



Convento dos Capuchos



Tholos do Monge

O percurso inicia-se no largo da Barragem do Rio da Mula, subindo a encosta da serra em direcção ao cruzamento que dá acesso ao Convento dos Capuchos. Vale a pena visitar uma das mais emblemáticas e singulares construções religiosas da região, fundada em 1560, para frades da Ordem de S. Francisco de Assis, caracterizados por viverem em estreita relação com a natureza.

Retoma-se a serra em direcção à Memória dos Soldados, local onde 25 soldados perderam a vida no combate ao grande incêndio de 1966. Mais adiante poderá observar, num dos cumes mais altos da serra, uma sepultura colectiva pré-histórica (2500/1500 a. C.), o Tholos do Monge, reutilizada na Idade do Bronze (1800/800 a. C.).

Segue-se para a vertente sul da serra, iniciando-se a descida, só interrompida pela passagem pelo miradouro natural da Pedra Amarela. Com o regresso à barragem damos por concluído o percurso.

Em grande parte do percurso é evidente a predominância de vegetação exótica, quer de matas plantadas com cedros do Buçaco *Cupressus lusitanica* ou eucaliptos *Eucalyptus globulus*, ou espécies invasoras, principalmente acácias *Acacia* sp. e pitósporos *Pitosporum undulatum* que dificilmente permitem a regeneração da flora autóctone, predominantemente mediterrânica e atlântico-mediterrânica: os carvalhos *Quercus* sp., as violetas *Viola odorata*, o medronheiro *Arbutus unedo*, o tojo *Ulex* sp., as urzes *Erica* sp., a torga *Calluna vulgaris*, as estevas *Cistus* sp., a cebola-albará *Urginea maritima*, a salsaparrilha-bastarda *Smilax aspera*, a dedaleira *Digitalis purpurea* o morrião-perene *Anagalis monelli*, a erva-das-sete-sangrias *Lithodora prostrata*, o zambujeiro *Olea europaea* var. *sylvestris*, o pinheiro-bravo *Pinus pinaster* o loureiro *Laurus nobilis*, e mesmo raros azevinhos *Ilex aquifolium*.

A fauna não pode ser diversificada nem abundante, dado o predomínio da vegetação exótica: é refúgio para alguns mamíferos como os morcegos, o musarinho-de-dentes-vermelhos *Sorex granarius*, a geneta *Genetta genetta*, a raposa *Vulpes vulpes*, aves como a águia de Bonelli *Hieraeetus fasciatus*, a águia-de-asa-redonda *Buteo buteo*, o peneireiro-comum *Falco tinnunculus*, a trepadeira *Certhya brachidactyla*, o pica-pau-malhado-grande *Dendrocopos major*, o pica-pau-verde *Picus viridis*, o chapim-real *Parus major*, o chapim-azul *Parus caeruleus*, a coruja-do-mato *Strix aluco*, o gavião *Accipiter nisus*, répteis como o sardão *Lacerta lepida* ou a rara e venenosa víbora-cornuda *Vipera latastei*, o lagarto-de-água *Lacerta schreiberi* ou o cágado-comum *Mauremys leprosa*, anfíbios como a salamandra *Salamandra salamandra* ou a rã-verde *Rana ridibunda*.

Este percurso desenvolve-se na encosta sul da serra, em território integrado na Rede Nacional de Áreas Protegidas, classificado como Parque Natural, em área classificada pela UNESCO como Património Mundial - categoria Paisagem Cultural, e integrado no Sítio Sintra - Cascais, no âmbito da Rede Natura 2000.

Ponto de Partida e de Chegada: barragem do Rio da Mula

• Localização: Concelhos de Sintra e Cascais

- Extensão aproximada: 9 km • Duração aproximada: 3h e 30m.
- Grau de dificuldade: média com desnível acentuado • Motivos de interesse: História, vegetação • Pontos de Passagem : barragem do Rio da Mula, Convento dos Capuchos, Memorial dos Soldados, Monge, Pedra Amarela • 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 • Locais de Pernoita : Sintra
- Acesso de carro: desvio da EN 9-1 • Ligações : PR 11 SNT e PR 1 CSC

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) • 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 da reprodução.
- Não compre arranjos florais com plantas ameaçadas.

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: pncs@icn.pt • www.icn.pt

Entidade Promotora :

Largo Dr. Virgílio Horta
2710-630 SINTRA
Tel.: 219 238 500

Percurso pedestre registado e homologado pela :



Com o apoio de : Direcção Geral dos Recursos Florestais



CAPUCHOS

PR6 SNT

Sinta a Natureza



Dedaleira



Torga

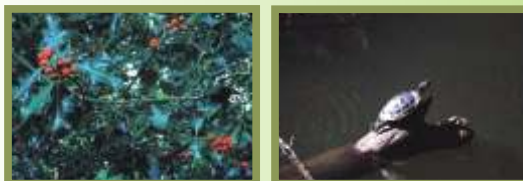
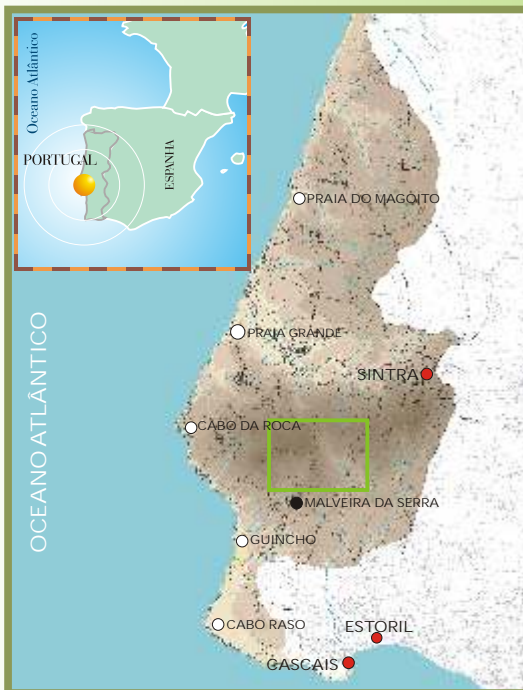
O maciço de Sintra é o resultado da ascensão de magma que se imobilizou próximo da superfície, acabando por se intruir ou encaixar em rochas de natureza sedimentar, que contornam a serra com um invólucro de estratos inclinados. Da assimilação dos materiais da crosta, essencialmente graníticos, e do processo de diferenciação magmática resultou uma diversidade petrográfica notável. O granito ocupa uma área circular cujos afloramentos se dispõem na periferia exterior do núcleo sienítico. Alguns picos correspondem a "caos de blocos": amontoados de grandes blocos arredondados resultantes da alteração e erosão destas rochas.

A forma da Serra, barreira natural que mantém sempre elevados valores de humidade e o característico capacete de nuvens, a sua natureza geológica e em consequência, o clima e a vegetação, permitiram a constituição de uma unidade, de grande biodiversidade e características distintas da paisagem envolvente. Aqui ainda encontram condições para sobreviver algumas espécies-reliquia, da floresta portuguesa anterior às glaciações, como o feto-de-folha-de-hera *Asplenium hemionitis* ou o feto-dos-carvalhos *Davallia canariensis*.

Cedo se fez sentir a acção do Homem: os incêndios naturais ou provocados para alargamento das pastagens, a agricultura, a procura de lenha, a construção naval, os cortes indiscriminados de árvores, a substituição das espécies que faziam parte do coberto vegetal natural, reduziram as manchas de floresta autóctone aos locais mais inacessíveis e aumentaram o risco de incêndio. A partir do século XIX, a transformação das propriedades agrícolas da encosta norte, em matas de lazer e parques românticos, criou uma paisagem requintada. Já no séc. XX teve início a reflorestação das zonas cobertas por matos.

Após o grande incêndio de 1966 criaram-se condições para que algumas espécies, introduzidas pelo homem, originárias de outras regiões do mundo - as exóticas - , se expandem autonomamente, competindo com a flora autóctone. A acácia, revelou-se a mais agressiva, expandiu-se de uma forma que ainda hoje não é possível controlar, sendo proibida por lei a introdução de novos exemplares desta e de outras espécies exóticas.





Azevinho



Cágado



Carvalho



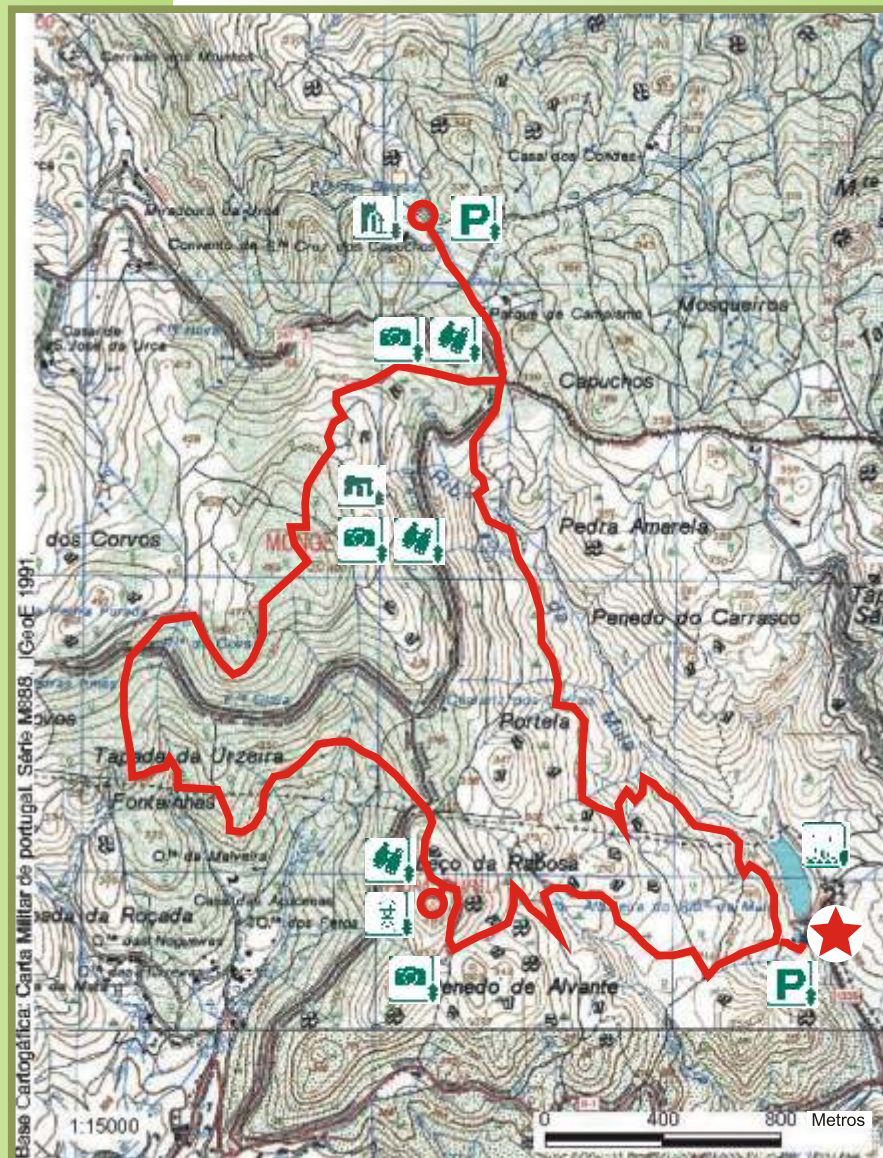
Cogumelo



Feto-de-folha-de-hera



Feto-dos-carvalhos



Geneta



Salamandra



Urze



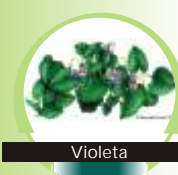
Acácia



Cedro do Buçaco



Pinheiro-bravo



Violeta



Lagarto-de-água



Águia-de-asa-redonda



Peneireiro-comum



Carrasco



Eucalipto



Pitósporo



Zambuieiro



Vibora-cornuda



Coruja-do-mato



Musaranho-de-dentes-vermelhos



Carvalho-português



Medronheiro



Sobreiro



Sardão



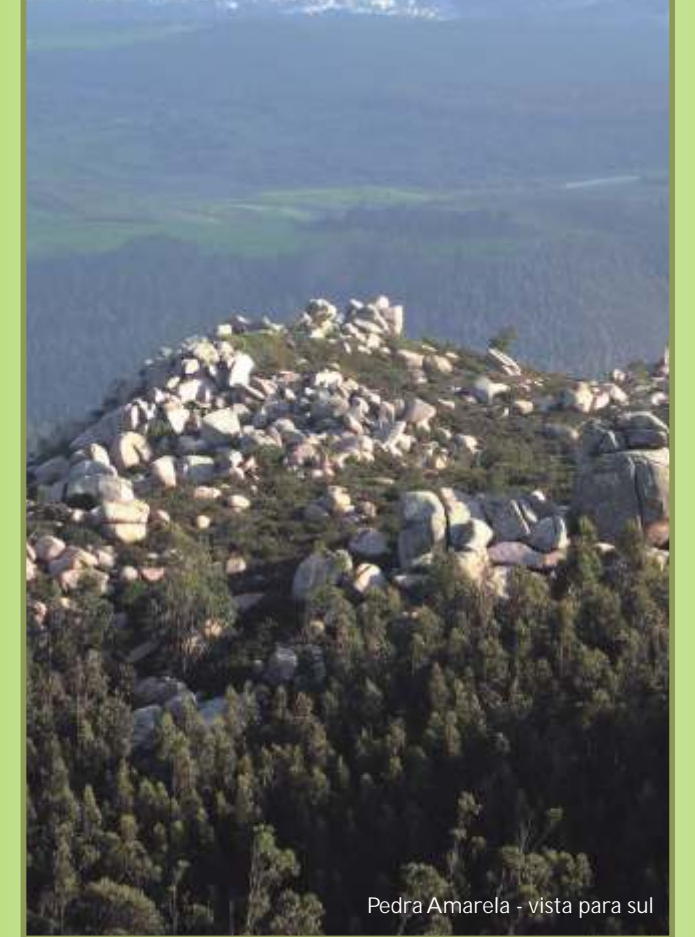
Águia de Bonelli



Gavião



Raposa



Pedra Amarela - vista para sul

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.: 21 923 61 42
Posto de Turismo de Sintra - Tel.: 21 923 11 57