

## informações úteis \_ useful informations



### Alojamento \_ accommodation



### Restauração \_ restaurants



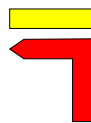
## sinalética \_ trail signage



Caminho certo  
right way



Caminho errado  
wrong way



virar à esquerda  
turn left



virar à direita  
turn right

## código de conduta \_ code of conduct

- Seguir somente pelos trilhos assinalados;
- 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.

## Contactos úteis \_ useful contacts

SOS Emergência: 112  
SOS Floresta: 117  
Informações anti-venenos: 217950143  
GNR Góis: 235770160  
Bombeiros voluntários de Góis: 235771122  
Centro de saúde de Góis: 235770180  
Lousitãnea: 235778644  
Trans Serrano: 235778938  
Posto Turismo: 235770113

Promotor:



Apoio



Percurso pedestre registado e homologado pela



PR3  
GOI

Trilho do Vale do Ceira I  
Vale do Ceira: Lagar da Cabreira,  
Cadafaz, Candosa e Sandinha



Cadafaz - Góis - Coimbra

PR3  
GOI

13 Km

5h00min

circular



939 m

subida \_ uphill

562 m



291 m

distancia \_ distance

duração \_ duration

tipo de percurso \_ trail type

desnível acumulado \_ altitude variation

altitude máx./mín. \_ altitude max./min



Foz da Fonte

# Trilho do Vale do Ceira I

## DESCRIÇÃO GERAL DO PERCURSO:

Sendo o trilho do vale do Ceira I um percurso circular, poderá iniciá-lo na Ponte Velha da Cabreira, aldeia de Candosa ou Sandinha, onde vai encontrar painéis informativos.

Se iniciar na Ponte Velha da Cabreira (local com bastante interesse paisagístico, com lagar, moinho, tulhas e ponte), passe a ponte virando depois à esquerda. Mas à frente, junto a uma alminha tem um espectacular miradouro sobre o lugar da Ponte Velha da Cabreira. Passe pelos soutos centenários, subindo em direcção à Aldeia de Cadafaz.

No Cadafaz (Largo Santo António), encontra um painel / leitor de paisagem, sobre as antigas minas de volfrâmio e as principais elevações da região. Veja também o caminho a seguir e a história do Cadafaz. O Cadafaz é uma aldeia deslumbrante. Atravesse as suas ruas estreitas com construções em xisto e visite o parque de merendas dos Portos. Depois de o conhecer, regresse ao trilho, onde começa a descer até às Pocariças, um lugar desabitado.

Um pouco mais à frente encontra o moinho e a ponte da Piçarra. Suba pelo caminho à sua direita, sem atravessar a ponte. Vai passar por um antigo pontão sobre uma linha de água. Já no estradão, terá um miradouro natural sobre a Foz da Fonte (Cortada em túnel sobre o rio Ceira), onde tem uma variante que permite reduzir o percurso passando pela Sandinha ou seguir em frente em direcção à aldeia de Candosa.

Chegando à Candosa, aproveite para visitar a aldeia, conhecendo o percurso até ao moinho, visitando o lagar de azeite e a própria aldeia com construções tradicionais. Atravesse a ponte nova, virando à esquerda e passando num lugar designado por Candosa Velha.

O percurso passa mais à frente pela Foz da Fonte (Cortada do rio Ceira em túnel), local único do rio Ceira.

Atravesse a Sandinha e siga o percurso até ao final da caminhada, passando por antigos palheiros, alminhas e casas. Antes do final, pode ainda visitar um açude, local de uma antiga serração de madeira movida a água.

## ponto de interesse \_ points of interest:

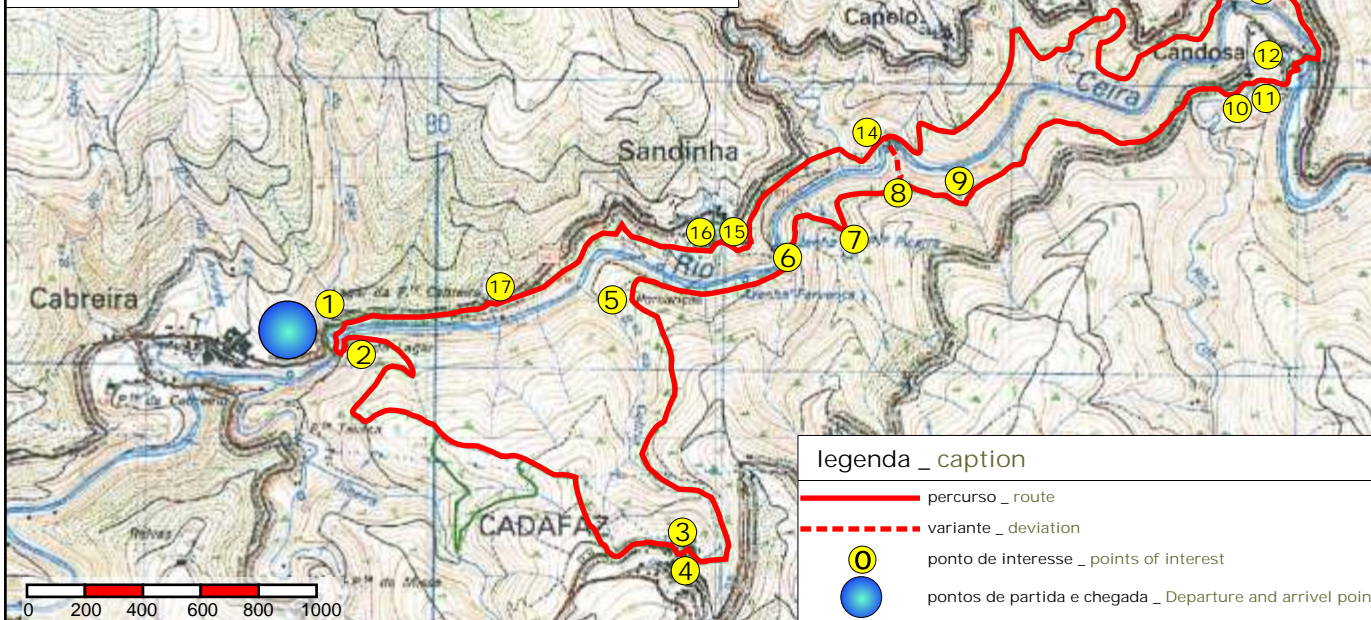
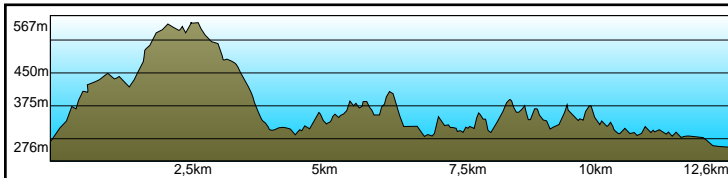
- 1 - Ponte Velha da Cabreira e Lagar de Azeite / Ponte and Olive oil mill
- 2 - Alminha após a ponte / Wayside shrine of Ponte Velha
- 3 - Aldeia do Cadafaz / Village of Cadafaz
- 4 - Portos (Cadafaz) / Picnic area of Portos
- 5 - Lugar das Pocariças / Abandoned village of Pocariças
- 6 - Ponte e Moinho da Piçarra / Bridge and watermill of Piçarra
- 7 - Pontão tradicional / Traditional bridge
- 8 - Variante (Via Foz da Fonte) / Deviation (Via Foz da Fonte)
- 9 - Azereiro / Portuguese Laurel
- 10 - Moinho e levada (Candosa) / Watermill and levada (Candosa)
- 11 - Lagar de Azeite (Candosa) / Olive oil mill (Candosa)
- 12 - Aldeia da Candosa / Village of Candosa
- 13 - Candosa Velha / Abandoned Village of Candosa Velha
- 14 - Cortada da Foz da Fonte / River tunnel
- 15 - Alminha (Sandinha) / Wayside shrine (Sandinha)
- 16 - Aldeia da Sandinha / Village of Sandinha
- 17 - Antiga serração movida a água / Water powered sawmill

## grau de dificuldade \_ difficulty level

avulsidade do meio ambiental <small>adversity environmental</small>		1	orientação <small>orientation</small>		2	tipo de piso <small>type of ground</small>		2	esforço físico <small>physical effort</small>		3
---	--	---	---------------------------------------	--	---	--	--	---	---	--	---

## época aconselhada \_ advised time of the year

Todo o ano \_ all year



### legenda \_ caption

- percurso \_ route
- variante \_ deviation
- ponto de interesse \_ points of interest
- pontos de partida e chegada \_ Departure and arrival point

## Sandinha

Esta aldeia situa-se na margem direita do rio Ceira com construções em xisto e terrenos férteis. A Sandinha pertence à União de Freguesias Cadafaz e Colmeal. É rodeada do verde da floresta e ao fundo as águas cristalinas do rio Ceira. A aldeia tem perdido a sua densidade populacional. Em 1911 tinha 135 habitantes, em 2001 34 habitantes e em 2013 apenas 22 habitantes. A capela da aldeia tem como orago o S. Domingos. A lenda diz que o santo terá aparecido no cimo de um monte (Cabeço de S. Domingos). Levado para a aldeia Cadafaz, fugia sempre para o monte, até que, após várias tentativas, foi para a Sandinha, onde ainda permanece. O edifício da escola primária construída em 1931 é um dos imóveis mais interessantes da aldeia. Actualmente funciona como casa de convívio da aldeia e delegação da associação A Bem da Sandinha, instituição constituída em 1962. As construções em xisto predominam na aldeia, com a torre do relógio, moinhos de rodízio, alminhas, a ponte da Piçarra e as minas de volfrâmio.

## Candosa

A Candosa é uma bonita aldeia situada na margem sul do rio Ceira. A povoação é constituída por uma interessante mistura de grandes habitações de xisto restauradas e casas pintadas. A Candosa tem um sistema de irrigação extensivo que percorre várias centenas de metros, a ribeira de Carvalhal, de onde é desviada água por cima de uma pequena cascata, alimentando um moinho e um lagar antes do sistema de irrigação. O velho lagar datado do ano 1860 não labora há mais de 20 anos. Este foi construído pelos habitantes da Candosa que o ofereceram à igreja para salvarguardar.

Nesta aldeia viveu durante bastantes anos o único colheireiro do concelho de Góis.

A padroeira da Candosa é a Nª Sra. dos Remédios e a capela situa-se num monte sobranceiro à aldeia adjacente à área da festa anual que se realiza no segundo fim-de-semana de Julho.

## Cadafaz

Cadafaz é a sede de freguesia, tem monumentos como a capela de Santo António datada de 1595 e no centro da povoação a igreja Matriz, mostrando por cima da porta de Oeste uma pedra com as datas de 1606, 1815 e 1855. Antigamente os habitantes de Cadafaz viviam da produção de mel, da agricultura e da criação de cabras e ovelhas. Nas terras para além dos terraços cultivados existem ainda visíveis colecções de pequenos edifícios de xisto que serviam de estábulos para as cabras e ovelhas. Originalmente existiam extensivas terras de pastagem. No tempo passado Cadafaz era famoso pelas suas festas - ainda hoje em dia se fazem quatro festas ao longo do ano, em Janeiro a festa em honra de São Sebastião, o Mártir, com pão, vinho e castanhas, o Bodo. Na Páscoa, tradicionalmente os habitantes acompanham a cruz e a água benta parando em todas as casas para comer e beber. A disposição e o arranjo da aldeia é singular, com ruas estreitas, passadiços e degraus de escadas, uma característica marcadamente medieval e de aldeia serrana. Tem um pequeno café, para apoiar os habitantes.