

► informações úteis

PATRIMÓNIO

Casas Senhoriais da Lousã
Castelo da Lousã
Centro Histórico da Lousã
Ermidas da N. Sra. da Piedade
Fábrica de Papel do Prado
Igreja Matriz
Museu Municipal Prof. Álvaro Viana de Lemos
Museu Etnográfico Sr. Louzan Henriques
Moinhos de Água (Ruínas)
Palácio dos Salzares (Hotel Palácio da Lousã)
Pelourinho

ÁREAS CLASSIFICADAS

Rede Natura 2000
Reserva Ecológica Nacional

ONDE COMER

Bar Café Restaurante Arunce - 910 838 850
Café Lousanense/Travessa com Tapas - 918 818 478
Churrasqueira Borges - 239 993 489
Churrasqueira Galinhã - 239 104 420
Churrasqueira São Paulo - 918 595 619
Churrasqueira Sabores da Copa - 911 159 123
Churrasqueira Tô dos Frangos - 919 362 139
Food Store - 919 219 876
Licor Beirão Resto-Bar - 239 990 800
Planta do Xisto - 964 053 462
Pizzaria D. Manuel - 239 995 611
Restaurante Adega da Vila - 917 018 676
Restaurante A Viscondessa - 961 950 917
Restaurante Aviz - 239 992 585
Restaurante Casa Bacalhau - 239 991 424

Restaurante Casa Velha - 919 548 549
Restaurante Churrasqueira Serpinense - 916 144 416
Restaurante Estrela Dourada - 239 971 565
Restaurante Mimosas da Beira - 964 367 661
Restaurante/Lounge Bar Villa Lausana - 239 994 143
Restaurante O Burgo - 239 991 162
Restaurante Obeliscus - 913 703 690
Restaurante O Cantinho da Rita - 918 846 428
Restaurante O Carocha - 239 991 655
Restaurante Sabor D'Art - 915 768 546
Restaurante Típico O Gato - 912 836 301
Restaurante Ti Lena - 911 932 948
Restaurante Xing Long - 309 936 120
Taberna Burguesa - 966 395 027

ONDE FICAR

Casa das Bugalhas - 912 622 310
Casa da Eira - 916 191 089
Casa da Ti Jaquineta - 918 212 523
Casa da Ti Filipa - 918 212 523
Casa da Urze - 966 909 597
Casa do Forno - 918 212 523
Casa do Largo de Vale Escuro - 912 874 279
Casa do Ti Dinis - 926 095 207
Casa Cimeira - 918 194 544
Casa Lausus - 963 086 754
Casa Linda - 914 839 636
Casa Princesa Peralta - 963 086 754
Casa Vila Delfina - 967 015 040

Casa Vale do Linheiro - 964 444 221
Casinha do Conde - 915 046 244
Campo de férias - ACM Coimbra - 239 991 539
"Cerdeira Village" - 925 401 432
Hotel Bem Estar - 918 795 348
Palácio dos Salzares (Hotel Palácio da Lousã) - 239 990 800
Parque de Campismo de Serpins - 919 219 851
Pousada da Juventude - 239 994 384
Quintal de Além do Ribeiro - 963 323 805
Refúgio do Xisto - 919 303 585
Residencial Martinho - 969 404 904
Wheeler Mountain Bike Holidays - 239 993 612

ARTESANATO

Atelier da Cerdeira da Lousã: 933 467 729
Coisas e Lousas: 916 889 719
Loja das Aldeias do Xisto do Candal: 239 991 393
O Retalinho: 966 909 597

GASTRONOMIA

cabrito
Chanfana
Serrabulho
Serranitos
Mel DOP Serra da Lousã
Migas
Talasnicos



Terreiro das Bruxas

foto: Gonçalo Martins (C.M.Lousã)

► sinalética



caminho certo



caminho errado



virar à esquerda



virar à direita

© FICUP

► normas de conduta

Seguir apenas pelo trilho sinalizado; Evitar fazer ruídos desnecessários;
Observar a fauna sem perturbar; Não danificar a flora;
Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem; Não fazer lume;
Não recolher amostras de plantas ou rochas;
Ser afável com as pessoas que encontre no local.

► contactos úteis

SOS Emergência: 112
SOS Floresta: 117
Centro de Informação Antivenenos: 808 250 143
GNR da Lousã: 239 990 060
Bombeiros Municipais da Lousã: 239 990 530
Centro de Saúde da Lousã:
USF Serra da Lousã: 239 990 614
USF Trevim Sol: 239 990 623
Posto de Turismo da Lousã: 239 990 040; 239 993 372
Município da Lousã: 239 990 370
Welcome Center das Aldeias do Xisto: 239 993 372
ADXTUR-Rede das Aldeias do Xisto: 275 647 700; 960 101 873
www.aldeiasdoxisto.pt

_promotores



_apoio



_percurso pedestre em fase de registo e homologação pela



ADXTUR 2013



Caminho do Xisto da Lousã

Rota dos Baldios



► Percurso Pedestre

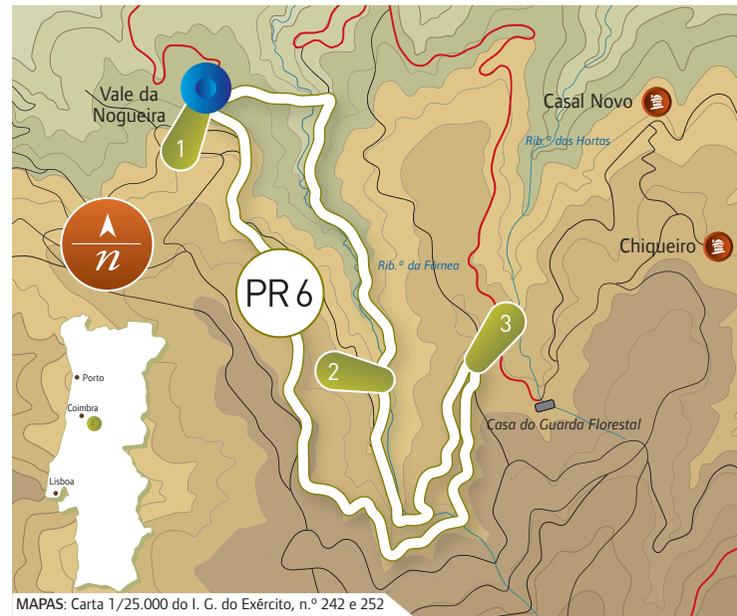
foto: Gonçalo Martins (C.M.Lousã)

distância	duração	tipo de percurso	desnível acumulado	altitude máx/min
8 Km	3h 00min	circular	200 m subida	700 m ▲ 500 m

Caminho do Xisto da Lousã

_Sentido aconselhado: **ponteiros do relógio**

O local de partida situa-se na Senhora dos Remédios, na zona do Vale da Nogueira, que se atravessa na direção Este. Posteriormente segue-se para Sul, em caminho paralelo à Ribeira de Fôrnea. Continua-se a percorrer este caminho até se chegar à zona das Hortas, virando-se, neste local, no sentido Oeste, apanhando um outro caminho que segue em direção à zona do Cabril. Aqui chegados abandona esta estrada para se seguir as curvas de nível em cotas superiores a 500 m de altitude. Posteriormente, torna-se a encontrar o caminho anterior, que se utiliza até atingir a Senhora dos Remédios, ponto de partida. Este percurso desenvolve-se por caminhos onde se encontram espécies como o pinheiro bravo, eucalipto, carvalhos, castanheiros, cerejeira-bravas e nogueiras. Ao longo do percurso, e mais próximo das linhas de água, podem observar-se diversos anfíbios, com destaque para a Salamandra-lusitânica e a Rã-ibérica. São também de assinalar, no caso dos répteis, as áreas importantes para a conservação do lagarto-de-água.

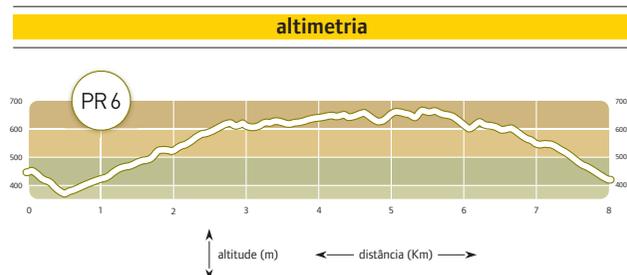


Pontos de interesse e a distância ao ponto de partida:

- 1 _Vale da Nogueira _0m
- 2 _Ribeira da Fornea _2100m
- 3 _Terreiro das Bruxas _4000m

Ponto de partida e chegada:

_Senhora dos Remédios/Vale Nogueira
(GPS: N40 05 44.1 W8 15 27.0)



legenda

- caminho do xisto
- estrada alcatroada
- estrada de terra
- curso de água

grau de dificuldade - III Algo Difícil

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil)

- advertência do meio **1**
- orientação **2**
- tipo de piso **1**
- esforço físico **3**

época aconselhada

Todo a ano.
Atenção ao calor no verão e ao piso escorregadio no inverno.



Aldeias do Xisto da Lousã

Na Serra da Lousã pode encontrar várias Aldeias do Xisto, que têm vindo a ser alvo de recuperação. A construção das casas é maioritariamente em xisto, a matéria-prima mais abundante na serra, a par com a madeira. Nos dias de hoje, apesar da fraca densidade populacional nas Aldeias, estas são um local de forte atratividade turística. Na envolvente das Aldeias do Xisto existe uma fauna e flora bastante rica. É frequente avistarem-se javalis ou veados. Além da passagem pelos trilhos, pode ainda visitar algumas lojas de comércio tradicional presentes nas Aldeias.



Terreiro das Bruxas

> patrimônio natural

Na Serra da Lousã podemos encontrar uma vasta e diversificada flora e fauna. Os castanheiros centenários estão presentes por quase todo o percurso. Junto às aldeias, encontramos carvalhos, sobreiros e pinheiro bravo. As linhas de água, que em tempos eram aproveitada para regar as hortas cultivadas pelos habitantes serranos, têm vindo a ser preservadas e ainda hoje servem matar a sede dos animais selvagens. Essas mesmas linhas de água, muitas delas centenárias, acabam por dar vida e movimento às deslumbrantes paisagens envolventes. Os veados, corços e javalis são também muito frequentes.