



Monte Cimeiro (ruinas del pueblo)

> Punto de interés

MONTE CIMEIRO

Uno de los últimos reductos de la arquitectura rural de la región. Las casas bajas o de dos pisos de este pueblo abandonado fueron construidas con cuarcita de la zona, piedra oscura y marrón que contrastaba con el color naranja amarillento del mortero de barro, cal y arena que las sostiene. De la veintena de viviendas sólo queda una pasarela de roca ladeada por muros altos y por las paredes en ruinas, ya sin las pequeñas puertas y ventanas de madera, en un montón de piedras y tejas árabes, donde resiste el enlucido de cal o algún resto de la arquitectura interior, como el alero prolongado con una losa o las cantareras, encajadas en la pared, donde se guardaba la vajilla.

PR5
NIS

DESCUBRIR SÃO MIGUEL



> Cabe destacar

NATURALEZA: en la sierra de São Miguel hace eco el trinar de la alondra, del mirlo común, del herrerillo, del jilguero o del tordo. En su entorno, también se pueden observar aves como la garza real, la cigüeña negra, el milano real, el buitre negro, el búho real o el buitre leonado. Este también es el territorio del jabalí, del venado, del zorro, de la jineta, de la liebre, del meloncillo y del gato montés. En Pé da Serra, algunos burros aún pasean por la población.

PATRIMONIO: Vinagra (casas rústicas con puertas de madera, cerrojos y chimeneas típicamente alentejanas); Monte Cimeiro (ruinas del pueblo)

ARTESANÍA: alfarería empedrada; bordados y hilvanados de Nisa; encajes de bolillos; puntilla llamada frivolidé; aplicaciones en fieltro y dobladillos abiertos.

GASTRONOMÍA: arroz de cachola de Alpalhão; filete de cerdo de la matanza; sopa de *zarapatel*; sopa de *afogado*; migas de patatas; *papa ratos*; *maranhos* (arroz con menudillo de cordero, trozos de pollo, chorizo, etc.); manitas de cerdo en salsa de tomate; alubias de las fiestas; arroz de lamprea; sopa de pescado del río. Dulces (*cavacas*, *bolos dormidos*, *esquecidos*, *nisas*, *barquinhos*). Queso mestizo de Tolosa IGP (Indicación Geográfica Protegida); queso de Nisa DOP; salchichas y embutidos de Alpalhão.

> Época aconsejada

Todo el año. Los usuarios deberán tomar las precauciones necesarias debido a las altas temperaturas durante el verano y al suelo resbaladizo durante el invierno.

> Señalización

® FCMP



> Código de conducta

Circular únicamente por los senderos establecidos. / Respetar la propiedad privada. / Evitar ruidos innecesarios. / Observar la fauna a distancia. / No dañar la flora y no recoger muestras de plantas y rocas. / No arrojar basura. / No hacer fuego y tener cuidado con las colillas de cigarrillos. / Ser amable con los lugareños. / Tener cuidado con el ganado. Aunque sea manso, no le gusta que desconocidos se acerquen a sus crías. / Dejar las puertas como las ha encontrado. Si estaban cerradas, confirme que las ha dejado bien cerradas.

> Contactos útiles

Ayuntamiento de Nisa: +351 - 245 410 000
Oficina de turismo de Nisa: +351 - 245 410 000 ext. 353
SOS Emergencia: 112
SOS Bosque: 117
Centro de salud: +351 - 245 410 160
Servicio de Información Toxicológica: +351 - 217 950 143
Policía (GNR): +351 - 245 410 116
Bomberos voluntarios: +351 - 245 412 303
Unión de las localidades de Espírito Santo, N. Sr.ª da Graça y São Simão: +351 - 245 412 219 / 245 413 490 / 245 743 436

Promotor:

El recorrido pedestre ha sido registrado y homologado por:

Socio institucional:



Cofinanciación:

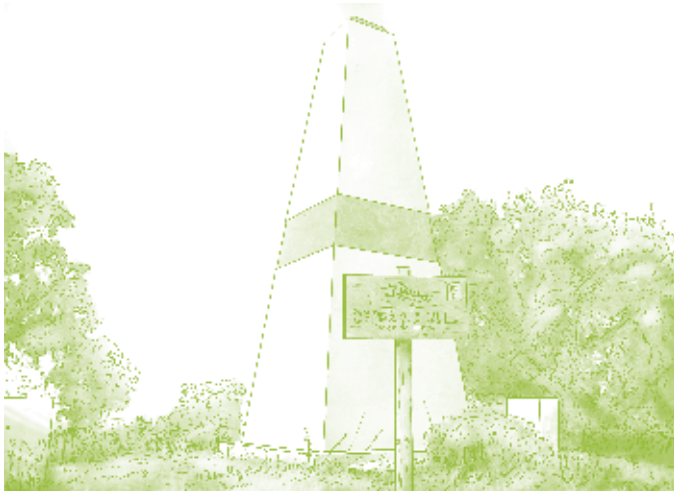


Julio 2015 / 2500 ejemplares



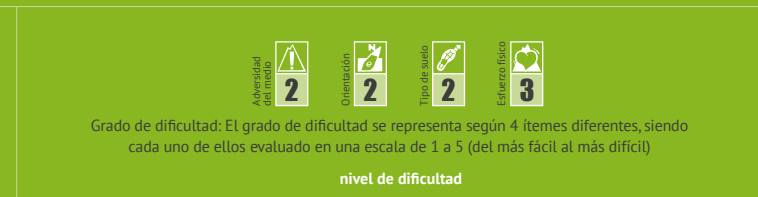
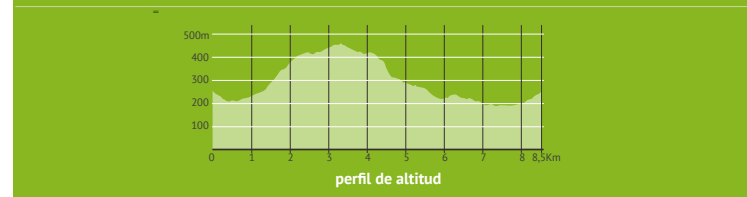
RECORRIDOS EN NATURALEZA

> Descripción del recorrido



Marco geodésico de S. Miguel.

El recorrido comienza en la aldea de Pé da Serra, con sus casas encladas, de rodapiés amarillos y azules o con el tradicional enlucido frisado. Pasa junto a la Iglesia de S. Simão y en la primera fuente avanza por el camino empedrado de grava hasta un camino ladeado por muros bajos y sinuosos, siguiendo por pequeños huertos, olivares y cabañas. Después de cruzar el Monte Cimeiro, despoblado y en ruinas, sigue por un sendero abrupto que nos lleva a Penouco, punto final de la sierra de São Miguel. Vislumbrando Pé da Serra en el horizonte, cruza una era de pizarra y grava, subiendo entre alcornoques, pinos negrales y eucaliptos hasta el punto más alto del municipio (463 metros de altitud), que posee una panorámica integral sobre la región. La bajada se hace serpenteando entre alcornoques, pedregales y los restos de muros que en otros tiempos sostenían los olivos, pisando los suelos arcillosos. A continuación, sigue por el asfalto en dirección a Vinagra, donde encontramos agua en las fuentes y casas de piedra con sus chimeneas alentejanas con una altura muy superior a las viviendas. Avanza de nuevo entre muros que separan huertos u olivares, hasta que aparecen de nuevo los alcornoques. Al regresar a Pé da Serra es posible visitar los algarines del antiguo lagar de aceite de oliva.






> Puntos de interés


- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1 Monte Cimeiro (ruinas del pueblo) | 7 Alto de São Miguel |
| 2 Era | 8 Vinagra |
| 3 Mirador | 9 Algarines del antiguo lagar |
| 4 Pozo | 10 Antiguo lagar de aceite de oliva |
| 5 Refugio para ganado | |
| 6 Penouco (vértice geodésico de 1ª orden) | |


Lugar de Importancia Comunitaria São Mamede

Son 116.114 hectáreas de gran diversidad de hábitats, algunos prioritarios. La geomorfología y microclima establecen el límite sur de distribución para muchas especies y comunidades vegetales de preferencias más atlánticas, como ocurre en las vertientes norte y oeste, donde destaca la presencia del roble negral (*Quercus pyrenaica*). Las regiones más hacia el sur y hacia el este tienen influencia más mediterránea y, por ello, son zonas de dehesas de encina y alcornoque. Este LIC posee importantes cursos de agua para la conservación del jarabugo (*Anaocypris hispanica*) y del raro y amenazado mejillón de río (*Unio crassus*). Además, posee la cueva más importante del país y una de las más importantes de Europa, como refugio de colonias de maternidad y de hibernación de varias especies de murciélagos.

Leyenda

-  Recorrido pedestre
-  Calle asfaltada
-  Cruce de recorridos

 Inicio y fin: junto a la sede del Centro Recreativo e Cultural dos Amigos do Pé da Serra (GPS: 39°34'42,09"N; 7°37'06,76"O)

 Sentido recomendado del recorrido: en sentido contrario a las agujas del reloj