

O percurso desenvolve-se em território classificado como de Parque Natural e incluído no Sítio de Importância Comunitária **Sintra - Cascais**, integrado na Lista Nacional de Sítios candidatos a integrar a Rede Natura 2000. Parte da Serra de Sintra foi classificada pela UNESCO, como **Património da Humanidade**, na categoria de Paisagem Cultural.

**Ponto de partida e de chegada :** Largo da Capela da Malveira da Serra  
**Localização :** Concelho de Cascais • **Extensão aproximada :** 12,5 km  
**Duração aproximada :** 4 horas • **Grau de dificuldade :** Média, desnível acentuado • **Motivos de interesse :** Flora, Fauna, Peninha, fornos de cal  
**Melhor época :** Primavera, quando a vegetação está em flor • **Tipo de circuito :** Circular • **Estruturas de apoio :** Sede do PNSC. Painel informativo na Peninha • **Acesso de carro :** Pela E 247, na encosta sul da serra • **Pontos de Passagem :** Biscaia, Peninha, Tapada da Urzeira, Figueira do Guincho • **Ligações :** GR11/E9, PR C1 Rota das Quintas, PR C4 Litoral do Guincho e PR S10 Percurso da Peninha.

**ANTES DE COMEÇAR**

**Material Aconselhado:**

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

**Cuidados a ter:**

Não realize percursos pedestres sozinho. (Se o fizer use roupa garrida)  
 Utilize apenas os caminhos sinalizados • Circule com o seu veículo apenas em zonas autorizadas • Água e alimentos são sempre indispensáveis • Evite o ruído e a perturbação da fauna, sobretudo na época de reprodução.

O percurso tem início na Malveira da Serra, localizada nas faldas da Serra de Sintra. Atravessa sombrias matas plantadas, bosquetes com vegetação autóctone, áreas essencialmente ocupadas por espécies invasoras, matos de características mediterrânicas ou atlântico/mediterrânicas e prados. Na Peninha a paisagem é grandiosa: o Cabo Raso, o cordão dunar Guincho-Oitavos estendendo-se para o interior e para SE, denuncia a orientação dos ventos dominantes. A SO, já perto do mar, as aldeias da Biscaia e Figueira do Guincho, vestígios de antigos fornos de cal, pedreiras e ainda fortalezas que defendiam estrategicamente a costa.

Todo este território e população são eminentemente rurais, gentes do campo dadas ao amanho da terra, à pastorícia, e até há bem pouco tempo à moagem nas azenhas e moinhos de vento, bem como aos fornos de pão e cal, de onde retiravam o alimento para o seu sustento e a matéria-prima para edificar as habitações. Um dos fornos de cal, o do Gaiteiro, situava-se no local de Almoínhas Velhas.

Toda esta comunidade saloia possui características singulares nos costumes, na linguagem, nas crenças, no vestuário e até no modo de trabalhar.

**Salioio: palavra que deriva do arábico Çahruii e que significa o habitante do campo, o camponês no termo de Lisboa à data da sua conquista por D.Afonso Henriques.**

Ao longo deste percurso, encontram-se algumas das espécies do coberto vegetal original: o carvalho-roble (*Quercus robur*), o carvalho-cerquinho (*Quercus faginea*), o carvalho negral (*Quercus pyrenaica*), os carrascos (*Quercus coccifera*), os sobreiros (*Quercus suber*), os zambujeiros (*Olea europaea* var. *sylvestris*), os raros azevinhos (*Ilex aquifolium*), os loureiros (*Laurus nobilis*), os medronheiros (*Arbutus unedo*).

Sempre que as condições de ensombramento ou humidade o permitem surgem a gilbardeira (*Ruscus aculeatus*), a hera (*Hedera helix*), a dedaleira (*Digitalis purpurea*) ou o trovisco-lauréola (*Daphne laureola*) associados ao cupressal.

Nos matos são frequentes os tojos (*Ulex* sp.), o baracejo (*Stipa gigantea*), a cabola-albarã (*Urginea maritima*), a salsaparilha-bastarda (*Smilax aspera*) as estevas (*Cistus* sp.), as violetas (*Viola odorata*), o morrião-perene (*Anagalis monelli*), o trovisco-macho (*Euphorbia characias*), a torga (*Calluna vulgaris*) o alecrim (*Rosmarinus officinalis*).

Apesar da beleza e magia envolvente, é bem evidente um dos problemas ecológicos mais graves do Parque: a difícil sobrevivência da vegetação natural. Após o grande incêndio de 1966 criaram-se condições para que invasoras como as háquias (*Hakea sericea*), o pitosporo (*Pittosporum undulatum*) e principalmente as acácias (*Acacia melanoxylon* e *A. longifolia*) ocupassem rapidamente os habitats disponíveis e se expandissem em grande escala de uma forma que ainda hoje não é possível controlar.

Na generalidade, a fauna selvagem é difícil de observar, mas o percurso raramente se faz sem que pelo menos uma das rapinas mais comuns por estas paragens, a águia-de-asa-redonda ou o peneireiro-comum, surpreenda os caminhantes com o seu voo característico.



**ROTA DAS ALDEIAS (CASCAIS)**

PR C3

*Sinta a Natureza*

Este PR Percurso Pedestre de Pequena Rota foi traçado pelo PNSC em colaboração com a Câmara Municipal de Cascais e marcado segundo as normas da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

As marcas em amarelo e vermelho visíveis ao longo do percurso são as seguintes :

**Em caso de Incêndio peça ajuda através do número 117**

Para informações sobre outros percursos disponíveis, contacte :

**Parque Natural de Sintra Cascais**  
 Sede : Rua Fernando Formigal de Morais, 1 • 2710-566 SINTRA  
 Tel.: 21 924 72 00 • Fax.: 21 924 72 27  
 e-mail: pnscc@icn.pt • www.icn.pt

**Cascais** Câmara Municipal  
 Praça 5 de Outubro • 2754-501 CASCAIS  
 Tel.: 21 482 50 00 • www.cm-cascais.pt

Com o apoio de :

Destaca-se altaneira da plataforma litoral circundante. Barreira de condensação para os ventos dominantes de N-NO carregados de humidade cria as condições para o desenvolvimento de uma vegetação exuberante. Lugar de mistério, famoso pelos seus ares, povoado desde a pré-história, de grande esplendor durante a ocupação árabe, foi destino de veraneio e refúgio para a corte, tendo o seu período áureo nos finais do séc. XVIII e todo o séc. XIX.

O clima foi determinante para a forma de apropriação pelo Homem: primeiro a pastorícia, depois a agricultura principalmente nas faldas setentrional e marítima da serra, a procura de lenha, a exploração da madeira, a construção naval, a caça - no séc. XVII caçava-se o veado e o javali. Mas em meados do séc. XVIII atinge-se a mais profunda desarborização: a floresta de carvalhos que se implantou após a última glaciação limita-se aos locais mais inacessíveis. No séc. XX inicia-se a reflorestação com pinheiro-bravo (*Pinus pinaster*), depois cedro do Buçaco (*Cupressus lusitanica*), originário da América Central, e o australiano eucalipto (*Eucalyptus globulus*). Hoje persiste apenas cerca de 1% da vegetação arbórea natural.

Perto do litoral a serra torna-se mais plana terminando no emblemático Cabo da Roca, de escarpas altas e abruptas, ponto continental mais ocidental da Europa, o “Promontório magno” dos Romanos. Na vertente sul os ventos impetuosos e uma menor pluviosidade determinaram as características actuais da vegetação: prados e matos rasteiros com características mediterrânicas e atlântico-mediterrânicas.

A diversidade de exposições, de composição geológica e o clima especial permitem ainda aqui encontrar grande diversidade de flora e fauna: quase todas as espécies de carvalhos do nosso país; espécies-reliquia como o fetos-dos-carvalhos (*Davallia canariensis*) e o feto-de-folha-de-hera (*Asplenium hemmionitis*) que abundavam antes da última glaciação; de plantas ameaçadas e com área de distribuição muito limitada, como o cravo-romano (*Armeria pseudarmeria*) ou o cravo de Sintra (*Dianthus cintranus*) e de populações isoladas cujo óptimo ecológico se situa em regiões mais setentrionais - o lagarto-de-água (*Lacerta schreiberi*), o musaranho-de-dentes-vermelhos (*Sorex granarius*) - ou de populações nidificantes como o pisco-de-peito-ruivo (*Erythacus rubecula*) e o pombo-torcaz (*Columba palumbus*); São ainda frequentes a geneta (*Genetta genetta*), a raposa (*Vulpes vulpes*) o coelho-bravo (*Oryctolagus cuniculus*), a águia-de-asa-redonda (*Buteo buteo*), o peneireiro-comum (*Falco tinnunculus*) a salamandra (*Salamandra salamandra*), o tritão-de-ventre-laranja (*Triturus boscai*) ou a lagartixa-do-mato (*Psammotromus algius*). Existem espécies raras e ameaçadas em Portugal, como a águia de Bonelli (*Hieraetus fasciatus*), a coruja-do-mato (*Strix aluco*), o gavião (*Accipiter nisus*), a venenosa vibora-cornuda (*Vipera latastei*), a cobra-de-capuz (*Macropododon cucullatus*) ou a mais pequena espécie de morcegos da Europa, o morcego-pequeno-de-ferradura (*Rhinolophus hipposideros*).





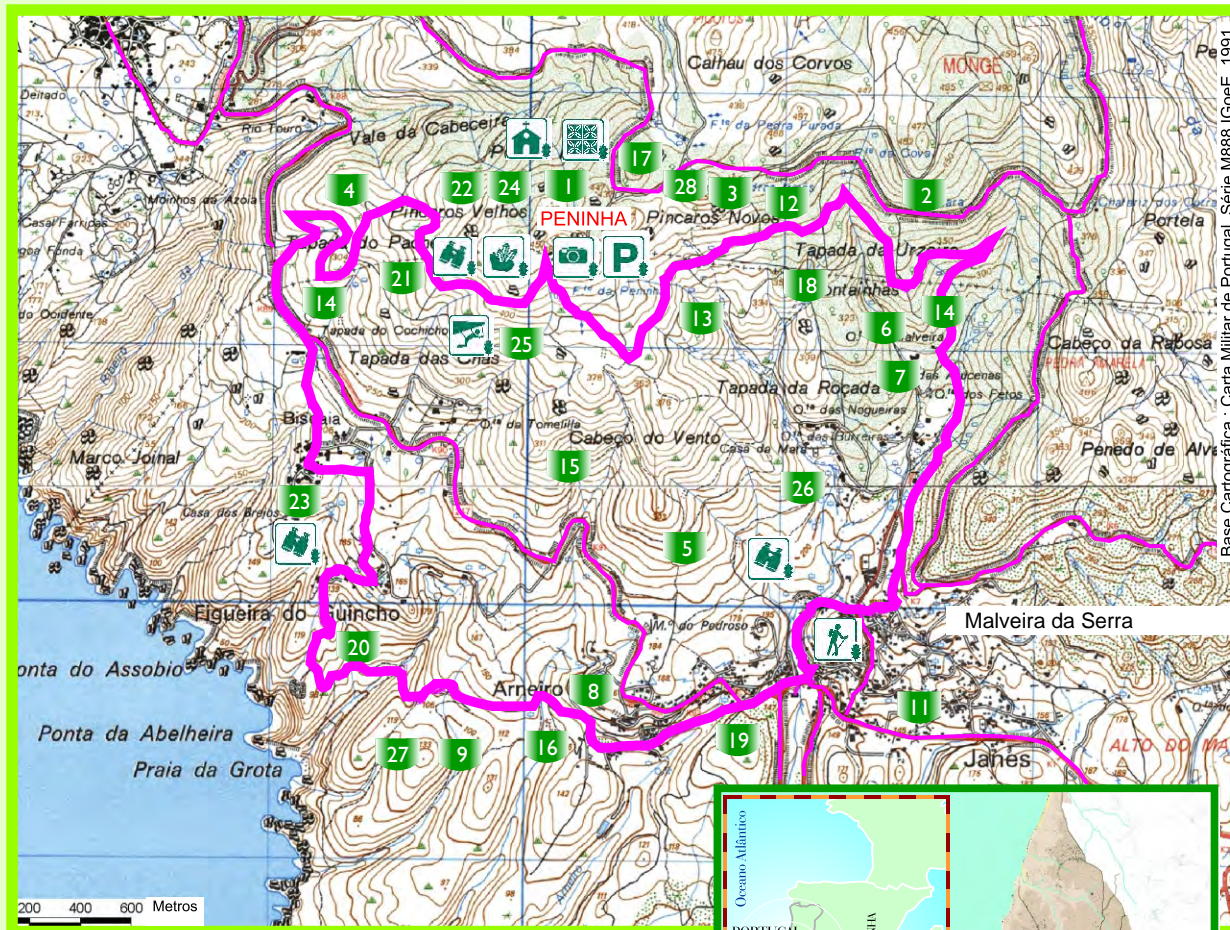


O sítio da Peninha em pleno núcleo sienítico do maciço eruptivo de Sintra, local de culto, evidencia sinais de permanência humana desde o Neolítico. Inclui um conjunto de construções classificadas como Imóvel de Interesse Público :

**A Ermida da Nossa Senhora da Peninha**, erguida, por devoção popular, de acordo com lenda da aparição de Nossa Senhora a uma pastorinha muda e muito pobre de Almoimhas Velhas.

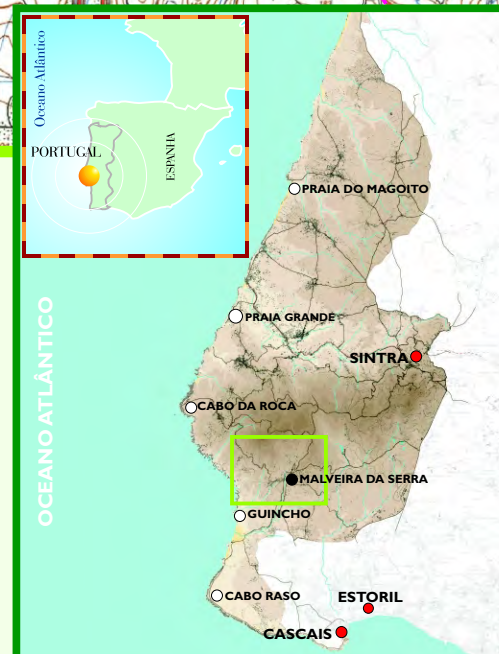
**A Ermida de S. Saturnino**, edificada século XVI-XVII, em local de culto que remonta ao tempo dos visigodos. A Oeste do monumento situam-se evidências dos alicerces da primitiva ermida de provável origem medieval (séc. XII). Um palacete mandado construir em 1918 por António Carvalho Monteiro para sua residência.

As **casas dos Romeiros** construídas para albergar zeladores das instalações e para acolher os inúmeros peregrinos. A Fonte dos Romeiros datada do século XVI.



**ANIMAÇÃO AMBIENTAL**  
Entidades Licenciadas no Parque Natural de Sintra - Cascais em 2005

<p><b>BTTOUR</b> Tel.: 919 43 10 10 bttour@bttour.com</p> <p><b>CABRA MONTÉZ</b> Tel.: 917 446 668 / 919 943 840 geral@cabramontez.com www.cabramontez.com</p> <p><b>EXTREMO AMBIENTE</b> Tel.: 214 526 065 - Fax.: 214 526 064 extremoambiente@netcabo.pt www.extremoambiente.pt</p> <p><b>INVENTURA</b> Tel.: 919 800 155 inventuramail@yahoo.com</p> <p><b>MARGENS</b> Tel.: 234 648 571 / 932 177 255 margens@margens.pt</p>	<p><b>NÓMADAS</b> Tel.: 219 821 128 / 968 297 047 geral@nomadas.pt</p> <p><b>OZONO MAIS</b> Tel.: 219 61 99 27 mail@azonomais.com.pt</p> <p><b>PAPA-LÉGUAS</b> Tel.: 218 452 689/90 papaleguas@mail.telepac.pt</p> <p><b>GRUPO ECOLÓGICO DE CASCAIS</b> Tel.: 214 847 136 - Fax.: 214 847 178 geral@gec.pt / www.gec.pt</p> <p><b>TUPER</b> Tel.: 213 511 750/917 538 477 tuper@esoterica.pt</p> <p><b>TRILHOS DO OCIDENTE</b> Tel.: 214 820 101- Fax.: 214 820 101 trilhosocidente@sapo.pt</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



-   
Cedro do Buçaco  
1
-   
Feto-dos-carvalhos  
2
-   
Violetas  
3
-   
Medronheiro  
4
-   
Tojo  
5
-   
Gilbardeira  
6
-   
Dedaleira  
7
-   
Carrasco  
8
-   
Alecrim  
9
-   
Salsaparrilha-bastarda  
10
-   
Roselha  
11
-   
Acácia  
12
-   
Eucalipto  
13
-   
Carvalho-negral  
14
-   
Sobreiro  
15
-   
Zambujeiro  
16
-   
Salamandra  
17
-   
Vibora-cornuda  
18
-   
Pisco-de-peito-ruivo  
19
-   
Melro-azul  
20
-   
Perdiz  
21
-   
Falcão-peregrino  
22
-   
Gavião da Europa  
23
-   
Peneireiro-comum  
24
-   
Águia-de-asa-redonda  
25
-   
Coelho-bravo  
26
-   
Geneta  
27
-   
Musaranho  
28

Ficha Técnica: Texto: P.N.S.C. • Ilustrações: Alfredo da Conceição - Fernando Correia - Marco Correia - Marcos Oliveira - Nuno Fominha - Pedro Salgado • Fotografias: João Luis Dória - Mameleto Marcelino - Rui Cunha