



PR6  
LSA

# TRILHO DOS MOLEIROS

TERREIRO DAS BRUXAS → LOUZAN PARK  
MILLER'S TRAIL

4 DIFÍCIL  
HARD



**INEM NATIONAL EMERGENCY > 112**  
**SOS AMBIENTE E TERRIT RIO SOS ENVIRONMENT > 808 200 520**  
**INFORMAÇÃO ANTI-VEENOS ANTI-POISON INFORMATION > 800 250 250**  
**POSTO DE TURISMO TOURISM OFFICE > (+351) 239 990 040 / 239 993 372**  
**CENTRO DE SAÚDE HEALTH CENTRE > (+351) 239 990 623**  
**BOMBEIROS FIRE DEPARTMENT > (+351) 239 990 530**  
**GNR NATIONAL GUARD > (+351) 239 990 060**

**ADXTUR SCHIST VILLAGES > (+351) 275 037 393 • www.aldeiasdoxisto.pt**  
**CÂMARA MUNICIPAL DA LOUSÁ LOUSÁ CITY COUNCIL**  
**> (+351) 239 990 370 • www.cm-lousa.pt**

COFINANCIADO POR:  
CO-FINANCED BY:



PROMOTOR:  
PROMOTER:



ENTIDADES PARCEIRAS:  
PARTNER ENTITIES:



**PT >** O percurso pode ser efetuado em qualquer época do ano, tendo os seus utilizadores que tomar algumas precauções face às elevadas temperaturas que se podem fazer sentir durante o verão. Durante os períodos de maior precipitação recomenda-se algum cuidado com as águas escorrendais e com a subida do caudal da ribeira.

**EN >** The hiking trail can be done at any time of the year, although hikers have to take some precautions during the summer due to the high temperatures. During periods of higher rainfall, some care is recommended with the runoff waters as the stream's water-level can rise quickly.

## RECOMENDADA ÉPOCA ACONSELHADA

↑ Cascata do Leandro • Leandro Waterfall



↑ Moinho de rodízio dos Paivas • Paiva's Watermill



|           |              |            |              |
|-----------|--------------|------------|--------------|
|           |              |            |              |
| A VISITAR | RESTAURANTES | ALOJAMENTO | MAPA DIGITAL |

**PT >** Enraizados no património cultural, os moinhos de água de roda horizontal (rodízio) assumiram vital importância no território. Ao longo da ribeira da Fôrnea é possível contemplar vários moinhos de rodízio, maioritariamente constituídos por um casal de mós. Parte dos caminhos coincidentes com o percurso eram utilizados por moinheiros no transporte de cereais e farinha, percorridos com carga às costas.

**EN >** Rooted in the cultural heritage, horizontal watermills (rodízios) were of vital importance in the region. You can see several of these watermills along the Ribeira da Fôrnea, most of them consisting of a couple of millstones. Part of the paths followed along the route were also used by millers who carried cereals and flour on their backs.

## MOINHOS DE RODÍZIO WATERMILLS

**EN >** Walking along the valley of the Fôrnea stream, the trail is rich in narratives of great symbolic value, which help us to understand the ancestral relationships between peoples and nature that are part of the region's cultural heritage. > As you open the book, each step makes you feel the hardship of earning a livelihood along terrifying paths. The first chapter of this ode is told by millers, but also by farmers and shepherds. The water that turned the waterwheels also fed the forming plots arranged in terraces. The second chapter takes place in a landscape built by the Forestry Services, where the main characters wander through the woods, in search of food and shelter. We invite you to leaf through and experience every page of this open book.

**PT >** Percorrendo o vale da ribeira da Fôrnea, o trilho é rico em narrativas de grande valor simbólico, que ajudam a compreender as relações ancestrais entre os povos e a natureza, que constituem parte da herança cultural do território. Abrindo o livro, cada passo faz sentir a dureza de conquistar o sustento ao longo de caminhos temebrosos. O primeiro capítulo de esta ode é contado por moinheiros mas, também, por agricultores e pastores. A água que movia os moinhos de rodízio decorria num cenário construído pelos Serviços Florestais, onde os personagens principais deambulam pelos bosques, em busca de alimento e abrigo. Com o livro aberto, fica o convite para folhear e viver cada uma das suas páginas.

## PELO VALE DA RIBEIRA DA FÔRNEA THROUGH THE VALLEY OF THE FÔRNEA STREAM

**TRILHO DOS MOLEIROS • MILLER'S TRAIL**

**4** **DIFÍCIL  
HARD**



**SENTIDO RECOMENDADO  
RECOMMENDED DIRECTION**  
**Louzan Park →  
Terreiro das  
Bruxas**

**Distância  
Distance**    **Duração  
Duration**    **Tipo de Percurso  
Type of Route**    **Desnível Acumulado  
Cumulative Slope**    **Altitude Mínima  
Minimum Altitude**    **Altitude Máxima  
Maximum Altitude**    **Ponto de Partida  
Starting Point**  
**5.4 km • 3h15 • Linear • 615 m • 166 m > 697 m • Terreiro das Bruxas**

**DESCRIÇÃO DO PERCURSO  
TRAIL DESCRIPTION**

**PT** > O percurso inicia-se junto ao Terreiro das Bruxas. Os primeiros metros, seguindo pela estrada florestal, são coincidentes com o percurso pedestre "À Descoberta da Floresta" (PR7). > Tomando o caminho em sentido descendente, em plena Rede Natura 2000, o reino do xisto é rico em encontros com borboletas, répteis, anfíbios, aves e mamíferos. Pedra ante pedra, curva após curva, contornando a silhueta da encosta, a descida faz-se sentir, à medida que ribeira e a floresta se fundem numa tela inspiradora. > Num ritmo constante, destacam-se as melodias das aves e da água, os aromas frescos de loureiros ou da terra húmida, as telas pintadas a mil cores por folhosas e flores silvestres ou a sensação de harmonia promovida pela brisa que percorre o vale. > De mãos dadas com a ribeira da Fórnea, percorrendo as antigas levadas ou as veredas com utilização secular, por entre moinhos de rodízio, cascatas e uma infindável muralha constituída por socalcos, pequenas pontes ligam uma e outra margem, pelo interior da floresta. > Maioritariamente na companhia de plantas invasoras, deixando para trás os ecos das águas que correm na ribeira, alcançamos o Louzan Park (Centro de BTT), concluindo esta aventura épica, com uma vista deslumbrante sobre a Vila da Lousã.

**EN** > The trail starts next to the Terreiro das Bruxas. The first metres, following the forest road, are part of the "Discovering the Forest" trail (the PR7). > Walking downwards along the trail, the shale kingdom, right in the middle of the Natura 2000 Network, is rich in encounters with butterflies, reptiles, amphibians, birds and mammals. > Stone before stone, curve after curve, contouring the silhouette of the hillside, the descent is felt, as the stream and the forest merge into an inspiring canvas. > The steady rhythm is punctuated by the melodies of the birds and the water, the fresh aromas of laurel trees and of the damp earth, canvases painted with a thousand colours by the hardwoods and wild flowers, or the feeling of harmony evoked by the breeze that rushes through the valley. > Hand in hand with the Fórnea stream, walking along the ancient levadas or the centuries-old paths, among watermills, waterfalls and an endless wall consisting of terraces, small bridges connecting each side of the river, through the heart of the forest. > Mostly in the company of invasive plants, leaving behind the echoes of the waters flowing in the stream, we reach Louzan Park (BTT Centre), concluding this epic adventure with a breathtaking view over the town of Lousã.

**PONTOS DE INTERESSE  
POINTS OF INTEREST**

- PT** > 1. Terreiro das Bruxas • Parque de Merendas  
2. Moinho de Rodízio (ruínas)  
3. Moinho de Rodízio (ruínas)  
4. Cascata  
5. Moinho de Rodízio (ruínas)  
6. Moinho de Rodízio  
7. Moinho de Rodízio (ruínas)  
8. Moinho de Rodízio (ruínas) • Cascata dos Sonhos  
9. Cascata do Leandro  
10. Moinho de Rodízio (ruínas)
- EN** > 1. Terreiro das Bruxas • Picnic Park  
2. Watermill (ruins)  
3. Watermill (ruins)  
4. Waterfall  
5. Watermill (ruins)  
6. Watermill  
7. Watermill (ruins)  
8. Watermill (ruins) • Sonhos Waterfall  
9. Leandro Waterfall  
10. Watermill (ruins)

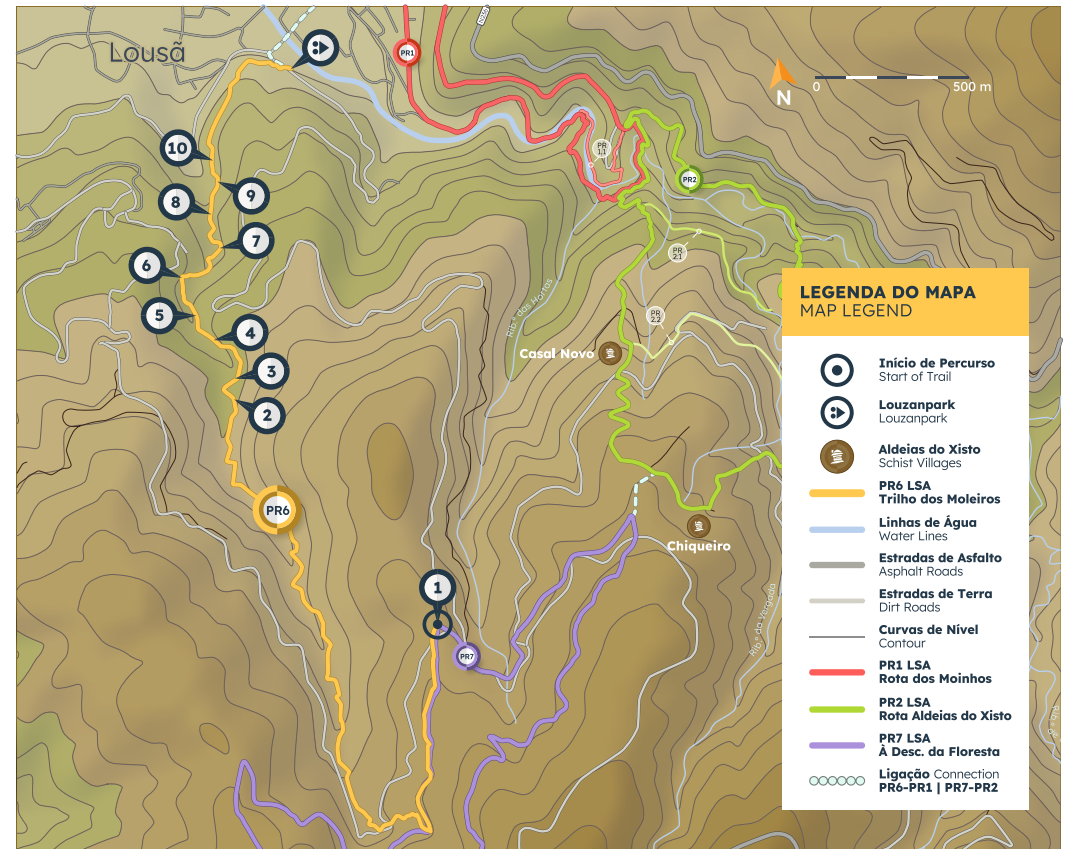
**SINALÉTICA E CONDUTA  
SIGNAGE & RULES OF CONDUCT**

|                                   |                                    |                                   |                                   |
|-----------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Caminho certo</b><br>Right way | <b>Caminho errado</b><br>Wrong way | <b>Virar à dt.ª</b><br>Turn right | <b>Virar à esq.ª</b><br>Turn left |
|                                   |                                    |                                   |                                   |

©FCMP

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

**EN** > Keep to the signposted track > Avoid making unnecessary noise > Observe wildlife without disturbing it > Do not damage the flora > Do not leave rubbish or any other trace > No naked flames > Do not take samples of plants or rocks > Be nice to the people you might meet along the way



**PERFIL DE ALTITUDE • ALTITUDE PROFILE**

