

Ar livre Informação



Editorial

O mês de Outubro de 2011 fica marcado, no que ao CAAL diz respeito, por dois importantes sucessos.

A 8 de Outubro, a Assembleia Geral da UIAA (*Union Internationale des Associations d'Alpinisme*), realizada em Kathmandu, no Nepal, aceitou o nosso Clube como Membro Observador.

Este processo, que resulta da entrega abnegada dos **Monitores de Escalada** à causa do Clube, terá como primeiro reflexo a acreditação, por parte daquela instância internacional, desses companheiros. Mas coloca igualmente desafios novos ao CAAL: nomeadamente, além de nos abrir as portas de um importante capital de contactos e conhecimentos técnicos, que deverão ser objecto de disseminação entre os nossos sócios, vem conferir-nos a responsabilidade de aproveitar o caminho já traçado para estender um reconhecimento equivalente aos Monitores das restantes áreas sobre as quais incide o nosso esforço de formação.

Uma semana mais tarde, a 15 de Outubro, a realização da 7ª **Marcha dos Fortes**®, em parceria com a Associação de Marchas e Passeios do Concelho de Torres Vedras, constituiu mais um sucesso retumbante. Com **428 participantes**, e apesar de todas as dificuldades – fortes reduções nos apoios concedidos pelas autarquias, ausência de algumas entidades públicas e, acima de tudo, um calor avassalador – os **39 organizadores** foram capazes, sempre com boa disposição, de levar a cabo este grande desafio, mostrando mais uma vez que, no **CAAL, voluntariado e competência são sinónimos**, e confirmando que **a participação voluntária na vida associativa do nosso Clube constitui uma forte afirmação de cidadania**.

É sempre reconfortante, numa actividade em que, mais do que em qualquer outra, o Ar Livre se expõe ao juízo de terceiros, escutar as muitas referências elogiosas à organização impecável, à beleza do caminho, ao carinho com que foram tratados, à impressão que ficaram por encontrarem uma iniciativa em que tudo funcionava na perfeição, algo assinalável no nosso País e nos tempos que correm.

Resumo

12 de Novembro	Sábado	Aldeia das Amoreiras Sustentável
26 de Novembro	Sábado	Do Buraco Roto a Terras da Demó
3 de Dezembro	Sábado	Alegrete
18 de Dezembro	Domingo	Parque Florestal de Monsanto
//////////////////// 2012 //////////////////////		
8 de Janeiro	Domingo	Parque Florestal de Monsanto
14 de Janeiro	Sábado	Quinta do Anjo

A caminho da Aldeia das Amoreiras Sustentável

12 de Novembro – Sábado – 2 botas

Um grupo de jovens e uma comunidade envelhecida melhoram a sua aldeia

Neste Verão de São Martinho levamos os caminhantes à freguesia alentejana de S. Martinho das Amoreiras.

Seremos acolhidos pelo Centro de Convergência na **Aldeia das Amoreiras**, onde a tradição alentejana se cruza com novas (ou talvez não!) práticas de sustentabilidade, protagonizadas por um grupo de jovens (nacionais e estrangeiros) e por uma comunidade que ganha autoconfiança e autodeterminação para a resolução dos seus problemas individuais e colectivos.

Em seguida, teremos o prazer de passear pela paisagem outonal

do Baixo Alentejo, pelas hortas, pelos montes e pela floresta, num percurso adequado a diferentes botas, grandes e pequenas.

Chegados à Aldeia das Amoreiras, provaremos o **pão alentejano acabado de cozer em forno de lenha**, ao visitar o Centro Social da Aldeia das Amoreiras e as **pinturas murais** que o rodeiam. **Partiremos atravessando a aldeia e trazendo connosco alguns dos seus habitantes**, para que nos contem as suas histórias e os seus saberes.

De manhã passaremos pelas **hortas** da aldeia, pelos **montes** e pelo **montado**, chegando depois de 7km ao local de almoço. Quem quiser pode **neutralizar** aqui e voltar de camioneta à Aldeia, podendo visitar pela tarde actividades tradicionais alentejanas.

À tarde o percurso continua por outros 7km. Atravessaremos diferentes tipos de floresta, de eucalipto, de sobreiro e de medronho, podendo observar as **alternativas mais ou menos sustentáveis de gestão da floresta**. Os medronhos estarão bem vermelhinhos e apetitosos para provar! Tal como a **aguardente de medronho**, no

regresso à Aldeia das Amoreiras. . .

Chegaremos finalmente ao **Mercado n'Aldeia, onde poderão adquirir produtos locais** (o mercado será feito de propósito, ao fim da tarde, para proporcionar aos visitantes a compra de produtos da terra, hortícolas, ovos, mel, licores..., para trazerem para Lisboa) e finalizaremos o dia com **petiscos e cantares alentejanos**, em conjunto com os Aldeões e as Aldeãs.

Características do percurso: É um percurso circular (partimos e regressamos ao mesmo ponto: Aldeia das Amoreiras) com cerca de 14km, pouco acidentado (partindo da Aldeia, que fica a 160m, vamos andar entre os 180/200m e subimos no máximo aos 260m), que será feito por caminhos rurais de terra batida, com sombra pela tarde. Há possibilidade de **neutralização** a meio do percurso (aos 7km), onde vamos almoçar. Para quem queira neutralizar, haverá actividades organizadas na Aldeia das Amoreiras depois do almoço. Os mais novos poderão aqui juntar-se à **Terra das Crianças** (espaço de educação ambiental para crianças).

Esta iniciativa contextualiza-se no projecto **Aldeia das Amoreiras Sustentável do Centro de Convergência/ GAIA Alentejo**.

Para quem quiser saber mais: www.aldeiasustentavel.net/, www.centrodeconvergencia.org

Cartografia: Folha 554 da Carta Militar de Portugal, escala 1/25000 do IGE.

Partida: Às 7h15 de Alges e às 7h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração às 10h00 no Centro Social da Aldeia das Amoreiras. (**Como chegar** à Aldeia das Amoreiras: A2/sul - saída 12 Ourique, seguir à esquerda na direcção Ourique/Odemira, seguir indicação Ourique/Faro/ICI/Algarve. No ICI desviar para a N123 e seguir até Gavião, chegados aqui seguir indicação Aldeia das Amoreiras.)

Autocarro 39,50€ / Menores de 21 anos 26,00€

Viatura própria 30,00€ / Menores de 21 anos 20,00€

O preço inclui o transporte, o seguro, as informações, o mapa, o pão quente pela manhã, petiscos ao fim da tarde e uma publicação do Centro de Convergência sobre a flora local.

Do Buraco Roto a Terras da Demó

26 de Novembro – Sábado – 2 botas

Vistas e paisagens deslumbrantes

Vamos caminhar neste maciço calcário estremenho, situado na orla de uma importante reserva natural do nosso país: **Parque Natural da Serra d'Aire e Candeeiros**. Ligaremos as freguesias do Reguengo do Fetal, Alqueidão da Serra e S. Mamede, lugares que serviram já de passagem aos Romanos, às tropas comandadas por Nuno Álvares Pereira e, mais tarde, no século XIX, aos militares de Napoleão Bonaparte.

Podemos observar **paisagens de grande beleza**, pois que neste maciço rochoso se entremeiam as rochas esburacadas, moinhos de vento, casario branco, florestas e matagais e as mais diversas espécies da flora... e fauna.

Partiremos do **Buraco Roto**, encosta acima, pelo caminho antigo, que foi usado durante séculos, e é agora cortado pela Estrada Nacional. Ali, pára-se. Olhando para trás, e contemplando o caminho percorrido, deparamos com uma **vista deslumbrante**. Em Junho

de 1853, Alexandre Herculano, ao chegar aí, vindo de Ourém para a Batalha, exclama entusiasmado: "Magnífica vista de pássaro!..." Hoje diríamos simplesmente, que bela paisagem!

Passaremos pela **Pia da Ovelha**, pelo **Malhadouro** e **Chão Falcão** onde as gentes de lá continuam a dar largas à imaginação, vindo ao fim da tarde ver lá bem longe o pôr-do-sol sobre o mar; numa extensão que vai de S. Pedro de Moel até para além das Berlengas. Continuamos em direcção à **Andorinha**, aldeia secular, dizimada pelos militares do general Loiseau, o "Maneta". Dela apenas resta o poço comunitário.

Depois de passarmos pela **Demó**, subiremos até aos dois moinhos de vento, um deles conhecido pelo moinho do Quatro. Aí encontramos o **trilho da Rota dos Moinhos**, no **Carreiro do Pisco**, que faremos no sentido inverso ao habitual, isto é, descer a nordeste em direcção aos **Casais de S. Mamede**, subir ao Vértice Geodésico, passando por vários moinhos de vento, um dos quais reconstruído, prossegue na faina de fabrico de farinha. Do alto desta serra, chamada de "Capoeiro", **a paisagem é surpreendente** e digna de quadro impressionista, deixando ver o casario branco, a grande mancha verde da floresta, de onde sobressaem as torres das igrejas de Fátima, S. Mamede, Chainça e de algumas outras freguesias, podendo a nossa vista ir até às serras de Sicó e Alvaizere.

Como os dias já são curtos e a noite se aproxima **terminamos com alguma coisa quente num local agradável!**

Características do percurso: Cerca de 17km, com possibilidade de **neutralização**. A realizar na sua maioria por caminhos tradicionais e com um pequeno troço de corta-mato.

Cartografia: Folha 308 da Carta Militar de Portugal, na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Às 7h15 de Alges e às 7h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração às 9h45 no km 23 da estrada 356, direcção Ourém-Batalha).

Autocarro 26,00€ / Menores de 21 anos 15,00€

Viatura própria 18,00€ / Menores de 21 anos 15,00€

O preço inclui o transporte, o seguro, as informações, o mapa e o petisco.

Alegrete

3 de Dezembro – Sábado – 2 botas

Os vales das ribeiras de Arronches e do Soverete

Alegrete é uma das vilas mais bonitas e hospitaleiras do concelho de Portalegre.

Teve uma importante função militar até à assinatura do Tratado de Alcanises (1297), que determinou a linha de fronteira entre Portugal e Espanha. Durante a Guerra da Restauração sofreu vários ataques e foi parcialmente destruída, mas ali se mantém, em lugar altaneiro, com os arrabaldes a pintar o outeiro com alvo casario.

Honremos-lhe, pois, a gloriosa memória e, depois de um passeio pela cerca medieval, percorramos em paz uma parte do território que teve a missão de defender. No primeiro troço, **entre Alegrete e a povoação de Besteiros**, partimos ao encontro da **ribeira de Arronches**, que se atravessa num dos locais mais bonitos do passeio: a zona do **açude do Moinho dos Três Aferidos**. No segundo troço, bordejamos o vale da **ribeira do Soverete** e vencemos a suave encosta que nos coloca de novo no vale de Arronches.

É uma zona curiosa sob o ponto de vista paisagístico, hoje parte integrante do **Parque Natural da Serra de S. Mamede**. Quando se olha do alto do **castelo de Alegrete**, a vista é soberba sobre a transição entre a serra e a campina alentejana: pelas encostas pontificam pinheiros bravos e eucaliptos, espécies florestais introduzidas antes da criação do Parque, e que funcionam como moldura dos vales que se vão descobrindo, com as manchas de sobreiros e castanheiros em ancestral convivência com os olivais, aveleiras, nogueiras e diversas culturas hortícolas, a pequena habitação rural que se dispõe no sopé das encostas, e íntimos recantos onde dá vontade ficar:

Terminado o passeio, será tempo de descansar e viver as outras alegrias que este território tem para nos oferecer: **a gastronomia, regada por vinhos com longa tradição**. Para isso deslocar-nos-emos a outra simpática vila da linha de defesa do Alentejo: **Ar-ronches**. Aqui, no restaurante "A Estalagem", a tradicional simpatia alentejana espera-nos, para **um merecido repasto**.

Características do percurso: Circular com cerca de 14km, com um desnível que varia entre os 420 e os 600m de altitude e que decorre por caminhos rurais, trilhos, e algum corta-mato. **Possibilidade de neutralização**.

Recomendações: Botas, água e farnel.

Cartografia: Folha 360 da Carta Militar de Portugal, na escala 1/25000 do IGE.

Participação em viatura própria: Local de encontro em Alegrete às 10h15.

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

Autocarro 39,50€ / Menores de 21 anos 28,00€

Viatura própria 25,00€ / Menores de 21 anos 20,00€

O preço inclui o transporte, o seguro, as informações, o mapa e o lanche-ajantarado.

Parque Florestal de Monsanto

18 de Dezembro – 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 17 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!

2012

Parque Florestal de Monsanto

8 de Janeiro – Domingo

Quinta do Anjo

14 de Janeiro – Sábado

Península de Setúbal

Para conhecer melhor o "Deserto da Margem Sul", dando continuidade às actividades efectuadas em 2010 (Setúbal) e 2011 (Palmeira).

Percurso circular com cerca de 24km, com **abastecimento de água** e possibilidade de **neutralização aos 12km**, na primeira passagem pela Quinta do Anjo.

A **primeira metade** desenvolve-se a norte e leste da Quinta do Anjo, com **poucos desníveis**, maioritariamente em estradões de bom piso.

A **segunda metade** desenvolve-se para sul e oeste, na serra do Louro e na Serra de S. Francisco (até à Capela das Necessidades, na EN 10, perto de Vila Fresca de Azeitão), regressando à Quinta do Anjo pelo Vale de Alcube e pela portela que separa as duas serras. Tem **desníveis médios** e segue sempre por estradões.

Almoço (farnel) no início da segunda metade, junto ao marco geodésico da Serra de S. Francisco, com vista espectacular.

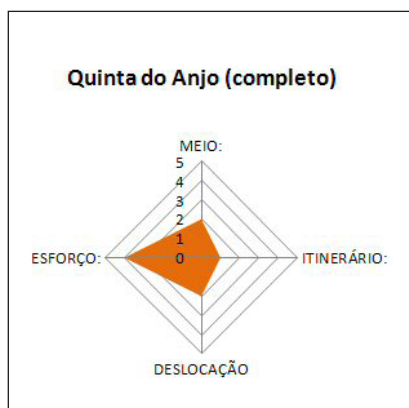
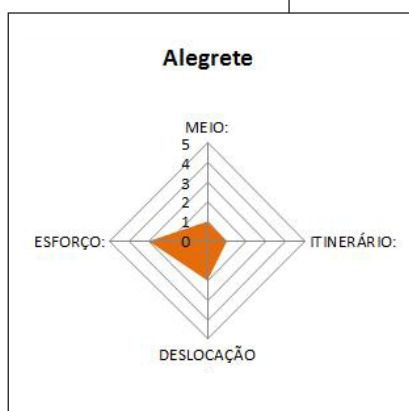
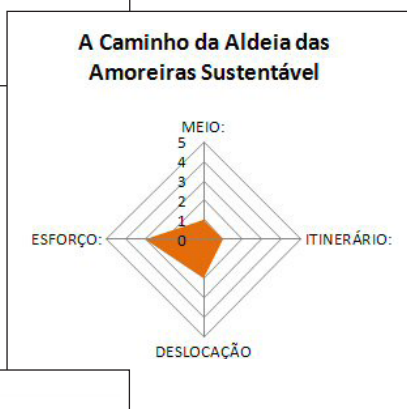
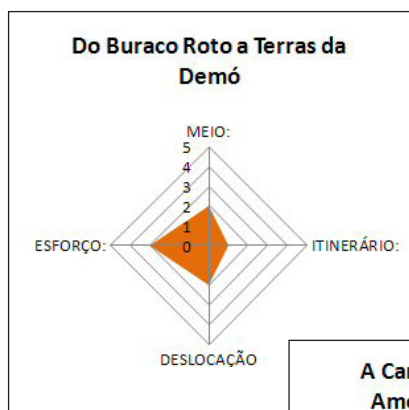
Recomendações: 1 – Usar calçado confortável (botas e bastões opcionais). 2 – Consultar a informação meteorológica de véspera para decidir sobre o vestuário. 3 – Não é necessário carregar muita água (há abastecimento a meio do percurso).

Ponto de encontro: **Pastelaria Anjo Doce** – Rua Francisco Martins Cardoso, Urbanização Portais da Arrábida, Quinta do Anjo (estacionamento fácil no parque do cemitério, na EN 379).

Inscrições no local da concentração (5 €) às 8h30, para começar a marcha às 9h00.

Os nossos companheiros do Grupo Gredos de Montaña, que recentemente adquiriram as instalações do Refúgio Victory, localizado junto aos Galayos, na Serra de Gredos, disponibilizam aos sócios do CAAL o acesso àquele refúgio de montanha, em condições idênticas às dos sócios do Grupo.

Os companheiros interessados em desfrutar desta oportunidade deverão contactar o Clube, a fim de que sejam estabelecidos os contactos com vista à realização da reserva.



GDAO

A próxima reunião vai realizar-se dia **10 de Janeiro, terça às 21h30**, na sede do CAAL, e é aberta a todos os sócios.

GDAMO

A reunião de preparação da actividade de 26 e 27 de Novembro, que terá lugar em Guadarrama, será no dia 9 de Novembro, quarta, às 21h30, na sede do CAAL.

GDAE

ESCALADORES

No fim de semana de **26 e 27 de Novembro** vamos fazer uma grande festa de escalada na **ROCHA DA PENNA – SALIR**, para celebrar o reconhecimento da **UIAA do modelo de formação de monitores do GDAE**. Contamos com a presença do **STEVE LONG**, "chairman" dos Trainings Standards para credenciar os nossos monitores, e claro, de todos os que se quiserem juntar à festa. Na "ponte" de **08 a 11 de Dezembro** vamos realizar no **sul de Espanha** a última actividade do ano. Vamos aproveitar estes 4 dias e despedirmo-nos de 2011.

CURSO DE INICIAÇÃO À PROVA DE VINHOS

Com o jornalista João Paulo Martins

14 e 16 de Novembro das 19h00 às 21h00 na sede do CAAL

- as cores, os aromas e os gostos
- entender a uva, da vinha até à adega, e o vinho da cuba à garrafa
- como provar, as técnicas, os copos, as temperaturas
- a adega em casa, o que guardar, como guardar
- os adereços, os indispensáveis, e os outros para impressionar os amigos
- as ligações com a comida, um mundo por descobrir
- provas de brancos e tintos

João Paulo Martins – licenciado em História pela Universidade de Lisboa - é um jornalista que dispensa comentários... sendo unanimemente reconhecido como uma autoridade no que aos vinhos diz respeito.

Membro do júri do Concurso Mundial de Bruxelas desde 1998, a sua actividade jornalística, de crítico de vinhos e júri estende-se também por Londres, África do Sul, Brasil, Espanha, Chile, Angola e Macau.

Colunista do **Expresso e da Revista de Vinhos**, da sua obra destaca-se o guia **Vinhos de Portugal – notas de prova** (D. Quixote), publicado **há 18 anos consecutivos**, e considerado uma "bíblia" dos vinhos produzidos em Portugal

É membro da Federação Internacional dos Jornalistas e Escritores de Vinhos (FIJEV) e provador convidado do **Grand Jury European**.

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 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

CURSOS DE ORIENTAÇÃO

A capacidade de Orientação é uma competência fundamental para usufruir em pleno da Natureza que nos rodeia, planeando com absoluta segurança belas caminhadas em autonomia!

Contudo, não se trata de um dom, com o qual alguns foram dotados à nascença e outros não. Pelo contrário, é um conjunto de técnicas que se aprendem, desenvolvem e aperfeiçoam com a prática. É nesse sentido que o CAAL, através do seu **Grupo de Dinamização de Actividades de Orientação (GDAO)**, vos oferece duas Acções de Formação complementares no domínio da Orientação. Os preços indicados incluem o seguro, a cartografia das áreas envolvidas, escalímetro (só no nível de Iniciação) e documentação de apoio.

Não estão incluídos os transportes para os locais das sessões práticas, nem a alimentação.

NOTA: **Os cursos organizados pelo CAAL destinam-se a Sócios e seu agregado familiar.**

CURSO DE INICIAÇÃO À ORIENTAÇÃO

Este curso, fruto de uma experiência de longos anos na realização de acções de formação equivalentes, versa as **técnicas básicas de Orientação com carta e bússola.**

Destinado aos que não possuem quaisquer noções do assunto, àqueles para quem os mapas sempre estiveram rodeados de mistério, ou então aos que, mesmo achando que percebem os rudimentos, nunca se sentiram à vontade para os pôr em prática e descobrir os seus próprios caminhos.

O **Curso de Iniciação** terá 2 sessões teóricas, na sede do Clube, e 3 sessões práticas nos arredores de Lisboa. O calendário é o seguinte

TEÓRICAS (21h00)	PRÁTICAS
03 de Novembro de 2011	06 de Novembro de 2011 – Cabeço de Montachique
15 de Novembro de 2011	19 de Novembro de 2011 – Lagoa de Santo André
	10 de Dezembro de 2011 – Serra de Montejunto

Material necessário (a esclarecer na 1ª aula teórica): bússola, lápis, borracha e esquadro.

Preços: Sócios 86,00 € / Menores de 21 anos 60,00

CURSO AVANÇADO DE ORIENTAÇÃO

Este curso é pensado para os que já possuem alguma experiência de Orientação com recurso à **carta topográfica e à bússola**, mas pretendem tirar um maior proveito desses meios, bem como dominar tecnologias mais recentes como **o GPS e a cartografia digital.**

O **Curso Avançado** será composto por 4 sessões teóricas, na sede do Clube, e 2 sessões práticas nos arredores de Lisboa. O calendário é o seguinte:

TEÓRICAS (21h00)	PRÁTICAS
08 de Novembro de 2011	19 de Novembro de 2011 – Lagoa de Santo André
17 de Novembro de 2011	
29 de Novembro de 2011	10 de Dezembro de 2011 – Serra de Montejunto
17 de Dezembro de 2011	

ESTE CURSO DESTINA-SE EXCLUSIVAMENTE A SÓCIOS QUE TENHAM JÁ FREQUENTADO O CURSO DE INICIAÇÃO À ORIENTAÇÃO.

Material necessário (a esclarecer na 1ª aula teórica): bússola, lápis, borracha e esquadro; por uma questão de metodologia, os receptores de GPS a fornecer serão fornecidos pelo CAAL;

é fortemente recomendado que os formandos possuam um PC portátil, de preferência com sistema operativo Windows Vista ou anterior.

Preços: Sócios 104,00 € / Menores de 21 anos 75,00€.

RESPONSABILIDADE AMBIENTAL

A Missão e os Valores foram definidos pelos sócios fundadores no artigo 2º dos Estatutos:

Missão: “O CAAL é uma colectividade sem fins lucrativos e tem por fim a promoção de actividades de ar livre, nomeadamente no âmbito do montanhismo e pedestrianismo, incentivando junto dos seus associados o gosto pelo conhecimento e preservação da natureza”.

Valores: “Para prossecução dos seus fins a associação propõe-se: defender o ambiente, o património natural e construído e promover a qualidade de vida.”

Decorre destas definições, com que nos identificamos, uma **ética**, ambiental e social, e uma **prática** ambientalmente **sustentável** para a prossecução das actividades do Clube.

ÉTICA AMBIENTAL E SOCIAL

Quem defende o Ambiente, o Património, a Tradição e os Costumes é um cidadão que se preocupa com os problemas do País e da Humanidade: **é um cidadão solidário**.

Defende-se que o CAAL seja uma Associação Solidária e que os sócios alarguem as suas preocupações, os seus interesses às questões ambientais. Os sócios devem assumir esta problemática como sua e ao participarem nas actividades do seu Clube, identificarem-se com os Valores que presidiram à sua constituição.

O Clube é uma ONGA – Associação Não Governamental de Ambiente. Ao longo dos anos, além das preocupações com a organização das actividades e de sensibilização dos seus associados, na óptica da Defesa do Ambiente, **o CAAL também desenvolveu Projectos de Intervenção Ambiental**.

Organizou actividades emblemáticas na Serra da Estrela em colaboração com a ASE (**Projecto de plantio de Um Milhão de Carvalhos, remoção de sacos de plástico abandonados no Corredor dos Mercadores**), desenvolveu projectos de sinalização de percursos pedestres (**Linhas de Torres, Caminho de Santiago**), colaborou com autarquias, participou no Projecto Limpar Portugal, etc., etc.

A Direcção também criou uma Assessoria do Ambiente, grupo de aconselhamento na Área Ambiental, que já publicou um **“Código de Conduta dos Caminheiros do CAAL”**, amplamente divulgado e do qual retemos no final deste artigo as **Nove Regras Básicas de bom senso**, com as quais todos os sócios se devem identificar e que devem observar:

Por outro lado, **uma das responsabilidades dos sócios é a participação na vida associativa**, fortalecendo o Clube, que, como outras associações e federações, têm hoje o Ambiente como responsabilidade social, além da defesa dos valores culturais que devem ser preservados, a bem das gerações futuras.

SUSTENTABILIDADE DO MEIO AMBIENTE

A enorme riqueza em património natural, diversidade biológica, cultural e paisagística presente nos ecossistemas, aliada ao potencial humano das regiões e às necessidades dos habitantes desses espaços, são realidades sensíveis, cuja preservação deve ser defendida, face ao feroz ataque dos empreendedores, sedentos de lucro. Medite-se na situação a que se chegou na Serra da Estrela, para concluir que as instituições que deveriam defender o desenvolvimento equilibrado desses espaços, tendente à sua preservação, nem sempre estão “atentas” aos atropelos desencadeados contra elas, muitas vezes silenciosos.

O CAAL defende a sustentabilidade do ambiente paisagístico, nas suas diversas componentes: geologia, flora, fauna, património e cultura

Nas actividades os sócios observam as nove regras enunciadas no Código de Conduta e devem indignar-se com os atropelos que se verificam, quer os internos ao grupo, quer os externos, entendidos como aqueles que ocorrem à nossa volta, em desrespeito do meio ambiente. O comportamento dos participantes nas actividades do CAAL deve ser exemplar.

A PRÁTICA QUOTIDIANA

Os elementos dos corpos gerentes, os responsáveis pelas actividades, os monitores e os sócios em geral, devem alertar os participantes para o compromisso que assumiram ao integrar um grupo



de associados que observa um código de comportamento, que faz questão de ser exemplar na defesa do meio ambiente.

Os organizadores das actividades devem antecipar as situações que podem vir a constituir perigo ambiental. Para isso devem conhecer o Código de Conduta e o seu desdobramento. Nos Cursos de Formação das Escolas do CAAL: Escalada, Montanha e

Orientação, a Defesa do Ambiente deve estar sempre presente, ao longo de todas as matérias, além de ser ministrado um módulo específico sobre esta temática, incentivando-se a discussão alargada.

Durante as actividades a defesa dos valores ambientais abrange todos os participantes, nos mais pequenos detalhes do quotidiano: levar o lixo consigo, qualquer que ele seja (**Tudo o que levas trazes contigo, mesmo a casca dos frutos que comes e as beatas, para os que fumam!**), não cobiçar os frutos alheios, mesmo abandonados (**não queremos ser um bando de famintos!**), deixar onde estão as plantas, frutos, exemplares geológicos ou objectos abandonados, seguir o guia, não sair dos trilhos existentes, não encurtar caminho por atalhos, são regras simples de respeito pelos **“outros”**, os que ainda se encontram nas zonas que visitamos e mesmo os que lá viveram anteriormente.

As questões de segurança devem ser prioritárias nas actividades do CAAL. O respeito pelo próximo é um factor determinante na organização, condução e participação nas actividades. O risco antecipa-se e o desenvolvimento de planos de segurança, que ainda não é regra, terá de ser uma obrigação a implementar no futuro.

Nota - Esta primeira ficha, elaborada pela Assessoria do Ambiente, aborda o tema em termos gerais. Em próximas fichas serão analisados os diferentes tópicos do Código de Conduta.

Código de Conduta dos Caminheiros do CAAL

As Caminheiras e os Caminheiros do CAAL valorizam e respeitam:

1. A natureza; 2. As comunidades locais; 3. O património cultural e histórico; 4. A propriedade privada; 5. Os caminhos e a sinalização; 6. Os sítios; 7. O guia; 8. Os companheiros; 9. Os riscos