311 outubro 2019 ano 34
INFO AR LIVRE
montanhismo escalada caminhadas orientação trail running

Editorial

Em abril de 2020 completo o 1º mandato como Presidente da Direção.
Tradicionalmente no nosso Clube **as Direções fazem ciclos de 2 mandatos**, uma vez que é difícil completar os projetos em 2 anos. (As excepções deveram-se a casos de força maior dos Presidentes, o que acabou por ter reflexos menos positivos na vida do Clube.)

Desta forma, gostava de vos dizer que estamos prontos para dar continuidade ao nosso trabalho e fazer um 2º mandato, como manda a saudável tradição do CAAL.
A Presidente Maria João Martins
(Excerto do discurso da Presidente no 34º Aniversário do CAAL, em Portimão, a 21 de setembro 2019)

Resumo

19 e 20 de outubro	sábado e domingo	Castro Laboreiro (Gerês)
26 de outubro	sábado	Da Perna do Galego à Roda
9 de novembro	sábado	Pela Paisagem Protegida de Montejunto
10 de novembro	domingo	Parque Florestal de Monsanto
16 e 17 de novembro	sábado e domingo	Rota dos Castanheiros
30 de novembro	sábado	Actividade surpresa
7 de dezembro	sábado	Por terras de avieiros
15 de dezembro	domingo	Parque Florestal de Monsanto

Castro Laboreiro (Gerês)

19 e 20 – sábado e domingo

Romarias Lunares

Ousámos criar uma atividade fantástica numa **região longínqua e inexplorada**, caracterizada por uma **natureza agreste e de beleza ímpar.**
Não, não é na lua, mas poderia ser!
É palco de muitas romarias e tradições, onde podemos encontrar **aldeias perdidas no tempo, lendas ancestrais e ermidas misteriosas.**
A par de tudo isto, encontramos paisagens graníticas, destacando-se a curiosa formação do **Bico do Patelo** por entre brandas e inverneiras.
A atividade proposta decorre no sistema montanhoso **Peneda-Gerês (Serra da Peneda),** elevando-se a uma quota máxima de 1314m de altitude. Na área envolvente, situam-se as serras do Laboreiro, do Soajo e a Amarela.
Ao nível da **flora,** encontramos espécies como o azevinho, o carvalho, o pinheiro, o medronheiro e inúmeros arbustos tais como as urzes e as giestas. Ao nível da **fauna,** destacam-se as aves de rapina, o lobo, o gato bravo, a raposa, a corça, o javali, entre outras.
Características dos percursos:
19 de outubro - Trilho da Peneda
Percurso semi-circular que se realiza entre dois povoados serranos: **a aldeia da Peneda e a branda da Bouça dos Homens.**
Partindo do parque de estacionamento de autocarros, ascendemos por um caminho por onde passavam carros de bois de raça barrosã. Após 3km, inicia-se a descida avistando ao longe **a branda da Bouça dos Homens, que é considerada a mais importante e de maior dimensão da Peneda-Gerês.** Pouco depois, sairemos por breves momentos numa estrada alcatroada, e tomaremos em seguida o **antigo caminho de pé-posto de romeiros devotos à Imagem de Nª Srª da Peneda.** Após uma subida de 2km, passamos por um lago artificial, conhecido na região como Pântano, localizado no **lugar de Chã do Monte.** Trata-se de uma represa que servia uma mini-hídrica que, até meados da década de 80, fornecia energia elétrica à aldeia da Peneda. Atravessando o lago, iniciamos a descida pronunciada em direção ao Santuário da Senhora da Peneda, destacando-se do lado esquerdo a **Fraga da Meadinha,** local de referência para os escaladores.
O troço tem cerca de 10km. Tempo estimado: 5 horas.
Alojamento em Castro Laboreiro (Hotel Mira Castro).
20 de outubro - Trilho Castrejo
Percurso linear de extrema beleza paisagística, que parte do centro de **Castro Laboreiro** em direção ao castelo, passando por um moinho de água.
A primeira parte consiste numa ligeira subida de baixa dificuldade até à **aldeia da Curveira**, fazendo um ligeiro desvio para visitar a famosa **Ponte Nova ou Cava da Velha,** que fica a cerca de 200m do percurso principal.
Na Curveira, há a possibilidade de neutralização e iniciaremos uma acentuada subida até ao **Alto do Manguelas** (cerca de 1km), passando pela curiosa formação rochosa do **Bico do Patelo**. O percurso dirige-se posteriormente até um estradão que nos leva à **aldeia de Canheiras,** onde terminamos a atividade.
O troço tem cerca de 15km, com neutralização na aldeia de Curveira. Tempo estimado: 6 horas.
Cartografia: Folhas 4,5 e 9 da Carta Militar de Portugal, na escala 1/25000 do IGEO.
Recomendações: Botas de montanha, 2 litros de água, farnel, protetor solar e chapéu.
Alojamento: No Hotel Mira Castro em Castro Laboreiro, com pequeno almoço.
Partida: Dia 19 de outubro às **6h45 de Entrecampos.**
Participação em viatura própria: Às 13h00 no parque de estacionamento do Santuário de Nossa Senhora da Peneda.

Autocarro	84,00€	/	Jovens 34,00€
Viatura própria	39,00€	/	Jovens 26,00€

O preço inclui o transporte, uma noite de alojamento em hotel, seguro, mapa e informação.
É imprescindível a inscrição prévia no Clube.

Da Perna do Galego à Roda

26 de outubro - sábado

Pela Serra de Alvelos

Será o culminar do projecto 'Serras da Beira Baixa' com a Serra de Alvelos, talvez a mais conhecida, mas também designada por **Serra do Cabeço Rainha**, nome do seu ponto culminante: 1084m.
É por volta dos 800m de altitude, nas proximidades do povoado **Perna do Galego** que começamos, com a frescura da manhã neste já adiantado outono, atingindo com facilidade a cumeada. Aí é o reino das **imensas vistas**: para toda a Beira Baixa, das campinas de Castelo Branco à Cordilheira Central (serras do Açor, Estrela e Gardunha). Estamos na região do Pinhal Interior, em que o verde só é interrompido pelas clareiras avermelhadas dos lugarejos.
Quem neutraliza já ganhou o dia, porque pode ir **visitar a vila de Oleiros** mas, quem continua, só tem que descer o vale da **ribeira da Roda,** pelo meio da ausência de vestígios humanos, que nos dá a sensação de estarmos perdidos…
Características do percurso: São 16km **entre as povoações de Perna do Galego e Roda,** mas há neutralização ao km 9. **Antes da neutralização:** subida inicial de 250m durante 3,7km; a seguir são 5km, praticamente planos. **Depois da neutralização:** 450m de descida permanente, em 7km de caminhos florestais.
Recomendações: Água, farnel, binóculos e protecção para os agentes atmosféricos desta época do ano (bastão opcional).
Cartografia: Folhas 278, 289 e 290 da Carta Militar de Portugal, na escala 1/25000 do IGE.
Partida: Sábado, às 7h00 de Entrecampos. Chegada a Lisboa às 21h30.
Participação em viatura própria: Dadas as características do percurso, não se pode assegurar a participação em viatura própria. Caso haja interessados, contactar a secretaria do Clube.

Autocarro	36,00€	/	Jovens 15,00€

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

Pela Paisagem Protegida de Montejunto

9 de novembro - sábado

Um cenário maravilhoso, de grande interesse e enorme beleza natural

A Paisagem Protegida da Serra de Montejunto, em pleno coração da zona oeste, ocupa uma área aproximada de 4.900ha e foi legalmente criada e regulamentada a 22 de Julho de 1999. Trata-se de uma **área protegida de âmbito regional** e de gestão partilhada entre o Instituto de Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF) e os municípios de Alenquer e Cadaval.
A serra ergue-se abruptamente entre o Litoral e o Vale do Tejo, demarcando-se da paisagem envolvente pela sua imponente silhueta arqueada, que se avista a longa distância, mas também pelas suas características naturais. **Um miradouro natural da região** de onde, em dias claros de boa visibilidade, se pode avistar as Berlengas, o Cabo Carvoeiro, o Sítio da Nazaré, as cristas recortadas da Serra de Sintra, as planuras de Montemor e os terrenos da lezíria perto de Santarém.
A serra de Montejunto é parte integrante do chamado **Sistema Montanhoso Montejunto-Estrela.** De orientação NE-SW, a sua linha de cumeada, que atinge os 666m de altitude no seu **ponto mais elevado, constitui uma barreira natural à progressão de massas de ar marítimo e funciona como um delimitador climático entre norte e sul de Portugal Continental.** O maciço calcário da Serra de Montejunto, meio desgastado pela ação erosiva dos ventos salinos que vêm do oceano, constitui o limite sul do chamado **Maciço Calcário Estremenho** que, apesar de geograficamente descontinuado, inclui também as serras de Sicó, Alvaiázere e Maciço de Porto de Mós.
A serra constitui um espaço natural privilegiado onde vive uma comunidade animal rica e diversificada, uma pequena ilha, no interior de uma extensa área bastante humanizada, onde se pratica uma intensa atividade agrícola.
A ocupação humana da região remonta ao Neolítico, sendo muitos os vestígios arqueológicos (grutas necrópole) e povoados fortificados (castros). **O alto da serra foi o local escolhido para a instalação do primeiro convento, em Portugal, da Ordem de São Domingos, séc. XII,** e que hoje se encontra em ruínas. Nas proximidades ficam as **ermidas de S. João Baptista e Nossa Senhora das Neves,** locais onde ainda hoje perduram romarias tradicionais.
Do lado norte e um pouco abaixo da linha de cumeada, **em meados do séc. XVIII, foi edificada a Real Fábrica do Gelo** que tinha como objetivo o fornecimento de 'neve' às cortes de Lisboa.
Mais tarde, foi também ali instalado um Quartel da Força Aérea, hoje desativado. Também se encontram algumas antenas inestéticas. Sobranceiro a Pragança, no sítio do Picoto do Castelo, situa-se ainda o **Castro de Pragança,** descoberto em 1893.
É neste cenário maravilhoso, de grande interesse e enorme beleza natural, localizado às portas de Lisboa, que vamos realizar uma atividade de pedestrianismo.
Sintam-se motivados e convidados a participar!
Características do percurso: Os cerca de 18km do **percurso circular** desenvolvem-se num terreno que varia entre estradão e trilho de pé posto, com **passagens por pequenos bosques** e algumas subidas/descidas um pouco pronunciadas, não extensas, mas distribuídas ao longo do trajeto.
Afinal é preciso subir à serra e descer da serra! **O passo será em ritmo pausado,** para se admirar a paisagem, visitar os lugares, usufruir da natureza e desfrutar.
A serra é atravessada por vários trilhos de pequena rota bem sinalizados, que o Clube usou para compor **um percurso que passa por diversos pontos emblemáticos da serra de Montejunto,** e que permite ver as paisagens circundantes tirando proveito da beleza da serra.
O percurso passará pelo **miradouro da Penha do Meio-dia e Torre Vigia, miradouro do Tejo, Picoto da Texugueira,** trilho parcial da rota da biodiversidade, rota da cumeada, trilho da calçada dos frades até ao alto da serra, onde se localizam as ruínas do convento dominicano e as ermidas Nossa Senhora das Neves e S. João Baptista, passando ainda pelos **moinhos do Céu e do Magoiço.**
O preço inclui o transporte de autocarro, o reconhecimento, a informação, o mapa, o seguro, bem como o almoço de pizza.
O percurso escolhido será circular com início e fim no cruzamento de Pragança, para quem chega pelo lado da Abrigada.
O almoço, em estilo merenda, será tomado no decorrer do percurso e, já depois do almoço, **haverá tempo para se visitar a Real Fábrica do Gelo**, fazer um lanche no parque de merendas, ou até deliciar-se com alguma das saborosas tostas confeccionadas no bar da serra.
Local de encontro: No cruzamento com a estrada que vem da Abrigada, de acesso a Pragança, pelas 8h45.
(Para chegar a Pragança:
De Entrecampos - Pela A1, saída Carregado, Abrigada, subida para a Serra de Montejunto durante 8km. Ponto de encontro no cruzamento que indica Montejunto/Cadaval - cerca de 1 hora.
De Entrecampos - Pela A8, saída 10 para Outeiro da Cabeça, Vilar, virar

à esquerda, seguir placas Pragança, atravessar Pragança. Ponto de encontro no cruzamento que indica Abrigada/Montejunto - cerca de 1 hora.)
O regresso a Lisboa está estimado a partir das 18h30, e será ajustado em função do ritmo do grupo e meteorologia desse dia.
Recomendações: Calçado confortável de caminhada, roupa adequada à época do ano e às condições atmosféricas, farnel e água.
Inscrição no local - 6,00€ (quem tiver seguro da FPME paga 5,00€).
O preço inclui o seguro da actividade.

Parque Florestal de Monsanto

10 de novembro - domingo

Só o ama quem o conhece...só o defende quem o ama!

O CAAL convida os seus sócios e a população de Lisboa a virem passear em Monsanto!
Continuamos, como há 24 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!

Rota dos Castanheiros e Rota da Pedra d'Hera

16 e 17 de novembro - sábado e domingo

Com os nossos amigos da 'Gardunha Viva' que nos vão receber

Saída de Lisboa com destino a Alcongosta, **onde vamos ser recebidos pelo nosso amigo António Sousa, o homem do acordeão, que preparou esta actividade para nós.**
Após um pequeno briefing vamos percorrer um percurso circular da **Rota dos Castanheiros**, com cerca de 8km (2 horas e 30 minutos).
A **Rota dos Castanheiros** apresenta um conjunto de paisagens unificadas pela presença e pela memória da **árvore identitária e emblemática do Fundão: o castanheiro**. Árvore 'pão' durante séculos enraizou-se na encosta norte da Serra formando **um dos primeiros soutos nacionais**. Esta espécie atesta-se documentalmente na Gardunha desde o século XIII. Ecoa na tradição que D. Dinis terá mandado reflorestar esta fronteira verde da Cova da Beira. Espaços humanizados construídos durante várias épocas pelos saberes e pelas vontades das comunidades, que juntam o mesmo horizonte, as funções produtivas da paisagem e das memórias das encostas verdes traduzidas nos topónimos **souto (conjunto de castanheiros)** e as materialidades da religiosidade das terras.
No final do percurso regressamos ao autocarro e vamos para os aposentos, na **Gardunha Viva Associação de Montanhismo do Fundão**. No fim do almoço vamos **visitar a parte antiga da cidade do Fundão**, sempre acompanhados pelo nosso guia.
Às 19h30, jantar num restaurante local, com a animação do acordeão do António Sousa…
Visto que numa localidade próxima (Alcaide) se realiza a 10ª Edição do **'Míscaros - Festival do Cogumelo'**, onde há actividades lúdicas e gastronómicas, existe a possibilidade de participarmos nesse evento.
No domingo, alvorada às 8h00, com saída às 9h00, para a Rota da Pedra d'Hera, percurso circular com 8km (2 horas e 30 minutos).
A Rota da Pedra d'Hera é um miradouro natural por excelência, um afloramento rochoso no monte de São Brás, envolta por um coberto vegetal e linhas de água cristalina, que criam habitats propícios ao aparecimento e desenvolvimento de inúmeras espécies de fauna e flora.
É um cenário deslumbrante.
Como em toda a vertente norte da Serra da Gardunha, a densa paisagem de cores mutantes é composta por **várias espécies arbóreas endémicas** tais como o castanheiro, o carvalho, o pinheiro bravo, o mostajeiro, o freixo, que complementam as **plantações de cerejal**.
Daí podemos avistar toda a região da Cova da Beira.
No final do percurso, almoço e preparativos para o regresso a Lisboa.
No caminho vamos fazer uma paragem em **Castelo Novo, uma Aldeia Histórica de Portugal, envolta numa aura de misticismo**, a poucos km do Fundão.
Características dos percursos: Sem dificuldade, para toda a gente.
Alojamento: Vamos dormir nas instalações da **'Gardunha Viva', da Associação de Montanhismo do Fundão,** onde se praticam preços especiais para outras associações.
É preciso levar saco-cama e toalha. O pequeno almoço pode ser tomado fora, numa das várias pastelarias, ou ser confecionado na cozinha da Associação.
Partida: Sábado, dia 16, às 07h30 de Entrecampos. Chegada a Lisboa prevista para as 19h30 de domingo.
Participação em viatura própria: Às 11h00 em Alcongosta, no parque no centro da vila.

Autocarro	59,00€	/	Jovens 21,00€
Viatura própria	30,00€	/	Jovens 13,00€

O preço inclui o transporte em autocarro, o seguro, o alojamento em camaratas na 'Gardunha Viva', o jantar num restaurante local e o acompanhamento permanente de um companheiro da 'Gardunha Viva'.

Por terras de avieiros

7 de dezembro - sábado

De comboio nos arredores de Lisboa

Aproveitando os **dias pequenos de fim de outono**, vamos fazer uma atividade nos arredores de Lisboa, **nas margens do Tejo, em terra de avieiros**. Vamos apreciar as paisagens na margem direita do Tejo e ter contacto com a cultura dos avieiros.
Os avieiros, vindos de Vieira de Leiria, espalharam-se ao longo das margens do Tejo, vivendo nas suas embarcações e posteriormente em palafitas e exercendo a atividade da pesca.
Aproveitando a reabilitação da área, levada a cabo pela Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, vamos efetuar uma caminhada nas margens do Tejo e no sapal, **terminando com um almoço de petiscos típicos da comunidade avieira na Associação Cultural Avieiros da Póvoa de Santa Iria.**
Aproveitaremos para visitar uma réplica de uma casa palafítica avieira e o ecomuseu avieiro.
Características do percurso: Atividade essencialmente plana, grande parte por passadiços. Percurso curto, cerca de 10km, sem **dificuldades de maior.**
Cartografia: Carta 404 na escala 1/25000 do IGM.
Recomendações: Levar vestuário conforme a meteorologia. Levar um reforço alimentar para meio da manhã.
Partida: Sábado, dia 7/12 às 8h15 no sítio do costume em Entrecampos, para irmos apanhar o comboio. **ATENÇÃO: Trazer o passe Navegante Metropolitano ou o cartão Lisboa Viva** para utilizar na viagem de comboio para e de Santa Iria. O cartão também poderá ser adquirido antes da viagem.
Participação em viatura própria: Encontro às 9h45 na estação de comboios de Santa Iria.
Preço da actividade: 19,00€
O preço inclui um almoço de petiscos típicos da comunidade avieira na Associação Cultural Avieiros da Póvoa de Santa Iria, assim como o seguro.

(Uma vez que o peixe vai ser fresco e tem de ser encomendado aos pescadores, agradecemos que façam a vossa inscrição na actividade com a maior brevidade.)

Parque Florestal de Monsanto

15 de dezembro - domingo

(Ver informação no dia 10 de novembro deste boletim)

ANIVERSÁRIO DO CAAL 2019

(Discurso da Presidente no 34º Aniversário do CAAL, em Portimão, a 21 de setembro 2019)

Companheiros

Estamos hoje aqui para celebrar o **34º Aniversário do nosso Clube**.

Saúdo todos os presentes, os que fazem parte do Clube há 30 ou mais anos, há 20, há 10 anos, mas também todos os outros sócios mais recentes.

Todos são importantes!

(Peço uma saudação especial ao grupo de escalada, que veio da Rocha da Pena para jantar connosco.)

Quero fazer uma especial referência aos nossos **antigos Presidentes aqui presentes**:

o Zé Manel Pombo Duarte a Madalena Godinho o Zé Veloso e o João Luís Mattos Coelho a quem estaremos sempre gratos.

As Direções têm conseguido sempre adaptar-se às muitas mudanças que se têm vindo a sentir ao longo dos anos. **Por isso é que o Clube ainda existe!**

Em 1985, quando o nosso Clube foi fundado, de uma forma pioneira, levou muitas pessoas, nas suas horas de lazer, a caminhar em contacto com a natureza.

É com esse espírito que continuamos a trabalhar, elaborando para os nossos sócios um calendário atraente, com o intuito de não perder o princípio que sempre nos distinguiu como Clube – **solidariedade**, **respeito**, **amizade** e **trabalho desinteressado**, **pondo sempre o interesse geral à frente do particular**.

Assim, quero que saibam que temos em mãos os seguintes projetos:

- a organização do **Campeonato Ibérico de Ori-Rogaine 2020**, a prova rainha do calendário oficial da Federação Portuguesa de Orientação (FPO), que vai trazer centenas de atletas a Monsanto em novembro de 2020.

Note-se que é a 1ª vez que o CAAL organiza uma prova oficial de uma federação reconhecida pelo Estado Português.

(Para ganharmos competência para essa grande organização, vamos realizar **a 18 de janeiro próximo uma prova nacional em Monsanto**, para a qual contamos com a ajuda dos nossos sócios para podermos 'ficar bem na fotografia'.)

Continuamos a apostar na Formação.

Assim, em 2019, e pela 1ª vez em duas décadas, formámos quadros técnicos oficiais, reconhecidos pelo IPDJ (Instituto Português do Desporto e da Juventude).

Vamos continuar com a Formação regular de praticantes de escalada, orientação e montanhismo.

E, como não vivemos sozinhos, as nossas **relações com outras instituições, nacionais e internacionais**, fazem parte das nossas tarefas.

2019 foi um ano particularmente rico em intercâmbios internacionais. Refiro-me a:

- **UIAA** (União Internacional das Associações de Alpinismo), **ERA** (Associação Europeia de Caminheiros), CAF (**Clube Alpino Francês**), com quem temos fortes relações de intercâmbio na formação em montanhismo, Federação **Italiana** de Caminheiros, Caminheiros de **Malta,** Clube de Caminheiros de **Sanary (na Provença),** membro da Federação Francesa

Em Portugal continuamos as nossas excelentes relações com:

- **ASE** (Associação dos Amigos da Serra da Estrela, Clube de Montanhismo de **Vila Real, Gardunha Viva** (que nos vai receber em novembro deste ano)

Intensificámos as nossas relações com:

- o **Espaço Monsanto,** a **Junta de Freguesia de S. Domingos de Benfica,** a **Câmara de Lisboa** (de quem somos parceiros nas **Olisipíadas** e com quem vamos organizar grandes eventos em 2020)

Mantemos as nossas relações privilegiadas com:

- a **Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada,** a **Federação Portuguesa de Orientação** (peço uma saudação especial aos nossos atletas medalhados na Taça de Portugal de Ori-Rogaine).

Mas como nem tudo são rosas, temos tido dificuldades nalguns objectivos a que nos tínhamos proposto:

- particularmente na renovação do **site do CAAL**, onde os resultados estão aquém do desejado, porque o parceiro externo escolhido para essa tarefa não se mostrou à altura das circunstâncias
- em 2020 espera-nos um novo desafio tecnológico, mais complicado do que se poderá pensar, que tem a ver com a necessidade de migrar a nossa **base de dados** para um suporte que assegure o funcionamento do Clube no futuro.

Quero referir que a nossa base de dados, que foi construída há 20 anos, continua a funcionar. Peço um aplauso especial para o nosso sócio Fernando Cardoso Lopes.

Em abril de 2020 completo o 1º mandato como Presidente da Direção.

Tradicionalmente no nosso Clube **as Direções fazem ciclos de 2 mandatos**, uma vez que é difícil completar os projetos em 2 anos. (As excepções deveram-se a casos de força maior dos Presidentes, o que acabou por ter reflexos menos positivos na vida do Clube.)

Desta forma, gostava de vos dizer que estamos prontos para dar continuidade ao nosso trabalho e fazer um 2º mandato, como manda a saudável tradição do CAAL.

Acima de tudo, e sempre, estão os nossos sócios!

É a pensar em vocês todos que a Direção trabalha e continua a pôr em prática actividades interessantes.

Dentro dos 'pratos fortes' previstos para 2020, podemos desde já anunciar as seguintes grandes actividades:

- Kilimanjaro, Madagáscar, Pirinéus Franceses, Flores e Corvo

Agradeço a presença de todos, enviando um agradecimento especial aos **coordenadores dos Grupos de Dinamização**:

- de **Escalada**, Álvaro Lourenço, de **Montanha**, António Nunes, de **Orientação**, Julieta Marques (que não pôde estar presente) ao coordenador da **Formação**, Jorge Matos

Não podemos esquecer:

- o **Grupo de Ambiente** que, com o seu dinamismo, tem honrado o nosso estatuto de ONGA (Organização Não Governamental de Ambiente), o **Sérgio** que continua a assegurar as Multiactividades em Monsanto, contribuindo para a tão desejada renovação etária do Clube.

Por último, devo um agradecimento muito especial a uma pessoa, sem a qual o Clube não era o que é – **a nossa Paulinha**.

Muito obrigada!

Maria João Martins

CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre

ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL DE AMBIENTE

Presidente: Maria João Martins

Centro Associativo do Calhau
Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

NIB 003507360001660883032
Conta - 0736 016608 830 - CGD S. Domingos de Benfica

Tel.: 217 788 372 caal@mail.telepac.pt www.clubearlivre.org
Horário de expediente 3a, 4a e 5a feira das 13h30 às 18h00