

## FICHA TÉCNICA

### Características do Percurso:

**Partida e chegada** - Capela de Stª Maria do Monte

**Âmbito** - Desportivo, panorâmico e ambiental

**Tipo de percurso** - de pequena rota, em circuito, por caminhos tradicionais e de montanha

**Distância a percorrer** - 13 300 metros

**Nível de dificuldade** - Médio, requerendo alguma prática

**Desníveis** - Embora com um desnível acumulado de 840 metros este dissipa-se pela distância não havendo descendentes e ascendentes muito longas. Exceptua-se a ascendente entre a Ameixeira e o estradão dos Viveiros que, além de algo longo, (cerca de mil metros), tem uma forte ascendente na sua parte final.

**Época aconselhada** - todo o ano.

O PR 4 "Cercanias da Freita" é um percurso pedestre de pequena rota marcado, nos dois sentidos, segundo as normas da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal. As marcas com tinta amarela e vermelha são as seguintes:



## CUIDADOS ESPECIAIS e normas de conduta

- Seguir somente pelos trilhos sinalizados;
- Cuidado com o gado. Embora manso não gosta da aproximação de estranhos às suas crias;
- Evitar barulhos e atitudes que perturbem a paz do local;
- Observar a fauna à distância preferencialmente com binóculos;
- Não danificar a flora;
- Não abandonar o lixo, levando-o até um local onde haja serviço de recolha;
- Fechar as cancelas e portelos;
- Respeitar a propriedade privada;
- Não fazer lume;
- Não colher amostras de plantas ou rochas;
- Ser afável com os habitantes locais, esclarecendo quanto à actividade em curso e às marcas do PR

Promotor



# AROUCA

Câmara Municipal de Arouca

Percurso pedestre registado  
e homologado pela:



## Dados de interesse

### Informações úteis:

**Câmara Municipal de Arouca**  
Praça do Município 4544-001 Arouca  
Telefone 256 940220; Fax: 256 943 045  
E-mail: [cm.arouca@mail.telepac.pt](mailto:cm.arouca@mail.telepac.pt)  
Pág. internet: [www.cm-arouca.pt](http://www.cm-arouca.pt)

### Posto de Turismo de Arouca

Rua Alfredo Vaz Pinto  
4540-118 Arouca  
Telefone: 256 943 575  
E-mail: [arouca@rotadaluz.pt](mailto:arouca@rotadaluz.pt)

### Alojamentos:

Residencial S. Pedro: 256 944 580  
Quinta do Bôco: 256 944 169  
Vila Guiomar: 256 951 246  
Casa de Cela: 919 445 818  
Quinta do Pomarinho: 256 948 198  
Quinta da Guerra: 256 944 345  
Hotel Rural Quinta de Novais: 256 940 100  
Parque de Campismo do Merujal: 256 947 723

### Telefones úteis:

GNR: 256 944220  
Táxis: 256 944424  
Bombeiros Voluntários de Arouca: 256 944112/256 944 800

### Festas:

**Santa Eulália:**  
- Mártir S. Sebastião: Janeiro  
- Sr.º do Monte: Abril ou Maio  
- Sto António: 13 de Junho  
- Festa do Senhor: Junho  
- S. Mamede: 17 de Agosto

### Burgo:

- S. Salvador: 6 de Agosto  
- S. Frutuoso: Abril  
- Senhora da Boa Morte: Setembro  
- Santo Aleixo: Julho  
- S. Domingos: Agosto

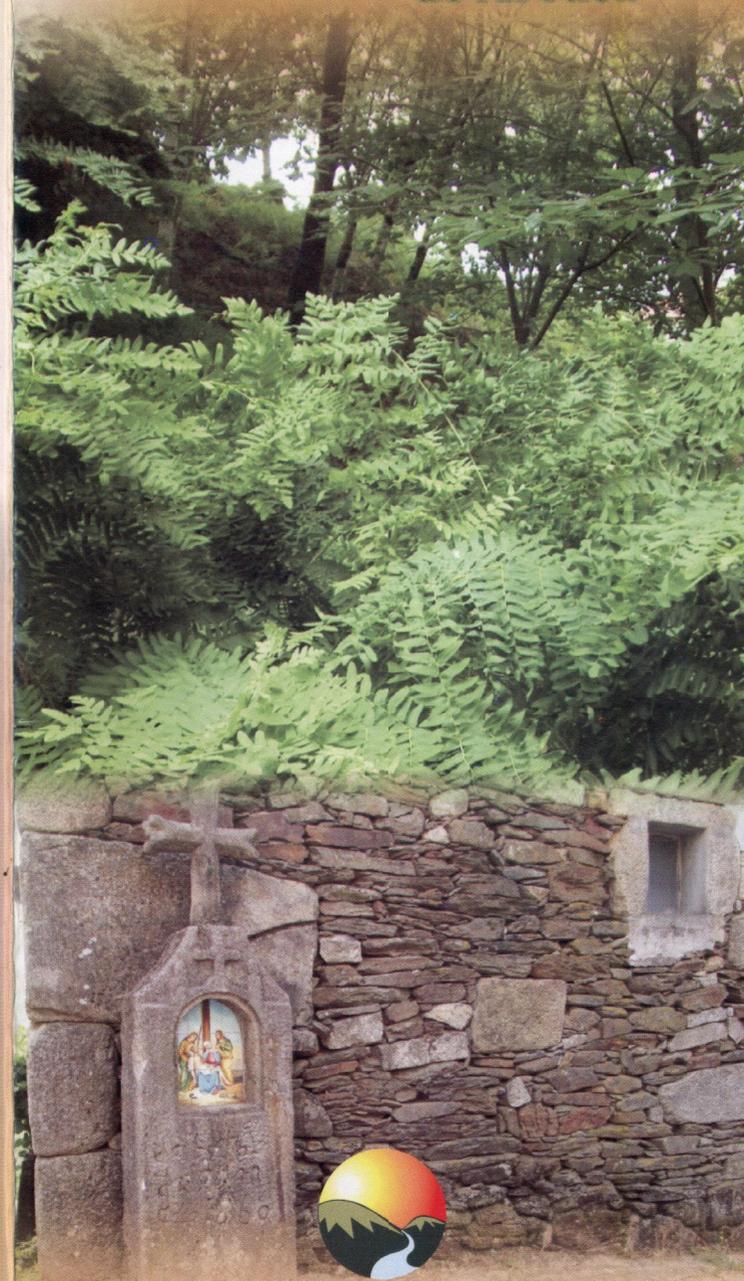
### Moldes:

- Mártir S. Sebastião: Janeiro  
- St.º António: Junho  
- Festa do Senhor: Junho  
- Senhora da Guia: 2.º domingo de Julho  
- Senhora de Fátima: 2.º domingo de Agosto  
- St.ª Catarina: último domingo de Agosto

**Emergência:**  
SOS - 112  
SOS Floresta - 117

PR  
4

# Cercanias da Freita Percurso Pedestres de Arouca



# AROUCA

**Santa Eulália:** A freguesia de Santa Eulália dista da sede do Concelho cerca 2 Km. Foi anexada ao Mosteiro de Arouca, pelo Bispo de Lamego, D. Fernando de Noronha, em 15 de Junho de 1520, anexação essa confirmada pelo Rei D. João III, por alvará de 24 de Fevereiro de 1540. Existe na freguesia uma importante estação arqueológica, no monte de S. João de Valinhas, sobranceiro, pelo norte, ao Vale de Arouca.

**Burgo:** Confinava, pelo poente, com a freguesia sede do concelho de Arouca. Foi concelho, ao longo de séculos, ainda que com área muito inferior à da freguesia actual. Limitava-se a pouco mais que uma rua como é referido nas "Memórias Paroquiais" de 1758. Foi extinto e anexado ao Concelho de Arouca, em 17 de Dezembro de 1817, por decisão que secundou a vontade dos próprios moradores.

**Doçaria conventual e regional:** A variedade e qualidade da doçaria conventual e regional de Arouca são hoje recurso de grande valia e fonte inestimável de riqueza para o Concelho. O mosteiro e as suas freiras legaram-nos, nesse domínio, um património riquíssimo, que continua a ser transmitido de

mãos em mãos, de geração em geração, mantendo-se o segredo da sua confecção nas poucas famílias que a ele tiveram acesso. As castanhas doces, as morcelas, o pão de S. Bernardo, as barrigas de freira, o manjar de língua, as roscas e os charutos de amêndoa, o pão de ló, os melindres, são apenas algumas das variedades da doçaria arouquense que, semana a semana, atraem tantos visitantes ao concelho.

**Torre dos Mouros:** Situada no lugar de Lourosa de Campos, datada do séc. XII, é uma torre senhorial, quadrangular, de estilo gótico, com uma cisterna (hoje enterrada) com seteiras e matakães e uma inscrição ainda não decifrada até ao presente. É conhecida, entre a população, por "Torre dos Mouros". É o monumento de maior dimensão e importância e o melhor conservado de toda a freguesia do Burgo.



REPRODUÇÃO INTERDITA

## LEGENDA


**Memorial de Santo António:** Curioso arco funerário medieval, em granito, o Memorial de Santo António, na freguesia de Santa Eulália, é um dos seis monumentos deste tipo existentes em todo o País. Classificado como monumento nacional em 1910. É também chamado "Arco da Rainha Santa" por, segundo a lenda, estar ligado ao trajecto fúnebre da padroeira de Arouca, Rainha Santa Mafalda. Admitem alguns investigadores que se tratará de um monumento tumular, datado dos séculos XII ou XIII.

**Aldeias Tradicionais:** Este percurso estende-se também pela parte alta da freguesia de Moldes, pela chamada "Travessa", onde percorre uma das suas aldeias mais características, Chão de Espinho, de casas rurais, com suas eiras e canastros, construídas em granito, a maior parte delas ainda coberta de lousa.



## Descrição do Percurso

O percurso pedestre "Cercanias da Freita", inicia-se junto à capela de St.ª Maria do Monte, na freguesia de St.ª Eulália, rumando para sul, em direcção à Serra da Freita, através de um caminho que partindo da capela percorre o limite poente daquele lugar. Acompanhando o vale profundo do curso superior do rio Urtigosa, por entre castanheiros, carvalhos, pinheiros e eucaliptos, chegamos à aldeia da Ameixeira, com construções típicas de montanha, com telhados de lousa, algumas porém, em avançado estado de degradação. Chegando ao topo da aldeia, atravessa-se a estrada de asfalto e por estreito carreiro atinge-se um estradão que se dirige ao lugar de Currais. Para se chegar aí, toma-se um caminho à direita, que sobe, primeiro, suavemente, e depois de passar o ribeiro, de forma mais acentuada, até atingir um estradão que se desenvolve pela curva de nível e se encaminha para os Viveiros da Granja. Deste estradão tem-se uma imponente panorâmica sobre o vale de Arouca ao fundo e sobre a Serra do Montemuro ao longe. Toma-se este estradão, à esquerda até à antiga casa do guarda florestal e

parque de merendas, envoltas no arvoredo cerrado e frondoso do chamado "Viveiro da Granja", rumando, de seguida, para Chão de Espinho. Daqui até à Granja é um pulo. Depois de uns quinhentos metros de asfalto retomam-se os caminhos tradicionais e florestais. Volta-se a atravessar uma estrada de asfalto e inicia-se a descida para o vale de Arouca, em direcção ao pequeno povoado de Povos. O caminho até esse povoado, inicialmente, por mata de pinheiro, atravessa souts e manchas de carvalhos belas e aprazíveis, com sub-bosque extraordinário de azevinho e loureiro. Este é um dos recantos mais belos do percurso. Depois de Povos continua-se por um estradão agradável até à Forcada. Admire-se o núcleo mais antigo desta aldeia, encavalitado num esporão sobranceiro ao vale, solarento, estratégico, belo. Daqui até St.ª Maria do Monte o percurso faz-se por caminhos antigos de rara beleza, campos em socalco ribeiras... A aproximação à Capela faz-se pelas ruas antigas e estreitas desse lugar acolhedor e de gente hospitaleira.

