período de laboração da Mina do Lousal, bem como uma exposição de modelos de minas do séc. XIX. Em suma, o museu alberga um significativo espólio documental, objectos e equipamentos que permitem ao visitante um olhar sobre o quotidiano dos anos de prosperidade da Mina do Lousal.

A visita ao Museu Mineiro será precedida por uma curta palestra introdutória e pelo visionamento do filme-documentário 'A Mina do Lousal em atividade', datado de 1958 e com locução do saudoso Fernando Pessa.

Características do percurso: O percurso é circular; apresenta uma extensão de cerca de 12-13 km e desenvolve-se ao longo de estradões. Praticamente não apresenta desníveis e é acessível a todos. Ainda assim, recomenda-se o uso de calçado com boa aderência. Informa-se ainda que não haverá possibilidade de abastecimento de água durante o percurso.

Cartografia: Folhas 507 e 518 da Carta Militar de Portugal, à escala 1:25000 do IGE.

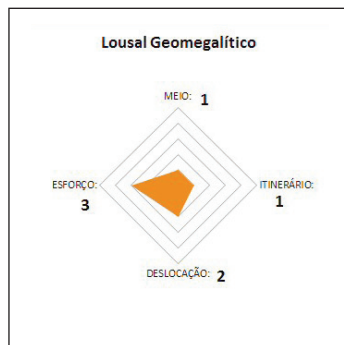
Partida: Às 7h30 de Algés e às 7h45 de Sete Rios.

Ponto de encontro: Centro Ciência Viva do Lousal, às 9h30.

Autocarro 41,00€ / Menores de 21 anos 30,00€

Viatura própria 35,00€ / Menores de 21 anos 20,00€

O preço inclui o transporte, o seguro, o almoço (com o coro alentejano), os guias, as entradas no Centro de Ciência Viva e a informação.



Parque Florestal de Monsanto

9 de março - domingo

Ambiente e Biodiversidade

O CAAL convida os seus sócios (as) e a população de Lisboa a virem passear em Monsanto!

De novo este ano, apesar desta actividade ter lugar no início do mês, vamos evocar as efemérides associadas ao início da Primavera: o 'Dia Internacional das Florestas' e o 'Dia Mundial da Poesia' que se celebram a 21 de março todos os anos.

Também nos vamos inspirar na **Rota da Biodiversidade**, um percurso sinalizado pela Divisão de Educação e Sensibilização Ambiental da CML e que liga o Parque Florestal de Monsanto ao Rio Tejo, em cuja documentação de apoio é feito o levantamento da flora e da fauna do parque.

Escolhemos as árvores como tema para esta actividade e, de entre as inúmeras espécies que ali foram plantadas a partir da década de 40 do século passado, seleccionámos um conjunto significativo que vamos apresentar ao longo do percurso, enriquecendo o seu conhecimento com a leitura de poemas escritos sobre elas pelos nossos vates.

Também vos convidamos a participar nestes momentos de poesia, redigindo quadras soltas sobre o tema das árvores em Monsanto, que serão lidas durante o percurso. Poderão ainda copiá-las num 'post-it', a fim de serem afixadas nas árvores, deixando assim o grupo um rasto efémero da sua visita.

Vamos passear neste pulmão verde da capital e desfrutar a companhia e a amizade de todos os que se quiserem associar a esta actividade, que se quer muito participada.

Será uma oportunidade para os sócios reafirmarem a opção do **Clube como Organização Não Governamental de Ambiente**, glorificando nesta data os valores naturais e humanos que orientam a actividade associativa e cimentam a amizade entre os participantes.

Companheiros (as), compareçam em Monsanto para conhecerem e desfrutarem o magnífico Parque onde o nosso Clube se encontra sedeadado.

Concentração, 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, no local onde começou, pelas 12h45!

Venha conhecer Monsanto para melhor mantermos o Parque limpo e o defendermos de todos os ataques!

Rotas terrestres e aquáticas no concelho de Góis

15 e 16 de março - sábado e domingo

Entre o rio Ceira e a montanha

A nossa actividade vai desenvolver-se no concelho de Góis, bem no centro de Portugal continental. **A vila de Góis tem mais de oito séculos de história.** Teremos ocasião de visitar os inúmeros monumentos que compõem o seu centro histórico e o seu enquadramento geográfico, **entre o rio Ceira e a montanha.**

No **Sábado** vamos começar por **seguir o trilho do vale do Ceira**, com início no Lagar da Cabreira, um antigo **lagar comunitário** que ainda se encontra operacional e que visitaremos. O trilho segue sobre as margens do rio Ceira, em caminho por vezes estreito e rodeado de vegetação. Depois de passar pela povoação de Sandinha, descenderemos até um lugar onde o rio foi desviado do seu leito primitivo, por meio de um túnel escavado na rocha, a **Foz da Fonte**.

Aqui iremos dividir-nos:

- um grupo prossegue a **caminhada terrestre** pelo trilho até à bonita aldeia da **Candosa, onde é possível neutralizar**, e depois regressar à **Cabreira** pelo caminho ao longo da margem oposta;

- um segundo grupo regressa à Cabreira **pelo leito do Ceira**, em **caminhada aquática**, organizada pela empresa TransSerrano; aqui são fornecidos os fatos de neoprene aos companheiros que quiserem ir pelo rio (tem de haver um mínimo 10 participantes e dependendo das condições meteorológicas e aquáticas; são 15 €/pessoa para os interessados na caminhada aquática, que têm de informar a secretaria do CAAL na altura da inscrição; este custo não está incluído no preço da actividade).

No final do dia teremos um merecido jantar, incluído no preço da actividade.

Nota: caso as condições meteorológicas não permitam realizar as actividades no vale do Ceira, será realizada uma actividade urbana no centro de Coimbra, que englobará a visita ao Museu Machado de Castro, que reabriu ao público recentemente, completamente renovado (bilhete - 6 €/pessoa).

No **Domingo** iremos visitar o **centro histórico de Góis**, acompanhados por um Técnico de Turismo da Câmara de Góis, que nos dará o respectivo enquadramento histórico. O percurso pedestre, circular, com 4 km de extensão, inicia-

se no centro da vila e, passando pelas antigas **minas de volfrâmio**, sobe ao **monte Rabadão**, com uma subida de 400 metros. Da sua encosta avista-se o vale do Ceira e toda a vila de Góis. Passaremos perto da **espada de Santiago**, símbolo esculpido na vegetação, em homenagem aos peregrinos que durante séculos percorreram os caminhos de Santiago.

Caso haja no mínimo 10 interessados, estes poderão realizar paralelamente uma **descida de canoa no rio Alva** igualmente com o apoio da TranSerrano (20 €/pessoa sem fato de neoprene; com fato de neoprene 22,5 € por pessoa).

Alojamento: Pavilhão Gimnodesportivo, vila de Góis (levar saco de dormir e colchonete). Em alternativa, por iniciativa própria, opção de reserva de alojamento na Residencial Casa Santo António (quartos duplos), telefone 235 770120 ou na Residência de Estudantes de Góis, em camaratas em condições a serem informadas aquando da inscrição no CAAL.

Recomendações: Levar farnel para o almoço durante as caminhadas e para o pequeno-almoço de Domingo, para quem ficar alojado no Pavilhão Gimnodesportivo. Levar calçado adequado para piso irregular, escorregadio em dia de chuva. Recomenda-se botas de montanha.

Cartografia: Folha 243 da Carta Militar de Portugal (1/25000 do IGE).

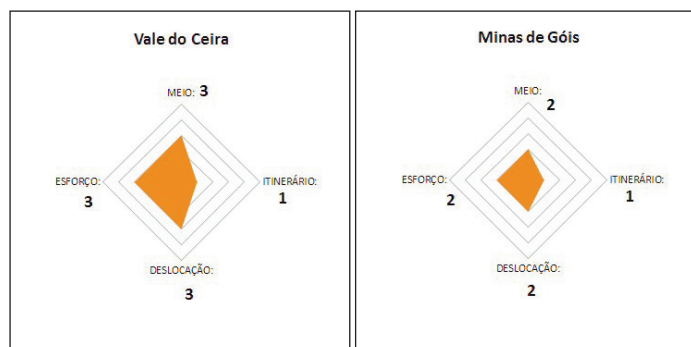
Partida: De Algés às 6h45 e de Sete Rios às 7h00.

Participação em viatura própria: Local de encontro no Lugar da Cabreira às 10h30 (em Góis seguir na direção de Cabreira).

Autocarro 56,00€ / Menores de 21 anos 33,00€

Viatura própria 38,00€ / Menores de 21 anos 30,00€

O preço inclui o transporte, o seguro, o jantar e a informação. (Não inclui nenhuma das actividades aquáticas).



GDAE

A actividade de escalada desportiva em fevereiro, vai ocorrer numa conhecida Escola de Escalada na Província de Sevilha, em **Sierra del Hierro**, no fim-de-semana de **22 e 23 de fevereiro**. Em março visitaremos a Escola de Escalada, na **Extremadura** (Espanha), nas escolas de Benquerencia La Serena e Cabeza del Buey, no fim-de-semana de **15 e 16 de março**.

GDAO

No dia **12 de fevereiro**, quarta, vai realizar-se uma reunião na sede do CAAL para preparar a actividade de 15, sábado; **em março, no dia 5**, quarta, haverá outra reunião para planear a actividade de 8, sábado. As reuniões têm lugar na sede do Clube, às 21h30, e são abertas a todos os sócios.

GDAMO

A primeira reunião de fevereiro vai ter lugar no dia **5**, para preparar a actividade de 15 e 16 em Castro d'Aire; **ainda em fevereiro, no dia 19**, haverá outra reunião para planear a actividade na Serra da Lousã, no fim de semana de 1 e 2 de março. A reunião de **12 de março**, será para preparar a ida a Gredos a 22 e 23 do mesmo mês.

Todas as reuniões se realizarão na sede do Clube, 4ª feira, às 21h30.

Já está disponível a Licença Federativa para 2014 e o respectivo Seguro!

No site da FPME (<http://www.fpme.org>) encontras o **seguro adequado a ti**, para as tuas actividades, **válido 365 dias por ano!**

Com o teu Clube, a treinar, em Família, estarás SEMPRE SEGURO!

A Licença Federativa é o documento que te identifica como praticante!

Vamos todos tirar a Licença Federativa e o seguro!

Se tiveres seguro, em cada actividade terás um **desconto de 1 euro** por dia de actividade. **Contacta o secretariado do Clube.**

Apresentação do livro do sócio Luís Contente, uma viagem realizada com o CAAL em 2009

Nota de imprensa que a editora tem enviado para a comunicação social: **"O Transiberiano entre Pequim e Moscovo representa uma travessia de 10.000km ao longo de 6 fusos horários onde aventura e descoberta se misturam num único paradigma: o prazer de viajar."**

Há viagens que uma pessoa tem de fazer na vida. Esta é uma delas! Apresentação do livro no dia **23 de janeiro às 21h30** na sede do nosso Clube!

OVERLAND AFRICA

O CAAL no Sudoeste Africano

África do Sul - Namíbia - Botswana - Zâmbia

Uma jornada de aventura pelas mais espectaculares paisagens da África Austral:

Cabo Boa Esperança – Cederberg – Namaqualand - Orange River - Fish River Canyon - Namib Naukluft NP - Sesriem – Sossusvlei – Deadvlei – Swakopmund - Cape Cross – Sptizkoppe - Cheeta Park - Etosha NP – Windhoek - Kalahari e Bosquímanos - Okavango Delta - Chobe NP - Victoria Falls NP

Companheiros,

no Verão de 2015 o Clube leva a cabo uma viagem de expedição, com a **duração de 20 dias, de Cape Town a Livingstone**; neste sentido vamos fazer uma apresentação prévia ao lançamento da actividade.

Sessão de apresentação - esclarecimentos - dia 20 de Fevereiro às 21h30 na sede do CAAL.

Aparece, sem compromisso...

A Direcção

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

Presidente: Alexandre Velhinho

Centro Associativo do Calhau - Sítio do Calhau Parque

Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

NIB 003507360001660883032

Conta - 0736 016608 830 - CGD S.Domingos de Benfica

Tel.: 21.778 83 72 TM: 96.629 52 60 Fax: 21.778 83 67

email: caal@mail.telepac.pt site: www.clubearylivre.org

Horário de expediente 3a, 4a e 5a feira das 13h30 às 18h00