



Cresta de cuarzo

> Cabe destacar

NATURALEZA: en el valle y en las laderas predomina una dehesa de alcornoques acompañada por roble negral. En los acantilados de cuarcita podemos observar aves rupícolas como el buitre leonado (*Gyps fulvus*), el roquero solitario (*Monticola solitarius*), el cuervo (*Corvus corax*) y el colirrojo tizón (*Phoenicurus ochruros*).

PATRIMONIO: Iglesia de São Sebastião (Carreiras).

ARTESANÍA: muñecas de trapo; tapicería de Portalegre (punto de Portalegre); cestería de Portalegre; pandero de Portalegre.

GASTRONOMÍA: cocido de garbanzos con judías verdes a la alentejana; bacalao albardado; *cachola*; conejo en salmorejo de ajos; liebre frita. Dulces (*manjar branco*, *toucinho-do-céu*, *lampreia de amêndoa*, caramelos de huevo). Cerezas de S. Julião DOP (Denominación de Origen Protegida).

> 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

camino correcto



camino incorrecto



girar a la izquierda



girar a la derecha



> Punto de interés

CAMINO EMPEDRADO MEDIEVAL

El trazado de este camino empedrado medieval era el camino más corto - y tal vez el único de idénticas condiciones - que, en aquellos tiempos, unía Portalegre a Castelo de Vide. Las laderas de la sierra suministraron la abundante materia prima que, esencialmente con piedra granítica, fue utilizada en su construcción. Para evitar la degradación del suelo se estableció un trazado estrellado del dibujo del camino empedrado, parecido al que encontramos en los caminos empedrados del antiguo centro de Castelo de Vide, datados de los siglos XII - XIII. Este camino empedrado puede haber sido mejorado o haber sido construido sobre una vía más antigua, probablemente romana.

> 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 Portalegre: +351 - 245 307 400/1
Oficina de turismo: +351 - 245 307 445
SOS Emergencia: 112
SOS Bosque: 117
Centro de salud: +351 - 245 302 050
Hospital: +351 - 245 301 000
Servicio de Información Toxicológica: +351 - 217 950 143
Policía (GNR): +351 - 245 609 320
Policía (PSP): +351 - 245 300 620
Bomberos voluntarios: +351 - 245 307 000
Unión de las localidades de Ribeira de Nisa y Carreiras: +351 - 245 341 454 / 245 907 181

Promotor del recorrido:



El recorrido pedestre ha sido registrado y homologado por:



Socio institucional:



Cofinanciación:



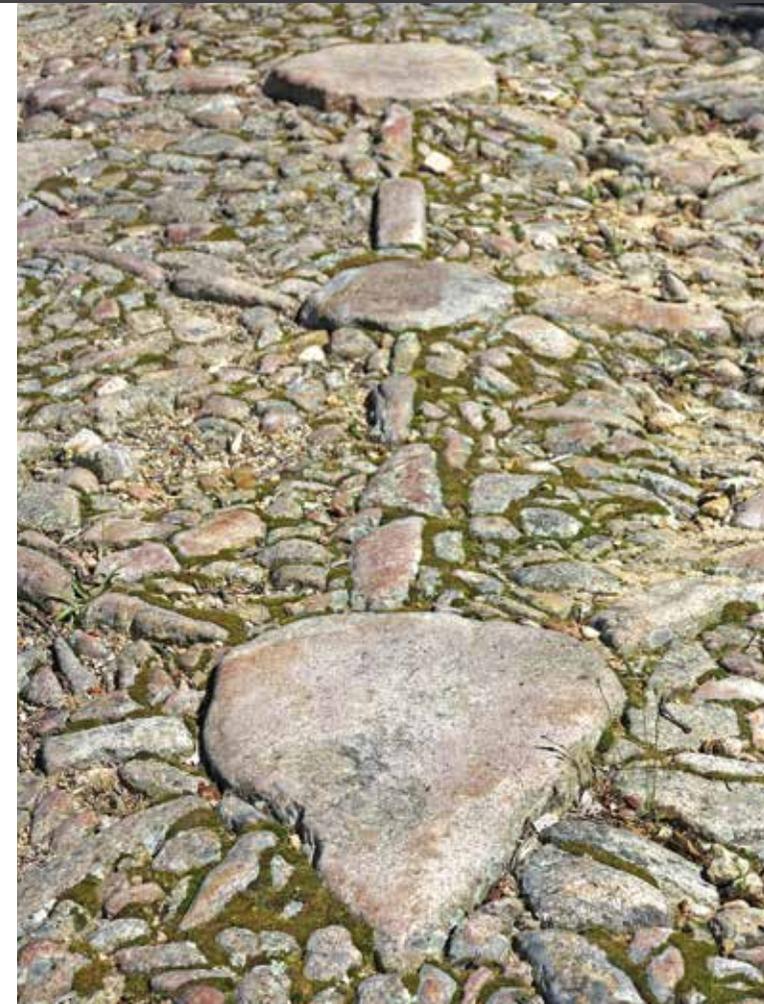
Julio 2015 / 2500 ejemplares

PR7
PTG-CVD

RECORRIDO DE CARREIRAS



RECORRIDOS EN NATURALEZA



> Descripción del recorrido



Camino empedrado medieval. Caminar por una vía de los tiempos medievales.

Partiendo de Carreiras, el recorrido se desarrolla a lo largo del flanco occidental de la sierra de São Paulo, el extremo noroeste de la sierra de São Mamede. Hacia oeste las vistas son siempre magníficas, de gran amplitud, que podremos disfrutar tranquilamente desde el mirador de la zona de picnic de la fuente de Carvoeiros o desde una de las cimas de la sierra. La actividad pecuaria es la principal actividad rural, aprovechando los suelos situados sobre un sustrato granítico con 500 millones de años. Por ello, no es de extrañar la presencia permanente del ganado paseando entre la vegetación. La cubierta de copas es dominada por el roble negral y por el alcornoque, acompañados por el olivo, el castaño y el pino negral. Sin embargo, cabe destacar el sistema agrario que aprovecha esta situación: la dehesa, una formación que aquí se distingue por el hecho de estar formada esencialmente por robles (*Quercus pyrenaica*) o por una mezcla de éstos con alcornoques. Parte significativa del recorrido se basa en un camino empedrado medieval que, por estas laderas de la sierra, unía Portalegre a Castelo Vide.



tipo de itinerario



distancia



duración



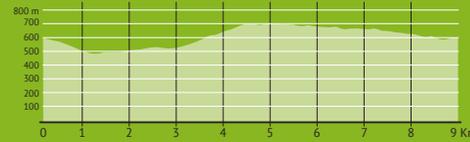
desnivel acumulado



dificultad



altitud máx/mín



perfil de altitud



El grado de dificultad se representa según 4 ítems diferentes, siendo cada uno de ellos evaluado en una escala de 1 a 5 (del más fácil al más difícil)

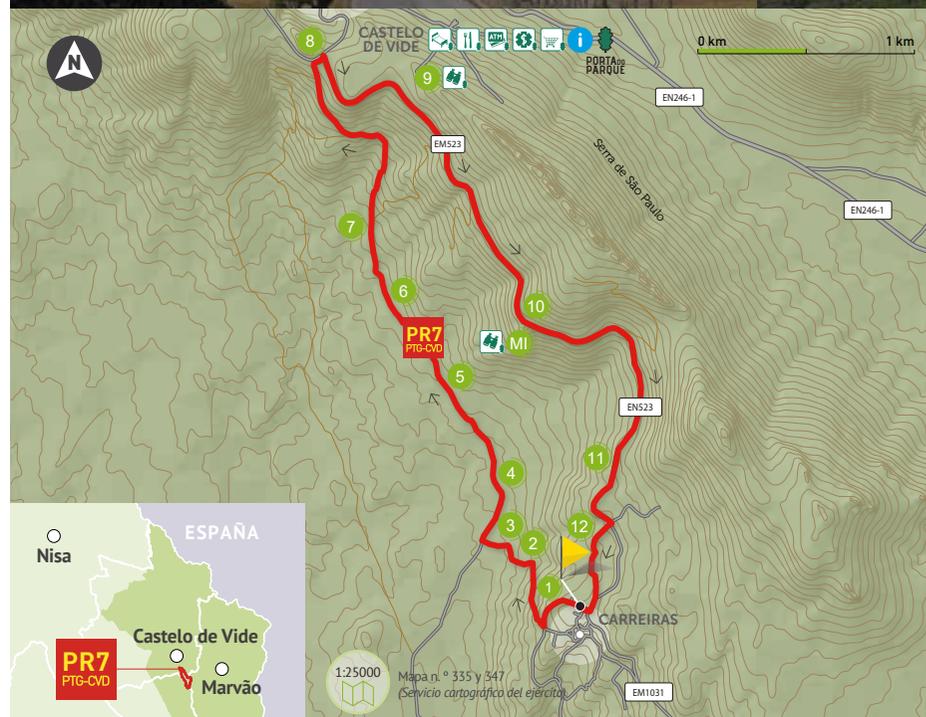
grado de dificultad



Carreiras



Vistas del mirador de la fuente de Carvoeiros



Leyenda

Recorrido pedestre
Calle asfaltada

Sentido recomendado: en el sentido de las agujas del reloj

Inicio y fin: Largo do Rossio, Carreiras (GPS: 39°22'20, 23° N; 7°25'56, 62° O)

Albergue del caminante - GPS: 39°24'59, 39° N; 07°27'18, 75° O

Alojamiento Restauración Cajero automático Paisaje
Farmacia Mercado Oficina de turismo Información en el local

> Puntos de interés

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------|
| 1 Fuente Santa | 9 Cresta de cuarzo |
| 2 Cabris | 10 Fuente de Carvoeiros |
| 3 Marujo / Casépio | 11 Cancho do Lobo |
| 4 Horta das Cinco / Quinta do Prior | 12 Fuente Fria |
| 5 Tapada Grande / Ribeiro de Jorge | MI Mesa Interpretativa |
| 6 Manuel da Torre | |
| 7 Água de Todo o Ano / Ramalhete | |
| 8 Camino empedrado medieval | |



Parque Natural de la Sierra de São Mamede

La sierra de São Mamede, que da nombre a este parque natural, es la formación montañosa más grande al sur del río Tejo. Por su ubicación geográfica y por el hecho de elevarse por encima de los 1000 m, posee aspectos microclimáticos exclusivos que permitieron el establecimiento y la supervivencia de algunas comunidades de animales y vegetales que encontramos en este lugar de una forma casi aislada. El águila perdicera está representada en el símbolo de esta zona protegida. Actualmente, es una de las aves de rapiña más raras que existe en nuestro país.

