

O PERCURSO



Ponte Romana



Área Agrícola



Muros de “pedra seca”

Aqui se abriga e alimenta uma fauna diversificada: o sardão *Lacerta lepida*, a lagartixa-do-mato *Psammotromus algeris*, a cobra-de-escada *Elaphe scalaris*, o coelho-bravo *Oryctolagus cuniculus*, a raposa *Vulpes vulpes*, o pisco-de-peito-ruivo *Erithacus rubecula*.

Em prados calcários ou em campos agrícolas, em pousio, poderá ver as orquídeas, algumas protegidas; estão dependentes da actividade agrícola e da alternância de períodos de poio e produção, encontrando aqui o único local para sobreviver. A fauna destas áreas é típica de zonas abertas: os pequenos mamíferos, os anfíbios, os répteis como o fura-mato *Chalcides chalcides*.

Nos campos cultivados talvez se aperceba da corrida de perdizes *Alectoris rufa*, do "peneirar" característico do peneireiro-comum *Falco tinnunculus*, do voo da águia-de-asa-redonda *Buteo buteo* e, por vezes, vestígios dos mamíferos: pegadas de texugo *Meles meles*, ou de raposa *Vulpes vulpes*, galerias escavadas pela toupeira *Talpa occidentalis* ou pelo rato-toupeiro *Microtus lusitanicus*.

Estes locais comportam grandes quantidades de alimento para aves de rapina e mamíferos carnívoros, permitindo, pela sua estrutura relativamente aberta, o acesso das aves de rapina ao solo, condição indispensável para a captura de presas.

As ribeiras da Samarra e Bolelas, com caudal intermitente, e a vegetação ribeirinha - os salgueiros *Salix* sp., os ulmeiros *Ulmus minor*, os choupos *Populus* sp., ou os belos narcisos-de-inverno *Narcissus papyraceus* - abrigam uma fauna ainda diversificada. Destaque para o guarda-rios *Alcedo atis* ou a rara boga-portuguesa *Chondrostoma lusitanica*, um dos dois únicos vertebrados endémicos do continente.

Em pomares e sebes existem animais como o texugo, a raposa, o ouriço-cacheiro o verdilhão *Carduelis chloris*, o melro *Turdus merula*.

Parte deste percurso decorre em território classificado como Parque Natural e incluído na Rede Natura 2000. Pecorre a Terra Saloia - mosaico diversificado de pinhais, pomares, hortas, searas, vinhas e prados, em pequenas parcelas separadas por muros. Terra rica na produção de lampas, fruta temporã colhida na noite de S. João. Subsistem muitos elementos tradicionais da paisagem rural - azenhas, moinhos, casais saloios, muros de “pedra seca” e vestígios de ocupação antiga - via e ponte romanas. Dependentes da agricultura, encontram-se algumas espécies ameaçadas de fauna e flora.

- **Ponto de Partida e de Chegada:** Largo do Coreto em S. João das Lampas
- **Localização:** Concelho de Sintra
- **Extensão aproximada:** 14,5 Km
- **Duração aproximada:** 3 horas
- **Grau de dificuldade:** Médio
- **Declive:** Algum desnível
- **Motivos de interesse:** S. João das Lampas, Assafora, via e ponte romanas, azenhas, moinhos, paisagem rural, Fauna, Flora, Geologia
- **Melhor época:** Primavera, quando a atmosfera se encontra mais límpida e grande parte da vegetação está em flor
- **Tipo de circuito:** Circular
- **Estruturas de apoio:** Painéis informativos
- **Acesso de carro:** E-606-2
- **Ligações:** GR 11 Europa - Caminho do Atlântico

ANTES DE COMEÇAR

Material Aconselhado:

Mapa • Bússola • Binóculos • Máquina fotográfica • Guias de campo de fauna e flora • Caderno de notas • Roupas e calçado confortáveis.

Cuidados a ter:

Não realize percursos pedestres sozinho. (Se o fizer use roupa garrida) • Circule com o seu veículo apenas em zonas autorizadas • Água e alimentos são sempre indispensáveis

Respeite os Sinais



Em caso de qualquer anomalia contactar para 219236134



Em caso de Incêndio peça ajuda através do número 117

Número Nacional de Socorro 112

Parceria :



Largo Fernando Formigal de Morais, 1
2710-566 SINTRA
Tel.: 21 924 72 00 Fax.: 21 924 72 27
e-mail: pns@icn.pt • www.icn.pt

Entidade Promotora :



Largo Dr. Virgílio Horta
2710-630 SINTRA
Tel.: 219 238 500

Percorso pedestre registado e homologado pela :



www.visiteestoril.com



ROTA DAS ALDEIAS

PR9 SNT



Sinta a Natureza

O PERCURSO



Perdiz



Raposa



Pisco-de-peito-ruivo



Campainha



Salsaparrilha



Narciso-de-inverno

O percurso, com início e fim no largo do Coreto de S. João das Lampas, percorre a zona agrícola - mosaico de pastagens, de pequenas parcelas separadas por muros de “pedra seca” e sebes, pontuados por pinhal. O planalto de S. João das Lampas insere-se na plataforma calcária, talhada pelo mar há cerca de dois milhões de anos, e que se elevou posteriormente, apresentando as zonas de declive moderado uma relativa aptidão agrícola. As linhas de água - Samarra e Bolelas - criaram condições para uma ocupação humana ancestral, como os seus testemunhos actualmente indicam, em vestígios como o troço da via e a ponte romanas, aproveitadas neste percurso. Na Assafora encontram-se manchas de ocupação do Paleolítico, na Catribana vestígios de ocupação semi-sedentária do Neolítico e explorações agro-pecuárias do período romano no Castelo da Catribana.

Hoje subsistem muitos elementos tradicionais da paisagem rural. Os casais saloios, moinhos e azenhas são dos elementos mais significativos da arquitectura popular, reflectindo uma estrutura social, suportada por uma economia rural, marcada fundamentalmente pela subsistência. Os moinhos e as azenhas, de origem oriental, foram progressivamente desactivados. Perto do cemitério de S. João das Lampas, pode ver um moinho, recuperado pelo Parque Natural.

A vegetação natural, de características mediterrânicas, persiste em sebes e nas margens dos caminhos. No entanto, na ausência de práticas agrícolas regulares, a vegetação evolui rapidamente para, matos onde se podem ver espécies como o carrasco *Quercus coccifera*, as trepadeiras salsaparrilha *Smilax aspera*, a granza-brava *Rubia peregrina*, o trovisco-fêmea *Daphne gnidium*, a aroeira *Pistacea lentiscus*, o sanguinho *Rhamnus alaternus*, o espinheiro-preto *Rhamnus lycioides*, o pilriteiro *Crataegus monogyna*, o saganho-mouro *Cistus salvifolius*, o sargaço *Cistus monspeliensis*, a rosella *Cistus crispus*, o lentisco *Phillyrea angustifolia*, o zambuieiro *Olea europaea* var. *sylvestris*, a murta *Myrtus communis*, a madressilva *Lonicera* sp., o tojo *Ulex* sp., os narcisos *Narcissus bulbocodium*, as bocas-de-lobo *Anthriscum majus*.



lisboa região



Aroeira



Murta



Trovisco



Salgueiro



Cobra-de-escada



Fura-mato



Peneireiro-comum



Carrasco



Pinheiro-manso



Zambujeiro



Águia-de-asa-redonda



Coelho-bravo



Guarda-rios



Sardão



Madressilva



Tojo



Roselha



Boga-portuguesa



Doninha



Lagartixa-do-mato



Texugo



Moínho de S. João das Lampas

Para mais informações sobre outros Percursos disponíveis, contacte:

Parque Natural de Sintra Cascais
Tel.: 21 924 72 00

Câmara Municipal de Sintra
Divisão de Desporto - Tel.: 21 922 67 20
Posto de Turismo de Sintra - Tel.: 21 923 11 57