

PATRIMÓNIO NATURAL | NATURAL HERITAGE

Estes vales encaixados e escarpas são o habitat perfeito para a maior ave de rapina europeia, o majestoso bufo-real. Os carvalhais são refúgio do lobo-ibérico e o melro-de-água aproveita as numerosas quedas de água para nidificar. Nas encostas viradas a sul surpreende ver sobreirais bem constituídos, mas é no fundo dos vales que se escondem os maiores tesouros, relíquias preciosas da laurissilva, como é o caso do feto-vaqueiro e do azevinho, espécies protegidas que aqui se podem contemplar.

These embedded valleys and scarps are the perfect habitat for the largest European bird of prey, the majestic Eagle Owl. The oak forests are refuge to the Iberian Wolf and the White-throated Dipper takes advantage of the numerous waterfalls to nest. On the south-facing slopes, the view of thriving cork oak groves is surprising. However, it is at the bottom of the valleys that the greatest treasures hide. Here, it is possible to contemplate precious relics of protected species of laurel forest (Laurissilva), like the Chain Fern (Woodwardia radicans) and the Mistletoe.



Lomba

HISTÓRIA | HISTORY

A aldeia da Lomba é uma das mais belas aldeias de Portugal, estando empoleirada num promontório, e terminando numa pequena península onde se acotovelam uma igreja, um cemitério, várias casas e mais de 15 canastros. Esta configuração particular, que resultou de três falhas, enquadram a aldeia nos três lados da península. Os caminhos que daqui saem vão para as aldeias abandonadas das Porqueiras, a 1 km, e das Berlengas, a 2 km.

The village of Lomba is one of the most beautiful villages in Portugal. Perched on a promontory, the village ends in a small peninsula where a church, a cemetery, several houses and more than 15 grain stores ("canastros") are concentrated close together. This particular configuration, a result of three fault lines, positions the village on the three sides of the peninsula. The paths, which begin here, lead to the abandoned villages of Porqueiras, 1 km, and of Berlengas, 2 km.

INÍCIO DO PERCURSO | START POINT

GPS: 40.50°47.57'N 8°15'35.72"W

ONDE FICAR | PLACES TO STAY

- Casa do Portal de Baixo: +351 964 143 606 (Felgueira)
- Casa da Nininha: +351 256 428 011 (Marmoeiral, Rôge)
- Casa de Coelhosa: +351 919 143 605 (Coelhosa, S. Pedro de Castelões)
- Casas dos Avós: +351 918 626 295 (Trebilhadoiro, Rôge)
- Hotel Solar das Laranjeiras: +351 256 423 977 (Salgueirinhos, Macieira de Cambra)
- Quinta Anna Horvath: +351 256 240 240 (Macieira de Cambra)
- Quinta Progresso: +351 256 410 890 (Macieira-a-Velha, Macieira de Cambra)
- Traços de Outrora: +351 918 795 674 (Trebilhadoiro, Rôge)

ONDE COMER | PLACES TO EAT

- Mira Freita: +351 256 484 140 (Felgueira, Arões)
- Nino da Freita: +351 256 425 029 (Felgueira, Arões)

GASTRONOMIA | GASTRONOMY

- Vitela da Raça Arouquesa | "Arouquesa" veal
- Cabrito | Cabrito
- Rojões | Seasoned pieces of pork loin
- Vinhos Verdes | Vinho Verde
- Broa de Milho | Corn bread
- Leite Creme | Custard milk

ARTESANATO | HANDICRAFT

- Artesãs de Arões (Vestuário artesanal em linho, lã e burel): Craftswomen of Arões (Handmade clothing in linen, wool and "burel" – a traditional Portuguese felt like textile made of tightly woven wool fabric, used by shepherds to keep dry and warm in the mountainside, while watching over flocks under cold and rainy weather): +351 256 402 611 (Arões)
- Loja de Artesanato da Felgueira: +351 256 484 140 (Felgueira, Arões)

CONTACTOS ÚTEIS | USEFUL CONTACTS

- SOS Emergência | Emergency: 112
- Informação Anti-Venenos | Antivenom hotline: +351 808 250 143
- Câmara Municipal de Vale de Cambra | Town Hall / Council of Vale de Cambra: +351 256 420 510
- Câmara Municipal (número verde) | Town Hall / Council (freephone): +351 256 420 555
- Hospital | Hospital: +351 256 410 660
- Centro de Saúde | Medical Centre: +351 256 423 664
- Bombeiros Voluntários | Volunteer Firefighters: +351 256 423 616
- G. N. R. | Police: +351 256 420 760
- Museu Municipal | Municipal Museum: +351 256 422 016
- Associação Desportiva e Cultural da Felgueira
Sports and Cultural Association of Felgueira: +351 256 408 019
- Centro Cultural de Macieira de Cambra | Cultural Centre of Macieira de Cambra: +351 256 428 400

Promotor:



Percurso pedestre registado e homologado pela:



Design: floema

PR3
VLC

NA VEREDA DO PASTOR IN THE SHEPHERD'S PATH PERCURSOS PEDESTRES DE VALE DE CAMBRA



Cascata de Porqueiras | Porqueiras waterfall


VALE DE CAMBRA
O VALE MÁGICO

PERCURSO | ROUTE

O percurso pedestre "Na Vereda do Pastor" inicia-se na aldeia de Covo, a mais alta do concelho de Vale de Cambra, localizada na encosta Sul da Serra da Freita, a 930m de altitude.

Do fundo do lugar, seguimos em direcção a Aqualva por um caminho estreito, encaixado entre as últimas casas. Este trajecto começa a alargar-se em direcção a Sudeste, primeiro descendo e depois subindo suavemente. Chegado ao cabeço começa-se a descer até ao poste de alta tensão, tomando de seguida um carreiro antigo que leva a um caminho florestal frondoso e à Ribeira das Estacas. Aqui irá atravessar-se um interessante pontão de pedra, após o que se toma um agradável caminho lageado, que leva até ao lugar de Aqualva. Era por este caminho que a população chegava à Serra, muito especialmente ao Covo, para levar as "vacas ao boi", tradição que caiu quase em desuso.

Por este caminho lageado poder-se-á tomar um carreiro que conduz a uma belíssima cascata escondida no meio da vegetação e à confluência de um pequeno ribeiro.

Retomando o caminho lageado, a fonte e o lavadouro público dão as boas vindas à entrada em Aqualva. Segue-se então rumo à aldeia da Lomba, pelo caminho da escola e da missa. Neste lugar é de visita obrigatória o núcleo de espigueiros e a Capela da Nossa Senhora dos Milagres. Uma vez nesta aldeia, sugere-se que percorra também a variante 3.1 que o leva a visitar as Porqueiras, uma aldeia remota localizada no fundo do Vale da Ribeira de Aqualva, e onde pode também apreciar a cascata de Porqueiras. Antes de regressar à Lomba, o percurso da variante percorre o vale da ribeira de Aqualva, até bem próximo da sua confluência com a ribeira de Macieiras, junto ao antigo povoado das Berlengas. O regresso à aldeia da Lomba é feito por trilhos sinuosos, agora a subir, na companhia de um pequeno afluente.

Todas estas linhas de água integram a bacia hidrográfica do rio Teixeira.

Retomando o núcleo principal da aldeia da Lomba, sobe-se até à escola primária e daí para a Serra, observando as pedras gastas pelos cascos das cabras e das ovelhas. Atravessa-se, assim, uma vereda de pastores.

O percurso pedestre abandona o caminho mais largo e toma um carreiro que sobe encosta fora depois dos muros que ladeiam a vereda. Este carreiro vem juntar-se a outro, numa portela, que também sobe a Lomba, aberto propositalmente à mão para que as crianças do Covo não tivessem que atravessar a ribeira, situação que no Inverno podia tornar-se ainda mais perigosa.

O carreiro estreito continua a sua subida de olhos postos no Covo, em lugar cimeiro à espera dos caminhantes. Ao alcançar o "caminho novo", opta-se pela esquerda, acedendo assim à estrada de asfalto que liga à aldeia, a cerca de 200 metros.

The pedestrian route In the Shepherd's Path ("Na Vereda do Pastor") begins in the village of Covo, the highest in the municipality of Vale de Cambra, at 930m altitude, located on the southern slope of the Freita Mountain Range.

From the furthest part of the village, the route heads towards Aqualva, through a narrow path, wedged between the last houses. The route begins to widen towards the southeast, first descending and then gently ascending. At the top, the route begins to descend towards the high voltage post, following an old path that leads to a leafy forest path and towards the River of Stakes ("Ribeira das Estacas"). Here, the route will cross an interesting stone pontoon, after which a pleasant paved path will lead to the place of Aqualva. It was through this road that the population reached the Mountain Range, especially Covo, where they brought the "cows to the ox", a tradition of taking the cows to be fertilized by an ox. This tradition has almost fallen into disuse. On this paved path, it is possible to follow a trail that leads to a beautiful waterfall, hidden in the middle of the vegetation, and to the confluence of a small stream.

Returning to the paved path, the fountain and the public washhouse welcome the entrance to Aqualva. The route then proceeds to the village of Lomba, through the path of the school and the mass. Here, a visit to the granaries ("espigueiros") and to the Chapel of Our Lady of Miracles ("Nossa Senhora dos Milagres") is "mandatory". At the village, it is recommended to follow through the 3.1 variant that will allow a visit to Porqueiras, a remote village located at the bottom of the Valley of the Aqualva River ("Ribeira de Aqualva"), where it is possible to appreciate the Porqueiras waterfall. Before returning to Lomba, the variant's route goes along the Valley of the Aqualva River ("Ribeira de Aqualva"), very close to its confluence with the Macieiras River, near the ancient village of Berlengas. The return to the village of Lomba is done upwards through sinuous trails, alongside a small tributary.

All these water lines are part of the Teixeira River Basin.

Returning to the centre of Lomba, the route goes upwards to the primary school and, from there, it proceeds towards the Mountain Range, observing the stones worn by the hooves of goats and sheep. This is how a shepherd's path is crossed.

The pedestrian route leaves the wider pathway and takes a trail up the slope, after passing the walls that flank the path. This trail joins another, at a pass, which also ascends to Lomba. This path was purposely built so that the children of Covo would not have to cross the river, an action that could become even more dangerous during the Winter.

The narrow trail continues its ascent towards Covo, which perched at a high place, "awaits" travellers. Upon reaching the "new path", the route continues to the left, up to the paved road that connects to the village, at about 200 meters.

PONTOS DE INTERESSE | PLACES OF INTEREST

- 1 Covo
- 2 Cascata das Estacas
Stakes Waterfall
("Cascata das Estacas")
- 3 Aqualva
- 4 Lomba (Núcleo de Espigueiros / Canastos e Capela de N. Sra dos Milagres | Granaries - "Espigueiros" - and the Chapel of Our Lady of Miracles)
- 5 Porqueiras (aldeia abandonada | abandoned village)
Cascata de Porqueiras | Porqueiras Waterfall
- 6 Vale da ribeira de Aqualva
Valley of the Aqualva River ("Ribeira de Aqualva")

FICHA TÉCNICA TECHNICAL SHEET



7,5km
distância
distance



Circular
sentido dos
ponteiros do relógio
clockwise



4h30m
duração
time



951/515m
altitude máx/min
altitude max/min



525m
desnível acumulado
altitude variation



Difícil
(Nível IV) grau de dificuldade
Difficult
(Level 4) difficulty level



Todo o ano
época aconselhada
All year round
recommended season



1
adversidade do meio
environmental adversity



2
orientação
orientation



2
tipo de piso
type of ground



3
esforço físico
physical effort

SINALÉTICA | SIGNAGE



caminho certo
right way



caminho errado
wrong way



virar à esquerda
turn left



virar à direita
turn right

LEGENDA | LEGEND

PR3 VLC
Na vereda do Pastor
In the Shepherd's Path

PR3.1 VLC

Ocupação do solo / Soil occupation

- Edificado / Building
- Cemitério / Cemetery
- Florestas / Forests
- Superfícies aquáticas / Water surfaces

Estradas / Roads

- Autoestradas / Highways
- Estradas principais / Primary roads
- Estradas secundária / Secondary roads
- Estradas em terra / Track
- Outras estradas / Other roads
- Caminhos / Paths

Curvas de nível / Contour

- 10 m
- 50 m
- 100 m

PR 3.1

2,8km
distância
distance

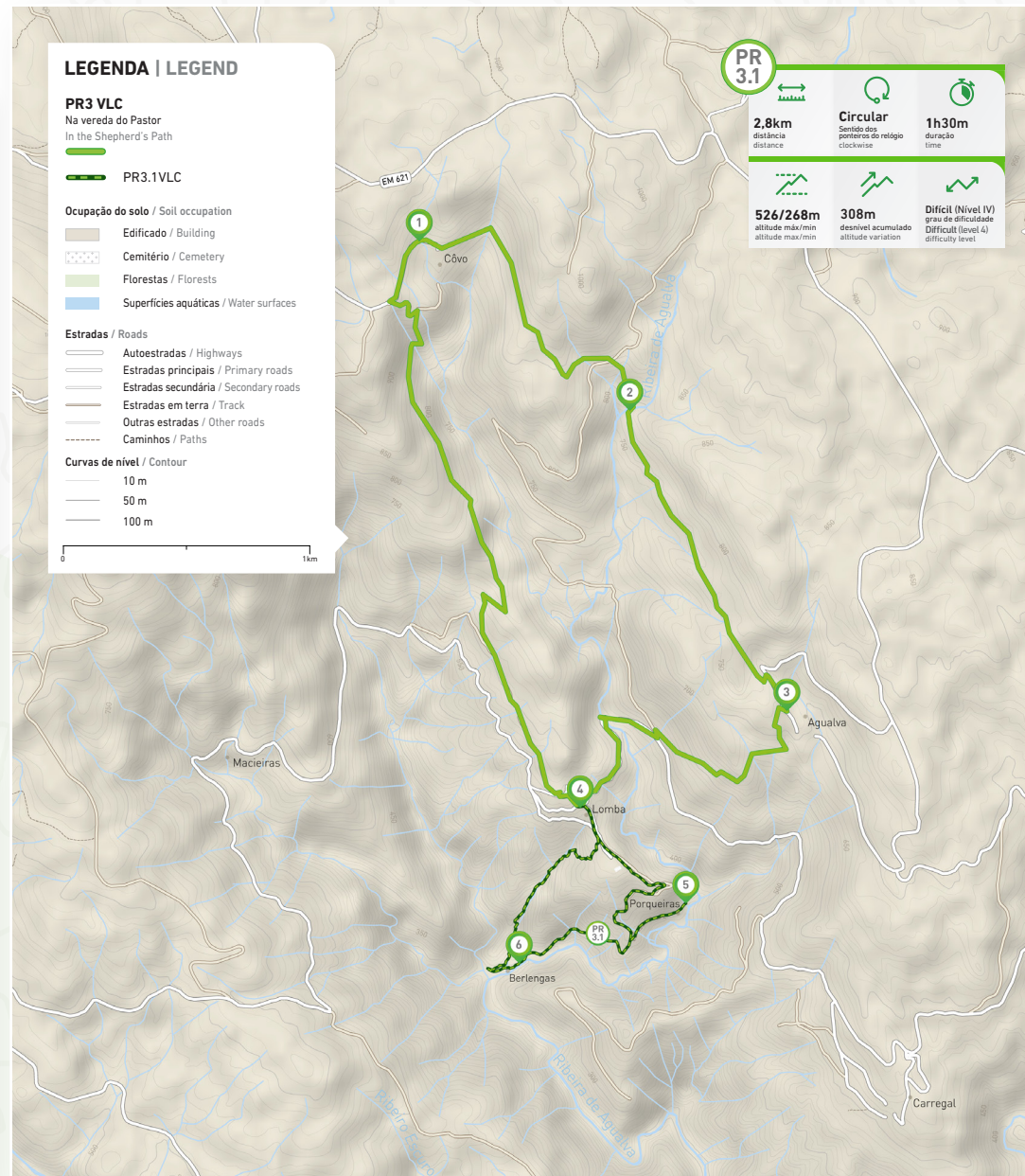
Circular
sentido dos
ponteiros do relógio
clockwise

1h30m
duração
time

526/268m
altitude máx/min
altitude max/min

308m
desnível acumulado
altitude variation

Difícil (Nível IV)
grau de dificuldade
Difficult (level 4)
difficulty level



ALTIMETRIA (PR3 +3.1) | ALTIMETRY



NORMAS DE CONDUTA | CODE OF CONDUCT

Seguir apenas pelo trilho sinalizado
Keep to the signposted track

Evitar fazer ruídos desnecessários
Avoid making unnecessary noise

Observar a fauna sem perturbar
Observe wildlife without disturbing it

Não danificar a flora
Do not damage the flora

Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem
Do not leave rubbish or any other trace

Não fazer lume
No naked flames

Não colher amostras de plantas ou rochas
Do not take samples of plants or rocks

Ser afável com as pessoas que encontre no local
Be nice to the people you might meet along the way