

> informações úteis

PATRIMÓNIO

Casas Senhoriais da Lousã
Castelo da Lousã
Centro Histórico da Lousã
Ermidas da N. Sra. da Piedade
Fábrica de Papel do Prado
Igreja Matriz
Museu Municipal Prof. Álvaro Viana de Lemos
Museu Etnográfico Sr. Louzan Henriques
Moinhos de Água (Ruínas)
Palácio dos Salazares (Hotel Palácio da Lousã)
Pelourinho

ÁREAS CLASSIFICADAS

Rede Natura 2000
Reserva Ecológica Nacional

ONDE COMER

Bar Café Restaurante Arunce - 910 838 850
Café Lousanense/Travessa com Tapas - 918 818 478
Churrasqueira Borges - 239 993 489
Churrasqueira Galinhã - 239 104 420
Churrasqueira São Paulo - 918 595 619
Churrasqueira Sabores da Copa - 911 159 123
Churrasqueira Tô dos Frangos - 919 362 139
Food Store - 919 219 876
Licor Beirão Resto-Bar - 239 990 800
Planta do Xisto - 964 053 462
Pizzaria D. Manuel - 239 995 611
Restaurante Adega da Vila - 917 018 676
Restaurante A Viscondessa - 961 950 917
Restaurante Aviz - 239 992 585
Restaurante Casa Bacalhau - 239 991 424

Restaurante Casa Velha - 919 548 549
Restaurante Churrasqueira Serpinense - 916 144 416
Restaurante Estrela Dourada - 239 971 565
Restaurante Mimosa da Beira - 964 367 661
Restaurante/Lounge Bar Villa Lausana - 239 994 143
Restaurante O Burgo - 239 991 162
Restaurante Obeliscus - 913 703 690
Restaurante O Cantinho da Rita - 918 846 428
Restaurante O Carocha - 239 991 655
Restaurante Sabor D'Art - 915 768 546
Restaurante Típico O Gato - 912 836 301
Restaurante Ti Lena - 911 932 948
Restaurante Xing Long - 309 936 120
Taberna Burguesa - 966 395 027

ONDE FICAR

Casa das Bugalhas - 912 622 310
Casa da Eira - 916 191 089
Casa da Ti Jaquinita - 918 212 523
Casa da Ti Filipa - 918 212 523
Casa da Urze - 966 909 597
Casa do Forno - 918 212 523
Casa do Largo de Vale Escuro - 912 874 279
Casa do Ti Dinis - 926 095 207
Casa Cimeira - 918 194 544
Casa Lausus - 963 086 754
Casa Linda - 914 839 636
Casa Princesa Peralta - 963 086 754
Casa Vila Delfina - 967 015 040

Casa Vale do Linteiro - 964 444 221
Casinha do Conde - 915 046 244
Campo de férias - ACM Coimbra - 239 991 539
"Cerqueira Village" - 925 401 432
Hotel Bem Estar - 918 795 348
Palácio dos Salazares (Hotel Palácio da Lousã) - 239 990 800
Parque de Campismo de Serpins - 919 219 851
Pousada da Juventude - 239 994 384
Quintal de Além do Ribeiro - 963 323 805
Refúgio do Xisto - 919 303 585
Residencial Martinho - 969 404 904
Whealers Mountain Bike Holidays - 239 993 612

ARTESANATO

Atelier da Cerdeira da Lousã: 933 467 729
Coisas e Lousas: 916 889 719
Loja das Aldeias do Xisto do Candal: 239 991 393
O Retalinho: 966 909 597

GASTRONOMIA

Cabrito
Chanfana
Serrabulho
Serranitos
Mel DOP Serra da Lousã
Migas
Talasnicos



Museu Etnográfico Dr. Louzã Henriques

> sinalética



caminho certo



caminho errado



virar à esquerda



virar à direita

> normas de conduta

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

> contactos úteis

SOS Emergência: 112
SOS Floresta: 117
Centro de Informação Antivenenos: 808 250 143
GNR da Lousã: 239 990 060
Bombeiros Municipais da Lousã: 239 990 530
Centro de Saúde da Lousã:
USF Serra da Lousã: 239 990 614
USF Trevim Sol: 239 990 623
Posto de Turismo da Lousã: 239 990 040; 239 993 372
Município da Lousã: 239 990 370
Welcome Center das Aldeias do Xisto: 239 993 372
ADXTUR-Rede das Aldeias do Xisto: 275 647 700; 960 101 873
www.aldeiasdoxisto.pt

_promotores



_apoio



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional



_percurso pedestre em fase de registo e homologação pela



FÉDÉRATION EUROPÉENNE
DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE



Caminho do Xisto da Lousã 1

Rota dos Moinhos

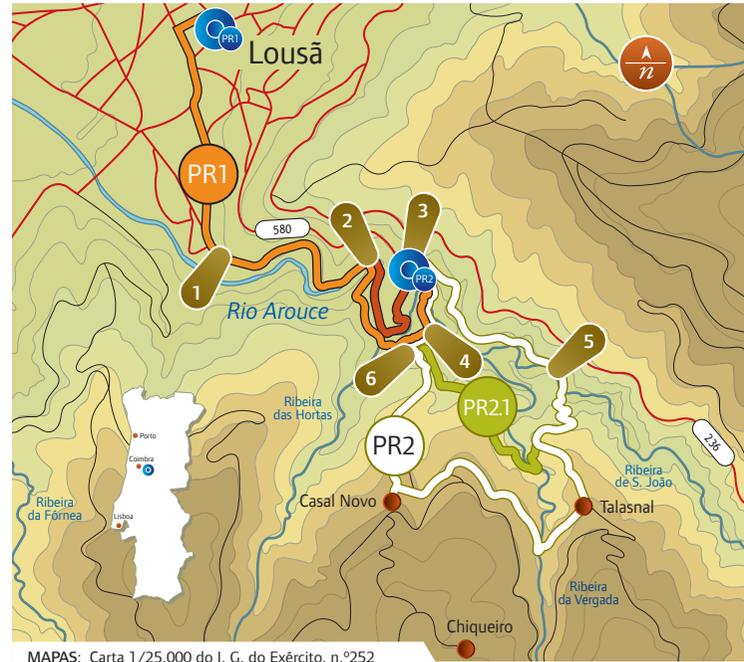


distância	duração	tipo de percurso	desnível acumulado	altitude máx/min
6 Km	2h 30 min	circular	190 m subida	276 m 133 m

Caminho do Xisto da Lousã

_Sem sentido aconselhado

O percurso tem início junto à Câmara Municipal da Lousã e continua pela Igreja Matriz, construída no século XIX. Seguindo pela praça Cândido dos Reis encontra-se o Palácio da Viscondessa do Espinhal, actualmente transformado num hotel de charme. Deixando para trás o hotel, encontramos uma bifurcação. Continuamos pelo lado direito e seguimos em frente até encontrar a Fábrica do Papel do Prado, criada em 1716. Do lado esquerdo da fábrica está localizada uma casa que foi em tempos sede do Clube Cultural dos Trabalhadores desta empresa. É aqui que começa o caminho de terra do percurso “Na Rota dos Moinhos, da ribeira de São João”. Mais à frente e junto ao rio encontramos a levada que transporta a água até à fábrica. Aqui chegados temos duas possibilidades: atravessar o rio e seguir por um caminho que nos leva até às grutas na Sra. da Piedade (sentido sugerido); ou continuar à esquerda pelo rio acima e descobrir os moinhos ao longo da ribeira de São João. O caminho que não se escolhe para subir será aquele por onde se irá descer. No sector entre a Sra. da Piedade e o Castelo, o traçado coincide com o PR 2. Caso opte pelo sentido sugerido, o regresso passa pelo Castelo, seguindo durante algum tempo junto ao leito da Ribeira de S. João, onde se localizam os moinhos, até encontrar novamente o troço comum que o levará de volta à Lousã. Desaconselha-se a utilização deste percurso em alturas de grande precipitação.



MAPAS: Carta 1/25.000 do I. G. do Exército, n.º252



Pontos de interesse e a distância ao ponto de partida:

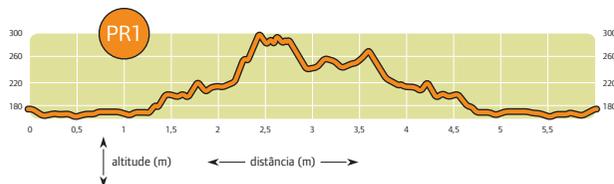
- 1 _ Fábrica de Papel do Prado _ 1200m (PR1)
- 2 _ Moinhos de Água _ 1900m (PR1)
- 3 _ Castelo da Lousã _ 2610m (PR1)
- 4 _ N. Sra. da Piedade _ 3000m (PR1) e 5050m (PR2)
- 5 _ Central Hidroelétrica da Ermida _ 1100m (PR2)
- 6 _ Cruzeiro _ 3150m (PR1)m e 4720m (PR2)



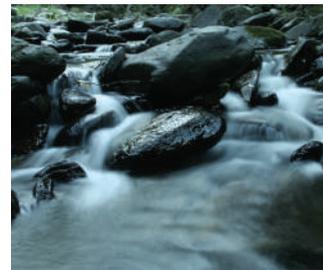
Ponto de partida e chegada:

_Câmara Municipal da Lousã: (40° 06' 43.43" N 8° 14' 47.83" W)

altimetria



Castelo da Lousã



Ribeira S. João



legenda

caminho do xisto	
troço condicionado	
estrada alcatroada	
estrada de terra	
curso de água	

grau de dificuldade

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil)

adversidade do meio	3	orientação	2	tipo de piso	4	esforço físico	2
---------------------	---	------------	---	--------------	---	----------------	---

época aconselhada

A travessia da ribeira e o percurso junto às suas margens estão condicionados pelo seu caudal, sendo desaconselhada a sua utilização no Inverno e em dias de grande precipitação. Atenção igualmente ao calor no Verão e ao piso escorregadio no Inverno.



Talasnal, Casal Novo e Chiqueiro

O troço comum inicial e final deste percurso pedestre segue as ruas do centro histórico da Lousã. Passa em algumas das casas senhoriais desta vila, testemunhos de uma antiga fidalguia rural que mais tarde deu lugar a uma próspera actividade industrial. O edifício da Câmara Municipal da Lousã, onde começa o percurso, data do século XX (1930/1934) e foi edificado junto ao pelourinho (século XVI). A Igreja Matriz, construída no século XIX, domina a praça Cândido dos Reis, calçada com granito, e o Palácio da Viscondessa do Espinhal, edifício do século XVIII classificado como património histórico, foi convertido recentemente numa unidade hoteleira. A Fábrica de Papel do Prado, junto à qual o percurso abandona o seu traçado “urbano”, é uma unidade fabril ainda em actividade, cujas origens remontam ao início do séc. XVIII. As Ermidas de N. Sra. da Piedade estão situadas no morro em frente ao Castelo. Do seu conjunto de quatro capelas, a mais antiga é a de S. João, erguida no séc. XV. Têm beneficiado de trabalhos de restauro que lhes asseguram o bom estado de conservação e acolhem anualmente várias romarias e festas religiosas. O Castelo da Lousã, também conhecido como Castelo de Arunce, um dos raríssimos construídos em xisto, pertence a uma das primeiras linhas defensivas criadas para controlar os acessos meridionais a Coimbra, na segunda metade do Séc. XI. Em 1124, uma incursão islâmica tomou o castelo e, de acordo com uma lenda antiga, durante este período o Castelo terá sido utilizado pelo chefe árabe para proteger a sua filha Peralta e os seus tesouros após derrotado e expulso de Conimbriga. Ao longo da ribeira de São João podemos encontrar sete dos cerca de cinquenta moinhos de água existentes na região que contam muito da história da Lousã e dos seus moleiros.



Talasnal

> património natural

A Serra da Lousã alberga comunidades vegetais e animais relevantes em termos de biodiversidade e conservação da Natureza incluídas em Directivas Nacionais e Internacionais, que as protegem integralmente. Destacam-se a fetusca, o narciso, o ruivaço, a salamandra-lusitânica, o lagarto-de-água, a cegonha-preta, o tartanhão-caçador, o guarda-rios e a lontra. Apesar da grande maioria da floresta ser dominada pelo pinheiro e eucalipto, é ainda possível encontrar algumas manchas de coberto vegetal mediterrâneo, onde se destacam a azinheira, o carvalho português, sobreiro, o medronheiro e plantas odoríferas, principalmente junto ao leito das ribeiras. Para além da fauna habitualmente encontrada em zonas montanhosas nacionais, podemos também observar a presença de dois cervídeos, o veado e o corço. Estes espécimes foram reintroduzidos em 1996 e, apesar dos seus hábitos tímidos e territoriais, têm-se expandido um pouco por toda a serra.