

## 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. Pecoore 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*.



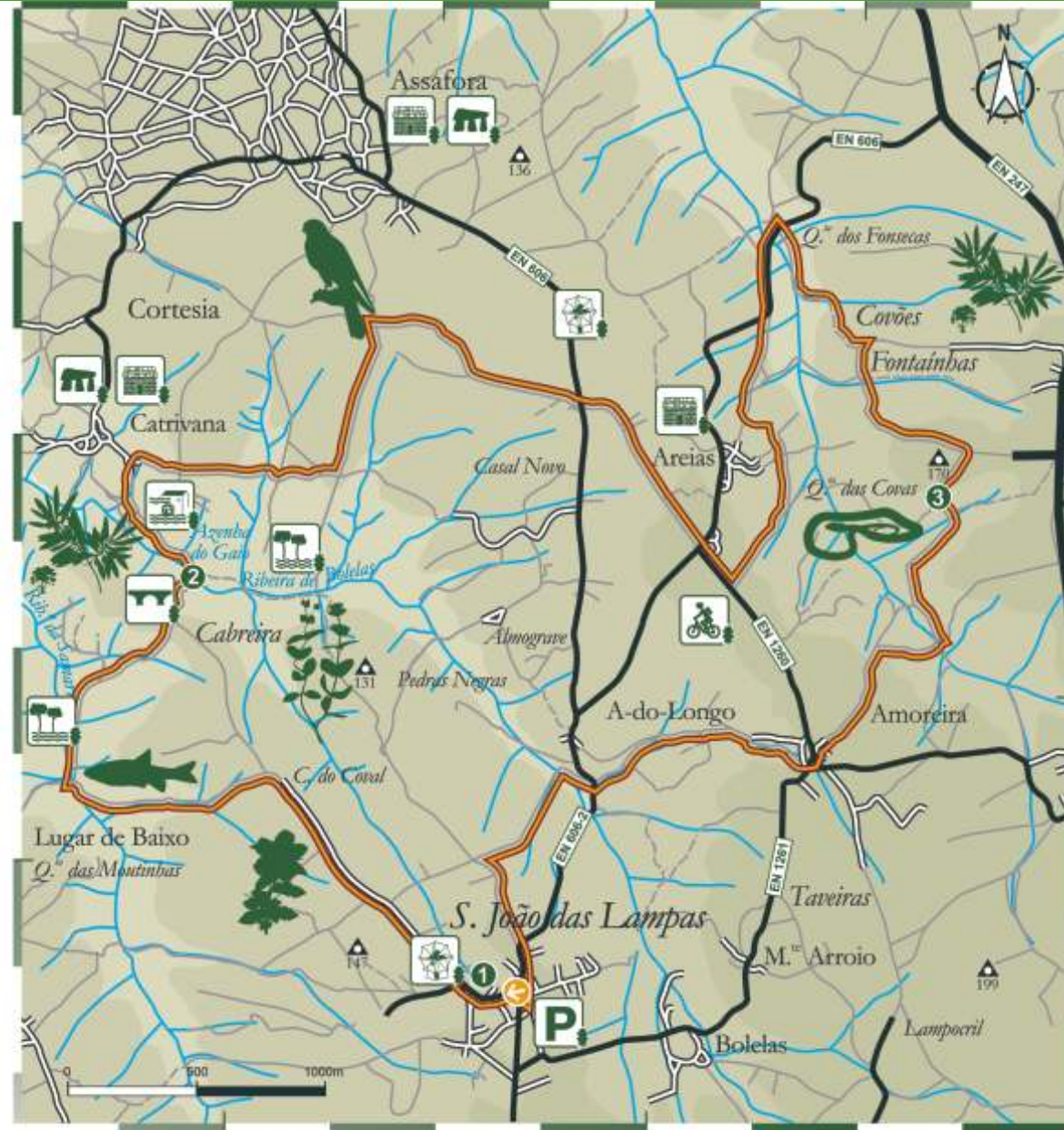
estoril

Um lugar. Mil sensações.



lisboa região

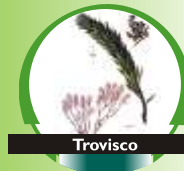




Aroeira



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



Moirinho 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